



**IMPLEMENTASI RELAKSASI OTOT PROGRESIF PADA
NY. S UNTUK MENGATASI MASALAH KEPERAWATAN
RISIKO PERFUSI SEREBRAL TIDAK EFEKTIF DI
WILAYAH PUSKESMAS CILACAP UTARA II**

KARYA TULIS ILMIAH

Oleh
TSABITA HILMA ZAIDA
NIM. 106 122 011

**PROGRAM STUDI D3 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS AL-IRSYAD CILACAP
2025**



**IMPLEMENTASI RELAKSASI OTOT PROGRESIF PADA
NY. S UNTUK MENGATASI MASALAH KEPERAWATAN
RISIKO PERFUSI SEREBRAL TIDAK EFEKTIF DI
PUSKESMAS CILACAP UTARA II**

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan dalam rangka penyelesaian pendidikan
D3 Keperawatan Universitas Al-Irsyad Cilacap
2024/2025

Oleh
TSABITA HILMA ZAIDA
NIM. 106 122 0011

**PROGRAM STUDI D3 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS AL-IRSYAD CILACAP
2025**

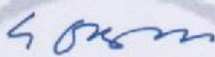
HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini telah dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Ujian
Karya Tulis Ilmiah (KTI) Program Studi D3 Keperawatan Fakultas Ilmu
Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap (UNAIC)

Pada hari : Selasa

Tanggal : 01 Juli 2025

Dewan Penguji
Ketua Penguji


Agus Prasetyo, M.Kep., Ns
NIDN: 0610117803

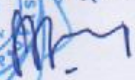
Anggota Penguji I


Heru Ginanjar, M.Kep., Ns
NIDN: 0501098501

Anggota Penguji II


Ahmad Kusnaeni, M.Kep., Ns
NIDN: 0625028702

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Al-Irsyad Cilacap


Sohimah, SST, M.Keb
NIDN: 0617078901

HALAMAN PERSETUJUAN

IMPLEMENTASI RELAKSASI OTOT PROGRESIF PADA NY. S UNTUK
MENGATASI MASALAH KEPERAWATAN RISIKO PERFUSI SEREBRAL TIDAK
EFEKTIF

KTI

Disusun Oleh

TSABITA HILMA ZAIDA

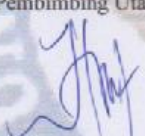
NIM. 106 122 011

KTI telah disetujui

Tanggal 01 Juli, 2025

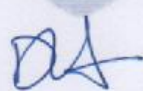
Pembimbing Utama:

Pembimbing Pendamping:


Heru Ginanjar, M.Kep., Ns
NIDN: 0501098501


Ahmad Kusnaeni, M.Kep., Ns
NIDN: 0625028702

Mengetahui, Ketua Program Studi D3 Keperawatan


Sodikin, M.Kep., Ns., Sp.Kep.MB

NIDN. 0616067504

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

LEMBAR KEASLIAN PENELITIAN

Yang memberi pernyataan di bawah ini :

Nama : Tsabita Hilma Zaida

NIM : 106122011

Tanggal : 01 Juli 2025

Dengan ini saya menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini adalah karya saya sendiri dan bukan merupakan karya orang lain, baik Sebagian atau seluruhnya, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya. Apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini atau ada klaim pihak lain terhadap keaslian karya saya ini maka saya siap menanggung segala resiko/ sanksi yang berlaku.

LEMBAR BEBAS PLAGIARISME

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa karya tulis ilmiah (KTI) yang saya susun sebagai syarat untuk menyelesaikan program studi D3 Keperawatan di Universitas Al-Irsyad Cilacap seluruhnya merupakan hasil karya saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan laporan KTI yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan dalam sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah, dan etika penulisan karya ilmiah. Apabila dikemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian laporan KTI ini bukan hasil karya saya sendiri atau adanya plagiasi dalam bagian-bagian tertentu, saya bersedia menerima sanksi, sesuai dengan perundang-undangan yang berlaku.

Tsabita Hilma Zaida

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang maha Esa, yang telah memberikan Rahmat dan karunia-Nya serta nikmat yang tiada henti kepada manusia. Terutama nikmat akal yang menjadikan manusia sebagai makhluk yang paling sempurna. Dengan nikmat akal tersebut kita dituntut untuk dapat memanfaatkannya dengan sebaik- baiknya tanpa menyimpang dari perintah -Nya.

Sholawat serta salam penulis sanjungkan bagi makhluk termulia junjungan kita Nabi Muhammad SAW, yang telah membawa kita dari alam kebodohan menuju alam kepintaran, serta keluarga dan para sahabat.

Allhamdulillah penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini yang berjudul **“IMPLEMENTASI RELAKSASI OTOT PROGRESIF PADA NY. S UNTUK MENGATASI MASALAH KEPERAWATAN RISIKO PERFUSI SEREBRAL TIDAK EFEKTIF”**.

Dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini terdapat banyak hambatan yang penulis hadapi, namun berkat bantuan dan bimbingan dari berbagai belah pihak sehingga akhirnya, penulisan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, pada kesempatan ini dengan segala kerendahan hati penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Sarwa, AMK., S.Pd., M.Kes. Selaku Rektor Universitas Al- Irsyad Cilacap telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menimba ilmu di Universitas Al-Irsyad Cilacap.
2. Sodikin, M.Kep., Ns., Sp,Kep.MB selaku pembimbing akademik sekaligus ketua program studi D III Keperawatan Universitas Al-Irsyad Cilacap yang telah memberikan bimbingan dan arahan selama masa studi.
3. Heru Ginanjar M.Kep., Ns selaku pembimbing utama yang telah sabar membimbing dan mengarahkan serta memberi masukan yang sangat berarti selama proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Ahmad Kusnaeni, M.Kep., Ns selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan perhatian, membimbing dan mengarahkan Karya Tulis Ilmiah ini.

5. Kedua orang tua saya yang telah merawat, membimbing, menyemangati, memfasilitasi, selalu mendoakan, dan mengajarkan banyak hal kepada penulis dalam penyelesaian karya Tulis Ilmiah ini.
6. Kakak dan adik saya yang tanpa henti mendoakan, memberikan semangat dan selalu mendukung penulis dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Teman-teman seperjuangan D III Keperawatan Angkatan 2022 yang sudah memberikan semangat dan selalu memberi dukungan penulis dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini.
8. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah banyak membantu memberikan pemikiran demi kelancaran dan keberhasilan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan ini masih belum sempurna maka dari itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah di masa mendatang. Semoga Karya Tulis Ilmiah ini bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan dan membacanya.

Cilacap,.....2025

Tsabita Hilma Zaida

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS KEASLIAN PENELITIAN.....	iv
LEMBAR BEBAS PLAGIARISME	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR BAGAN	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penulisan	4
D. Manfaat Penulisan	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Konsep Dasar Risiko Perfusi Serebral Tidak Efektif.....	6
1. Pengertian.....	6
2. Etiologi.....	6
3. Manifestasi Klinis	7
4. Penyakit Berhubungan dengan Risiko Perfusi Serebral Tidak Efektif.....	8
B. Konsep Hipertensi	9
1. Definisi Hipertensi	9
2. Klasifikasi Hipertensi.....	9
3. Etiologi	10
4. Manifestasi Klinis	16
5. Patofisiologi	17
6. Pemeriksaan Penunjang	19
7. Penatalaksana	20

8. Komplikasi	21
9. Pathways	23
C. Konsep Relaksasi Otot Progresif.....	23
1. Pengertian Relaksasi Otot Progresif.....	23
2. Manfaat Relaksasi Otot Progresif	24
3. Prosedur Relaksasi Otot Progresif	24
4. Organ- Organ Yang Menjadi Target Relaksasi Otot Progresif.....	26
D. Konsep Keluarga	27
1. Definisi Keluarga	27
2. Fungsi Keluarga	27
3. Tahap-Tahap Perkembangan Keluarga.....	29
4. Tipe-Tipe Keluarga	31
5. Tugas Keluarga.....	33
BAB III METODE STUDI KASUS	35
A. Rancangan Studi Kasus	35
B. Subjek Studi Kasus.....	35
C. Fokus Studi Kasus.....	36
D. Definisi Operasional Variabel	36
E. Instrumen Studi Kasus	37
F. Teknik Pengumpulan Data	37
G. Langkah-Langkah Pelaksanaan Studi Kasus.....	38
H. Tempat dan Waktu.....	40
I. Teknik Analisa Data	40
J. Etika Penelitian	40
BAB IV	42
HASIL STUDI KASUS	42
A. Laporan Pelaksana Studi Kasus	42
1. Analisa Data	49
2. Rencana Keperawatan.....	50
3. Impelementasi Keperawatan	52
4. Evaluasi Keperawatan.....	55

B. Pembahasan.....	57
C. Keterbatasan Studi Kasus.....	63
BAB V.....	64
KESIMPULAN DAN SARAN.....	64
A. Kesimpulan.....	64
B. Saran.....	66
DAFTAR PUSTAKA.....	67
LAMPIRAN.....	72

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi	9
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	36

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Pathways	23
--------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Asuhan Keperawatan	73
Lampiran 2 Informed Consent	89
Lampiran 3. SOP Relaksasi Otot Progresif.....	90
Lampiran 4. Look Book Konsultasi	93