

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI
DENGAN MASALAH NYERI AKUT DAN PENERAPAN
TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF
DI RUMAH SAKIT PERTAMINA CILACAP**

LAPORAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS



Oleh :

MARLINA SETIYAWATI

41121214078

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM PENDIDIKAN STUDI PROFESI NERS
UNIVERSITAS AL-IRSYAD CILACAP
TAHUN 2025**

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI
DENGAN MASALAH NYERI AKUT DAN PENERAPAN
TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF
DI RUMAH SAKIT PERTAMINA CILACAP**

LAPORAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS



Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Ners
Pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Al-Irsyad Cilacap

Oleh :

MARLINA SETIYAWATI

NIM 44121214078

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM PENDIDIKAN STUDI PROFESI NERS
UNIVERSITAS AL-IRSYAD CILACAP
TAHUN 2025**

HALAMAN PERNYATAAN

ORISINALITAS ATAU KEASLIAN PENELITIAN

Karya Ilmiah Akhir Ners ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Marlina Setiyawati

NIM : 41121241048



HALAMAN PERSETUJUAN

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI
DENGAN MASALAH KEPERAWATAN NYERI AKUT DAN
PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF DI
RUMAH SAKIT PERTAMINA CILACAP**

Karya Ilmiah Akhir Ners ini telah disetujui untuk diujikan dihadapan penguji Program Studi

Profesi Pendidikan Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas

Al-Irsyad Cilacap

Oleh :

Marlina Setiyawati
NIM : 41121241048

Pembimbing



Sodikin, M.Kep.,Sp.Kep MB

NIP. 1031000259

Mengetahui
Ketua Program Studi Profesi Ners



Trimelia Suprihatingsih, S.Kp., M.Kes
NIP. 103 100 3441

LEMBAR PENGESAHAN

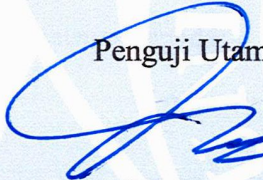
Karya Ilmiah Akhir Ners ini diajukan oleh :

Nama Mahasiswa : Marlina Setiyawati
NIM : 41121241048
Judul KIAN : Asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan
dengan masalah keperawatan nyeri akut dan penerapan
teknik relaksasi otot progresif di Rumah Sakit
Pertamina Cilacap
Program Studi : Profesi Ners
Fakultas : Ilmu Kesehatan

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap

DEWAN PENGUJI

Penguji Utama


(Dewi Prasetyani, M.Kep)
NIP: 1031005519

Penguji Anggota


(Sodikin, M.Kep., Sp.Kep MB)
NIP: 1031000259

Ditetapkan di : Cilacap
Tanggal :

Mengetahui
Ketua Program Studi Profesi Ners


Trimeilia Suprihatingsih, S.Kp., M.Kes
NIP. 103 100 3441

Mengesahkan
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Al-Irsyad Cilacap


Sohimah, M.Keb
NIP. 103 100 3469

KATA PENGANTAR

Assalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarokatuh

Puji syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT, berkat rahmat dan bimbinganya saya dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir ners dengan judul “Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi Dengan Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Dan Penerapan Teknik Relaksasi Otot Progresif Di Rumah Sakit Pertamina Cilacap”. KIAN ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Profesi Ners (Ns) pada Program Studi Profesi Ners Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap.

Bersama ini perkenankanlah saya mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya kepada:

1. Allah SWT yang telah memberikan kesehatan dan segala nikmat-Nya yang takterhingga, sehingga penulisan KIAN ini dapat terselesaikan.
2. Sarwa, AMK., S.Pd., M.Kes. selaku Rektor Universitas Al-Irsyad Cilacap
3. Trimelia Suprihatiningsih, S.Kep.,M.Kes. selaku Ketua Program Studi Ners Universitas Al-Irsyad Cilacap.
4. Sodikin, M.Kep.,Sp.Kep MB selaku dosen pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan KIAN ini.
5. Direktur Rumah Sakit Pertamina Cilacap beserta seluruh staff yang telah banyak membantu.

6. Seluruh dosen Universitas Al-Irsyad Cilacap yang telah banyak mengajarkan ilmu dengan penuh dedikasi, kesabaran, dan keikhlasannya
7. Orang tua dan keluarga yang selalu memberikan do'a dan support yang selalu menyertai penulis dalam penulisan KIAN ini.
8. Rekan-rekan Ners kelas transfer yang selalu memberikan motivasi dan semangat.
9. Semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan KIAN ini.

Penulis menyadari bahwa penyusunan KIAN ini masih banyak kekurangan yang di sebabkan oleh keterbatasan kemampuan dan pengetahuan yang dimiliki penulis, oleh karena itu kritik dan saran bersifat membangun sangat di harapkan penulis. Semoga Allah SWT senantiasa memudahkan setiap langkah-langkah kita menuju kebaikan dan selalu menganugerahkan kasih sayang-Nya untuk kita semua.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Cilacap, 21 Mei 2025

Marlina setiyawati

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas Al-Irsyad Cilacap, saya yang bertanda tangandi bawah ini:

Nama : Marlina Setiyawati
NIM : 41121241048
Program Studi : Profesi Ners
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Jenis karya : Karya Ilmiah Akhir Ners

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Al-Irsyad Cilacap **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul : “Asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan dengan masalah keperawatan nyeri akut dan penerapan teknik relaksasi otot progresif di Rumah Sakit Pertamina Cilacap” Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Al-Irsyad Cilacap berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Cilacap, 21 Mei 2025

(Marlina Setiyawati)

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN NYERI AKUT DAN PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI OTOT
PROGRESIF DI RUMAH SAKIT PERTAMINA CILACAP**

*Nursing care for hypertension patients with acute pain nursing problems and the application of
progressive muscle relaxation techniques at Pertamina Hospital Cilacap*

Marlina Setiyawati¹, Sodikin²,
^{1,2}, Universitas Al- Irsyad Cilacap
Jl. Cerme No. 24 Sidanegara Cilacap
Email : setiyawatimarlina@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi adalah kondisi peningkatan tekanan darah seseorang di atas normal sehingga mengakibatkan peningkatan angka kesakitan (morbiditas) dan angka kematian (mortalitas). Individu bisa dinilai terkena hipertensi jika didapatkan tekanan darah sistolik >140 mmHg dan diastolik >90 mmHg. Lansia termasuk kelompok yang rentan pada hipertensi. Penatalaksanaan hipertensi terbagi dalam dua upaya yakni non farmakologis dan farmakologis. Pemberian terapi non farmakologis diantaranya melalui relaksasi otot progresif. Analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis deskriptif melalui asuhan keperawatan secara komprehensif yang diterapkan dalam waktu 15-30 menit dalam 3 hari secara rutin. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh teknik relaksasi otot progresif terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. Hasil aplikasi menunjukkan relaksasi otot progresif efektif sebagai penurunan tekanan darah. Saran dari penulis yaitu terapi ini dapat diterapkan sendiri oleh keluarga pasien sehingga dapat lebih menghemat biaya perawatan pasien. Bagi pasien dan keluarga yang mengalami tekanan darah tinggi dapat melakukan teknik relaksasi otot progresif secara mandiri karena relaksasi otot progresif dapat membantu menurunkan tekanan darah.

Kata kunci : otot progresif, hipertensi, tekanan darah

ABSTRACT

Hypertension is a condition where a person's blood pressure increases above normal, resulting in increased morbidity and mortality. Individuals can be considered to have hypertension if systolic blood pressure is >140 mmHg and diastolik >90 mmHg. The elderly are a group that is vulnerable to hypertension. Hypertension management is divided into two efforts, namely non-pharmacological and pharmacological. Non-pharmacological therapy includes progressive muscle relaxation. Data analysis was carried out using descriptive analysis through comprehensive nursing care which was applied routinely for 10-20 minutes in 3 days. The purpose of this study was to determine the effect of progressive muscle relaxation techniques on lowering blood pressure in patients with hypertension. The results of the application showed that progressive muscle relaxation was effective in lowering blood pressure. The author's suggestion is that this therapy can be applied by the patient's family themselves so that it can save more on patient care costs. For patients and families who experience high blood pressure, they can do progressive muscle relaxation techniques independently because progressive muscle relaxation can help lower blood pressure.

Keywords: progressive muscle, hypertension, blood pressure

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
KATA PENGANTAR	v
PERNYATAAN PUBLIKASI.....	vii
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Tujuan.....	4
C. Manfaat.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Konsep Medis	7
1. Pengertian	7
2. Faktor Resiko Hipertensi.....	8
3. Manifestasi Klinis.....	11
4. Patofisiologi.....	11
5. Penatalaksanaan Medis.....	12
B. Konsep Nyeri	14
1. Pengertian Nyeri.....	14
2. Patofisiologi Nyeri.....	14
3. Klasifikasi Nyeri.....	15
4. Faktor Yang Menyebabkan Nyeri	15
5. Skala Penilaian Nyeri Numerik	16
C. Konsep Relaksasi Otot Progresif.....	18

1. Definisi	18
2. Tujuan.....	19
3. Manfaat.....	19
4. Prosedur Relaksasi Otot Progresif.....	21
D. Asuhan Keperawatan.....	23
1. Pengkajian	23
2. Diagnosa Keperawatan.....	25
3. Intervensi	26
4. Implementasi Keperawatan	27
5. Evaluasi Keperawatan	29
E. <i>EVIDENCE BASED PRACTICE (EBP)</i>	30
BAB III METODE TINJAUAN KASUS	32
A. Jenis Penelitian	32
B. Subjek Studi Kasus.....	32
C. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	32
D. Devinisi Operasional	33
E. Instrumen Studi Kasus.....	33
F. Metode Pengumpulan Data	34
G. Etika Studi Kasus	35
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	37
A. Hasil.....	37
1. Pengkajian	37
2. Diagnosa Keperawatan	38
3. Intervensi Keperawatan.....	38
4. Implementasi Keperawatan	40
5. Evaluasi Keperawatan	43
B. Pembahasan	46
1. Analisis Karakteristik Klien/ Pasien.....	46
2. Analisis Penerapan Tindakan EBP Pada Kasus Kelolaan.....	50
C. Keterbatasan Studi Kasus	55
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	56

A. Simpulan.....	56
------------------	----

B. Saran.....	58
---------------	----

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	<i>Evidence Base Practice</i>	30
Tabel 3.1	Definisi Operasional	33
Tabel 4.1	Tekanan darah.....	45



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	<i>Numeric Rating Scale (NSR)</i>	17
Gambar 4.1	Tingkat Nyeri	46



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jurnal

