

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI  
DENGAN MASALAH KEPERAWATAN NYERI AKUT DAN  
TINDAKAN TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF DI PANTI  
PELAYANAN SOSIAL LANJUT USIA DEWANATA CILACAP**

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**



**OLEH :**

**RISSA AMELIA NURHAYATI, S.Kep**

**NIM 41121231040**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS**

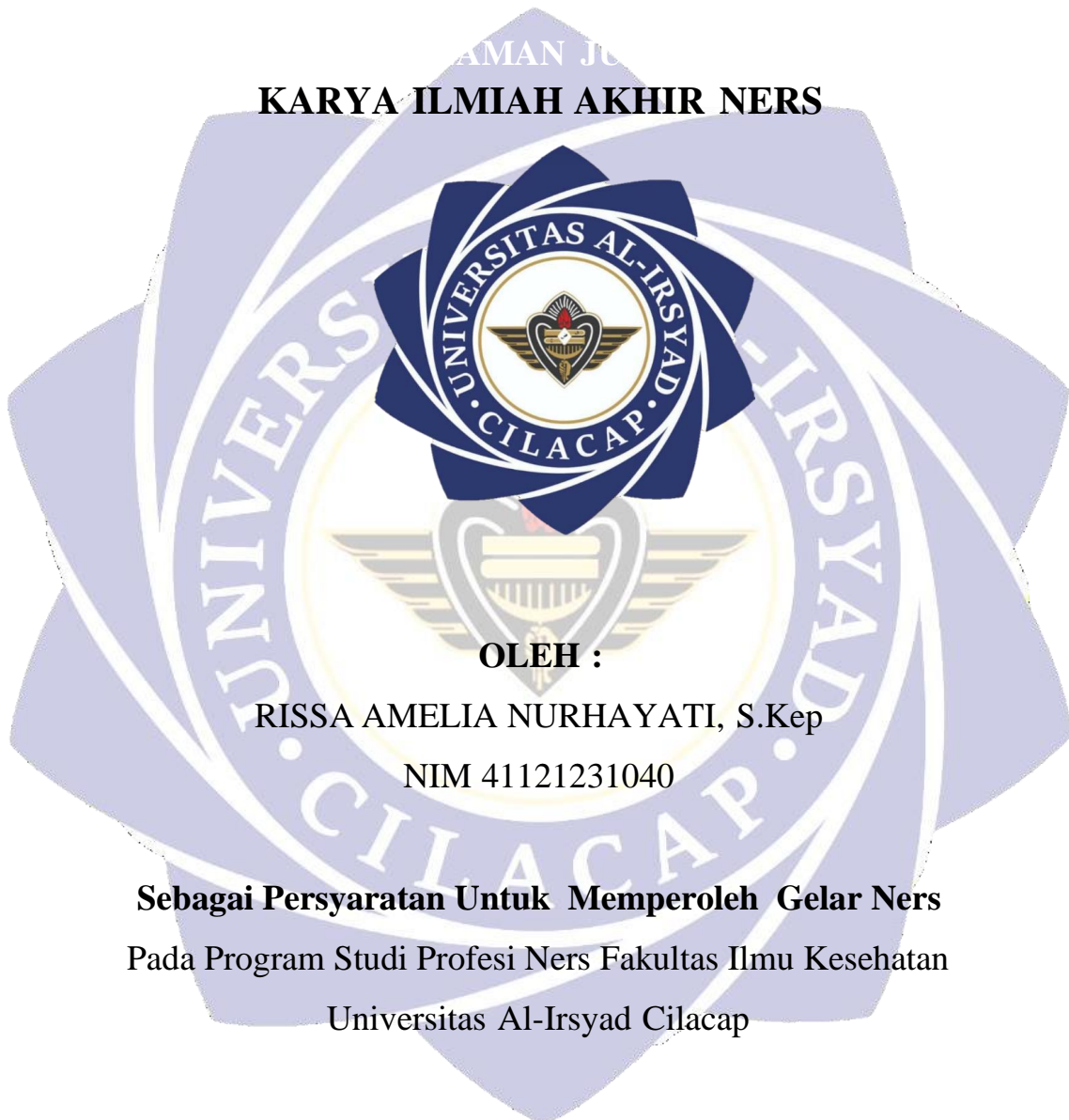
**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS AL-IRSYAD CILACAP**

**TAHUN 2024**

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI  
DENGAN MASALAH KEPERAWATAN NYERI AKUT DAN  
TINDAKAN TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF DI PANTI  
PELAYANAN SOSIAL LANJUT USIA DEWANATA CILACAP**

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**



**OLEH :**

**RISSA AMELIA NURHAYATI, S.Kep**

**NIM 41121231040**

**Sebagai Persyaratan Untuk Memperoleh Gelar Ners  
Pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Al-Irsyad Cilacap**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS AL-IRSYAD CILACAP  
TAHUN 2024**

## **HALAMAN PERNYATAAN ORISINILITAS 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 : Rissa Amelia Nurhayati

NIM 41121231040

Tanda Tangan :

Tanggal : 05 Juli 2024



**LEMBAR PERSETUJUAN**

**ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK PADA PASIEN HIPERTENSI  
DENGAN MASALAH KEPERAWATAN NYERI AKUT DAN TINDAKAN  
TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF DI PANTI PELAYANAN SOSIAL  
LANJUT USIA DEWANATA 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 : Rissa Amelia Nurhayati, S.Kep  
NIM. 41121231040

Cilacap, 05 Juli 2024  
Pembimbing



Yuni Sapto Edhy Rahayu, M.Kep., Ns  
NIP. 10310 98 226

Mengetahui,

Ketua Program Studi Profesi Ners



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



## HALAMAN PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir Ners ini diajukan oleh :

Nama Mahasiswa : Rissa Amelia Nurhayati, S.Kep

NIM : 41121231040

Judul KIAN : Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Pasien Hipertensi Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Dan Tindakan Terapi Relaksasi Otot Progresif Di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Dewanata Cilacap

Program Studi : Profesi Ners

Fakultas : Ilmu Kesehatan

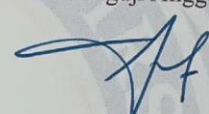
Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap

### DEWAN PENGUJI

Penguji Utama

Penguji Anggota

  
Trimeilia Suprihatiningsih, S.Kp., M.Kes.

  
Yuni Sapto Edhy Rahayu, M.Kep., Ns

NIP. 103 100 3441

NIP. 10310 98 226

Ditetapkan di : Cilacap

Tanggal : Juli 2024

Mengetahui

Ketua Program Studi Profesi Ners

  
Trimeilia Suprihatiningsih, S.Kp., M.Kes

NIP. 103 100 3441

Mengesahkan

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap

  
Sohmah, M.Keb

NIP. 103 100 3469

## KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullohi Wabarokaatuh

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah Subhanallahu Wa Ta'ala, karena atas berkat rahmat, taufik dan hidayah-Nya, penulis dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir ini. Karya ilmiah ini dibuat dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ners pada Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Al-Irsyad Cilacap. Selama proses penyusunan karya ilmiah ini, penulis mendapatkan arahan, bimbingan dan motivasi dari berbagai pihak sehingga dapat tersusun dengan baik. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Sarwa, AMK., S.Pd., M.Kes. selaku Rektor Universitas Al-Irsyad Cilacap.
2. Sohimah, M.Keb. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap.
3. Trimeilia Suprihatingsih, S.Kp., M.Kes selaku Ketua Program Profesi Ners Universitas Al-Irsyad Cilacap.
4. Yuni Sapto Edhy Rahayu, M.Kep, Ns selaku dosen pembimbing utama yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan penulis dalam penyusunan karya ilmiah ini.
5. Panti pelayanan sosial lanjut usia dewanata Cilacap yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang diperlukan.
6. Ny R yang telah bersedia untuk menjadi pasien yang dikelola.
7. Kepada Bapak dan Ibu yang tiada henti memberi semangat, dukungan, kepercayaan dan doa restu kepada peneliti. Terimakasih telah menjadi orang tua yang terbaik. Keduanya merupakan segalanya bagi peneliti
8. Untuk kakak dan adik-adik tersayang, Mas Thomas, Lissa, dan Caca. Kalian penambah semangat bagi peneliti untuk menjadi baik.
9. Kedua Eyang peneliti, Mbah kakung dan Mbah putri terimakasih selalu memberikan nasihat, bimbingan, dan ajaran sehingga menjadikan peneliti mengerti arti kehidupan.

10. Sahabatku SSL Annisa, Hera, Ardha, Galang, terimakasih selalu mengingatkan dan tidak pernah berhenti memberi semangat bagi peneliti.
11. Teman-teman seperjuangan Injelia, Syifa, Septi, Refie, Irina dan Mukhlis kalian sahabat yang luar biasa yang selalu memberikan semangat serta bantuan bagi peneliti.
12. Seluruh rekan-rekan mahasiswa Program Studi Profesi Ners angkatan 2023 Universitas Al-Irsyad Cilacap
13. Semua pihak yang membantu penyusunan karya ilmiah ini, baik secara langsung maupun tidak langsung yang tidak bisa penulis sebut satu persatu.

Akhir kata, penulis berharap Allah Suhanallahu Wa Ta'ala berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga karya ilmiah ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Wassalamu'alaikum Warrohmatullohi Wabarokaatuh.

Cilacap, 02 Juli 2024

Penulis

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Al-Irsyad Cilacap, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rissa Amelia Nurhayati  
NIM : 41121231040  
Program Studi : Pendidikan 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 GERONTIK PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN MASALAH KEPERAWATAN NYERI AKUT DAN TINDAKAN TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF DI PANTI PELAYANAN SOSIAL LANJUT USIA DEWANATA”.**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non eksklusif 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, 05 Juli 2024

Yang menyatakan

(Rissa Amelia Nurhayati)



**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN MASALAH  
KEPERAWATAN NYERI AKUT DAN TINDAKAN TERAPI RELAKSASI OTOT  
PROGRESIF DI PANTI PELAYANAN SOSIAL LANJUT USIA DEWANATA  
CILACAP**

*NURSING CARE FOR HYPERTENSIVE PATIENTS WITH ACUTE PAIN NURSING PROBLEMS AND  
PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION THERAPY MEASURES AT DEWANATA CILACAP ELDERLY  
SOCIAL SERVICE HOME*

Rissa Amelia Nurhayati<sup>1</sup>, Yuni Sapto Edi R<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Al-Irsyad Cilacap

Jl. Cerme No. 24 Sidanegara Cilacap

Email: [rissaamelia28@gmail.com](mailto:rissaamelia28@gmail.com)

**ABSTRAK**

Lansia merupakan individu yang berada padausia 60 tahun atau lebih. Masalah kesehatan yang sering dialami oleh lansia salah satunya adalah hipertensi. Hipertensi dapat menyebabkan kerusakan vaskuler pembuluh darah sehingga dapat menyebabkan nyeri pada kepala hingga tengkuk. Perubahan struktur dalam arteri-arteri kecil dan arteriola menyebabkan penyumbatan pembuluh darah.. Gangguan sirkulasi pada otak menyebabkan resistensi pembuluh darah meningkat yang akan menyebabkan nyeri kepala. tingginyaprevelensi hipertensi pada lansia dapt menimbulkan masalah nyeri akut. Nyeri akut merupakan pengalaman sensorik atau emosional yang berkaitan dengan kerusakan jaringan aktual atau fungsional, dengan onset mendadak atau lambat dan berintensitas ringan hingga berat yang berlangsung kurang 3 bulan. Salah satu intervensi menurunkan nyeri akut berdasarkan Evidance Based Nursing yaitu terapi relaksasi otot progresif. Tujuan karya ilmiah ini yaitu menggambarkan pengelolaan asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dan tindakan keperawatan terapi relaksasi otot progresif pada lansia. Metode penelitian yang digunakan adalah wawancara dengan pendekatan asuhan keperawatan. Terapi relaksasi otot progresif ini diberikan sebanyak 3 kali dalam 3 hari dengan durasi waktu 10-15 menit. Hasil evaluasi sumatif yang didapat yaitu, skala nyeri sebelumtindakan yaitu 5 dan tekanan darah 190/90 mmHg, setelah tindakan menjadi skala 2 dan tekanan darah 160/80 mmHg. Penerapan terapi relaksasi otot progresif dapat menurunkan nyeri akut pada lansia dengan hipertensi.

Kata kunci: Hipertensi, Lansia, Nyeri Akut, Terapi Relaksasi Otot Progresif

**ABSTRACT**

The elderly are individuals who are 60 years old or older. One of the health problems that are often experienced by the elderly is hypertension. Hypertension can cause vascular damage so that it can cause pain in the head to the nape of the neck. If the blood vessels are narrowed, the arterial flow will be disrupted or will cause circulatory disorders in the brain. Circulatory disorders in the brain cause increased blood vessel resistance which will cause headaches. The high prevalence of hypertension in the elderly can cause acute pain problems. Acute pain is a sensory or emotional experience related to actual or functional tissue damage, with a sudden or slow onset and mild to severe intensity that lasts less than 3 months. One of the interventions to reduce acute pain based on Evidence Based Nursing is progressive muscle relaxation therapy. The purpose of this scientific paper is to describe the management of nursing care in hypertensive patients and the nursing action of progressive muscle relaxation therapy in the elderly. The research method used was an interview with a nursing care approach. This progressive muscle relaxation therapy is given 3 times in 3 days with a duration of 10-15 minutes. The summative evaluation results obtained were, the pain scale before the action was 5 and the blood pressure was 190/90 mmHg, after the action it was a scale of 2 and the blood pressure was 160/80 mmHg. The application of progressive muscle relaxation therapy can reduce acute pain in the elderly with hypertension. Keywords: Hypertension, Elderly, Acute Pain, Progressive Muscle Relaxation Therapy

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>HALAMAN PERNYATAAN ORISINILITAS</b> .....	ii
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	iii
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	iv
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	iv
<b>PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI</b> .....	vii
<b>ABSTRAK</b> .....	viii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	ix
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xi
<b>DAFTAR BAGAN</b> .....	xii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Tujuan .....	5
C. Manfaat Karya Ilmiah Akhir Ners.....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	7
A. Konsep Lansia.....	7
B. Konsep Medis Hipertensi .....	11
C. Asuhan Keperawatan .....	14
D. <i>Evidence Based Practice</i> (EBP).....	29
<b>BAB III METODE TINJAUAN KASUS</b> .....	33
A. Jenis/Desain Studi Kasus .....	33
B. Subjek Studi Kasus.....	33
C. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	33
D. Definisi Operasional.....	33
E. Instrument Studi Kasus .....	35
F. Metode Pengumpulan Data .....	35
G. Langkah- Langkah Pelaksanaan Studi Kasus.....	36
H. Analisis Data dan Penyajian Data .....	36
I. Etika Studi Kasus .....	37

<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>39</b>
A. Asuhan Keperawatan .....	39
B. Pembahasan.....	53
1. Analisis Karakteristik Pasien/Klien.....	53
2. Analisis Penerapan Tindakan EBP Pada Kasus Kelolaan .....	54
C. Keterbatasan Studi Kasus.....	58
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>59</b>
A. Kesimpulan .....	59
B. Saran.....	60
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>61</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>64</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Intervensi Keperawatan.....	26
Tabel 2. 2 Jurnal EBP .....	29
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	33
Tabel 4.1 Pre post intervensi .....	55





## DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Patways.....	16
-------------------------	----



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Asuhan Keperawatan.....	65
Lampiran 2 Standar Operasional Prosedur.....	90
Lampiran 3 Lembar Bimbingan/ Konsultasi.....	95

