

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA NY. H YANG MENGALAMI
HIPERTENSI DENGAN MASALAH NYERI AKUT YANG
MENDAPATKAN TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF**

KARYA TULIS ILMIAH



DIAJUKAN OLEH :

AMALIA NAHDIA

2111102416046

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR**

2024

**Asuhan Keperawatan pada Ny. H yang Mengalami Hipertensi dengan
Masalah Nyeri Akut yang Mendapatkan Terapi Relaksasi Otot Progresif**

Karya Tulis Ilmiah

Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan pada Fakultas Ilmu
Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur



Diajukan Oleh :

Amalia Nahdia

2111102416046

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR**

2024

MOTTO

"Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, sesungguhnya
sesudah kesulitan itu ada kemudahan."

Q.S Al Insyirah

HALAMAN PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Saya yang bertanda dibawah ini:

Nama : Amalia Nahdia
NIM : 2111102416046
Tahun Terdaftar : 2021
Program Studi : D3 Keperawatan
Fakultas/sekolah : Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Menyatakan bahwa dalam dokumen ilmiah Karya Tulis Ilmiah ini tidak terdapat bagian dari karya ilmiah lain yang telah diajukan untuk memperoleh gelar akademik di suatu Lembaga Pendidikan Tinggi, dan juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang/Lembaga lain, kecuali yang secara tertulis disitasi dalam dokumen ini dan disebutkan secara lengkap dalam daftar pustaka.

Dengan demikian saya menyatakan bahwa dokumen ilmiah ini bebas dari unsur-unsur plagiasi dan apabila dokumen Karya Tulis Ilmiah ini dikemudian hari terbukti merupakan plagiasi dari hasil karya penulis lain dan/atau dengan sengaja mengajukan karya atau pendapat yang merupakan hasil karya penulis lain, maka penulis bersedia menerima sanksi akademik dan/atau sanksi hukum yang berlaku.

Samarinda, 12 Juni 2024



Amalia Nahdia

NIM. 2111102416046

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Amalia Nahdia
NIM : 2111102416046
Program Studi : D3 Keperawatan

Judul :

ASUHAN KEPERAWATAN PADA NY. H YANG MENGALAMI HIPERTENSI
DENGAN MASALAH NYERI AKUT YANG MENDAPATKAN TERAPI
RELAKSASI OTOT PROGRESIF

Menyatakan bahwa penelitian yang saya tulis ini benar benar hasil karya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa terdapat plagiat dalam penelitian ini, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan perundang-undangan (Permendiknas no. 17, tahun 2010).

Samarinda, 12 Juni 2024



Amalia Nahdia
NIM. 2111102416046

LEMBAR PERSETUJUAN

KARYA TULIS ILMIAH

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA NY. H YANG MENGALAMI HIPERTENSI
DENGAN MASALAH NYERI AKUT YANG MENDAPATKAN TERAPI
RELAKSASI OTOT PROGRESIF DI WILAYAH KERJA LOK BAHU**

DISUSUN OLEH :

AMALIA NAHDIA

2111102416046


Disetujui untuk diujikan

Pada Tanggal, 12 Juni 2024

PEMBIMBING


Ns. Siti Khoirah Muftahatin, M.Kep
NIDN : 1115017703

**Mengetahui,
Koordinator Karya Tulis Ilmiah**


Ns. Misbah Nurjannah, M.Kep
NIDN : 1129018501

LEMBAR PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA NY. H YANG MENGALAMI HIPERTENSI
DENGAN MASALAH NYERI AKUT YANG MENDAPATKAN TERAPI RELAKSASI
OTOT PROGRESIF**

DISUSUN OLEH:

AMALIA NAHDIA

2111102416046

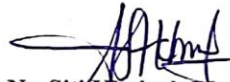
**Diseminarkan dan diujikan
Pada Tanggal, 12 Juni 2024**

Penguji I



Ns. Taufik Septiawan, M.Kep
NIDN. 1111098802

Penguji II



Ns. Siti Khoiroh Muflihatin, M.Kep
NIDN. 1115017703

Mengetahui,

Program Studi DIII Keperawatan



Ns. Teri Watiyuni, M.Kep, Sp.Mat, ph.D

NIDN. 1105077501

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademika Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Amalia Nahdia
NIM : 2111102416046
Program Studi : D3 Keperawatan
Fakultas : Ilmu Keperawatan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-Exclusive-Royalti-Free Right*) atas karya tulis saya yang berjudul:

Asuhan Keperawatan Pada Ny. H Yang Mengalami Hipertensi Dengan Masalah Nyeri Akut Yang Mendapatkan Terapi Relaksasi Otot Progresif

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur berhak menyimpan, Mengalihmediakan/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 sebenar-benarnya.

Dibuat : Samarinda

Pada Tanggal : 12 Juni 2024

Yang Menyatakan


METRAN
TEMPER
15ALX285015530

Amalia Nahdia

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “ Asuhan Keperawatan Pada Ny. H Yang Mengalami Hipertensi Dengan Masalah Nyeri Akut Yang Mendapatkan Terapi Relaksasi Otot Progresif “

Karya Tulis Ilmiah ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat mendapatkan gelar Ahli Madya Keperawatan. terselesaikannya Karya Tulis Ilmiah ini tidak lepas dari dukungan, bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu peneliti mengucapkan terima kasih kepada :

1. Allah SWT yang telah memberikan limpahan rahmat.
2. Dr. Muhammad Musiyam, M.T selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
3. Dr. Zulhijrian Noor selaku pimpinan Puskesmas Lok Bahu Samarinda
4. Dr. Hj Nunung Herlina., S.Kp., M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
5. Ns. Tri Wahyuni, M.Kep, Sp.Mat, Ph.D selaku Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan
6. Ns. Siti Khoiroh Muflihatin, M.Kep Pembimbing Karya Tulis Ilmiah
7. Ns. Taufik Septiawan, M.Kep Penguji Karya Tulis Ilmiah
8. Orang tua yang selalu memberikan dukungan, semangat dan doa dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
9. Rekan mahasiswa angkatan 2021 yang telah memberikan dukungan dan

semangat dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

10. Seluruh Civitas Akademika telah memberikan dukungan dan semangat dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini

Peneliti sangat menyadari bahwa dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini masih terdapat banyak kekurangan dan keterbatasan, sehingga peneliti mengharapkan saran dan masukan yang membangun demi perbaikan selanjutnya.

Samarinda, 10 Januari 2024

Amalia Nahdia
2111102416046

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
MOTTO	ii
HALAMAN PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN.....	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
INTISARI.....	xvii
ABSTRACT.....	xviii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar belakang	1
B. Rumusan masalah.....	3
C. Tujuan penelitian.....	3
1. Tujuan umum	3
2. Tujuan Khusus.....	3
D. Manfaat penelitian.....	4

1. Manfaat teoritis.....	4
2. Manfaat praktis.....	4
BAB II.....	6
TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Konsep penyakit hipertensi	6
1. Definisi	6
2. Etiologi	6
3. Tanda dan Gejala.....	7
4. Pathway dan patofisiologi	7
5. Klasifikasi.....	9
6. Faktor resiko.....	11
7. Komplikasi	13
8. Penatalaksanaan.....	14
B. Konsep masalah keperawatan hipertensi.....	16
C. Konsep Asuhan Keperawatan	19
1. Pengkajian Keperawatan	19
2. Diagnosa Keperawatan.....	24
3. Perencanaan.....	24
4. Implementasi	29
5. Evaluasi	30
D. Konsep Tindakan yang Dipilih	30
1. Definisi tehnik relaksasi otot progresif.....	30
2. Tujuan tehnik relaksasi otot	30

3. Manfaat teknik relaksasi otot progresif	31
4. Mekanisme teknik relaksasi otot progresif dalam menurunkan nyeri....	31
6. Prosedur Relaksasi Otot Progresif.....	33
BAB III	37
METODE PENELITIAN.....	37
A. Desain penelitian	37
B. Subyek studi kasus	37
C. Fokus studi	38
D. Definisi Operasional.....	38
E. Instrument studi kasus	39
F. Waktu dan tempat studi kasus	39
G. Prosedur penelitian	39
H. Metode Pengumpulan Data	40
I. Keabsahan data.....	40
J. Analisis data dan penyajian data	40
K. Etika studi kasus	41
BAB IV	43
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	43
A. HASIL	43
B. PEMBAHASAN	67
BAB V.....	78
KESIMPULAN DAN SARAN.....	78
A. KESIMPULAN	78

B. SARAN.....	79
DAFTAR PUSTAKA	80
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Klasifikasi Hipertensi.....	11
Tabel 2 Perencanaan	25
Tabel 3 Analisa data dan Diagnosa keperawatan.....	52
Tabel 4 Intervensi keperawatan	54
Tabel 5 Implementasi Keperawatan.....	57
Tabel 6 Evaluasi Keperawatan.....	63
Tabel 7 Evaluasi terapi relaksasi.....	66
Tabel 8 Observasi Nyeri	75
Tabel 9 Observasi Tekanan Darah	77

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Pathway Hipertensi	9
Gambar 2 Skala Nyeri VAS	17
Gambar 3 Skala Nyeri VRS	18
Gambar 4 Skala Nyeri NRS	19

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Biodata Peneliti	83
Lampiran 2 Lembar Konsultasi.....	84
Lampiran 3 Format Pengkajian	86
Lampiran 4 Lembar Observasi Tekanan Darah	87
Lampiran 5 Lembar Observasi Nyeri.....	88
Lampiran 6 SOP.....	89
Lampiran 7 Dokumentasi.....	90
Lampiran 8 Lembar Uji Plagiasi	91

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA NY. H YANG MENGALAMI
HIPERTENSI DENGAN MASALAH NYERI AKUT YANG
MENDAPATKAN TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF**

Amalia Nahdia (2024)

Dosen Pembimbing : Ns. Siti Khoiroh Muflihatin, M.Kep

Prodi D III Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan

Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Jl. Ir. Juanda Kota Samarinda

ABSTRAK

Hipertensi adalah kondisi ketika tekanan darah tinggi, yaitu tekanan darah sistolik di atas atau sama dengan 140 mmHg dan/atau tekanan darah diastolik di atas atau sama dengan 90 mmHg. Gejala yang umum dialami oleh penderita hipertensi adalah sakit kepala/rasa berat pada leher atau tengkuk. Terapi yang dapat diberikan salah satunya adalah relaksasi otot progresif. Penerapan terapi ini bertujuan untuk menurunkan dan mengurangi rasa nyeri pada hipertensi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh relaksasi otot progresif terhadap nyeri akut pada klien yang mengalami hipertensi. Penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Sampel diambil 1 orang klien yang mengalami hipertensi dengan masalah nyeri sedang dan dikelola selama 3 hari dengan melakukan terapi relaksasi otot progresif dengan frekuensi 1 kali/hari selama 10 menit. Pengumpulan data menggunakan metode wawancara, pengamatan, pemeriksaan fisik dan metode proses keperawatan. Bahan yang digunakan sphygmomanometer, stetoskop, jam, lembar observasi nyeri, lembar observasi tekanan darah dan standar operasional prosedur (SOP). Setelah dilakukan penelitian selama 3 hari dengan melakukan tindakan relaksasi otot progresif didapatkan hasil skala nyeri menurun dari skala 5 menjadi skala 2. Dari hasil perawatan terapi relaksasi otot progresif selama 3 hari menunjukkan terjadinya penurunan skala nyeri. Terapi relaksasi otot progresif efektif menurunkan nyeri.

Kata Kunci : Hipertensi, Nyeri Akut, Teknik Relaksasi Otot Progresif

***NURSING CARE FOR NY. H WHO SUFFERED HYPERTENSION WITH
ACUTE PAIN PROBLEMS WHO RECEIVES PROGRESSIVE MUSCLE
RELAXATION THERAPY***

Amalia Nahdia (2024)

***Supervisor: Ns. Siti Khoiroh Muflihatin, M.Kep
D III Nursing Study Program, Faculty of Nursing
Muhammadiyah University of East Kalimantan
Jl. Ir. Juanda, Samarinda***

ABSTRACT

Hypertension is a condition when blood pressure is high, namely systolic blood pressure above or equal to 140 mmHg and/or diastolic blood pressure above or equal to 90 mmHg. Common symptoms experienced by hypertension sufferers are headaches/heaviness in the neck or nape of the neck. One of the therapies that can be given is progressive muscle relaxation. The application of this therapy aims to reduce and reduce pain in hypertension. The aim of this study was to determine the effect of progressive muscle relaxation on acute pain in clients with hypertension. This research uses descriptive research with a case study approach. The sample was taken from 1 client who had hypertension with moderate pain problems and managed it for 3 days by carrying out progressive muscle relaxation therapy with a frequency of 1 time/day for 10 minutes. Data collection uses interview methods, observation, physical examination and nursing process methods. The materials used are sphygmomanometer, stethoscope, clock, pain observation sheet, blood pressure observation sheet and standard operating procedures (SOP). After conducting research for 3 days by carrying out progressive muscle relaxation measures, it was found that the pain scale decreased from scale 5 to scale 2. The results of progressive muscle relaxation therapy treatment for 3 days showed a decrease in the pain scale. Progressive muscle relaxation therapy is effective in reducing pain.

Keywords: Hypertension, Acute Pain, Progressive Muscle Relaxation Technique