



UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO

**ANALISA INTERVENSI KEPERAWATAN RELAKSASI
AUTOGENIK UNTUK MENGURANGI NYERI PADA LANSIA
HIPERTENSI DI KAMPUNG GADING REJO KOTA PASURUAN**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ners

FIKRI RACHMAT PURWOAJI

202203122

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
MOJOKERTO**

2023



UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO

**ANALISA INTERVENSI KEPERAWATAN RELAKSASI
AUTOGENIK UNTUK MENGURANGI NYERI PADA LANSIA
HIPERTENSI DI KAMPUNG GADING REJO KOTA PASURUAN**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ners

FIKRI RACHMAT PURWOAJI

202203122

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS**

MOJOKERTO

2023

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

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



Tanggal : juli 2023

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir Ners ini diajukan oleh :

Nama : Fikri Rachmat PurwoAji

Nim : 202203122


Program Studi : Profesi Ners


Pada Tanggal : juli 2023

Judul KIAN : **ANALISA INTERVENSI KEPERAWATAN
RELAKSASI AUTOGENIK UNTUK MENGURANGI NYERI PADA
LANSIA HIPERTENSI DI KAMPUNG GADING REJO KOTA
PASURUAN**

Telah berhasil dipertahankan di hadapan dewan penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto

DEWAN PENGUJI

Penguji 1 : Heri Triwibowo, S.Kep.Ns.,M.Kes ()

Penguji 2 : Arif Wicaksono, S.Kep.Ns.,M.Kes ()

Ditetapkan di : Mojokerto

Tanggal: juli 2023

PERNYATAAN PLAGIARISME

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fikri Rachmat PurwoAji

Nim : 202203122

Program Studi : Profesi Ners

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa penelitian saya yang berjudul Analisa Intervensi Keperawatan Relaksasi autogenic Pada Lansia Hipertensi Di Kampung Gading Rejo Kota Pasuruan.

Bebas dari plagiarisme dan bukan hasil karya orang lain

Apabila dikemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian dari Karya Ilmiah Akhir Ners tersebut terdapat indikasi plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tanpa unsur paksaan siapapun.

Mengetahui,

Pembimbing



Arif Wicaksono, S.Kep.Ns.,M.Kes

Mojokerto, juli 2023

Yang menyatakan,



(Fikri Rachmat PurwoAji)

KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena atas rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir ners saya yang berjudul “Analisa Intervensi Keperawatan Relaksasi Autogenik Pada Lansia Hipertensi Di Kampung Gading Rejo Kota Pasuruan”. Penulisan karya ilmiah akhir ini merupakan salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Ners di Fakultas Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto. Penulis menyadari bahwa dalam penulisan KIAN ini selain di bantuan Allah Yang Maha Kuasa, Terdapat pihak-pihak yang sudah Allah kirimkan untuk memberikan dukungan dan bantuan yang tidak terduga kepada saya. Oleh karena itu apresiasi tertinggi saya ucapkan kepada:

1. Dr. Windu Santoso, S.Kep.,M.Kep selaku Rektor Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas untuk mengikuti pendidikan di Program Studi Profesi Ners di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.
2. Dr. Ratna Tri Ningsih, S.Kep.,NS.,M.Kes selaku Dekan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto
3. Ns. Rina Nur Hidayati M.Kep.,Sp.Kep.Kom selaku Ka. Prodi Profesi Ners Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto
4. Heri Triwibowo, S.Kep.Ns.,M.Kes selaku penguji I Sidang Karya Ilmiah Akhir Ners yang telah meluangkan waktunya untuk menguji serta memberikan masukan kepada penulis.
5. Arif Wicaksono S.Kep.Ns.,M.Kes selaku penguji II Sidang Karya Ilmiah Akhir Ners dan Dosen pembimbing I yang memberikan saran dan masukan serta waktu untuk bimbingan kepada penulis
6. Staff Dosen dan Karyawan Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto
7. Teman – teman yang telah memberi bantuan dan motivasi serta support kepada peneliti dalam menyelesaikan tugas akhir.

Akhirnya penulis menyadari bahwa KIAN ini jauh dari sempurna, karenanya penulis mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun yang diharapkan akan menyempurnakan penyusunan KIAN ini.

Mojokerto, juli 2023

Penulis



Fikri Rachmat Purwoaji

202203122



PERSEMBAHAN

KIAN ini kupersembahkan untuk :

1. Kedua Orang Tua saya (Alm. Edi Santoso dan Endah Soesilowati Sihab) Orang hebat yang selalu menjadi penyemangat saya sebagai sandaran terkuat, yang tidak pernah henti-hentinya memberikan kasih sayang dengan penuh cinta dan kasih, dan selalu memberi motivasi. Terimakasih untuk seluruh doa dan dukungan mama dan papa sehingga saya bisa berada di titik ini. Teruntuk Alm. Papa telah berhasil membuat saya bangkit dan tidak ada kata menyerah, Karya Tulis Ilmiah dan gelar ini saya persembahkan sebagai perwujudan terakhir saya dalam menepati janji saya untuk menyelesaikan pendidikan sampai akhir dan tepat waktu, terima kasih telah mengantarkan saya berada di titik ini meskipun pada akhirnya perjalanan ini harus saya lewati sendiri tanpa papa temani.
2. Keluarga dan saudara yang selalu memberi support dan inspirasi positif kepada saya.
3. Marisa Dwi R. dan koslo girls Squad yang selalu mendukung, memotivasi dan membimbing dalam penyelesaian KIAN.
4. Dosen penguji dan pembimbing yang telah memberi ilmu dan meluangkan waktu untuk membimbing penyusunan KIAN.
5. Teman-teman seperjuangan Prodi Profesi Ners.
6. Almamaterku.

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS
AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK**

Sebagai akademik Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fikri Rachmat Purwoaji

Nim : 202203122

Program Studi: Profesi Ners

Jenis Karya : Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN)

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto Hak Bebas Royalti (Non-Exclusive Royalti-Free Right) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

“Analisa Intervensi Keperawatan Relaksasi Autogenik Pada Lansia Hipertensi Di Kampung Gading Rejo Kota Pasuruan”

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

BINA SEHAT PPNI

Dibuat di: Mojokerto

Pada tanggal: Juli 2023

Yang menyatakan



Fikri Rachmat Purwoaji

202203122

LEMBAR PEGESAHAN

<



Yayasan Kesejahteraan Warga Perawatan Perawat Nasional Indonesia

UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

FAKULTAS EKONOMI BISNIS & TEKNOLOGI DIGITAL

• <http://www.ubs-ppni.ac.id>
• info@ubs-ppni.ac.id

• 0321-390203 (Fax) / Call Center : 08113281223
• Jln. Raya Jabon KM.06 Mojoanyar Mojokerto


LEMBAR PENGESAHAN


Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini diajukan oleh :

Nama : FIKRI RACHMAT PURWOAJI
NIM : 202203122
Program Studi : Profesi Ners
Pada Tanggal : 12 September 2023
Judul Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) : "ANALISA INTERVENSI KEPERAWATAN RELAKSASI AUTOGENIK UNTUK MENGURANGI NYERI PADA LANSIA HIPERTENSI DI KAMPUNG GADING REJO KOTA PASURUAN"

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dosen Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Profesi Ners Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto

DOSEN PENGUJI

Penguji Utama : Heri Tri Wibowo, S.Kep.Ns.,M.Kes ()

Penguji Satu : Arif Wicaksono, S.Kep.Ns.,M.Kes ()

Ditetapkan di : Mojokerto

Tanggal : 12 September 2023

Ka. Prodi Profesi Ners

Rina Nur Hidayati, M.Kep.Sp.Kep.Kom

NIK : 162 601 027

LEMBAR PUBLIKASI



UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO PERPUSTAKAAN

Raya Jabon Km 06 Mojoanyar Mojokerto, 61364
Email: perpustakaan@ubs-ppni.ac.id

LEMBAR PENYERAHAN TUGAS AKHIR MAHASISWA DAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai mahasiswa Universitas Bina Sehat PPNI, yang bertandatangan di bawah ini, saya:

Nama : FIKRI RACHMAT PURWOAJI
NIM : 202203122
Prodi : PROFESI NERS
Fakultas : FAKULTAS KESEHATAN
Judul : ANALISA INTERVENSI KEPERAWATAN RELAKSASI AUTOGENIK UNTUK MENGURANGI NYERI PADA LANSIA HIPERTENSIDI KAMPUNG GADINGREJO KOTA PASURUAN

Email : fikrirachmat331@gmail.com

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa :

Demi pengembangan Ilmu Pengetahuan, Teknologi dan Seni, Saya menyetujui memberikan kepada Universitas Bina Sehat PPNI Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-Exclusive Royalty Free Right*) atas seluruh isi/sebagian karya ilmiah Saya tersebut diatas. (Pilih salah satu)

- A. Untuk disimpan, dialih mediakan, dan dikelola dalam bentuk pangkalan data (*database*) untuk selanjutnya didistribusikan atau dipublikasikan demi kepentingan akademis dengan tetap mencantumkan nama Saya sebagai penulis atau pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.
- B. Hanya untuk disimpan di Perpustakaan Universitas Bina Sehat PPNI, karena**:
- 1. Publikasi ilmiah dalam jurnal, prosiding dan sejenisnya baik nasional/internasional lain.
 - 2. Masih akandi teliti lebih lanjut.
 - 3. Lainnya penjelasan,

** Apabila hanya untuk disimpan di Perpustakaan dan pilihan poin B.1 tidak terpenuhi dalam jangka waktu dua tahun sejak tanggal dibuatnya pernyataan ini, maka publikasi karya tersebut akan menjadi hak kelola Universitas Bina Sehat PPNI.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Bina Sehat PPNI, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Mojokerto, 29 September 2023

Penulis

(Fikri Rachmat Purwoaji)

Mengetahui,
Dosen Pembimbing I

(Arif Wicaksono, S.Kep.Ns.,M.Kes)

Dibuat rangkap 2, untuk penulis dan perpustakaan

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN PLAGIARISME.....	iv
KATA PENGANTAR	v
PERSEMBAHAN.....	vii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK.....	viii
LEMBAR PEGESAHAN	ix
LEMBAR PUBLIKASI.....	x
ABSTRAK.....	xi
ABSTRAK.....	xii
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
BAB 1	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Tinjauan Teori.....	4
1.3 Definisi lansia.....	4
1.3.1 Klasifikasi lansia.....	4
1.3.2 Tipe lansia.....	5
1.3.3 Perubahan Pada Lansia	6
1.4 Definisi hipertensi	10
1.4.1 Klasifikasi Hipertensi	11
1.4.2 Faktor resiko hipertensi	12
1.4.3 Penatalaksanaa	15
1.4.4 Penatalaksanaan Non Farmakologi.....	15
1.4.5 Etiologi.....	17

1.4.6 Patofisiologi	19
1.4.7 Pathway	21
1.5 Definisi Relaksasi Autogenik	22
1.5.1 definisi Relaksasi autogenik	22
1.5.2 Manfaat Relaksasi Autogenic	23
1.5.3 Tujuan Relaksasi Autogenik	24
1.5.4 Cara Relaksasi Autogenik	24
1.6 Konsep Asuhan Keperawatan	26
1.7 Tujuan Penelitian	40
1.7.1 Tujuan Umum	40
1.7.2 Tujuan Khusus	40
BAB 2	41
GAMBARAN KASUS KELOLAAN UTAMA	41
2.1 ASUHAN KEPERAWATAN PASIEN KELOLAAN UTAMA	41
2.1.1 PENGKAJIAN	41
2.2 Potensi pertumbuhan psiko social dan spiritual	48
2.3 ANALISA DATA	51
2.4 Dignosa Keperawatan	54
2.5 Intervensi Keperawatan	54
2.6 Implementasi Dan Evaluasi	55
BAB 3	70
PEMBAHASAN	70
3.1 Analisa Pengkajian	70
3.2 Analisa Penerapan Intervensi relaksasi autogenik	72
3.3 Analisa Implementasi	75
3.4 Analisa Evaluasi Keperawatan	78
BAB 4	82
PENUTUP	82
4.1 Kesimpulan	82
4.2 Saran	82
4.2.1 Instansi penyedia layanan kesehatan	82

4.2.2 Bagi Lansia	83
4.2.3 Bagi Tenaga Kesehatan	83
4.2.4 Bagi peneliti selanjutnya.....	83
DAFTAR PUSTAKA	84
LAMPIRAN.....	86



DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 <i>Klasifikasi Hipertensi Menurut WHO – ISH</i>	11
Tabel 1.2 Indeks Masa Tubuh (IMT).....	14
Tabel 1.3 <i>Indeks Barthel</i> (Kholifah, 2016)	33
Tabel 1.4 pemeriksaan MMSE.....	34



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Pathway 21



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 SURAT PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN.....	86
Lampiran 2 Permohonan Menjadi Responden.....	87
Lampiran 3 LAMPIRAN KEGIATAN.....	89



DAFTAR PUSTAKA

- Dewi, E. U., & Widari, N. P. (2017). Teknik relaksasi autogenik dan relaksasi otot progresif terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. In *Prosiding Seminar Nasional dan Workshop Publikasi Ilmiah*.
- Retnowati, L., Andrean, D., & Hidayah, N. (2021). PEMBERIAN TERAPI RELAKSASI AUTOGENIK UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI KARANG WERDHA BISMA SUMBERPORONG KAB. MALANG. *Hospital Majapahit (JURNAL ILMIAH KESEHATAN POLITEKNIK KESEHATAN MAJAPAHIT MOJOKERTO)*, 13(2), 20-30.
- Nurhidayati, I., Agustina, N. W., & Halimah, H. (2018). Pengaruh relaksasi autogenik terhadap insomnia pada penderita hipertensi di rsd bagas waras klaten. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 5(3), 444-450.
- Setiawan, A. R., Dewi, N. R., & Ayubana, S. (2021). Penerapan Teknik Relaksasi Autogenik Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Cendikia Muda*, 1(1).
- Ekarini, N. L. P., Krisanty, P., & Suratun, S. (2018). Pengaruh relaksasi autogenik terhadap tingkat kecemasan dan perubahan tekanan darah pada pasien riwayat hipertensi. *JKEP*, 3(2), 108-118.
- Mardiono, S. (2018). Pengaruh Relaksasi Autogenik terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Klien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas 23 Ilir Palembang Tahun 2015. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 11(3), 192-198.
- Kusuma, A. S. A., Kristiani, E., Kusuma, A. S., & Kristiani, E. (2021). Pengaruh Teknik Relaksasi Autogenik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi. *Scholar. Archive. Org*, 10(1).

- Wardani, D., & Adriani, P. (2022). Aplikasi Pemberian Terapi Relaksasi Autogenik Terhadap Perubahan Tingkat Nyeri Akut Pasien Hipertensi. *Indonesian Journal of Professional Nursing*, 3(1), 7-12.
- Novitasari, D., & Wirakhmi, I. N. (2018). Penurunan Nyeri Kepala Pada Lansia Dengan Hipertensi Menggunakan Relaksasi Autogenik Di Kelurahan Mersi Purwokerto. *Media Ilmu Kesehatan*, 7(2), 104-113.
- Arif, M., Amalia, E., Sesrianty, V., Kartika, K., & Moidaliza, M. (2019). Pemberian Intervensi Teknik Relaksasi Autogenik Pada Pasien Hipertensi Di Kecamatan Guguak Kabupaten Lima Puluh Kota. *Jurnal Abdimas Kesehatan Perintis*, 1(1), 35-39.
- Istianah, U., Hendarsih, S., & Sugeng, S. (2016). Relaksasi Autogenik Untuk Menurunkan Tekanan Darah Dan Tingkat Kecemasan Penderita Hipertensi Esensial Di Panti Sosial Tresna Wredha Abiyoso Pakem Yogyakarta. *Jurnal Teknologi Kesehatan (Journal of Health Technology)*, 12(2), 92-100.
- Ramadhan, F. R., Ludiana, L., & Immawati, I. (2023). PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI AUTOGENIK PADA PASIEN HIPERTENSI DI PUSKESMAS METRO. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(2), 260-267. Achjar, K. A. (2016). *Aplikasi Praktis Asuhan Keperawatan Keluarga*.