



UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO

**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN HIPERTENSI PADA LANSIA
DENGAN TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP
PENURUNAN NYERI DI PMKS PESANGGRAHAN MOJOPAHIT
MOJOKERTO**

KARYA ILMAH AKHIR NERS

DILLA NAJMI AMELIA

202203105

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN PROGRAM STUDI PROFESI NERS
MOJOKERTO
TAHUN 2023**



UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO

**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN HIPERTENSI PADA LANSIA
DENGAN TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP
PENURUNAN NYERI DI PMKS PESANGGRAHAN MOJOPAHIT
MOJOKERTO**

KARYA ILMAH AKHIR NERS

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ners

DILLA NAJMI AMELIA

202203105

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN PROGRAM STUDI PROFESI NERS
MOJOKERTO
TAHUN 2023**

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

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.

Nama : Dilla Najmi Amelia

NIM : 202203105

Tanda Tangan :



Tanggal : 1 September 2023

HALAMAN PENGESAHAN



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 : DILLA NAJMI AMELIA
NIM : 202203105
Program Studi : Profesi Ners
Pada Tanggal : 21 September 2023
Judul Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) : "analisis asuhan keperawatan hipertensi pada lansia dengan terapi relaksasi otot progresif di PMKS pesanggrahan mojopahit mojkerto"

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

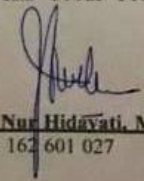
Penguji Satu : Heri Tri Wibowo, S.Kep.Ns.M.Kes (.....)

Ditetapkan di : Mojokerto

Tanggal : 21 September

2023 Ka. Prodi Profesi

Ners


Rina Nur Hidayati, M.Kep.Sp.Kep.Kom
NIK : 162 601 027

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT karena atas rahmat dan karunia-Nya, saya dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir ners saya yang berjudul "Analisis Asuhan Keperawatan Hipertensi Pada Lansia Dengan Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Nyeri di PMKS Pesanggrahan Mojopahit Mojokerto". 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 dari 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
2. Dr. Tri Ratna Ningsih, S.Kep., M.Kes, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto
3. Rina Nur Hidayati, S.Kep.Ns., M.Kep., Sp.Kep.Kom, selaku Ka. Prodi Profesi Ners Bina Sehat PPNI Mojokerto
4. Heri Tri Wibowo S.Kep.Ns.,M.Kes, selaku Pembimbing KIAN
5. Arif Wicaksono, S.Kep.Ns., M.Kes selaku Penguji KIAN

Saya selalu berdo'a semoga Allah SWT membalas kebaikan seluruh pihak yang turut sertadalam penyusunan KIAN ini. Semoga KIAN ini dapat berguna dalam pengembangan riset dan keilmuan keperawatan

Mojokerto, 1 September 2022

Dilla Najmi Amelia

DAFTAR ISI

Halaman Pernyataan Orisinalitas	ii
Halaman Pengesahan	iii
Kata Pengantar	iv
Halaman pernyataan persetujuan publikasi tugas akhir untuk kepentingan akademis	v
Abstrak	vi
Abstract	vii
Daftar Isi	viii
Daftar Lampiran	x
Bab 1 Pendahuluan	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Tinjauan Pustaka Terkait Kasus	5
1.2.1 Konsep Lansia	5
1.2.2 Hipertensi	11
1.2.3 Konsep Nyeri	23
1.2.4 Progressive Muscle Relaxation	29
1.2.5 Konsep Asuhan Keperawatan	36
1.3 Tujuan	48
1.3.1 Tujuan Umum	48
1.3.2 Tujuan Khusus	48
1.4 Manfaat	48
Bab 2 Gambaran Kasus Kelolaan Utama	50
2.1 Asuhan Keperawatan Kasus Kelolaan Utama	50
2.1.1 Pengkajian	50
2.1.2 Analisa Data	62
2.1.3 Diagnosa Keperawatan	63
2.1.4 Rencana Keperawatan	64

2.1.5	Implementasi Keperawatan.....	65
2.1.6	Evaluasi Keperawatan.....	69
Bab 3	Pembahasan.....	71
3.1	Analisa Asuhan Keperawatan Dengan Konsep Teoritis Terkait	71
3.2	Analisis Penerapan Intervensi Berdasarkan Hasil Kajian Praktik Berbasis Bukti	73
3.3	Implikasinya Terhadap Pelayanan Keperawatan	78
Bab 4	Penutup.....	80
4.1	Kesimpulan	80
4.1.1	Pengkajian	80
4.1.2	Diagnosa Keperawatan.....	81
4.1.3	Intervensi Keperawatan.....	81
4.1.4	Imlementasi Keperawatan.....	81
4.1.5	Evaluasi Keperawatan.....	81
4.2	Saran	82
Daftar Pustaka	83
Biodata Penulis	85



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Lembar Bimbingan	86
Lampiran 2 : Lembar Uji Similaritas.....	88
Lampiran 3 : Dokumentasi	89



DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, K. (2019). Olahraga Senam Satria Nusantara, Olahraga Jalan Cepat Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Lapangan Renon, Denpasar. *JURNAL MEDIKA*, 8(5). <https://ojs.unud.ac.id/index.php/eum>
- Berliana, L. (2021). Hubungan antara Olahraga dan Stres dengan Tingkat Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(1), 82–87. <https://doi.org/https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i1.514>
- Ernawati, F. (2021). *Penurunan Nyeri Kepala Pada Pasien Hipertensi Menggunakan Terapi Relaksasi Otot Progresif*. 2(2), 47. <https://doi.org/https://doi.org/10.26714/nm.v2i2.6281>
- Eyet, Hidayat, Z. (2017). Pengaruh Terapi Relaksasi Progresif Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Uji Kompetensi Mahasiswa Tingkat III Akper Muhammadiyah Cirebon. *The Soedirman Journal of Nursing*, 12(1), 101.
- Hidayanto, D. N. F. T. (2021). *Manajemen Waktu Filosofi Teori Implement* (p. 113). 7 februari 2021.
- Humaira. (2022). *Upaya Peningkatan Resiliensi Keluarga Untuk Pencegahan Dan Penanggulangan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Gang Kelor Kota Bogor*. 358–363.
- Kemenkes RI. (2013). *RISET KESEHATAN DASAR*.
- Marliani, L., & S, H. T. (2017). *100 Question Answer Hipertensi*. PT Elex Media.
- Mulyadi. (2019). Gambaran Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Yang Melakukan Senam Lansia. *In Journal of Borneo Holistic Health*, 2.
- Nugroho, H. (2020). *Keperawatan Gerontik & Geriatrik*. EGC.
- Nurarif, A. H. (2015). *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnose Medis Dan Nanda Nic Noc* (3rd ed.). Mediacion.
- Peldian Olds. (2017). *Human Development Perkembangan Manusia*. Selemba Humanika.
- Potter, & P. (2015). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan*. EGC.

Pudiastuti, R. (2011). *Penyakit Pemicu Stroke*.

Rahmawati, M. (2018). *Efektifitas Progressive Muscle Relaxation (Pmr) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi (Effectiveness Of Progressive Muscle Relaxation (Pmr) On Blood Pressure Reduction In Hypertension Patients)*.

Soesanto, E. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Upaya Perawatan Kesehatan Lanjut Usia Hipertensi Dimasa Pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Stikes Cendekia Utama Kudus*, 10(2), 170–179.

Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik* (1st ed.). PPNI.

WHO. (2023). *Cardiovascular Disease*. https://www.who.int/health-topics/cardiovascular-diseases#tab=tab_1

