



UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO

**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN MASALAH NYERI
AKUT PADA LANSIA HIPERTENSI MENGGUNAKAN
INTERVENSI RELAKSASI OTOT PROGRESIF
DI UPT PELAYANAN SOSIAL TRESNA
WERDA KABUPATEN JOMBANG**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

ANES LAILA

202503021

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO**

2026



UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO

**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN MASALAH NYERI
AKUT PADA LANSIA HIPERTENSI MENGGUNAKAN
INTERVENSI RELAKSASI OTOT PROGRESIF
DI UPT PELAYANAN SOSIAL TRESNA
WERDA KABUPATEN JOMBANG**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

ANES LAILA

202503021

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO**

2026

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : ANES LAILA

NIM : 202503021

Prodi : PROFESI NERS

Fakultas : FIKES

Judul : ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN MASALAH NYERI AKUT
PADA LANSIA HIPERTENSI MENGGUNAKAN INTERVENSI RELAKSASI
OTOT PROGRESIF DI UPT PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDA
KABUPATEN JOMBANG

Saya menyatakan bahwa KIAN ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun, dan apabila terbukti ada unsur Plagiarisme saya siap untuk dibatalkan kelulusannya.

Mojokerto, 26/07/2026



ANES LAILA
202503021

QR REPOSITORY



LEMBAR PERSETUJUAN

LEMBAR PERSETUJUAN

KIAN ini telah disetujui untuk diajukan dalam Ujian Akhir Program

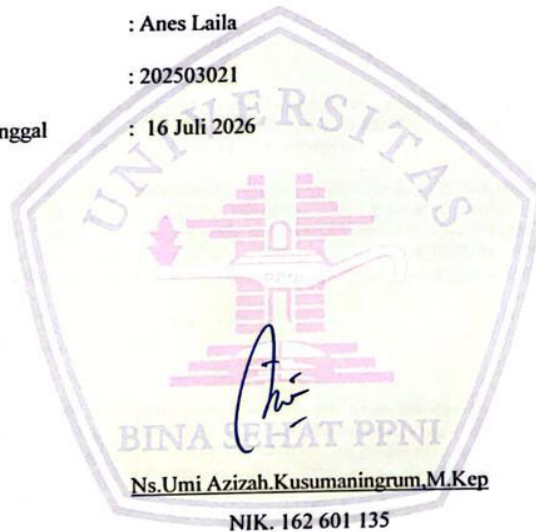
Profesi Ners .

Judul : Analisis Asuhan Keperawatan Dengan Masalah Nyeri Akut
Pada Lansia Hipertensi Menggunakan Intervensi Relaksasi
Otot Progresif Di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha
Kabupaten Jombang.

Nama : Anes Laila

NIM : 202503021

Pada Tanggal : 16 Juli 2026



Ns.Umi Azizah.Kusumaningrum,M.Kep

NIK. 162 601 135

LEMBAR PENGESAHAN

7/22/26, 8:08 PM

siakad.ubs-ppni.ac.id/siam/cetak-pengesahan.html



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 : ANES LAILA
NIM : 202503021
Program Studi : Profesi Ners
Pada Tanggal : 22 Juli 2026
Judul Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) : "ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN MASALAH NYERI AKUT PADA LANSIA HIPERTENSI MENGGUNAKAN INTERVENSI RELAKSASI OTOT PROGRESIF DI UPT PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDA KABUPATEN JOMBANG "

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 : Rina Nur Hidayati, M.Kep.Sp.Kep.Kom (.....)

Penguji 1 : Umi Azizah Kusumaningrum, M.Kep (.....)

Ditetapkan di : Mojokerto

Tanggal : 22 Juli 2026

Ka. Prodi Profesi Ners

Dr. Faisal Ibnu, S.Kep.Ns.,M.Kes
NIK : 162.601.026

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	i
LEMBAR PENGESAHAN	i
KATA PENGANTAR	ii
ABSTRAK.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar belakang	1
1.2 Tujuan Penelitian.....	5
1.2.1 Tujuan Umum	5
1.2.2 Tujuan Khusus	5
1.3 Manfaat Penelitian.....	6
1.3.1 Bagi Institusi Pendidikan	6
1.3.2 Bagi Pelayanan Kesehatan	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Konsep lansia	7
2.1.1 Definisi Lansia	7
2.1.2 Klasifikasi lansia	8
2.1.3 Karakteristik lansia.....	9
2.1.4 Tipe lansia	10
2.1.5 Penurunan fungsi lansia	11
2.1.6 Penyakit yang terjadi pada lansia	11
2.2 Konsep Dasar Nyeri Akut	13
2.2.1 Definisi Nyeri Akut.....	13
2.2.2 Klasifikasi Nyeri Akut	14
2.2.3 Etiologi.....	17
2.2.4 Tanda dan gejala	17
2.2.5 Manifestasi Klinis	18

2.2.6	Pengukuran nyeri	20
2.2.7	faktor yang mempengaruhi nyeri	22
2.2.8	Penatalaksanaan	23
2.3	Konsep Hipertensi	24
2.3.1	Definisi Hipertensi	24
2.3.2	Klasifikasi Hipertensi.....	25
2.3.3	Etologi hipertensi	26
2.3.4	Patofisiologi	27
2.3.5	Pathway	29
2.3.6	Manifestasi klinis.....	30
2.3.7	Faktor risiko	31
2.3.8	Komplikasi	33
2.3.9	Penatalaksanaan	33
2.4	Konsep Relaksasi Otot Progresif.....	34
2.4.1	Definisi relaksasi otot progresif	34
2.4.2	Tujuan	35
2.4.3	Manfaat	35
2.4.4	Prosedur relaksasi otot progresif.....	36
2.4.5	Indikasi pemberian teknik relaksasi otot progresif	37
2.4.6	Kontra indikasi pemberian teknik relaksasi otot progresif	38
2.5	Konsep mekanisme relaksasi otot progresif dalam menurunkan nyeri ..	38
2.6	Konsep Asuhan Keperawatan	39
2.7	jurnal relevan.....	56
BAB III GAMBARAN KASUS		59
3.1	Asuhan Keperawatan.....	59
3.1.1	Tinjauan Kasus.....	59
3.1.2	Identitas Pasien.....	60
3.1.3	Riwayat Penyakit	60
3.1.4	Pemeriksaan Fisik	61
3.1.5	Psikososial.....	63
3.1.6	Analisa Data	70
3.1.7	Diagnosa Keperawatan.....	72

3.1.8	Rencana Tindakan Keperawatan.....	72
3.1.9	Implementasi Keperawatan.....	73
3.1.10	Evaluasi Keperawatan.....	78
3.1.11	Evaluasi hasil.....	80
BAB 4 PEMBAHASAN.....		82
4.1	Analisis Asuhan Keperawatan.....	82
4.1.1	Pengkajian.....	82
4.1.2	Analisa Data dan Diagnosa Keperawatan.....	84
4.1.3	Intervensi Keperawatan.....	85
4.1.4	Implementasi Keperawatan.....	86
4.1.5	Evaluasi keperawatan.....	87
4.2	Penerapan Intervensi terapi Relaksasi Otot progresif	88
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN		90
5.1	Kesimpulan.....	90
5.2	Saran.....	91
DAFTAR PUSTAKA		93



DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Klasifikasi Hipertensi.....	26
Tabel 2. 2 penilaian MMSE	44
Tabel 2. 3 penilaian SPMSQ.....	46
Tabel 2. 4 penilaian TUG Time Up Go Test.....	47
Tabel 2. 5 penilaian Geriatric Depression Scale	48
Tabel 2. 6 Penilaian Status Nutrisi	49
Tabel 2. 7 penilaian indeks barthel	51
Tabel 2. 8 Analisa Data	53
Tabel 2. 9 Intervensi Keperawatan.....	54
Tabel 3. 1 Identitas pasien.....	60
Tabel 3. 2 Riwayat Penyakit	60
Tabel 3. 3 Pemeriksaan Fisik	61
Tabel 3. 4 penilaian MMSE	63
Tabel 3. 5 penilaian SPMSQ.....	65
Tabel 3. 6 penilaian Geriatric Depression Scale	66
Tabel 3. 7 Penilaian Timed Up and Go.....	67
Tabel 3. 8 penilaian indeks bartel	69
Tabel 3. 9 Analisa data.....	70
Tabel 3. 10 Rencana tindak lanjut.....	72
Tabel 3. 11 Implementasi keperawatan	73
Tabel 3. 12 Evaluasi keperawatan.....	78

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Patofisiologi Hipertensi	29
--	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Standar Operasional Prosedur (SOP)	96
Lampiran 2 Lembar bimbingan.....	103
Lampiran 3 pengajuan judul	105
Lampiran 4 uji similaritas	106
Lampiran 5dokumentasi.....	107



DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, R. (2019). *Proses menua dan penurunan fungsi lansia*. Jakarta: Salemba Medika.
- Badan Pusat Statistik. (2025). *Statistik kesehatan Indonesia*. Jakarta: BPS.
- Indonesian Health Science Journal. (2024). *Efektivitas relaksasi otot progresif terhadap nyeri pada lansia hipertensi*. *Indonesian Health Science Journal*, 12(1), 45–52.
- Jamal, A. (2022). *Mekanisme nosisepsi pada hipertensi*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Jacobson, E. (1938). *Progressive relaxation*. Chicago: University of Chicago Press.
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Pedoman teknis penatalaksanaan hipertensi pada lansia*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). *Laporan prevalensi hipertensi di Indonesia*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Khair, M., Rahman, A., & Yusuf, H. (2024). *Progressive muscle relaxation and autonomic nervous system balance*. *Journal of Nursing Research*, 15(2), 101–110.
- Khotimah, S., Jahro, I., & Maulidiyah, R. (2024). *Intervensi relaksasi napas dalam terhadap nyeri akut pada pasien hipertensi*. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 18(3), 210–218.
- Leu, A., Prastiwi, D., & Putri, R. (2018). *Pengaruh teknik relaksasi otot progresif terhadap penurunan hipertensi pada lansia*. *Jurnal Keperawatan*, 10(2), 55–63.
- Li, X., Zhang, Y., & Chen, L. (2022). Association between hypertension and pain prevalence in elderly patients. *Journal of Geriatric Medicine*, 14(4), 233–240.
- Lestari, D., & Yuswiyanti, R. (2018). *Manfaat fisiologis relaksasi otot progresif*. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 6(1), 33–40.
- Luo, H., Wang, J., & Chen, Y. (2024). *Psychological benefits of progressive muscle relaxation in healthcare workers*. *International Journal of Mental Health Nursing*, 33(2), 145–153.

- Ma'ruf, A., & Adriani, R. (2017). *Relaksasi otot progresif sebagai terapi nonfarmakologis*. *Jurnal Psikologi Klinis*, 9(1), 12–20.
- Martin, A., & Fitria, N. (2020). *Hipertensi sebagai silent killer pada lansia*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(3), 200–207.
- Mustika, R. (2019). *Konsep lansia dalam perspektif kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Nurhayati, S., Wijaya, R., Roni, A., Fatma, D., & Camelia, P. (2023). *Efektivitas senam ergonomik terhadap tekanan darah dan nyeri pada lansia hipertensi*. *Jurnal Keperawatan Gerontik*, 7(2), 88–95.
- Novianti, E., Sari, L., & Putra, H. (2018). *Tahap perkembangan lansia dan implikasi kesehatan*. *Jurnal Psikologi Perkembangan*, 5(1), 22–30.
- Permatasari, D. (2023). *Efektivitas progressive muscle relaxation terhadap tekanan darah dan nyeri pada lansia hipertensi*. *Jurnal Keperawatan*, 12(2), 45–52.
- Permana, A. (2021). *Relaksasi otot progresif dalam praktik klinis*. Yogyakarta: Deepublish.
- Persatuan Perawat Nasional Indonesia. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI)*. Jakarta: PPNI.
- Pinzon, R. (2016). *Klasifikasi nyeri akut dan kronis*. Yogyakarta: Kanisius.
- Pudiastuti, R. (2011). *Terapi relaksasi otot progresif untuk menurunkan kecemasan dan tekanan darah*. Jakarta: EGC.
- Qin, Y., Zhao, L., & Wang, H. (2025). *Chronic pain and hypertension risk in elderly patients*. *Journal of Pain Research*, 18(1), 77–85.
- Raja, S., Carr, D., Cohen, M., Finnerup, N., Flor, H., Gibson, S., Keefe, F., Mogil, J., Ringkamp, M., Sluka, K., Song, X., Stevens, B., Sullivan, M., Tutelman, P., Ushida, T., & Vader, K. (2020). The revised definition of pain by IASP. *Pain*, 161(9), 1976–1982. <https://doi.org/10.1097/j.pain.0000000000001939> ([doi.org in Bing](https://doi.org/10.1097/j.pain.0000000000001939))
- Sarasti, A. (2015). *Indikasi dan kontraindikasi relaksasi otot progresif*. UMM Institutional Repository.
- Sari, D. (2019). *Nyeri akut pada lansia hipertensi*. *Jurnal Keperawatan Medikal Bedah*, 4(2), 99–106.
- Setyoad, A., & Kushariyad, B. (2011). *Teknik latihan relaksasi otot progresif*. *Jurnal Kesehatan*, 3(1), 15–22.

- Silalahi, R., Hutagalung, M., & Simanjuntak, E. (2023). *Manajemen nyeri*. Medan: USU Press.
- Soewondo, P., Ferrario, A., & Tahapary, D. (2022). *Hypertension prevalence and management in Indonesia*. *Journal of Hypertension*, 40(5), 1001–1009.
- Sumarauw, V., Langelo, W., & Lumintang, C. (2025). Terapi relaksasi otot progresif terhadap tingkat kecemasan pasien rawat inap. *Lasalle Health Journal*, 4(1), 30–40. <https://doi.org/10.52159/lhj.v4i1.128>
- Tutik, R. (2025). *Praktik keperawatan dalam penegakan diagnosis nyeri akut*. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 19(1), 55–63.
- Walmiantika, T. (2024). *Efektivitas teknik relaksasi otot progresif terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi*. Universitas Indonesia Maju.
- World Health Organization. (2019). *Ageing and health*. Geneva: WHO.
- World Health Organization. (2023). *Global report on ageing and health*. Geneva: WHO.
- Wulandari, A. (2024). *Relaksasi otot progresif sebagai terapi tambahan pada lansia hipertensi*. *Jurnal Keperawatan Gerontik*, 8(1), 12–20.
- Wulandari, A., & Dewi, R. (2021). *Efektivitas relaksasi otot progresif terhadap tekanan darah dan kualitas tidur lansia hipertensi*. *Jurnal Keperawatan*, 11(2), 33–40.
- Yuswatiningsih, E., & Suhariati, T. (2021). *Psikososial lansia dalam proses menua*. *Jurnal Psikologi Sosial*, 9(1), 44–52.