



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, 7/22/2026


ANES LAILA
202503021

LEMBAR PERSETUJUAN

LEMBAR PERSETUJUAN

KIAN ini telah disetujui untuk diajukan dalam Ujian Akhir Program

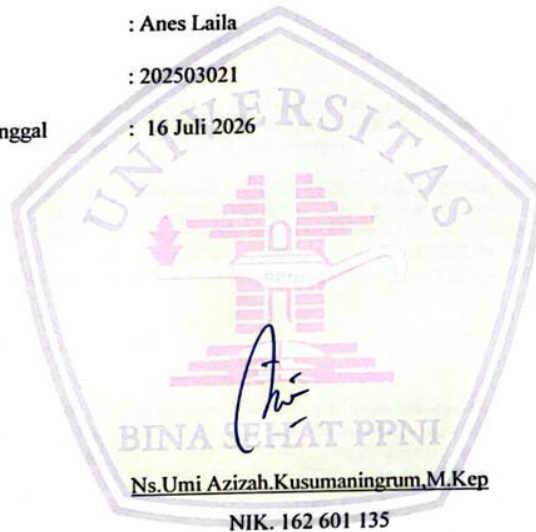
Profesi Ners .

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

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT karena atas rahmat dan karunianya, saya dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir ners saya yang berjudul “Analisis Asuhan Keperawatan Dengan Masalah Nyeri Akut Pada Lansia Hipertensi Menggunakan Intervensi Relaksasi Otot Progresif Di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Kabupaten Jombang.” 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. Indah Lestari, S.Kep., Ns., M. Kes. 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. Lilik Ma'rifatul, S.Kep.Ns.,M.kes Selaku Dekan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto
3. Dr. Faisal Ibnu,S.Kep.Ns.M.Kep selaku Kaprodi Profesi Ners Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto
4. Ns.Umi Azizah Kusumaningrum,M.Kep selaku pembimbing yang telah meluangkan waktu serta memberikan bimbingan dengan baik kepada saya.
5. Rina Nur Hidayati, M.Kep.,Sp.Kep.Kom, selaku penguji yang telah menguji dan memberikan masukan kepada saya.

6. Kepada kedua orang tua saya senantiasa memberikan support serta do'a yang tak luput dari kasih sayang yang diberikan kepada saya.

7. Teman-teman saya yang telah memberi bantuan dan motivasi serta support dalam menyelesaikan tugas akhir. Saya selalu berdoa semoga Allah SWT membalas kebaikan seluruh pihak yang turut serta dalam penyusunan KIAN ini. Semoga Kian ini dapat berguna dalam pengembangan riset dan keilmuan keperawatan.



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.