

KARYA ILMIAH AKHIR NERS
PENERAPAN TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF PADA
PENDERITA HIPERTENSI DENGAN MASALAH KEPERAWATAN
NYERI AKUT
(Studi Kasus Di RSAU dr. Efram Harsana Maospati)



PRODI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
2024

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF PADA
PENDERITA HIPERTENSI DENGAN MASALAH KEPERAWATAN
NYERI AKUT**

(Studi Kasus Di RSAU dr. Efram Harsana Maospati)

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan kepada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo Untuk Mengikuti Syarat Penyusunan
Karya Ilmiah Akhir



Oleh:

RUSMIATI

NIM. 24650477

**PRODI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO**

2024

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : RUSMIATI

NIM ; 24650477

Institusi : Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas
Muhammadiyah Ponorogo

Menyatakan bahwa Karya Ilmiah Akhir (KIA) yang berjudul “Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progesif Pada Penderita Hipertensi Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Di RSAU Efram Harsana Maospati “ adalah bukan Karya Ilmiah Akhir orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah di sebutkan sumbernya,

Demikian surat pernyataan ini kami buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, kami bersedia mendapatkan sanksi.

Ponorogo, 03 Desember 2024

Yang Menyatakan



Rusmiati
NIM, 24650477

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Oleh : RUSMIATI

Judul : PENERAPAN TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF
PADA PENDERITA HIPERTENSI DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN NYERI AKUT DI RSAU dr. EFRAM
HARSANA MAOSPATI

Telah disetujui untuk diujikan di hadapan Dewan Penguji Karya Ilmiah Akhir
pada Tanggal2024



HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Oleh : RUSMIATI

Judul : PENERAPAN TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF
PADA PENDERITA HIPERTENSI DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN NYERI AKUT DI RSAU dr. EFRAM
HARSANA MAOSPATI

Telah diuji dan disetujui oleh Tim penguji pada Ujian KIAN di Program Studi Ners
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo,
Tanggal :

Tim Penguji:

Tanda Tangan

Ketua : Sulisty Andarmoyo, S.Kep.,Ns.,M.Kes.,PhD

(.....)

Anggota : Saiful Nurhidayat, S.Kep.,Ns.,M.Kep

(.....)

Mengetahui



Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Sulistyo Andarmoyo, S.Kep.,Ns., M.Kes.,PhD

NIDN. 0715127903

ABSTRAK

PENERAPAN TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF PADA PENDERITA HIPERTENSI DENGAN MASALAH KEPERAWATAN NYERI AKUT DI RSAU DR. EFRAM HARSANA MAOSPATI

Rusmiati

Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah
Ponorogo

rusmiaticandi@gmail.com

Nyeri kepala pada pasien hipertensi disebabkan oleh kerusakan vaskuler pembuluh darah. Nyeri timbul sebagai suatu mekanisme pertahanan bagi tubuh yang timbul ketika jaringan sedang dirusak sehingga menyebabkan individu tersebut bereaksi dengan cara memindahkan stimulus nyeri. Asuhan keperawatan yang tepat dalam mengatasi masalah nyeri kepala pada pasien hipertensi yaitu diberikan terapi relaksasi otot progresif. **Tujuan:** Studi kasus ini untuk mengetahui penerapan terapi relaksasi otot progresif terhadap nyeri pada pasien hipertensi. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan pendekatan proses keperawatan dengan mengambil satu kasus sebagai unit analisis. Unit analisis adalah klien penderita hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut. Metode pengambilan data dilakukan selama 5 hari perawatan di rumah sakit melalui proses keperawatan dimulai dari pengkajian, penegakan diagnosa keperawatan, perencanaan keperawatan, implementasi keperawatan, dan evaluasi keperawatan. **Hasil :** Hasil penerapan menunjukkan bahwa pada salah satu pilihan intervensi dalam mengatasi masalah nyeri akut pada pasien hipertensi yaitu pemberian terapi relaksasi otot progresif yang akan mengatasi masalah nyeri akut dengan lebih efektif dan efisien. Dengan adanya pemberian terapi relaksasi otot progresif terhadap pasien akan menurunkan tingkat nyeri yang muncul dengan perasaan yang lebih percaya diri untuk sembuh dari penyakitnya. Terdapat perubahan tingkat nyeri sebelum penerapan relaksasi otot progresif dan sesudah penerapan relaksasi otot progresif. Berdasarkan data subjektif dan objektif yang ada pada pasien maka peneliti menyimpulkan bahwa masalah keperawatan ansietas pada pasien teratasi sebagian dengan skala nyeri 2.

Kata Kunci: Relaksasi Otot Progresif, Nyeri Akut, Hipertensi

ABSTRACT

APPLICATION OF PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION THERAPY IN HYPERTENSION PATIENTS WITH ACUTE PAIN NURSING PROBLEMS AT RSAU DR. EFRAM HARSANA MAOSPATI

Rusmiati

*Nurse Professional Study Program, Faculty of Health Sciences,
University of Muhammadiyah Ponorogo
rusmiaticandi@gmail.com*

Headaches in hypertensive patients are caused by vascular damage to blood vessels. Pain arises as a defense mechanism for the body that arises when tissue is being damaged, causing the individual to react by moving the painful stimulus. Appropriate nursing care in dealing with headache problems in hypertensive patients is given progressive muscle relaxation therapy. Objective: This case study is to determine the application of progressive muscle relaxation therapy for pain in hypertensive patients. Method: This research uses a case study method with a nursing process approach by taking one case as the unit of analysis. The unit of analysis is clients suffering from hypertension with acute pain nursing problems. The data collection method was carried out during 5 days of hospital care through the nursing process starting from assessment, establishing nursing diagnoses, nursing planning, nursing implementation, and nursing evaluation. Results: The results of the application show that one of the intervention options in overcoming acute pain problems in hypertensive patients is the provision of progressive muscle relaxation therapy which will overcome acute pain problems more effectively and efficiently. By providing progressive muscle relaxation therapy to patients, the level of pain that appears will decrease and they will feel more confident in recovering from their illness. There were changes in pain levels before applying progressive muscle relaxation and after applying progressive muscle relaxation. Based on the subjective and objective data available on the patient, the researcher concluded that the patient's anxiety nursing problem was partially resolved with a pain scale of 2.

Keywords: Progressive Muscle Relaxation, Acute Pain, Hypertension

KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan puja dan puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunianya sehingga dapat terselesaikannya Karya Ilmiah Akhir ini dengan judul Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Pada Penderita Hipertensi Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Di RSAU dr. Efram Harsana Maospati.

Penulis Karya Ilmiah Akhir ini masih sangat jauh dari kata sempurna yang disebabkan keterbatasan pengetahuan serta kemampuan yang dimiliki, oleh karena itu masukan dan kritik akan menjadi sebuah perbaikan bagi penelitian dimasa yang akan datang. Karya Ilmiah Akhir ini tidak akan berhasil tanpa ada dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada penulisan Karya Ilmiah Akhir ini penulis mengucapkan banyak terimakasih

Kepada :

1. Dr. Rido Kurnianto, M.Ag. selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang memberikan kesempatan dan persetujuan kepada saya untuk mengikuti program studi Profesi Ners.
2. Sulisty Andarmoyo, S.Kep.Ns., M.Kes., PhD selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan kesempatan dan berbagai fasilitas dalam mengikuti program studi Profesi Ners serta selaku penguji ujian karya ilmiah akhir yang telah memberikan banyak arahan dalam ujian ini.
3. Saiful Nurhidayat, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Kepala Program Studi Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan bimbingan teknis dan akademik mengikuti perkuliahan serta selaku

pembimbing yang telah memberikan banyak bimbingan dan arahan dalam penyusunan KIA ini.

4. Terimakasih untuk Orang tua yang selalu memberikan dukungan serta doa.
5. Terimakasih untuk suami saya dan anak saya yang selalu memberikan dukungan serta doa.
6. Seluruh Teman dan Sahabat saya yang senantiasa saling memberikan bantuan, dukungan, dan doa agar karya ilmiah akhir ini dapat terselesaikan.
7. Pihak-pihak lain yang tidak mungkin saya sebutkan satu persatu.

Akhirnya penulis berharap semoga studi kasus ini dapat bermanfaat khususnya dalam bidang keperawatan.

Ponorogo, 25 November 2024



RUSMIATI

NIM.24650477

DAFTAR ISI

KARYA ILMIAH AKHIR NERS	ii
SURAT PERNYATAAN.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
<u>BAB 1</u> PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.3.1 Tujuan Umum.....	6
1.3.2 Tujuan Khusus.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
<u>BAB 2</u> TINJAUAN LITERATUR.....	8
2.1 Konsep Dasar Teori Terapi Relaksasi Otot Progresif	8
2.1.1 Definisi Terapi Relaksasi Otot Progresif	8
2.1.2 Tujuan Terapi Relaksasi Otot Progresif.....	8
2.1.3 Manfaat Terapi Relaksasi Otot Progresif.....	9
2.1.4 Teknik Terapi Relaksasi Otot Progresif.....	9

2.2 Konsep Dasar Penyakit Hipertensi.....	10
2.2.1 Definisi Hipertensi.....	10
2.2.2 Klasifikasi Hipertensi	11
2.2.3 Etiologi Hipertensi.....	13
2.2.4 Tanda dan Gejala Hipertensi.....	14
2.2.5 Patofisiologi Hipertensi	15
2.2.6 Komplikasi Hipertensi	17
2.2.7 Penatalaksanaan Hipertensi	18
2.3 Pathway	20
2.4 Konsep Dasar Nyeri Akut	21
2.4.1 Definisi Nyeri Akut	21
2.4.2 Klasifikasi Nyeri Akut.....	21
2.4.3 Etiologi Nyeri Akut	23
2.4.4 Skala Nyeri Akut	24
2.4.5 Dampak Nyeri Akut.....	25
2.4.6 Penatalaksanaan Nyeri Akut.....	26
2.5 Konsep Asuhan Keperawatan Teoritis	28
2.5.1 Pengkajian.....	28
2.5.2 Diagnosis Keperawatan	37
2.5.3 Intervensi Keperawatan	39
2.5.4 Implementasi Keperawatan.....	40
2.5.5 Evaluasi Keperawatan.....	41
2.6 EBN (Evidence Based Nursing).....	42
<u>BAB 3 METODE STUDI KASUS</u>	48
3.1 Metode Penelitian.....	48
3.2 Teknik Penulisan	48

3.3 Waktu dan Tempat Penelitian	48
3.3.1 Tempat Penelitian	48
3.2.2 Waktu Penelitian.....	49
3.4 Pengumpulan Data.....	49
3.5 Alur Kerja.....	50
3.6 Etika Penelitian.....	51
<u>BAB 4 GAMBARAN KASUS</u>	53
4.1 Pengkajian Keperawatan	53
4.1.1 Identitas Klien dan Penanggung Jawab	53
4.1.2 Keluhan Utama	54
4.1.3 Riwayat Penyakit Sekarang	54
4.1.4 Riwayat Kesehatan Dahulu.....	55
4.1.5 Riwayat Kesehatan Keluarga.....	55
4.1.6 Riwayat Psikososial	56
4.1.7 Pola Kesehatan Sehari-Hari.....	58
4.1.8 Pemeriksaan Fisik.....	59
4.1.9 Pemeriksaan Penunjang.....	64
4.1.10 Penatalaksanaan.....	66
4.2 Analisis Data	67
4.3 Diagnosis Keperawatan	68
4.4 Intervensi Keperawatan.....	68
4.5 Implementasi Keperawatan	70
4.6 Evaluasi Tindakan Keperawatan.....	83
<u>BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN</u>	87
5.1 Pengkajian	87
5.2 Diagnosis Keperawatan.....	93

5.3 Perencanaan Keperawatan.....	93
5.4 Implementasi Keperawatan	95
5.5 Evaluasi Keperawatan	97
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN.....	101
6.1 Kesimpulan.....	101
6.2 Saran	104
DAFTAR PUSTAKA	106



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Tekanan Darah Pada Orang Dewasa	13
Tabel 2.2 Intervensi Keperawatan	39
Tabel 4.1 Pola Kesehatan Sehari- hari	58
Tabel 4.2 Pemeriksaan Penunjang	64
Tabel 4.3 Penatalaksanaan	66
Tabel 4.4 Analisa Data	67
Tabel 4.5 Diagnosis Keperawatan.....	68
Tabel 4.6 Intervensi Keperawatan.....	69
Tabel 4.7 Implementasi Keperawatan.....	71
Tabel 4.8 Evaluasi Keperawatan.....	79



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Pathway	20
Gambar 2.2 Skala Nyeri <i>Numeric Rating Scale</i> (NRS)	25
Gambar 3.1 Kerangka Kerja	50
Gambar 4.1 Genogram	57



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan Pembuatan Proposal KIAN	104
Lampiran 2 Lembar Permohonan Menjadi Responden	105
Lampiran 3 <i>Informed Consent</i>	106
Lampiran 4 SOP Relaksasi Otot Progresif	107
Lampiran 5 Surat Eji Etik	109
Lampiran 6 Surat Permohonan Ijin Penelitian	110
Lampiran 7 Surat Balasan Ijin Penelitian.....	111
Lampiran 8 Logbook Bimbingan Proposal KIAN	112
Lampiran 9 Dokumentasi	114

