

**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA PASIEN HIPERTENSI MELALUI
LATIHAN RELAKSASI OTOT PROGRESIF DALAM MENURUNKAN
TEKANAN DARAH DI RW 06 KELURAHAN KUJANGSARI
KECAMATAN BANDUNG KIDUL KOTA BANDUNG**

KARYA ILMIAH AKHIR KOMPREHENSIF



Oleh :

ISMA SOLIHAT

NIM.402023153

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS 'AISYIYAH BANDUNG

2024

**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA PASIEN HIPERTENSI
MELALUI LATIHAN RELAKSASI OTOT PROGRESIF DALAM
MENURUNKAN TEKANAN DARAH DI RW 06 KELURAHAN
KUJANGSARI KECAMATAN BANDUNG KIDUL
KOTA BANDUNG**

KARYA ILMIAH AKHIR KOMPREHENSIF

Diajukan Untuk Menyelesaikan Program Studi Pendidikan Profesi Ners Fakultas

Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Bandung



Oleh :

ISMA SOLIHAT

NIM.402023153

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS 'AISYIAH BANDUNG

2024

LEMBAR PERSETUJUAN

**ISMA SOLIHAT
NIM.402023153**

**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA PASIEN HIPERTENSI
MELALUI LATIHAN RELAKSASI OTOT PROGRESIF DALAM
MENURUNKAN TEKANAN DARAH DI RW 06 KELURAHAN
KUJANGSARI KECAMATAN BANDUNG KIDUL
KOTA BANDUNG**

Karya Ilmiah Akhir ini Telah Disetujui Untuk Dipertahankan
Pada Sidang Akhir
Tanggal 30 Mei 2024

Oleh:

Pembimbing



**Rahmat, S.Kep., Ners., M.Kep.
NPP. 2009190780030**

LEMBAR PENGESAHAN

Yang bertandatangan dibawah ini menyatakan bahwa skripsi yang berjudul:
**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA PASIEN HIPERTENSI
MELALUI LATIHAN RELAKSASI OTOT PROGRESIF DALAM
MENURUNKAN TEKANAN DARAH DI RW 06 KELURAHAN
KUJANGSARI KECAMATAN BANDUNG KIDUL
KOTA BANDUNG**

**Disusun Oleh:
ISMA SOLIHAT
NIM. 402023153**

Telah disetujui dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji Laporan Tugas Akhir
program studi Pendidikan profesi ners Universitas Aisyiyah Bandung dan
dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

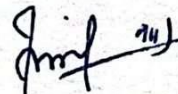
Bandung, 30 Mei 2024

Penguji I



**Salami, S.Kp.,Kep
NPP. 2009190780030**

Penguji II



**Enisah, S.Kep., Ners., M.Kep
NIP. 198202092003122004**

Pembimbing Utama



**Rahmat, S.Kep.,Ners.,M.Kep
NPP. 2009190780030**

PERNYATAAN ORSINILITAS

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Isma Solihat

NIM : 402023153

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners

Dengan ini menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiarisme dan pengambilan karangan, pendapat dan karya orang lain dalam penulisan Karya Ilmiah Akhir yang berjudul:

**“ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA PASIEN HIPERTENSI
MELALUI LATIHAN RELAKSASI OTOT PROGRESIF DALAM
MENURUNKANTEKANAN DARAH DI RW 06 KELURAHAN
KUJANGSARI KECAMATAN BANDUNG KIDUL
KOTA BANDUNG”**

Apabila suatu saat nanti saya terbukti melakukan plagiarisme, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan kesadaran sendiri dan tidak atas tekanan ataupun paksaan dari pihak manapun demi menegakkan integritas akademik di institusi ini.

Bandung, 30 Mei 2024

Yang membuat pernyataan


 Isma Solihat

iii

SURAT PERNYATAAN
KESEDIAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama Mahasiswa : Isma Solihat

NIM : 402023153

Program Studi : Profesi Ners

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Universitas 'Aisyiyah Bandung Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

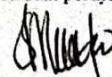
**"ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA PASIEN HIPERTENSI MELALUI
LATIHAN RELAKSASI OTOT PROGRESIF DALAM MENURUNKAN
TEKANAN DARAH DI RW 06 KELURAHAN KUJANGSARI
KECAMATAN BANDUNG KIDUL KOTA BANDUNG"**

Hak bebas Royalti Noneksklusif ini, Universitas 'Aisyiyah Bandung berhak menyimpan, mengalihkan dalam bentuk media lain, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhirsaya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta.

Demikian pernyataan ini saya buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bandung, 30 Mei 2024

Yang membuat pernyataan



Isma Solihat

Mengetahui Pembimbing



Rahmat, S.Kep., Ners., M.Kep
NPP. 2009190780030

MOTO

**“Keberhasilan bukanlah milik orang pintar
Melainkan milik mereka yang senantiasa berusaha”**

PERSEMBAHAN

Segala puji bagi Allah Subhanahuwata'ala yang telah memberikan rahmat-Nya sehingga peneliti mampu menyelesaikan skripsi ini tepat pada waktunya. Skripsi ini peneliti persembahkan untuk:

1. Almamater program studi Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Bandung.
2. Ayahanda dan Ibunda saya, Bapak Juma Junaedi. dan Ibu Eulis Yani, adik, anak dan suami saya yang selalu mendo'akan, mendukung, serta membantu saya.
3. Sahabat – sahabat yang selalu membantu menyemangati saya.

KATA PENGANTAR



Puji dan syukur saya panjatkan atas kehadiran Allah Subhanahuwata'ala karena atas ridho dari-Nya saya dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir yang berjudul “Asuhan Keperawatan Pada Pasien Gangguan Jiwa Berat Dengan Gangguan Persepsi Sensori Pendengaran Di Rumah Sakit Jiwa Cisarua Provinsi Jawa Barat: Pendekatan Evidence Based Nursing Terapi Murottal Al – Qur'an” tepat pada waktunya. Sholawat serta salam semoga selalu tercurah limpahkan kepada Nabi Muhammad Shalallahu Alaihi Wassalam yang telah memberikan cahaya terang bagi kehidupan kita semua.

Selama menyusun Karya Ilmiah Akhir ini, penulis mendapat bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ucapkan terimakasih kepada seluruh pihak yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini. Terutama orangtua dan keluarga saya yang selalu memberikan semangat, dukungan serta do'a kepada saya. Penulis juga mengucapkan terimakasih kepada:

1. Tia Setiawati, S.Kep.,M.Kep.,Ners.Sp.Kep.An selaku Rektor Universitas 'Aisyiyah Bandung,
2. Popy Siti Aisyah, S.Kep.,Ners.,M.Kep selaku Ketua Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Bandung,
3. Nina Gartika, S.Kep.,Ners.,M.Kep selaku Ketua Prodi Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Bandung,
4. Rahmat, S.Kep.,Ners.,M.Kep selaku Pembimbing KIA saya,

5. Riandi Alfin, selaku Koordinator Profesi Ners Universitas ‘Aisyiyah Bandung,
6. Kedua orang tua tercinta yang selalu mendukung baik moril maupun materil serta limpahan do’a yang tiada henti-hentinya,
7. Suami tercinta Alfiansyah Saepul Haqiem serta anak saya tercinta Ghaisan Hafidz Al-Baihaqi yang selalu memberikan semangat selama proses penyusunan penelitian ini.
8. Sahabat – sahabat dan teman – teman angkatan saya,
9. Seluruh pihak yang telah membantu saya yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa karya ilmiah akhir ini masih banyak kekurangan, atas kekurangan tersebut saya ucapkan mohon maaf. Saya berharap adanya kritik dan saran yang membangun agar skripsi ini semakin lebih baik. Semoga skripsi penelitian ini dapat dipahami bagi pembaca dan berguna bagi berbagai pihak di masa yang akan datang.

Bandung, 30 Mei 2024

Isma Solihat

ABSTRAK

ISMA SOLIHAT

NIM.402023153

ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA PASIEN HIPERTENSI MELALUI LATIHAN RELAKSASI OTOT PROGRESIF DALAM MENURUNKAN TEKANAN DARAH DI RW 06 KELURAHAN KUJANGSARI KECAMATAN BANDUNG KIDUL KOTA BANDUNG

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu peningkatan tekanan darah di dalam arteri. Dimana Hiper yang artinya berebihan, dan Tensi yang artinya tekanan, jadi hipertensi merupakan gangguan pada sistem peredaran darah yang menyebabkan kenaikan tekanan darah diatas nilai normal, salah satunya pada pasien Tn. S dan Ny. P untuk menurunkan tekanan darah. **Tujuan** dari studi kasus ini adalah untuk melakukan asuhan keperawatan keluarga pada pasien hipertensi melalui latihan relaksasi otot progresif dalam penurunan tekanan darah. **Metode** yang digunakan yaitu metode deskriptif, dengan penerapan intervensi terapi latihan *relaksasi otot progresif* yang dilakukan selama 3 hari berturut-turut dengan durasi 15-30 menit. Instrumen yang digunakan ialah lembar observasi untuk mencatat perubahan tekanan darah. **Hasil** yang didapatkan selama 3 hari pemberian *ebn* kedua pasien didapatkan hasil yang signifikan. Pada pasien 1 sebelum intervensi, blood pressure sebesar 150/90 mmHg serta setelah dilakukan intervensi, blood pressure 130/85 mmHg. Pada pasien 2 sebelum intervensi, blood pressure sebesar 150/90 mmHg serta setelah dilakukan intervensi, blood pressure 135/90 mmHg. **Simpulan dan Saran** terapi ini bisa digunakan pada pasien hipertensi untuk menurunkan tekanan darah, karena selain aman dan efektif sudah dibuktikan dengan penelitian-penelitian sebelumnya.

Kata kunci: Hipertensi, menurunkan tekanan darah, latihan relaksasi otot progresif

ABSTRACT

ISMA SOLIHAT

NIM.402023153

FAMILY NURSING CARE FOR HYPERTENSION PATIENTS THROUGH PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION EXERCISES IN REDUCING BLOOD PRESSURE IN RW 06 KUJANGSARI DISTRICT, BANDUNG KIDUL DISTRICT, BANDUNG CITY

Hypertension or high blood pressure is an increase in blood pressure in the arteries. Where Hyper means excessive, and Tensi means pressure, so hypertension is a disorder of the circulatory system which causes an increase in blood pressure above normal values, one of which is in the patient Mr. S and Mrs. P to lower blood pressure. The aim of this case study is to provide family nursing care for hypertensive patients through progressive muscle relaxation exercises to reduce blood pressure. The method used is a descriptive method, with the implementation of progressive muscle relaxation training therapy intervention carried out for 3 consecutive days with a duration of 15-30 minutes. The instrument used is an observation sheet to record changes in blood pressure. The results obtained during the 3 days of giving EBN to both patients showed significant results. In patient 1 before the intervention, blood pressure was 150/90 mmHg and after the intervention, blood pressure was 130/85 mmHg. In patient 2 before the intervention, the blood pressure was 150/90 mmHg and after the intervention, the blood pressure was 135/90 mmHg. Conclusions and suggestions: This therapy can be used in hypertensive patients to lower blood pressure, because apart from being safe and effective, it has been proven by previous studies.

Key words: *Hypertension, lowering blood pressure, progressive muscle relaxation exercise*

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN ORIGINALITAS	iii
LEMBAR KESEDIAAN PUBLIKASI ILMIAH.....	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI.....	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan	3
1. Tujuan Umum.....	3
2. Tujuan Khusus.....	4
C. Metode Telaah dan Teknik Pengambilan Data	4
D. Sistematika Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Konsep Hipertensi	7
1. Pengertian Hipertensi	7
2. Anatomi Fisiologi Jantung dan Pembuluh Darah.....	7
3. Klasifikasi Hipertensi	10
4. Etiologi Hipertensi	11
5. Faktor Resiko Hipertensi.....	13
6. Manifestasi Klinis.....	15
7. Patofisiologi.....	17
8. Pathway	18
9. Pemeriksaan Penunjang.....	19
10. Kompilasi	19
11. Penatalaksanaan.....	21
12. Pencegahan	25

B. Konsep Keluarga.....	25
1. Pengertian Keluarga	25
2. Struktur Keluarga	26
3. Peran Keluarga	29
4. Tahap Perkembang Keluarga.....	31
5. Fungsi Keluarga	34
C. Konsep Asuhan Keperawatan Keluarga.....	36
1. Pengkajian	37
2. Pemeriksaan Fisik.....	51
3. Diagnosa Keperawatan	55
4. Rencana Asuhan Keperawatan	57
5. Implementasi Keperawatan Keluarga.....	63
6. Evaluasi Keperawatan Keluarga.....	64
D. Konsep Evidence Based Nursing	65
1. Strategi Pencarian <i>Literature</i>	65
2. Kriteria Eksklusi dan Inklusi	66
3. Proses Seleksi <i>Literature</i>	66
4. Pembahasan.....	87
5. Standar Of Prosedure (SOP)	87
BAB III TINJAUAN KASUS DAN PEMBAHASAN.....	91
A. Laporan Asuhan Keperawatan	91
1. Pengkajian	91
2. Analisa Data.....	115
3. Diagnosa Keperawatan	124
4. Intervensi Keperawatan (NCP).....	125
5. Implementasi dan Evaluasi Keperawatan	129
BAB IV PEMBAHASAN.....	149
A. Pembahasan.....	149
1. Pengkajian	149
2. Diagnosa Keperawatan	150
3. Intervensi Keperawatan (NCP).....	151
4. Implementasi Keperawatan.....	152
BAB V PEMBAHASAN	155
1. Kesimpulan.....	155

2. Saran	156
DAFTAR PUSTAKA.....	158
LAMPIRAN.....	159

DAFTAR PUSTAKA

- Fachrul Iman, M. U. H. A. M. M. A. D. (2019). Asuhan Keperawatan Pada Klien Hipertensi Dengan Nyeri Akut Di Ruang Dahlia Ii Rsud Ciamis.
- M. Isra. K. H. Bisnu, 2017. Hubungan dukungan keluarga dengan derajat hipertensi pada pasien hipertensi di puskesmas ranomuut kota manado.
- Yoga Prasetya, B. Asuhan Keperawatan Hipertensi Pada Pasien Ny. T Dan Ny. S Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Di Ruang Melati Rsud Dr. Haryoto Lumajang Tahun 2018.
- Divine, J.G. 2012. Tekanan Darah Tinggi Panduan Untuk Mengatur Olahraga dan Medikasi Mengobati Hipertensi. Yogyakarta: PT Citra Aji Prama.
- Mubarak, W.I. 2007. Buku Ajar Kebutuhan Dasar Manusia. Jakarta: EGC.
- Muhlisin, A. 2012.
- Reza Novizar Syah, Mira Agusthia, & Rachmawaty M. Noer. (2023). Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Di UPTD Puskesmas Tanjung Unggat.