

**ASUHAN KEPERAWATAN RESIKO PERFUSI PERIFER TIDAK
EFEKTIF PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN PENDEKATAN
EVIDENCE BASED NURSING : TERAPI RELAKSASI OTOT
PROGRESIF DI PONDOK LANSIA TULUS KASIH BANDUNG**

KARYA ILMIAH AKHIR KOMPREHENSIF



**Disusun Oleh :
MELINDA HANI MAULANA
100324044**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIAH BANDUNG
2025**

**ASUHAN KEPERAWATAN RESIKO PERFUSI PERIFER TIDAK
EFEKTIF PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN PENDEKATAN
EVIDENCE BASED NURSING : TERAPI RELAKSASI OTOT
PROGRESIF DI PONDOK LANSIA TULUS KASIH BANDUNG**

*Diajukan Untuk Menyelesaikan Program Studi Profesi Ners
Universitas 'Aisyiyah Bandung*



**Disusun Oleh:
MELINDA HANI MAULANA
100324044**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIAH BANDUNG
2025**

LEMBAR PERSETUJUAN

LEMBAR PERSETUJUAN

MELINDA HANI MAULANA
100324044

ASUHAN KEPERAWATAN RESIKO PERFUSI PERIFER TIDAK EFEKTIF
PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN PENDEKATAN *EVIDENCE BASED*
NURSING : TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF DI PONDOK LANSIA
TULUS KASIH BANDUNG

Telah Disetujui Untuk Diajukan Pada Ujian Sidang Karya Ilmiah Akhir
Program Studi Profesi Ners Universitas 'Aisyiyah Bandung

Pemimbing:



Salami, S.Kp.M.Kep
NIP. 197209232005012002

LEMBAR PENGESAHAN

LEMBAR PENGESAHAN

Yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bahwa karya ilmiah akhir yang berjudul:

**ASUHAN KEPERAWATAN RESIKO PERFUSI PERIFER TIDAK EFEKTIF
PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN PENDEKATAN *EVIDENCE BASED*
NURSING : TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF DI PONDOK LANSIA
TULUS KASIH BANDUNG**

Disusun oleh:

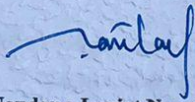
Melinda Hani Maulana

100324044

Telah disetujui dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji Siding Laporan Tugas Akhir
Program Studi Pendidikan Profesi Ners Universitas 'Aisyiyah Bandung dan dinyatakan
telah memenuhi syarat untuk diterima.

Bandung, 19 Juni 2025

Penguji 1

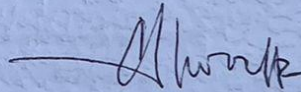


Nandang Jamiat Nugraha

S.Kep., M.Kep., Ns, Sp.Kep. Kom

NIP. 197309142005011003

Penguji 2



H. Yayat Hidayat S.Kep., Ners., M.Kep

NIP. 1997270170005

Pembimbing



Salami, S.Kp.M.Kep

NIP. 197209232005012002

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

PERNYATAAN ORSINALITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Melinda Hani Maulana
NIM : 100324044
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners

Dengan ini menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiarisme dan pengambilan karangan, pendapat atau karya orang lain dalam penulisan karya ilmiah akhir yang berjudul:

**ASUHAN KEPERAWATAN RESIKO PERFUSI PERIFER TIDAK EFEKTIF
PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN PENDEKATAN *EVIDENCE BASED*
NURSING : TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF DI PONDOK LANSIA
TULUS KASIH BANDUNG**

Adapun suatu saat nanti saya terbukti melakukan plagiarisme, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan norma yang berlaku diperguruan tinggi ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan kesadaran sendiri dan tidak atas tekanan ataupun paksaan dari pihak manapun demi menginginkan integritas akademik di institusi ini

Bandung, Mei 2025


Melinda Hani Maulana

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO HIDUP

“Hiduplah seakan kamu mati besok, belajarlh seakan kamu hidup
selamanya”

PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia-Nya, penulis mempersembahkan karya ilmiah akhir ini kepada :

1. Orang tua tercinta, Ayahanda Hari Mulyo dan Ibunda Nani Suhaeni yang telah memberikan dukungan moral, doa yang tiada henti, dan kasih sayang yang tulus selama perjalanan pendidikan saya. Tanpa pengorbanan dan bimbingan mereka, saya tidak akan mampu menyelesaikan pendidikan ini.
2. Dosen pembimbing dan seluruh staf pengajar Program Studi Profesi Ners Universitas Aisyiyah Bandung yang telah dengan sabar membimbing, memberikan ilmu, arahan, serta motivasi hingga karya ilmiah akhir ini dapat terselesaikan dengan baik.
3. Adik adik tercinta saya Gielang Moel Fhadillah dan Fharel Ramadan Yusuf yang selalu memberikan semangat, dukungan, dan motivasi dalam menghadapi berbagai tantangan selama masa pendidikan.
4. Rafli Muhamad Fasya calon suami saya tercinta, yang selalu menjadi sumber inspirasi dan motivasi dalam perjalanan pendidikan dan pengembangan diri saya.



KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur kami panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya serta karunia kepada kita semua, sehingga proses penyusunan karya ilmiah akhir sistem pencernaan yang berjudul **“ASUHAN KEPERAWATAN RESIKO PERFUSI PERIFER TIDAK EFEKTIF PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN PENDEKATAN *EVIDANCE BASED NURSING* : TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF DI PONDOK LANSIA TULUS KASIH BANDUNG”**

Proses penyusunan karya ilmiah akhir komprehensif ini banyak sekali kendala yang dialami penulis, tetapi berkat bantuan dari berbagai pihak akhirnya penulis dapat menyelesaikannya sesuai dengan waktu yang telah ditentukan. Penulis mengucapkan terimakasih kepada pihak yang sangat membantu proses penyusunan karya ilmiah akhir ini, Semoga amal kebbaikannya di balas oleh Allah SWT. Untuk itu penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada yang terhormat:

1. Tia Setiawati, M.Kep.,Sp.Kep.An. selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Bandung.
2. Prof. Dr Sitti Syabariyah.,S.Kp.,MS.Biomed selaku Wakil Rektor 1 Universitas ‘Aisyiyah Bandung sekaligus pembimbing Karya Ilmiah Akhir Komprehensif Keperawatan Medikal Bedah.
3. Dr. Ami Kamila,S.ST.,M.Kes. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Bandung.

4. Nina Gartika M.Kep. selaku Ketua program studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Bandung.
5. Riandi Alvin, M.Kep. selaku Koordinator program studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Bandung.

Akhir kata saya ucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah berperan serta dalam penyusunan karya ilmiah akhir ini dari awal sampai akhir. Semoga Allah senantiasa memudahkan urusan kita, Aamiin

Bandung, Mei 2025

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'MHP' with a stylized flourish at the bottom right.

Melinda Hani Maulana

ABSTRAK

Melinda Hani Maulana

NIM 100324044

Asuhan Keperawatan Risiko Perfusi Perifer Tidak Efektif Pada Pasien Hipertensi Dengan Pendekatan Evidence Based Nursing : Terapi Relaksasi Otot Progresif di Pondok Lansia Tulus Kasih Bandung

Hipertensi merupakan salah satu penyakit kronis yang umum ditemui pada orang lanjut usia dan dapat menyebabkan komplikasi serius, seperti gangguan pada perfusi perifer. Ketidalcukupan perfusi perifer dapat berdampak besar pada kualitas hidup lansia. Tujuan penelitian ini adalah untuk memberikan asuhan keperawatan kepada pasien hipertensi yang berisiko mengalami perfusi perifer tidak efektif dengan menggunakan pendekatan *Evidence Based Nursing* (EBN) melalui intervensi terapi relaksasi otot progresif. Metodologi yang diterapkan adalah studi kasus dengan mengikuti proses keperawatan yang mencakup pengkajian, diagnosis, perencanaan, implementasi, dan evaluasi. Subjek penelitian adalah lansia dengan hipertensi di Pondok Lansia Tulus Kasih Bandung. Hasil menunjukkan bahwa terapi relaksasi otot progresif yang diberikan secara rutin dapat menurunkan tekanan darah, meningkatkan sirkulasi perifer, dan memberikan efek relaksasi umum pada lansia. Evaluasi menunjukkan penurunan tekanan darah pada lansia, dengan tekanan darah klien 1 turun dari 160/90 mmHg menjadi 140/80 mmHg, dan klien 2 dari 160/100 mmHg menjadi 140/80 mmHg. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa selama empat hari intervensi, kriteria hasil tercapai melalui penerapan perawatan sirkulasi dan teknik relaksasi otot progresif. Diharapkan teknik relaksasi ini dapat diterapkan dalam praktik keperawatan untuk menurunkan tekanan darah pada lansia

Kata Kunci : Hipertensi, Lansia, Resiko Perfusi Perifer Tidak Efektif, Teknik Relaksasi Otot Progresif

Kepustakaan : (2020-2025)

ABSTRACT

Melinda Hani Maulana

NIM 100324044

Nursing Care for Ineffective Peripheral Perfusion Risk in Hypertensive Patients with Evidence Based Nursing Approach: Progressive Muscle Relaxation Therapy at Pondok Lansia Tulus Kasih Bandung

Hypertension is one of the chronic diseases commonly found in elderly people and can cause serious complications, such as impaired peripheral perfusion. Insufficient peripheral perfusion can have a major impact on the quality of life of the elderly. The purpose of this study was to provide nursing care to hypertensive patients at risk of ineffective peripheral perfusion using the Evidence Based Nursing (EBN) approach through progressive muscle relaxation therapy interventions. The methodology applied is a case study by following the nursing process which includes assessment, diagnosis, planning, implementation, and evaluation. The research subjects were elderly people with hypertension at the Tulus Kasih Bandung Elderly Cottage. The results show that progressive muscle relaxation therapy given regularly can reduce blood pressure, improve peripheral circulation, and provide a general relaxing effect on the elderly. Evaluation showed a decrease in blood pressure in the elderly, with client 1's blood pressure dropping from 160/90 mmHg to 140/80 mmHg, and client 2 from 160/100 mmHg to 140/80 mmHg. Thus, it can be concluded that during the four-day intervention, the outcome criteria were achieved through the application of circulatory care and progressive muscle relaxation techniques. Availabl

Keywords: Hypertension, Elderly, Risk of Ineffective Peripheral Perfusion, Progressive Muscle Relaxation Technique

Literature: (2020-2025)

LEMBAR PUBLIKASI KARYA ILMIAH

SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Nama : Melinda Hani Maulana

NIM : 100324044

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners

Fakultas : Ilmu Kesehatan

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

**ASUHAN KEPERAWATAN RESIKO PERFUSI PERIFER TIDAK EFEKTIF
PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN PENDEKATAN *EVIDENCE BASED*
NURSING : TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF DI PONDOK LANSIA
TULUS KASIH BANDUNG**

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

Demikian pernyataan ini saya buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bandung, Mei 2025

Yang Menyatakan,



Melinda Hani Maulana

Mengetahui,
Pembimbing

Nama

Tanda Tangan

1. Salami, S.Kp.,M.Kep


.....

DAFTAR ISI

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
PERNYATAAN ORSINALITAS	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
SURAT PERNYATAAN	ix
KESEDIAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH	ix
ABSTRAK	x
<i>ABSTRACT</i>	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penulisan	5
1. Tujuan Umum	5
2. Tujuan Khusus	5
D. Manfaat Penulisan	6
1. Manfaat Teoritis	6
2. Manfaat Praktis	6
BAB II LANDASAN TEORI	8
I. Lanjut Usia.....	8
A. Definisi Lanjut Usia	8
B. Klasifikasi Lansia.....	8
C. Perubahan Pada Usia Lanjut	9
II. Konsep Hipertensi.....	11

A. Definisi Hipertensi	11
B. Klasifikasi Hipertensi.....	11
C. Etiologi Hipertensi	12
D. Manifestasi Klinis Hipertensi.....	13
E. Patofisiologi Hipertensi.....	13
F. Komplikasi Hipertensi	14
G. Penatalaksanaan Hipertensi.....	14
H. Pathway Hipertensi	17
III. Konsep Terapi Relaksaksi Otot Progresif	18
A. Definisi Terapi Relaksaksi Otot Progresif.....	18
B. Tujuan Terapi Relaksaksi Otot Progresif	18
C. Manfaat Terapi Relaksaksi Otot Progresif	19
D. Prosedur Pelaksanaan Teknik Terapi Relaksaksi Otot Progresif.....	19
E. Pengaruh Terapi Relaksaksi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi	27
IV. Konsep Asuhan Keperawatan.....	29
A. Pengkajian.....	29
B. Diagnosa Keperawatan	33
C. Intervensi Keperawatan.....	33
D. Implementasi Keperawatan.....	34
V. Analisis Jurnal	36
A. PICO	36
B. VIA	37
C. Intervensi Terapi Relaksaksi Otot Progresif	57
BAB III TINJAUAN KASUS.....	61
A. Hasil Pengkajian dan Pemeriksaan Fisik	61
1. Pengkajian.....	61
2. Diagnosa Keperawatan.....	96
3. Perencanaan.....	97
4. Implementasi	99
5. Evaluasi	109
E. Pembahasan	118
1. Pengkajian	118

II. Diagnosa Keperawatan	120
III. Intervensi Keperawatan.....	121
IV. Implementasi Keperawatan	123
V. Evaluasi Keperawatan.....	125
BAB IV KESIMPULAN DAN SARAN.....	127
A. Kesimpulan	127
B. Saran.....	128
DAFTAR PUSTAKA	129
LAMPIRAN.....	133

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi Menurut <i>World Health Organization</i> (WHO,2025).....	11
Tabel 2.2 Konsep Intervensi Keperawatan Hipertensi.....	33
Tabel 2.3 PICO.....	35
Tabel 2.5 VIA (<i>Validity, Importancy,Applicability</i>).....	37
Tabel 3.1 Hasil Evaluasi Klien I dan Klien II.....	130

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Poster Terapi Relaksasi Otot Progresif.....	133
Lampiran 2. Dokumentasi Kegiatan Pemberian Intervensi.....	135
Lampiran 3. Daftar Riwayat Hidup.....	136
Lampiran 4. Lembar Bimbingan.....	137
Lampiran 5. Lembar Persetujuan Sidang.....	139
Lampiran 6. Hasil Turnitin.....	140

DAFTAR PUSTAKA

- Azizah, C. O., U. Hasanah., dan A. T. Pakarti. (2021). Penerapan Teknik Relaksai Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi. *Jurnal Cendekia Muda*. 1(4): 502-601.
- Deno, M. K., Bratajaya, C. N. A., & Hidayah, A. J. (2022). Efektifitas relaksasi otot progresif terhadap penurunan tekanan darah tinggi pada lansia di Paupire, Ende. *Jurnal Kedokteran Meditek*, 28(2), 169-176.
- Harahap, R. A., Nabila, F., Lestari, R., Tanjung, S. R., Fitri, Z., & Sipahutar, D. R. A. (2021). Gaya hidup terhadap resiko hipertensi pada lansia. Hypertension Management in Older and Frail Older Patients - Circulation Research. Retrieved on Mei 2025 from <https://www.ahajournals.org/doi/10.1161/CIRCRESAHA.118.313236>
- Karang, M. T. A. J., & Rizal, A. (2020). Efektifitas Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 7(04), 339- 345.
- Kristiawan, M. S., & Adiputra, I. N. (2019). Olahraga Senam Satria Nusantara, Olahraga Jalan Cepat Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Lapangan Renon, Denpasar. *Jurnal Medika Udayana*, 8(5).
- Kusumawaty, J. (2021). The effect of progressive muscle relaxation using audio-visual media on blood pressure reduction in elderly hypertension patients. *International Journal of Nursing and Health Services (IJNHS)*, 4(5), 569-574.

- Maghfuroh, L., Yelni, A., ST, S., Keb, M., Rosmayanti, L. M., Keb, S. T., ... & SiT, S. (2023). *ASUHAN LANSIA: makna, identitas, transisi, dan manajemen kesehatan*. Kaizen Media Publishing.
- Maghfuroh, L., Yelni, A., ST, S., Keb, M., Rosmayanti, L. M., Keb, S. T., ... & SiT, S. (2023). *ASUHAN LANSIA: makna, identitas, transisi, dan manajemen kesehatan*. Kaizen Media Publishing.
- Murwani, A., & Sari, F. (2023). Pendidikan kesehatan hipertensi dan cek kesehatan di Dusun Tambalan, Pleret, Bantul, Yogyakarta. *JOURNAL OF PHILANTHROPY: The Journal of Community Service*, 1(1), 1-5.
- MUTTAQIN, A. Z. (2021)). *Asuhan Keperawatan Pada Ny. N Dengan Cronic Kidney Desease Yang Mengalami Komplikasi Hipertensi Di Rsu Pku Muhammadiyah Surakarta* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Nur Hamidah, E., & Supratman, S. K. M. (2019). *Gambaran Kualitas Hidup Aspek Psikologis Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pajang Surakarta* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Pebriani, S. H., Marleni, L., Saputra, A., & Suswitha, D. (2024). The Combination of Acupressure and Cupping Therapy for Hypertension Patients' Blood Pressure. *Window of Health: Jurnal Kesehatan*, 92-100.
- Perry & Potter. 2005. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses dan Praktik*. Jakarta : EGC Penerbit Buku Kedokteran

- Rahayu, S. M., Hayati, N. I., & Asih, S. L. (2020). Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif terhadap Tekanan Darah Lansia dengan Hipertensi. *Media Karya Kesehatan*, 3(1).
- Rosdiana, Y., Dewi, N., Putri, R. S. M., & Maemunah, N. (2021) Terapi Relaksasi Otot Progresif Dalam Upaya Menurunkan Tekanan Darah Di Desa Petungsewu Wagir: Progressive Muscle Relaxation Therapy In An Effort To Lower Blood Pressure In Petungsewu Village Wagir. *Jamas: Jurnal Abdi Masyarakat*, 2(3), 604-607.
- Rosyada, K., Aisyiah, A., & Wowor, T. J. F. (2022). The effect of progressive muscle relaxation therapy on lowering blood pressure in adult clients with hypertension. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 12(3), 597-602
- Saleh, L. M. (2023). *Manajemen teknik relaksasi otot progresif pada ATC*. Deepublish.
- Sukriyadi, S. K., Ismail, S. K., & Muhammad Basri, S. S. (2025). Buku Ajar Keperawatan Medical Bedah. Nas Media Pustaka.
- Suswitha, D., & Arindari, D. R. (2020). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Nyeri Rheumatoid Arthritis Pada Lansia Di Panti Sosial. *Jurnal'Aisyiyah Medika*, 5(2).
- Walmiantika, T., Sihura, S. S. G., & Rizal, A. (2025). Efektifitas Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Poliklinik Spn Lido Polda Metro Jaya 2024. *Integrative Perspectives Of Social And Science Journal*, 2(2 Maret), 1579-1586.

- Waryantini, W., Amelia, R., & Harisman, L. (2021). Pengaruh relaksasi otot progresif terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. *Healthy Journal*, 10(1), 37-44.
- Waryantini, W., Amelia, R., & Harisman, L. (2021). Pengaruh relaksasi otot progresif terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. *Healthy Journal*, 10(1), 37-44.
- Wijaya, I., & Haris, H. (2020). Hubungan gaya hidup dan pola makan terhadap kejadian hipertensi diwilayah kerja puskesmas towata kabupaten takalar. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 3(1), 5-11.
- Wulani.ngsih, I. (2025). *Teknik Relaksasi Otot Progresif Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi*. Deepublish