

**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA LANSIA
DENGAN MASALAH HIPERTENSI PENDEKATAN
EVIDENCE NURSING RELAKSASI OTOT
PROGRESIF DALAM MENGENDALIKAN
TEKANAN DARAH DI RW 08
KELURAHAN TURANGGA
KOTA BANDUNG**

KARYA ILMIAH AKHIR KOMPREHENSIF



**Oleh:
DITA TRISNAWATI
NIM. 402022052**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIAH BANDUNG
2023**

**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA LANSIA
DENGAN MASALAH HIPERTENSI PENDEKATAN
EVIDENCE NURSING RELAKSASI OTOT
PROGRESIF DALAM MENGENDALIKAN
TEKANAN DARAH DI RW 08
KELURAHAN TURANGGA
KOTA BANDUNG**

KARYA ILMIAH AKHIR KOMPREHENSIF

Diajukan Untuk Menyelesaikan Program Studi Pendidikan Profesi Ners

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Bandung



Oleh:

DITA TRISNAWATI

NIM. 402022052

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIAH BANDUNG
2023**

LEMBAR PERSETUJUAN

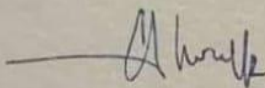
DITA TRISNAWATI
NIM. 402022052

**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA LANSIA DENGAN MASALAH
HIPERTENSI PENDEKATAN EVIDENCE NURSING RELAKSASI OTOT
PROGRESIF DALAM MENGENDALIKAN TEKANAN DARAH DI RW 08
KELURAHAN TURANGGA
KOTA BANDUNG**

Karya Ilmiah Akhir ini Telah Disetujui dan Dipertanggungjawabkan
di hadapan Sidang Penguji Pendidikan Program Studi Profesi Ners

Oleh

Pembimbing Utama



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

NPP: 197270170005

LEMBAR PENGESAHAN

Yang bertandatangan di bawah ini menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah yang berjudul:

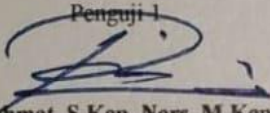
**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA LANSIA DENGAN MASALAH
HIPERTENSI PENDEKATAN EVIDENCE NURSING RELAKSASI OTOT
PROGRESIF DALAM MENGENDALIKAN TEKANAN DARAH DI RW 08
KELURAHAN TURANGGA
KOTA BANDUNG**

Disusun Oleh:

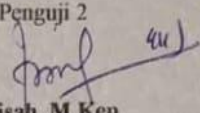
DITA TRISNAWATI
NIM. 402022052

Telah disetujui dan dipertahankan Tim Penguji Sidang Karya Ilmiah Akhir
Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Bandung
dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima
Bandung, 26 Mei 2023

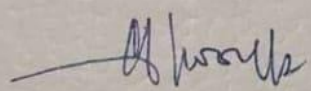
Penguji 1


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

Penguji 2


Enisah, M.Kep

Dosen Pembimbing Utama


Yayat Hidayat, S.Kep.,Ners.,M.Kep
NPP: 197270170005

SURAT PERNYATAAN ORIGINALITAS

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama Mahasiswa : Dita Trisnawati

Nim : 402022052

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners

Dengan ini menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiarisme atau penjiplakan/ pengambilan karangan, pendapat atau karya orang lain dalam penulisan KIAK berjudul:

**"ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA LANSIA DENGAN
MASALAH HIPERTENSI PENDEKATAN EVIDENCE NURSING
RELAKSASI OTOT PROGRESIF DALAM MENGENDALIKAN
TEKANAN DARAH DI RW 08 KELURAHAN TURANGGA
KOTA BANDUNG"**

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

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

Bandung, 30 Mei 2023

Yang membuat pernyataan,


Dita Trisnawati

SURAT KESEDIAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama Mahasiswa : Dita Trisnawati

Nim : 402022052

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners

Dengan ini menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiarisme atau penjiplakan/ pengambilan karangan, pendapat atau karya orang lain dalam penulisan KIAK berjudul:

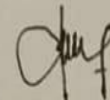
**"ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA LANSIA DENGAN
MASALAH HIPERTENSI PENDEKATAN EVIDENCE NURSING
RELAKSASI OTOT PROGRESIF DALAM MENGENDALIKAN
TEKANAN DARAH DI RW 08 KELURAHAN TURANGGA
KOTA BANDUNG"**

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

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

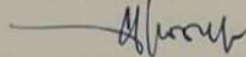
Bandung, 30 Mei 2023
Yang membuat pernyataan,

Dita Trisnawati



Tandatangan

Mengetahui,
Pembimbing



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

MOTO

**“Sesungguhnya Allah Tidak Akan Mengubah Keadaan Suatu Kaum,
Sebelum Mereka Mengubah Keadaan Diri Sendiri”**

(QS. Ar-Rad: 11)

**“Perbanyak Bersyukur, Kurangi Mengeluh. Buka Mata, Jembarkan Telinga,
Perluaskan Hati. Sadari Apa Yang ada Sekarang, Bukan Kemarin Atau
Besok, Nikmati Setiap Jalan Hidup”**

PERSEMBAHAN

Karya Ilmiah Akhir Komprehensif ini saya persembahkan kepada:

1. Kepada orang tua tercinta Ayahanda Erman Sutrisna dan Ibunda Eti yang selalu memberikan dukungan do'a dan semangat yang tiada henti sehingga saya bisa berada sampai di titik ini.
2. Kakak saya Arie Sutriadi dan Ita Rosita yang selalu memberikan dukunga dan kasih sayang kepada saya.
3. Untuk diri saya sendiri terimakasih telah bertahan dan berjuang sampai saat ini, telah begitu yakin mampu untuk sampai ditahap ini.
4. Alamamater Program Studi Pendidikan Profesi Ners Universitas 'Aisyiyah Bandung.

KATA PENGANTAR



Alhamdulillahirabbil'alamin penulis panjatkan puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan limpahan dan rahmat-nya sehingga penulis dapat menyusun proposal penelitian yang berjudul “Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Lansia Dengan Masalah Hipertensi Pendekatan Evidence Nursing Relaksasi Otot Progresif Dalam Mengendalikan Tekanan Darah Di Rw 08 Kelurahan Turangga Kota Bandung”

Dalam proses penyusunan Karya Ilmiah Akhir Komprehensif ini, penulis banyak mendapatkan bimbingan dan arahan dari berbagai pihak. Maka penulis ucapkan rasa hormat dan terimakasih kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam penyusunan karya ilmiah akhir komprehensif ini. Semoga Allah SWT membalas semua kebaikan serta selalu diberikan kesehatan atas mereka. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih sebanyak-banyaknya kepada :

1. Tia Setiawati, M.Kep., Ns.Sp.Kep.An selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Bandung.
2. Dr. Sitti Syabariyah, S.kp., MS.Biomed selaku Wakil Rektor I Universitas ‘Aisyiyah Bandung.
3. Nandang Jamiat N, S.Kp., M.Kep., Sp.Kom selaku Wakil Rektor II Universitas ‘Aisyiyah Bandung.

4. Popy Siti Aisyah, S.Kep., Ners., M.Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Bandung.
5. Inggriane Puspita Dewi, S.Kep., Ners., M.Kep selaku Wakil Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Bandung.
6. Nina Gartika, S.Kp., M.Kep selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan dan Profesi Ners Universitas ‘Aisyiyah Bandung.
7. Riandi Alfin, S.Kep.,Ners.,M.Kep selaku Kordinator Program Pendidikan Profesi Ners Universitas ‘Aisyiyah Bandung.
8. Yayat Hidayat, S.Kep.,Ners.,M.Kep selaku Pembimbing KIA yang selalu memberikan dorongan, motivasi, arahan dan meluangkan waktu untuk memberikan saran dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Komprehensif ini.
9. Seluruh dosen pengajar Program Studi Profesi Ners yang sudah banyak memberikan dukungan pembelajaran sebagai bekal dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Komprehensif ini.
10. Orang tua dan kakak saya, Bapak Erman Sutrisna, Ibu Eti Darmawati, Kakak Arie Sutriadi dan Kakak ipar saya Ita Rosita yang sudah memberikan kasih sayangnya, memberikan do’a, memberikan semangat nya kepada penulis untuk menuntut ilmu setinggi-tingginya. Semoga Allah SWT selalu menyayangi, memberikan kesehatan dan melindunginya.
11. Orang terdekat saya Adi Sapar Gunawan, keluarga terdekat saya dan sahabat-sahabat saya yang tidak pernah lelah untuk memberikan semangat dalam menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Komprehensif ini.

12. Teman-teman Profesi Ners PPN X yang sudah berjuang bersama dan selalu memberikan dukungan dan kerjasamanya dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Komprehensif ini.

13. Seluruh pihak yang sudah memberikan bantuan dalam menyelesaikan penyusunan Karya Ilmiah Akhir Komprehensif ini yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

Semoga Allah SWT melimpahkan rahmat dan karunia-nya serta membalas semua kebaikan dari pihak yang telah membantu dalam penulisan Karya Ilmiah Akhir ini.

Penulis menyadari Karya Ilmiah Akhir Komprehensif ini masih belum sempurna, baik dari isi maupun sistematika penulisannya, maka dari itu penulis berterimakasih apabila ada kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan Karya Ilmiah Akhir Komprehensif ini. Akhir kata, semoga kebaikan dan bantuan dari semua pihak mendapat balasan dari Allah SWT, Aamiin.

Bandung, Mei 2023



Dita Trisnawati, S.Kep

NIM. 402022052

ABSTRAK

Dita Trisnawati
NIM.402022052

ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA LANSIA DENGAN MASALAH HIPERTENSI PENDEKATAN *EVIDENCE NURSING* RELAKSASI OTOT PROGRESIF DALAM MENGENDALIKAN TEKANAN DARAH DI RW 08 KELURAHAN TURANGGA KOTA BANDUNG

V 2023, 74 halaman, 11 tabel,

Keluarga memiliki peran penting dalam proses pengawasan, pemeliharaan dan pencegahan terjadinya hipertensi di rumah. Selain itu, keluarga juga dapat memberikan dukungan dan membuat keputusan mengenai perawatan yang dilakukan oleh penderita hipertensi. Keluarga juga merupakan sistem pendukung utama bagi lansia dalam faktor yang mempengaruhi dan gaya hidup seseorang sehingga berdampak pada status kesehatan dan kualitas hidupnya, ikatan keluarga yang kuat sangat membantu lansia dalam menghadapi masalah, karena keluarga adalah orang yang paling dekat dengan lansia. Dukungan keluarga memiliki peran penting dalam mengidentifikasi perasaan. Sehingga penulis tergerak untuk mengambil asuhan keperawatan pada lansia dengan pendekatan *evidence nursing* relaksasi otot progresif dalam mengendalikan tekanan darah.

Kata kunci: Keluarga, Lansia, Hipertensi, Relaksasi Otot Progresif.

Kepustakaan: 27 buah (2012-2021)

ABSTRACT

Dita Trisnawati
NIM.402022052

***Family Nursing Care For The Elderly With Hypertension Problems Evidence
Nursing Aproach Progressive Muscle Relaxation In Controlling Blood Pressure
In RW 08 Kelurahan Turangga Bandung City***

V 2023, 74 page , 11 table,

The family has an important role in the process of monitoring, maintaining and preventing hypertension at home. In addition, the family cas also provide support and make decisions regarding the treatment carried out by people with hypertension. The family also the main support system for the elderly in the factors that it has an infact on health status and quality of life, strong family ties really help the elderly to face problems, because the family is the closest person to the elderly. Family support has an important role in identifying feelings. So that researchers are moved to find out about the health tasks of elderly families in patients with hypertension. The purpose of this sudy is to find out how the health task of elderly families in patients with hypertension are.

Keywords: *family, elderly, hypertension, progressive muscle relaxation.*

Bibliogeraphy: *27 pieces (2012-2021)*

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
SURAT PERNYATAAN ORIGINALITAS	iii
SURAT KESEDIAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH	iv
MOTO.....	v
PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK.....	ix
ABSTRACT.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan	6
1. Tujuan Umum	6
2. Tujuan Khusus	6
D. Manfaat Penulisan.....	6
1. Manfaat Teoritis.....	6
2. Manfaat Praktis	7
E. Sistematika Penulisan	7
BAB II TINJAUAN TEORI	9
A. Konsep Keluarga.....	9
1. Definisi Keluarga	9
2. Fungsi Keluarga	9
3. Tugas Keluarga dalam Kesehatan.....	13
B. Lansia	15
1. Definisi Lansia	15
2. Prilaku Lansia	16
3. Ciri-ciri Lansia	18
C. Pengendalian Hipertensi	19
1. Definisi Hipertensi	19
2. Klasifikasi Hipertensi.....	20
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
4. Penatalaksanaan Hipertensi.....	21

5. Tanda dan Gejala Hipertensi.....	23
6. Penatalaksanaan Hipertensi.....	24
7. Pencegahan	26
D. Relaksasi Otot Progresif (ROP)	26
1. Definisi Terapi Relaksasi Otot Progresif	26
2. Tujuan Terapi Relaksasi Otot Progresif.....	26
3. Manfaat Terapi Relaksasi Otot Progresif.....	27
E. Konsep Asuhan Keperawatan EBN	27
1. PICO	27
F. Artikel Penelitian melalui Kaidah VIA.....	28
BAB III LAPORAN KASUS	38
A. Hasil Pengkajian dan Pemeriksaan Fisik	38
1. Pengkajian.....	38
2. Analisa data.....	45
3. Diagnose Keperawatan Prioritas.....	46
4. Nursing Care Plan	47
5. Implementasi dan Evaluasi	48
B. Analisis Kasus dan Pembahasan	53
1. Pengkajian.....	53
2. Diagnosa Keperawatan	54
3. Intervensi atau Rencana Keperawatan	55
4. Implementasi Keperawatan dan Evaluasi	57
BAB IV KESIMPULAN DAN SARAN	59
A. Kesimpulan	59
B. Saran	60
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN.....	

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 PICO	27
Tabel 2. 2 VIA	28
Tabel 3. 1 Identitas klien.....	38
Tabel 3. 2 Tahap Perkembangan Keluarga	38
Tabel 3. 3 Lingkungan	39
Tabel 3. 4 Struktur Keluarga.....	41
Tabel 3. 5 Fungsi dalam Keluarga	42
Tabel 3. 6 Koping Keluarga	43
Tabel 3. 7 Pemeriksaan Fisik	44
Tabel 3. 8 Harapan Keluarga Terhadap Asuhan Keperawatan.....	45
Tabel 3. 9 Analisa Data.....	45
Tabel 3. 10 Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Efektif pada Kedua Pasien ..	46
Tabel 3. 11 Nursing Care Plan.....	47
Tabel 3. 12 Implementasi dan Evaluasi	48

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3. 1 Denah Rumah Pasien 1	40
Gambar 3. 2 Denah Rumah Pasien 2	40

DAFTAR LAMPIRAN

Gambar 3. 1 DAFTAR RIWAYAT HIDUP	66
Gambar 3. 2 Hasil TURNITIN	68
Gambar 3. 1 LEMBAR BIMBINGAN	70
Gambar 3. 2 MEDIA RELAKSI OTOT PROGRESIF	72
Gambar 3. 1 LEMBAR PERSETUJUAN PENGUMPULAN KIAK	73

DAFTAR PUSTAKA

- Adisucipto. (2014). Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Desa Karangbendo Banguntapan Bantul Yogyakarta. Skripsi. Yogyakarta.
- Diningrum, M., Rejeki, H., & Prasojo, S. (2021). Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif untuk menurunkan Tekanan Darah pada Lansia. In Prosiding Seminar Nasional Kesehatan (Vol. 1, pp. 2207-2213).
- Ekarini, N. L. P., Heryati, H., & Maryam, R. S. (2019). Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif terhadap Respon Fisiologis Pasien Hipertensi. *Jurnal Kesehatan*, 10(1), 47-52.
- Erita, E., & Mahendra, D. (2019). Dampak Caring Preceptor Dan Metode Preceptorship Dalam Meningkatkan Percaya Diri Perawat Baru Di Rsu Uki Jakarta. *Nursing Current Jurnal Keperawatan*, 5(2), 69-87.
- Faisaldo Candra, 2014. Metode Penelitian Kesehatan. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran.
- Ferdisa, R. J., & Ernawati, E. (2020). *Penurunan Nyeri Kepala Pada Pasien Hipertensi Menggunakan Terapi Relaksasi Otot Progresif* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Semarang).
- Friedman. (2014). Buku Ajar Keperawatan Keluarga. Jakarta: EGC.
- Gestinarwati, A., Ilyas, H., & Manurung, I. (2017). Hubungan dukungan keluarga dengan kunjungan lansia ke posyandu. *Jurnal ilmiah keperawatan saintifik*, 12(2), 240-246.

- Hurlock, E. B. (2012). Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (terjemahan). Jakarta: Erlangga.
- Kemenkes RI. 2019. Hipertensi. Infodation Pusat Data dan Informasi Kementrian Kesehatan RI.
- Kowalak, J. P. (2013). Buku Ajar Patofisiologi. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Lancaster, S. & Stanhope. (2012). Community and Public Health Nursing. St.Louis: Mosby-Year Book.
- Mawaddah. (2020). Peningkatan Kemandirian Lansia Melalui Activity Daily Living Training dengan Pendekatan Komunikasi Terapeutik di RSJ dr. Radjiman Wediodiningrat Lawang Nurul. Jurnal Keperawatan, 13-40.
- Murhan, A., Purbianto, P., & Sulastri, S. (2022). Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia. Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik, 16(2), 165-170.
- Naufal, A. F., & Khasanah, D. A. (2020). Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif terhadap Tekanan Darah pada Wanita Lanjut Usia dengan Hipertensi. Jurnal Kesehatan, 13(2), 136-143.
- Pramestuti, H. R., & Silviana, N. (2016). Tingkat Pengetahuan Pasien Hipertensi Tentang Penggunaan Obat Di Puskesmas Kota Malang. Jurnal Farmasi Klinik Indonesia, 5(1), 26–34. <https://doi.org/10.15416/ijcp.2016.5.1.26>
- 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).

- Rasmini, et al. (2019). *Keperawatan Kesehatan Komunitas dan Keluarga*. Singapore: ELSEVIER.
- Ratnawati. (2017). *Asuhan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Pustaka Baru.
- Rosidin, U., Sumarni, N., & Suhendar, I. (2019). Penyuluhan tentang Aktifitas Fisik dalam Peningkatan Status Kesehatan. *Media Karya Kesehatan*, 2(2).
- Sumartini, Zulkifli & Adhitya. (2019, Oktober). Pengaruh Senam Hipertensi Lansia Terhadap Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Cakranegara Kelurahan Turida. *Jurnal Keperawatan Terpadu*, Vol.1, No.2 Hal 47-53.
- Syaiful Bahri, D. (2014). *Pola Asuh Orang Tua dan Komunikasi Dalam Keluarga*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Tumenggung, I. (n.d.). Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pasien Hipertensi di RSUD Toto Kabila Kabupaten Bone Balongo. *Jurnal Health and Sport*, Volume 07. No. 1.
- Udjiani & Wajan J.(2013). *Keperawatan Kardio Vaskular*. Jakarta: Salemba Medika.
- Ulya, Z. I., & Faidah, N. (2017). Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Koripandriyo Kecamatan Gabus Kabupaten Pati. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 6(2).
- Waryantini, W., Amelia, R., & Harisman, L. (2021). Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi. *Healthy Journal*, 10(1), 37-44.

- Zahara, C. I., & Anastasya, Y. A. (2021). Dukungan Keluarga pada Lansia Program Keluarga Harapan. *Jurnal Psikologi Terapan (JPT)*, 3(1), 16-19.
- Zakaria. (2017). Asuhan Keperawatan Keluarga Pendekatan Teori dan Konsep. Malang: CV.IRDH.