

LEMBAR PERNYATAAN ORISINILITAS

**Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini adalah hasil karya saya sendiri
dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk
telah saya nyatakan dengan benar**

Nama : Elfrida
NIM : 891243018

Pontianak, 28 April 2025



ELFRIDA
NIM. 891243018

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Ilmiah Akhir Ners ini diajukan oleh :

Nama : Elfrida
NIM : 891243018
Program studi : Program Studi Ners Keperawatan Tahap Profesi
Judul : Analisis Asuhan Keperawatan Pada Ny.K Dengan Penerapan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Masalah Ansietas Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Sungai Baru Tahun 2025

Untuk dipertahankan dihadapan Dewan Penguji sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada program studi Ners (Tahap Profesi) STIKes YARSI Pontianak.

Pembimbing



Ns. NURPRATIWI, M. Kep
NIDN. 1110118703

Diajukan di : Pontianak

Tanggal : 28 April 2025

LEMBAR PENGESAHAN

**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA NY.K DENGAN PENERAPAN
RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP MASALAH ANSIETAS
PADA PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS
SUNGAI BARU TAHUN 2025**

Disusun oleh:

ELFRIDA

NIM. 891243018

Telah dipertahankan didepan Tim Penguji
Pada Tanggal, 28 April 2025

Penguji I

Penguji II

Ns. Defa Arisandi, MSN., P.hD
NIDN. 1123078701

Ns. Masmuri, M. Kep
NIDN. 1112028403

Penguji III

Ns. Nurpratiwi, M. Kep
NIDN. 1110118703

Kian ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk
mendapat gelar Ners (Ns.)
Mengetahui
Pontianak, 28 April 2025

Ketua
STIKES YARSI Pontianak

Ketua Program Studi
Pendidikan Profesi Ners

Ns. Uti Rusdian Hidayat, M. Kep
NIDN. 1123058801

Ns. Nurpratiwi, M. Kep
NIDN. 1110118703

**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA NY.K DENGAN PENERAPAN
RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP MASALAH ANSIETAS
PADA PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS
SUNGAI BARU TAHUN 2025**

**Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yayasan Rumah Sakit Islam
(YARSI) Pontianak, Indonesia**

Elfrida¹, Nurpratiwi²
*Email: eelsambas445@gmail.com

1. Mahasiswa STIKes Yarsi Pontianak
2. Dosen STIKes Yarsi Pontianak

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi merupakan masalah kesehatan global yang telah diakui sebagai kontributor utama terhadap penyumbang penyakit kardiovaskuler. Kondisi hipertensi akan semakin memburuk bila pasien mengalami ansietas. Tanda dan gejala pasien ansietas terdiri dari dua komponen yaitu psikis dan fisik. Tanda dan gejala psikis yaitu mengalami peningkatan tekanan darah, khawatir, was- was, apabila fisik yaitu tangan dan kaki merasa dingin dan ketegangan otot, nafas semakin cepat, jantung berdebar, mulut kering, keluhan lambung itu terjadi karena adanya peningkatan adrenalin kondisi ini akan membahayakan pasien hipertensi

Tujuan Penelitian: melakukan Analisis Asuhan Keperawatan Pada Ny.K Dengan Penerapan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Masalah Ansietas Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Sungai Baru

Metode Penelitian: Studi Kasus Asuhan Keperawatan Pada Ny.K Dengan Penerapan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Masalah Ansietas Pada Penderita Hipertensi

Hasil Penelitian: Setelah diberikan Penerapan Relaksasi Otot Progresif selama tiga hari ansietas yang dirasakan klien menurun.

Kesimpulan: Penerapan Relaksasi Otot Progresif dapat menurunkan menurunkan Masalah Ansietas Pada Penderita Hipertensi

Kata Kunci: Relaksasi Otot Progresif, ansietas

Daftar Pustaka: 42 (2016-2023)

**ANALYSIS OF NURSING CARE FOR Mrs. K WITH THE APPLICATION OF
PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION TOWARDS ANXIETY PROBLEMS
IN HYPERTENSION PATIENTS IN SUNGAI BARU
PUBLIC HEALTH CENTER IN 2025**

Islamic Hospital Foundation (YARSI) College of Health Sciences Pontianak, Indonesia

Elfrida¹, Nurpratiwi²

**Email: eelsambas445@gmail.com*

- 1. Yarsi Health College Pontianak Students*
- 2. Yarsi Health College Pontianak Lecturers*

ABSTRACT

Background: Hypertension is a global health problem that has been recognized as a major contributor to cardiovascular disease. Hypertension will worsen if the patient experiences anxiety. Signs and symptoms of anxiety patients consist of two components, namely psychological and physical. Psychological signs and symptoms are experiencing increased blood pressure, worry, anxiety, if the physical is hands and feet feel cold and muscle tension, breathing becomes faster, heart palpitations, dry mouth, stomach complaints occur because of increased adrenaline, this condition will endanger hypertensive patients

Research Objective: to conduct an Analysis of Nursing Care for Mrs. K With the Application of Progressive Muscle Relaxation for Anxiety Problems in Hypertension Patients at the Sungai Baru Health Center

Research Method: Case Study of Nursing Care for Mrs. K With the Application of Progressive Muscle Relaxation for Anxiety Problems in Hypertension Patients

Research Results: After being given the Application of Progressive Muscle Relaxation for three days, the anxiety felt by the client decreased.

Conclusion: The Application of Progressive Muscle Relaxation can reduce Anxiety Problems in Hypertension Patients

Keywords : Progressive Muscle Relaxation, anxiety

Bibliography : 42 (2016-2023)

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim segala puji syukur penulis junjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan karuniannya, serta salawat dan salam kepada Nabi Muhammad SAW. Sehingga penulis dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir (KIA) ini dengan judul “Analisis Asuhan Keperawatan Pada Ny.K Dengan Penerapan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Masalah Ansietas Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Sungai Baru Tahun 2025

”. Laporan penelitian ini disusun dalam rangka memenuhi persyaratan untuk menyelesaikan program studi profesi ners (NERS) di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yayasan Rumah Sakit Islam (STIKes Yarsi) Pontianak tahun 2025.

Penulis mengucapkan terimakasih yang tak terhingga kepada pihak-pihak yang telah mendukung baik moral maupun materil kepada penulis. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Ns. Uti Rusdian Hidayat, M.Kep selaku ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) YARSI Pontianak.
2. Ibu Ns. Nurpratiwi, M.Kep selaku Ketua Prodi Ners Yarsi Pontianak sekaligus pembimbing utama yang banyak memberikan waktunya serta memberi masukan dan saran dalam penyelesaian karya ilmiah ini.
3. Bapak Ns. Defa Arisandi, MSN., P.hD selaku penguji I yang banyak memberikan masukan dan saran dalam penyelesaian karya ilmiah ini.
4. Ibu Ns. Masmuri, M.Kep selaku penguji II yang banyak memberikan masukan dan saran dalam penyelesaian karya ilmiah ini.
5. Dosen dan Staff Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Yarsi Pontianak
6. Serta semua pihak yang telah membantu penulis namun tidak dapat disebutkan namanya satu per satu.

Penulis sangat menyadari bahwa Karya Ilmiah Akhir Ners ini masih sangat jauh dari kesempurnaan kemampuan yang penulis miliki. Oleh karena itu, koreksi, saran dan kritikan yang sifatnya membangun penulis hargai demi kesempurnaan karya ilmiah akhir ners ini.

Akhir kata, semoga bantuan yang telah diberikan oleh semua pihak, mendapatkan imbalan yang setimpal dari Allah SWT.

Pontianak, 28 April 2025

Penulis

ELFRIDA
NIM. 891243018

LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI KIAN

Sebagai civitas akademik STIKes YARSI Pontianak, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Elfrida
Nim : 891243018
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners
Jenis Karya : Karya Ilmiah Akhir Ners

Demi pengembangan ilmu pengetahuan menyetujui untuk memberikan kepada STIKes YARSI Pontianak **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul :

“Analisis Asuhan Keperawatan Pada Ny.K Dengan Penerapan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Masalah Ansietas Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Sungai Baru Tahun 2025”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini STIKes YARSI Pontianak berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Dibuat di: Pontianak
Pada Tanggal : 28 April 2025
Yang menyatakan



(ELFRIDA)

DAFTAR ISI

	halaman
HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	<i>vi</i>
KATA PENGANTAR	vii
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	<i>viii</i>
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penerapan	6
D. Manfaat Penelitian	7
E. Jurnal penelitian terkait	8
BAB II TINJAUAN TEORITIS	
A. Konsep Relaksasi Otot Progesif.....	9
B. Konsep dasar ansietas	14
C. Konsep dasar Hipertensi	22
D. Konsep Konsep Asuhan Keperawatan	32
BAB III ASUHAN KEPERAWATAN	
A. Pengkajian data responden.....	45
B. Analisa Data	59
C. Diagnosa keperawatan	60
D. Intervensi Keperawatan	61
E. Implementasi & Evaluasi.....	64
BAB IV PEMBAHASAN	
A. Analisis Proses Keperawatan dengan Konsep Teori dan kasus terkait	75
B. Analisis Penerapan Intervensi berdasarkan <i>Evidence Base Nursing Pratice</i>	82
C. Alternatif Pemecahan Masalah atau Solusi yang dapat dilakukan .	84
BAB V KESIMPULAN & SARAN	
A. Kesimpulan	85
B. Saran	86
DAFTAR PUSTAKA	87
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1.1 Jurnal Penelitian terkait	8
2.1 Klasifikasi Tekanan Darah	25
2.2 Intervensi Keperawatan	37
3.1 pemeriksaan hasil Laboratorium	58
3.2 penatalaksanaan Terapi	59AS
3.3 Analisa Data	59
3.4 Intervensi Keperawatan	61
3.5 impementasi dan evaluasi	64

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Pathway Hipertensi	15
2.2 Rentang Respon Ansietas.....	29

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1** : Surat Izin pengambilan data dari STIKes YARSI Pontianak
- Lampiran 2** : Surat balasan izin pengambilan data dari Puskesmas
- Lampiran 3** : Surat Izin penelitian dari STIKes YARSI Pontianak
- Lampiran 4** : Surat Balasan Izin Penelitian dari Puskesmas
- Lampiran 5** : Surat keterangan kelayakan Instrumen Penelitian
- Lampiran 6** : Lembar Penjelasan Penelitian
- Lampiran 7** : Lembar Persetujuan Sebagai Responden (*Informed Consent*)
- Lampiran 8** : SOP relaksasi otot progresif
- Lampiran 9** : Hamilton Anxiety Rating Scale (HAR-S)
- Lampiran 10** : Daftar Riwayat Hidup
- Lampiran 11** : Lembar Konsultasi KIA
- Lampiran 12** : Dokumentasi Implementasi keperawatan