

**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KLIEN NY. Y HIPERTENSI DENGAN  
INTERVENSI RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP PENURUNAN  
TEKANAN DARAH TINGGI DI PUSKESMAS PADANG TIKAR**



**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

**Diajukan sebagai persyaratan untuk  
Menyelesaikan Pendidikan Profesi Ners**

**OLEH  
EKA RAHADI  
NIM: 891243061**

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
YAYASAN RUMAH SAKIT ISLAM (YARSI) PONTIANAK  
2025**

## LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

**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 : Eka Rahadi

Nim : 891243061

Tanda Tangan : 

Tanggal : 20 Agustus 2025



## LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini diajukan oleh:

Nama : Eka Rahadi

Nim : 891243061

Program Studi: Pendidikan Profesi Ners (Tahap Profesi) STIKes YARSI

Judul : Analisis Asuhan Keperawatan Klien NY. Y Hipertensi Dengan Intervensi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi Di Puskesmas Padang Tikar

Untuk dipertahankan di hadapan Dewan Penguji sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners (Tahap Profesi) STIKes YARSI Pontianak.

**PEMBIMBING**

(Ns. Yunita Dwi Anggreini, S.Kep., M.Kep)

NIDN : 1112068902

Diajukan di : Pontianak

Tanggal : 20 Agustus 2025

**LEMBAR PENGESAHAN**

**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KLIEN NY. Y HIPERTENSI  
DENGAN INTERVENSI RELAKSASI OTOT PROGRESIF  
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH TINGGI  
DI PUSKESMAS PADANG TIKAR**

**Disusun oleh:**

Eka Rahadi  
891243061

Telah dipertahankan didepan Tim Penguji

Pada Tanggal, 20 Agustus 2025

Penguji I

Penguji II

(Ns. Ali Akbar, M.Kep)  
NIDN. 1118108602

(Ns. Nurul Jamil, M. Kep)  
NIDN. 1129089101

Penguji III

Ns. Yunita Dwi Anggreini, S.Kep., M.Kep  
NIDN. 1123058801

KIA ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk  
Mendapatkan gelar Ners (Ns.)

Mengetahui

Pontianak, 20 Agustus 2025

Ketua  
STIKes YARSI

Ketua Program Studi  
Pendidikan Profesi Ners

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

(Ns. Nurpratiwi, M. Kep)  
NIDN. 1110118703

## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Alhamdulillah, puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-Nyalah penulis dapat menyelesaikan penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) dengan judul: “Analisis Asuhan Keperawatan Klien NY. Y Hipertensi Dengan Intervensi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi Di Puskesmas Padang Tikar”

Penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini, penulis mengalami beberapa hambatan dan kesulitan, namun atas bantuan pembimbing dan saran dari beberapa pihak yang telah memberikan dorongan baik moril maupun materil, alhamdulillah penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN).ini tepat pada waktunya. Oleh karena itu, penulis dengan segala kerendahan hati, ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Ns. Uti Rusdian Hidayat, M. Kep, selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan YARSI Pontianak.
2. Ibu Ns. Nurpratiwi, M. Kep selaku Ketua Program Studi Ners Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan YARSI Pontianak.
3. Bapak Ns. Yunita Dwi Anggreini,, M. Kep, selaku pembimbing dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN).
4. Bapak Ns. Ali Akbar, M.Kep selaku penguji dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN).
5. Bapak Ns. Nurul Jamil, M.Kep selaku penguji dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN).
6. Kepala Puskesmas Padang Tikar, atas izin dalam penelitian ini.
7. Orang tua, istri serta keluarga tercinta yang telah memberikan doa dan dorongan semangat serta materil dalam menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN).ini.

8. Bapak dan ibu dosen beserta staff pendidikan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan YARSI Pontianak yang telah banyak memberikan dorongan dan bekal ilmu selama penulis mengikuti pendidikan.

Kritik dan saran sangat penulis harapkan agar penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini lebih baik lagi dimasa yang akan datang. Penulis juga berharap semoga amal baik yang telah diberikan oleh semua pihak ini, akan mendapatkan balasan dari Allah SWT, dan semoga laporan kasus ini sangat bermanfaat bagi kita semua. Amin ya Robbal'alamin..

Pontianak, 20 Agustus 2025



Penulis



## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama : Eka Rahadi  
Nim : 891243061

Program Studi: Pendidikan Profesi Ners (Tahap Profesi) STIKes YARSI  
Pontianak

Jenis Karya :

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 Klien NY. Y Hipertensi Dengan Intervensi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi Di Puskesmas Padang Tikar”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini STIKes YARSI Pontianak berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan memublikasikan 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 : 20 Agustus 2025

Yang menyatakan



(Eka Rahadi)

## **ABSTRAK**

### **“ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KLIEN NY. Y HIPERTENSI DENGAN INTERVENSI RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH TINGGI DI PUSKESMAS PADANG TIKAR”**

Eka Rahadi<sup>1</sup>, Yunita Dwi Anggreini<sup>2</sup>

1.2. Mahasiswa Stikes Yarsi Pontianak, Dosen Stikes Yarsi Pontianak

Eka Rahadi : Program studi Pendidikan Ners, STIKes Yarsi Pontianak, Jln Panglima A'im, No.1 Pontianak Timur, Kota Pontianak, Kalimantan Barat-78232Email : Ekarahadi@gmail.com

---

Hipertensi, kondisi medis serius yang berpotensi memicu penyakit jantung dan kerusakan organ, memerlukan penanganan efektif. Sebagai terapi non-farmakologis, teknik Relaksasi Otot Progresif (ROP) menawarkan solusi untuk membantu pasien mengurangi tekanan darah serta rasa tidak nyaman. Penanganan kasus Hipertensi biasanya dilakukan dengan pendekatan non farmakologi seperti menjaga pola makan, aktivitas fisik, maupun dengan tindakan mandiri seperti relaksasi otot progresif. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis Asuhan Keperawatan Klien NY. Y Hipertensi Dengan Intervensi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi Di Puskesmas Padang Tikar

Desain dalam penelitian ini menggunakan metode studi analisis kasus, subyek yang digunakan adalah satu klien dengan masalah Nyeri Akut. Metode Pengumpulan data menggunakan format Asuhan Keperawatan yang meliputi pengkajian, diagnosa, intervensi, implementasi, dan evaluasi.

Hasil studi analisis kasus ini menunjukkan setelah dilakukan asuhan keperawatan kepada NY. Y selama 3 hari di Puskesmas Padang Tikar, dengan intervensi relaksasi Otot Progresif didapatkan hasil terjadinya penurunan tekanan darah klien.

Diharapkan klien dapat tetap menjaga kondisi tekanan darah dalam darah stabil, mampu mengatasi dan mencegah peningkatan tekanan darah.

Kata Kunci : Hipertensi, Nyeri, Relaksasi otot progresif, Tekanan darah

## **ABSTRACT**

### **“ANALYSIS OF NURSING CARE FOR CLIENT MRS. N WITH HYPERTENSION USING PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION INTERVENTION TO REDUCE HIGH BLOOD PRESSURE AT PADANG TIKAR COMMUNITY HEALTH CENTER”**

Eka Rahadi<sup>1</sup>, Yunita Dwi Anggreini<sup>2</sup>

*1.2. Student of Stikes Yarsi Pontianak, Lecturer of Stikes Yarsi Pontianak*

Eka Rahadi : *Nursing Education Study Program, STIKes Yarsi Pontianak, Jln Panglima A'im, No.1  
East Pontianak, Pontianak City, West Kalimantan-78232, Email : Ekarahadi@gmail.com*

---

*Hypertension, a serious medical condition that can potentially trigger heart disease and organ damage, requires effective management. As a non-pharmacological therapy, the Progressive Muscle Relaxation (PMR) technique offers a solution to help patients reduce blood pressure and discomfort. Hypertension case management is typically approached through non-pharmacological methods such as dietary control, physical activity, or self-administered techniques like progressive muscle relaxation.*

*This study aims to analyze the Nursing Care for Client Mrs. N with Hypertension using Progressive Muscle Relaxation Intervention to Reduce High Blood Pressure at Padang Tikar Community Health Center. The research design employs a case analysis study method, with one client experiencing Acute Pain as the subject. Data collection methods included interviews, physical examination observations, and documentation review.*

*The results of this case analysis study show that after providing nursing care to Mrs. N for 3 days at Padang Tikar Community Health Center, with Progressive Muscle Relaxation intervention, a notable decrease in the client's blood pressure was achieved.*

*It is expected that the client will maintain stable blood pressure levels and be able to manage and prevent blood pressure elevation.*

**Keywords:** *Hypertension, Pain, Progressive Muscle Relaxation, Blood Pressure*

## DAFTAR ISI

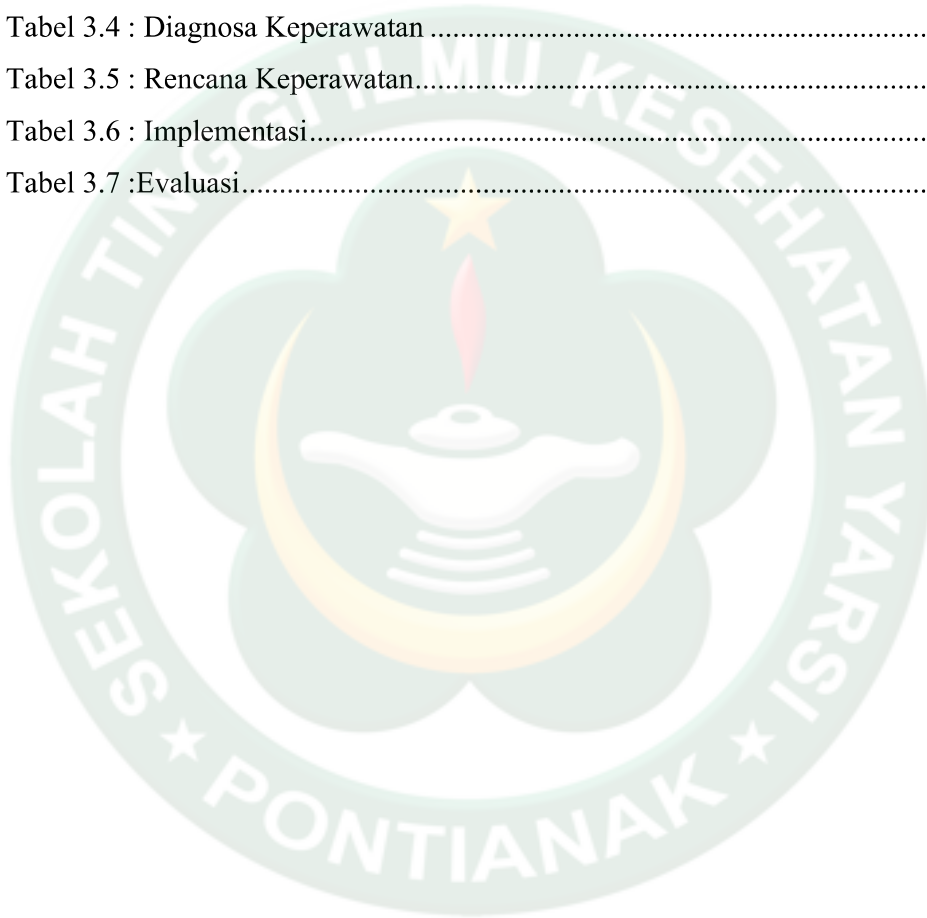
	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN .....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vii
ABSTRAK.....	ix
<i>ABSTRACT</i> .....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR SKEMA.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Perumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penulisan.....	6
D. Manfaat Penulisan.....	6
<b>BAB II LANDASAN TEORITIS</b>	
A. Konsep Dasar Penyakit Hipertensi.....	8
B. Konsep Asuhan Keperawatan Teoritis Pada Hipertensi .....	16
C. Konsep Relaksasi Otot Progresif .....	21
<b>BAB III LAPORAN KASUS KELOLAAN UTAMA</b>	
A. Pengkajian Keperawatan.....	31
B. Analisa Data.....	37
C. Daftar Diagnosa Keperawatan .....	38
D. Rencana Keperawatan.....	39
E. Implementasi Keperawatan.....	42

F. Catatan Perkembangan (Evaluasi) .....	45
<b>BAB IV PEMBAHASAN</b>	
A. Analisis proses keperawatan dengan teori dan kasus terkait.....	51
B. Analisis penerapan Intervensi berdasarkan <i>Evidence Based Nursing Practice</i> .....	60
C. Alternatif pemecahan masalah atau solusi yang dapat dilakukan..	61
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan .....	64
B. Saran.....	65
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	



## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 : Intervensi Keperawatan .....	18
Tabel 3.1 : Pemeriksaan Penunjang .....	44
Tabel 3.2 : Terapi Obat .....	44
Tabel 3.3 : Analisa Data.....	45
Tabel 3.4 : Diagnosa Keperawatan .....	46
Tabel 3.5 : Rencana Keperawatan.....	47
Tabel 3.6 : Implementasi.....	49
Tabel 3.7 :Evaluasi.....	52



**DAFTAR SKEMA**

Halaman

Skema 2.1 : *Pathway* Hipertensi ..... 12



## DAFTAR LAMPIRAN

**Lampiran 1:** SOP Terapi Relakasaki Otot Progresif

**Lampiran 2:** Permohonan Menjadi Partisipan

**Lampiran 3:** Persetujuan Sebagai Responden (*Informed Consent*)

**Lampiran 4:** Surat Izin Penelitian Dari Kampus STIKes Pontianak

**Lampiran 5:** Surat Izin Penelitian Di Puskesmas Padang Tikar

**Lampiran 6:** Dokumentasi

