

TUGAS AKHIR NERS

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF
DALAM PEMENUHAN KEBUTUHAN RASA NYAMAN
NYERI PADA LANSIA NY.N DENGAN HIPERTENSI
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TURI**



**UMI HERJUNANTI
NIM.P07120521108**

**PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS
JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA
TAHUN 2022**

TUGAS AKHIR NERS

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF
DALAM PEMENUHAN KEBUTUHAN RASA NYAMAN
NYERI PADA LANSIA NY.N DENGAN HIPERTENSI
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TURI**

Diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Ners



**UMI HERJUNANTI
NIM.P07120521108**

**PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS
JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA
TAHUN 2022**

PERSETUJUAN PEMBIMBING
PENERAPAN TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF
DALAM PEMENUHAN KEBUTUHAN RASA NYAMAN
NYERI PADA LANSIA NY.N DENGAN HIPERTENSI
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TURI

Disusun oleh :

UMI HERJUNANTI

P 07120521108

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :


19 Desember 2022

Menyetujui,

Pembimbing Utama,

Pembimbing Pendamping


Bondan Palestin, SKM., M.Kep., Sp.Kom
NIP. 19720716 199403 1 005


Dr. Nunuk Sri Purwanti, S.Kp., M.Kes
NIP. 196702281994032001

Yogyakarta, 19 Desember 2022

Ketua Jurusan Keperawatan


Bondan Palestin, SKM., M.Kep., Sp.Kom
NIP. 19720716 199403 1 005

HALAMAN PENGESAHAN

TUGAS AKHIR NERS

PENERAPAN TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF
DALAM PEMENUHAN KEBUTUHAN RASA NYAMAN
NYERI PADA LANSIA NY.N DENGAN HIPERTENSI
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TURI

Disusun oleh :

UMI HERJUNANTI

P07120521108

Telah dipertahankan dalam seminar di depan

Dewan Penguji Pada tanggal :

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,
Bondan Palestin SKM, M.Kep., Sp.Kom
NIP. 19720716 199403 1 005

Anggota,
Dr. Nunuk Sri Purwanti, S.Ko., M.Kes
NIP. 196702281994032001

Anggota,
Ns. Tri Widayastuti Handayani, M.Kep. Sp.Kep.Kom
NIP. 198511162023122003

Yogyakarta, 19 Desember 2022

Ketua Jurusan Keperawatan



Bondan Palestin SKM, M.Kep., Sp.Kom
NIP. 19720716 199403 1 005

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Tugas Akhir Ners ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Umi Herjunanti

NIM : P07120521108

Tanda Tangan: 

Tanggal : 19 Desember 2022

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASITAN
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang
bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Umi Herjunanti
NIM : P07120521108
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners
Jurusan : Keperawatan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan
kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Non eksklusif**
(*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas TAN saya yang berjudul :

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF DALAM
PEMENUHAN KEBUTUHAN RASA NYAMAN NYERI PADA LANSIA
NY.N DENGAN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TURI**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti
Non eksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan,
mengalihmedia/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 : Yogyakarta

Pada tanggal :

Yang Menyatakan



Umi Herjunanti

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Tugas Akhir Ners (TAN) ini. Penulisan TAN ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. TAN ini terwujud atas bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu dan pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Dr. Iswanto, S.Pd.,M.Kes, selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta yang telah memberikan ijin dan kesempatan penulis untuk menempuh jenjang pendidikan di Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
2. Bondan Palestin, SKM, M. Kep, Sp.Kom, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta yang telah memberikan ijin dan kesempatan untuk menyusun laporan kasus sebagai tugas akhir.
3. Ns. Harmilah, S.Pd., S.Kep., M.Kep., Sp.MB selaku Ketua Prodi Pendidikan Profesi Ners Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan dan dukungan untuk menyusun laporan kasus sebagai tugas akhir.
4. Bondan Palestin, SKM, M. Kep, Sp.Kom, selaku Pembimbing Utama yang telah membimbing dan banyak memberikan masukan dalam penyusunan laporan kasus tugas akhir ini.
5. Dr. Nunuk Sri Purwanti, S.Kp,M.Kes selaku Pembimbing Pendamping yang telah membimbing dan banyak memberikan masukan dalam penyusunan laporan kasus tugas akhir ini.
6. Sari Kusumaningsih,AMK, selaku Pembimbing Lahan Praktik yang telah membimbing dan banyak memberikan masukan serta kesempatan dalam penyusunan laporan kasus tugas akhir ini.

7. Ny. N selaku pasien kelolaan yang telah berkenan meluangkan waktu untuk diberikan asuhan keperawatan.
8. Orang tua, teman sejawat, rekan kerja dan keluargaku yang telah banyak membantu dalam proses penyusunan Tugas Akhir Ners (TAN) ini.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Yogyakarta, Desember 2022

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TAN UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRACT	xii
ABSTRAK	xiii
BAB I PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang	Error! Bookmark not defined.
B. Tujuan Penulisan.....	Error! Bookmark not defined.
C. Manfaat Penulisan.....	Error! Bookmark not defined.
D. Ruang Lingkup	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
A. Konsep Pemenuhan Kebutuhan Dasar Manusia	Error! Bookmark not defined.
B. Konsep Asuhan Keperawatan Gerontik Dengan Hipertensi	25
C. Terapi Relaksasi Otot Progresif	38
D. Konsep Intervensi Keperawatan berdasarkan EBP	40
BAB III LAPORAN KASUS	44
A. Pengkajian Keperawatan	44
B. Diagnosis Keperawatan.....	50
C. Perencanaan Keperawatan.....	52
D. Implementasi Dan Evaluasi Keperawatan.....	54
BAB IV PEMBAHASAN	62
A. Pengkajian Keperawatan	62
B. Diagnosis Keperawatan	Error! Bookmark not defined. 3
C. Perencanaan Keperawatan.....	66
D. Implementasi Keperawatan	68
E. Evaluasi Keperawatan	71
BAB V PENUTUP	73
A. Kesimpulan.....	73
B. Saran	74
DAFTAR PUSTAKA	76
LAMPIRAN	79

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Patofisiologi Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
Gambar 2. Skala nyeri	20
Gambar 3. <i>Visual Analog Scale (VAS)</i>	21
Gambar 4. Verbal Rating Scale (VRS).....	Error! Bookmark not defined.
Gambar 5. <i>Numeric Rating Scale (NRS)</i>	Error! Bookmark not defined.
Gambar 6. <i>Wong Baker Pain Rating Scale</i>	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Klasifikasi Hipertensi.....	11
Tabel 2. Konsep Perencanaan Asuhan Keperawatan Gerontik dengan Hipertensi	32

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Satuan Acara Penyuluhan (SAP) Pada Ny. N	80
Lampiran 2. Leaflet Terapi Relaksasi Otot Progresif	Error! Bookmark not defined.1
Lampiran 3. Dokumentasi Foto Pelaksanaan Asuhan Keperawatan Pada Ny.N.	Error! Bookmark not defined.3
Lampiran 4. Jurnal Yang Digunakan	98