

Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung

Jurusan Keperawatan Bandung

Program Studi Keperawatan Bandung

Bandung, Mei 2022

Aurellita Maulidya. P17320119053

**GAMBARAN ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN TINDAKAN
RELAKSASI OTOT PROGRESIF UNTUK PENURUNAN TEKANAN DARAH DI RSUD
CIBABAT KOTA CIMAHI
2022**

ABSTRAK

VII, 67 Hal, 5 Bab, 7 Tabel, 1 Bagan, 11 Lampiran

Studi kasus ini dilatarbelakangi oleh angka kejadian hipertensi yang semakin meningkat. World Health Organization (WHO) mencatat bahwa pada tahun 2018 hanya terdapat 839 juta kasus tekanan darah tinggi, diperkirakan 1,15 miliar pada tahun 2025. Hipertensi adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140/90 mmHg dan diastolik lebih dari 90 mmHg. Salah satu intervensi keperawatan mandiri untuk menurunkan tekanan darah adalah relaksasi otot progresif. Relaksasi otot progresif menitikberatkan pada aktivitas otot dengan mendeteksi otot yang tegang kemudian mengurangi ketegangan dengan melakukan teknik relaksasi untuk mencapai rasa relaksasi. Studi kasus ini bertujuan untuk mengetahui pemberian tindakan relaksasi otot progresif untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi di RSUD Cibabat, Kota Cimahi tahun 2022. Studi kasus ini dilakukan pada tanggal 14 Mei -18 Mei 2022, selama 5 hari berturut-turut. Metode yang digunakan adalah metode studi kasus deskriptif. Pada studi kasus yang dilakukan terhadap pasien hipertensi ini terbukti relaksasi otot progresif bisa menurunkan tekanan darah dengan hasil rata-rata penurunan *pre* dan *post systole* didapatkan hasil 14, sedangkan rata-rata penurunan *pre* dan *post diastole* didapatkan hasil 8 pada pasien I. Sedangkan pasien II, mendapatkan hasil rata-rata penurunan *pre* dan *post systole* didapatkan hasil 12, sedangkan rata-rata penurunan *pre* dan *post diastole* didapatkan hasil 6. Dengan begitu menunjukkan bahwa adanya penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi dengan tindakan relaksasi otot progresif. Diharapkan klien dan perawat dapat mengaplikasikan terapi relaksasi otot progresif kepada semua penderita hipertensi. Juga diharapkan untuk keluarga saling bekerja sama dalam menerapkan intervensi relaksasi otot progresif serta memberikan dukungan penuh dan mendampingi pasien dalam proses pemulihan agar tetap terjaga motivasi untuk sembuh kembali

Kata Kunci : Hipertensi, Penurunan Tekanan Darah, Relaksasi Otot Progresif

Daftar Pustaka : 34 (2010-2021)