



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA DENGAN  
INTERVENSI INOVASI *PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION*  
UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA  
DENGAN HIPERTENSI DI RT 01 RW 03 KELURAHAN  
GROGOL KECAMATAN LIMO KOTA DEPOK**

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

**YULIA PRABHAWATY**

**2310721034**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI  
2024**



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA DENGAN  
INTERVENSI INOVASI *PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION*  
UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA  
DENGAN HIPERTENSI DI RT 01 RW 03 KELURAHAN  
GROGOL KECAMATAN LIMO KOTA DEPOK**

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Ners**

**YULIA PRABHAWATY**

**2310721034**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI  
2024**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Ilmiah Akhir Ners ini adalah karya sendiri dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan benar.

Nama : Yulia Prabhawaty

NIM : 2310721034

Tanggal : 8 Mei 2024

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku

Jakarta, 8 Mei 2024

Yang menyatakan



Yulia Prabhawaty

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

---

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Yulia Prabhawaty

NIM : 2310721034

Fakulta : Ilmu Kesehatan

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Demi mengembangkan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: **“Analisis Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Intervensi Inovasi *Progressive Muscle Relaxation* Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Rt 01 Rw 03 Kelurahan Grogol Kecamatan Limo Kota Depok”**. Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih dan mempublikasikan hasil KIA saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/ pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada Tanggal : 8 Mei 2024

Yang menyatakan,



(Yulia Prabhawaty)

## PENGESAHAN

KIA diajukan oleh:

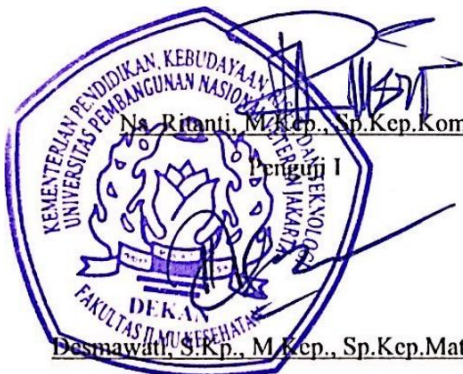
Nama : Yulia Prabhawaty  
NRP : 2310721034  
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi  
Judul : Analisis Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Intervensi Inovasi *Progressive Muscle Relaxation* Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi di RT 01 RW 03 Kelurahan Grogol Kecamatan Limo Kota Depok

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.



Ns. Chandra Tri Wahyudi, M.Kes., M.Kep

Ketua Penguji



Ns. Ritanti, M.Kep., Sp.Kep.Kom

Penguji I

Ns. Desmawati, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.Mat., Ph.D

Dekan FIKES UPN "Veteran" Jakarta



Ns. Nourmayansa Vidya A. M.Kep., Sp.Kep.Kom

Penguji II (Perbimbing)



Ns. Cut Sarida Pompey, S.Kep., M.N.S

Koordinator Program Studi Profesi Ners

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 8 Mei 2024

## KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Analisis Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Intervensi Inovasi *Progressive Muscle Relaxation* Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi di RT 01 RW 03 Kelurahan Grogol Kecamatan Limo Kota Depok”, sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Profesi Ners. Penulis mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada Ns. Nourmayansa Vidya Anggraini, M.Kep., Sp.Kep.Kom., selaku dosen pembimbing yang telah membimbing serta memberikan saran dan masukan selama penulisan karya tulis ilmiah ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Dr. Anter Venus, MA, Comm selaku Rektor Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, Desmawati, S.Kp., M.Kep., Sp.Kep.Mat., PhD selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan, Ns. Cut Sarida Pompey, S.Kep., M.N.S. selaku Ketua Jurusan Keperawatan dan Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners, serta Ns. Chandra Tri Wahyudi, M.Kes., M.Kep dan Ns. Ritanti, M.Kep., Sp.Kep.Kom selaku dosen penguji yang telah memberikan kesempatan dan membantu penulis dalam melaksanakan sidang akhir. Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada keluarga Ny. N dan Tn. S yang telah menerima dan membantu serta berpartisipasi dalam karya tulis akhir ini.

Peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada keluarga tercinta serta kepada teman-teman terkasih yang telah membantu menjadi *support system* dalam proses penelitian ini. Kritik dan saran yang membangun untuk penelitian ini sangat diharapkan agar penelitian yang lebih baik akan tercipta pada masa mendatang.

Jakarta, 8 Mei 2024

Penulis

Yulia Prabhawaty

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS .....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iii
PENGESAHAN .....	iv
ABSTRAK .....	v
ABSTRACT .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI .....	viii
DAFTAR TABEL .....	x
DAFTAR SKEMA .....	xi
DAFTAR SINGKATAN .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
I.1 Latar Belakang .....	1
I.2 Tujuan Penelitian .....	5
I.3 Manfaat Penelitian .....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	7
II. 1. Konsep Lansia .....	7
II. 2. Konsep Hipertensi pada Lansia .....	9
II. 3. Konsep Keluarga .....	17
II. 4. Konsep Asuhan Keperawatan .....	19
II. 5. Konsep <i>Progressive Muscle Relaxation</i> .....	31
II. 6. Konsep Peran Perawat .....	33
BAB III GAMBARAN KASUS KELOLAAN .....	36
III.1 Pengkajian Kasus .....	36
III.2 Data Fokus .....	49
III.3 Analisa Data .....	50
III.4 Skoring dan Prioritas Masalah .....	52
III.5 Intervensi Keperawatan .....	57
III.6 Intervensi Inovasi .....	61
III.7 Asuhan Keperawatan Klien Resume .....	62
III.8 Implementasi dan Evaluasi Keperawatan .....	63
III.9 Implementasi Intervensi Inovasi .....	69
BAB IV PEMBAHASAN .....	70
IV. 1. Analisis Asuhan Keperawatan dengan Konsep Kasus Terkait .....	70
IV. 2. Analisis Penerapan Intervensi Sesuai Praktik Berbasis Bukti .....	76
IV. 3. Implikasi .....	82

BAB V PENUTUP.....	85
V.1. Kesimpulan.....	85
V.2. Saran.....	86
DAFTAR PUSTAKA .....	88
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	



## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Klasifikasi Hipertensi Menurut AHA & JNC .....	9
Tabel 2	Intervensi Keperawatan.....	21
Tabel 3	Susunan Anggota Keluarga Ny. N.....	36
Tabel 4	Hasil Pemeriksaan Fisik Keluarga Ny. N .....	45
Tabel 5	Data Fokus Keluarga Ny. N.....	49
Tabel 6	Analisa Data.....	50
Tabel 7	Skoring dan Prioritas Masalah .....	53
Tabel 8	Skoring dan Prioritas Masalah .....	55
Tabel 9	Hasil Pengukuran Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Intervensi	69
Tabel 10	Hasil Analisis Penerapan PMR pada Klien Kelolaan Utama Ny. N..	77
Tabel 11	Hasil Analisis Penerapan PMR pada Klien Resume Tn. S.....	77
Tabel 12	Perbandingan Hasil Akhir dari Pemberian PMR .....	80

## DAFTAR SKEMA

Skema 1	Pathway Hipertensi .....	13
Skema 2	Genogram Pasien Kelolaan .....	36
Skema 3	Karakteristik Rumah Pasien Kelolaan.....	40

## DAFTAR SINGKATAN

NCDs	: <i>Non-Communicable Diseases</i>
PMR	: <i>Progressive Muscle Relaxation</i>
PTM	: Penyakit Tidak Menular
P2PTM	: Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular
TROP	: Terapi Relaksasi Otot Progresif
WHO	: <i>World Health Organization</i>

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 Lembar Persetujuan Judul Kian
- Lampiran 2 Lembar Persetujuan Sidang Kian
- Lampiran 3 Lembar Monitoring Bimbingan
- Lampiran 4 SOP Progressive Muscle Relaxation
- Lampiran 5 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 6 Hasil Uji Turnitin Kian