

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI AUTOGENIK UNTUK
MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA NY. K DENGAN
HIPERTENSI DI RSUD WONOSARI**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Ners Fakultas Kesehatan
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Disusun Oleh:
ADI FIRMAN HIDAYAT
NPM: 233203046

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA
2024**

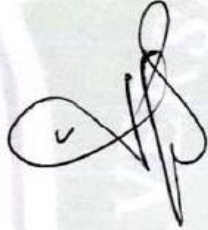
LEMBAR PENGESAHAN
KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI AUTOGENIK UNTUK
MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA NY. K DENGAN
HIPERTENSI DI RSUD WONOSARI**

Telah diseminarkan dan diujikan pada tanggal: 2024

Disusun Oleh:
Adi Firman Hidayat
NPM: 233203046

Penguji,



(Ike Wuri W., M. Kep)
NIDN. 05-2403-8903

Pembimbing I



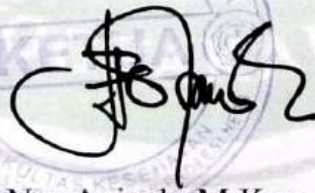
(Retno Sumiyarini,
S.Kep.,Ns., M.Med)
NIDN. 05-1708-8302

Pembimbing II



(Arifah Nur K.,S.Kep.,Ns)
NIDN: 05-1708-8302

Mengetahui,
Ka. Prodi Profesi Ners



(Fajriyati Nur Azizah, M.Kep., Sp. Kep. J.)
NIDN. 0514058301

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, adalah mahasiswa Profesi Ners Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta,

Nama : Adi Firman Hidayat
NPM : 233203046
Program Studi : Profesi Ners
Judul KIAN : **“Penerapan Terapi Relaksasi Autogenik untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Ny. K Dengan Hipertensi di RSUD Wonosari”**

Menyatakan bahwa hasil penelitian dengan judul tersebut diatas adalah asli karya saya sendiri dan bukan hasil plagiarisme. Semua referensi dan sumber terkait yang diacu dalam karya ini telah ditulis sesuai kaidah penulisan ilmiah yang berlaku. Dengan ini, saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta penelitian kepada Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta guna kepentingan ilmiah. Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenarnya tanpa paksaan dari pihak manapun. Apabila terdapat kekeliruan atau ditemukan adanya pelanggaran akademik di kemudian hari, maka saya bersedia menerima konsekuensi yang berlaku sesuai ketentuan akademik.

Yogyakarta, 5 Juni 2024



Adi Firman Hidayat, S. Kep
NPM : 233203046

PRAKATA

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan karunia beserta rahmat-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan penelitian KIAN yang berjudul **“Penerapan Terapi Relaksasi Autogenik untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Ny. K Dengan Hipertensi di RSUD Wonosari”**. Penyusunan penelitian ini merupakan salah satu syarat yang harus dipenuhi mahasiswa untuk mencapai gelar Ners Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

Penelitian ini disusun atas kerjasama dan berkat bantuan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ida Nursanti, S.Kep.,Ns.,MPH, selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
2. Fajriyati Nur Azizah, M.Kep., Sp. Kep. J selaku Ketua Progam Studi Ners Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
3. Retno Sumiyarini, S.Kep.,Ns., M.Med, Selaku pembimbing I yang telah memberikan arahan, masukan, dan bimbingan dalam penyusunan KIAN.
4. Ike Wuri W, M. Kep. Selaku penguji yang telah bersedia meluangkan waktunya menguji dan mengarahkan dalam penyusunan KIAN.
5. Arifah Nur K,S.Kep.,Ns Selaku pembimbing II dilahan yang setiap saat meluangkan waktunya untuk membimbing dalam penyusunan KIAN.
6. Seluruh Bapak Ibu Dosen dan Staf pendidikan di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
7. Terimakasih kepada Ny. K dan keluarga yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian yang telah dilaksanakan.
8. Keluarga yang selalu memberikan dukungan, yakni dukungan moral dan dukungan material selama penyusunan penelitian KIAN.
9. Teman-teman seperjuangan Profesi Ners yang selama ini menimba ilmu bersama-sama di kampus yang kita tercinta.
10. Seluruh pihak yang turut membantu dalam penyusunan KIAN yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa Karya Ilmiah Akhir Ners ini jauh dari kata sempurna. Semata-mata karna keterbatasan yang ada pada penulis baik pengalaman, pengetahuan, dan waktu yang tersedia. Oleh, karena itu penulis berharap agar Karya Ilmiah Akhir Ners ini dapat bermanfaat terutama dalam perkembangan ilmu keperawatan dimasa mendatang. Akhir kata penulis ucapkan terimakasih.

Yogyakarta, 20 Desember 2023



Adi Firman Hidayat, S.Kep
233203046

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN.....	iii
PRAKATA.....	iv
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
INTISARI	xi
ABSTRACT	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. JUDUL	1
B. LATAR BELAKANG	1
C. TUJUAN PENULISAN	4
D. MANFAAT	5
E. TEKNIK PENGUMPULAN DATA.....	6
BAB II TINJAUAN TEORI.....	7
A. KONSEP HIPERTENSI.....	7
1. Pengertian.....	7
2. Etiologi	7
3. Klasifikasi.....	8
4. Patofisiologi.....	9
5. Pathway	11
6. Gambaran Klinis.....	12
7. Pemeriksaan Penunjang.....	12
8. Penatalaksanaan Medis dan Keperawatan.....	12
B. KONSEP RELAKSASI AUTOGENIK	13
1. Definisi Relaksasi Autogenik	13
2. Manfaat Terapi Autogenik	14
3. Pengaruh Relaksasi terhadap tubuh.....	14
4. Teknik Pelaksanaan	15
5. Indikator pencapaian	17

C. ASUHAN KEPERAWATAN TEORITIS	17
1. Pengkajian keperawatan	18
2. Diagnosa Keperawatan	21
3. Intervensi Keperawatan	26
4. Implementasi	30
5. Evaluasi	30
BAB III TINJAUAN KASUS.....	32
A. PENGKAJIAN.....	32
B. DATA UMUM KLIEN.....	32
C. RIWAYAT KLIEN/DATA UMUM KLIEN.....	32
D. PENGKAJIAN FISIK	34
1. Sistem Pernafasan.....	34
2. Sistem Kardiovaskular.....	35
3. Sistem Gastrointestinal	36
4. Sistem Neurosensori	37
5. Sistem Muskuloskeletal	39
6. Sistem Integumen	40
7. Sistem Eliminasi	40
8. Sistem Reproduksi.....	41
E. PENGKAJIAN PSIKOSOSIAL	41
F. DEFISIT PENGETAHUAN/ PENDIDIKAN KESEHATAN KLIEN	42
G. DATA PENUNJANG	43
H. TERAPI	44
I. ASUHAN KEPERAWATAN.....	45
J. DIAGNOSA KEPERAWATAN	46
K. INTERVENSI KEPERAWATAN.....	47
L. IMPLEMENTASI DAN EVALUASI KEPERAWATAN	50
M. CATATAN PERKEMBANGAN.....	56
BAB IV TEKNIK Pencarian Jurnal dan Analisis Jurnal.....	57
A. CARA Mencari Jurnal	57
B. RESUME JURNAL	58
C. RENCANA APLIKASI JURNAL PADA KASUS.....	61
BAB V PEMBAHASAN	65
A. ANALISA PENGKAJIAN	65
B. ANALISA MASALAH KEPERAWATAN	66
C. ANALISA INTERVENSI KEPERAWATAN.....	68
D. ANALISA IMPLEMENTASI KEPERAWATAN.....	69
E. ANALISA EVALUASI KEPERAWATAN	72
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	75
A. KESIMPULAN.....	75

B. SARAN.....	76
DAFTAR PUSTAKA.....	77
LAMPIRAN-LAMPIRAN	80

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Klasifikasi Hipertensi	7
Tabel 3. 1 Data Penunjang	43
Tabel 3. 2 Terapi yang diberikan	44
Tabel 3. 3 Terapi Tambahan	44
Tabel 3. 4 Analisa Data	45
Tabel 3. 5 Intervensi Keperawatan	47
Tabel 3. 6 Implementasi dan Evaluasi Keperawatan	50
Tabel 3. 7 Observasi Catatan Perkembangan Pasien	56
Tabel 4. 1 SOP Teknik Relakasi Autogenik	61

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Pathway	11
Gambar 4. 1 Pencarian Jurnal	57

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Ijin Penelitian	81
Lampiran 2 Persetujuan Etik	82
Lampiran 3 Informed Consent	83
Lampiran 4 Dokumentasi Kegiatan	86
Lampiran 5 Alat dan Media.....	87
Lampiran 6 Lembar Bimbingan Dosen.....	88
Lampiran 7 Hasil Cek Plagiarisme	89

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA