



KARYA TULIS ILMIAH

TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF UNTUK MENURUNKAN
TEKANAN DARAH PADA PASIEN DENGAN HIPERTENSI DI
RUANG CATTLEYA RUMAH SAKIT BETHESDA
YOGYAKARTA TAHUN 2022: STUDI KASUS

OLEH:

LAURA ADELIA

NIM: 2104081

PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS

STIKES BETHESDA YAKKUM

YOGYAKARTA

2022

**TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF UNTUK MENURUNKAN
TEKANAN DARAH PADA PASIEN DENGAN HIPERTENSI DI
RUANG CATTLEYA RUMAH SAKIT BETHESDA
YOGYAKARTA TAHUN 2022: STUDI KASUS**

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan dalam Rangka Memenuhi Persyaratan Memperoleh Gelar Ners

Oleh :

Laura Adelia

NIM : 2104081

PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS

STIKES BETHESDA YAKKUM

YOGYAKARTA

2022

HALAMAN PERSETUJUAN

KARYA TULIS ILMIAH

TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF UNTUK MENURUNKAN
TEKANAN DARAH PADA PASIEN DENGAN HIPERTENSI DI
RUANG CATTLEYA RUMAH SAKIT BETHESDA
YOGYAKARTA TAHUN 2022: STUDI KASUS

Oleh :
Laura Adelia
NIM : 204081

Karya Tulis Ilmiah ini diterima pada tanggal 08 November 2022

Pembimbing :

Ch. Hatri I., S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.MB., Ph. D.NS

NIK: 990030

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF UNTUK MENURUNKAN
TEKANAN DARAH PADA PASIEN DENGAN HIPERTENSI DI
RUANG CATTLEYA RUMAH SAKIT BETHESSDA
YOGYAKARTA TAHUN 2022: STUDI KASUS

Oleh:

Laura Adeline

NIM: 21040861

Karya Tulis Ilmiah ini disetujui pada tanggal: 08 November 2022

Dosen Pembimbing

Ch. Hatri I., S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.MB., Ph.D.NS

NIK: 990030

Mengesahkan

Ketua STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta



Nuria Ikaningsih, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.MB., Ph.D.NS
NIK : 030039

Mengetahui

Ketua Prodi Pendidikan Profesi Ners

A handwritten signature in blue ink.

Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep
NIK : 110070

ABSTRAK

LAURA ADELIA : "Pemberian Terapi Relaksasi Otot Progresif untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Bp. S dengan Hipertensi di Ruang Cattleya Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta : Case Report".

Latar Belakang : Penyakit hipertensi merupakan keadaan dimana orang tersebut akan mengalami peningkatan pada tekanan darahnya hingga diatas normal yang dapat menyebabkan mobilitas atau peningkatan angka sakit pada seseorang dan angka kematian atau mortalitas. Terapi non farmakologi adalah terapi yang tidak menggunakan obat-obatan selama melakukan terapi, sedangkan terapi farmakologi mengandung senyawa kimia dalam kerja untuk menurunkan tekanan darah pada pasien. Salah cara untuk menurunkan hipertensi dengan non farmakologis adalah terapi relaksasi otot progresif.

METODE : penulisan dalam karya tulis ilmiah adalah dengan metode studi kasus

HASIL : terapi relaksasi otot progresif yang dilakukan selama tiga hari didapatkan hasil hari pertama sebelum dilakukan terapi tekanan darah 130/90 mmHg dan sesudah 130/80 mmHg, pada hari kedua sebelum diberikan terapi tekanan darah 140/90 mmHg dan sesudah 130/90 mmHg, dan pada hari ketiga sebelum diberikan terapi tekanan darah 130/90 mmHg dan sesudah 130/70 mmHg.

Kesimpulan : penelitian ini menunjukkan bahwa memberikan terapi relaksasi otot progresif pada pasien hipertensi dapat menurunkan tekanan darah karena terapi tersebut dapat membuat pasien menjadi lebih rileks dan merasa tenang.

kata kunci : Hipertensi, relaksasi otot progresif, penurunan tekanan darah.

ABSTRACT

LAURA ADELIA : “*Provision of Progressive Muscle Relaxation Therapy to Lowe Blood Pressure in Bp. S with Hypertension in the Cattleya Room of Bethesda Hospital Yogyakarta : Case Report*”

Bacgroud : hypertension is a condition where the person will experience an increase in his blood pressure to above normal which can cause mobility or increase in a person's illness and motality or mortality. Non-pharmacological therapy is therapy that does no use drugs during therapy, while pharmacological therapy contains chemical compounds that work to lower blood pressure in patients. One way to reduce hypertension with non-pharmacological is progressive muscle relaxation therapy.

Method : writing in scientific papers is the case study method

Results : progressive muscle relaxation therapy carried out for three days showed the results on the first day before treatment with blood pressure of 130/90 mmHg and after 130/80 mmHg, on the second day before treatment with blood pressure of 140/90 mmHg and after 130/90 mmHg, and on the third day before being given therapy blood pressure was 130/90 mmHg and after 130/70 mmHg.

Conclusion : this study shows that providing progressive muscle relaxation therapy in hypertensive patients can reduce blood pressure because the therapy can make patients more relaxed and feel calm.

Keywords : hypertension, proressive muscle relaxation, lowering blood pressure