

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KOTA TASIKMALAYA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN**

KTI, Mei 2019

Fahrunnisa

NIM: E 1614401016

**PENERAPAN PEMBERIAN TEKHNIK RELAKSASI PROGRESIF
DALAM ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA DENGAN
HIPERTENSI DI KELURAHAN MULYASARI KECAMATAN
TAMANSARI KOTA TASIKMALAYA”**

xv bagian awal + 74 halaman + 14 tabel + 2 gambar + 5 lamiran

ABSTRAK

Karya tulis ilmiah ini dilatar belakangi oleh angka kejadian Hipertensi di puskesmas tamansari kota tasikmalaya tahun 2019 dibulan April didapatkan sebanyak 266 jiwa. Hipertensi dikatakan sebagai peningkatan tekanan darah. Untuk menurunkan tekanan darah penulis melakukan terapi non farmakologis yaitu tehknik relaksasi progresif. Tehknik relaksasi progresif adalah tehknik relaksasi otot dalam yang tidak memerlukan imajinasi, ketekunan, atau sugesti. Tujuan penulisan karya tulis ilmiah ini ialah untuk menggambarkan asuhan keperawatan keluarga gerontik yang mengalami Hipertensi dengan pemberian tehknik relaksasi progresif.

Metode yang digunakan yaitu metode deskriptif dalam bentuk studi kasus melalu pendekatan keluarga dengan 5 proses keperawatan, meliputi pengkajian, diagnosa keperawatan, perencanaan, implementasi, dan evaluasi dengan menggunakan tehknik wawancara, obsrvasi, dan pemerikssan fisik.

Asuhan keperawatan keluarga gerontik pada Ny. U dan Tn. E dilaksanakan dari tanggal 02-04 Mei 2019 dengan masalah yang ditemukan ialah penurunan curah jantung berhubungan dengan ketidakmampuan keluarga merawat anggota keluarga yang sakit. Perencanaan tindakan yang dilakukan yaitu dengan pemberian tehknik relaksasi progresif yang dilakukan selama 30 menit. Implementasi dilakukan sesuai dengan perencanaan yang telah ditetapkan. Evaluasi hasil selama 3 hari meakukan asuhan keperawatan keluarga gerontik pada Ny U dan Tn E.

Dapat disimpulkan bahwa pengaruh tehknik relaksasi ini sangat besar terhadap penurunan tekanan darah. Sehingga penulis mampu menggambarkan penerapan keluarga gerontik yang mengalami hipertensi dengan tindakan pelaksanaan melalui pemberian tehknik relaksasi progresif. Dan penulis menyarankan bagi masyarakat untuk menggunakan tehknik ini sebagai cara dalam mempertahankan kualitas kesehatannya khususnya hipertensi yang mampu menurunkan tekanan darah agar tetap optimal.

Kata Kunci : Konsep Keluarga Gerontik, Hipertensi

**MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF TASIKMALAYA CITY
FACULTY OF HEALTH SCIENCE
STUDY PROGRAM DIPLOMA III NURSING**

**KTI, May 2019
Fahrunnisa
NIM: E 1614401016**

**THE APPLICATION OF THE PROVISION OF PROGRESSIVE
RELAXATION TECHNIQUES IN FAMILY NURSING CARE WITH
HYPERTENSION IN MULYASARI VILLAGE, TAMANSARI DISTRICT,
TASIKMALAYA CITY**

xyfirst page + 74 page + 14 Table + 2 picture + 5 attachment

ABSTRACT

This scientific paper is motivated by the incidence of hypertension in the Tamansari City of Tasikmalaya Public Health Center in 2019 in which there were 266 people in April. Hypertension approved as an increase in blood pressure. To reduce blood pressure the authors carry out non-pharmacological therapy, namely progressive relaxation techniques. Progressive relaxation techniques are techniques for deep muscle relaxation that cannot be encouraged, persevered, or suggestive. The purpose of choosing this scientific paper is to review the gerontic family nursing care that increases hypertension by providing progressive relaxation techniques.

The method used is descriptive method in the form of case studies through accessing the family with 5 nursing processes, completing studies, nursing diagnoses, planning, implementation, and evaluation using interviewing techniques, observation, and physical examination.

Gerontik family nursing care to Mrs. U and Mr. Applied from May 2 to 2019 with the problem found was a decrease in the number associated with the inability of families to care for sick family members. Action planning is carried out with the help of progressive relaxation techniques carried out for 30 minutes. Implementation is carried out in accordance with predetermined planning. Results evaluation for 3 days carried out gerontik family nursing care for Mrs. U and Mr. E.

Can reduce the pressure of this great relaxation technique on reducing blood pressure. Ask the authors to help families with hypertension with hypertension with progressive help. And the author recommends that people use this technique as a way to maintain the quality of their health in hypertension, which can reduce blood pressure to remain optimal.

Keywords: The Concept of Gerontik Family, Hypertension