

Daftar Pustaka

- Manuntung, Alfeus. (2019). Terapi Perilaku Kognitif Pada Pasien Hipertensi Wineka Medika. <https://books.google.co.id/books?id=VWGIWAAQBAJ>
- Anggra, D. (2020). Penerapan Terapi Musik Klasik Pada Klien Hipertensi Untuk Menurunkan Tekanan Darah. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Palembang*, Hal 16-20. <https://repository.poltekkespalembang.ac.id/items/show/2141>.
- Aspiani, Reni Yuli. (2016). Buku Ajar Asuhan Keperawatan Klien Gangguan Kardiovaskuler Aplikasi *NIC & NOC*. Jakarta: Perpustakaan Nasional RI. Data Katalog dalam Terbitan (KDT).
- Basri, M. (2022). Relaksasi Otot Progresif Menurunkan Tekanan Darah Pasien Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, Volume 11 No (2), e- ISSN: 2654-4563 dan p-ISSN:2345-6093.
- Gultom, A. (2023). Edukasi Upaya Pengendalian Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Dan Latihan Relaksasi Otot Progresif Menggunakan Musik Klasik. *Abdimas Galuh*, Volume 5, Nomor 1, 1000-1007.
- Mutiawati. (2020). Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Pada Pasien Dengan Diabetes Mellitus Tipe II. *Jurnal Ilmiah Universitas Perintis Indonesia*, Hal : 2-26.
- Nursalam. (2017). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktek. In *Edisi 4*. Jakarta: Salemba Medika.
- Pratama, F. D., Ludiana, & Dewi, T. K. (2023). Penerapan Terapi Musik Klasik Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Yosomulyo. *Jurnal Cendikia Muda*, Volume 3, Nomor 3.
- Prasetyanti, D. K. (2019). Pengaruh Relaksasi Progresif Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi. *Jurnal Penelitian Keperawatan*, 5(2), 43-53. <https://doi.org/10.32660/jpk.v5i2.407>
- Ramadhan, M. (2021). Asuhan Keperawatan pada Ny.N yang mengalami Hipertensi Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut di RS Kartika Husada.
- Rahayu. (2020). Efektifitas *Progressive Muscle Relaxation (PMR)* Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *The Indonesian Journal Health Science*, 188.
- Riskesdas. (2018). Riskesdas 2018. Laporan Nasional Riskesdas 2018.

Risnawati. (2023). Konsep & Penulisan Dokumentasi Asuhan Keperawatan Teori dan Praktik. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Rosdiana, I., & Cahyati, Y. (2019). *Effect of progressive muscle relaxation (PMR) on blood pressure among patients with hypertension. International Journal of Advancement in Life Sciences Research*, 28-35.

Sahrudi. (2021). Kardiovaskuler Dalam Asuhan Keperawatan Medikal Bedah, dengan Pendekatan: *Mind Mapping, SDKI, SLKI, dan SIKI*. Jakarta Timur: CV. Trans Info Media.

Sumarna. (2019). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Prehipertensi/Hipertensi Puskesmas Torogong Garut. *Jurnal Keperawatan BSI*. HYPERLINK "<https://doi.org/10.31311/jk.v7i1.3929>"

Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017), Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI), Edisi 1, Jakarta, Persatuan Perawat Indonesia.

Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018), Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI), Edisi 1, Jakarta, Persatuan Perawat Indonesia.

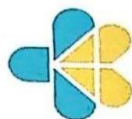
Tim Pokja SLKI DPP PPNI. (2018), Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI), Edisi 1, Jakarta, Persatuan Perawat Indonesia.

World Health Organization. (2021). *Consolidated guidelines on Hypertension prevention, testing, treatment, service delivery and monitoring: recommendations for a public health approach, World Health Organization*. <https://www.mendeley.cpm/catalogue/5b55f90b-9f65-3c17-863ea3a5fc18d7c>.

Yulastari, P. R., Betriana, F., & Kartika, I. R. (2019). Terapi Musik Untuk Pasien Hipertensi : A Literatur Review. *REAL in Nursing Journal (RNJ)*, Volume 2, No.2.

LAMPIRAN

Surat Izin Studi Kasus



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
 Jl. Jamin Ginting KM. 13,5 Kel. Laucih Medan Tuntungan Kode Pos :20136
 Telepon : 061-8368633 - Fax : 061-8368644
 Website : www.poltekkes-medan.ac.id, email : poltekkes_medan@yahoo.com



NOTA DINAS

NOMOR : KH.03.01/F.XXII.11/1557.I/2023

Yth. : Direktur RSUD Sufina Aziz
 Dari : Plh Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan
 Hal : Permohonan Survey Awal
 Tanggal : 25 Oktober 2023

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan Program pembelajaran Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes medan bahwa Mahasiswa Prodi Profesi Ners TA. 2023 – 2024 diwajibkan menyusun KIAN di bidang keperawatan, maka untuk keperluan hal tersebut kami mohon izin survey awal di instansi anda pimpin untuk Mahasiswa tersebut di bawah ini :

No.	Nama	NIM	Judul
1.	Roito Julianti Simanjuntak	P07520622003	Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Gangguan Sistem Kardiovaskuler : Hipertensi Dengan Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif dan Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Di RSUD Sufina Aziz Medan

Demikian disampaikan pada bapak/ibu pimpinan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.



Plh Ketua Jurusan Keperawatan

Solihuddin Harahap, S.Kep, Ns, M.Kep
 NIP. 197407151998031002



Surat Balasan Izin Studi Kasus



RUMAH SAKIT UMUM "SUFINA AZIZ"
Jl. Karya Baru No. 1 Helvetia Timur Medan
Telp : (061) 8441111 – Fax : (061) 8461861
Emergency Call : (061) 8441754
www.sufinaaziz.com

SURAT BALASAN

No : 901/RSUSA/DIR/XI/2023
Hal : Balasan

Kepada Yth.
Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes
Di
Tempat

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan surat saudara Nomor : KH.03.01/F.XXII.11/1724.c/2023 perihal
Izin Riset yang telah dilaksanakan di RSUD Sufina Aziz Medan

Nama : Roito Julianti Simanjuntak
NIM : P07520622003
Judul : Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Gangguan Sistem
Kardiovaskular : Hipertensi Dengan Penerapan Terapi Relaksasi
Otot Progresif dan Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan
Tekanan Darah Di RSUD. Sufina Aziz Medan.

Bersama surat ini kami menyatakan bahwa nama tersebut di atas telah selesai
melakukan Riset mulai tanggal 13 – 16 November 2023.

Demikian surat ini kami sampaikan dan atas kerjasamanya kami mengucapkan
terimakasih.

Medan, 23 Nopember 2023
Direktur RSUD. Sufina Aziz



dr. T. Liza Syahnas, M.K.M

Lembar Inform Consent

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama (inisial) : Tn. P

Alamat : Jl. Karya GG. Bersama no.19

Telah diminta untuk menjadi responden penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa Poltekkes Kemenkes Medan jurusan Keperawatan yang bernama Roito Julianti Simanjuntak dengan judul " Asuhan keperawatan pada pasien dengan gangguan sistem kardiovaskuler : Hipertensi dengan penerapan terapi relaksasi otot progresif dan teknik musik klasik di ruang kelas 3 RSU Sufina Aziz Medan" dalam menyusun Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN).

Saya memahami bahwa dalam penelitian ini tidak ada unsur yang merugikan, untuk itu saya setuju dan bersedia menjadi responden dengan menandatangani persetujuan ini.

Medan, 14 November 2023

Peneliti

Responden



(Roito Julianti .S)



(Tn. P)

SOP Teknik Relaksasi Otot Progresif

STANDARD OPERASIONAL PROSEDUR	ASPEK YANG DINILAI	NILAI	
		1	2
PENGERTIAN	Suatu cara dari teknik relaksasi yang mengkombinasi latihan nafas dalam dan serangkaian kontraksi dan relaksasi otot yang sangat mudah dan praktis dikarenakan gerakannya mudah dan dapat dilakukan kapanpun dan dimanapun.		
TUJUAN	Mengetahui Standar Operasional Prosedur (SOP) Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi.		
PETUGAS	Perawat		
PERALATAN	1) Spigmomanometer 2) Stetoskop 3) Lembar pencatatan hasil observasi		
PROSEDUR PELAKSANAAN	Tahap Pra Interaksi 1) Memberikan Salam 2) Memperkenalkan tindakan diri dan menjelaskan prosedur Tahap Kerja 1) Mencuci Tangan 2) Mengukur tekanan darah pasien (pretest) 3) Genggam tangan kiri sambil membuat suatu kepalan. 4) Buat kepalan semakin kuat sambil merasakan sensasi ketegangan yang terjadi 5) Tekuk kedua lengan ke belakang pada pergelangan tangan 6) Angkat kedua bahu setinggi-tingginya hingga menyentuh telinga 7) Gerakkan otot dahi dengan cara mengerutkan dahi dan alis sampai otot terasa dan kulitnya keriput. 8) Katupkan rahang, diikuti dengan menggigit gigi sehingga terjadi ketegangan disekitar otot rahang 9) Tekan kepala pada permukaan bantalan kursi sehingga dapat merasakan		

	ketegangan dibagian belakang leher dan punggung atas 10) Benamkan dagu ke dada, sehingga dapat merasakan ketegangan di daerah leher bagian muka 11) Tarik napas panjang untuk mengisi paru-paru sambil merasakan ketegangan di bagian dada sampai turun ke perut 12) Luruskan kedua telapak kaki sehingga otot paha terasa tegang Tahap Terminasi 1) Melakukan pengukuran tekanan darah sesudah dilakukn teknik relaksasi otot progresif 2) Mencuci tangan 3) Dokumentasi : a. Catat hasil pengukuran tekanan darah sesudah dilakukan teknik relaksasi otot progresif b. Nama dan paraf perawat		
	Jumlah		

Sumber : Rosdiana, dkk (2019)

Keterangan :

1 = Dilakukan Tapi Tidak Sempurna

2 = Dilakukan Dengan Sempurna

SOP Terapi Musik Klasik

STANDARD OPERASIONAL PROSEDUR	ASPEK YANG DINILAI	Nilai	
		1	2
PENGERTIAN	Terapi musik merupakan intervensi alami non invasif yang dapat diterapkan secara sederhana tidak selalu membutuhkan kedatangan ahli terapi, dan sudah banyak digunakan untuk meredakan kecemasan.		
TUJUAN	Memperbaiki kondisi fisik, emosional, dan kesehatan spiritual pasien.		
PETUGAS	Perawat		
PERALATAN	a. Tape musik/ radio, Handphone b. Speaker c. Lembar pencatatan hasil observasi		
PROSEDUR PELAKSANAAN	Tahap pra interaksi a. Memberikan Salam b. Memperkenalkan tindakan diri dan menjelaskan prosedur Tahap Kerja a. Latih pendengaran suara musik kurang lebih 5 menit. Ketika mendengar, rasakan vibrasi musik yang mengitari, biarkan merasakan “sinkronisasi ritmis” pada lingkungan yang harmonis. b. Latihan membutuhkan waktu 30 menit. c. Cari tempat yang nyaman dan tenang agar tidak terganggu, tempat dimana anda bisa duduk, berdiri, atau berbaring. d. Diam beberapa saat (3 sampai 5 menit) agar terjadi sinkronisasi ritmis dengan dunia luar. e. Pejamkan mata, bernafas yang panjang. f. Berikan nafas tenang mengikuti irama suara. g. Biarkan pikiran menentukan kenyamanan dalam irama suara. h. Tarik nafas ke dalam - keluar - lepaskan.		

	Tahap Terminasi a. Melakukan pengukuran tekanan darah sesudah dilakukan terapi musik klasik b. Mencuci tangan c. Dokumentasi : 1. Catat hasil pengukuran tekanan darah sesudah dilakukan terapi musik klasik 2. Nama dan paraf perawat		
	Jumlah		

Sumber : Anggra (2020)

Keterangan :

1 = Dilakukan Tapi Tidak Sempurna

2 = Dilakukan Dengan Sempurna

**LEMBAR KONSULTASI
BIMBINGAN KIAN**

JUDUL SKRIPSI : ASUHAN KEPERAWATAN PADA TN. P DENGAN GANGGUAN
SISTEM KARDIOVASKULER: HIPERTENSI DENGAN PENERAPAN
TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF DAN MUSIK KLASIK DI RSU
SUFINA AZIZ MEDAN

NAMA MAHASISWA : ROITO JULIANTI SIMANJUNTAK

NIM : P07520622003

NAMA PEMBIMBING : DR. RISMA D. MANURUNG, S.KEP., NS., M.BIOMED

No.	Tanggal	REKOMENDASI PEMBIMBING	Paraf		
			Mahasiswa	Pembimbing I	Pembimbing II
1.	18 -10 - 2023	Konsultasi Judul			
2.	20 -10 - 2023	ACC Judul			
3.	26 - 10 - 2023	Konsultasi BAB I dan II			
4.	20 - 11 - 2023	ACC BAB I dan II Lanjut BAB III			
5.	22 - 11 - 2023	ACC BAB III Lanjut BAB IV dan V			
6.	24 - 11 - 2023	Revisi BAB IV dan BAB V			
7.	28 - 11 - 2023	ACC BAB IV dan V Lanjut PPT			
8.	01 - 12 - 2023	ACC Seminar			
9.	08 - 12 - 2023	Revisi Setelah Ujian			
10.	11 - 12 - 2023	Revisi BAB I, BAB II dan BAB III			

11.	13 - 12 - 2023	ACC BAB I,BAB II dan BAB II			
12.	22 - 12 - 2023	ACC Jilid			

Medan, 22 Desember 2023

Mengetahui

Ketua Prodi Profesi Ners

LESTARI, S,Kep, Ns, M.Kep NIP:

198008292002122002

Dokumentasi

Rawatan Hari 1 (Selasa, 14 November 2023)



Rawatan Hari 2 (Rabu, 15 November 2023)





Rawatan Hari 3 (Kamis, 16 November 2023)



RIWAYAT HIDUP PENELITI



Data Pribadi

Nama : Roito Julianti Simanjuntak Tempat
Tanggal Lahir : Medan, 13 Juli 1997
Jenis Kelamin : Perempuan
Anak Ke : 4 dari 6 Bersaudara
Alamat : Jl. Ikhlas Gg. Setia No. 4,
Kec. Medan Denai, Kel. Binjai, Medan
Agama : Kristen Protestan

Nama Orangtua

Ayah : H. Simanjuntak
Ibu : S. Manalu, Amd.Kep

Pekerjaan Orangtua

Ayah : Pensiunan PNS
Ibu : Pensiunan PNS

Riwayat Pendidikan

Tahun 2004 - 2009 : SD ST. Antonius V Medan
Tahun 2009 - 2012 : SMP Negeri 23 Medan
Tahun 2012 - 2015 : SMA Negeri 21 Medan
Tahun 2016 - 2020 : Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan Jurusan Prodi
Sarjana Terapan Keperawatan
Tahun 2022 - 2023 : Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan Jurusan Prodi
Profesi Ners