

KARYA ILMIAH AKHIR NERS
ASUHAN KEPERAWATAN PADA NY.M DENGAN PENERAPAN
TEKNIK RELAKSASI AUTOGENIK TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA
PASIENT HIPERTENSI DI RSU HAJI
KOTA MEDAN



EMI NURHAINI
P07120624026

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
2025

KARYA ILMIAH AKHIR NERS
ASUHAN KEPERAWATAN PADA NY.M DENGAN PENERAPAN
TEKNIK RELAKSASI AUTOGENIK TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA
PASIENT HIPERTENSI DI RSU HAJI
KOTA MEDAN

Sebagai Syarat Menyelesaikan Pendidikan Program Studi Profesi Ners



EMI NURHAINI
P07120624026

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
2025

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Emi Nurhaini
NIM : P07120624026
Prodi/Jurusan : Profesi Ners

Menyatakan bahwa karya ilmiah akhir ners saya yang berjudul "**ASUHAN KEPERAWATAN PADA NY.M DENGAN PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI AUTOGENIK TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI RSU HAJI MEDAN**" ini benar-benar hasil karya saya sendiri, kecuali dalam pengutipan substansi disebutkan sumbernya dan bukan karya jiplakan. Saya bertanggung jawab atas keabsahan dan kebenaran isinya sesuai dengan kaidah ilmiah yang harus di junjung tinggi.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenarnya tanpa ada tekanan dan paksaan dari pihak manapun serta bersedia mendapatkan sanksi akademik jika ternyata di kemudian hari pernyataan ini tidak benar.

Medan, 10 Juni 2025

Penulis



Emi Nurhaini
P07120624026

LEMBAR PERSETUJUAN

JUDUL : ASUHAN KEPERAWATAN PADA NY.M DENGAN PENERAPAN
TEKNIK RELAKSASI AUTOGENIK TERHADAP PENURUNAN
TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI RSU HAJI
MEDAN
NAMA : EMI NURHAINI
NIM : P07120624026

Telah Diterima dan Disetujui Untuk Diseminarkan Dihadapan Penguji
Medan, 10 Juni 2025

Menyetujui

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping



Solihuddin Harahap, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 197407151998032002



Ida Suryani Hasibuan, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 197703122002122002

Ketua Jurusan Keperawatan
Kemenkes RI Politeknik Kesehatan Medan



Dr. Amira Permata Sari-Tarigan, S.Kep., Ns., M.Kes
NIP.197703162002122001

LEMBAR PENGESAHAN

JUDUL : ASUHAN KEPERAWATAN PADA NY.M DENGAN PENERAPAN
TEKNIK RELAKSASI AUTOGENIK TERHADAP PENURUNAN
TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI RSU HAJI
MEDAN

NAMA : EMI NURHAINI

NIM : P07120624026

Karya Ilmiah Akhir Ners ini Telah Diuji Pada Sidang Ujian Akhir Program Studi Profesi Ners
Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Politeknik Kesehatan Medan
Medan, 10 Juni 2025

Menyetujui

Penguji I

Marlisa, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 197101091993032002

Penguji II

Sulastris GP Tambunan, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198106172002122001

Ketua Penguji

Solihuddin Harahap, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 197407151998032002

Ketua Jurusan Keperawatan
Kemenkes RI Politeknik Kesehatan Medan



Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep., Ns., M.Kes
NIP.197703162002122001

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
MEDAN, 10 JUNI 2025**

**EMI NURHAINI
P07120624026**

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA NY.M DENGAN PENERAPAN TEKNIK
RELAKSASI AUTOGENIK TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH
PADA PASIEN HIPERTENSI DI RSU HAJI MEDAN**

V BAB + 66 HALAMAN + 8 TABEL + 3 GAMBAR + 10 LAMPIRAN

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi menjadi salah satu penyebab utama mortalitas dan morbiditas di Indonesia, Hipertensi akan menimbulkan komplikasi ke organ lain sehingga perlu penanganan secara tepat. Penanganan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologis dan non farmakologis. Salah satu penerapan non farmakologis yang dilakukan adalah teknik relaksasi autogenik. Teknik relaksasi autogenik memberikan relaksasi yang santai dalam situasi tenang dan hening, sehingga menimbulkan perasaan tenang, ringan dan hangat. Tubuh terasa hangat akibat vasodilatasi diarteri perifer yang menyebabkan aliran darah teratur dan menurunkan tekanan darah.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk melakukan asuhan keperawatan dengan penerapan teknik relaksasi autogenik pada pasien hipertensi.

Metode: Metode penelitian ini yaitu pendekatan studi kasus dan asuhan keperawatan, diberikan sesuai dengan proses keperawatan yang meliputi lima tahap, yaitu pengkajian, diagnosis keparawatan, intervensi keperawatan, implementasi keperawatan dan evaluasi keperawatan. Penelitian ini dilakukan di RSU Haji Medan selama 4 hari berturut-turut.

Hasil: Hasil asuhan keperawatan ini menunjukkan bahwa pasien dilakukan perawatan dengan beberapa masalah keperawatan yaitu, resiko perfusi serebral tidak efektif, gangguan rasa nyaman dan gangguan pola tidur. Setelah dilakukan intervensi dan implementasi pada tiap-tiap masalah, terdapat 2 masalah teratasi, dan 1 masalah teratasi sebagian.

Kesimpulan: Adapun kesimpulannya hasil yang ditemukan pada pasien dengan hipertensi setelah melakukan teknik relaksasi autogenik yaitu teknik ini efektif untuk menciptakan suasana hati dan lingkungan menyenangkan sehingga terjadi penurunan tekanan darah. Harapannya teknik relaksasi autogenik dapat menjadi suatu pilihan yang dilakukan pada pasien hipertensi untuk menurunkan tekanan darah tinggi.

Kata kunci : Asuhan Keperawatan, Hipertensi, Teknik Relaksasi Autogenik
Daftar Bacaan : 16 (2018-2024)

**MEDAN HEALTH POLYTECHNIC OF MINISTRY OF HEALTH
NURSING DEPARTMENT
NURSE PROFESSIONAL STUDY PROGRAM
FINAL PROJECT REPORT
MEDAN, JUNE 10th, 2025**

**EMI NURHAINI
P07120624026**

**NURSING CARE FOR MRS. M WITH THE APPLICATION OF AUTOGENIC
RELAXATION TECHNIQUE TO REDUCE BLOOD PRESSURE IN
HYPERTENSION PATIENTS AT HAJI GENERAL HOSPITAL MEDAN**

V Chapters + 66 Pages + 8 Tables + 3 Figures + 10 Appendices

ABSTRACT

Background: Hypertension is a major cause of mortality and morbidity in Indonesia. Hypertension can lead to complications in other organs, necessitating appropriate management. The management of hypertension can be done through pharmacological and non-pharmacological methods. One non-pharmacological application used is the autogenic relaxation technique. This technique provides a restful relaxation in a calm and quiet situation, resulting in feelings of calm, lightness, and warmth. The body feels warm due to vasodilation in the peripheral arteries, which regulates blood flow and lowers blood pressure.

Objective: This study aims to provide nursing care by applying the autogenic relaxation technique to a patient with hypertension.

Method: The research method is a case study and nursing care approach, provided according to the nursing process, which includes five stages: assessment, nursing diagnosis, nursing intervention, nursing implementation, and nursing evaluation. The study was conducted at Haji General Hospital Medan for 4 consecutive days.

Results: The results of this nursing care show that the patient was treated for several nursing problems, namely risk for ineffective cerebral perfusion, impaired comfort, and disturbed sleep pattern. After intervention and implementation for each problem, 2 problems were resolved, and 1 problem was partially resolved.

Conclusion: The conclusion is that the findings in the patient with hypertension after performing the autogenic relaxation technique indicate that the technique is effective in creating a pleasant mood and environment, leading to a reduction in blood pressure. The hope is that the autogenic relaxation technique can become a choice for hypertension patients to lower high blood pressure.

Keywords : Nursing Care, Hypertension, Autogenic Relaxation Technique

References: 16 (2018-2024)



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan kepada Allah Subhanahu Wata'ala atas kemudahan dan kasih sayang-Nyalah penulis dapat menyelesaikan penelitian yang berjudul **"ASUHAN KEPERAWATAN PADA NY.M DENGAN PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI AUTOGENIK TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI RSU HAJI MEDAN"**.

Penulis mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Ibu Tengku Sri Wahyuni, S.SiT., M.Keb selaku PLT Direktur Kemenkes Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan.
2. Ibu Sri Suriani Purnamawati, S.Si, Apt, M.Kes selaku Direktur Rumah Sakit Umum Haji Medan.
3. Ibu Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep., Ns., M.Kes selaku ketua Jurusan Keperawatan Kemenkes Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan.
4. Ibu Lestari, S.Kep., Ners., M.Kep selaku Ketua Prodi Profesi Ners Jurusan Keperawatan Kemenkes Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan.
5. Bapak Solihuddin Harahap, S.Kep., Ns., M.Kep selaku pembimbing utama dan Ibu Ida Suryani Hasibuan, S.Kep., Ns., M.Kep selaku pembimbing pendamping.
6. Ibu Marlisa, S.Kep., Ns., M.Kep selaku penguji I dan Ibu Sulastri GP tambunan, S.Kep., Ns., M.Kep selaku penguji II.
7. Para dosen, instruktur dan tenaga kependidikan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan.
8. Teristimewa buat orang tua tercinta Bapak Juliadi dan Ibu Mahyati, abang Edi Sahputra, S.E, kakak Juraidah, A.Mf dan Dewi Lestari, S.Pd, terimakasih telah memberikan dukungan, motivasi kepada peneliti baik moral, spiritual, dan material dalam penyusunan skripsi penelitian ini.
9. Buat seluruh teman-teman angkatan IV profesi ners, terimakasih atas semangat dan dukungannya.
10. Semua pihak yang telah membantu dan tidak dapat disebutkan satu persatu.

Peneliti menyadari bahwa dalam penelitian ini masih banyak kekurangan dan jauh dari kesempurna, baik dari segi penelitian maupun dari tata bahasanya. Hal

ini disebabkan keterbatasan waktu, wawasan dan kesiapan peneliti, maka dengan segala kerendahan hati peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun serta masukan dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi penelitian ini.

Semoga segenap bantuan, bimbingan dan arahan yang telah diberikan kepada peneliti mendapat balasan dari Allah SWT. Harapan peneliti, semoga skripsi penelitian ini dapat bermanfaat bagi peningkatan dan pengembangan profesi keperawatan.

Medan, 10 Juni 2025

Penulis



Eml Nurhaini
P07120624026

DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRAC	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penulisan	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	4
D. Manfaat Penulisan	4
1. Bagi Institusi Pendidikan	4
2. Bagi Rumah Sakit	4
3. Bagi Penulis Selanjutnya	5
BAB II TINJAUAN LITERATUR	6
A. Konsep Hipertensi	6
1. Definisi Hipertensi	6
2. Anatomi Fisiologi Jantung dan Pembuluh Darah	6
3. Etiologi Hipertensi	8
4. Klasifikasi Hipertensi	8
5. Manifestasi Klinis	8
6. Komplikasi	9
7. Faktor Resiko	10
8. Pemeriksaan Penunjang	11
9. Patofisiologi	12
10. WOC (<i>Web Of Cause</i>) Hipertensi	13

11. Penatalaksanaan	14
B. Konsep Teknik Relaksasi Autogenik	15
1. Defenisi Teknik Relaksasi Autogenik	15
2. Tujuan Teknik Relaksasi Autogenik	16
3. Standar Operasional Prosedur Teknik Relaksasi Autogenik	16
C. Konsep Teori Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi	17
1. Pengkajian	17
2. Diagnosis Keperawatan	19
3. Intervensi Keperawatan	21
4. Implementasi Keperawatan	29
5. Evaluasi Keperawatan	29
BAB III GAMBARAN KASUS	30
A. Pengkajian	30
1. Identitas	30
2. Keluhan Utama	30
3. Riwayat Penyakit Sekarang	30
4. Riwayat Kesehatan Masa Lalu	30
5. Riwayat Penyakit Keluarga	31
6. Pola Activity Daily Living	32
7. Pola Kognitif – Sensori Dan Persepsi – Konsep Diri	33
8. Pemeriksaan Fisik	33
9. Pemeriksaan Penunjang	35
B. Analisa Data	37
C. Diagnosis Keperawatan	39
D. Prioritas Masalah	40
E. Intervensi Keperawatan	40
F. Catatan Perkembangan	45
BAB IV PEMBAHASAN	58
A. Analisa dan Diskusi Hasil	58
1. Pengkajian	58
2. Diagnosis Keperawatan	58
3. Intervensi Keperawatan	59
4. Implementasi Keperawatan	60
5. Evaluasi Keperawatan	61

B. Keterbatasan Penulis	62
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	63
A. Kesimpulan	63
1. Pengkajian	63
2. Diagnosis Keperawatan	63
3. Intervensi Keperawatan	63
4. Implementasi Keperawatan	64
5. Evaluasi Keperawatan	64
B. Saran	64
1. Bagi Pelayanan Kesehatan Dirumah Sakit	64
2. Bagi Pendidikan	64
3. Bagi Penulis	64
DAFTAR PUSTAKA	65
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Anatomi Jantung	7
Gambar 2. WOC Hipertensi	13
Gambar 3. Genogram	31

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Klasifikasi Hipertensi	8
Tabel 2. Intervensi Keperawatan Teoritis	22
Tabel 3. Pola <i>Activity Daily Living</i>	32
Tabel 4. Hasil Pemeriksaan Laboratorium	35
Tabel 5. Terapi Obat	36
Tabel 6. Analisa Data	37
Tabel 7. Intervensi Keperawatan	40
Tabel 8. Implementasi dan Evaluasi Keperawatan	46

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1** Surat Izin Survey Awal
- Lampiran 2** Surat Balasan Survey Awal
- Lampiran 3** Etichal Clearence
- Lampiran 4** Surat Izin Penelitian
- Lampiran 5** Surat Balasan Penelitian
- Lampiran 6** Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 7** Standar Prosedur Oprasional Teknik Relaksasi Autogenik
- Lampiran 8** Dokumentasi
- Lampiran 9** Lembar Kegiatan Pembimbing
- Lampiran 10** Riwayat Hidup Penulis