

**NILAI TEKANAN DARAH PADA KLIEN HIPERTENSI PRA LANSIA
USIA 45-59 TAHUN SEBELUM DAN SETELAH DILAKUKAN
RELAKSASI OTOT PROGRESIF (ROP) DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS TAMANSARI
KOTA TASIKMALAYA**



**RAKA AGIS ADITIA
NIM : 10120010**

**PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERITAS
BAKTI TUNAS HUSADA
2023**

**NILAI TEKANAN DARAH PADA KLIEN HIPERTENSI PRA LANSIA
USIA 45-59 TAHUN SEBELUM DAN SETELAH DILAKUKAN
RELAKSASI OTOT PROGRESIF (ROP) DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS TAMANSARI
KOTA TASIKMALAYA**

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya
Keperawatan**

KARYA TULIS ILMIAH



**RAKA AGIS ADITIA
NIM : 10120010**

**PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERITAS
BAKTI TUNAS HUSADA
2023**

**PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA**

Karya Tulis Ilmiah, 8 Juni 2023

Raka Agis Aditia

**Nilai Tekanan Darah Pada Klien Hipertensi Pra Lansia Usia 45-59 Tahun
Sebelum Dan Setelah Dilakukan Relaksasi Otot Progresif (Rop) Di Wilayah
Kerja Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya**

xiv + 62 halaman + 8 tabel + 14 lampiran

ABSTRAK

Latar Belakang : Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah secara tiba tiba atau berlebihan yang di akibatkan gaya hidup dan emosi yang berlebihan. Tekanan sistolik di atas 140 mmHg dan diastole di atas 90 mmHg. **Metode :** Desain KTI adalah deskriptif dengan pendekatan studi kasus untuk mengeksplorasi masalah keperawatan dan teknik penyelesaian masalah klien. **Hasil :** Studi kasus ini dilakukan pada klien penderita hipertensi dengan mengidentifikasi penerapan relaksasi otot progresif (ROP) untuk menurunkan TD dan melakukan kunjungan pada klien dengan hipertensi. Pemberian asuhan ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Tamansari, Desa Madewangi RW 02, Kecamatan Tamansari, Kabupaten Tasikmalaya pada tanggal 24 Mei 2023 - 31 Mei 2023. Kunjungan dilakukan satu kali dalam sehari selama 7 hari dengan total 7 kali pertemuan. **Kesimpulan :** Hasil penelitian yang berjudul nilai tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan tindakan relaksasi otot progresif (ROP) adalah sebagai berikut : Mayoritas responden berusia 45-59 tahun, menderita hipertensi selama ≥ 1 tahun. Nilai TD responden di hari ke-1 sebelum dilakukan (ROP) pada Responden I 145/90 mmHg, Responden II 170/110 mmHg, Responden III 145/90 mmHg, Responden IV 145/90 mmHg, Responden V 140/90 mmHg. Nilai TD responden di hari ke-7 sesudah dilakukan f (ROP) pada Responden I 120/82 mmHg, Responden II 135/85 mmHg, Responden III 119/80 mmHg, Responden IV 125/80 mmHg, Responden V 120/80 mmHg. **Saran :** Bagi Responden Diharapkan terus bisa melanjutkan teknik relaksasi otot progresif (ROP). Diharapkan bisa menerapkan teknik relaksasi otot progresif (ROP) tidak hanya untuk responden tapi untuk semua keluarga.

Kata Kunci : Hipertensi, Relaksasi Otot Progresif, Tekanan Darah

Daftar Pustaka : 17 buah (2013-2022)

**D III NURSING STUDY PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
BAKTI TUNAS HUSADA UNIVERSITY**

Scientific Paper, 8 June 2023

Raka Agis Aditia

Blood Pressure Values in Pre-Elderly Hypertension Clients Age 45-59 Years Before and After Progressive Muscle Relaxation (Rop) in the Working Area of Tamansari Health Center, Tasikmalaya City

xiv + 62 pages + 8 tables + 14 appendices

ABSTRACT

Background : Hypertension is a sudden or excessive increase in blood pressure caused by an excessive lifestyle and emotions. Systolic pressure above 140 mmHg and diastolic above 90 mmHg. **Methods:** KTI design is descriptive with a case study approach to explore nursing problems and client problem solving techniques. **Results:** This case study was conducted on clients with hypertension by identifying the application of progressive muscle relaxation (ROP) to reduce BP and visiting clients with hypertension. The provision of this care was carried out in the Work Area of the Tamansari Health Center, Madewangi Village RW 02, Tamansari District, Tasikmalaya Regency on 24 May 2023 - 31 May 2023. The visit was carried out once a day for 7 days with a total of 7 meetings. **Conclusion:** The results of the study entitled blood pressure values before and after progressive muscle relaxation (ROP) were performed as follows: The majority of respondents aged 45-59 years, suffered from hypertension for ≥ 1 year. The respondent's BP value on the 1st day before the procedure (ROP) for Respondent I was 145/90 mmHg, Respondent II was 170/110 mmHg, Respondent III was 145/90 mmHg, Respondent IV was 145/90 mmHg, Respondent V was 140/90 mmHg. The respondent's BP value on the 7th day after f (ROP) was carried out in Respondent I 120/82 mmHg, Respondent II 135/85 mmHg, Respondent III 119/80 mmHg, Respondent IV 125/80 mmHg, Respondent V 120/80 mmHg. **Suggestion:** Respondents are expected to continue the progressive muscle relaxation technique (ROP). It is hoped that progressive muscle relaxation techniques (ROP) can be applied not only for respondents but for all families.

Keywords : Hypertension, Progressive Muscle Relaxation, Blood Pressure
Bioblography : 17 pieces (2013-2022)