

**IMPLEMENTASI LATIHAN OTOGENIK PADA
PASIEN DENGAN GANGGUAN RASA NYAMAN
AKIBAT HIPERTENSI DI RUANGAN MELATI LANTAI 3
RSUD DR. SOEKARDJO KOTA TASIKMALAYA**

KARYA TULIS ILMIAH



DISA MARDIANA

10121045

**PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA
TASIKMALAYA
SEPTEMBER 2024**

**IMPLEMENTASI LATIHAN OTOGENIK PADA
PASIEN DENGAN GANGGUAN RASA NYAMAN
AKIBAT HIPERTENSI DI RUANGAN MELATI LANTAI 3
RSUD DR. SOEKARDJO KOTA TASIKMALAYA**

KARYA TULIS ILMIAH

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



**DISA MARDIANA
10121045**

**PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA
TASIKMALAYA
SEPTEMBER 2024**

ABSTRAK

Implementasi Latihan Otogenik pada Pasien Gangguan Rasa Nyaman Akibat Hipertensi di Ruang Melati 3 RSUD dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya

Disa Mardiana

Program Studi D III Keperawatan, Universitas Bakti Tunas Husada Tasikmalaya

Abstrak

Pendahuluan Hipertensi adalah peningkatan abnormal tekanan darah pada pembuluh darah arteri, atau tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg. Pasien hipertensi mengalami tanda dan gejala ketidaknyamanan. Implementasi masalah ketidaknyamanan dengan cara penerapan latihan otogenik supaya otot menjadi rileks. **Tujuan** studi kasus untuk mengetahui nilai tingkat kenyamanan sebelum dan sesudah dilakukan penerapan latihan otogenik pada penderita hipertensi di ruang melati 3 RSUD Dr. Soekardjo. **Metode** yang digunakan adalah metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus, subyek studi kasus sebanyak 2 responden dengan lama implementasi 3 hari perawatan. Instrumen yang digunakan adalah Standar Operasional Prosedur (SOP) latihan otogenik dan teknik pengambilan data menggunakan lembar observasi. **Hasil** studi kasus didapatkan tingkat kenyamanan yang di rasa responden sebelum dan setelah dilakukan penerapan latihan otogenik selama tiga hari menunjukkan adanya penurunan terhadap kedua responden. **Kesimpulan** latihan otogenik ini bisa direkomendasikan dalam membantu mengatasi ketidaknyamanan. **Saran** latihan otogenik ini dapat dijadikan pilihan dalam terapi non-farmakologis pada penderita hipertensi. Penelitian ini dapat dilanjutkan oleh peneliti selanjutnya Menggunakan instrument General Comfort Questionnaire agar lebih akurat dalam pengambilan data

Kata Kunci : Gangguan rasa nyaman, Hipertensi, Latihan Otogenik

Abstract

Introduction Hypertension is an abnormal increase in blood pressure in the arteries, or systolic blood pressure of more than 140 mmHg and diastolic blood pressure of more than 90 mmHg. Hypertensive patients experience signs and symptoms of discomfort. Implement the problem of discomfort by applying autogenic exercises so that the muscles relax and ultimately. **The purpose** case study to determine the value of comfort level before and after the application of autogenic exercise to hypertensive sufferers in jasmine room 3 RSUD Dr. Soekardjo. **The research** used was a descriptive method with a case study approach, the case study subjects were 2 respondents with a treatment duration of 3 days. The instruments used are Standard Operating Procedures (SOP) for autogenic training and data collection techniques using observation sheets. **Results** From the case study, it was found that the level of comfort felt by the respondents, the results of the first day before and the third day after applying autogenic exercise to hypertension sufferers, showed a decrease in both respondents. **Conclusion** These autogenic exercises can be recommended to help overcome decreased comfort levels. **Suggestion** This autogenic exercise can be used as an option in non-pharmacological therapy for hypertension sufferers. This research can be continued by further researchers using the General Comfort Questionnaire instrument to be more accurate in data collection

Keywords : autogenic exercise, disturbed feeling of comfort, hypertension