

## **KARYA ILMIAH AKHIR**

### **ASUHAN KEPERAWATAN ANSIETAS PADA KLIEN DENGAN HIPERTENSI MENGGUNAKAN TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF**

**Peminatan Keperawatan Jiwa**



Oleh :

**FADHIL AKBAR, S.Kep  
NIM : 2141312090**

**FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ANDALAS  
2023**

**FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ANDALAS  
KARYA ILMIAH AKHIR  
JANUARI, 2023**

Nama : Fadhil Akbar, S.Kep  
NIM : 2141312090

**ASUHAN KEPERAWATAN ANSIETAS PADA KLIEN DENGAN  
HIPERTENSI MENGGUNAKAN TERAPI RELAKSASI  
OTOT PROGRESIF**

**ABSTRAK**

Hipertensi saat ini merupakan masalah kesehatan utama di dunia. Salah satu akibat hipertensi yang dirasakan oleh klien ialah kecemasan dan dapat diartikan sebagai tanda perubahan yang memberikan peringatan akan adanya bahaya pada diri individu. Tanda dan gejala yang dirasakan oleh klien seperti gelisah, sulit untuk tenang, suara gemetar, sulit tidur dan juga perasaan khawatir. Tujuan dari karya ilmiah akhir ini adalah untuk memberikan asuhan keperawatan pada klien untuk menurunkan kecemasan dengan masalah hipertensi menggunakan terapi otot progresif. Metode penelitian ini menggunakan studi kasus dengan memberikan asuhan keperawatan. Hasil studi kasus ini menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan yang dirasakan oleh klien setelah diberikan terapi relaksasi otot progresif dari kecemasan sedang dengan nilai skor dari 23 menjadi kecemasan ringan dengan skor 18. Keterbatasan dalam penelitian ini ialah situasi dari lokasi yang kurang kondusif. Diharapkan kepada petugas kesehatan khususnya perawat agar dapat mengaplikasikan terapi relaksasi otot progresif pada klien kecemasan dengan masalah hipertensi.

Kata kunci : kecemasan, hipertensi, terapi relaksasi otot progresif

Daftar Pustaka :38

**FACULTY OF NURSING  
ANDALAS UNIVERSITY  
FINAL SCIENTIFIC WORKS  
JANUARY, 2023**

Name : *Fadhil Akbar, S.Kep*  
Registration Number : 2141312090

***NURSING CARE FOR REDUCING ANXIETY LEVELS IN Mrs. N WITH  
HYPERTENSION PROBLEMS USING PROGRESSIVE MUSCLE  
RELAXATION THERAPY***

**ABSTRACT**

*Hypertension is currently a major health problem in the world. One of the consequences of hypertension felt by the client is anxiety and can be interpreted as a sign of change that warns of danger to the individual. Signs and symptoms felt by clients such as restlessness, difficulty calming down, trembling voice, difficulty sleeping and also feelings of worry. The purpose of this final scientific work is to provide nursing care to clients to reduce anxiety with hypertension problems using progressive muscle therapy. This research method uses case studies by providing nursing care. The results of this case study indicate a decrease in the level of anxiety felt by the client after being given progressive muscle relaxation therapy from moderate anxiety with a score of 23 to mild anxiety with a score of 18. Limitations in this study is the situation of the location which is less conducive. It is hoped that health workers, especially nurses, will be able to apply progressive muscle relaxation therapy to anxious clients with hypertension problems..*

*Key word : anxiety, hypertension, progressive muscle relaxation therapy*  
*Bibliography :38*