

PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS KEPERAWATAN
INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU
Karya Ilmiah Berbasis *Evidence Based Practice*, Oktober 2025

Nashira Hikma, S.Kep

24502103

“Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Penerapan Relaksasi Otot Progresif (Rop) Terhadap Nyeri Akut Pada Penderita Hipertensi Dengan Masalah Keperawatan Ketidakefektifan Manajemen Kesehatan Keluarga Pada Lansia Di Desa Air Terbit, Kec. Tapung, Kab. Kampar”

XIV + 120 Halaman + 9 Tabel + 7 Lampiran

ABSTRAK

Lansia merupakan suatu keadaan yang terjadi di dalam kehidupan manusia. Menua adalah proses sepanjang hidup, yang tidak hanya dimulai dari satu waktu tertentu, tetapi dimulai sejak permulaan kehidupan. Salah satu penyakit yang banyak dialami oleh lansia adalah hipertensi. Hipertensi adalah tekanan darah meningkat karena adanya masalah pembuluh darah. Ini berarti oksigen dan nutrisi dalam darah tidak dapat mencapai jaringan tubuh yang membutuhkannya. Tujuan Karya Ilmiah Akhir Ners adalah memberikan gambaran tentang hasil praktik Profesi Ners dengan Aplikasi Masalah Keperawatan Ketidakefektifan Manajemen Kesehatan Keluarga Pada Lansia Dengan Nyeri akut Hipertensi Di Desa Air Terbit Kec. Tapung, Kab.Kampar. Metode yang digunakan dalam pelaksanaan intervensi keperawatan yaitu pemberian teknik relaksasi otot progresif (rop). Penulisan mulai tanggal 14 Juni-19 Juni 2025. Keunggulan teknik relaksasi otot progresif (rop) menurunkan ketegangan otot, kecemasan, nyeri leher punggung, tekanan darah tinggi, frekuensi jantung, laju metabolik, Menurunkan tekanan darah (Hipertensi). Pelaksanaan relaksasi otot progresif dilakukan selama 3 hari selama 10-15 menit. Hasil dari studi kasus ini setelah dilakukan selama 3 hari subjek menerapkan relaksasi otot progresif menunjukkan rata-rata setelah diberikan terdapat perbedaan yang signifikan keberhasilan keluarga terhadap aktivitas yang disarankan sebelum dan sesudah diberikan relaksasi otot progresif dan terdapat perbedaan yang signifikan antara intensitas nyeri sebelum dan sesudah relaksasi otot progresif pada lansia dengan hipertensi.

Kata Kunci : Relaksasi Otot Progresif (ROP), Nyeri Akut, Hipertensi,
Lansia

Daftar Pustaka : 26 (2020-2025)



NERS PROFESSIONAL STUDY PROGRAM
FAKULTY OF NURSING
PAYUNG NEGERI INSTITUTE OF HEALTH SCIENCE
Evidence Based Practice, Oktober 2025

Nashira Hikma

24502103

“Family Nursing Care with the Application of Progressive Muscle Relaxation (ROP) for Acute Pain in Hypertension Patients with Nursing Problems of Ineffective Family Health Management in the Elderly in Air Terbit Village, Tapung District, Kampar Regency”

XIV + 120 Pages + 9 Table + 7 Appendices

ABSTRACT

Elderly is a condition that occurs in human life. Aging is a lifelong process, which does not only start from a certain time, but starts from the beginning of life. One of the diseases that many elderly people experience is hypertension. Hypertension is increased blood pressure due to blood vessel problems. This means that oxygen and nutrients in the blood cannot reach the body tissues that need it. The purpose of the Final Scientific Paper for Nurses is to provide an overview of the results of the practice of the Nursing Profession with the Application of Nursing Problems of Ineffectiveness of Family Health Management in the Elderly with Acute Hypertensive Pain in Air Terbit Village, Tapung District, Kampar Regency. The method used in implementing nursing interventions is the provision of progressive muscle relaxation techniques (ROP). Writing starts from June 14-June 19, 2025. The advantages of progressive muscle relaxation techniques (ROP) reduce muscle tension, anxiety, neck and back pain, high blood pressure, heart rate, metabolic rate, Lowering blood pressure (Hypertension). The implementation of progressive muscle relaxation was carried out for 3 days for 10-15 minutes. The results of this case study after being carried out for 3 days of subjects applying progressive

muscle relaxation showed that on average after being given there was a significant difference in family success in the recommended activities before and after being given progressive muscle relaxation and there was a significant difference between pain intensity before and after progressive muscle relaxation in elderly people with hypertension.

Keywords : *Progressive Muscle Relaxation (ROP), Acute Pain, Hypertension, Elderly*

References : 26 (2020-2025)

