

ABSTRAK

Rizqi Rizal Habib P27820824071

ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK PADA MASALAH ANSIETAS
DENGAN INTERVENSI TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF PADA
KLIEN HIPERTENSI DI UPTD GRIYA WERDHA JAMBANGAN SURABAYA
xx + 84 Halaman + 26 Tavel + 10 Lampiran

Kecemasan adalah salah satu masalah kesehatan mental yang sering dialami oleh lansia. Perubahan fisik yang terjadi pada lansia sangat berkaitan dengan perubahan kondisi psikologis dan sosial mereka. Penelitian terkait menyebutkan bahwa relaksasi otot progresif dapat menurunkan ketegangan pada otot dan juga merilekskan pikiran. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran asuhan keperawatan gerontik pada masalah ansietas dengan menggunakan teknik relaksasi otot progresif.

Desain penelitian adalah deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Subjek penelitian adalah dua pasien hipertensi dengan masalah keperawatan ansietas di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya. Fokus studi asuhan keperawatan teknik relaksasi melalui terapi relaksasi otot progresif. Instrumen menggunakan format asuhan keperawatan gerontik dan lembar observasi. Analisis deskriptif dengan tabel dan narasi.

Data Pengkajian kedua klien mengalami depresi dengan hasil pemeriksaan *Geriatric Depression Scale* (GDS) pada klien 1 dengan skor 7 dan klien 2 dengan skor 6. Kedua klien dengan diagnosa keperawatan ansietas. Intervensi keperawatan dengan teknik relaksasi dengan fokus relaksasi otot progresif. Evaluasi selama 2 minggu didapatkan kedua klien mengalami penurunan nilai GDS didapatkan skor pada klien 1 adalah 3, sedangkan klien kedua didapatkan skor 4.

Teknik relaksasi dengan teknik relaksasi otot progresif efektif yang dibuktikan pada pasien ansietas mengalami penurunan hasil GDS setelah dilakukan terapi selama 2 minggu. Relaksasi otot progresif dapat diberikan secara berkala oleh petugas kesehatan bersama klien secara mandiri untuk membantu mengatasi kecemasan pada pasien dengan hipertensi.

Kata Kunci : Hipertensi, Relaksasi Otot Progresif, *Geriatric Depression Scale*

Daftar bacaan : 30 Jurnal (2013-2023) dan 8 buku (2016-2018)

ABSTRRACT

Rizqi Rizal Habib P27820824071

GERONTIC NURSING CARE FOR ANXIETY PROBLEMS WITH
PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION TECHNIQUE INTERVENTIONS
FOR HYPERTENSIVE CLIENTS AT UPTD GRIYA WERDHA JAMBANGAN
SURABAYA

xx + 84 Pages + 26 Tables + 10 Appendices

Anxiety is one of the mental health disorders that often occurs in the elderly. Physical changes in the elderly are closely related to psychosocial changes. Related research states that progressive muscle relaxation can reduce muscle tension and also relax the mind. The purpose of this study was to determine the description of geriatric nursing care for anxiety problems using progressive muscle relaxation techniques.

The research design is descriptive with a case study approach. The subjects of the study were two hypertensive patients with anxiety nursing problems at UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya. The focus of the study was nursing care of relaxation techniques through progressive muscle relaxation therapy. The instrument used the gerontic nursing care format and observation sheets. Descriptive analysis with tables and narratives.

Assessment Data both clients experienced depression with the results of the Geriatric Depression Scale (GDS) examination on client 1 with a score of 7 and client 2 with a score of 6. Both clients with a nursing diagnosis of anxiety. Nursing interventions with relaxation techniques with a focus on progressive muscle relaxation. Evaluation for 2 weeks found that both clients experienced a decrease in GDS values, the score for client 1 was 3, while the second client got a score of 4.

Relaxation techniques with progressive muscle relaxation techniques are effective as proven in anxiety patients who experience a decrease in GDS results after 2 weeks of therapy. Progressive muscle relaxation can be given periodically by health workers together with clients independently to help overcome anxiety in patients with hypertension..

Keywords : Hypertension, Progressive Muscle Relaxation, Geriatric Depression Scale

References : 30 journals (2013-2023) and 8 books (2016-2018)