

**STUDI KASUS DAN PENERAPAN TERAPI RELAKSASI
BENSON PADA PASIEN HIPERTENSI DI BANGSAL
PENYAKIT DALAM RS PKU MUHAMMADIYAH
YOGYAKARTA**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS



Disusun Oleh :

Aulia Devi Septiyani

233203034

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA
TAHUN 2024**

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

STUDI KASUS DAN PENERAPAN TERAPI RELAKSASI BENSON PADA PASIEN HIPERTENSI DI BANGSAL PENYAKIT DALAM RS PKU MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA

Telah diseminarkan dan diujikan pada tanggal : *Rabu, 27 Maret 2024.*

Disusun Oleh :
Aulia Devi Septiyani
233203034

Penguji

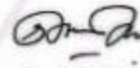

(Ike Wuri Winahyu Sari, M.Kep)
NIDN: 05-2403-8903

Pembimbing I



(Retno Sumiyarini, M.Med.Ed.)
NIDN : 05-1708-8302

Pembimbing II



(Ismawiyati, S.Kep.,Ns.)
NIP : 1190

Mengetahui,

Ka. Prodi. Profesi Ners



Fairiyati NA, M.Kep.,Sp. Kep.J

NPP: 2009.13.0027

HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, adalah mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

Nama : Aulia Devi Septiyani

NPM : 233203034

Program Studi: Profesi Ners

Judul KIAN : Studi Kasus Dan Penerapan Terapi Relaksasi Benson Pada Pasien Hipertensi Di Bangsal Penyakit Dalam RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta

Menyatakan bahwa hasil karya tulis dengan judul tersebut di atas adalah asli karya saya sendiri dan bukan hasil *plagiarism*. Semua referensi dan sumber terkait yang diacu dalam karya ini telah ditulis sesuai kaidah penulisan ilmiah yang berlaku. Dengan ini, saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta kepada Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta guna kepentingan ilmiah.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak manapun. Apabila terdapat kekeliruan atau ditemukan adanya pelanggaran akademik di kemudian hari, maka saya bersedia menerima konsekuensi yang berlaku sesuai ketentuan akademik.

Yogyakarta,



Aulia Devi Septiyani

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya ilmiah yang berjudul “Studi Kasus dan Penerapan Terapi Relaksasi Benson Pada Pasien Hipertensi di Bangsal Penyakit Dalam RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta”

Karya ilmiah ini dapat selesai atas bimbingan, arahan, dan dukungan dari berbagai pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Dengan kerendahan hati pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. rer.nat.ap. Triana Hertiani, S.Si., M.Si selaku Rektor Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
2. Ibu Ida Nursanti, S. Kep., Ns., MPH selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
3. Ibu Fajriyati NA. M.Kep.,Sp.Kep.J selaku Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
4. Ibu Retno Sumiyarini, M.Med.Ed dan ibu Ismawiyati. S.Kep.,Ns selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan bimbingan, arahan, dan masukan kepada saya sehingga selama proses penulisan karya ilmiah saya dapat berjalan dengan baik.
5. Ibu Ike Wuri Winahyu Sari, M.Kep selaku dosen penguji yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk menguji, dan memberikan masukan pada karya ilmiah ini.
6. Kedua orangtua, kakak, adik, dan orang-orang terdekat saya yang telah memberikan doa restu dan menjadi motivasi saya dalam menyelesaikan karya ilmiah ini.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR GRAFIK.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
INTISARI	xi
ABSTRACT.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan	4
C. Manfaat	4
D. Teknik Pengumpulan Data.....	5
BAB II TINJAUAN TEORI.....	7
A. Konsep Hipertensi.....	7
1. Pengertian	7
2. Etiologi.....	7
3. Klasifikasi	9
4. Patofisiologi	10
5. Gambaran Klinis	11
6. Pemeriksaan Penunjang	12
7. Penatalaksanaan Medis dan Keperawatan	12
8. Asuhan Keperawatan Teoritis.....	14
B. Konsep Terapi Relaksasi Benson	19
1. Pengertian	19
2. Manfaat	19
3. Prinsip	19
4. Fisiologis.....	20
5. Kontraindikasi.....	21
6. Langkah-Langkah	21
BAB III.....	22

TINJAUAN KASUS.....	22
A. Pengkajian.....	22
1. Identitas Pasien	22
2. Gambaran Kondisi Pasien.....	22
3. Pemeriksaan Penunjang	31
4. Terapi Medis	32
B. Analisa Data.....	32
C. Diagnosa Keperawatan	34
D. Rencana Intervensi.....	35
E. Implementasi dan Evaluasi	38
BAB IV TEKNIK Pencarian Jurnal dan Analisis Jurnal	52
A. Cara Mencari Jurnal	52
1. Sumber / Data Base.....	52
2. Kata Kunci	53
3. Hasil pencarian jurnal	53
B. Resume Jurnal	54
1. Pendahuluan (<i>Introduction</i>)	54
2. Metode Penelitian (<i>Methods</i>).....	55
3. Hasil Analisis (<i>Result Analysis</i>).....	56
4. Pembahasan (<i>Discussion</i>).....	56
C. Aplikasi Jurnal Pada Kasus.....	57
1. Penerapan Jurnal Pada Kasus.....	57
2. Prosedur Tindakan (SOP)	57
3. Cara Observasi hasil evaluasi	60
BAB V PEMBAHASAN.....	61
A. Pembahasan.....	61
1. Tekanan Darah Sistolik Pasien Sebelum dan Sesudah Perlakuan.....	61
2. Tekanan Darah Diastolik Pasien Sebelum dan Sesudah Perlakuan	63
3. Analisis Penerapan Terapi Relaksasi Benson	64
B. Implikasi Keperawatan	65
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	67
A. Kesimpulan	67
B. Saran	68
DAFTAR PUSTAKA.....	69
LAMPIRAN.....	73

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Klasifikasi Hipertensi.....	9
Tabel 2. 2 SLKI dan SIKI Pasien dengan Hipertensi.....	16
Tabel 3. 1 Pemeriksaan Penunjang	31
Tabel 3. 2 Terapi Medis	32
Tabel 3. 3 Analisa Data.....	32
Tabel 3. 4 Rencana Intervensi Keperawatan.....	35
Tabel 3. 5 Implementasi dan Evaluasi Hari ke-1	38
Tabel 3. 6 Implementasi dan Evaluasi Hari ke-2	43
Tabel 3. 7 Implementasi dan Evaluasi Hari ke-3	48
Tabel 4. 1 Pemilihan Literatur	52
Tabel 4. 2 Kriteria Inklusi dan Eksklusi (PICO).....	53
Tabel 4. 3 SOP Terapi Relaksasi Benson	59

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 <i>Pathway</i> Hipertensi	11
Gambar 3. 1 Genogram	23
Gambar 4. 1 <i>Screenshot</i> Hasil Pencarian Literatur	52

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR GRAFIK

Grafik 5. 1 Tekanan Darah Sistolik Sebelum dan Sesudah Terapi Relaksasi Benson.....	61
Grafik 5. 2 Tekanan Darah Diastolik Sebelum dan Sesudah Terapi Relaksasi Benson.....	63

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Observasi.....	73
Lampiran 2 <i>Ethical Clearance</i>	74
Lampiran 3 <i>Informed Consent</i>	75
Lampiran 4 Formulir Persetujuan	76
Lampiran 5 Surat Pengantar Pengambilan Data Studi Pendahuluan	77
Lampiran 6 Lembar Bimbingan.....	78
Lampiran 7 Jurnal Acuan.....	79
Lampiran 8 Hasil Uji Plagiarisme.....	89

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA