

**STUDI KASUS TERAPI RELAKSASI BENSON TERHADAP PENURUNAN
TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI
DI RSUD KOTA YOGYAKARTA**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS



Disusun Oleh :

Yusuf Abdul Rozzaq Pratama

243203029

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

2025

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**STUDI KASUS TERAPI RELAKSASI BENSON TERHADAP PENURUNAN
TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI RUANG DAHLIA
RSUD KOTA YOGYAKARTA**

Telah diseminarkan dan diujikan pada tanggal : 13 Juni 2025

Oleh

Yusuf Abdul Rozzaq Pratama

NPM. 243203029

Pembimbing I

Novita Nurmasari, M.Kep
NIDN.05-0111-8801

Pembimbing II

Yosie Amylia, S.Kep, Ners
NIP.198505032009022006

Penguji

Dwi Kartika Rukmi, M.Kep., Sp.Kep.MB.
NIDN.05-0202-8201

Mengetahui,

Ka.Prodi Profesi Ners

Retno Sumiyarini, M.Med.Ed
NPP. 2009.13.0026



PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, adalah mahasiswa Profesi Ners
Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta,

Nama : Yusuf Abdul Rozzaq Pratama

NPM : 243203029

Program Studi : Profesi Ners

Judul Penelitian : Studi Kasus Terapi Relaksasi Benson Terhadap
Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di
RSUD Kota Yogyakarta

Menyatakan bahwa hasil penelitian dengan judul tersebut diatas adalah asli karya saya sendiri dan bukan hasil *plagiarisme*. 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 penelitian 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, 28 Agustus 2025



Yusuf Abdul Rozzaq Pratama

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan kepada Tuhan yang Maha Esa yang telah mencurahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini dengan judul “Studi Kasus Terapi Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Rsud Kota Yogyakarta” Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Ners Di Fakultas Kesehatan Program Studi Pendidikan Profesi Ners Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

Dalam penyelesaian Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini penulis telah mendapat berbagai bantuan, bimbingan, arahan, dan dorongan semangat dari berbagai pihak, untuk itu dengan segala hormat dan kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Allah SWT atas segala izin-Nya sehingga Karya Ilmiah Akhir Ners ini dapat diselesaikan
2. Ayah Mahmudin, ibu Dwi Astuti, adik Itsnaini Azzahra Putri dan seluruh keluarga yang telah berikan dukungan dari moril maupun materiil, memberikan semangat dan do'a tiada henti sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian ini.
3. Ibu Prof. Dr. Rer. Nat. Apt. Triana Hertiani, S.Si., M.Si., selaku Rektor Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
4. Ibu Ida Nursanti, MPH. Selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
5. Ibu Retno Sumiyarini, S.Kep., Ns., M.Med.Ed., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
6. Ibu Novita Nirmalasari, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku dosen pembimbing yang membimbing serta memberikan arahan kepada peneliti selama melakukan penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners ini
7. Ibu Dwi Kartika Rukmi, M.Kep.,Sp.Kep.MB., selaku dosen penguji yang

telah memberikan masukan dan saran dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.

8. Sahabat penulis yang selalu memberikan semangat dan motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi ini.
9. Rekan mahasiswa/i khususnya bagi kaum laki-laki angkatan 2020 Program Studi Keperawatan yang telah berjuang bersama dan saling mendukung satu sama lain.

Penulis menyadari bahwa penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini masih jauh dari kata sempurna penuh dengan kekurangan dan keterbatasan yang ada pada diri penulis. Oleh karena itu penulis mengharapkan saran dan masukan dari semua pihak yang bersifat membangun untuk menyempurnakan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini sehingga dapat bermanfaat bagi kita semua.

Yogyakarta, 28 Agustus 2025

Penyusun,



Yusuf Abdul Rozzaq Pratama

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR GRAFIK.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
INTISARI.....	xii
ABSTRACT	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan	3
C. Manfaat	4
D. Teknik Pengumpulan Data	4
BAB II TINJAUAN TEORI.....	7
A. Tinjauan Teori	7
1. Hipertensi	7
B. Asuhan keperawatan teoritis.....	11
1. Terapi Benson	17
BAB III TEKNIK PENCARIAN JURNAL DAN RESUME JURNAL.....	20
A. Konsep Pencarian Artikel EBN Dengan Formulasi PICO.....	20
C. Ringkasan isi artikel penelitian.....	21
D. Penerapan Jurnal Berdasarkan Kasus	24
BAB IV TINJAUAN KASUS.....	27
A. Pengkajian	27
B. Analisis Data	29
C. Diagnosa Keperawatan.....	30

D. Rencana Intervensi Keperawatan	31
E. Implementasi dan Evaluasi	34
BAB V PEMBAHASAN	40
A. Pengkajian	40
B. Diagnosa Keperawatan	41
C. Intervensi Keperawatan	42
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	48
A. Kesimpulan.....	48
B. Saran.....	48
DAFTAR PUSTAKA.....	50
LAMPIRAN	54

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Klasifikasi tekanan darah.....	7
Tabel 2. 2 Rencana keperawatan berdasarkan SLKI dan SIKI	14
Tabel 3. 1 Kriteria Inklusi dan Eksklusi (PICO)	20
Tabel 3. 2 SOP Terapi Relaksasi Benson	25
Tabel 4. 1 Analisis Data	29
Tabel 4. 2 Rencana Intervensi Keperawatan	31
Tabel 4. 3 Implementasi dan Evaluasi.....	34

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Pohon Masalah	13
Gambar 3. 1 Screen Shoot Pencarian Jurnal	21

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR GRAFIK

Grafik 5. 1 Pengukuran Tekanan Darah Sistolik Sebelum (Pra) dan Sesudah (Post) Pemberian Relaksasi Benson.....	44
Grafik 5. 2 Pengukuran Tekanan Darah Diastolik Sebelum (Pra) dan Sesudah (Post) Pemberian Relaksasi Benson.....	46

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Permohonan Pengambilan Kasus.....	55
Lampiran 2. Surat Pengantar kampus.....	56
Lampiran 3. Ethical Clearence	57
Lampiran 4 Informed consent.....	58
Lampiran 5. Formulir Persetujuan Responden	59
Lampiran 6. Lembar Bimbingan	60
Lampiran 7. Jurnal Acuan.....	61

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA