

**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN MELALUI
INTERVENSI RELAKSASI BENSON PADA LANSIA
Ny.T DAN Ny .D DENGAN DIAGNOSA MEDIS
HIPERTENSI DI WILAYAH
BEKASI UTARA**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS



OLEH :

WAHYU SUKOCO

224291517115

UNIVERSITAS NASIONAL

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS

2024

**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN MELALUI
INTERVENSI RELAKSASI BENSON PADA LANSIA
Ny.T DAN Ny .D DENGAN DIAGNOSA MEDIS
HIPERTENSI DI WILAYAH
BEKASI UTARA**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Ners



OLEH :

WAHYU SUKOCO

224291517115

UNIVERSITAS NASIONAL

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS

2024

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN MELALUI INTERVENSI
RELAKSASI BENSON PADA LANSIA NY.T DAN NY.D DENGAN DIAGNOSA
HIPERTENSI DI WILAYAH
BEKASI UTARA**

Oleh:
WAHYU SUKOCO
224291517115

Telah dipertahankan di hadapan penguji KIAN Program Studi Pendidikan Profesi
Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional
Pada Tanggal 15 Januari 2024

DEWAN PENGUJI

Pembimbing : Ns. Aisyiah, M.Kep.Sp.Kep.Kom

Penguji 1 : Ns. Ibnu Abas, M.Kep.Sp.Kep.Kom

Penguji 2 : Ns. Intan Asri Nurani, M.Kep.Sp.Kep.Kom

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



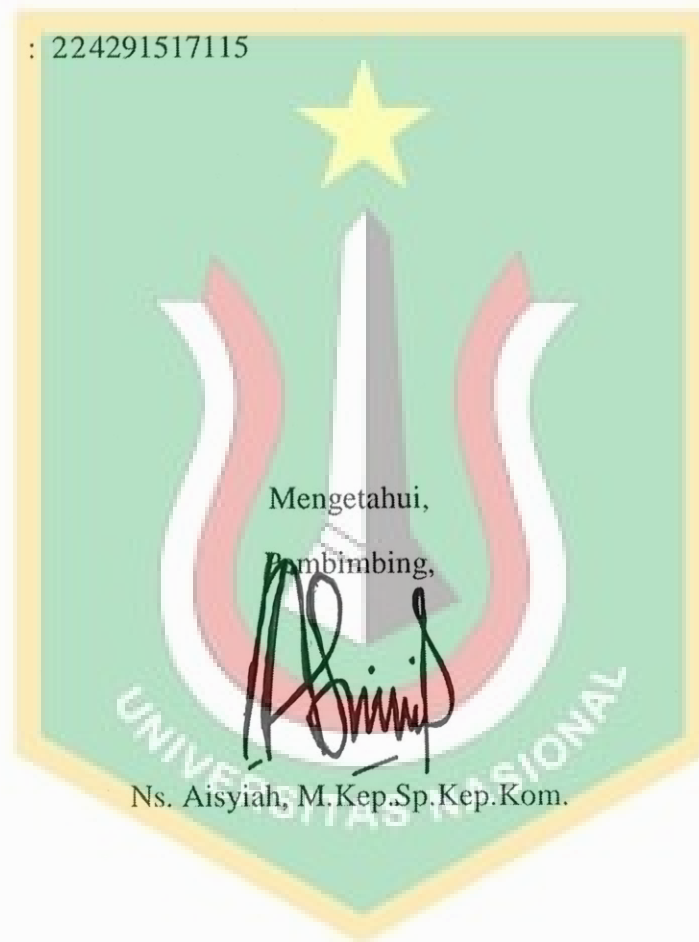
Prof.Dr. Retno Widowati, M.Si

Halaman Persetujuan KIAN Sebelum Sidang KIAN

Judul Kian : Analisis Asuhan Keperawatan Melalui Intervensi Relaksasi Benson
Pada Lansia Ny.T dan Ny.D Dengan Diagnosa Medis Hipertensi Di
Wilayah Bekasi Utara.

Nama Mahasiswa : Wahyu Sukoco

NPM : 224291517115



Halaman Persetujuan Setelah Sidang KIAN

Judul Kian : Analisis Asuhan Keperawatan Melalui Intervensi Relaksasi Benson
Pada Lansia Ny.T dan Ny.D Dengan Diagnosa Medis Hipertensi Di
Wilayah Bekasi Utara.

Nama Mahasiswa : Wahyu Sukoco

NPM : 224291517115

Pembimbing : Ns. Aisyiah, M.Kep.Sp.Kep.Kom

Penguji 1 : Ns. Ibnu Abas, M.Kep.Sp.Kep.Kom

Penguji 2 : Ns. Intan Asri Nurani, M.Kep.Sp.Kep.Kom



PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Wahyu Sukoco

NPM : 224291517115

Judul KIAN : Analisis Asuhan Keperawatan Melalui Intervensi Relaksasi

Benson Pada Lansia Ny.T dan Ny.D Dengan Diagnosa Medis

Hipertensi Di Wilayah Bekasi Utara.

Menyatakan bahwa Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini adalah benar hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.



Jakarta, 8 Januari 2024



(Wahyu Sukoco S.Kep)

KATA PENGANTAR

Segala puji dan puji sukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT, Tuhan semua umat, Tuhan seluruh alam dan Tuhan dari segala hal yang telah memberi Rahmat dan Karunia-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan penyusunan KIAN dengan judul “ Analisis Asuhan Keperawatan Melalui Intervensi Relaksasi Benson Pada Lansia Ny.T dan Ny.D Dengan Diagnosa Medis Hipertensi Di Wilayah Bekasi Utara “

Saya menyadari bahwa penulisan KIAN ini tidak akan terselesaikan tanpa adanya Ridho Illahi, dukungan, bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini dengan rendah hati dan rasa hormat yang besar saya mengucapkan “Alhamdulillahilahirobilalamin” beserta terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Prof.Dr. Retno Widowati, M.Si.
2. Ketua Program Pendidikan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Ns. Naziyah, S.Kep., M.Kep
3. Ns. Aisyiah M.Kep.Sp.Kep.Kom, selaku pembimbing yang telah memberi Motivasi, Saran dan Ilmu dalam proses pembuatan KIAN.
4. Seluruh dosen dan staf karyawan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional yang telah mendidik dan memfasilitasi proses pembelajaran di Kampus.
5. Kepada orang tua dan keluarga saya yang senantiasa mendoakan, mencurahkan kasih sayang, perhatian, doa sehingga saya sampai mencapai saat ini.
6. Kepada Istri saya yang selalu memberikan dukungan baik doa dan perhatiannya

sehingga saya dapat menyelesaikan KIAN ini dengan tepat waktu

7. Rekan-rekan seperjuangan Profesi Ners Angkatan VIII Tahun 2023 yang selalu memberikan doa dan dukungan untuk menyelesaikan karya ilmiah ini. Semoga Allah SWT memberikan balasan yang berlipat ganda atas mereka yang telah memberikan bantuan kepada penulis untuk menyusun KIAN ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa penyusunan KIAN masih banyak kekuarangan dan keikhlasan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan agar karya selanjutnya bisa lebih baik.



Jakarta, 08 Januari 2023

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Wahyu Sukoco".

(Wahyu Sukoco, S.Kep)

ABSTRAK

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN MELALUI INTERVENSI RELAKSASI BENSON PADA LANSIA Ny.T DAN Ny .D DENGAN DIAGNOSA MEDIS HIPERTENSI DI WILAYAH BEKASI UTARA

Wahyu Sukoco, Aisyiah

Latar Belakang : Hipertensi sebagai salah satu penyakit dijuluki sebagai *The Silent Killer* karena gejalanya dan tanpa keluhan (Wartanah et al., 2022). Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg (Pudiastuti, 2019). Provinsi Jawa Barat menempati posisi ke-delapan penderita hipertensi terbanyak di Indonesia . Untuk provinsi Jawa Barat prevalensi penderita hipertensi di Kota Bekasi 28,13% .Laporan Nasional Riskesdas 2018 menunjukkan prevalensi tertinggi hipertensi dialami oleh lansia (Badan Litbang Kesehatan, 2018) . Salah satu relaksasi yang dapat menurunkan tekanan darah yaitu relaksasi benso. Relaksasi dapat menurunkan tekanan darah dan stress (Triyanto, 2014)

Tujuan : Menjelaskan asuhan keperawatan melalui Intervensi Relaksasi Benson pada lansia Ny.T dan Ny. D Di wilayah Bekasi Utara.

Implementasi : Tindakan Keperawatan Kepada Ny. T mulai dilakukan pada tanggal 25 Desember 2023 sampai 27 Desember 2023, sedangkan Ny.D dilakukan pada tanggal 28 Desember sampai 30 Desember 2023 Di Wilayah Bekasi Utara. Implementasi pada masalah Hipertensi dilakukan Intervensi Relaksasi Benson untuk menurunkan tekanan darah pada lansia.

Hasil : Relaksasi Benson dapat mengatasi masalah keperawatan dengan Hipertensi pada keluarga Ny.T dan Ny. D untuk menurunkan tekanan darah.

Kesimpulan dan Saran : Berdasarkan hasil intervensi penulis menyimpulkan bahwa relaksasi Benson mampu menurunkan tekanan darah pada klien Hipertensi. Salah satu cara pemeliharaan kesehatan dengan konsumsi obat secara rutin, kurangi penggunaan yodium, kelola stress serta olah raga rutin.

Kata Kunci : Hipertensi ,Lansia, Relaksasi Benson.

Abstract

ANALYSIS OF NURSING CARE THROUGH BENSON RELAXATION INTERVENTION FOR ELDERLY Mrs. T AND Mrs. D WITH HYPERTENSION MEDICAL DIAGNOSIS IN NORTH BEKASI REGION

Wahyu Sukoco, Aisyiah

Background: Hypertension as a disease is nicknamed The Silent Killer because of its symptoms and no complaints (Wartolah et al., 2022). Hypertension is an increase in systolic blood pressure of more than 140 mmHg and diastolic blood pressure of more than 90 mmHg (Pudiasuti, 2019). West Java Province occupies the eighth position with the most hypertension sufferers in Indonesia. For West Java province, the prevalence of hypertension sufferers in Bekasi City is 28.13%. The 2018 National *Riskesdas* Report shows that the highest prevalence of hypertension is experienced by the elderly (Health Research and Development Agency, 2018). One relaxation that can lower blood pressure is Benson relaxation. Relaxation can reduce blood pressure and stress (Triyanto, 2014)

Objective: To explain nursing care through the Benson Relaxation Intervention for the elderly Mrs. T and Mrs. D with a medical diagnosis of hypertension in the North Bekasi area.

Implementation: Nursing Actions for Mrs. T will start from 25 December 2023 to 27 December 2023, while Mrs. D will be carried out from 28 December to 30 December 2023 in the North Bekasi area. Implementation of the problem of hypertension is the Benson Relaxation Intervention to reduce blood pressure in the elderly.

Results: Benson Relaxation can overcome nursing problems with hypertension in the elderly Mrs. T and Mrs. D to lower blood pressure.

Conclusions and Suggestions: Based on the results of the intervention, the author concludes that Benson relaxation is able to reduce blood pressure in clients with hypertension. One way to maintain health is by consuming medication regularly, reducing the use of iodine, managing stress and exercising regularly.

Keywords: Hypertension, Elderly, Benson Relaxation.

DAFTAR ISI

KARYA ILMIAH AKHIR NERS	i
KARYA ILMIAH AKHIR NERS	ii
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK.....	viii
ABSTRAK.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR SINGKATAN.....	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar belakang	1
1.2. Perumusan Masalah.....	7
1.3. Manfaat Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1. Konsep Lansia.....	9
2.2. Konsep Hipertensi	23
2.3. Konsep Terapi Relaksasi Benson.....	32
2.4. Asuhan Keperawatan Teoritis	36
BAB III LAPORAN KASUS KELOLAAN	38
3.1. Pengkajian.....	38
BAB IV PEMBAHASAN	54
4.1 Analisis Masalah Keperawatan	54
4.2 Analisis Intervensi dalam mengatasi Masalah Keperawatan.....	56
4.3 Alternatif pemecahan Masalah.....	60
BAB V PENUTUP.....	62
5.1. Kesimpulan	62

5.2. Saran 63
DAFTAR PUSTAKA..... 64



DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Klasifikasi Hipertensi..... 27

Tabel 3. 1 Hasil Evaluasi tekanan darah selama intervensi Ny. T..... 52

Tabel 3. 2 Hasil Evaluasi tekanan darah selama intervensi Ny. D 53



DAFTAR SKEMA

Skema 2. 1 Pathway Hipertensi 29



DAFTAR SINGKATAN

N : Nadi

PPNI : Persatuan Perawat Nasional Indonesia

RR : Respiratory Rate

SDKI : Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia

SIKI : Standar Intervensi Keperawatan Indonesia

SLKI : Standar Luaran Keperawatan Indonesia

TD : Tekanan Darah

WHO : World Health Organization



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Pengkajian Individu Lansia Ny.T	69
Lampiran 2 Pengkajian Individu Lansia Ny. D	103
Lampiran 3 Lembar Konsultasi Bimbingan KIAN	103
Lampiran 4 Surat Izin Penelitian	103
Lampiran 5 Biodata Penulis	142
Lampiran 6 Leaflet Hipertensi	1423
Lampiran 7 Leaflet Relaksasi Benson	1425

