

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI BENSON TERHADAP
NYERI KRONIS PADA ASUHAN KEPERAWATAN
HIPERTENSI DI PANTI SOSIAL HARAPAN KITA
KOTA PALEMBANG PROVINSI SUMATERA
SELATAN TAHUN 2022**



DISUSUN OLEH :

PEPRIYADI

191440101011

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH PALEMBANG
TAHUN AKADEMIK 2022**

SKRIPSI

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI BENSON TERHADAP
NYERI KRONIS PADA ASUHAN KEPERAWATAN
HIPERTENSI DI PANTI SOSIAL HARAPAN KITA
KOTA PALEMBANG PROVINSI SUMATERA
SELATAN TAHUN 2022**

**Karya tulis ini diajukan sebagai
Salah satu syarat untuk memperoleh gelar
AHLI MADYA KEPERAWATAN (A.Md.Kep)**



DISUSUN OLEH :

PEPRIYADI

191440101011

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH PALEMBANG
TAHUN AKADEMIK 2022**

HALAMAN PERSETUJUAN

Diterima dan disetujui untuk Ujian Karya Tulis Ilmiah Studi kksus yang berjudul:

PENERAPAN TERAPI RELAKSASI BENSON TERHADAP NYERI KRONIS PADA ASUHAN KEPERAWATAN HIPERTENSI DI PANTI SOSIAL HARAPAN KITA KOTA PALEMBANG PROVINSI SUMATERA SELATAN TAHUN 2022

I. Pembimbing Utama

Ns. Widya Arisandy, S.Kep, M.Kes
NIK.2009.04.017

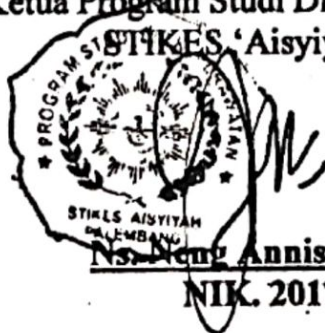
()

II. Pembimbing Pendamping

Suherwin, S.Kep, M.Kes
NIK. 2003.10.043

()

Mengetahui,
Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan
STIKES 'Aisyiyah Palembang



Ns. Neng Annis Fathia, M.Kep
NIK. 2017. 11. 070

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH PALEMBANG
PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN

Karya Tulis Ilmiah, 07 Juni 2022

Pepriyadi

Penerapan Terapi Relaksasi Benson Terhadap Nyeri Kronis Pada Asuhan Keperawatan Hipertensi Di Panti Sosial Harapan Kita Kota Palembang Provinsi Sumatera Selatan Tahun 2022

XXI + 86 Halaman + 29 Tabel + 8 Gambar + 16 Daftar Singkatan

ABSTAK

Latar Belakang: Penyakit Hipertensi merupakan Penyakit Tidak Menular (PTM). Hipertensi atau terkenal dengan *The Silent Kiler* yang banyak menyerang masyarakat sebagai penyebab kematian dan menimbulkan kesakitan tertinggi. **Tujuan:** Mengetahui bagaimana penerapan relaksasi benson terhadap nyeri kronis pada asuhan keperawatan hipertensi di Panti Sosial Harapan Kita Kota Palembang Provinsi Sumatera Selatan. **Metode:** Peneliti kualitatif menggunakan pendekatan studi kasus bersifat deskriptif, dengan metode implementasi menggunakan asuhan keperawatan. penelitian dilaksanakan pada tanggal 09 April 2022 sampai 16 April 2022, populasi subjek studi kasus berjumlah dua pasien dengan membandingkan pasien 1 dan pasien 2 dengan masalah nyeri kronis pada pasien hipertensi. **Hasil:** Hasil implementasi pada pasien 1 dan 2 adalah nyeri kronis yang berhasil diukur sesuai dengan SLKI. Dimana pada kedua pasien didapatkan bahwa terapi relaksasi benson yang dilakukan selama 3 hari di pagi dan di siang hari dengan lama penerapan 10-20 menit yang dilakukan dapat membantu menurunkan rasa nyeri yang di alami. **Saran :** Diharapkan kepada pihak panti dapat menerapkan terapi relaksasi benson sebagai salah satu acuan untuk membantu menurunkan nyeri yang dialami pasien.

Kata Kunci : *Relaksasi Benson, Nyeri Kronis, Hipertensi*

**AI SY IYAH HIGH SCHOOL OF HEALTH SCIENCES, PALEMBANG D
III NURSING STUDY PROGRAM**

Scientific Writing, 07 June 2022

Pepriyadi

**Application of Benson Relaxation Therapy to Chronic Pain in Hypertension
Nursing Care at Harapan Kita Social Homes, Palembang City, South
Sumatra Province in 2022**

XXI + 86 Pages + 29 Tables + 8 Figures + 16 List of Abbreviations

ABSTACT

Background: Hypertension is a non-communicable disease (PTM). Hypertension or known as The Silent Killer which attacks the community a lot as the cause of death and causes the highest morbidity. **Objective:** To find out how the application of Benson relaxation to chronic pain in hypertension nursing care at the Harapan Kita Social Institution, Palembang City, South Sumatra Province. **Methods:** Qualitative researchers use a descriptive case study approach, with the implementation method using nursing care. The study was conducted on April 9, 2022 to April 16, 2022, the population of the case study subjects was two patients by comparing patient 1 and patient 2 with chronic pain problems in hypertensive patients. **Results:** The results of the implementation of patients 1 and 2 with chronic pain problems were successfully measured according to SLKI. Where in both patients it was found that Benson relaxation therapy which was carried out for 3 days in the morning and in the afternoon with a duration of application of 10-20 minutes which was carried out could help reduce the pain experienced. **Suggestion:** It is hoped that the nursing home can apply Benson relaxation therapy as a reference to help reduce the pain experienced by patients.

Keywords: Benson Relaxation, Chronic Pain, Hypertension

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iv
LEMBAR PERSEMBAHAN.....	v
RIWAYAT HIDUP.....	vi
KATA PENGHANTAR.....	ix
ABSTRAK..... xi	
DAFTAR ISI.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Masalah.....	3
D. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN TEORI	
A. Konsep Dasar Hipertensi.....	6
1. Definisi Hipertensi.....	6
2. Etiologi Hipertensi.....	6
3. Tanda dan gejala.....	7
4. Klasifikasi Hipertensi.....	7
5. Patofisiologi Hipertensi.....	8
6. Komplikasi.....	10
7. Penatalaksanaan.....	11
B. Konsep Dasar Teknik Relaksasi Benson.....	12
1. Definisi Relaksasi Benson.....	12
2. Macam-macam teknik relaksasi benson.....	13
3. Manfaat relaksasi benson.....	13
4. Penerapan relaksasi benson.....	13
5. SOP.....	14
C. Asuhan Keperawatan Hipertensi.....	15
1. Pengkajian keperawatan.....	15
2. Diagnosa keperawatan.....	18
3. Intervensi keperawatan.....	19
4. Implementasi keperawatan.....	21
5. Evaluasi keperawatan.....	21
6. Penelitian terdahulu.....	22
BAB III METODE PENELITIAN	

A. Desain penelitian.....	23
B. Kerangka konsep.....	23
C. Definisi operasional.....	25
D. Subyek penelitian.....	26
E. Lokasi dan waktu studi.....	27
F. Prosedur penelitian.....	27
G. Fokus studi kasus.....	28
H. Metode pengumpulan data.....	28
I. Instrumen studi kasus.....	29
J. Sumber data.....	29
K. Keabsahan data.....	30
L. Etika studi kasus.....	30
M. Analisis data.....	31
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Gambaran umum wilayah penelitian.....	32
1. Pendahuluan.....	32
2. Dasar hukum.....	32
3. Visi misi dan motto.....	32
4. Pengertian lansia.....	33
5. Tujuan pembinaan.....	34
6. Sasaran garapan.....	34
7. Tugas pokok fungsi.....	35
8. Persyaratan dan prosedur masuk.....	35
9. Sarana dan prasarana.....	36
10. Program pelayanan panti sosial.....	38
11. Penyaluran.....	38
BAB V PEMBAHASAN	
A. Pengkajian.....	84
B. Diagnosa keperawatan.....	85
C. Hipertensi keperawatan.....	86
D. Implementasi keperawatan.....	87
E. Evaluasi keperawatan.....	88
BAB VI PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	90
B. Saran.....	91
DAFTAR PUSTAKA.....	92
LAMPIRAN	

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Pada saat pengkajian didapatkan data pasien 1 "Tn.B" pasien mengatakan nyeri ditengkuk seperti mencengkram sangat lama dan aktivitas terganggu Saat nyeri itu muncul, Sedangkan pada pasien 2 "Nn.S" pasien mengatakan nyeri di tengkuk leher dan dikepala seperti di pukul dan terus menerus dan pasien mengatakan hanya bisa berbaring diatas kasur karena kaki kiri nya yang sakit karena jatuh sudah 2 bulan yang lalu
2. Diagnosa keperawatan pada pasien 1 nyeri kronis b.d musculoskeletal kronis (D.0078), dan pada pasien 2 didapatkan juga diagnosa keperawatan nyeri kronis b.d peningkatan tekanan darah(D.0078).
3. Intervensi atau rencana keperawatan yang dilakukan pada pasien 1 dan 2 adalah terapi relaksasi benson guna membantu proses penurunan rasa nyeri yang diderita dan sesuai dengan intervensi yang telah dirumuskan sesuai dengan SIKI.
4. Implementasi keperawatan pada Tn.B dan Nn.S dengan nyeri kronis pada hipertensi dengan masalah nyeri kronis, di Panti Sosial Harapan Kita Kota Palembang diperoleh kesimpulan sebagai berikut :
 - a. Mengkaji nyeri secara komprehensif terlaksanakan
 - b. Mengajarkan terapi relaksasi benson terlaksanakan
 - c. Mengontrol lingkungan yang memperberat rasa nyeri terlaksanakan
 - d. Memfasilitasi istirahat dan tidur terlaksanakan
5. Evaluasi atau hasil implementasi pada pasien 1 dan 2 adalah nyeri kronis yang berhasil diukur sesuai dengan SLKI. Dimana pada kedua pasien didapatkan bahwa terapi relaksasi benson yang dilakukan selama 3 hari di pagi dan di siang hari dengan lama penerapan 10-20 menit yang dilakukan dapat membantu menurunkan rasa nyeri yang di alami.

B. Saran

Ada beberapa saran yang ingin penulis sampaikan, diharapkan saran ini bisa diterima dan dipertimbangkan sebaik-baiknya untuk peningkatan kualitas asuhan keperawatan selanjutnya.

1. Panti Sosial Harapan Kita Kota Palembang

Diharapkan prosedur di panti tetap dapat dilakukan dengan baik, dalam memberikan asuhan keperawatan dan tindakan keperawatan dan dapat sesuai dengan standar praktik keperawatan yang benar. Serta dapat menerapkan terapi relaksasi benson sebagai salah satu acuan untuk mengatasi nyeri kronis dan lebih meningkatkan mutu pelayanan dengan berkolaborasi dengan perawat di Panti Sosial Harapan Kita Kota Palembang.

2. Institusi STIKES ' Aisyiyah Palembang

Diharapkan jadi bahan tambahan untuk refrensi perpustakaan baik di kampus maupun akses perpustakaan online, dan untuk meningkatkan kualitas pendidikan dan wawasan bagi Mahasiswa STIKES 'Aisyiyah Palembang.

3. Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat menjadi sumber pustaka yang berguna dan dapat menambahkan edukasi atau memperluas penelitian tentang nyeri kronis pada studi kasus selanjutnya dan guna untuk mendapatkan hasil peneliti yang lebih lengkap dari sebelumnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhania, C., Wiwaha, G., & Fianza, P. (2016). Prevalensi Penyakit Tidak Menular pada Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama di Kota Bandung Tahun 2013-2015. 3(38), 204–211.
- Atmojo, J. T., Putra, M. M., Astriani, N. M. D. Y., Dewi, I. S., & Bintoro, T. (2019). Efektifitas Terapi Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan*, 53(9), 1689–1699. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Atmojo, J. T., Putra, M. M., Astriani, N. M. D. Y., Dewi, I. S., & Bintoro, T. (2019). Efektifitas Terapi Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan*, 53(9), 1689–1699. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Aspiani, R.Y. (2014). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Gerontik*, Jakarta: Trans Info Media
- Bejo. (2017). Terapi Relaksasi Autogenik Untuk Menurunkan Tekanan Darah dan Sakit Kepala pada Lansia Hipertensi di Daerah Rawan Bencana Merapi, 83– 92.
- Bandiyah Siti, (2019). *Lanjut Usia Dan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Nuha Medika
- DepKes. (20019). *Catatan Perkembangan Penyakit Hipertensi*. Jakarta : Depkes RI.
- Dewi, Ratna. (2013). *Penyakit Pemicu Stroke*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Debora, O. (2012). *Proses Keperawatan dan Pemeriksaan Fisik*. Jakarta: Selemba Medika
- Kelana, d. K. (2015). *Metodologi Penelitian Keperawatan*. Jakarta: Trans Info Media.
- Kholifah, Siti Nur. (2016). *Keperawatan Gerontik*. Jakarta Selatan: Kemenkes RI
- Kemenkes.(2016).*Catatan Perkembangan Penyakit Hipertensi Jakarta Selatan: Kemenkes RI*
- Lestari, I. G. & Isnaini, N. (2018). Pengaruh Self Management Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Yang Mengalami Hipertensi. 02(11), 7–18.