



**ANALISIS PENERAPAN RELAKSASI BENSON PADA DIAGNOSA
KEPERAWATAN NYERI KRONIS PADA TN. A PENDERITA
HIPERTENSI DI WILAYAH PUSKESMAS SOMPAK**

KARYA ILMIAH AKHIR (KIA)

**Diajukan Sebagai Persyaratan Untuk
Menyelesaikan Pendidikan Profesi Ners**

OLEH:

HERLINI

NIM. 892233013

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
YAYASAN RUMAH SAKIT ISLAM (YARSI) PONTIANAK
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
2025**

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : HERLINI

Nim : 892233013

Tanda Tangan : materai 10000

Tanggal : 4 Februari 2025


**ANALISIS PENERAPAN RELAKSASI BENSON PADA DIAGNOSA
KEPERAWATAN NYERI KRONIS PADA TN. A PENDERITA
HIPERTENSI DI WILAYAH PUSKESMAS SOMPAK**

Disusun Oleh:

**HERLINI
NIM. 892233013**

Telah dipertahankan didepan Tim Penguji
Pada Tanggal 4 Februari 2025

Penguji I


Ns. Uti Rusdian Hidayat, M.Kep
NIDN. 1123058801

Penguji II

Ns. Debby Hatmalyakin, M.Kep
NIDN. 1102039301

Penguji III

Ns. Defa Arisandi, MSN., Ph.D
NIDN. 1123078701

Mengetahui
Pontianak, Februari 2025

Ketua
STIKes YARSI Pontianak

Ketua
Program Studi Pendidikan Profesi
Ners

Ns. Uti Rusdian Hidayat, M.Kep
NIDN. 1123058801

Ns. Nurpratiwi, M.Kep
NIDN. 1110118703

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Ilmiah Akhir (KIA) ini diajukan oleh :

Nama : Herlini
NIM : 892233013
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners (Tahap Profesi) STIKes YARSI
Pontianak
Judul : Analisis Penerapan Relaksasi Benson Pada Diagnosa
Keperawatan Nyeri Kronis Pada Tn. A Penderita Hipertensi
di Wilayah Puskesmas Sompak

Untuk dipertahankan di hadapan Dewan Penguji sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners (Tahap Profesi) STIKes YARSI Pontianak

Pembimbing



Ns. Defa Arisandi, MSN., Ph.D

Diajukan di : Pontianak

Tanggal : 1 November 2024

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur saya panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir yang berjudul: “Analisis Penerapan Relaksasi Benson Pada Diagnosa Keperawatan Nyeri Kronis Pada Tn. A Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Sompak”.

Karya Tulis Ilmiah ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu persyaratan untuk menyelesaikan pendidikan Profesi Ners keperawatan di STIKes YARSI Pontianak Tahun Ajaran 2024/2025. Tidak lupa penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak-pihak yang telah memberikan dorongan baik moril maupun material kepada penulis. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Ns. Uti Rusdian Hidayat, M. Kep selaku ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) YARSI Pontianak dan penguji 1 yang telah memberikan masukan dan saran dalam KIA ini.
2. Ibu Ns. Nurpratiwi, M.Kep. selaku Ka.Prodi Pendidikan Profesi Ners
3. Bapak Ns. Defa Arisandi, MSN., Ph.D selaku Pembimbing yang banyak memberikan masukan, motivasi, ketelitian serta penuh kesabaran dalam membimbing penulis.
4. Bapak Ns. Debby Hatmalyakin, M.Kep selaku penguji 2 yang telah memberikan masukan dan saran dalam KIA ini.
5. Dosen dan Staf STIKes YARSI Pontianak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah banyak memberikan inspirasi hingga terselesaikan KIA ini.
6. Kepala Puskesmas Sompak yang telah mendukung penelitian ini.
7. Teman-teman Prodi Ners yang saya sayangi yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang telah mendukung atas selesainya KIA saya ini.
8. Kepada semua pihak yang bersangkutan dalam penyelesaian KIA ini yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu terimakasih atas dukunganya.

Penulis berharap semoga amal kebajikan yang telah diberikan oleh semua pihak di atas mendapat imbalan yang sesuai dari Tuhan Yang Maha Esa. Semoga KIA ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Pontianak, 2025

Penulis

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik STIKes YARSI Pontianak, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Herlini
NIM : 892233013
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners
Jenis Karya : Karya Tulis Akhir Ners

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada STIKes YARSI Pontianak **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul :

Analisis Penerapan Relaksasi Benson Pada Diagnosa Keperawatan Nyeri Kronis Pada Tn. A Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Sompak

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini STIKes YARSI Pontianak berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan memublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Pontianak
Pada tanggal : 1 November 2024

Yang menyatakan


Herlini

ABSTRAK

Analisis Penerapan Relaksasi Benson Pada Diagnosa Keperawatan Nyeri Kronis Pada Tn. A Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Sompak

Herlini¹, Defa Arisandi²

¹Mahasiswa STIKes YARSI Pontianak

²Dosen STIKes YARSI Pontianak

Email: riniherlini68@gmail.com

Latar Belakang : Hipertensi saat ini telah menjadi salah satu masalah kesehatan dengan jumlah penderita yang cukup besar baik di Indonesia maupun di dunia. Hipertensi menimbulkan gejala khas bagi penderitanya berupa nyeri pada bagian kepala dan terasa berat yang bisa berlangsung lama/nyeri kronis. Penanganan nyeri kronis dapat melalui non farmakologi berupa relaksasi benson.

Tujuan : Menggambarkan hasil analisis analisis penerapan relaksasi benson pada diagnosa keperawatan nyeri kronis pada penderita hipertensi di wilayah Puskesmas Sompak.

Metode : Metode yang digunakan dalam penulisan karya ilmiah akhir menggunakan metode analisis kasus dengan penerapan *evidence based nursing practice*.

Hasil : Relaksasi benson dapat menurunkan skala nyeri kronis yang dirasakan Tn. A yang menderita hipertensi

Kesimpulan : Relaksasi benson efektif menurunkan skala nyeri pada penderita hipertensi

Kata Kunci : Relaksasi Benson, Hipertensi, Nyeri Kronis

Sumber : 2015 – 2023 (53)

ABSTRACT

Analysis of the Application of Benson Relaxation on Chronic Pain Nursing Diagnoses in Mr. A Hypertension Patient in the Sompak Health Centre Area

Herlini¹, Defa Arisandi²

¹Student of STIKes YARSI Pontianak

²Lecture of STIKes YARSI Pontianak

Email: riniherlini68@gmail.com

Background: Hypertension has now become one of the health problems with a large number of sufferers both in Indonesia and in the world. Hypertension causes typical symptoms for sufferers in the form of pain in the head and feels heavy which can last a long time / chronic pain. Chronic pain management can be through non-pharmacology in the form of benson relaxation.

Objective: Describe the results of the analysis of the application of benson relaxation on chronic pain nursing diagnoses in patients with hypertension in the Sompak Health Centre area.

Methods: The method used in writing the final scientific paper uses a case analysis method with the application of evidence based nursing practice.

Results: Benson relaxation can reduce the chronic pain scale felt by Mr A who suffers from hypertension. A who suffers from hypertension

Conclusion: Benson relaxation is effective in reducing the pain scale in patients with hypertension.

Keywords: Benson Relaxation, Hypertension, Chronic Pain

Source: 2015 - 2023 (53)

DAFTAR ISI

COVER	2
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS	3
LEMBAR PERSETUJUAN	5
KATA PENGANTAR	6
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	8
ABSTRAK	9
ABSTRACT	10
DAFTAR ISI	11
BAB I PENDAHULUAN	13
A. Latar Belakang.....	13
B. Batasan Masalah	15
C. Rumusan Masalah.....	15
D. Tujuan	16
E. Manfaat	16
BAB II KERANGKA KONSEP	19
A. Konsep Hipertensi.....	19
B. Nyeri Kronis	28
C. Relaksasi Benson	30
D. Asuhan Keperawatan Teoritis.....	33
BAB III DAFTAR KASUS KELOLAAN UTAMA	43
BAB IV PEMBAHASAN	64
A. Analisis Proses Keperawatan Dengan Konsep Teori dan Kasus Terkait.....	64
B. Analisis penerapan intervensi berdasarkan Evidence Based Nursing Practice.....	69
C. Alternatif Pemecahan Masalah atau Solusi yang dapat dilakukan	71

BAB V PENUTUP	72
A. Kesimpulan	72
B. Saran	72
DAFTAR PUSTAKA.....	74
LAMPIRAN.....	78