



KARYA ILMIAH AKHIR

**CASE REPORT: TERAPI RELAKSASI BENSON DAN FOOT MASSAGE PADA
PASIEN HIPERTENSI DI INSTALASI GAWAT DARURAT RUMAH SAKIT
BETHESDA YOGYAKARTA**

OLEH:

VERONICA THRESNA MEITHA YUNI ADITYA

NIM: 2304059

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS

STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA

TAHUN 2024

CASE REPORT: TERAPI RELAKSASI BENSON DAN FOOT MASSAGE PADA
PASIEH HIPERTENSI DI INSTALASI GAWAT DARURAT RUMAH SAKIT
BETHESDA YOGYAKARTA

Karya Ilmiah Akhir

Diajukan dalam Rangka Memenuhi Persyaratan Memperoleh Gelar Ners

Oleh:

Veronica Tiresna Meitha Yuni Aditya

NIM: 2304059

PROGRAM PENDIDIKAN PROFESI NERS STIKES BETHESDA YAKKUM
YOGYAKARTA

HALAMAN PERSETUJUAN

KARYA ILMIAH AKHIR

**CASE REPORT: TERAPI RELAKSASI BENSON DAN FOOT MASSAGE PADA
PASIEN HIPERTENSI DI INSTALASI GAWAT DARURAT RUMAH SAKIT
BETHESDA YOGYAKARTA**

OLEH:


VERONICA THRESNA MEITHA YUNI ADITYA

NIM: 2304059

Karya Ilmiah Akhir ini disetujui pada

Tanggal: 13 November 2024

Pembimbing


Isnanto, S. Keperawatan, Ns., MAN., DNM

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA ILMIAH AKHIR

**CASE REPORT: TERAPI RELAKSASI BENSON DAN FOOT MASSAGE PADA
PASIEN HIPERTENSI DI INSTALASI GAWAT DARURAT
RUMAH SAKIT BETHESDA**

Oleh:

Veronica Thresna Meitha Yuni Aditya

NIM: 2304059

Karya Ilmiah Akhir ini disetujui pada tanggal:

13 November 2024

Dosen Pembimbing

Isnanto, S. Kep., Ns., MAN., DNM

NIK:060044

Mengesahkan: Ketua STIKES
Bethesda Yakkum Yogyakarta

Mengetahui: Ketua Prodi
Pendidikan Profesi Ners



Nurlia Kaningtyas, S. Kep., Ns., M.
Kep. Sp. Keper.MB., Ph. D., NS

NIK 030039

Indah Prawesti, S.Kep., Ns.,
M.Kep.

NIK 110070

CASE REPORT: TERAPI RELAKSASI BENSON DAN FOOT MASSAGE PADA PASIEN HIPERTENSI DI INSTALASI GAWAT DARURAT RUMAH SAKIT BETHESDA YOGYAKARTA

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi merupakan salah satu penyebab utama mortalitas dan morbiditas dari penyakit kardiovaskular dengan peningkatan tekanan pembuluh darah yang berada di atas 140/90 mmHg. Prevalensi hipertensi di seluruh dunia dilaporkan sekitar 31%, Indonesia 37,1% dan Daerah Istimewa Yogyakarta 11,01%. Penatalaksanaan non farmakologis untuk menurunkan tekanan darah dapat dilakukan dengan terapi relaksasi. Studi kasus dalam Karya Ilmiah Akhir ini menggunakan terapi relaksasi benson dan *foot massage* yang dapat meningkatkan relaksasi dan ketenangan sehingga dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

Tujuan: Mampu melakukan analisis kasus dan mengetahui pengaruh terapi relaksasi benson dan *foot massage* terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di IGD RS Bethesda Yogyakarta.

Hasil: Masalah yang muncul pada pasien kasus kelolaan yaitu Bp. S mengeluh jantung berdebar-debar dan badannya lemas, TD 160/96 mmHg, Nadi 121x/menit. Tindakan keperawatan pada penelitian ini adalah dilakukan tindakan relaksasi benson selama 5 menit dan *foot massage* selama 10 menit kepada pasien kasus kelolaan sesuai dengan SOP, pasien diminta untuk memejamkan mata dengan posisi yang nyaman serta rileks, mengatur pernapasan serta meyakinkan diri untuk sehat dan sembuh pada tindakan *foot massage* dilakukan 12 gerakan dengan penekanan lembut dan tegas sepanjang mata kaki hingga ke ujung jari kaki. Terjadi penurunan tekanan darah setelah dilakukan tindakan relaksasi benson didapatkan hasil TD pasien 145/87 mmHg dan setelah pemberian tindakan *foot massage* TD pasien menjadi 122/68 mmHg dengan nilai *mean* 133,5/77,5 mmHg.

Kesimpulan: Pemberian tindakan terapi relaksasi benson dan *foot massage* dapat menurunkan tekanan darah.

Kata Kunci: Hipertensi, Relaksasi Banson, *Foot massage*

CASE REPORT: BENSON RELAXATION AND FOOT MASSAGE THERAPY ON
A HYPERTENSION PATIENT AT THE EMERGENCY INSTALLATION OF
BETHESDA HOSPITAL YOGYAKARTA

ABSTRACT

Background: Hypertension is one of the main causes of mortality and morbidity from cardiovascular disease with an increase in blood vessel pressure above 140/90 mmHg. The prevalence of hypertension worldwide is reported to be around 31%, Indonesia 37.1% and Yogyakarta Special Region 11.01%. Non-pharmacological to lower blood pressure can be done with relaxation therapy. The case study in this Final Scientific Work uses benson relaxation and foot massage which increase relaxation and calm so can reduce blood pressure in hypertensive patients.

Objective: Able carry out case analysis and determine the effect Benson relaxation and foot massage on blood pressure hypertensive patients in the Bethesda Hospital Yogyakarta.

Results: The problem emerged case patient Mr. S complained of heart palpitations and weakness. Blood pressure 160/96 mmHg, pulse 121x/minute. The nursing action in benson relaxation for 5 minutes and foot massage 10 minutes patients who were managed accordance with the SOP. Patient asked to close his eyes in a comfortable and relaxed position, regulate his breathing, convince himself to be healthy and healed. Foot massage carried out in 12 movements with gentle firm pressure along ankle to the tip of the toe. There was decrease in blood pressure after the Benson relaxation carried out results showed that blood pressure patient's was 145/87 mmHg, and after giving the foot massage the patient's became blood pressure 122/68 mmHg with a mean value of 133.5/77.5 mmHg

Conclusion: Providing benson relaxation therapy and foot massage can reduce blood pressure

Keyword: Hypertension, Benson Relaxation, Foot massage

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yesus dan Bunda Maria atas segala kemurahan dan kasih, serta berkat-Nya. Karena anugerah dan penguatan yang luar biasa dalam menjalani proses pembuatan KIA (karya ilmiah akhir), sehingga nantinya KIA ini dapat terselesaikan dengan baik yang berjudul "*Case Report: Terapi Relaksasi Benson Dan Foot Massage Pada Pasien Hipertensi Di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Bethesda*". KIA ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Ners, peneliti banyak mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, untuk itu peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak dr. Edy Wibowo, Sp.M(K)., MPH selaku Direktur Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta
2. Ibu Nurlia Ikaningtyas, S. Kep., Ns., M. Kep., Sp. Kep.MB., Ph. D., NS. selaku Ketua STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta
3. Ibu dr. Yustina Christiarini selaku Kepala IGD Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta.
4. Ibu Indah Prewesti, S. Kep., Ns., M. Kep selaku Kepala Prodi Pendidikan Profesi Ners STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
5. Bapak Isnanto, S. Kep., Ns., MAN., DNM selaku Dosen Pembimbing KIA
6. Ibu Dewi Purnasiwi, S. Kep., Ns., M. Kep selaku preceptor klinik di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta
7. Keluarga saya Bapak YB. Supriadi, Ibu TH. Triwahyuni, dan saudara-saudara saya yang selalu memberikan dukungan dan doa kepada penelidalam menyelesaikan KIA ini.

8. Bapak S selaku pasien kelolaan yang telah bersedia dilakukan intervensi
9. Rekan-rekan mahasiswa prodi pendidikan profesi Ners angkatan XXI STIKES Bethesda Yogyakarta yang telah memberikan banyak masukan dan pengalaman sehingga peneliti bisa menyelesaikan tugas KIA.

Peneliti menyadari bahwa KIA ini jauh dari kesempurnaan karena keterbatasan pengetahuan dan pengalaman peneliti maka saran dan kritikan pembaca yang bersifat membangun senantiasa menjadi masukan demi perbaikan selanjutnya. Peneliti berharap kiranya KIA ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membaca.

Yogyakarta, November 2024



Veronica Thresna Meitha Yuni Aditya

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR ISI

| | |
|------------------------------|------|
| HALAMAN PERSETUJUAN | ii |
| HALAMAN PENGESAHAN..... | iii |
| ABSTRAK..... | iii |
| <i>ABSTRACT</i> | iv |
| KATA PENGANTAR..... | v |
| DAFTAR ISI | vii |
| DAFTAR TABEL..... | x |
| DAFTAR GAMBAR | xii |
| DAFTAR LAMPIRAN | xiii |
| BAB I PENDAHULUAN..... | 1 |
| A. Latar Belakang..... | 1 |
| B. Rumusan Masalah..... | 4 |
| C. Tujuan Penulisan | 4 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA..... | 5 |
| A. KONSEP MEDIS..... | 5 |
| 1. Definisi | 5 |
| 2. Anatomi Fisiologi..... | 5 |
| 3. Etiologi | 8 |
| 4. Klasifikasi | 9 |
| 5. <i>Pathway</i> | 10 |

| | |
|---|----|
| 6. Manifestasi klinis | 11 |
| 7. Pemeriksaan diagnostik | 11 |
| 8. Komplikasi..... | 11 |
| 9. Penatalaksanaan medis | 11 |
| B. Terapi Relaksasi Benson..... | 12 |
| 1. Definisi | 12 |
| 2. Manfaat Terapi Benson..... | 12 |
| 3. Prosedur Yang Perlu Diperhatikan..... | 12 |
| C. Terapi <i>Foot Massage</i> | 14 |
| 1. Definisi | 14 |
| 2. Manfaat <i>Foot Massage</i> | 14 |
| 3. Langkah-langkah <i>Foot Massage</i> | 14 |
| D. Kriteria Inklusi Dan Eksklusi | 18 |
| BAB III GAMBARAN KASUS | 19 |
| A. Informasi terkait pasien..... | 19 |
| B. Manifestasi Klinis | 20 |
| C. Perjalanan penyakit | 21 |
| D. Etiologi, faktor risiko penyakit dan patofisiologi | 21 |
| E. Pemeriksaan diagnostik..... | 22 |
| F. Intervensi terapeutik..... | 25 |
| G. Tindak lanjut atau <i>outcome</i> | 26 |

| | |
|---------------------------------------|----|
| BAB IV PEMBAHASAN | 29 |
| A. Pengkajian..... | 29 |
| B. Diagnosis Keperawatan | 37 |
| C. Rencana Tindakan Keperawatan | 38 |
| D. Implementasi Keperawatan..... | 40 |
| E. Evaluasi..... | 42 |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN..... | 45 |
| A. Kesimpulan..... | 45 |
| B. Saran..... | 46 |
| DAFTAR PUSTAKA | 48 |
| LAMPIRAN | |

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| Tabel 1. Klasifikasi Tekanan Darah | 9 |
| Tabel 2. Hasil pemeriksaan laboratorium darah lengkap | 22 |
| Tabel 3. Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Intervensi | 28 |
| Tabel 4. Data pasien hipertensi dengan intervensi relaksasi banson..... | 32 |

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR GRAFIK

| | |
|---|----|
| Grafik 1. Perubahan Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah melakukan Teknik Relaksasi Benson dan <i>Foot Massage</i> | 42 |
|---|----|

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR GAMBAR

| | |
|--------------------------------|---|
| Gambar 1 Anatomi Jantung | 5 |
|--------------------------------|---|

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Informasi Subyek

Lampiran 2. Informed Consent

Lampiran 3. Tabel sebelum dan sesudah Terapi Relaksasi Benson dan *Foot Massage*

Lampiran 4. Instrument Observasi

Lampiran 5. SOP Relaksasi Banson

Lampiran 6. SOP *Foot Massage*

Lampiran 7. Media Poster *Foot Massage*

Lampiran 8. Resume Keperawatan pada Bp. S

Lampiran 9. Hasil Turnitin

Lampiran 10. Lembar Konsultasi

STIKES BETHESDA YAKKUM