



KARYA ILMIAH AKHIR

**CASE REPORT: PENGARUH TEKNIK RELAKSASI BENSON TERHADAP
NYERI KEPALA DAN NILAI *MEAN ARTERIAL PRESSURE* (MAP)
PADA PASIEN HIPERTENSI DI RUANG DAHLIA
RUMAH SAKIT KRISTEN NGESTI WALUYO
PARAKAN 2025**

OLEH:

ELISA RISKI PUTRI

NIM: 2404011

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS

STIKES BETHESDA YAKKUM

YOGYAKARTA

2025

*CASE REPORT: PENGARUH TEKNIK RELAKSASI BENSON TERHADAP
NYERI KEPALA DAN NILAI MEAN ARTERIAL PRESSURE (MAP)
PADA PASIEN HIPERTENSI DI RUANG DAHLIA
RUMAH SAKIT KRISTEN NGESTI WALUYO
PARAKAN 2025*

Karya Ilmiah Akhir

Diajukan dalam Rangka Memenuhi Persyaratan Memperoleh

Gelar Ners

Oleh:

Elisa Riski Putri

NIM: 2404011

PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS STIKES BETHESDA
YAKKUM YOGYAKARTA
2025

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA ILMIAH AKHIR

CASE REPORT: PENGARUH TEKNIK RELAKSASI BENSON TERHADAP
NYERI KEPALA DAN NILAI MEAN ARTERIAL PRESSURE (MAP)
PADA PASIEN HIPERTENSI DI RUANG DAHLIA
RUMAH SAKIT KRISTEN NGESTI WALUYO

PARAKAN 2025

OLEH:

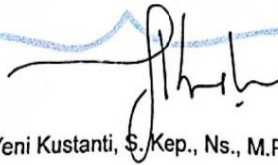
ELISA RISKI PUTRI

NIM: 2404011

Karya Ilmiah Akhir ini disetujui pada

Tanggal 21 Mei 2025

Pembimbing



Christina Yeni Kustanti, S. Kep., Ns., M.Pall.C., Ph.D.

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA ILMIAH AKHIR

CASE REPORT: PENGARUH TEKNIK RELAKSASI BENSON TERHADAP

NYERI KEPALA DAN NILAI MEAN ARTERIAL PRESSURE (MAP)

PADA PASIEN HIPERTENSI DI RUANG DAHLIA

RUMAH SAKIT KRISTEN NGESTI WALUYO

PARAKAN 2025

OLEH:

ELISA RISKI PUTRI

NIM: 2404011

Karya Ilmiah Akhir ini disetujui pada

Tanggal 21 Mei 2025

Pembimbing

Christina Yeni Kustanti, S.Kep., Ns., M.Pall.C., Ph.D.

Mengesahkan: Ketua STIKES Bethesda
Yakkum Yogyakarta

Mengetahui: Ketua Prodi
Pendidikan Profesi Ners



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

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

**CASE REPORT: PENGARUH TEKNIK RELAKSASI BENSON TERHADAP
NYERI KEPALA DAN NILAI *MEAN ARTERIAL PRESSURE* (MAP)
PADA PASIEN HIPERTENSI DI RUANG DAHLIA
RUMAH SAKIT KRISTEN NGESTI WALUYO
PARAKAN 2025**

ABSTRAK

ELISA RISKI PUTRI: *Case Report:* Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Nyeri Kepala dan Nilai *Mean Arterial Pessure* (MAP) Pada Pasien Hipertensi Di Ruang Dahlia Rumah Sakit Kristen Ngesti Waluyo Parakan 2025

Latar Belakang: Hipertensi adalah penyakit kronis yang ditandai dengan adanya peningkatan tekanan pembuluh darah arteri yang berada di atas 140/90 mmHg. Prevalensi hipertensi di seluruh dunia dilaporkan sekitar 31%, Indonesia 29,9% dan Provinsi Jawa Tengah 32,3%. Penatalaksanaan nonfarmakologis untuk menurunkan nyeri dilakukan dengan terapi relaksasi. Studi kasus ini menggunakan terapi relaksasi benson.

Metode: Studi kasus (*case report*) dilakukan pada tanggal 30 April -1 Mei 2025. Sampel dalam *case report* ini adalah 1 pasien hipertensi. Instrument yang digunakan untuk mengukur skala nyeri adalah *Numerik Rating Scale (NRS)*.

Gejala Utama: Ny. S usia 56 tahun, mengeluh kepala terasa nyeri kepala belakang bertambah apabila melakukan aktivitas, tengkuk terasa berat, skala 4, TD 172/101 mmHg, MAP 124,6 mmHg. Penulis memberikan intervensi keperawatan dengan tehnik relaksasi benson untuk menurunkan nyeri dan nilai MAP, intervensi dilakukan pada tanggal 30 April- 1 Mei 2025 sesuai SOP selama 15 menit dengan outcome yang didapatkan sebelum dilakukan terapi relaksasi benson skala nyeri 4 dengan nilai MAP 124,6 mmHg dan setelah dilakukan tindakan menjadi skala 2 (nyeri ringan), dengan nilai MAP 111 mmHg.

Kesimpulan: Terapi relaksasi benson dapat menurunkan skala nyeri dan nilai MAP pada pasien hipertensi.

Kata Kunci: Relaksasi Benson – Nyeri – MAP-Hipertensi

xv + 51 hal + 4 tabel + 11 lampiran

kepuustakaan: 57, 2019-2024

CASE REPORT: The Effect of Benson Relaxation Technique on Headaches and Mean Arterial Pressure (MAP) Values in Hypertension Patients in the Dahlia Room, Ngesti Waluyo Christian Hospital, Parakan 2025

ABSTRACT

ELISA RISKI PUTRI: Case Report: The Effect of Benson Relaxation Technique on Headaches and Mean Arterial Pressure (MAP) Values in Hypertension Patients in the Dahlia Room, Ngesti Waluyo Christian Hospital, Parakan 2025

Background: Hypertension is a chronic disease with increased arterial blood pressure above 140/90 mmHg. The prevalence of hypertension worldwide is reported to be around 31%, Indonesia 29.9% and Central Java Province 32.3%. Nonpharmacological management to reduce pain is done with relaxation therapy. This case study uses benson relaxation therapy.

Methods: Case study (case report) was conducted on 30th April – 1st Mei 2025. The sample in this case report is 1 hypertensive patient. The instrument in this Final Scientific Work is the Numeric Rating Scale (NRS).

Main Symptoms: Mrs S, 56 years old, complains of head pain (increases when doing activity, scale 4, neck stiff, BP 172/101 mmHg. Researchers provide nursing interventions with benson relaxation techniques, interventions carried out on 30th April – 1st Mei 2025 according to SOP for 15 minutes with the outcome obtained before benson relaxation pain scale 4 with MAP 124,6 mmHg and after intervension becomes scale 2 (mild pain) with MAP 111 mmHg.

Conclusion: Benson relaxation therapy can reduce the pain scale in hypertensive and MAP value of patients

Keywords: Benson's Relaxation- Pain-MAP - Hypertension

xv + 51 p + 4 tables + 11 appendices

Literature: 57, 2019-2024

PRAKATA

Puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus atas segala kasih dan berkat-Nya, yang telah memberikan berkat, anugerah dan penguatan yang luar biasa selama menjalani proses pembuatan Karya Ilmiah Akhir (KIA) ini, sehingga peneliti dapat menyelesaikan KIA dengan judul “*Case Report: Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Nyeri Kepala dan Nilai Mean Arterial Pressure (MAP) Pada Pasien Hipertensi Di Ruang Dahlia Rumah Sakit Kristen Ngesti Waluyo Parakan 2025*”. Selama proses penyusunan KIA ini, peneliti banyak mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak dr. Mintono, Sp. B selaku direktur Rumah Sakit Kristen Ngesti Waluyo Parakan
2. Ibu Nurlia Ikaningtyas, S. Kep., Ns., M. Kep., Sp. Kep.MB., Ph.D., Ns selaku Ketua STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta
3. Ibu Ethic Palupi, S. Kep., Ns., MNS selaku Wakil I Bidang Akademik STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
4. Ibu Indah Prawesti, S. Kep., Ns., M. Kep selaku Ketua Program Pendidikan Profesi Ners STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
5. Ibu Christina Yeni Kustanti, S. Kep., Ns., M. Pall. C., Ph. D. selaku dosen pembimbing pembuatan KIA.
6. Bapak Waluyo, S.Kep., Ns selaku preceptor klinik Rumah Sakit Kristen Ngesti Waluyo Parakan.

7. Rekan- rekan mahasiswa prodi Pendidikan Profesi Ners angkatan XXIV STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta yang telah memberikan banyak masukan dan pengalaman sehingga peneliti bisa menyelesaikan KIA ini.

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 bermanfaat bagi semua pihak yang membaca.

Parakan, 21 Mei 2025

Penulis



Elisa Riski Putri

DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	ii
Halaman Pengesahan	iii
Abstrak	v
<i>Abstrack</i>	vi
Prakata	vii
Daftar Isi	ix
Daftar Tabel	xi
Daftar Grafik	xii
Daftar Skema.....	xiii
Daftar Gambar	xiv
Daftar Lampiran	xv
BAB I	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II	8
A. Hipertensi.....	9
B. Konsep Asuhan Keperawatan	20
C. Nyeri Akut.....	23
BAB III	32
A. Informasi Terkait Pasien	32
B. Manifestasi Klinis	34
C. Perjalanan Penyakit	35
D. Etiologi.....	36
E. Pemeriksaan Diagnostik.....	37
F. Intervensi Terapeutik	41
G. Tindak lanjut/ <i>outcome</i>	43
BAB IV	45
A. Pembahasan.....	45
B. Prespektif Pasien	50

C. Keterbatasan Penelitian	50
BAB V	51
A. Kesimpulan	51
B. Saran	52

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR TABEL

Table 1 Intervensi Keperawatan Nyeri Akut.....	29
Table 2 Klasifikasi Nilai MAP	42
Table 3 Analisis obat	45
Table 4 Evaluasi skala nyeri dan nilai MAP sebelum dan sesudah intervensi teknik relaksasi benson di Rumah Sakit Kristen Ngesti Waluyo Parakan	50

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR GRAFIK

Grafik 1 Skala nyeri dan nilai MAP sebelum dan sesudah intervensi teknik relaksasi benson pada pasien hipertensi di Rumah Sakit Kristen Ngesti Wluyo Parakan 2025	51
---	----

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Anatomi Fisiologi Sistem Kardiovaskuler	14
Gambar 2. Skala Nyeri NRS	23
Gambar 3 Skala Nyeri VAS	24
Gambar 4 Skala nyeri wong-baker FACES pain rating scale	24

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Lembar Informasi Subyek
- Lampiran 2. Lembar *Informed Consent*
- Lampiran 3. Standar Operasional Prosedur (SOP) Teknik Relaksasi Benson
- Lampiran 4. Satuan Acara Penyuluhan (SAP)
- Lampiran 5. *Leaflet*
- Lampiran 6. *Numerik Rating Scale (NRS)*
- Lampiran 7. Lembar Observasi Tingkat Nyeri Pasien Hipertensi
- Lampiran 8. Jurnal Terkait
- Lampiran 9. Asuhan Keperawatan pada Ny. S
- Lampiran 10. Bukti Lolos Uji Similaritas
- Lampiran 11. Lembar Konsultasi