



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN NYERI AKUT
DENGAN HIPERTENSI DI RS PKU MUHAMMADIYAH GOMBONG**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ners

Disusun Oleh:

BERLIANTO WISNU ARIFAN ALYUSUF, S.Kep

202403159

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG**

2026



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN NYERI AKUT
DENGAN HIPERTENSI DI RS PKU MUHAMMADIYAH GOMBONG**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ners

Disusun Oleh:

BERLIANTO WISNU ARIFAN ALYUSUF, S.Kep

202403159

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG**

2026

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Ilmiah Akhir Adalah hasil saya sendiri dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan benar

Nama : Berlianto Wisnu Arifan Alyusuf

NIM : 202403159

Tanda Tangan :




Tanggal



HALAMAN PERSETUJUAN

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN NYERI AKUT DENGAN HIPERTENSI DI RS PKU MUHAMMADIYAH GOMBONG

Telah disetujui dan dinyatakan telah memenuhi syarat
Untuk diujikan Pada Tanggal



Pembimbing

(Ns. Endah Setianingsih, M. Kep)

Mengetahui,
Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi



(Wuri Utami, M. Kep)

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir Ners ini diajukan oleh :

Nama : BERLIANTO WISNU ARIFAN ALYUSUF, S.Kep

NIM : 202403159

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners

Judul KIA-N : **ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN
NYERI AKUT DENGAN HIPERTENSI DI RS PKU
MUHAMMADIYAH GOMBONG**

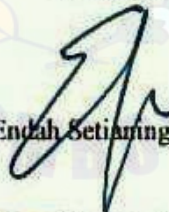
Telah berhasil dipertahankan dihadapan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Gombong.

Penguji



(Ns. Kasmiatun, M. Kep)

Pembimbing



(Ns. Endah Setianingsih, M. Kep)

Mengetahui

Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi



(Ns. Wuri Utami, M.Kep)

Ditetapkan di :

Tanggal :

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Muhammadiyah Gombong, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Berlisnto Wisnu Arifan Alyusuf, S.Kep

NIM : 202403159

Program studi : Pendidikan Profesi Ners

Jenis karya : Karya Ilmiah Akhir Ners

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

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN NYERI AKUT DENGAN HIPERTENSI DI RS PKU MUHAMMADIYAH GOMBONG

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Muhammadiyah Gombong berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data, merawat dan mempublikasikan 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: Gombong, Kebumen

Pada tanggal :

Yang Menyatakan

(Berlisnto Wisnu Arifan Alyusuf, S.Kep)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyusun skripsi dan selesai sebagaimana yang diharapkan. Sholawat serta salam semoga selalu tercurah limpahkan kepada junjungan Nabi Muhammad Salallahu alaihi Wassalam yang telah menjadi suri teladan dan khalifah terbaik.

Karya Ilmiah Akhir Ners ini berjudul : “Analisis Asuhan Keperawatan Pada Pasien Nyeri Akut Dengan Hipertensi Di RS PKU Muhammadiyah Gombong” disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ners Universitas Muhammadiyah Gombong.

Karya Ilmiah Akhir Ners ini tidak berarti apapun tanpa bantuan semua pihak yang berada di sekitar penulis. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Allah SWT yang telah memberikan kemudahan dan kelancaran dalam proses perkuliahan sampai dengan penyusunan skripsi ini.
2. Orang tua dan keluarga yang selalu mendoakan dan mensupport baik moril maupun material.
3. Bapak Prof. Dr. Sofyan Anif, M.Si., selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Gombong.
4. Ibu Wuri Utami, M. Kep, selaku selaku Ketua Program Studi keperawatan Pendidikan Ners Universitas Muhammadiyah Gombong.
5. Ibu Endah Setianingsih, M. Kep, selaku pembimbing sekaligus penguji 2 yang telah berkenan memberikan bimbingan dan arahan.
6. Ibu Kasmiatun, M. Kep. Ns selaku penguji 1 yang telah berkenan memberikan bimbingan dan arahan.
7. Semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu, penulis ucapkan terima kasih atas bantuan dan dukungannya.

Semoga bimbingan, bantuan, dan dorongan yang telah diberikan mendapat balasan dari Allah SWT. Sekian terima kasih, semoga Karya Ilmiah Akhir Ner ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Aamiin

Gombong, 28 Februari 2026

Penulis



Program Studi Profesi Ners Program Profesi
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Gombong
Karya Ilmiah Akhir Ners, Februari 2026
Berlianto Wisnu Arifan Alyusuf 1), Endah Setianingsih 2)
wisnuberlianto@gmail.com

ABSTRAK

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN NYERI AKUT DENGAN HIPERTENSI DI RS PKU MUHAMMADIYAH GOMBONG

Latar Belakang: Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang sering menimbulkan keluhan nyeri kepala akibat peningkatan tekanan darah. Penanganan nyeri tidak hanya menggunakan terapi farmakologis, tetapi juga dapat dilakukan dengan terapi nonfarmakologis seperti relaksasi Benson. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran asuhan keperawatan dengan penerapan teknik relaksasi Benson dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien hipertensi di IGD RS PKU Muhammadiyah Gombong.

Tujuan: Menganalisis asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah nyeri akut di RS PKU Muhammadiyah Gombong.

Metode: Studi deskriptif dengan pendekatan studi kasus pada lima pasien hipertensi dengan nyeri akut di IGD RS PKU Muhammadiyah Gombong (Februari 2026). Intervensi berupa relaksasi benson selama 1×6 jam. Intensitas nyeri diukur menggunakan Numerical Rating Scale (NRS) sebelum dan sesudah intervensi. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi, kemudian dianalisis secara deskriptif.

Hasil: Hasil studi kasus pada lima pasien hipertensi dengan nyeri akut menunjukkan bahwa seluruh responden mengalami penurunan intensitas nyeri setelah diberikan intervensi relaksasi benson selama 1×6 jam. Skala nyeri awal berada pada rentang 6–7 (nyeri sedang) dan setelah intervensi menurun menjadi 3–4 (nyeri ringan). Selain penurunan skala nyeri secara kuantitatif, pasien secara subjektif melaporkan berkurangnya nyeri kepala. Secara objektif, pasien tampak lebih rileks, ekspresi wajah lebih tenang, dan tekanan darah menunjukkan kecenderungan membaik. Meskipun seluruh pasien mengalami penurunan nyeri, besarnya penurunan bervariasi pada masing-masing responden.

Rekomendasi: Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain yang lebih kuat dengan sampel lebih besar serta durasi intervensi lebih panjang agar hasil lebih optimal dan dapat digeneralisasi.

Kata Kunci: *Asuhan Keperawatan, Nyeri Akut, Relaksasi Benson*

¹⁾Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gombong

²⁾Dosen Universitas Muhammadiyah Gombong

Nursing Professional Education Study Program Professional Program
Faculty of Health Sciences
Universitas Muhammadiyah Gombong
Case Report, February 2026
Berlianto Wisnu Arifan Alyusuf ¹⁾, Endah Setianingsih ²⁾
wisnuberlianto@gmail.com

ABSTRACT

ANALYSIS OF NURSING CARE IN PATIENTS WITH ACUTE PAIN AND HYPERTENSION AT PKU MUHAMMADIYAH GOMBONG HOSPITAL

Background : Hypertension is a non-communicable disease that often causes complaints of headaches due to increased blood pressure. Pain management is not only carried out through pharmacological therapy but can also be supported by non-pharmacological therapies such as Benson relaxation. This study aimed to describe nursing care with the application of the Benson relaxation technique to reduce pain levels in hypertensive patients in the Emergency Department of PKU Muhammadiyah Gombong Hospital.

Objective : To analyze nursing care for hypertensive patients with acute pain problems at PKU Muhammadiyah Gombong Hospital.

Methods : This study used a descriptive design with a case study approach involving five hypertensive patients with acute pain in the Emergency Department of PKU Muhammadiyah Gombong Hospital in February 2026. The intervention consisted of Benson relaxation therapy administered for 1×6 hours. Pain intensity was measured using the Numerical Rating Scale (NRS) before and after the intervention. Data were collected through interviews, observations, and documentation, and then analyzed descriptively.

Results : The results of the case study involving five hypertensive patients with acute pain showed that all respondents experienced a decrease in pain intensity after receiving the Benson relaxation intervention for 1×6 hours. The initial pain scale ranged from 6–7 (moderate pain) and decreased to 3–4 (mild pain) after the intervention. In addition to the quantitative decrease in pain scale, patients subjectively reported reduced headaches. Objectively, patients appeared more relaxed, facial expressions were calmer, and blood pressure showed a tendency to improve. Although all patients experienced a reduction in pain, the degree of pain reduction varied among respondents.

Recommendation : Future research is recommended to use a stronger research design with a larger sample size and longer intervention duration to obtain more optimal results and allow broader generalization.

Keywords : *Nursing Care, Acute Pain, Benson Relaxation*

¹⁾ *Student of Universitas Muhammadiyah Gombong*

²⁾ *Lecturer of Universitas Muhammadiyah Gombong*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR BAGAN	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penulisan.....	4
D. Manfaat Penulisan.....	4
BAB II TINJAUAN LITERATURE	5
A. Tinjauan Pustaka.....	5
B. Konsep Dasar Keperawatan	14
C. Konsep Relakasasi Benson	21
D. Peta Konsep.....	25
BAB III METODOLOGI.....	26
A. Desain Studi Kasus	26
B. Subjek Studi Kasus	26

C. Lokasi dan waktu studi kasus.....	27
D. Fokus Studi Kasus.....	27
E. Definisi Operasional.....	28
F. Instrumen Studi Kasus	29
G. Metode Pengumpulan Data.....	30
H. Analisis Data dan Penyajian Data.....	30
I. Etika Studi Kasus	31
BAB IV PEMBAHASAN.....	33
A. Ringkasan Asuhan Keperawatan.....	33
B. Pembahasan.....	46
C. Keterbatasan Penelitian.....	53
BAB V KESIMPULAN.....	54
A. Kesimpulan	54
B. Saran.....	55
DAFTAR PUSTAKA	56
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Tekanan Darah Untuk Dewasa Menurut JNC-7	6
Tabel 2.2 Penggunaan Dosis Obat Antihipertensi Parenteral	11
Tabel 2.3 Gejala dan Tanda Mayor	15
Tabel 2.4 Gejala dan Tanda Minor	15
Tabel 2.5 Intervensi Keperawatan.....	20



DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Pathway Hipertensi	10
------------------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Kegiatan

Lampiran 2. Lembar Penjelasan Responden

Lampiran 3. Lembar Persetujuan Responden

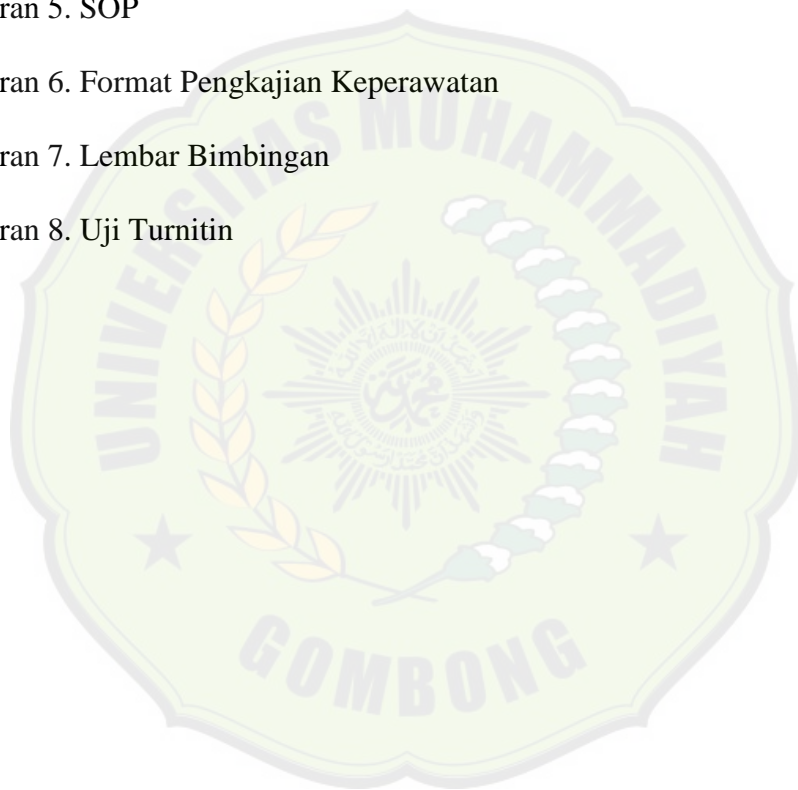
Lampiran 4. Lembar Observasi Pre dan Post Dilakukan

Lampiran 5. SOP

Lampiran 6. Format Pengkajian Keperawatan

Lampiran 7. Lembar Bimbingan

Lampiran 8. Uji Turnitin



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang prevalensinya terus meningkat secara global dan nasional. Menurut Konsensus Nasional Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia (PERHI, 2021), hipertensi adalah kondisi kronis yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg yang terjadi secara menetap berdasarkan pengukuran berulang. World Health Organization (WHO, 2021) juga mendefinisikan hipertensi dengan ambang batas yang sama. Kondisi ini dikenal sebagai “*silent killer*” karena sering kali tidak menunjukkan gejala yang jelas, tetapi dapat menyebabkan berbagai komplikasi serius seperti stroke, gagal jantung, gangguan ginjal, dan kerusakan pada organ-organ penting lainnya. Hipertensi yang tidak tertangani secara optimal dapat menyebabkan kondisi darurat yang memerlukan penanganan segera, salah satunya ketika pasien datang ke Instalasi Gawat Darurat (IGD) dengan keluhan nyeri akut seperti nyeri kepala hebat, nyeri dada, maupun nyeri punggung.

Nyeri pada pasien hipertensi dapat memperburuk kondisi tekanan darah karena memicu aktivasi sistem saraf simpatis yang menyebabkan peningkatan denyut jantung dan konstiksi pembuluh darah. Oleh sebab itu, pengelolaan nyeri pada pasien hipertensi, khususnya yang datang ke IGD, harus menjadi perhatian utama dalam praktik keperawatan. Salah satu bentuk intervensi nonfarmakologis yang dapat diberikan adalah terapi relaksasi Benson. Relaksasi Benson merupakan teknik relaksasi yang menggabungkan latihan pernapasan dalam, pengulangan kata atau frasa yang menenangkan, serta pelepasan pikiran dari distraksi untuk menurunkan aktivitas saraf simpatis dan meningkatkan aktivitas parasimpatis. Teknik ini dapat membantu menurunkan tekanan darah, memperbaiki respons fisiologis tubuh, serta menurunkan tingkat nyeri yang dirasakan oleh pasien. (Wulandari *et al.*, 2023)

Berbagai penelitian menunjukkan efektivitas relaksasi Benson dalam menurunkan tekanan darah dan mengurangi nyeri pada pasien hipertensi.

Penelitian oleh Yulendasari dan Djamaludin (2021) menyimpulkan bahwa relaksasi Benson dapat menurunkan tekanan darah sistolik rata-rata sebesar 8 mmHg dan diastolik sebesar 4 mmHg. Demikian pula, penelitian oleh Hasliani (2025) dan Rosa dkk. (2020) menunjukkan hasil yang konsisten bahwa terapi relaksasi ini efektif dalam menurunkan tekanan darah dan keluhan nyeri pada pasien dengan hipertensi, baik pada usia produktif maupun lansia. Hal ini menunjukkan bahwa teknik relaksasi Benson memiliki potensi besar sebagai bagian dari intervensi keperawatan dalam pengelolaan nyeri dan tekanan darah. (Rosa *et al.*, 2020) (Hasliani, 2025) (Yulendasari & Djamaludin, 2021).

Salah satu penyakit yang paling umum di Kebumen sendiri adalah hipertensi. Satu Data Kabupaten Kebumen (2023) mencatat 91.684 kasus hipertensi di fasilitas kesehatan. Angka ini lebih tinggi dibandingkan tahun-tahun sebelumnya. Secara bersamaan, persentase pasien hipertensi yang menerima perawatan medis sesuai standar meningkat dari 70,12% pada tahun 2020 menjadi 84% pada tahun 2021. Data ini menunjukkan bahwa beban hipertensi di Kabupaten Kebumen sangat tinggi dan memerlukan penanganan terintegrasi dan komprehensif, termasuk terapi non-farmakologis yang efektif dan mudah digunakan.

RS PKU Muhammadiyah Gombong merupakan salah satu rumah sakit rujukan terpenting di Kabupaten Kebumen. Rumah sakit ini sering melayani pasien dengan nyeri parah dan tekanan darah tinggi. Namun, terapi non-farmakologis seperti metode relaksasi Benson belum diterapkan sebagai praktik standar dalam perawatan ruang gawat darurat. Namun, relaksasi Benson dapat menjadi cara yang berguna untuk mengurangi ketidaknyamanan dan tekanan darah pasien secara komprehensif jika digunakan dengan tepat dan sistematis. Teknik relaksasi Benson seharusnya digunakan dan dievaluasi untuk pengobatan pasien hipertensi di ruang gawat darurat RS PKU Muhammadiyah Gombong.

Sebelum dilakukan intervensi keperawatan, pengkajian awal secara komprehensif perlu dilakukan dengan menggunakan pendekatan *Primary Survey (ABCD)*. Pada aspek A (Airway), perawat memastikan jalan napas pasien dalam kondisi paten dan tidak ada sumbatan. Pada aspek B (Breathing),

dilakukan penilaian terhadap pola napas, frekuensi pernapasan, dan kedalaman napas pasien. Selanjutnya aspek C (Circulation) meliputi pemeriksaan tekanan darah, nadi, dan tanda-tanda perfusi perifer seperti warna kulit dan pengisian kapiler, yang umumnya meningkat pada pasien hipertensi. Pada aspek D (Disability), dilakukan penilaian tingkat kesadaran pasien menggunakan *Glasgow Coma Scale (GCS)*, kemampuan respon verbal, serta observasi terhadap keluhan nyeri kepala hebat atau gangguan neurologis akibat tekanan darah tinggi.

Hasil dari pengkajian *Primary Survey (ABCD)* menjadi dasar dalam menentukan diagnosis keperawatan dan perencanaan intervensi yang tepat. Dengan dilaksanakannya pengkajian yang komprehensif dan penerapan terapi relaksasi Benson, diharapkan pasien hipertensi dapat mengalami penurunan tekanan darah, penurunan tingkat nyeri, serta peningkatan kenyamanan dan kualitas hidup.

Oleh karena itu, penting dilakukan penerapan dan pengkajian asuhan keperawatan dengan pendekatan relaksasi Benson dalam penanganan pasien hipertensi di RS PKU Muhammadiyah Gombong. Langkah ini diharapkan dapat menjadi bagian dari inovasi pelayanan keperawatan yang berorientasi pada kenyamanan dan keselamatan pasien, serta sebagai upaya pencegahan terhadap komplikasi yang lebih berat akibat hipertensi.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan intervensi relaksasi Benson sebagai upaya penurunan tingkat nyeri di IGD RS PKU Muhammadiyah Gombong?

C. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan penerapan intervensi relaksasi Benson sebagai upaya menurunkan tingkat nyeri di RS PKU Muhammadiyah Gombong.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi pengkajian keperawatan pada pasien hipertensi yang mengalami nyeri.
- b. Merumuskan diagnosa keperawatan yang tepat pada pasien hipertensi dengan nyeri.
- c. Menyusun rencana keperawatan dengan intervensi relaksasi Benson.
- d. Melaksanakan implementasi keperawatan dengan teknik relaksasi Benson.
- e. Mengevaluasi respon pasien terhadap penerapan relaksasi Benson dalam menurunkan nyeri.

D. Manfaat Penulisan

1. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai bahan referensi dalam pengembangan ilmu keperawatan khususnya dalam penerapan intervensi nonfarmakologis pada pasien hipertensi.

2. Bagi Praktik Keperawatan

Memberikan alternatif intervensi efektif dan sederhana dalam pengelolaan nyeri pasien hipertensi di ruang IGD.

3. Bagi Penulis

Menambah wawasan dan pengalaman dalam memberikan asuhan keperawatan secara holistik dengan pendekatan nonfarmakologis.

4. Bagi Pasien dan Keluarga

Sebagai edukasi mengenai pentingnya pengelolaan nyeri dengan teknik relaksasi untuk menunjang pengendalian hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Herman Syah Thalib, & Iin Salsabila. (2025). Implementasi Terapi Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Dengan Hipertensi. *Jurnal Mitrsehat*, 15(1), 853–858. <https://doi.org/10.51171/jms.v15i1.512>
- Ardianingsih, F. (2018). *Konsep dan penatalaksanaan hipertensi*. Yogyakarta: Media Medika.
- Arifin, Z., & Mulyani, S. (2021). Manajemen nyeri pada pasien hipertensi di ruang gawat darurat. *Jurnal Keperawatan Klinis*, 9(2), 120–127.
- Aulia, D., Syahrul, S., & Andi, F. (2018). Manifestasi klinis hipertensi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(1), 56–61.
- Bell, K., Twigg, J., & King, A. (n.d.). *Understanding primary hypertension*. New York: Springer.
- Handayani, S. (2020). Manajemen nyeri akut dalam keperawatan. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 5(2), 113–120.
- Hasliani. (2025). Penerapan Teknik Relaksasi Benson terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi di RSUD Labuang Baji Tahun 2024. *Journal of Social Science Reseach*, 5, 1220–1229.
- Herman, A. H. S., Salsabila, I., & Nurhalimah, T. (2019). Langkah relaksasi Benson dalam keperawatan. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia*, 7(1), 77–85.
- Indriyani, E. (2016). Penggunaan Numeric Rating Scale (NRS) untuk menilai nyeri akut pada pasien dewasa. *Jurnal Keperawatan Medikal Bedah*, 4(2), 65–72.
- Kozier, B., Erb, G., Berman, A., Snyder, S. J., & Audrey, B. (2020). *Fundamentals of nursing: Concepts, process, and practice* (10th ed.). Pearson.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Pedoman pengendalian hipertensi di fasilitas pelayanan kesehatan. Jakarta: Kemenkes RI.
- Lenaini, R. A. (2021). Teknik purposive sampling dalam penelitian keperawatan. *Jurnal Penelitian Keperawatan Indonesia*, 3(1), 45–52.
- Manurung, D. (2019). Teknik relaksasi Benson untuk mengurangi nyeri. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 7(2), 99–107.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Ilmu perilaku kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nugroho, W., & Wahyuni, S. (2022). Penatalaksanaan nyeri dalam keperawatan. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 8(2), 123–132.
- Nurarif, A., & Kusuma, I. (2015). *Asuhan keperawatan pada pasien hipertensi*. Yogyakarta: Media Nusa Creative.
- Nursalam. (2008). *Konsep dan penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam. (2013). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan: Pendekatan praktis*. Jakarta: Salemba Medika.
- Potter, P. A., Perry, A. G., Stockert, P., & Hall, A. (2021). *Fundamentals of Nursing* (10th ed.). St. Louis: Elsevier.
- PPNI. (2017). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik, Edisi 1 Cetakan III (Revisi). Jakarta: PPNI.
- PPNI. (2019). Standar Luaran Keperawatan Indonesia: Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatan, Edisi 1 Cetakan II. Jakarta: PPNI.

- PPNI. (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia: Definisi dan Tindakan Keperawatan, Edisi 1 Cetakan II. Jakarta: PPNI.
- Rahmawati, D., & Pratama, R. (2021). Hubungan hipertensi dengan kejadian nyeri kepala pada pasien dewasa. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 24(1), 45–52.
- Rasubala, L., Kumaat, K., & Mulyadi, M. (2017). Efektivitas relaksasi Benson terhadap nyeri dan kecemasan. *Jurnal Keperawatan*, 5(3), 211–218.
- Rosa, H., Retnaningtyas, E., & Hamarno, R. (2020). Pengaruh Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi Usia Produktif Di Wilayah Kerja Puskesmas Pandanwangi Kota Malang. *Jurnal Keperawatan Terapan (e-Journal)*, 6(2), 128–139.
- Sabrina, Nadya (2024) ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI GENGGMAM JARI DAN NAFAS DALAM TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH DI IGD RSUD dr. ABDOER RAHEM SITUBONDO. Technical Report. Universitas dr. SOEBANDI, Jember.
- Sahar, J., Rachmawati, I. N., & Tosepu, R. (2018). Relaksasi spiritual sebagai intervensi nyeri. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 6(2), 90–98.
- Sari, N., & Lestari, A. (2023). Faktor yang mempengaruhi persepsi nyeri pada pasien. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia*, 9(1), 45–54.
- Sari, N., & Lestrai, D. (2023). Manajemen nonfarmakologis untuk nyeri. *Jurnal Keperawatan Terapan*, 7(1), 67–74.
- Simahati, A. U., Iskandar, & Nursaadah. (2025). Pengaruh teknik relaksasi Benson terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Krueng Barona Jaya Aceh Besar. *Jurnal Keperawatan*, 2025, hlm. 4191–4200.
- Solehati, T., & Kosasih, C. E. (2018). Efektivitas teknik relaksasi Benson terhadap tekanan darah. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia*, 6(2), 101–109.
- Suryani, N., Wulandari, T., & Nugroho, W. (2017). Konsep dasar hipertensi dan komplikasinya. *Jurnal Keperawatan Medikal*, 4(1), 33–40.
- Wirakhmi, R., & Novitasari, R. (2021). Hipertensi: Definisi dan klasifikasi. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 10(2), 55–62.
- Wulandari, A., Sari, S. A., & Ludiana. (2023). Penerapan Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Rsd Jendral Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2022. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(2), 163–171.
- Yulianti, R. (2021). Pengaruh relaksasi terhadap nyeri akut. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 6(1), 57–64.
- Yulendasari, R., & Djamaludin, D. (2021). Pengaruh pemberian teknik relaksasi Benson terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 15(2), 187–196. <https://doi.org/10.33024/hjk.v15i2.4393>
- Yulianto, E., & Alhamdi, Y. (2022). Kriteria inklusi dan eksklusi dalam penelitian keperawatan. *Jurnal Penelitian Kesehatan Indonesia*, 7(2), 84–92.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Kegiatan

JADWAL KEGIATAN

No.	Kegiatan	April	Mei	Juni	Juli	Ags	Sep	Okt	Nov	Des	Jan	Feb	Mar
1.	Penentuan tema	■	■	■	■	■	■						
2.	Penyusunan proposal		■	■	■	■	■						
3.	Ujian proposal							■					
4.	Pengambilan data dan hasil penelitian								■	■			
5.	Penyusunan hasil penelitian										■	■	■
6.	Ujian hasil penelitian												■

Lampiran 2. Lembar Penjelasan Responden

LEMBAR PENJELASAN RESPONDEN

Kepada Yth.

Calon Responden Penelitian

Di Tempat

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan dibawah ini adalah Mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Ners Reguler A Universitas Muhammadiyah Gombong.

Nama : Berlianto Wisnu Arifan Alyusuf

NIM : 202403159

Akan mengadakan studi kasus dengan judul “Analisis Asuhan Keperawatan Pada Pasien Nyeri Akut Dengan Hipertensi Di RS PKU Muhammadiyah Gombong”. Studi kasus ini tidak akan menimbulkan akibat yang merugikan bagi responden, kerahasiaan semua informasi akan dijaga, dan hanya dipergunakan untuk kepentingan studi kasus. Jika Anda tidak bersedia menjadi responden, maka tidak ada paksaan dan ancaman bagi Anda dan keluarga. Apabila Anda bersedia menjadi responden, maka saya mohon untuk menandatangani lembar persetujuan yang terlampir di belakang.

1. Apabila Bapak/Ibu bersedia berpartisipasi, terlebih dahulu akan dilakukan anamnesa mengenai keluhan Bapak/Ibu.
2. Kemudian Bapak/Ibu akan menandatangani lembar persetujuan yang akan disaksikan oleh keluarga.
3. Apabila saat studi kasus berlangsung tetapi Bapak/Ibu ingin mengundurkan diri karena merasa tidak nyaman, maka Bapak/Ibu diperbolehkan mengundurkan diri dari studi kasus ini.

Demikian surat permohonan ini saya ajukan, atas perkenaan dan kesediaan responden dalam studi kasus ini, saya mengucapkan banyak terimakasih.

Hormat Saya,

(Berlianto Wisnu Arifan Alyusuf, S.Kep)

Lampiran 3. Lembar Persetujuan Responden

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Setelah membaca dan memahami isi kejelasan pada lembar pertama, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama (Inisial) :

Umur :

Alamat :

Jenis Kelamin :

Menyatakan bersedia berpartisipasi sebagai responden dalam studi kasus yang akan dilakukan oleh Mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Ners Reguler A Universitas Muhammadiyah Gombong.

Nama : Berlianto Wisnu Arifan Alyusuf

Nim : 202403159

Dengan “Analisis Asuhan Keperawatan Pada Pasien Nyeri Akut Dengan Hipertensi Di RS PKU Muhammadiyah Gombong”. Saya memahami bahwa studi kasus ini tidak berakibat negatif dan merugikan bagi saya, karena penelitian ini digunakan untuk pengembangan ilmu kesehatan. Oleh karena itu, saya bersedia menjadi responden dalam studi kasus dengan menandatangani surat persetujuan ini. Apabila saya merasa tidak nyaman, maka saya berhak mundur dari studi kasus ini dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Saksi/Keluarga

Peneliti

Gombong, 2025

Responden

(.....)

(Berlianto Wisnu A. A, S.Kep)

(.....)

Lampiran 4. Lembar Observasi Pre dan Post Dilakukan Terapi Benson

LEMBAR OBSERVASI

Identitas Pasien

Keterangan

Data

Nama / Inisial

Umur

Jenis Kelamin

Ruangan

Diagnosa Medis

Diagnosa Keperawatan Nyeri akut berhubungan dengan peningkatan tekanan darah

Tanggal Pelaksanaan

Waktu Pelaksanaan

Frekuensi Terapi ke- () 1 () 2 () 3 () 4

1. Data Awal Sebelum Terapi	Tekanan darah (mmHg)	
	Nadi (x/menit)	
	Frekuensi napas (x/menit)	
	Suhu tubuh (°C)	
	Skala nyeri (NRS 0–10)	
	Ekspresi wajah	
	Kondisi emosi pasien	
	Keterangan tambahan	
	2. Pelaksanaan Terapi Relaksasi Benson	1. Menyiapkan lingkungan yang tenang, nyaman, dan minim gangguan
2. Menjelaskan tujuan terapi relaksasi Benson kepada pasien		
3. Memposisikan pasien senyaman mungkin (duduk atau berbaring)		
4. Menginstruksikan pasien menutup mata secara perlahan		
5. Membimbing pasien menarik napas perlahan melalui hidung dan menghembuskan melalui mulut secara teratur		
6. Mengarahkan pasien mengucapkan kata religius atau afirmasi positif sesuai keyakinan (“Allah”, “tenang”, “ikhlas”, dsb.)		

	7. Membantu pasien tetap fokus dan bersikap pasif terhadap pikiran yang mengganggu	
	8. Melaksanakan terapi selama 10–15 menit	
	9. Mengamati tanda-tanda relaksasi seperti napas teratur, otot mengendur, wajah tenang	
3. Data Setelah Terapi	Tekanan darah (mmHg)	
	Nadi (x/menit)	
	Frekuensi napas (x/menit)	
	Suhu tubuh (°C)	
	Skala nyeri (NRS 0–10)	
	Ekspresi wajah	
	Kondisi emosi pasien	
	Tanda-tanda relaksasi tubuh (otot, pernapasan, postur)	
	Keterangan tambahan	
4. Evaluasi	Perubahan tekanan darah	
	Penurunan tingkat nyeri	
	Perubahan fisiologis (napas, nadi, relaksasi otot)	
	Respon emosional (tenang, rileks, mengantuk, tersenyum, dsb.)	
	Tanggapan pasien terhadap terapi	
	Rencana tindak lanjut (mis. terapi diulang 2x sehari selama 3 hari)	

Lampiran 5. SOP

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP) TEKNIK RELAKSASI BENSON

No	Komponen SOP	Uraian
1	Pengertian	Relaksasi Benson adalah teknik relaksasi yang menggunakan metode pernapasan dalam dan menambahkan unsur keyakinan berupa kata-kata atau kalimat yang diyakini oleh pasien sesuai agama atau kepercayaannya. Kelebihan dari teknik relaksasi Benson adalah tidak menimbulkan efek samping, mudah dilakukan, dan dapat diterapkan secara mandiri oleh pasien.
2	Tujuan	Untuk membantu pasien: a. Mengurangi kecemasan dan stres. b. Mengatasi serangan hiperventilasi. c. Meredakan nyeri kepala, nyeri punggung, dan angina. d. Menurunkan tekanan darah tinggi. e. Mengatasi masalah tidur.
3	Waktu Pelaksanaan	a. Dilakukan selama 10–15 menit. b. Frekuensi: setiap pagi dan sore hari.
4	Persiapan Klien dan Lingkungan	a. Identifikasi tingkat nyeri klien. b. Kaji kesiapan dan perasaan klien sebelum dilakukan terapi. c. Berikan penjelasan tentang tujuan dan prosedur terapi Benson. d. Minta klien menyiapkan kata atau kalimat yang diyakini (misalnya “Allah”, “tenang”, “ikhlas”). e. Ciptakan lingkungan yang nyaman, tenang, dan minim gangguan.
5	Persiapan Alat	a. Jam tangan atau stopwatch. b. Catatan perkembangan pasien. c. Buku kecil dan alat tulis.
6	Tahap Orientasi	a. Memberikan salam dan memperkenalkan diri kepada klien. b. Menjelaskan tujuan, manfaat, dan prosedur terapi relaksasi Benson.
7	Prosedur Pelaksanaan	a. Atur postur tubuh pasien se nyaman mungkin (duduk, berlutut, atau berbaring), pastikan posisi memungkinkan pasien untuk rileks. b. Anjurkan pasien menutup mata secara rileks, hindari menutup terlalu rapat agar tidak menimbulkan ketegangan atau pusing.

No	Komponen SOP	Uraian
8	Terminasi	<p>c. Bimbing pasien untuk melemaskan otot-otot tubuh secara bertahap sampai merasa tenang.</p> <p>d. Arahkan pasien melemaskan kepala, leher, dan pundaknya.</p> <p>e. Posisikan lengan dan tangan senyaman mungkin, hindari posisi menggenggam lutut atau mengaitkan tangan terlalu erat.</p> <p>f. Tawarkan pasien memilih kata atau kalimat afirmasi sesuai keyakinannya, dan ulangi dengan lembut saat menghembuskan napas.</p> <p>g. Anjurkan pasien menarik napas melalui hidung secara perlahan, pusatkan kesadaran pada pengembangan perut, tahan napas sampai hitungan ketiga.</p> <p>h. Setelah hitungan ketiga, hembuskan napas perlahan melalui mulut sambil mengucapkan istighfar atau kata afirmasi dalam hati.</p> <p>i. Ulangi proses pernapasan dan pengucapan kata keyakinan ini selama terapi berlangsung (10–15 menit).</p>
9	Dokumentasi	<p>a. Observasi dan ukur tekanan darah setelah intervensi dilakukan.</p> <p>b. Tanyakan perasaan pasien setelah terapi.</p> <p>c. Ucapkan salam dan akhiri tindakan dengan sopan.</p> <p>Catat seluruh hasil observasi, termasuk:</p> <p>a. Tekanan darah sebelum dan sesudah terapi.</p> <p>b. Skala nyeri dan respon pasien.</p> <p>c. Kondisi emosional (tenang, rileks, mengantuk, dsb.).</p> <p>Tuliskan pada catatan perkembangan pasien atau lembar observasi terapi Benson.</p>

Simahati, A. U., Iskandar, & Nursaadah. (2025).

Lampiran 6. Format Pengkajian Keperawatan



FORM PENKAJIAN KEPERAWATAN GAWAT DARURAT (Resume)

Emergency Nursing Department | Universitas Muhammadiyah Gombong

Tanggal : Jam WIB

No RM :

Nama :

Tanggal Lahir : Jenis

Kelamin : L / P

Keluhan Utama :

Anamnesa :

.....

.....

.....

..... Riwayat

Alergi : Tidak ada Ada,

Riwayat Penyakit Dahulu :

.....

Riwayat Penyakit Keluarga :

PRIMARY SURVEY

Airways

Paten Tidak Paten (Snoring Gargling Stridor Benda Asing) Lain-lain

Breathing

Irama Nafas Teratur Tidak Teratur

Suara Nafas Vesikuler Bronchovesikuler Wheezing Ronchi

Pola Nafas Apneu Dyspnea Bradipnea Tachipnea Orthopnea

Penggunaan Otot Bantu Nafas Retraksi Dada Cuping hidung

Jenis Nafas Pernafasan Dada Pernafasan Perut

Frekuensi Nafas x/menit

Circulation

Akral : Hangat Dingin Pucat : Ya Tidak

Sianosis : Ya Tidak CRT : <2 detik >2 detik

Tekanan Darah :/ mmHg Nadi : Teraba x/m Tidak Teraba

Perdarahan : Ya cc Lokasi Perdarahan : Tidak

Adanya riwayat kehilangan cairan dalam jumlah besar : Diare, Muntah, Luka Bakar, Perdarahan

Kelembaban Kulit : Lembab Kering

Turgor : Baik Kurang

Luas Luka Bakar : % Grade : Produksi Urine cc

Resiko Dekubitus : Tidak Ya, lakukan pengkajian dekubitus lebih lanjut

Tingkat Kesadaran : Compos Mentis Apatis Somnolen

Sopor Coma Nilai GCS : E V M

Total :

Pupil : Isokhor Miosis Midriasis Diameter 1mm 2mm 3mm 4mm

Respon Cahaya : + -

Penilaian Ekstremitas : Sensorik Ya Tidak Motorik Ya Tidak kekuatan otot

PRIMARY SURVEY

Exposure

Pengkajian Nyeri

Onset :

Provokatif/Paliatif :

Qualitas:

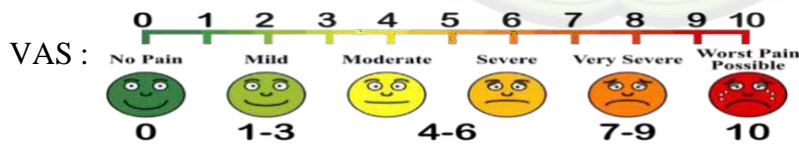
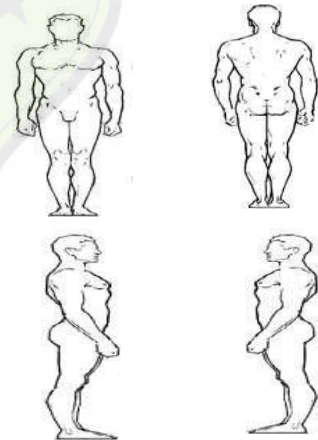
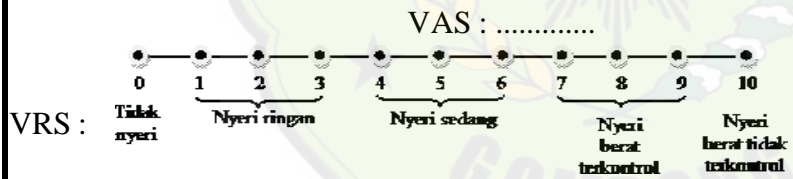
Regio/Radiation :

Scale/Severity:

Time:

Apakah ada nyeri : Ya, skor nyeri VRS : Tidak

Lokasi Nyeri



Luka : Ya, Lokasi Tidak

Resiko Dekubitus : Ya Tidak (arsir sesuai lokasi nyeri)

Fahrenheit

Suhu Axila : °C Suhu Rectal °C

Berat Badan kg

Pemeriksaan Penunjang

EKG:.....

GDA:.....

Radiologi:.....

Laboratorium (tanggal:)

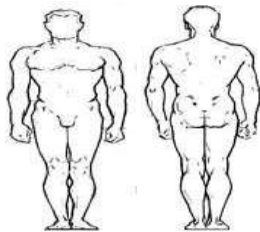
<i>Item</i>	<i>Hasil</i>	<i>Nilai Normal</i>	<i>Interpretasi</i>

<i>Item</i>	<i>Hasil</i>	<i>Nilai Normal</i>	<i>Interpretasi</i>



EMERGENCY DEPARTMENT | Program Profesi Ners

PEMERIKSAAN FISIK



Kepala :

.....

Leher :

.....

Dada :

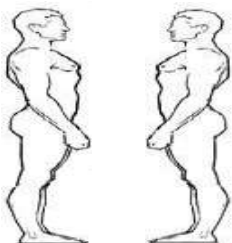
.....

.....

.....

.....

.....



Perut :

.....

.....

.....

Ekstremitas : (*atas*)

.....

(*bawah*)

.....

Genitalia :

.....

PROGRAM TERAPI

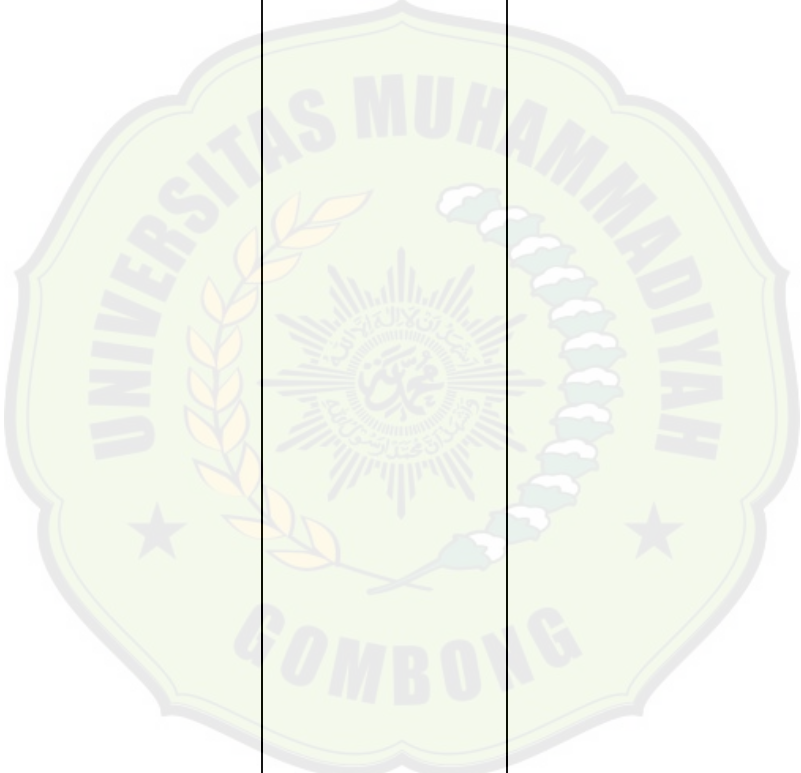
Tanggal/Jam :

NO	NAMA OBAT	DOSIS	INDIKASI
ANALISA DATA			

SECONDARY SURVEY



ANALISA DATA

NO	DATA FOKUS	ETIOLOGI	MECHANISM	PROBLEM
				

DIAGNOSA KEPERAWATAN

1.
.....
2.
.....
3.
.....

INTERVENSI KEPERAWATAN

NO DX	SLKI	SIKI	RASIONAL



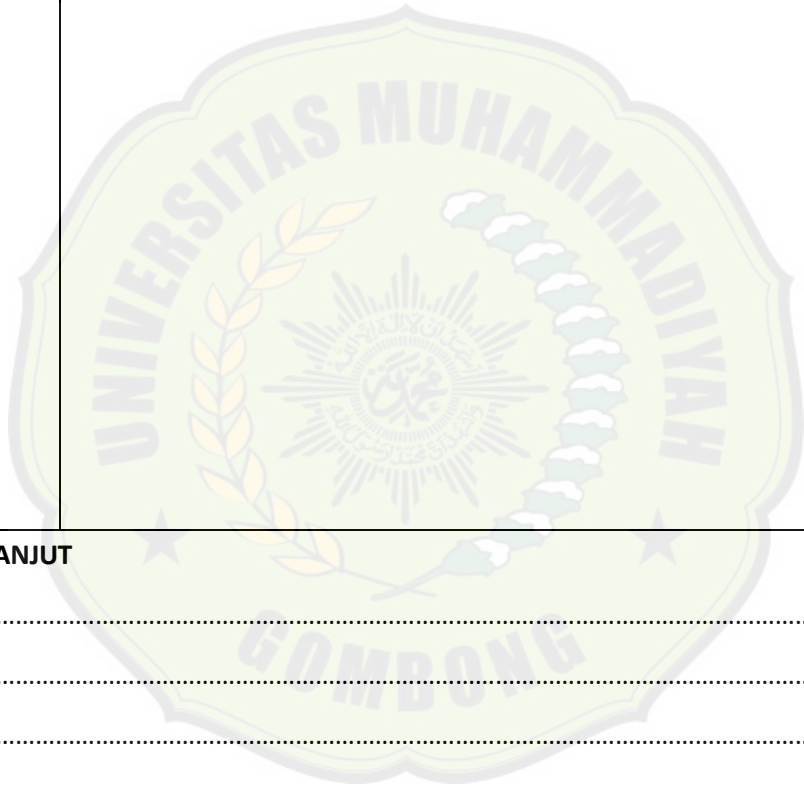
IMPLEMENTASI

TGL/JAM	TINDAKAN	RESPON	TTD



EVALUASI

TGL/JAM	NO DX	EVALUASI	TTD



RENCANA TINDAK LANJUT

.....

.....

.....

.....

.....

Mengetahui,
Pembimbing

Tanggal :
Jam WIB
Mahasiswa,

.....

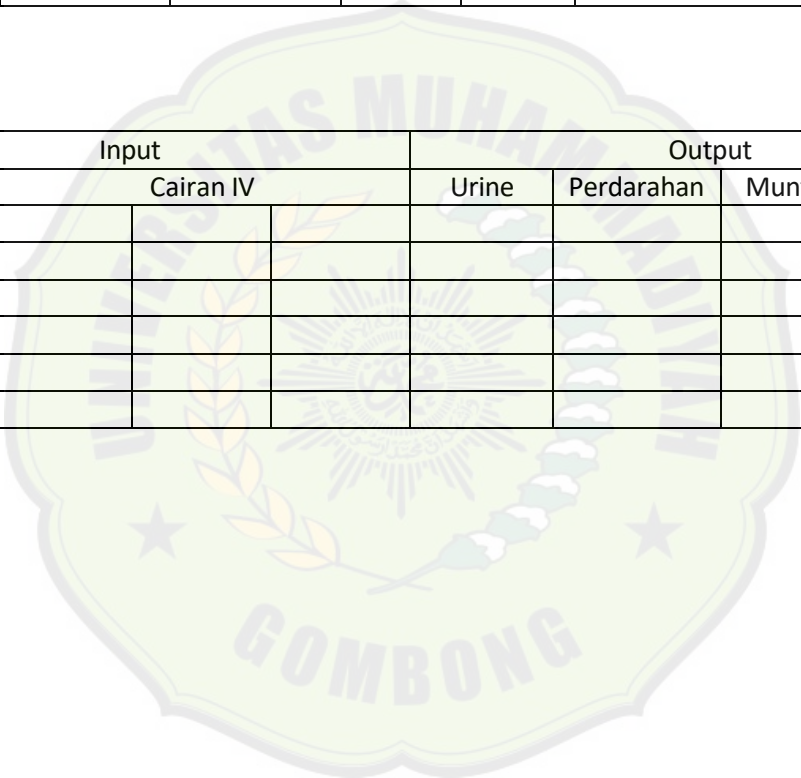
.....

Tindakan Observasi

Jam	TD (mmHg)	Nadi (kali/menit)	RR (kali/menit)	Suhu (°C)	SpO ₂ (%)	Keterangan

Keseimbangan Cairan

Jam	Input			Output			
	Oral	Cairan IV		Urine	Perdarahan	Muntah	Lainnya



Lampiran 7. Lembar Bimbingan



Lampiran 7. Lembar Bimbingan

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI

Jl. Yos Sudarso No. 461, Telp. Fax. (0287) 472433, Gombong 54412

Nama Mahasiswa : Berlianto Wisnu

Arifan Alyusuf NIM 202403159

Pembimbing : Ns. Endah Setyaningsih, M.Kep

Hari/Tanggal Bimbingan	Topik/Materi dan Saran Pembimbing	Tanda Tangan Mahasiswa	Paraf Pembimbing
Jumat, 23 Juni 2025	Pengajuan judul, ACC Judul		
Rabu, 28 Juli 2025	BAB 1		
Rabu, 4 Agustus 2025	BAB 2		
Jumat, 13 September 2025	- Revisi BAB 1 dan BAB 2 - BAB 3		
Jumat, 21 November 2025	- ACC BAB 1 dan BAB 2 - Revisi BAB 3		
	ACC Proposal KIA		

Mengetahui,
Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program



Universitas Muhammadiyah Gombong



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI

Jl. Yos Sudarso No. 461, Telp. Fax. (0287) 472433, Gombong 54412

Nama Mahasiswa : Berlianto Wisnu

Arifan Alyusuf NIM 202403159

Pembimbing : Ns. Endah Setyaningsih, M.Kep


Hari/Tanggal Bimbingan	Topik/Materi dan Saran Pembimbing	Tanda Tangan Mahasiswa	Paraf Pembimbing
Senin, 02 Maret 2026	Bimbingan ASKEP	A	A
Kamis, 05 Maret 2026	BAB 4	A	A
Kamis, 05 Maret 2026	BAB 5	A	A
Senin, 08 Maret 2026	Revisi BAB 4 dan BAB 5	A	A
Selasa, 09 Maret 2026	ACC BAB 4 dan BAB 5	A	A
	ACC Proposal KIA	A	A

Mengetahui,
Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program



Universitas Muhammadiyah Gombong

Lampiran 8. Uji Turnitin

	<p>UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG PERPUSTAKAAN Jl. Yos Sudarso No. 461, Telp./Fak. (0287) 472433 GOMBONG, 54412 Website : https://library.unimugo.ac.id/ E-mail : lib.unimugo@gmail.com</p>
---	---

SURAT PERNYATAAN CEK SIMILARITY/PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sawiji, M.Sc
NIK : 96009
Jabatan : Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT

Menyatakan bahwa karya tulis di bawah ini **sudah lolos** uji cek similarity/plagiasi:


Judul : Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi Dengan Intervensi Relaksasi Benson Sebagai Upaya Penurunan Tingkat Nyeri Di RS PKU Muhammadiyah Gombong


Nama : Berlianto Wisnu Arifan Al Yusuf
NIM : 202403159
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi
Hasil Cek : 21%

Gombong, 12 Maret 2026

Mengetahui,

Pustakawan Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT


(Desy Setijawati)


(Sawiji, M.Sc)