



**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN
ANSIETAS MELALUI KOMBINASI TERAPI GENERALIS DAN
TERAPI BENSON DI DESA PEKUNCEN KECAMATAN
SEMPOR KABUPATEN KEBUMEN
KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ners

Disusun oleh:

LARAS AGENG SEKAR SARI

2022030062

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN
PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
2023**

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Ilmiah Akhir Ners adalah hasil karya sendiri dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujukan telah saya nyatakan dengan benar

Nama : Laras Ageng Sekar Sari

NIM : 2022030062

Tanda Tangan :



5000
KETERANGAN
TEMPEL
17ZAKX519618658

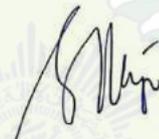
Tanggal : 19 September 2023

HALAMAN PERSETUJUAN

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN
ANSIETAS MELALUI KOMBINASI TERAPI GENERALIS DAN TERAPI
BENSON DI DESA PEKUNCEN KECAMATAN SEMPOR KABUPATEN
KEBUMEN**

Telah disetujui dan dinyatakan memenuhi syarat untuk
diujikan pada tanggal 18 September 2023

Pembimbing



(Tri Sumarsih.,M.NS)

Mengetahui

Ketua Program Studi Profesi Ners



(Wuri Utami.,M.Kep)

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir Ners ini diajukan oleh:

Nama : Laras Ageng Sekar Sari

NIM : 2022030062

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Judul KIA-N : ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN ANSIETAS MELALUI KOMBINASI TERAPI GENERALIS DAN TERAPI BENSON DI DESA PEKUNCEN KECAMATAN SEMPOR KABUPATEN KEBUMEN

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

Penguji Satu



(Ns. Abdul Djalil., M, Kep. Sp. Kep. J)

Penguji dua



(Tri Sumarsih., M. NS)

Ditetapkan di : Gombong, Kebumen

Tanggal : 19 September 2023

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

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

Nama : Laras Ageng Sekar Sari
Nim : 2022030062
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi
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:

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN
ANSIETAS MELALUI KOMBINASI TERAPI GENERALIS DAN TERAPI
BENSON DI DESA PEKUNCEN KECAMATAN SEMPOR KABUPATEN
KEBUMEN**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Muhammadiyah Gombong berhak menyimpan, mengalihmedia/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 : 15 September 2023
Yang menyatakan



Laras Ageng Sekar Sari

KATA PENGANTAR

Dengan puji syukur kepada Allah SWT berkat Rahmat, Hidayah dan Karunia-Nya kepada kita semua hingga kami bisa menyelesaikan Proposal Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN ANSIETAS MELALUI KOMBINASI TERAPI GENERALIS DAN TERAPI BENSON DI DESA PEKUNCEN KECAMATAN SEMPOR KABUPATEN KEBUMEN.

Laporan ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mengerjakan tugas akhir dalam menempuh pendidikan Profesi Ners. Selesaiannya dalam menyusun Karya Ilmiah ini tidak lepas dari bantuan, support, arahan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu penyusun ingin menyampaikan terimakasih kepada :

1. Dr. Herniyatun, M.kep., Sp. Mat selaku Ketua Universitas Muhammadiyah Gombong
2. Wuri Utami, M.kep Selaku ketua Program studi Profesi Ners
3. Tri Sumarsih.,MNS Selaku pembimbing yang memberikan banyak waktu, arahan, serta bimbingan untuk menyusun karya ilmiah akkhir Ners ini.
4. Ns.Abdul Djalil.,M,Kep.Sp.Kep.J Selaku penguji KIA Ners
5. Kepada keluarga terutama Orangtua yang tak henti-hentinya selalu memberikan doa dan semangat terbaik pada putrinya. Trimakasih atas segala dukungan baik materi maupun spiritual hingga selesainya laporan ini.

Gombong, 31 Agustus 2023



Laras Ageng Sekar Sari

Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Gombong
KIAN, Agustus 2023
Laras Ageng Sekar Sari¹⁾, Tri Sumarsih²⁾
larasagengsekar@gmail.com

ABSTRAK

ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN ANSIETAS MELALUI KOMBINASI TERAPI GENERALIS DAN TERAPI BENSON DI DESA PEKUNCEN KECAMATAN SEMPOR KABUPATEN KEBUMEN

Latar belakang : Hipertensi merupakan tekanan darah sistol yang meningkat ≤ 140 mmHg dan tekanan diastole ≤ 90 mmHg. Hipertensi dapat menimbulkan masalah pada fisik menyebabkan resiko penyakit komplikasi kardiovaskuler seperti gagal jantung, serangan jantung, stroke dan penyakit ginjal serta memiliki dampak pada kondisi psikologis ansietas seseorang. Ansietas merupakan situasi emosi dan pengalaman subyektif seseorang terhadap objek yang tidak jelas sehingga menimbulkan perasaan khawatir, tidak tenang, gelisa, ketakutan yang tidak jelas dan berlebihan terhadap suatu ancaman yang belum pasti.

Tujuan : Menganalisis Asuhan keperawatan pada pasien Hipertensi dengan Ansietas Melalui Kombinasi Terapi Generalis dan Terapi Benson di Desa Pekuncen Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen.

Metode : Penelitian ini menerapkan kombinasi terapi generalis dengan terapi Benson pada Pasien Hipertensi yang mengalami Ansietas pada sampel 5 klien kuisioner yang digunakan untuk mengukur tingkat Ansietas yaitu DASS (*Depression Anxiety Stress Scales*), instrumen kasus format asuhan keperawatan Jiwa, SOP Terapi generalis dan Benson, lembar observasi peningkatan kemampuan, dan Tensi.

Hasil : Hasil penerapan tindakan kombinasi terapi generalis dan terapi Benson pada pasien Hipertensi dengan Ansietas, didapatkan data pada ke lima klien, 1 klien dengan Ansietas ringan dan 4 Pasien dengan tingkat Ansietas Sedang setelah dilakukan Intervensi pemberian kombinasi terapi Generalis dan terapi Benson selama 3x pertemuan dalam waktu 25-30 menit, dan didapatkan data pre 85% post 50% dengan selisih 35% masing masing klien mengalami penurunan tingkat Ansietas 4 -7 skor dari skor sebelum terapi. dan mengalami peningkatan kemampuan dalam melakukan terapi generalis dengan rata rata 88 % dari hari 1 dengan presentse 75% sedangkan terapi Benson dengan rata rata kemampuan 87%, dari presentase hari pertama 76% klien dapat mengontrol Ansietas.

Kesimpulan : Hasil penelitian ini dapat diterapkan pada pasien Hipertensi yang mengalami Ansietas guna mengontrol Ansietasnya

Rekomendasi : Terapi Generalis dan terapi Benson dapat digunakan untuk menurunkan Ansietas pada pasien Hipertensi

Kata Kunci :

Hipertensi, Ansietas, Terapi Generalis, Terapi Benson

¹Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gombong

²Dosen Universitas Muhammadiyah Gombong

Profesional Nurse Education Program
Faculty of Health Sciences
Universitas Muhammadiyah Gombong
KIAN, Agustus 2023
Laras Ageng Sekar Sari¹⁾, Tri Sumarsih²⁾
larasagengsekar@gmail.com

ABSTRAK

NURSING CARE OF HYPERTENSION PATIENTS WITH ANXIETY THROUGH A COMBINATION OF GENERAL THERAPY AND BENSON THERAPY IN PEKUNCEN VILLAGE, SEMPOR DISTRICT, KEBUMEN DISTRICT

Background : Hypertension is an increase in systolic blood pressure ≤ 140 mmHg and diastolic pressure ≤ 90 mmHg. Hypertension can cause physical problems, causing the risk of cardiovascular complications such as heart failure, heart attack, stroke and kidney disease, as well as having an impact on a person's psychological state of anxiety. Anxiety is an emotional situation and a person's subjective experience of an unclear object, giving rise to feelings of worry, unease, restlessness, unclear and excessive fear of an uncertain threat.

Objective : Analyzing Nursing Care in Hypertension Patients with Anxiety Through a Combination of Generalist Therapy and Benson Therapy in Pekuncen Village, Sempor District, Kebumen Regency.

Methods : This research applies a combination of generalist therapy with Benson therapy to Hypertension Patients who experience Anxiety in a sample of 5 clients. Questionnaires are used to measure the level of Anxiety, namely DASS (Depression Anxiety Stress Scales), mental nursing care format case instruments, generalist and Benson Therapy SOPs, observation sheets capacity building, and Tension

Results : The results of applying a combination of generalist therapy and Benson therapy to hypertension patients with anxiety, data was obtained on five clients, 1 client with mild anxiety and 4 patients with moderate levels of anxiety after the intervention of a combination of generalist therapy and Benson therapy during 3 meetings within 25 -30 minutes, and data obtained pre 85% post 50% with a difference of 35%, each client experienced a decrease in anxiety level of 4 -7 scores from the score before therapy. and experienced an increase in ability to carry out generalist therapy with an average of 88% while Benson therapy with an average ability of 87%, clients were able to control anxiety..

Recomendation : The results of this research can be applied to hypertension patients who experience anxiety in order to control their anxiety

Keywordci :

Hipertensi, Ansietas, Terapi Generalis , Terapi Benson

¹ Student Of Universitas Muhammadiyah Gombong

²Lecture Of Universitas Muhammadiyah Gombong

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1. Latar Belakang	1
2. Tujuan	6
3. Manfaat	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
1. Konsep Medis Hipertensi	8
a. Pengertian Hipertensi	8
b. Etiologi Hipertensi	8
c. Manifestasi Klinis	10
d. Faktor – faktor yang menakibatkan hipertensi	10
e. Patofisiologi	11
f. Penatalaksanaan	14
2. Konsep Dasar Masalah Keperawatan	16
a. Pengertian Ansietas	16
b. Faktor Penyebab Ansietas	16
c. Etiologi	17
d. Klasifikasi Ansietas	18

e. Pengukuran kecemasan	19
f. Penatalaksanaan.....	21
g. Penatalaksanaan terapi generalis dan terapi benson	23
3. Asuhan Keperawatan Berdasarkan Teori	26
a. Fokus Pengkajian.....	26
b. Diagnosa Keperawatan	27
c. Intervensi Keperawatan	27
d. Implementasi Keperawatan.....	28
e. Evaluasi Keperawatan.....	29
4. Kerangka Konsep	29
BAB III METODE PENELITIAN	27
1. Jenis/Desain Karya Tulis Ilmiah	27
2. Subjek Studi Kasus.....	27
3. Lokasi Dan Waktu Studi Kasus	31
4. Fokus Studi Kasus	31
5. Definisi Operasional	31
6. Instrumen Penelitian	33
7. Metode Pengumpulan Data.....	33
8. Analisis Data Dan Penyajian Data	34
9. Etika Studi Kasus	34
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	35
1. Profil Lahan Praktik	35
2. Ringkasan Proses Asuhan Keperawatan.....	42
3. Hasil penerapan inovasi Keperawatan.....	58
4. Pembahasan.....	63
BAB V PENUTUP	70
1. Kesimpulan	70
2. Saran	70
3. Keterbatasan Penelitian	71
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

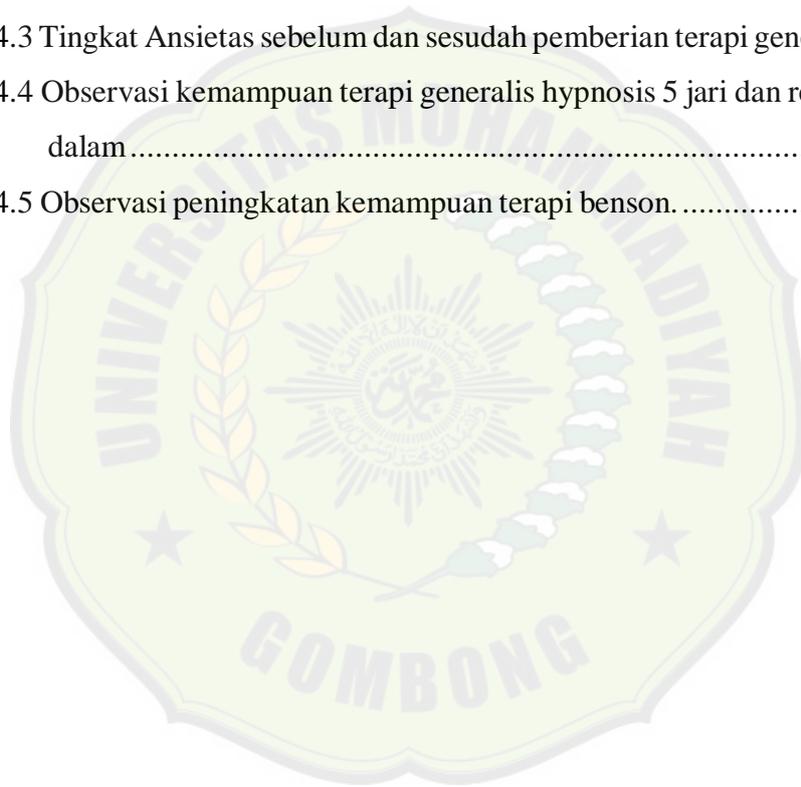
DAFTAR GAMBAR

2.1	Pathway	13
2.2	Kerangka Konsep.....	29



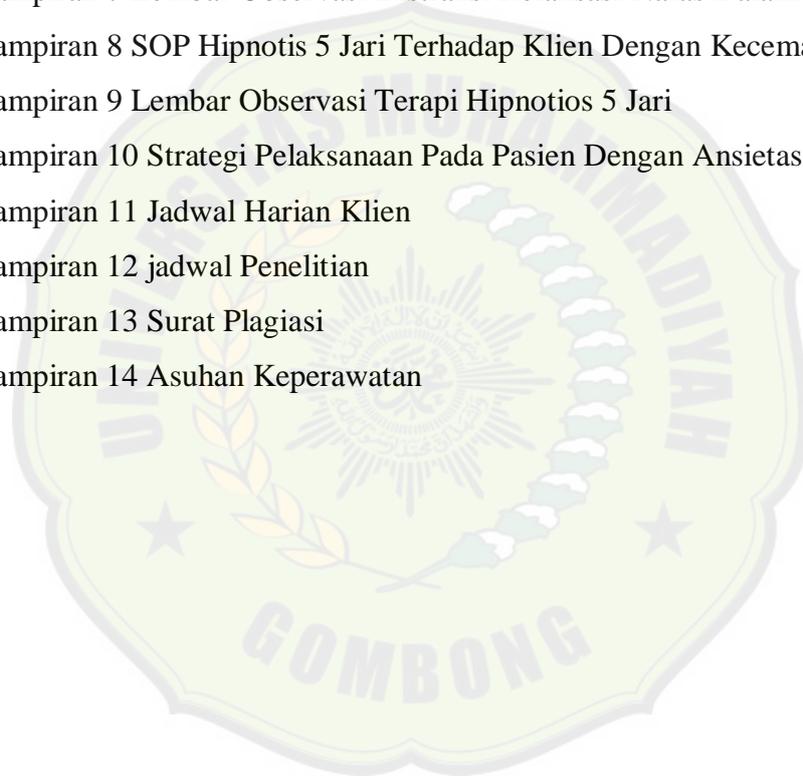
DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Derajat Penggolongan Hipertensi.....	9
Tabel 2.2 Pengukuran kecemasan menggunakan scala DASS 42.	19
Tabel 2.3 Tabel indicator tingkat kecemasan.	20
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	31
Tabel 4.1 Kasus Hipertensi	41
Tabel 4.2 Karakteristik Pasien.....	58
Tabel 4.3 Tingkat Ansietas sebelum dan sesudah pemberian terapi generalis	59
Tabel 4.4 Observasi kemampuan terapi generalis hypnosis 5 jari dan relaksasi nafas dalam.....	60
Tabel 4.5 Observasi peningkatan kemampuan terapi benson.....	62



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Penjelasan Studi Kasus
- Lampiran 2 Informed Consent
- Lampiran 3 Kuisisioner Ansietas
- Lampiran 4 SOP Terapi Benson
- Lampiran 5 Lembar Observasi Terapi Benson
- Lampiran 6 SOP Distraksi Relaksasi Nafas Dalam
- Lampiran 7 Lembar Observasi Distraksi Relaksasi Nafas Dalam
- Lampiran 8 SOP Hipnotis 5 Jari Terhadap Klien Dengan Kecemasan
- Lampiran 9 Lembar Observasi Terapi Hipnotis 5 Jari
- Lampiran 10 Strategi Pelaksanaan Pada Pasien Dengan Ansietas
- Lampiran 11 Jadwal Harian Klien
- Lampiran 12 jadwal Penelitian
- Lampiran 13 Surat Plagiasi
- Lampiran 14 Asuhan Keperawatan



BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Hipertensi sebagai indikator penting dari system peredaran darah. Tekanan darah yang meningkat atau menurun bisa berdampak pada keseimbangan tubuh. Tekanan darah dibutuhkan dalam penilaian kekuatan pendorong darah mengalir di system arteri, arteriol, kapiler dan vena untuk aliran darah yang stabil (Arafah, 2019). Hipertensi dapat diketahui dari tekanan darah individu yang berada diatas batas normal atau lebih dari 135/85, hal ini bisa dilihat dari pemeriksaan tekanan darah dengan tensi yang menunjukkan hasil tekanan darah diastolic dan sistolik, seseorang dengan usia 18 tahun ke atas memiliki batas hipertensi jika tekanan darah melebihi 140/90 mmHG (Tarigan, Lubis & Syarifah, 2018). Hipertensi juga termasuk permasalahan kesehatan di seluruh dunia yang sangat berbahaya karena dapat menyebabkan factor resiko penyakit komplikasi kardiovaskuler misalnya gagal jantung, serangan jantung, stroke dan penyakit ginjal, dan di tahun 2016 penyakit jantung iskemik dan stroke sebagai dua penyebab kematian utama di Indonesia. Dunia (WHO 2018).

Berdasar World Health Organization (2015), Jumlah penderita hipertensi sekitar 1,13 miliar dan terus meningkat setiap tahunnya. Diperkirakan kejadian pada tahun 2025 terdapat sekitar 1,5miliar, dengan 9,4 juta kematian dan komplikasi setiap tahunnya. Menurut Riskesdas in Indonesia (2018), prevalensi hipertensi pada tahun 2013 berskor 25,8% sekarang telah meningkat menjadi 34,1 dan prevalensi hipertensi di Jawa Tengah urutan keempat di Indonesia (Kementrian Kesehatan RI 2018). Di Jawa Tengah, Kabupaten/ Kota dengan presentase pelayanan medis pasien hipertensi tinggi adalah Kabupaten Karanganyar, Jepara dan Magelang masing-masing sebesar 100%, Kabupaten Kebumen sendiri sebesar 54,6, sementara presentase paling rendah adalah kabupaten purworejo 12,9 % (Dinas Kesehatan, 2019).

Tekanan darah tinggi berkaitan dengan berbagai factor seperti social, biologis, dan psikologis gaya hidup dan perilaku. Kondisi mental individu sangat mempengaruhi kondisi fisiknya. Hipertensi juga termasuk penyakit yang bukan sekadar memunculkan dampak secara fisik namun pula ada dampak terhadap kondisi psikologis ansietas pada individu tersebut (Liao et al.,2014). Kondisi tubuh individu atau lansia yang mengalami hipertensi bisa stabil dan membaik lagi, namun factor faktor psikologis sangatlah berdampak pada proses penanganan permasalahan hipertensi. Lansia yang memiliki keterbatasan secara fisik terkadang bisa mengalami kecemasan sebab beragam penyakit yang tidak segera sembuh bahkan bertambah buruk, dengan demikian harapan agar sembuh bisa menurun. Hal semacam ini yang nantinya mengakibatkan gangguan psikis misalnya Ansietas (Diyah widodo.,2018) . Bukti empiris hasil penelitian yang dilakukan sebelumnya oleh (Liao et al.,2014). memperlihatkan penderita hipertensi mengalami kecemasan, stres yang tinggi dan kejadian depresi. Kecemasan juga salah satu factor penting lain tekanan darah tinggi dan predictor independen hipertensi dimasa depan. Najam (2014).

Ansietas atau Kecemasan adalah sebuah respon fisiologis ataupun psikologis individu terhadap suatu keadaan yang tidak menyenangkan, atau reaksi atas situasi yang dianggap mengancam (Hulu & Pardede, 2016).seseorang dengan ansietas mengalami tanda dan gejala psikis yaitu mengalami peningkatan tekanan darah, khawatir, was – was, perasaan ketakutan berlebihan, gangguan pencernaan,tremor,gelisah, kecemasan dapat dirasakan oleh setiap orang jika mengalami tekanan dan perasaan yang mendalam menyebabkan masalah kejiwaan dan berkembang dalam jangka panjang apabila fisik yaitu tangan dan kaki merasa dingin dan ketegangan otot, nafas semakin cepat, jantung berdebar, sulit untuk istirahat tidur mulut kering, keluhan lambung itu terjadi karena adanya peningkatan adrenalin kondisi ini akan membahayakan pasien hipertensi (Nurma, 2019).

Sejumlah cara bisa dipakai untuk menangani kecemasan (ansietas) diantaranya terapi non farmakologi dan terapi farmakologi. Terapi non farmakologi misalnya terapi tertawa, psikoterapi, terapi kognitif, relaksasi, terapi generalis dan diantaranya hipnotis lima jari, sementara terapi farmakologi misalnya obat anti cemas (anxiolytic) bisa membantu penurunan cemas namun mempunyai efek ketergantungan (Marbun, 2019).

Jenis manajemen kecemasan dapat dimulai dengan mendeskripsikan Terapi Generalis yang merupakan tindakan keperawatan untuk mengatasi kecemasan melalui pernapasan dalam dan aktivitas mental (teknik beristighfar dan lima jari), Kecemasan juga dapat di atasi dengan teknik relaksasi, distraksi, kegiatan spiritual, dan hipnoterapi. Upaya yang dilakukan untuk mengatasi stres dan kecemasan yaitu dengan menggunakan teknik relaksasi, karena dianggap sebagai relaksasi termudah sehingga individu dapat mempraktekkannya dengan mandiri di rumah masing masing (Alivian, 2019). Terapi generalis peneliti untuk pasien ansietas telah dibuktikan keefektifannya melalui sejumlah hasil penelitian, yang dapat digunakan sendiri atau dikombinasikan dengan terapi generalis. Hasil studi (Livana et al., 2016) menunjukkan bahwa setelah menggunakan terapi generalis (pernapasan dalam, aktivitas mental, dan teknik lima jari), gejala kecemasan kognitif, emosional, fisik, perilaku, dan sosial semua pelanggan menurun.

Adapun terapi relaksasi yang telah dikembangkan dan terbukti untuk menurunkan ansietas yaitu terapi benson, Terapi ini di rancang untuk mengurangi stress dan rasa cemas, gelisah, sehingga individu dapat mengendalikan stresnya dengan gabungan antara bentuk spiritual individu dan metode respon relaksasi pengaturan pernafasan secara teratur sambil menarik nafas dalam disertai sikap pasrah kepada Sang Pencipta. (Atmojo et al., 2017). Terapi relaksasi benson sangat relevan dengan ajaran Islam, perintah agar manusia senantiasa berdzikir dengan menyebut asma Allah untuk menghadirkan ketenangan dalam hidup. Dengan melafazkan dzikir baik itu berupa tahlil, tasbih, tahmid maupun takbir, maka hati dan pikiran

seseorang akan merasa lebih tenang dan tentram. Pada studi yang sudah dilaksanakan menjelaskan terapi relaksasi benson mampu menurunkan tekanan darah. Penelitian lain menyebutkan mayoritas dari 18 responden mengalami perubahan tekanan darah sesudah melaksanakan relaksasi benson yakni sejumlah (61,1%) menjadi normal, sebagian kecil mengalami hipertensi strage I (ringan) sejumlah (22,2%) dan mengalami hipertensi normal tinggi sejumlah (16,6%). (Rahayu et al., 2014).

Berdasarkan penelitian Elverda Avisia (2021), menyatakan bahwa setelah diberikan terapi generalis pasien dengan ansietas merasakan lebih nyaman dan tenang hal ini ditunjukkan dari hasil skor rata rata diperoleh 48% setelah diberikan terapi generalis 38% terjadi penurunan pada pasien dari 14 menjadi 8, dan kemampuan pasien menangani ansietas meningkat 91% dari 55 %. Adapun penelitian yang dilakukan Syukri.,(2017). Menyatakan adanya gejala dan tanda yang menurun pada kecemasan pasien hipertensi diikuti dengan peningkatan kemampuan dalam melaksanakan tindakan generalis. Studi yang senada dengan hal ini diantaranya tarik nafas dalam dan hipnotis 5 jari efektif dalam menurunkan ansietas pada klien dengan hipertensi terbukti bisa menurunkan tingkatan ansietas (Hidayati, 2014). Diperkuat oleh penelitian Desi Misdiyanti (2022) Sesudah pemberian tindakan kombinasi terapi generalis (teknik relaksasi nafas dalam, teknik hipnotis lima jari dan spiritual dzikir), seluruah pasien mengalami penurunan gejala dan tanda cemas. Terapi individu dengan terapi generalis kombinasi dengan mindfulness therapy direkomendasikan untuk diterapkan perawat dalam memberikan asuhan keperawatan jiwa psikososial.

Berdasarkan penelitian Sutanti et al.,(2017). terapi relaksasi benson mampu menurunkan tekanan darah ditunjukkan dengan data yakni rata-rata tekanan darah sistolik sebelum dilaksanakan terapi 163,12. Sedangkan setelah dilakukan terapi menjadi 150,47, sementara rata-rata tekanan darah diastolik sebelumnya 93,28 menjadi 87,19. Rata-rata tekanan darah sistolik turun 12,66 mmHg menjadi 6,09 mmHg. Penelitian yang sudah dilakukan

oleh (Ratnawati, 2019) menunjukkan untuk penderita hipertensi ada pengaruh terapi benson terhadap penurunan tekanan darah. Studi lainnya dilaksanakan (Rambod et al,2020). Penelitian yang dilakukan oleh (Fikri, M, 2018) terkait pengaruh relaksasi benson terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Desa Sukosari wilayah kerja Puskesmas dagangan Kabupaten Madiun menunjukkan hasil bahwa terapi benson mampu membantu pasien menurunkan tekanan darahnya. terapi tersebut dapat mengurangi kecemasan pada pasien hipertensi,

Teori keperawatan yang banyak digunakan untuk menganalisa kecemasan salah satunya yaitu teori peplau, Teori Peplau dipakai dalam membina proses komunikasi terapeutik yang mempunyai tujuan sederhana. Untuk teori ini unsur utama yang penting yakni komunikasi antara pasien dan perawat. Berdasar paparan Peplau, komunikasi pasien dan perawat ini bisa mengakibatkan beragam permasalahan keperawatan. Peplau merujuk pada terapi komunikasi yang penting bersama pasien dan peranan krusial untuk menurunkan ansietas lewat kerangka kerja bagi komunikasi perawat-pasien. Sehingga perawat akan bisa memberi respon kebutuhan pasien lewat pembinaan komunikasi terapeutik yang baik dengan pasien, karena aspek interpersonal dalam pemberian pelayanan dan pentingnya pemahaman berbagai masalah, ekspresi wajah, dan seperti kebutuhan dasar manusia, frustrasi, mimpi dan kekhawatiran pada kemungkinan yang terjadi secara berlebihan teori peplau dapat membantu perawat untuk memahami tingkah lakunya agar dapat mengidentifikasi kesulitan, keresahan yang dialami individu (Sunden.,2016)

Merujuk hasil studi pendahuluan yang sudah dilaksanakan pada 3 pasien di Desa Pekuncen Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen menggunakan kuisioner *Depression Anxiety Stress Scales* (DASS). dengan pembagian 3 skala ansietas yaitu, 8-9 skala ansietas ringan, 10-14 skala ansietas sedang, serta ansietas berat jika skor >20. Hasil wawancara yang telah dilakukan penulis pada 3 pasien diketahui bahwa 2 pasien dengan ansietas sedang skor DASS 11 dan 14 serta 1 pasien dengan ansietas ringan

dengan skor DASS 9. pasien Hipertensi tekanan darah lebih dari 140,4 menyatakan bahwa memiliki factor keturunan hipertensi dan ia merasa cemas, dan merasa was was sakit kepala, dan sulit tidur dimalam hari, gelisah, aktivitas keseharian jadi kurang maksimal, istirahat pun terganggu, pasien hanya rutin minum obat farmokologi untuk menurunkan tensi yang sudah di berikan dan belum pernah melakukan terapi nonfarmakologi seperti terapi generalis dan terapi benson untuk menurunkan kecemasan. Merujuk latar belakang ini mendorong penulis agar melaksanakan studi kasus terkait “ Asuhan Keperawatan pada pasien Hipertensi dengan Ansietas melalui Kombinasi Terapi Generalis dan Terapi Benson di Desa Pekuncen Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen ”.

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Menganalisis tentang asuhan keperawatan pada klien dengan permasalahan keperawatan Hipertensi dengan ansietas menggunakan terapi generalis dan terapi benson untuk menurunkan perasaan takut, khawatir, gelisah pada pasien ansietas tersebut.

2. Tujuan Khusus

1. Memaparkan hasil pengkajian pada pasien hipertensi dengan ansietas
2. Memaparkan hasil analisa data pada pasien hipertensi dengan ansietas
3. Memaparkan hasil intervensi keperawatan pada pasien hipertensi dengan ansietas
4. Memaparkan implementasi keperawatan pada pasien hipertensi dengan ansietas
5. Memaparkan hasil evaluasi keperawatan pada pasien hipertensi dengan ansietas
6. Memaparkan hasil inovasi keperawatan (sebelum dan sesudah diberikan terapi generalis dan terapi benson) pada pasien ansietas

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Keilmuan

Sebagai kontribusi ilmiah dan investasi dalam pengembangan keilmuan khususnya dalam hal terapi generalis dan terapi benson atau bahan pembanding bagi peneliti sebelumnya.

2. Manfaat Aplikatif

a) Bagi Penulis

Terdapat harapan karya ilmiah akhir ini bisa memberi tambahan wawasan untuk penulis mengenai asuhan keperawatan pada pasien Ansietas dengan pemberian terapi generalis dan terapi benson

b) Rumah Sakit / Puskesmas

Dijadikan acuan dan peningkatan dan pemberian mutu pemberian asuhan keperawatan serta mengoptimalkan seluruh tindakan keperawatan khususnya bagi pasien dengan Ansietas

c) Masyarakat / Pasien

Karya ilmiah akhir ini harapannya bisa dijadikan tambahan wawasan dan ketrampilan terkait terapi yang bisa dilakukan jika ada keluarga yang mengalami Ansietas .

DAFTAR PUSTAKA

- Arafah, S. (2019). Pengaruh Rendam Kaki Dengan Menggunakan Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Pattalassang Kab. Takalar. *Jurnal Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*.
- Andika, F., Haniarti, & Patintingan, A. (2018). Effect of Young Coconut Water on Decreasing Blood Pressure on Hypertension Patients on Lanrisang Community Health Center in Pinrang District. *Jurnal Ilmiah Manusia dan Kesehatan*.
- Padila. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Nuhu Medika.
- PPNI, T. P. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi dan Standar Diagnostik*. Jakarta Selatan: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- Kemenkes, RI. (2018). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018 Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Riset Kesehatan Dasar*.
- Maslabib, M. H. (2020). Asuhan Keperawatan Hambatan Komunikasi Verbal Pada Pasien Stroke Non Hemoragic (SNH) Dengan Penerapan Latihan Facial Expression di Ruang Kemuning RSUD Prof. D. Margono Soekarjo Purwokerto. *STIKES Muhammadiyah Gombong*. Kebumen: STIKES Muhammadiyah Gombong.
- Masturoh, I., & Anggita, T. N. (2018). Bahan Ajar Rekam Medis dan Informas (RMIK). *Metodologi Penelitian Kesehatan*, In Kemenkes RI.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurhidayat, S. (2016). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi Dengan Pendekatan Riset.
- Nursalam. (2011). *Manajemen Keperawatan Aplikasi dalam Praktik*. Salemba Medika.
- Nursalam. (2017). *Metodelogi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Tarigan, R. A., Lubis, Z., & Syarifah, S. (2018). Pengaruh pengetahuan, sikap dan dukungan keluarga terhadap diet hipertensi di desa Hulu Kecamatan Pancur Batu tahun 2016. *Jurnal Kesehatan, 11(1)*.
- WHO. (2018). *Global Health Estimates 2016: Deaths by Cause, Age, Sex, by Country and by Region, 2000-2016*. Geneva: World Health Organization
- Yassine, et al. (2016). Evaluation of Medication Adherence in Lebanon Hypertensive Patients. *Jurnal of Epidemiology and Global Health. Ministry of Health, 6(3)*, Doi : 10.1016/j.jegh.2015.07.002.
- Yuli, A. (2018). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Gerontik*.

LEMBAR PENJELASAN STUDI KASUS

Kami adalah mahasiswa berasal dari Universitas Muhammadiyah Gombong Fakultas Ilmu Kesehatan Program Studi Pendidikan Profesi Ners dengan ini meminta anda untuk berpartisipasi dengan sukarela dalam studi kasus yang berjudul “ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN ANSIETAS MELALUI KOMBINASI TERAPI GENERALIS DAN TERAPI BENSON DI DESA PEKUNCEN KECAMATAN SEMPOR KABUPATEN KEBUMEN ”

1. Tujuan dari studi kasus ini adalah melakukan asuhan keperawatan untuk menurunkan Ansietas pada pasien hipertensi yang dapat memberi manfaat berupa menambah keluasan ilmu dan terapan dibidang keperawatan pada pasien.
2. Prosedur pengambilan bahan data dengan cara wawancara terpimpin dengan menggunakan pedoman wawancara yang akan berlangsung lebih kurang 15-20 menit. Cara ini mungkin menyebabkan ketidaknyamanan tetapi anda tidak perlu khawatir karena studi kasus ini untuk kepentingan pengembangan asuhan atau pelayanan keperawatan.
3. Keuntungan yang anda peroleh dalam keikutsertaan anda pada studi kasus ini adalah anda turut terlibat aktif mengikuti perkembangan asuhan dan tindakan yang diberikan.
4. Nama dan jati diri anda beserta seluruh informasi yang saudara sampaikan akan tetap dirahasiakan.
5. Jika saudara membutuhkan informasi sehubungan dengan studi kasus ini, silahkan menghubungi mahasiswa pada nomer HP 083154564894 (Laras Ageng Sekar Sari)

Mahasiswa

Laras Ageng Sekar Sari

INFORMED CONCENT

(Persetujuan Menjadi Responden)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bahwa saya telah mendapat penjelasan secara rinci dan telah mengerti mengenai studi kasus yang akan dilakukan oleh Laras Ageng Sekar Sari dengan judul “ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN ANSIETAS MELALUI KOMBINASI TERAPI GENERALIS DAN TERAPI BENSON DI DESA PEKUNCEN KECAMATAN SEMPOR KABUPATEN KEBUMEN”

Saya memutuskan setuju untuk ikut berpartisipasi pada studi kasus ini secara sukarela tanpa paksaan. Bila selama studi kasus ini saya menginginkan mengundurkan diri, maka saya dapat mengundurkan sewaktu-waktu tanpa sanksi apapun.

Gombong,..... 2023

Saksi

Yang membuat pernyataan

(.....)

(.....)

KUISIONER ANSIETAS

Depression and Anxiety Stress Scale 42 (DASS 42)

Nama :

TTL :

Alamat :

No HP :

Pekerjaan :

Agama :

No	Aspek Penilaian	0	1	2	3
1	Mulut terasa kering				
2	Merasakan gangguan dalam bernafas (nafas cepat/sulit bernafas)				
3	Kelemahan pada anggota tubuh				
4	Cemas yang berlebihan pada situasi tertentu namun bisa lega apabila situasi tersebut berakhir				
5	kelelahan				
6	Berkeringat (tangan basah) tanpa stimulasi oleh cuaca / latihan fisik				
7	Ketakutan tanpa alasan yang jelas				
8	Sulit menelan				
9	Perubahan detak jantung/ denyut nadi tanpa stimulasi latihan fisik				
10	Mudah panic				
11	Takut diri terhambat oleh tugas tugas yang tidak biasa dilakukan				
12	Ketakutan				
13	Khawatir situasa saat diri anda panic dan mempermalukan diri sendiri				
14	Gemetar				

0 : tidak ada/ tidak pernah

1 : sesuai yang dialami sampai tingkat tertentu kadang kadang

2: sering

3 : sangat sesuai yang dialami atau hamper setiap saat

Indicator tingkat kecemasan

Tingkat	Kecemasan
Normal	0-7
Ringan	8-9
Sedang	10-14
Parah	15-19
Sangat parah	>20



STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR

TERAPI BENSON

SOP ini diadopsi dari penelitian Catur Sayekti (2021) dalam penelitian yang berjudul “ Analisa asuhan keperawatan pemberian kombinasi relaksasi benson dan aroma terapi lemon untuk menurunkan Ansietas pada pasien Hipertensi di Desa Karangobar Banjarnegara “

Pengertian	Relaksasi benson merupakan salah satu Teknik relaksasi dengan tujuan mengobati mengurangi nyeri, insomnia (sulit tidur), Ansietas/ Kecemasan dan Hipertensi, relaksasi benson sendiri merupakan Teknik relaksasi yang melibatkan factor keyaqinan pasien yang dapat menciptakan suatu lingkungan internal sehingga dapat membantu pasien mencapai kondisi Kesehatan dan kesejahteraan lebih tinggi
Tujuan	<ol style="list-style-type: none">3. Meningkatkan ventilasi4. Memelihara pertukaran gas5. Mengurangi stress baik fisik maupun emosional6. Menurunkan intensitas nyeri7. Menurunkan kecemasan8. Menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik
Petugas	Perawat
Peralatan	SOP terapi Benson
Prosedur Pelaksanaan	<p>D. Tahap persiapan</p> <ul style="list-style-type: none">- Melakukan verifikasi data sebelumnya- Mencuci tangan- Membawa alat dan bahan ke dekat pasien <p>E. Tahap orientasi</p> <ul style="list-style-type: none">- Memberikan salam dan memperkenalkan diri- Membina hubungan saling percaya- Kontrak waktu- Menjelaskan tujuan dan prosedur Tindakan terapi benson pada klien dan keluarga- Menjaga privasi klien dengan menutup jendela, gorden/ pintu

	<ul style="list-style-type: none"> - Memberikan kesempatan klien untuk bertanya - Melakukan informed consent - Mendekatkan alat ke klien <p>F. Tahap pelaksanaan</p> <ul style="list-style-type: none"> - Membaca tasmiyah dan mengatur posisi klien - Mencuci tangan - Mengatur posisi senyaman mungkin - Anjurkan klien untuk duduk dalam keadaan tenang dan nyaman - Intruksikan klien untuk menutup mata - Intruksikan klien agar tetap tenang dan mengendurkan otot-otot di seluruh tubuh dari ujung kaki hingga otot wajah dan rasakan rileks - Intruksikan klien agar menarik nafas dalam lewat hidung, tahan 3 detik lalu hembuskan lewat mulut dengan mengucapkan doa atau kata yang telah dipilih - Intruksikan klien untuk membuang pikiran negative dan tetap focus pada nafas dalam dan doa / kata yang telah dipilih untuk diucapkan - Lakukan kurang lebih selama 15 menit - Intruksikan klien untuk mengakhiri relaksasi dengan tetap menutup mata selama 2 menit lalu membukanya dengan perlahan <p>G. Tahap terminasi</p> <ul style="list-style-type: none"> - Melakukan evaluasi Tindakan - Merapikan klien - Membaca tahmid berpamitan pada klien - Membereskan alat-alat - Mencuci tangan - Mencatat kegiatan di lembar pendokumentasian
--	--

LEMBAR OBSERVASI TERAPI BENSON

Nama (inisial) :

Umur :

Alamat :

No HP :

Hari :

No	Indikator	YA	TIDAK
1	Membaca Doa		
2	Pasien Mencuci tangan		
3	Pasien Mengatur posisi senyaman mungkin		
4	Pasien duduk dengan keadaan tenang dan nyaman		
5	Pasien menutup mata		
6	klien tenang dan mengendurkan otot di seluruh tubuh dari ujung kaki hingga otot wajah sehingga merasakan rileks		
7	klien menarik nafas dalam lewat hidung menahan 3 detik lalu menghembuskan lewat mulut dengan mengucapkan doa atau kata yang telah dipilih		
8	Pasien mengakhiri relaksasi dengan tetap menutup mata selama 2 menit lalu membukanya dengan perlahan		
9	Pasien mampu menyebutkan Langkah Langkah terapi Benson		
10.	Klien merasa lebih tenang		

**STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR
DISTRAKSI RELAKSASI NAFAS DALAM**

SOP ini diadopsi dari penelitian Elvarda Avisia (2021) dalam penelitian yang berjudul “Keefektifan kombinasi Terapi Generalis dengan terapi lavender dalam penurunan kecemasan pada pasien hemodialisa di RS PKU Muhammadiyah Gombong”

Pengertian	Melmbalikan rasa nyaman kepada pasien yang mengalami nyeri dengang membimbing pasien melakukan distraksi relaksasi
Tujuan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengurangi dan menghilangkan Nyeri 2. Menmenurunkan ketegangan otot 3. Menimbulkan rasa aman dan damai
Kebijakan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Klien dengan nyeri kronis 2. Klien dengan kecemasan
Petugas	perawat
Peralatan	
Prosedur pelaksanaan	<ol style="list-style-type: none"> A. Tahap pra interaksi <ul style="list-style-type: none"> - Melihat data kecemasan klien B. Tahap orientasi <ul style="list-style-type: none"> - Memberikan salam dan menyapa klien - Memperkenalkan diri - Menanyakan perasaan klien hari ini - Menanyakan cara yang biasa digunakan agar rileks - Menjelaskan tujuan dan prosedur - Menanyakan persetujuan dan kesiapan klien C. Tahap kerja <ul style="list-style-type: none"> - Membaca tasmiyah - Mengatur posisi yang nyaman menurut klien - Mengatur lingkungan yang tenang dan nyaman - Meminta pasien memejamkan mata - Meminta pasien untuk memfokuskan pikiran pasien pada kedua kakinya untuk rikendorkan otot ototnya, dan meminta pasien untuk merasakan relakasinya

	<ul style="list-style-type: none">- Meminta pasien untuk memindahkan pikiran pada tangan pasien kendorkan otot tangan dan rasakan relaksasinya- Meminta pasien meletakkan 1 tangan di dada dan satu tangan di abdomen- Melatih pasien melakukan nafas perut (menarik nafas dalam melalui hidung hingga 3 hitungan jaga mulut tetap tertutup)- Meminta pasien merasakan mengembangnya abdomen (cegah lengkungan pada punggung)- Meminta pasien menahan nafas hingga 3 hitungan- Meminta pasien menghembuskan nafas lewat mulut perlahan dalam 3 hitungan- Meminta pasien merasakan mengempisnya otot abdomen- Mengatakan pada pasien untuk melakukan ini apabila merasakan kecemasan- Merapikan pasien- Mencuci tangan . <p>D. Tahap terminasi</p> <ul style="list-style-type: none">- Evaluasi perasaan klien setelah dilakukan Tindakan- Membaca tahmid dan berpamitan dengan klien- Mengisi lembar observasi klien
--	---

LEMBAR OBSERVASI DISTRAKSI RELAKSASI NAFAS DALAM

Nama (inisial) :

Umur :

Alamat :

No HP :

Hari :

No	Indikator	YA	TIDAK
1	Pasien Membaca Doa		
2	Pasien Mencuci tangan		
3	Pasien Mengatur posisi senyaman mungkin		
4	Pasien menarik mengendurkan otot otot kaki dan merasakan relaksasi		
5	Pasien mengendurkan otot otot tangan dan meraskan relaksasi		
6	Pasien meletakkan satu tangan di dada dan satu tangan di abdomen		
7	Pasien menarik nafas lewat hidung dalam 3 hitungan dan merasakan mengembangnya otot abdomen		
8	Pasien menahan nafas selama 3 hitungan		
9	Pasien Menghembuskan nafas lewat mulut secara perlahan dalam 3 hitungan		
10	Pasien merasakan mengempisnya otot abdomen		
11	Pasien mampu memahami teknisk nafas dalam		
12	Pasien dapat mempraktekkan Teknik nafasdalam sesuai urutan yang benar		

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR

HIPNOTIS 5 JARI TERHADAP KLIEN DENGAN KECEMASAN

SOP ini diadopsi dari penelitian Elvarda Avisia (2021) dalam penelitian yang berjudul “Keefektifan kombinasi Terapi Generalis dengan terapi lavender dalam penurunan kecemasan pada pasien hemodialisa di RS PKU Muhammadiyah Gombong”

Pengertian	Memberikan perasaan nyaman, ketenangan kepada klien yang mengalami kecemasan dengan membimbing klien melakukan hipnotis 5 jari
Tujuan	4. Menurunkan tingkat kecemasan klien 5. Memberikan perasaan nyaman dan tenang
Kebijakan	Klien dengan kecemasan
Petugas	Mahasiswa
Peralatan	Alat tulis
Prosedur pelaksanaan	<p>E. Tahap pra interaksi</p> <ul style="list-style-type: none">- Melihat data kecemasan klien <p>F. Tahap orientasi</p> <ul style="list-style-type: none">- Memberikan salam dan menyapa klien- Memperkenalkan diri- Menanyakan perasaan klien hari ini- Menanyakan cara yang biasa digunakan agar rileks- Menjelaskan tujuan dan prosedur- Menanyakan persetujuan dan kesiapan klien <p>G. Tahap kerja</p> <ul style="list-style-type: none">- Membaca tasmiyah- Mengatur posisi, lingkungan yang nyaman dan tenang- Meminta klien untuk Tarik nafas terlebih dahulu sampai klien benar benar nyaman- Meminta klien untuk memejamkan kedua mata- Meminta klien menyatukan ibu jari dengan jari telunjuk (bayangkan kondisi saat sehat)

	<ul style="list-style-type: none">- Meminta klien menyatukan ibu jari dengan jari tengah (bayangkan bahwa klien sedang ditengah tengah orang yang ia sayangi sehingga klien merasa Bahagia)- Menyatukan ibu jari dengan jari manis (bayangkan prestasi yang pernah klien dapatkan sehingga klien merasa berharga bagi keluarga dab orang lain)- Menyatukan ibu jari dengan jari klingking (bayangkan tempat terin dah yang pernah klien kunjungi sehingga klien merasakan Kembali situasi Bahagia)- Meminta klien untuk menarik nafas hembuskan pelan pelan melalui muut sebanyak 2 kali sambal meminta klien untuk membuka matanya pelan pelan. <p>H. Tahap terminasi</p> <ul style="list-style-type: none">- Evaluasi perasaan klien setelah dilakukan Tindakan- Meminta klien untuk menyebutkan Langkah Langkah hipnotis 5 jari- Memberikan reinforcement positif pada klien- Rencana tindak lanjut (kontrak waktu, tempat,tanggal)- Membaca tahmid dan berpamitan dengan klien- Mengisi lembar observasi klien
--	--

LEMBAR OBSERVASI TERAPI HIPNOTIS 5 JARI

Nama (inisial) :

Umur :

Alamat :

No HP :

Hari :

No	Indikator	YA	TIDAK
1	Pasien Membaca Doa		
2	Pasien Mencuci tangan		
3	Pasien Mengatur posisi senyaman mungkin		
4	Pasien menarik nafas terlebih dahulu sampai klien benar benar nyaman		
5	pasien menutup mata		
6	Pasien Menyatukan ibu jari dengan jari telunjuk dan membayangkan kondisi saat sehat		
7	Pasien Menyatukan ibu jari dengan jari tengah dan membayangkan bahwa klien sedang ditengah tengah orang yang ia sayangi sehingga klien merasa Bahagia		
8	Pasien Menyatukan ibu jari dengan jari manis dan membayangkan prestasi yang pernah klien dapatkan sehingga klien merasa berharga bagi keluarga dan orang lain		
9	Pasien Menyatukan ibu jari dengan jari kelingking dan membayangkan tempat terindah yang pernah klien kunjungi sehingga klien merasakan Kembali situasi Bahagia		
10	Pasien menarik nafas lewat hidung menghembuskan pelan pelan melalui mulut sebanyak 2 kali dan membuka matanya pelan pelan		
11	Pasien mampu menyebutkan Langkah Langkah hipnotis 5 jari		
12	Pasien merasa lebih tenang dan nyaman		

STRATEGI PELAKSANAAN PADA PASIEN DENGAN ANSIETAS

1. Kondisi pasien

2. Diagnosa Keperawatan :

Ansietas

3. Tujuan

Mengurangi kecemasan yang dialami pasien.

4. Strategi Pelaksanaan

a. Fase Orientasi

1) Memberikan salam terapeutik

“Assalamualaikum, mas”

“Selamat pagi, perkenalkan nama saya laras , saya adalah perawat yang berjaga pada hari ini dari jam 08.00-14.00. Kalau boleh tau siapa nama bapak?. Senangnya dipanggil siapa?”

2) Evaluasi/ Validasi

a) Perasaan Pasien

“Bagaimana perasaan pak hari ini?”

b) Kondisi pasien

“Kalau saya perhatikan bapak gelisah, tidak bisa tidur, merasa khawatir ya?”

3) Kontrak

a) Topik

“Baiklah, bagaimana kalau sekarang kita berbincang-bincang tentang perasaan gelisah, tidak bisa tidur dan merasa khawatir?”

b) Waktu

“Baik kalau bersedia, waktunya mau berapa lama, pak?”

“Bagaimana kalau kita berbincang-bincang selama 20 menit?”

c) Tempat

“Untuk tempatnya mau dimana?”

b. Fase Kerja

“Tadi bapak katakan, merasa gelisah, tidak bisa tidur dan merasa khawatir, coba bapak ceritakan lebih lanjut tentang perasaan tersebut? Apa yang sedang bapak

pikirkan? Apa yang bapak lakukan terkait dengan perasaan tersebut? Apa yang terjadi sehingga bapak merasa gelisah?”

“Jadi....bapak merasa khawatir karena memikirkan penyakit yang di alami... ada lagi hal lain yang menyebabkan khawatir?” apa yang bapak rasakan saat khawatir?” dan apa yang bapak lakukan ketika perasaan itu muncul?” jadi saat khawatir yang di alami sulit tidur, gelisah, sakit kepala, jantung berdebar-debar, tidak nafsu makan dan bapak tidak tau apa yang dilakukan?” baik saya akan menjelaskan bahwa apa yang bapak rasakan tadi merupakan tanda dan gejala dari cemas. Untuk mengatasi itu saya akan ajarkan latihan tarik nafas dalam dan distraksi.

Contoh : bapak tempatkan pada posisi senyaman yang di rasakan, kemudian tutup mata, pikirkan kondisi yang membuat bapak cemas, kemudian tarik nafas tahan kira-kira 5-10 detik, lalu keluarkan melalui mulut dengan perlahan-lahan.”

“yaa bagus sekali, pak! Coba ulangi sekali lagi. Bagus sekali.” Setelah bapak latihan nafas dalam, bapak bisa mengalihkan kecemasan dengan bercakap-cakap dengan keluarga.

c. Fase Terminasi

1) Evaluasi

a) Subjektif

Baik pak, latihan hari ini saya rasa sudah cukup “Bagaimana perasaan bapak setelah kita latihan teknik nafas dalam?”

b) Objektif

“Coba bapak peragakan lagi latihan nafas dalam yang saya ajarkan tadi!”

“Bagus sekali, bapak masih mengingatnya”

c) Rencana Tindak Lanjut

“Baik, sekarang kita buat jadwal kegiatannya ya ? Diharapkan setelah kita berlatih cara latihan nafas dalam bapak bisa melakukannya sendiri ya. Jika bapak melakukannya mandiri centang di (M), Jika dengan bantuan di (B), jika tidak melakukan centang di (T). Ibu sudah paham?”

4) Kontrak Pertemuan

d) Topik

“Baik, bagaimana kalau besok kita bertemu lagi untuk berbincang-bincang tentang perasaan yang bapak alami setelah latihan dan kita akan melanjutkan latihan hipnotis 5 jari, dan terapi benson ya!”

e) Waktu

“Untuk waktunya mau jam berapa? Baiklah kita akan bertemu jam 10.00 besok ya pak”.

f) Tempat

Untuk tempatnya mau dimana?disini saja ya.”

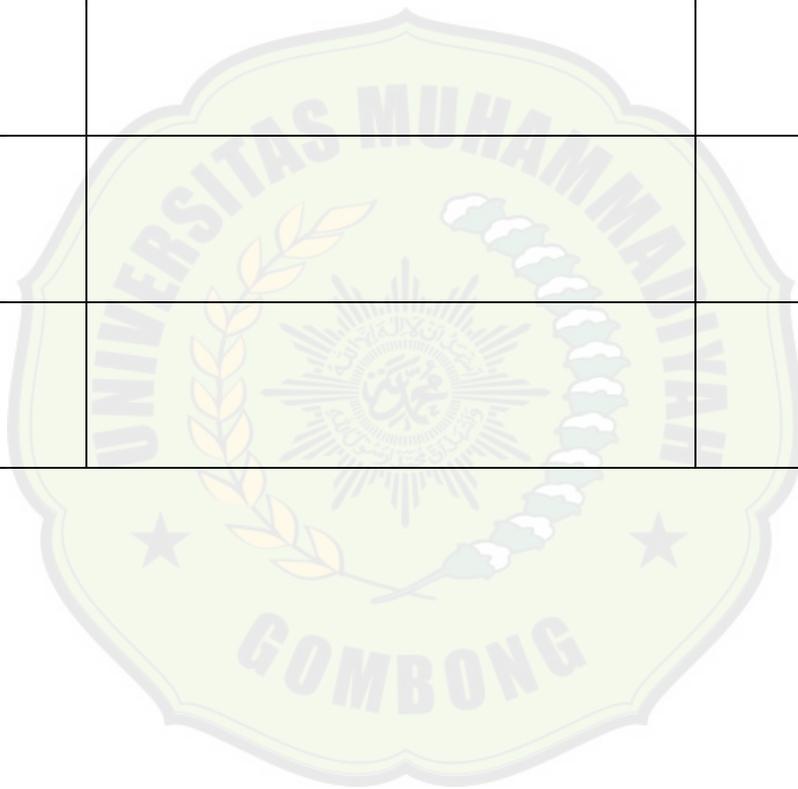
“Baiklah pak, Sampai ketemu besok”

“Assalamualaikum... Selamat siang



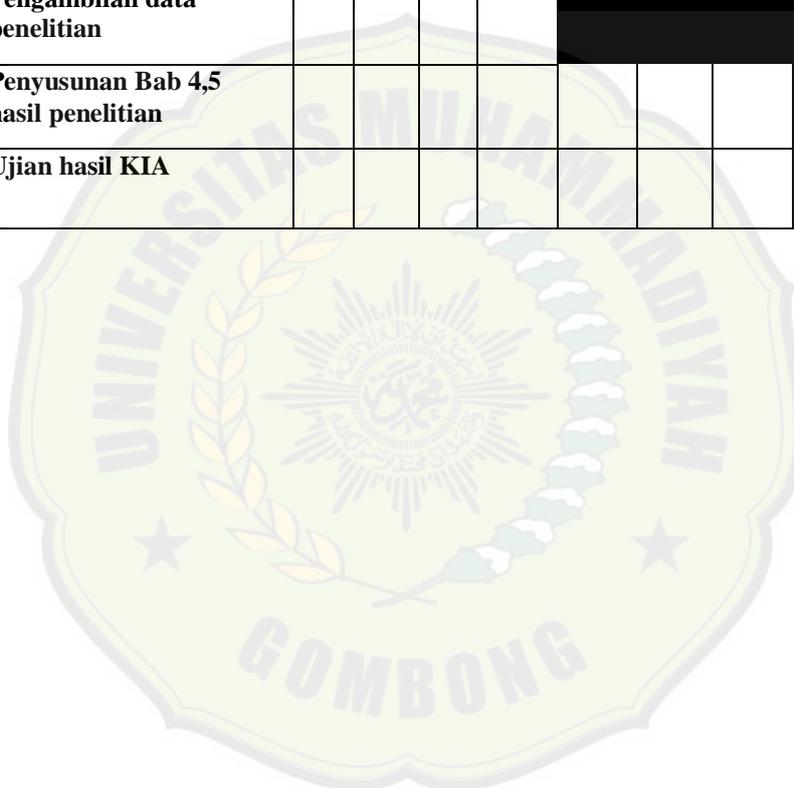
JADWAL HARIAN KLIEN

NO.	Waktu	Kegiatan	Keterangan



**JADWAL PELAKSANAAN KEGIATAN PENYUSUNAN KIA
DAN HASIL PENELITIAN**

No	Kegiatan	Nov	Jan	Feb	Mar	Mei	Jun	Jul	Ags	Sep
1.	Penentuan Tema/judul									
2.	Penyusunan Proposal									
3.	Ujian Proposal									
5,	Pengambilan data penelitian									
6.	Penyusunan Bab 4,5 hasil penelitian									
7.	Ujian hasil KIA									





UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PRODI PROFESI NERS
Jl. Yos Sudarso No. 461, Telp. Fax. (0287) 472433, Gombong 54412

Nama Mahasiswa : Laras Ageng Sekar Sari
NIM : 20220300062
Pembimbing : Tri Sumarsih M.,NS

Tanggal Bimbingan	Topik /Materi Bimbingan	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
<u>14 Nov 2022</u>	Judul KIA	<i>Ansaf</i>	<i>Su</i>
<u>19 Januari 2023</u>	BAB I, Revisi Hipertensi Ansietas	<i>Ansaf</i>	<i>Su</i>
<u>4 Februari 2023</u>	BAB I ,Revisi tambah jurnal dan teori	<i>Ansaf</i>	<i>Su</i>
<u>10 Februari 2023</u>	BAB I, Lanjut BAB II	<i>Ansaf</i>	<i>Su</i>
<u>17 Februari 2023</u>	BAB II, Lanjut BAB III	<i>Ansaf</i>	<i>Su</i>
<u>9 Maret 2023</u>	BAB III, Revisi metode pengumpulan data, kriteria Inklusi, eksklusi, instrument)	<i>Ansaf</i>	<i>Su</i>
<u>11 maret 2023</u>	BAB III Metode penelitian, Lembar Observasi	<i>Ansaf</i>	<i>Su</i>
<u>13 maret 2023</u>	ACC Proposal	<i>Ansaf</i>	<i>Su</i>

Mengetahui,
Ketua Prodi Profesi Ners



(Wuri Utami., M Kep)



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PRODI PROFESI NERS
Jl. Yos Sudarso No. 461, Telp. Fax. (0287) 472433, Gombong 54412

Nama Mahasiswa : Laras Ageng Sekar Sari
NIM : 20220300062
Pembimbing : Tri Sumarsih M.,NS

Tanggal Bimbingan	Topik /Materi Bimbingan	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
<u>29</u> Agustus 2023	BAB IV & V	<i>Ansaf</i>	<i>Su</i>
<u>04</u> september 2023	Abstrak, perbaiki BAB III, IV, V	<i>Ansaf</i>	<i>Su</i>
<u>06</u> september 2023	ACC	<i>Ansaf</i>	<i>Su</i>

Mengetahui,
Ketua Prodi Profesi Ners

(Wuri Ujani., M Kep)



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

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 ANSIETAS
MELALUI KOMBINASI TERAPI GENERALIS DAN TERAPI BENSON DI DESA
PEKUNCEN KECAMATAN SEMPOR KABUPATEN KEBUMEN**

Nama : Laras Ageng Sekar Sari
NIM : 2022030062
Program Studi : Profesi Ners
Hasil Cek : 15 %

Gombong, 05 September 2023

Pustakawan


(... Desy Setiyawati, M.A. ...)

Mengetahui,
Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT


(Sawiji, M.Sc)