KARYA ILMIAH AKHIR NERS

ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA Ny.S DENGAN MASALAH HIPERTENSI DENGAN PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI BENSON DI UPT PUSKESMAS TUNTUNGAN KEC.PANCUR BATU

ROSA NATALIA SITORUS
NIM : P0712062552

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
TAHUN 2026

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA Ny.S DENGAN MASALAH HIPERTENSI DENGAN PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI BENSON DI UPT PUSKESMAS TUNTUNGAN KEC.PANCUR BATU

Sebagai Syarat Menyelesaikan Pendidikan
Program Studi Profesi Ners

ROSA NATALIA SITORUS
NIM : P0712062552

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
TAHUN 2026

DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS ..... **i**
LEMBAR PERSETUJUAN ..... **ii**
LEMBAR PENGESAHAN ..... **iii**
KATA PENGANTAR ..... **iv**
BIODATA PENULIS ..... **v**
ABSTRAK ..... **vi**
ABSTRACT ..... **vii**
DAFTAR ISI ..... **ix**
DAFTAR TABEL ..... **xi**
DAFTAR GAMBAR ..... **xii**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xiii**
BAB I PENDAHULUAN **1**
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 4
C. Tujuan 4
D. Manfaat 5
BAB II TINJAUAN LITERATUR **6**
A. Konsep Teori Penyakit Hipertensi 6
1. Definisi Hipertensi 6
2. Anatomi Fisiologi 6
3. Etiologi 8
4. Manifestasi Klinis 9
5. Pathway 11
6. Patofisologi 12
7. Klasifikasi Hipertensi 13
8. PemeriksaanDiagnostik 13
9. Penatalaksanaan 14
10. Komplikasi 15
Konsep Teori Keluarga 16
1. Definisi Keluarga 16
2. Tipe keluarga 17
3. Struktur Keluarga 17
4. Fungsi Keluarga 18

5. Tahap Perkembangan Keluarga 19
B. Konsep Teori Inovasi Penerapan Relaksasi Benson 20
1. Defenisi Relaksasi Benson 20
2. Elemen dasar dalam relaksasi benson 21
3. Langkah – langkah teknik relaksasi benson 21
4. Manfaat Relaksasi Benson 22
C. Konsep Teori Asuhan Keperawatan Keluarga 22
1. Pengkajian 22
2. Diagnosis Keperawatan 26
3. Skoring Keperawatan 27
4. Intervensi Keperawatan 28
5. Implementasi Keperawatan 34
6. Evaluasi Keperawatan 34
BAB III GAMBARAN KASUS 35
A. Pengkajian 35
B. Diagnosis Keperawatan 48
C. Skoring Prioritas 48
D. Intervensi Keperawatan 50
E. Catatan Perkembangan 54
BAB IV PEMBAHASAN 68
A. Analisis dan Diskusi Hasil 68
B. Keterbatasan Penulis 76
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 77
A. Kesimpulan 77
B. Saran 77
DAFTAR PUSTAKA 79
LAMPIRAN

KATA PENGANTAR

Puji Syukur Peneliti Ucapkan Kepada Tuhan Yang Maha Esa Kerena Berkat RahmatNya sehingga Peneliti Dapat Menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners Yang Berjudul “Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Masalah Hipertensi Dengan Penerapan Relaksasi Benson Di UPT Puskesmas Tuntungan Kec. Pancur Batu.”

Karya Ilmiah Ini di tulis sebagai persyaratan kelulusan dalam menempuh Program Prodi Profesi Ners Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan. Pada kesempatan ini peneliti juga tidak lupa mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Tengku Sri Wahyuni, S.Sit, M.Keb Selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.
2. Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep, Ns, M.Kes Selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan.
3. Ibu Lestari S.Kep, Ners, M.Kep Selaku Ketua Prodi Profesi Ners Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan
4. Dr. Siang Br Tarigan S.Kep, Ns, M.Kes selaku Pembimbing Utama saya dan Dr. Johani Dewita Nasution SKM.,S.Kep.,Ns.,M.Kes Selaku Pembimbing Pendamping yang telah memberikan bimbingan kepada peneliti dalam menyusun Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
5. Ibu Juliana S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku dosen penguji I dan Ibu Dina Yusdiana S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku dosen penguji II
6. Dr. Arfah Dilla Rahmadhani Siregar selaku Plt. Kepala Puskesmas Tuntungan Kecamatan Pancur Batu serta Staff UPT Puskesmas Tuntungan Pancur Batu yang telah memberikan izin pelaksanaan penelitian asuhan keperawatan.
7. Seluruh dosen dan staff kependidikan Jurusan Keperawatan Medan serta semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhri Ners.
8. Kedua orangtua tercinta, yang menjadi alasan utama peneliti sehingga bertahan dalam setiap proses yang peneliti jalani selama perkuliahan untuk Bapak Sabar Sitorus Dan Ibu Rosmariani Marpaung yang Peneliti Cintai Dan Peneliti Sayangi Yang Telah Mendidik Peneliti Dan Mendukung Peneliti Sehingga Peneliti Bisa Menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners Ini Dan Peneliti

Mengucapkan Terimakasih Yang Sebesar Besarnya Kepada Kedua Orangtua Peneliti.

9. Abang Dan Kakak Peneliti Christine Natasha Sitorus , Jonathan Wesly Sitorus dan Clara Oktavia Sitorus Yang Telah Memberikan Semangat Dan Dukungan Kepada Peneliti Dalam Menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners Ini
10. Teman Teman Satu Angkatan 2025 Prodi Profesi Ners Yang Telah Menjadi Teman Seperjuangan Peneliti menimba ilmu di Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan.

Peneliti Menyadari Bahwa Karya Ilmiah Akhir Ners Ini Masih Kurang Dari Kesempurnaan, Oleh Karena Itu Peneliti Sangat Mengharapkan Kritik Dan Saran Yang Membangun Demi Kesempurnaan Karya Ilmiah Ini, Akhir Kata Mudah SS

Medan, 17 Juni 2026

Rosa Natalia Sitorus
NIM. P0712062552

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
KARYA ILMIAH AKHIR NERS
MEDAN, 17 JUNI 2026

ROSA NATALIA SITORUS
P0712062552

ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA NY.S DENGAN MASALAH HIPERTENSI DENGAN PENERAPAN RELAKSASI BENSON DI UPT PUSKESMAS TUNTUNGAN KEC. PANCUR BATU

V BAB + 77 HALAMAN + 9 TABEL + 2 GAMBAR + 13 LAMPIRAN

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan utama karena berisiko menyebabkan penyakit kardiovaskular, seperti stroke, penyakit jantung koroner, gagal jantung, dan gagal ginjal. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi hipertensi pada penduduk usia ≥18 tahun berdasarkan pengukuran tekanan darah mencapai 30,8%.
Tujuan: Mendeskripsikan asuhan keperawatan keluarga pada Ny. S dengan hipertensi melalui penerapan teknik relaksasi Benson untuk menurunkan tekanan darah di UPT Puskesmas Tuntungan, Kecamatan Pancur Batu, Kabupaten Deli Serdang.
Metode: Penelitian menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus, meliputi pengkajian, diagnosis, perencanaan, implementasi, dan evaluasi keperawatan. Teknik relaksasi Benson diterapkan selama tujuh kali kunjungan dengan melibatkan keluarga dalam proses perawatan.
Hasil: Penerapan teknik relaksasi Benson menunjukkan penurunan tekanan darah Ny. S dari 160/100 mmHg saat pengkajian awal menjadi 120/80 mmHg pada evaluasi akhir.
Kesimpulan: Penerapan teknik relaksasi Benson dalam asuhan keperawatan keluarga dapat membantu menurunkan tekanan darah pasien hipertensi dan meningkatkan kemampuan keluarga dalam melakukan perawatan secara mandiri. Teknik ini dapat menjadi intervensi nonfarmakologis pendukung pengendalian hipertensi di tingkat keluarga.
Saran: Keluarga diharapkan melanjutkan teknik relaksasi Benson secara rutin dan mandiri, menerapkan pola makan rendah garam, serta memeriksakan tekanan darah secara berkala di fasilitas pelayanan kesehatan.
Kata kunci: Hipertensi, Asuhan Keperawatan Keluarga, Teknik Relaksasi Benson
Daftar Bacaan : 34 (2020-2025)

LEMBAR PERSETUJUAN

JUDUL : ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA Ny.S DENGAN MASALAH HIPERTENSI DENGAN PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI BENSON DI UPT PUSKESMAS TUNTUNGAN KEC. PANCUR BATU

NAMA : ROSA NATALIA SITORUS

NIM : P0712062552

Telah Diterima dan Disetujui Untuk Diseminarkan Dihadapan Penguji

Medan, 10 Juni 2026

Menyetujui

Pembimbing Utama	Pembimbing Pendamping
Dr. Siang Br Tarigan S.Kep., Ns., M.Kes	Dr. Johani Dewita Nasution SKM.,S.Kep.,Ns., M.Kes
NIP. 197212201998032004	NIP.196505121999032001

Ketua Jurusan Keperawatan

Kemenkes RI Politeknik Kesehatan Medan

Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep.,Ns.,M.Kes

NIP. 197703162002122001

LEMBAR PENGESAHAN

JUDUL	:	**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA NY.S DENGAN MASALAH HIPERTENSI DENGAN PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI BENSON DI UPT PUSKESMAS TUNTUNGAN KEC. PANCUR BATU**
NAMA	:	**ROSA NATALIA SITORUS**
NIM	:	**P0712062552**

Karya Ilmiah Akhir Ners Ini Telah Diuji Pada Sidang Akhir Program Studi Ners
Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Politeknik Kesehatan Medan
Medan, 17 Juni 2026

Menyetujui

Penguji I

Juliana S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIP.197907012002122001

Penguji II

Dina Yusdiana S.Kep.,Ns.,M.Kes
NIP.197606241998032001

Ketua Penguji

Dr. Siang Br Tarigan S.Kep.,Ns.,M. Kes
NIP. 197212101998032004

Ketua Jurusan Keperawatan
Kemenkes RI Politeknik Kesehatan Medan

Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep.,Ns.,M.Kes
NIP. 197703162002122001