

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**ASUHAN KEPERAWATAN NYERI AKUT DENGAN
PEMBERIAN TERAPI RELAKSASI BENSON PADA
LANSIA HIPERTENSI DI PANTI SOSIAL TRESNA
WERDA WANA SERAYA TAHUN 2026**



Oleh:
PUTU RANI ANJANI
P07120325098

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
TAHUN 2026**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**ASUHAN KEPERAWATAN NYERI AKUT DENGAN
PEMBERIAN TERAPI RELAKSASI BENSON PADA
LANSIA HIPERTENSI DI PANTI SOSIAL TRESNA
WERDA WANA SERAYA TAHUN 2026**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Profesi Ners
Jurusan Keperawatan**

**Oleh:
PUTU RANI ANJANI
P07120325098**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
TAHUN 2026**

LEMBAR PERSETUJUAN

**ASUHAN KEPERAWATAN NYERI AKUT DENGAN
PEMBERIAN TERAPI RELAKSASI BENSON PADA
LANSIA HIPERTENSI DI PANTI SOSIAL TRESNA
WERDA WANA SERAYA TAHUN 2026**

Diajukan oleh:
PUTU RANI ANJANI
P07120325098

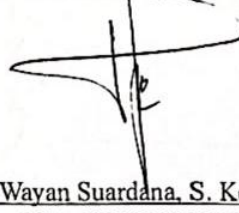
TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama:



Dr. Agus Sri Lestari., S.Kep., Ns., M.Erg.
NIP: 196408131985032002

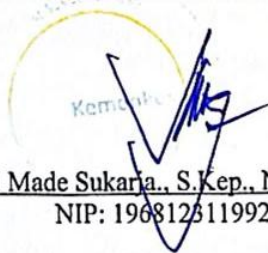
Pembimbing Pendamping:



Dr. I Wayan Suardana, S. Kep, Ns, M.Kep.
NIP: 197201091996031001

MENGETAHUI

**KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**



I Made Sukarja., S.Kep., Ners., M.Kep.
NIP: 196812311992031020

**LEMBAR PENGESAHAN
KARYA TULIS ILMIAH AKHIR NERS**

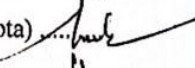
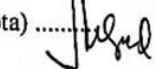
**ASUHAN KEPERAWATAN NYERI AKUT DENGAN
PEMBERIAN TERAPI RELAKSASI BENSON PADA
LANSIA HIPERTENSI DI PANTI SOSIAL TRESNA
WERDA WANA SERAYA TAHUN 2026**

Diajukan oleh:
PUTU RANI ANJANI
P07120221098

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

**PADA HARI : SENIN
TANGGAL: 18 MEI 2026**

TIM PENGUJI :

- | | |
|--|---|
| 1. <u>Prof. Dr. Komang Ayu Henny A. SKM., M.Kep., Sp.Kom.</u>
NIP: 19660321198832001 | (Ketua)  |
| 2. <u>Dr. DRS I Wayan Mustika, S. Kep., Ns., M. Kes.</u>
NIP: 196508111988031002 | (Anggota)  |
| 3. <u>Ketut Sudiantara, A. Per. Pen., S.Kep., NS., M.Kes.</u>
NIP: 196808031989031003 | (Anggota)  |

MENGETAHUI

**KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**



I Made Sukarya, S.Kep., Ners., M.Kep.
NIP: 196812311992031020

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Putu Rani Anjani
NIM : P07120325098
Program Studi : Profesi Ners
Jurusan : Keperawatan
Tahun Akademik : 2026
Alamat : Jalan Resimuka Barat No.12

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. KIAN dengan judul Asuhan Keperawatan Nyeri Akut Dengan Pemberian Terapi Relaksasi Benson Pada Lansia Hipertensi Di Panti Sosial Tresna Werdha Wana Seraya Tahun 2026 adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain**.
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Skripsi ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No.17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 5 May 2026
Yang membuat pernyataan

Putu Rani Anjani
NIM P07120325098

**ASUHAN KEPERAWATAN NYERI AKUT DENGAN PEMBERIAN
TERAPI RELAKSASI BENSON PADA LANSIA HIPERTENSI DI
PANTI SOSIAL TRESNA WERDA WANA SERAYA TAHUN 2026**

Putu Rani Anjani

Program Studi Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Denpasar

Email: ranianjaniii16@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi pada lansia sering kali bermanifestasi sebagai nyeri akut akibat peningkatan tekanan vaskular sistemik. Jika tidak ditangani, kondisi ini dapat menurunkan kualitas hidup dan memicu komplikasi serius. Salah satu inovasi non-farmakologis untuk mengatasi masalah ini adalah Terapi Relaksasi Benson, yang menggabungkan teknik napas dalam dengan unsur keyakinan spiritual. Karya ilmiah ini bertujuan untuk menggambarkan asuhan keperawatan nyeri akut melalui pemberian Terapi Relaksasi Benson pada lansia hipertensi di Panti Sosial Tresna Werda Wana Seraya tahun 2026. Metode yang digunakan adalah studi kasus deskriptif pada dua pasien (Ny. A dan Ny. W) yang mengalami nyeri kepala dengan skala 6-5 dan tekanan darah tinggi. Implementasi dilakukan selama tiga hari berturut-turut dengan durasi 15-20 menit per sesi. Hasil evaluasi menunjukkan penurunan intensitas nyeri yang signifikan pada kedua pasien, di mana Ny. A turun menjadi skala 3 dan Ny. W menjadi skala 2. Selain itu, tekanan darah kedua pasien mengalami penurunan dan stabil di angka 140/80 mmHg. Kesimpulannya, Terapi Relaksasi Benson efektif dalam menurunkan skala nyeri dan menstabilkan tekanan darah pada lansia, sehingga direkomendasikan sebagai program tetap di panti sosial.

Kata Kunci: Lansia, Hipertensi, Nyeri Akut, Terapi Benson

***NURSING CARE FOR ACUTE PAIN THROUGH BENSON RELAXATION
THERAPY AMONG ELDERLY WITH HYPERTENSION AT PANTI SOSIAL
TRESNA WERDA WANA SERAYA IN 2026***

Putu Rani Anjani

Program Studi Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Denpasar

Email: ranianjaniii16@gmail.com

ABSTRACT

Hypertension in the elderly often manifests as acute pain due to increased systemic vascular pressure. If left untreated, this condition can decrease quality of life and trigger serious complications. One non-pharmacological innovation to address this issue is Benson Relaxation Therapy, which combines deep breathing techniques with elements of spiritual belief. This scientific paper aims to describe acute pain nursing care through the administration of Benson Relaxation Therapy to elderly individuals with hypertension at Panti Sosial Tresna Werda Wana Seraya in 2026. The method used is a descriptive case study involving two patients (Mrs. A and Mrs. W) who experienced headaches with a scale of 5-6 and high blood pressure. Implementation was carried out for three consecutive days with a duration of 15-20 minutes per session. Evaluation results showed a significant decrease in pain intensity in both patients, where Mrs. A's scale decreased to 3 and Mrs. W's scale decreased to 2. Additionally, the blood pressure of both patients decreased and stabilized at 140/80 mmHg. In conclusion, Benson Relaxation Therapy is effective in reducing pain scales and stabilizing blood pressure in the elderly; therefore, it is recommended as a permanent program in social homes

Keywords: Elderly, Hypertension, Acute Pain, Benson Therapy

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat-Nya penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul “Asuhan Keperawatan Nyeri Akut Dengan Pemberian Terapi Relaksasi Benson Pada Lansia Hipertensi Di Panti Sosial Tresna Werda Wana Seraya Tahun 2026” dengan baik dan tepat pada waktunya.

Karya Ilmiah Akhir Ners ini merupakan salah satu syarat dalam menyelesaikan pendidikan program studi Profesi Ners. Berkat bantuan, dorongan dan petunjuk dari berbagai pihak Karya Ilmiah Akhir Ners ini dapat diselesaikan, sehingga pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Sri Rahayu, S.kp., Ns., S.Tr.Keb, M.Kes., selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan menyelesaikan Pendidikan di Jurusan Keperawatan Program Studi Sarjana Terapan.
2. Bapak I Made Sukarja, S.Kep., Ners., M.kep., selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan kepada penulis dalam penyusunan proposal penelitian.
3. Ibu Nengah Runiari, S.Kp., S.Pd., M.Kep., Sp. Mat., selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan dalam menyelesaikan proposal penelitian ini.
4. Ibu Dr. Agus Sri Lestari., S.Kep., Ns., M.Erg selaku pembimbing utama yang selalu menyempatkan banyak waktu untuk memberikan masukan,

pengetahuan, dan bimbingan dalam karya ilmiah akhir ners ini bisa diselesaikan dengan baik.

5. Bapak Dr. I Wayan Suardana, S Kep, Ns, M Kep., selaku pembimbing pendamping yang selalu menyempatkan waktu untuk memberikan masukan, pengetahuan, dan bimbingan dalam karya ilmiah akhir ners ini bisa diselesaikan dengan baik.
6. Bapak dan Ibu Panti Sosial Tresna Werda Wana Seraya dan staff panti yang telah membantu dalam melakukan mengijinkan melaksanakan penelitian untuk kepentingan dalam penyelesaian karya ilmiah akhir ners ini.
7. Ibu dan Adik yang telah memberikan motivasi dan dukungan baik secara moral maupun materi dalam penyelesaian karya ilmiah akhir ners ini
8. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan proposal penelitian ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu per satu.

Penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk kesempurnaan KIAN yang telah disusun ini dapat bermanfaat bagi pembaca serta seluruh pihak yang membutuhkan.

Denpasar 5 Mei 2026

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
LEMBAR PENGESAHAN	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
1.Tujuan Umum.....	6
2.Tujuan Khusus.....	6
D. Manfaat Penelitian	7
1.Manfaat Teoritis.....	7
2.Manfaat Praktis	7
E. Metode Penyusunan Karya Ilmiah	8
1.Metode Penyusunan	8
2.Alur Penyusunan	9
3.Tempat dan Waktu Pengambilan Kasus	10
4.Populasi dan Sampel	10
5.Jenis dan Teknik Pengumpulan Data.....	11
6.Pengolahan dan Analisis Data	14
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	17
A. Konsep Dasar Lansia.....	17

1. Definisi	17
2. Batasan umur lansia	17
3. Masalah kesehatan pada lansia.....	18
B. Konsep Dasar Hipertensi.....	19
1. Definisi Hipertensi	19
2. Penyebab Hipertensi.....	20
3. Klasifikasi.....	22
4. Tanda dan Gejala	24
5. Pemeriksaan Penunjang.....	24
6. Penatalaksanaan	25
7. Komplikasi	27
C. Nyeri akut Pada Lansia dengan Hipertensi	28
1. Definisi Nyeri Akut	28
2. Penyebab	29
3. Data mayor dan data minor nyeri akut	29
4. Proses terjadinya nyeri akut pada lansia hipertensi.....	30
D. Konsep Terapi Relaksasi Benson	31
E. Asuhan Keperawatan Nyeri Akut Pada Lansia Hipertensi	38
BAB III LAPORAN KASUS KELOLAAN UTAMA	49
A. Pengkajian Keperawatan.....	49
B. Diganosis Keperawatan.....	57
1. Analisis Data	57
2. Perumusan Diganosa	59
C. Perencanaan Keperawatan	60
D. Implementasi Keperawatan.....	63
E. Evaluasi Keperawatan.....	77
BAB IV PEMBAHASAN.....	79
A. Analisis Asuhan Keperawatan	79
1. Pengkajian	79
2. Diagnosa Keperawatan.....	81
3. Perencanaan Keperawatan.....	83
4. Implementasi Keperawatan	84

5. Evaluasi	86
B. Analisis Intervensi Inovasi dengan Konsep <i>Evidence Based Practice</i>	88
BAB V PENUTUP	90
A. Simpulan	91
B. Saran.....	92
DAFTAR PUSTAKA.....	94
LAMPIRAN.....	96

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Bagan alur penyusunan asuhan keperawatan nyeri akut dengan pemberian terapi benson pada lansia hipertensi di Panti Sosisal Tresna Werda Wana Seraya	9
Gambar 2	Genogram Keluarga Pasien 1 (Ny. A).....	49
Gambar 3	Genogram Keluarga Pasien 2 (Ny. W).....	50

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Klasifikasi Hipertensi.....	24
Tabel 2	Jurnal Intervensi Inovasi Relaksai Benson Pada Lansia Hipertensi Dengan Nyeri Akut PICOT.....	35
Tabel 3	Rencana Keperawatan Nyeri Akut Dengan Pemberian Terapi Relaksasi Benson Pada Lansia Hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Wana Seraya Tahun 2026.....	45
Tabel 4	Pengkajian Keperawatan Nyeri Akut pada Pasien 1 (Ny. A) dan Pasien 2 (Ny. W) Yang Menderita Hipertensi dengan Terapi Relaksasi Benson di Panti Sosial Tresna Werdha Wana Seraya.....	49
Tabel 5	Analisis Data Pengkajian Keperawatan Nyeri Akut pada Pasien 1 (Ny. A) dan Pasien 2 (Ny. W) Yang Menderita Hipertensi dengan Terapi Relaksasi Benson di Panti Sosial Tresna Werdha Wana Seraya.....	57
Tabel 6	Rencana Asuhan Keperawatan Nyeri Akut pada Pasien 1 (Ny. A) dan Pasien 2 (Ny. W) Yang Menderita Hipertensi dengan Terapi Relaksasi Benson di Panti Sosial Tresna Werdha Wana Seraya.....	60
Tabel 7	Implementasi Asuhan Keperawatan Nyeri Akut pada Pasien 1 (Ny. A) Yang Menderita Hipertensi dengan Terapi Relaksasi Benson di Panti Sosial Tresna Werdha Wana Seraya.....	63
Tabel 8	Implementasi Asuhan Keperawatan Nyeri Akut pada Pasien 2 (Ny. W) Yang Menderita Hipertensi dengan Terapi Relaksasi Benson di Panti Sosial Tresna Werdha Wana Seraya.....	70
Tabel 9	Evaluasi Asuhan Keperawatan Nyeri Akut pada pasien 1 (Ny. A) Yang Menderita Hipertensi dengan Terapi Relaksasi Benson di Panti Sosial Tresna Werdha Wana Seraya.....	77

Tabel 10	Evaluasi Asuhan Keperawatan Nyeri Akut pada Pasien 2 (Ny. W) Yang Menderita Hipertensi dengan Terapi Relaksasi Benson di Panti Sosial Tresna Werdha Wana Seraya.....	78
Tabel 11	Analisis Pengkajian Asuhan Keperawatan Nyeri Akut pada Pasien 1 (Ny. A) dan Pasien 2 (Ny. W) Yang Menderita Hipertensi dengan Terapi Relaksasi Benson di Panti Sosial Tresna Werdha Wana Seraya	79

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Jadwal Kegiatan Penelitian.....	94
Lampiran 2	Realisasi Anggaran Biaya Penelitian	95
Lampiran 3	Lembar Permohonan Menjadi Responden	96
Lampiran 4	Informed Consent	97
Lampiran 5	Standar Operasional Prosedur (SOP) Terapi Relaksasi Benson	100
Lampiran 6	Hasil Observasi Asuhan Keperawatan Nyeri Akut Pada Pasien 1(Ny. A) dan Pasien 2 (Ny. W) dengan Hipertensi Sebelum Dan Sesudah Pemberian Terapi Relaksasi Benson	103
Lampiran 7	Hasil Pengkajian Indeks Katz, SPMSQ, MMSE, GDS, MFS Pada Pasien 1(Ny. A) Dan Pasien 2 (Ny. W)	107
Lampiran 8	Surat Ijin Pengambilan Data	122
Lampiran 9	Surat Ijin Penelitian	123
Lampiran 10	Dokumentasi Kegiatan Studi Kasus	124
Lampiran 11	Validasi Bimbingan Dosen Pembimbing	126
Lampiran 12	Hasil Turnitis	127