

**PENERAPAN RELAKSASI BENSON TERHADAP TEKANAN  
DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH  
KERJA PUSKESMAS NGORESAN  
SURAKARTA**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**Disusun Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan**

**Pada Program Studi Diploma III Keperawatan STIKES ‘Aisyiyah Surakarta**



**TUTUT ARIYANTI**

**B2016125**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI KESEHATAN ‘AISYIYAH  
SURAKARTA  
2019**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**PENERAPAN RELAKSASI BENSON TERHADAP TEKANAN DARAH  
PADA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS  
NGORESAN SURAKARTA**

Disusun Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan  
Pada Program Studi Diploma III Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta

Oleh :

**TUTUT ARIYANTI**

**B2016125**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI KESEHATAN 'AISYIYAH  
SURAKARTA**

**2019**

## **PERNYATAAN KEASLIAN**

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa KTI dengan judul :

### **PENERAPAN RELAKSASI BENSON TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS NGORESAN SURAKARTA**

Yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari KTI yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar Ahli Madya Keperawatan di lingkungan STIKES 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Institusi manapun. Apabila ternyata dikemudian hari penulisan KTI ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, Juni 2019

Tutut Ariyanti

NIM (B201625)

## **PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI**

Sebagai civitas akademik STIKES ‘Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Tutut Ariyanti

NIM : B2016125

Jenis : KTI (Karya Tulis Ilmiah

Judul : Penerapan Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Wiayah Kerja Puskesmas Ngoresan Surakarta.

Dengan ini menyatakan dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-Eklusive Royalty-Free Right*) kepada STIKES ‘Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada didalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan STIKES ‘Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (*data base*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Surakarta, Juni 2019

Yang Menyatakan,

(Tutut Ariyanti)

## PERSETEJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Ilmiah dengan judul :

### **PENERAPAN RELAKSASI BENSON TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS NGORESAN SURAKARTA**

Dinyatakan telah disetujui untuk dijadikan pada Ujian Akhir Program Studi Diploma III Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 21 Juni 2019

Pembimbing I

Pembimbing II



Riyani Wulandari, S.Kep.Ns. M.Kep  
NIDN. 0624087901



Kanthi Suratih, S.Kep. Ns. M.Kes  
NIK. 7078201

Mengetahui  
Kepala Program Studi Diploma III Keperawatan



Endah Sri Wahyuni, S.Kep. Ns. M.Kep  
NIDN 0602058501

## PENGESAHAN PENGUJI

### PENERAPAN RELAKSASI BENSON TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS NGORESAN SURAKARTA

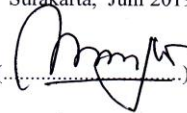
Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta Karya Tulis Ilmiah ini dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai Karya Tulis Ilmiah pada Program Studi Diploma III Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, Juni 2019

Mengesahkan,

Penguji 1. Mursudarinah, SKM., M.Kes

NIDN. 0615126402

()

2. Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep

NIDN. 0624087901

()

3. Kanthi Suratih, S.Kep. Ns., M.Kes

NIK. 7078201

()

Mengetahui

Kaprodi Diploma III Keperawatan



Endah Sri Wahyuni, S.Kep. Ns. M.Kep

NIDN 0602058501

()

## KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Alhamdulillah segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulisan dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul "Penereapan Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Ngoresan Surakarta". Pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada yang terhormat :

1. Riyani Wulandari, S.Kep, Ns, M.Kep selaku Ketua STIKES 'Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan kesempatan dan sarana kepada peneliti untuk menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.
2. Endah Sri Wahyuni, S.Kep, Ns, M.Kep selaku Ketua Program Pendidikan DIII Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan kesempatan dan sarana kepada peneliti dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.
3. Riyani Wulandari, S.Kep, Ns, M.Kep selaku Pembimbing I yang telah meluangkan waktu untuk membimbing, mengarahkan dan memberikan dorongan saran kepada peneliti dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Kanthi Suratih, S.Kep, Ns, M.Kes selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktu untuk membimbing, mengarahkan dan memberikan dorongan saran kepada peneliti dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Ibu penguji dan seluruh dosen serta staf STIKES 'Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan kepada peneliti.
6. Orang tua tercinta Bapak Sugino dan Ibu Sugiyatmi yang tidak pernah lelah menyayangi, memberikan dukungan, dan do'a kepada peneliti.
7. Kepada Adikku Tercinta Agrian Mustofa yang telah mendukung dan memberi semangat kepada peneliti untuk menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

8. Kakek dan nenek serta seluruh keluarga yang telah mendukung dan memberi do'a kepada peneliti untuk menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
9. Seluruh teman DIII Keperawatan angkatan 2016 terutama kelas C, terimakasih atas semangat, dukungan, dan segala bantuan yang telah diberikan kepada peneliti.
10. Semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi penulis, pembaca, serta pihak – pihak yang berkepentingan dengan penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

Wassalamualaikum Wr.Wb

Surakarta, Maret 2019

Penulis

Tutut Ariyanti