

**PENERAPAN RELAKSASI BENSON TERHADAP TEKANAN
DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI
DI WILAYAH PUSKESMAS SIBELA**

KARYA TULIS ILMIAH

**Disusun Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan
Pada Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



DWI ANTILARASATI

202012024

**PROGRAM STUDI D3 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA
2023**

KARYA TULIS ILMIAH

**Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu persyaratan menyelesaikan
Program Pendidikan Diploma**



DWI ANTILARASATI

202012024

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA
2023**

PERNYATAAN KEASLIAAN KARYA TULIS ILMIAH

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Karya Tulis Ilmiah dengan judul :
**PENERAPAN RELAKSASI BENSON TERHADAP TEKANAN
DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI
DI WILAYAH PUSKESMAS SIBELA**

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



Dwi Antilarasati

202012024

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Universitas 'Aisyiyah Surakarta, saya bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Dwi Antilarasati
NIM : 202012024
Jenis Karya : Proposal Karya Tulis Ilmiah
Judul : Penerapan Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Tinggi Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Sibela

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneklusif (*Non-Exclusive Royalty- Free Right*) kepada Universitas 'Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada didalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. Universitas 'Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola 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.

Dibuat di : Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Pada tanggal : 14 Agustus 2023

Yang menyatakan



(Dwi Antilarasati)

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Laporan Tugas Akhir dengan Judul :

PENERAPAN RELAKSASI BENSON TERHADAP TEKANAN DARAH TINGGI PADA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH PUSKESMAS SIBELA

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian seminar hasil Karya Tulis Ilmiah
Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah
Surakarta

Surakarta, 14 Agustus 2023

Pembimbing



Sri Hartutik S.Kep.Ns.,M.Kes

Mengetahui,

Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan



Sri Susilowati, S.Kep.Ns., M.Kep.)
NIDN. 0621018203

PENGESAHAN PENGUJI

Proposal Tugas Akhir dengan judul :

PENERAPAN RELAKSASI BENSON TERHADAP TEKANAN DARAH TINGGI PADA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH PUSKESMAS SIBELA

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya pada Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Proposal Tugas Akhir ini telah diujikan pada ujian seminar Hasil Karya Tulis Ilmiah pada tanggal 14 Agustus 2023 Dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai Karya Tulis Ilmiah pada Program Studi Diploma III Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 14 Agustus 2023

Mengesahkan,

Penguji

1. Dewi Kartika Sari S.Kep.Ns., M.Kep
NIDN. 0617068001
2. Irma Mustikasari, S.Kep.Ns., M.Kep
NIDN. 0625048703
3. Sri Hartutik, S.Kep.Ns., M.Kes
NDN. 0620108202


(.....)

(.....)

(.....)

Mengetahui,

Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan



(Tri Susilowati, S.Kep.Ns., M.Kep)
NIDN. 0621018203

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya yang telah melindungi serta membimbing penulis sehingga dapat menyelesaikan penyusunan Tugas Akhir. Tugas Akhir ini disusun untuk melengkapi syarat guna memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program studi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Srakarta.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Tugas Akhir ini tidak akan terwujud tanpa keterlibatan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis perlu menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan setulus-tulusnya kepada para pihak yang membantu sehingga penulisnya karya tulis ilmiah ini terlaksana dengan lancar, yakni kepada :

1. Allah SWT atas segala Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga penulisan proposal ini dapat terselesaikan.
2. Ibu Riyani Wulandari, S.Kep.Ns., M.Kep. selaku Rektor Universitas 'Aisyiyah Surakarta
3. Ibu Sri Kustiyati, SST., M.Keb. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
4. Ibu Tri Susilowati, S.Kep.Ns., M.Kep. selaku Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta dan sekaligus Dosen Penguji II proposal Karya Tulis Ilmiah
5. Ibu Dewi Kartika Sari, S.Kep.Ns., M.Kep. selaku Dosen Penguji I proposal Karya Tulis Ilmiah.
6. Ibu Irma Mustikasari, S.Kep.Ns., M.Kep. selaku Dosen penguji 2 proposal Karya Tulis Ilmiah.
7. Ibu Sri Hartutik, S.Kep.Ns., M.Kes. selaku Dosen pembimbing dan Dosen penguji 3 proposal Karya Tulis Ilmiah yang telah memberikan bimbingan serta pengarahan dalam penyusunan proposal karya tulis ilmiah ini.

8. Bapak dan Ibu dosen Jurusan Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan ilmu dan mendidik penulis selama perkuliahan.
9. Kepada Bapak Wagimin dan Ibu Martini selaku orang tua, serta keluarga besar yang telah memberikan dukungan, motivasi dan doa kepada penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
10. Kepada Diri saya sendiri yang telah berjuang dan semangat dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini.
11. Seluruh teman seperjuangan Diploma III Keperawatan angkatan 2020 yang telah memberikan semangat sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan baik.
12. Kepada Teman terdekat saya yang selalu kebersamai dan memberikan semangat serta mendengarkan keluh kesah saya sehingga penulis dapat Menyelesaikan karya tulis ilmiah dengan baik.
13. Seluruh pihak yang telah membantu dalam penyusunan proposal Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa tugas akhir ini masih jauh dari kesempurnaan karena kesempurnaan hanyalah milik Allah SWT, oleh karena itu kritik dan saran yang menunjuk kesempurnaan tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan pembacanya.

Surakarta, 14 Agustus 2023

Penulis



(Dwi Antilarasati)