

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI BENSON UNTUK
MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA
PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS KRATONAN**

KARYA TULIS ILMIAH



Oleh

KRUSITA CANDRAWATI
B2015059

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH
SURAKARTA
2018**

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI BENSON UNTUK
MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA
PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS KRATONAN**

KARYA TULIS ILMIAH

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program
Studi DIII Keperawatan STIKES 'Aisyiah Surakarta**



Oleh

KRUSITA CANDRAWATI
B2015059

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIAH
SURAKARTA
2018**

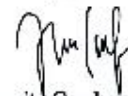
PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa KTI dengan judul :

PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI BENSON UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KRATONAN

yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma 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 Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian 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, 09 Juli 2018



Krusita Candrawati

NIM : B2015059

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama : Krusita Candrawati

NIM : B2015059

Jenis Karya : KTI

Judul : Penerapan Teknik Relaksasi Benson untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kratonan

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-Exclusive 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, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis atau pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Di buat di : Surakarta

Pada tanggal : 10 Juli 2018

Yang menyatakan



(Krusita Candrawati)

PERSETUJUAN PEMBIMBING

KTI dengan judul :

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI BENSON UNTUK
MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA
PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS KRATONAN**

dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada sidang KTI Program Studi Diploma
Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 24 Juli 2018

Pembimbing I


Wahyu Purwaningsih, S.Kep. Ns, M.Sc
NIDN : 0605117803

Pembimbing II


Anjar Nurrohmah, S.Kep, Ns, M.Kep
NIDN: 0602128201

Kapros & Diploma Keperawatan


Endah Sri Wahwuni, S.Kep, Ns, M.Kep
NIDN: 0602058501

PENGESAHAN PENGUJI

KTI dengan judul :

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI BENSON UNTUK
MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA
PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS KRATONAN**

dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta. KTI ini telah diujikan pada sidang ujian KTI, pada tanggal 24 Juli 2018 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai KTI pada Program Studi Diploma Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta Hari/Tanggal

Surakarta, 24 Juli 2018

Mengesahkan,

Penguji 1. Mursudarinah, M.Kes
NIDN : 0615126402

(.....)

2. Wahyu Purwaningsih, S.Kep. Ns, M.Sc
NIDN : 0605117803

(.....)

3. Anjar Nurrohmah, S.Kep. Ns, M.Kep
NIDN : 0602128201

(.....)

Mengetahui
Ketua Program Studi



Eudah Sri Wahyuni, S.Kep. Ns, M.Kep
NIDN : 0602058501

KATA PENGANTAR

Puji syukur Alhamdulillah penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas rahmat, karunia dan hidayah-Nya. Sholawat serta salam selalu tak lupa terucapkan kepada junjungan serta suri tauladan kita Nabi Besar Muhammad SAW, serta kepada keluarga dan sahabat-sahabat beliau, sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas Karya Tulis Ilmiah dengan judul **"Penerapan Teknik Relaksasi Benson untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kratonan"**. Laporan ini disusun guna memenuhi persyaratan dalam menyelesaikan Pendidikan Diploma Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Surakarta.

Penulis menyadari bahwa penyusunan Karya Tulis ini mengalami banyak kesulitan dan hambatan, namun berkat arahan, dorongan dan bimbingan dari berbagai pihak maka kesulitan maupun hambatan tersebut dapat teratasi. Untuk itu dalam kesempatan ini dengan kerendahan hati penulis menyampaikan terimakasih segaka bantuan yang telah diberikan dan mohon maaf atas segala kekhilafan kepada :

1. Riyani Wulandari, S.Kep, Ns, M.Kep selaku ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan ijin kepada penulis untuk melakukan penelitian.
2. Endah Sri Wahyuni, S.Kep, Ns, M.Kep selaku ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Surakarta.
3. Wahyu Purwaningsih, S.Kep, Ns, M.Sc selaku dosen pembimbing I yang penuh kesabaran meluangkan waktu, memberikan saran dan masukan untuk membimbing penulis sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan .
4. Anjar Nurrohmah, S.Kep, Ns, M.Kep selaku dosen pembimbing II yang dengan penuh kesabaran meluangkan waktu, memberikan saran dan masukan untuk membimbing penulis sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan.
5. Mursudarinah M.Kes selaku dosen penguji utama dalam Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Ny.S dan Ny.M selaku responden penelitian yang mampu bekerjasama dengan penulis dalam memberikan Asuhan Keperawatan.
7. Kepada kedua Orang Tua tercinta Bapak Ngudi Utomo dan Ibu Endang Kartikawati yang telah memberikan doa, nasihat dan kasih sayang maupun

semangat yang luar biasa untuk keberhasilan dan kesuksesan penulis, karena tiada doa yang paling utama selain doa yang terucap dari kedua orang tua.

8. Kepada Adik-adik tercinta Dwiki Yos Minandar yang senantiasa memberikan hiburan dan leluconnya sebagai semangat penulis.
9. Kepada teman-teman semua khususnya DIII Keperawatan 2015 terimakasih atas semangatnya dan kerjasamanya selama ini, sukses buat kita semua. Amin

Surakarta, 12 Juli 2018



Penulis