



KARYA TULIS ILMIAH

IMPLEMENTASI AROMATERAPI LAVENDER
DAN RELAKSASI BENSON PADA PASIEN
NY.T DAN NY.K DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN NYERI AKUT AKIBAT
HIPERTENSI DI RUANG DIPONEGORO
RSUD ARJAWINANGUN KABUPATEN
CIREBON

QORI NABILA
NIM . P2.06.20.22.2030

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
CIREBON
2025

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI AROMATERAPI LAVENDER
DAN RELAKSASI BENSON PADA PASIEN
NY.T DAN NY.K DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN NYERI AKUT AKIBAT
HIPERTENSI DI RUANG DIPONEGORO
RSUD ARJAWINANGUN KABUPATEN
CIREBON**

Diajukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat
untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan
Pada Program Studi Keperawatan Cirebon

QORI NABILA
NIM. P2.06.20.22.2030

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
CIREBON
2025**

**KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA POLITEKNIK
KESEHATAN KEMENKES TASIKMALAYA PROGRAM STUDI
DIPLOMA III KEPERAWATAN CIREBON**

Karya Tulis Ilmiah, Juni 2025

**Implementasi Keperawatan Aromaterapi Lavender dan Relaksasi Benson
Pada Pasien Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Akibat Hipertensi Di**

Ruang Diponegoro

Qori Nabila¹, Tifanny Gita Sesaria², Edi Ruhmadi³

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi adalah kondisi medis yang serius dan kronis. Peningkatan tekanan darah ini ditandai dengan nilai sistol setara atau mmHg; diastol setara atau 140 90 mmHg. Hipertensi umum nya tidak merasakan gejala yang mengganggu, sehingga banyak dari mereka yang tidak menyadari bahwa mereka mengidap hipertensi. gejala yang mungkin muncul meliputi sakit kepala dan tengkuk, nyeri di bagian dada, sesak napas, palpitasi, pembengkakan pada anggota tubuh, pandangan kabur, merasa pusing, dan telinga berdenging. Masalah yang keperawatan yang biasa terjadi adalah nyeri akut, ditandai dengan nyeri bagian kepala. Penatalaksanaan yang digunakan untuk mengatasi masalah keperawatan tersebut adalah implementasi aromaterapi lavender dan relaksasi Benson. **Tujuan:** Melaksanakan implementasi pada pasien hipertensi yang dilakukan tindakan aromaterapi lavender dan relaksasi Benson. **Metode:** Desain karya tulisan ini adalah kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik terhadap kedua pasien yang menerima tindakan aromaterapi lavender dan relaksasi Benson. **Hasil:** Respon kedua pasien setelah dilakukan terapi relaksasi Benson dan aromaterapi lavender mengatakan nyeri berkurang dan lebih rileks, dengan tekanan darah kedua pasien mencapai skala 3 (nyeri ringan) dari 0-10. Pada kedua pasien terdapat perbedaan proses dalam penurunan skala nyerinya setelah dilakukan terapi relaksasi Benson dan aromaterapi lavender, namun pada hasil akhir didapatkan hasil yang sama yakni skala 3 (nyeri ringan), hal ini kemungkinan dipengaruhi oleh adanya komorbid dan kurangndukungan dari keluarga. **Simpulan dan Saran:** Adanya pengaruh yang signifikan terhadap terapi relaksasi Benson dan aromaterapi lavender terhadap tingkat nyeri dan diharapkan pasien konsisten dan semakin banyaknya frekuensi pemberian agar hasilnya jauh lebih maksimal.

Kata Kunci: Hipertensi, Nyeri Akut, Aromaterapi Lavender, Relaksasi Benson

¹Mahasiswa Program Studi DIII Keperawatan Cirebon, Politeknik Kesehatan Tasikmalaya

^{2,3}Dosen Program Studi DIII Keperawatan Cirebon, Politeknik Kesehatan Tasikmalaya

MINISTRY OF HEALTH OF THE REPUBLIC OF INDONESIA THE
MINISTRY OF HEALTH POLYTECHNIC OF TASIKMALAYA
DIPLOMA III NURSING STUDY PROGRAM CIREBON
Scientific Paper, June, 2025

Implementation of Lavender Aromatherapy Nursing and Benson
Relaxation in Patients with Acute Pain Nursing Problems Due to
Hypertension in the Diponegoro Room

Qori Nabila¹, Tifanny Gita Sesaria², Edi Ruhmadi³

ABSTRACT

Background: Hypertension is a serious and chronic medical condition. This increase in blood pressure is characterized by a systolic value equal to or ≥ 140 mmHg; diastolic equal to or ≥ 90 mmHg. Hypertension generally does not feel disturbing symptoms, so many of them do not realize that they have hypertension. symptoms that may appear include headaches and neck pain, chest pain, shortness of breath, palpitations, swelling of the limbs, blurred vision, feeling dizzy, and ringing in the ears. The common nursing problem is acute pain, characterized by headaches. The management used to overcome the nursing problems is the implementation of lavender aromatherapy and Benson relaxation. **Objective:** To implement the implementation in hypertensive patients who underwent lavender aromatherapy and Benson relaxation. **Method:** The design of this paper is qualitative with a case study approach. Data were collected through interviews, observations, physical examinations of the two patients who received lavender aromatherapy and Benson relaxation. **Results:** The response of both patients after undergoing Benson relaxation therapy and lavender aromatherapy said that the pain was reduced and more relaxed, with the blood pressure of both patients reaching a scale of 3 (mild pain) from 0-10. In both patients, there were differences in the process of reducing the pain scale after undergoing Benson relaxation therapy and lavender aromatherapy, but the final result was the same, namely a scale of 3 (mild pain), this is likely influenced by the presence of comorbidities and lack of support from the family. **Conclusions and Suggestions:** There is a significant influence of Benson relaxation therapy and lavender aromatherapy on the level of pain and it is hoped that patients will be consistent and the frequency of administration will increase so that the results are much more optimal

Keywords: Hypertension, Acute Pain, Lavender Aromatherapy, Benson Relaxation

¹Students of the DIII Nursing Study Program in Cirebon, Tasikmalaya Health Polytechnic

^{2,3}Lecturers of the DIII Nursing Study Program in Cirebon, Tasikmalaya Health Polytechnic

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah menganugerahkan banyak nikmat sehingga pada kesempatan ini penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi yang merupakan salah satu syarat agar bisa mendapatkan gelar Ahli Madya Keperawatan di Poltekkes Tasikmalaya Cirebon

Penulis menyelesaikan Proposal Skripsi dengan judul “Implementasi Aromaterapi Lavender Dan Relaksasi Benson Untuk Menurunkan Tingkat Nyeri Pada Pasien Hipertensi Di RSUD Arjawinangun” ini melalui berbagai proses yang dilalui. terselesaikannya Proposal Skripsi ini tentu berkat dukungan dan doa dari banyak pihak yang membantu penulis. Oleh karena itu, pada kesempatan kali ini penulis ingin mengucapkan banyak terima kasih khususnya kepada:

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep, Ners, M.Kep selaku Direktur Politeknik Kesehatan Tasikmalaya.
2. Bapak Ridwan Kustiawan, S.Kep, Ns, M.Kep, Sp.Kep.J selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Tasikmalaya.
3. Bapak Eyet Hidayat, SPd, SKp, MKep, Ns, Sp.Kep.J selaku Ketua Program Studi Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Tasikmalaya.
4. Ibu Tifanny Gita Sesaria, S.Kep, Ns, M.Kep selaku Pembimbing Utama yang selalu meluangkan waktunya, memberikan dukungan, perhatian, dan kesabaran dalam membimbing penulis.
5. Bapak Edi Ruhmadi, S.kep, Ns, M.Kep selaku Pembimbing Pendamping yang selalu perhatian dan sabar dalam membimbing penulis.
6. Bapak/Ibu Dosen dan Tenaga Kependidikan atas dedikasi dan kerja kerasnya dalam menciptakan lingkungan akademik yang kondusif.
7. Kepada Ibu Nurjayanti selaku ibu penulis yang sangat penulis sayangi, yang selalu memberikan kasih sayang, motivasi, nasihat, dan doa yang tiada henti

sehingga penulis dapat mengerjakan proposal ini.

8. Kepada Bapak Barudin selaku bapak penulis yang sangat penulis hormati, berkat kerja keras, motivasi, dan doa nya yang tiada henti sehingga penulis dapat berkuliah di Politeknik Kesehatan Tasikmalaya ini.
9. Kepada alm. Nenek Siti Supriyatin yang sangat penulis rindukan dan selalu penulis doa kan. Beliau semasa hidupnya selalu memberikan kasih sayang, perhatian, dan doa yang tiada henti kepada penulis. Semoga beliau selalu bangga dengan penulis, terimakasih banyak.
10. Kepada Kepada Ardilla Ananda Putri, Ananda Rizkianti, dan Salwa Nurfitria selaku teman penulis yang selalu membantu dan memotivasi penulis dalam menyelesaikan proposal ini.
11. Kepada rekan-rekan yang tidak bisa penulis uraikan satu persatu, terimakasih atas bantuannya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan proposal kali ini.

Cirebon, 23 Juni 2025



Penulis

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iv
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR BAGAN.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.3.1. Tujuan Umum	7
1.3.2 Tujuan Khusus	7
1.4. Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1. Manfaat Teoritis	7
1.4.2. Manfaat Praktis	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 Konsep Dasar Hipertensi	9
2.1.1. Definisi Hipertensi.....	9
2.1.2. Klasifikasi Hipertensi.....	10
2.1.3. Etiologi Hipertensi.....	10
2.1.4. Patofisiologi.....	11
2.1.5. Pathway	13
2.1.6. Manifestasi Klinis	14
2.1.7. Penatalaksanaan	14

2.2. Konsep Dasar Nyeri Akut	18
2.2.1. Definisi Nyeri Akut	18
2.2.2 Klasifikasi Nyeri Akut	19
2.2.3. Penyebab Nyeri Akut	22
2.2.4. Penilaian Nyeri.....	23
2.2.6. Penatalaksanaan Nyeri.....	25
2.3. Konsep Asuhan Keperawatan	25
2.3.1 Diagnosa Keperawatan	25
2.3.2.Masalah Keperawatan Yang Mungkin Muncul	26
2.3.3.Perencanaan	27
2.3.4.Implementasi.....	30
2.3.1 Evaluasi.....	30
2.3. Konsep Aromaterapi	31
2.3.1 Definisi Aroma Terapi	31
2.3.2.Aromaterapi Lavender.....	32
2.3.3.Manfaat Terapi Relaksasi Lavender	33
2.3. Konsep Relaksasi	34
2.3.1 Definisi Relaksasi.....	34
2.3.2.Macam-Macam Relaksasi	35
2.3.3.Prosedur Terapi Aromaterapi Lavender dan Relaksasi Benson	37
2.4 Kerangka Teori.....	40
2.5 Kerangka Konsep	41
BAB III METODE PENELITIAN.....	60
3.1 Desain Penelitian	60
3.2 Subjek Penelitian	60
3.3 Definisi Operasional	61
3.4 Metoda dan Teknik Pengumpulan Data	61
3.5 Instrumen Pengumpulan Data	62
3.6 Lokasi dan Waktu	62
3.7 Prosedur Penyusunan KTI.....	63
3.8 Keabsahan Data.....	64
3.4 Analisis Data	65
3.5 Etika Penelitian	66

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	67
4.1 Hasil Karya Tulis Ilmiah	67
4.2 Identitas Pasien.....	67
4.3 Hasil Observasi	68
4.4 Pembahasan.....	70
4.5 Keterbatasan Karya Tulis Ilmiah.....	76
4.6 Implikasi Relaksasi Benson dan Aromaterapi Lavender.....	76
4.6.1 Bagi Penulis	76
4.6.2 Bagi Pasien.....	76
4.6.3 Bagi Rumah Sakit	76
BAB V PENUTUP.....	77
5.1 Kesimpulan	77
5.2 Saran.....	78
5.2.1 Bagi Pasien.....	78
5.2.2 Bagi Perawat	78
5.2.3 Bagi Institusi Pendidikan	79

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Numerical Rating Scale	24
---	----

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi	10
Tabel 2.2 Intervensi Keperawatan	27
Tabel 2.3 Standar Operasional Prosedur Aromaterapi Lavender dan Relaksasi Benson	37
Tabel 3.1 Definisi Operasional	61
Tabel 3.2 Waktu.....	63

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Pathway Hipertensi	13
Bagan 2.2 Kerangka Teori.....	40
Bagan 2.3 Kerangka Konsep	41

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Penjelasan Sebelum Studi Kasus.....	84
Lampiran 2 Lembar <i>Informed Consent</i>	85
Lampiran 3 Lembar Observasi.....	87
Lampiran 4 Standar Prosedur Operasional.....	89
Lampiran 5 Leaflet.....	91
Lampiran 6 Lembar Konsultasi.....	92
Lampiran 7 Lembar Rekomendasi Perbaikan KTI.....	99
Lampiran 8 Hasil Turniti.....	102