

**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA DENGAN PENERAPAN
PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG RELAKSASI BENSON
MENGUNAKAN MEDIA VIDEO DALAM MENINGKATKAN
KEMAMPUAN KELUARGA MERAJAT PASIEN HIPERTENSI
DI WILAYAH PUSKESMAS CILEMBANG
KOTA TASIKMALAYA
KARYA TULIS ILMIAH**



Oleh :

GILANG ANGGA MAULANA

NIM P2.06.20.1.20.052

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
TASIKMALAYA**

2023

**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA DENGAN PENERAPAN
PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG RELAKSASI BENSON
MENGUNAKAN MEDIA VIDEO DALAM MENINGKATKAN
KEMAMPUAN KELUARGA MERAHWAT PASIEN HIPERTENSI
DI WILAYAH PUSKESMAS CILEMBANG
KOTA TASIKMALAYA**

PROPOSAL KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat
Untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan
Pada Program Studi Keperawatan
Tasikmalaya



Oleh:

**GILANG ANGGA MAULANA
NIM. P2.06.20.1.20.052**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
TASIKMALAYA
2023**

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Penerapan Pendidikan Kesehatan Tentang Relaksasi Benson Menggunakan Media Video Dalam Meningkatkan Kemampuan Keluarga Merawat Pasien Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Cilembang Kota Tasikmalaya“. Karya Tulis Ilmiah ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu persyaratan untuk menyelesaikan pendidikan Program Studi D III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.

Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis banyak mengalami hambatan dan kesulitan, namun berkat dukungan dan bimbingan dari berbagai pihak akhirnya penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini. Oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Hj. Ani Radiati R, S.Pd., M.Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak Dudi Hartono, S.Kep., Ners., M.Kep., selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya dan selaku pembimbing 2 yang telah membimbing penulis selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
3. Ibu Lia Herliana, S.Kep., Ners., M.Kep., selaku ketua Program Studi D III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.

4. Ibu Dr. Betty Suprapti, S.Kp, M.Kes selaku pembimbing 1 yang telah membimbing penulis dengan saran serta masukan dan motivasi yang membangun selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini sehingga dapat diselesaikan dengan tepat waktu.
5. Seluruh staf pendidikan dan dosen di lingkungan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya, yang telah memberikan bantuan dan bimbingan selama penulis menjalani perkuliahan.
6. Ayah, Ibu, serta keluarga besar yang selalu memberika dukungan baik berupa fisik, mental, spiritual dan ekonomi serta senantiasa selalu mendo'akan penulis.
7. Rekan - rekan angkatan 28 Jurusan Keperawatan khususnya kelas 3B D3 Keperawatan yang berjuang bersama menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.
8. Sahabat saya yang selalu memberi motivasi dan masukan serta saling membantu Ifan Arizal, Rendi Windi Rahayu, Lefi Fauzi Budiman dan Raga Satria Sugiantoro sahabat yang selalu memberikan semangat dari dahulu sampai sekarang dan tidak pernah bosan berkeluh kesah dengan saya.
9. Teman saya Dita Prametia dan Rizki Pratama Yoga.saya ucapkan terima kasih banyak karena selalu memberikan semangat sehingga dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini dengan baik.
10. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan karya tulis ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan. Hal ini tidak luput dari kekurangan ataupun keterbatasan

yang penulis miliki. Oleh karena itu, penulis memohon maaf yang sebesar-besarnya dan sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun guna memperbaiki karya tulis ilmiah ini. Semoga karya tulis ini dapat bermanfaat bagi penulis maupun pembaca.

Tasikmalaya, Maret 2023

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Aly M', written in a cursive style.

Penulis

ABSTRAK**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA DENGAN PENERAPAN
PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG RELAKSASI BENSON
MENGUNAKAN MEDIA VIDEO DALAM MENINGKATKAN
KEMAMPUAN KELUARGA MERAWAT PASIEN HIPERTENSI
DI WILAYAH PUSKESMAS CILEMBANG
KOTA TASIKMALAYA**

Gilang Angga Maulana¹
Dr. Betty Suprpti, S.Kp.M.Kes²
Dudi Hartono, Skp., Ners., M.Kep³

Riset kesehatan dasar (riskesdas) tahun 2021 hipertensi menempati urutan kedua dari 10 penyakit menurut jenis penyakit dengan jumlah sebanyak 15.960 kasus di kota Tasikmalaya. Fungsi keluarga dalam upaya ini sebagai perawatan dan pemeliharaan kesehatan, dimana anggota keluarga berperan merawat anggota keluarga yang menderita hipertensi. Masalah yang ditemukan pada penelitian yaitu manajemen kesehatan keluarga tidak efektif. Tujuan penelitian ini menggambarkan penerapan pendidikan kesehatan dengan media video tentang relaksasi benson dengan metode demonstrasi untuk meningkatkan kemampuan keluarga dalam merawat anggota keluarga dalam manajemen hipertensi. Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik (tekanan darah pada saat jantung berkontraksi) mencapai atau melebihi angka 140 mmHg dan tekanan darah diastolik (tekanan darah pada saat jantung beristirahat) mencapai atau melebihi angka 90 mmHg dalam dua kali pengukuran yang dilakukan dalam waktu lima menit pada kondisi yang cukup tenang dan istirahat. Penelitian ini berfokus pada penatalaksanaan non farmakologi berupa penerapan pendidikan kesehatan tentang relaksasi benson untuk meningkatkan kemampuan keluarga dalam manajemen hipertensi. Metode penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif kualitatif yaitu pendekatan studi kasus yang dilaksanakan tanggal 10-18 2023 dengan melibatkan dua keluarga. Teknik pengumpulan data dengan cara wawancara observasi dan pemeriksaan fisik. Hasil didapatkan bahwa pendidikan kesehatan tentang terapi relaksasi benson dengan media video dapat meningkatkan kemampuan dalam merawat anggota keluarga yang hipertensi. Peneliti dapat meningkatkan kemampuan menyampaikan pendidikan kesehatan terapi relaksasi benson dengan media video agar lebih maksimal dalam melakukan penyampaian sehingga didapatkan hasil yang maksimal.

Kata kunci : Pendidikan Kesehatan, Hipertensi, Relaksasi Benson

ABSTRACT

Family Nursing Care with the Implementation of Health Education About Relaxation Benson Using Video Media in Improving Families' Ability to Caring for Hypertension Patients in the Cilembang Health Center Area

Gilang Anggga Maulana¹

Dr. Betty Suprapti, S.Kp.M.Kes²

Dudi Hartono, Skp., Ners., M.Kep³

Basic health research (risikesdas) for 2021 hypertension ranks second out of 10 diseases by type of disease with a total of 15,960 cases in the city of Tasikmalaya. The function of the family in this effort is health care and maintenance, where family members play a role in caring for family members who suffer from hypertension. The problem found in the research is that family health management is not effective. The purpose of this study is to describe the application of health education with video media about benson relaxation with demonstration methods to improve family ability to care for family members in hypertension management. Hypertension is an increase in systolic blood pressure (blood pressure when the heart contracts) reaching or exceeding 140 mmHg and diastolic blood pressure (blood pressure when the heart is resting) reaching or exceeding 90 mmHg in two measurements taken within five minutes under conditions quite calm and rest. This research focuses on non-pharmacological management in the form of the application of health education about benson relaxation to improve the family's ability to manage hypertension. This research method uses descriptive research, namely a case study approach which was carried out on April 10-18 2023 involving two families. Data collection techniques by means of interviews observation and physical examination. The results obtained that health education about benson relaxation therapy with video media can increase the ability to care for family members with for family members with hypertension. Researchers can improve the ability to convey health education on benson relaxation therapy with video media so that it is more optimal in delivering it so that maximum results are obtained.

Keywords: Health Education, Hypertension, Benson Relaxation.

Ministry of Health of the Republic of Indonesia

Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	2
LEMBAR PERSETUJUAN	Error! Bookmark not defined.
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	Error! Bookmark not defined.
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR	3
DAFTAR ISI	6
DAFTAR TABEL	11
DAFTAR BAGAN	12
DAFTAR LAMPIRAN	13
BAB I PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
1.1 Latar Belakang	Error! Bookmark not defined.
1.2 Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
1.3 Tujuan Penulisan	Error! Bookmark not defined.
1.3.1 Tujuan Umum	Error! Bookmark not defined.
1.3.2 Tujuan Khusus	Error! Bookmark not defined.
1.4 Manfaat KTI	Error! Bookmark not defined.
1.4.1 Bagi Penulis	Error! Bookmark not defined.
1.4.2 Bagi Tempat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1.4.3 Bagi Perkembangan Ilmu Keperawatan (Instansi)	Error! Bookmark not defined.
	Bookmark not defined.
BAB II TINJAUAN TEORI	Error! Bookmark not defined.
2.1 Konsep Dasar Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
2.1.1 Pengertian Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
2.1.2 Etiologi Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
2.1.3 Patofisiologi Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
2.1.4 Klasifikasi Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
2.1.5 Tanda dan Gejala Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
	Bookmark not defined.
2.1.6 Pencegahan Hipertensi	Error! Bookmark not defined.

- 2.1.7 Faktor Risiko Hipertensi ..**Error! Bookmark not defined.**
 - 2.1.8 Komplikasi**Error! Bookmark not defined.**
 - 2.1.9 Penatalaksanaan Hipertensi..**Error! Bookmark not defined.**
 - 2.2 Konsep Asuhan Keperawatan Keluarga**Error! Bookmark not defined.**
 - 2.2.1 Pengertian Keluarga**Error! Bookmark not defined.**
 - 2.2.2 Tugas Keluarga**Error! Bookmark not defined.**
 - 2.2.3 Asuhan Keperawatan Keluarga**Error! Bookmark not defined.**
 - 2.3 Konsep Pendidikan Kesehatan.....**Error! Bookmark not defined.**
 - 2.3.1 Definisi Pendidikan Kesehatan**Error! Bookmark not defined.**
 - 2.3.2 Tujuan Pendidikan Kesehatan**Error! Bookmark not defined.**
 - 2.3.3 Metode Pendidikan Kesehatan**Error! Bookmark not defined.**
 - 2.3.4 Media Pendidikan Kesehatan**Error! Bookmark not defined.**
 - 2.3.5 Standar Operasional Prosedur**Error! Bookmark not defined.**
 - 2.4 Konsep Terapi Benson**Error! Bookmark not defined.**
 - 2.4.1 Pengertian Terapi Benson **Error! Bookmark not defined.**
 - 2.4.2 Manfaat.....**Error! Bookmark not defined.**
 - 2.4.3 SOP (Standar Operasional Prosedur)**Error! Bookmark not defined.**
 - 2.5 Kerangka Teori.....**Error! Bookmark not defined.**
- BAB III METODE KTI.....Error! Bookmark not defined.**
- 3.1 Desain Karya Tulis Ilmiah**Error! Bookmark not defined.**
 - 3.2 Subyek Karya Tulis Ilmiah**Error! Bookmark not defined.**
 - 3.3 Definisi Operasional / Batasan Istilah**Error! Bookmark not defined.**

3.4	Lokasi Dan Waktu Karya Tulis Ilmiah	Error! Bookmark not defined.
3.5	Prosedur Penulisan Karya Tulis Ilmiah	Error! Bookmark not defined.
3.6	Teknik Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
3.7	Instrumen dan Pengambilan Data	Error! Bookmark not defined.
3.8	Keabsahan Data	Error! Bookmark not defined.
3.9	Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
3.10	Etika Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB IV	HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
4.1	Hasil Studi Kasus	Error! Bookmark not defined.
4.2	Pembahasan	75
4.3	Keterbatasan KTI	Error! Bookmark not defined.
4.4	Implikasi Untuk Keperawatan	80
BAB V	PENUTUP	Error! Bookmark not defined.
5.1	Kesimpulan	Error! Bookmark not defined.
5.2	Saran	Error! Bookmark not defined.
	DAPTAR PUSTAKA	90
	LAMPIRAN	92
	DAFTAR RIWAYAT HIDUP	112

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1	Daftar 10 Penyakit Tertinggi di Kota Tasikmalaya Tahun 2021 Error! Bookmark not defined.
Tabel 1.2	Data Hipertensi di Puskesmas Cilembang Error! Bookmark not defined.
Tabel 2.1	Klasifikasi Hipertensi menurut JNC VIII Error! Bookmark not defined.
Tabel 2.2	Pemeriksaan Fisik..... Error! Bookmark not defined.
Tabel 2.3	Tingkat Kemandirian Keluarga Error! Bookmark not defined.
Tabel 2.4	Skoring Masalah Keperawatan..... Error! Bookmark not defined.
Tabel 4.1	Karakteristik Anggota Keluarga Yang Sakit Error! Bookmark not defined.
Tabel 4.2	Karakteristik Anggota Keluarga Yang Merawat Anggota Dengan Masalah Hipertensi 69
Tabel 4.3	Hasil Pengakjian Tahap 2 Untuk Mengidentifikasi Kemampuan Keluarga Dalam Merawat Anggota Keluarga Yang Menderita Hipertensi Error! Bookmark not defined.
Tabel 4.4	Evaluasi Formatif Lisan Pada Keluarga Tn.A Setelah Dilakukan Pendidikan Kesehatan Error! Bookmark not defined.
Tabel 4.5	Evaluasi Formatif Lisan Pada Keluarga Ny.M Setelah Dilakukan Pendidikan Kesehatan Error! Bookmark not defined.
Tabel 4.6	Tingkat Pengetahuan Sebelum Dan Sesudah Pendidikan Kesehatan Error! Bookmark not defined.
Tabel 4.7	Evaluasi Sikap Error! Bookmark not defined.
Tabel 4.8	Evaluasi Keterampilan Setelah Dilakukan Pendidikan Kesehatan Terapi Relaksasi Benson Error! Bookmark not defined.

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1	KerangkaTeori.....	Error! Bookmark not defined.
-----------	--------------------	-------------------------------------

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1** Surat Informed Consent.....**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 2** Surat Persetujuan**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 3** Standar Operasional Prosedur Terapi Relaksasi Benson..... **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 4** Lembar Penilaian.....**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 5** Lembar Penilaian.....**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 6** *Check List* Penilaian Terhadap Keluarga Mengenai Tindakan Terapi Relaksasi Benson.....**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 7** Lembar Penilaian.....**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 8** Lembar Penilaian.....**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 9** Lembar Observasi Tekanan Darah .**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 10** Satuan Acara Penyuluhan Terapi Relaksasi Benson **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 11** Dokumentasi Kegiatan**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 12** Dokumentasi.....**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 13** Daptar Riwayat Hidup.....**Error! Bookmark not defined.**