

**ASUHAN KEPERAWATAN NY. M DENGAN DIAGNOSIS HIPERTENSI  
MELALUI INTERVENSI TERAPI BENSON DENGAN *FOOT MASSAGE*  
DI DESA ANTASAN SENOR KECAMATAN MARTAPURA TIMUR**

Skripsi

Diajukan guna memenuhi sebagai syarat  
Untuk memperoleh derajat Sarjana Keperawatan  
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat

Oleh:

Silvi Insyani Ma'rifati Shofi  
1910913220034



**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT  
BANJARBARU**

**DESEMBER, 2024**

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Banjarbaru, 30 Desember 2024



Silvi Insyani Ma'rifati Shofi

Karya Tulis Ilmiah

**ASUHAN KEPERAWATAN NY. M DENGAN DIAGNOSIS HIPERTENSI MELALUI  
INTERVENSI TERAPI BENSON DENGAN *FOOT MASSAGE* DI DESA ANTASAN  
SENIOR KECAMATAN MARTAPURA TIMUR**

Dipersiapkan dan disusun oleh

**Silvi Insyani Ma'rifati Shofi**

Telah dipertahankan di depan dewan penguji

Pada tanggal 30 Desember 2024

**Susunan Dewan Penguji**

Pembimbing Utama

**Agianto, S.Kep., Ns., M.N.S., Ph.D.**

Anggota Dewan Penguji Lain

**Windy Yuliana Budianto, S.Kep., Ns., M.Biomed.**

Pembimbing Pendamping

**Dr. Anggi Setyowati, Ns., M.Sc**

**Hamka, S.Kep., Ns., M.Kep., RN., WOC(ET)N**

Karya Tulis Ilmiah ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan  
Untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan

**Dr. Herawati, S.Kep., Ns., M.Kep.**

Koordinator Program Studi Keperawatan

## LEMBAR PERSEMBAHAN

Alhamdulillah rabbi'l'aalamin. Puji syukur serta terima kasih penulis ucapkan kepada Allah Subhanahu wa ta'ala. sehingga penulis mampu menyelesaikan penulisan skripsi ini. Terima kasih penulis sampaikan pula kepada:

1. Kedua orang tua dan kedua saudara penulis yang menjadi pendukung terbaik selama studi sarjana penulis, mulai dari moral hingga materiel.
2. Dosen Agianto, Ns., M.N.S., Ph.D yang telah menjadi pembimbing akademik dan skripsi penulis. Juga dosen Dr. Anggi Setyowati, Ns., M.Sc. yang telah memberikan bimbingan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
3. Dosen Windy Yuliana Budianto, S.Kep., Ns.,M.Biomed. dan dosen Hamka, S.Kep., Ns., M.Kep., RN., WOC(ET)N sebagai penguji yang telah memberi kritik dan saran sehingga skripsi ini menjadi semakin baik.
4. Seluruh dosen PSKep FKIK ULM yang telah banyak memberikan ilmu dan membantu dalam proses studi sarjana.
5. Pasien Ny. M yang bersedia menjadi responden dan dirawat oleh penulis.
6. Rekan saya, Kak Alfi, Kak Ariska, Kak Tari, Triwigati, Riska, Rifky, Ernita, Norwaqiah, Windy, Mahadani, Nova W., yang saling membantu, berbagi informasi, memberikan motivasi dan dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Semua teman seperjuangan yang telah saling membantu selama proses studi agar tetap semangat dan tidak putus asa sampai akhir.

Semoga Allah Subhanahu wa ta'ala membalas kebaikan Anda dengan kebaikan terbaik serta skripsi ini menjadi sesuatu yang bermanfaat sehingga memiliki nilai keberkahan di dalamnya.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat-Nya sehingga peneliti dapat menjelaskan karya tulis ilmiah yang berjudul “Asuhan Keperawatan Ny. M dengan Diagnosis Hipertensi Melalui Intervensi Terapi Benson dengan *Foot Massage* di Desa Antasan Senor Kecamatan Martapura Timur”. Karya tulis ilmiah ini disusun untuk memenuhi syarat guna memperoleh derajat Sarjana Keperawatan di Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat Banjarbaru. Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada: Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Prof. Dr. dr. Syamsul Arifin, M.Pd., FISPH., FISCAM yang telah memberi kesempatan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian. Peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada dosen Agianto, Ns., M.N.S., Ph.D sebagai pembimbing utama dan dosen Dr. Anggi Setyowati, Ns., M.Sc. sebagai pembimbing pendamping yang berkenan memberikan saran dan arahan dalam penyelesaian karya tulis ilmiah ini. Terima kasih juga penulis sampaikan kepada dosen Windy Yuliana Budianto, S.Kep., Ns., M.Biomed. dan dosen Hamka, S.Kep., Ns., M.Kep., RN., WOC(ET)N sebagai penguji yang telah memberi kritik dan saran sehingga karya tulis ilmiah ini menjadi semakin baik. Terima kasih kepada kedua orang tua, saudara, rekan penelitian, serta semua pihak atas sumbangan pikiran dan bantuan yang telah diberikan. Peneliti berharap penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi dunia pengetahuan.

Banjarbaru, 30 Desember 2024

Silvi Insyani Ma'rifati Shofi

## ABSTRAK

### ASUHAN KEPERAWATAN NY. M DENGAN DIAGNOSIS HIPERTENSI MELALUI INTERVENSI TERAPI BENSON DENGAN *FOOT MASSAGE* DI DESA ANTASAN SENOR KECAMATAN MARTAPURA TIMUR

Silvi Insyani Ma'rifati Shofi

**Latar belakang:** Hipertensi menjadi penyakit tidak menular tertinggi di wilayah UPTD Puskesmas Martapura Timur dalam periode Januari-Maret 2023 di mana pada tahun 2024 terus naik. Hal itu dikarenakan gaya hidup dan kebiasaan masyarakat khususnya Desa Antasan Senor yang mempunyai pola hidup kurang sehat dan tidak mengonsumsi obat secara rutin. Salah satu pengobatan non farmakologi yang dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi yaitu terapi benson dengan *foot massage*.

**Tujuan:** Memberikan asuhan keperawatan melalui intervensi pemberian terapi benson dengan *foot massage* pada klien dengan hipertensi.

**Metode:** Menggunakan studi kasus pada Ny. M dengan pengumpulan data dan lembar *assesment* keperawatan pola Gordon, melakukan wawancara, observasi dan pemeriksaan fisik. Selanjutnya dilanjutkan dengan analisa data, penegakan diagnosis, intervensi, implementasi dan evaluasi.

**Hasil dan Pembahasan:** Asuhan keperawatan setelah dilakukan selama 3 hari dengan intervensi terapi benson dengan *foot massage*, kemudian pendidikan kesehatan selama 1 kali. Hasil perpaduan antara terapi benson dengan *foot massage* masalah hipertensi teratasi dengan penurunan tekanan darah dari 150/95 mmHg menjadi 120/85 mmHg.

**Kesimpulan:** Terapi nonfarmakologis terapi benson dengan *foot massage* selama 3 hari mampu menurunkan tekanan darah.

**Kata Kunci:** Hipertensi, Terapi Benson, *Foot Massage*, Studi kasus.

## **ABSTRACT**

### **NURSING CARE FOR MRS. M WITH DIAGNOSIS OF HYPERTENSION THROUGH BENSON THERAPY INTERVENTION WITH FOOT MASSAGE IN ANTASAN SENOR VILLAGE, MARTAPURA TIMUR DISTRICT**

**Silvi Insyani Ma'rifati Shofi**

**Background:** Hypertension became the highest non-communicable disease in the UPTD Puskesmas Martapura Timur area during the period of January-March 2023, and it continued to rise in 2024. This was due to the lifestyle and habits of the community, especially in Antasan Senor Village, which had an unhealthy lifestyle and did not consume medication regularly. One of the non-pharmacological treatments that could lower blood pressure in hypertensive patients was Benson therapy with foot massage.

**Objective:** Providing nursing care through interventions for providing Benson therapy with foot massage to clients with hypertension.

**Method:** Using a case study on Mrs. M with data collection and Gordon pattern nursing assessment sheets, conducting interviews, observations and physical examinations. Then continued with data analysis, diagnosis, intervention, implementation and evaluation.

**Result and Discussion:** Nursing care after being carried out for 3 days with Benson therapy intervention with foot massage, then health education for 1 time. This is because the combination of Benson therapy with foot massage the problem hypertension is resolved with a decrease in blood pressure from 150/95 mmHg to 120/85 mmHg.

**Conclusion:** Non-pharmacological therapy Benson therapy with foot massage for 3 days can lower blood pressure.

**Keywords:** Hypertension, Benson Therapy, Foot Massage, Case Study

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPUL .....</b>	<b>I</b>
<b>PERNYATAAN.....</b>	<b>II</b>
<b>KARYA TULIS ILMIAH .....</b>	<b>III</b>
<b>LEMBAR PERSEMBAHAN.....</b>	<b>IV</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>V</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>VI</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>VII</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>VIII</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>XI</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>XII</b>
<b>DAFTAR SINGKATAN .....</b>	<b>XIII</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>XV</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	6
1.3 Tujuan Penulisan.....	6
1.3.1 Tujuan Umum.....	6
1.3.2 Tujuan Khusus .....	6
1.4 Manfaat Penulisan.....	6
1.4.1 Manfaat bagi Responden/Keluarga .....	6
1.4.2 Manfaat bagi Pelayan Kesehatan.....	7
1.4.3 Manfaat bagi Institusi Pendidikan .....	7
1.4.4 Manfaat bagi Penelitian Selanjutnya .....	7
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>8</b>
2.1 Hipertensi.....	8
2.1.1 Definisi Hipertensi .....	8
2.1.2 Epidemiologi Hipertensi.....	8
2.1.3 Etiologi Hipertensi .....	8
2.1.4 Patofisiologi Klinis Hipertensi .....	10
2.1.5 Faktor Risiko Hipertensi .....	11
2.1.6 Klasifikasi Hipertensi .....	11

2.1.7	Manifestasi Klinis Hipertensi.....	12
2.1.8	Penatalaksanaan Hipertensi.....	13
2.1.9	Komplikasi Hipertensi.....	15
2.1.10	Pencegahan Hipertensi.....	15
2.2	Terapi Benson.....	16
2.2.1	Deskripsi Terapi Benson.....	16
2.2.2	Manfaat Terapi Benson.....	17
2.2.3	Teknik Terapi Benson.....	21
2.3	Terapi <i>Foot Massage</i> .....	22
2.3.1	Deskripsi <i>Foot Massage</i> .....	22
2.3.2	Manfaat <i>Foot Massage</i> .....	24
2.3.3	Kontraindikasi <i>Foot Massage</i> .....	26
2.3.4	Tips Sebelum Pemijatan.....	26
2.3.5	SOP (Standar Operasional Prosedur) <i>Foot Massage</i> .....	27
2.4	Konsep Asuhan Keperawatan.....	30
2.4.1	Diagnosis Keperawatan.....	30
2.4.2	Tanda dan Gejala.....	30
2.4.3	Rencana Keperawatan dan Implementasi.....	32
2.4.4	Implementasi.....	35
2.4.5	Evaluasi.....	35
<b>BAB 3 KASUS KELOLAAN UTAMA.....</b>		<b>35</b>
3.1	Pengkajian.....	36
3.2	Diagnosis Keperawatan.....	34
3.2.1	Kesiapan Meningkatkan Manajemen Kesehatan.....	35
3.2.2	Perfusi Perifer Tidak Efektif.....	36
3.3	Perencanaan Keperawatan.....	36
3.3.1	Perencanaan Keperawatan Perfusi Perifer Tidak Efektif.....	36
3.3.2	Perencanaan Keperawatan Kesiapan Meningkatkan Manajemen Kesehatan.....	36
3.3.3	Intervensi Keperawatan Unggulan.....	37
3.4	Implementasi Keperawatan.....	37
3.4.1	Implementasi Hari Pertama.....	37
3.4.2	Implementasi Hari Kedua.....	38
3.4.3	Implementasi Hari Ketiga.....	38
3.5	Evaluasi Keperawatan.....	39

3.6	Rencana Tindak Lanjut.....	41
<b>BAB 4 PEMBAHASAN .....</b>		<b>42</b>
4.1	Analisis Diagnosis Keperawatan .....	42
4.2	Analisis Intervensi Pemberian Terapi Benson dengan <i>Foot Massage</i> ....	46
4.3	Keterbatasan.....	53
<b>BAB 5 PENUTUP .....</b>		<b>55</b>
5.1	Simpulan.....	55
5.2	Saran .....	56
5.2.1	Bagi Responden/Keluarga .....	56
5.2.2	Bagi Pelayanan Kesehatan.....	57
5.2.3	Bagi Institusi Pendidikan .....	57

**DAFTAR PUSTAKA**

**LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Klasifikasi Hipertensi .....	11
Tabel 2. 2 Rencana Keperawatan Pada Pasien.....	32
Tabel 4. 1 Hasil Pengukuran Tekanan Darah.....	48
Tabel 4. 2 Hasil Selisih Penurunan Tekanan Darah Yang Dikurang Sebelum dan Sesudah Intervensi Tekanan Sistole dan Diastole (mmHg).....	51

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Tekan Kuat-Kuat Telapak Tangan Satu Sama Lain.....	26
Gambar 2. 2 Ujung jari dan ujung ibu jari dari kedua tangan saling berdempetan .....	27
Gambar 2. 3 Tekan kuat jari dari suatu tangan ke arah.....	27
Gambar 2. 4 Titik Refleksi.....	28

## DAFTAR SINGKATAN

ACE-I	: <i>Angiotensin Converting Enzyme Inhibitor</i>
AHA	: <i>American Heart Association</i>
ARB	: <i>Angiotensin 2 Receptor Blocker</i>
BAB	: Buang Air Besar
BAK	: Buang Air Kecil
CM	: Centimeter
CRF	: <i>Corticotropin Releasing Factor</i>
DASH	: <i>Dietary Approaches to Stop Hypertension</i>
GR	: Gram
ISH	: <i>The International Society Of Hypertension</i>
JNC	: <i>Joint National Committee</i>
JVP	: <i>Jugular Vein Pressure</i>
KEMENKES	: Kementerian Kesehatan
KIA	: Kesehatan Ibu Anak
KB	: Keluarga Berencana
KKLB	: Keperawatan Kesehatan Lahan Basah
MmHg	: Millimeter Hydragyrum (millimeter air raksa)
NIC	: <i>Nursing Intervention Classification</i>
NOC	: <i>Nursing Outcome Classification</i>
P2M	: Pemberantasan Penyakit Menular
Posbindu	: Pos Pembinaan Terpadu
PTM	: Penyakit Tidak Menular
Puskesmas	: Pusat Kesehatan Masyarakat
RIP ULM	: Rencana Induk Penelitian Universitas Lambung Mangkurat
RISKESDAS	: Riset Kesehatan Dasar
RR	: <i>Respiratory Rate</i>
RT	: Rukun Tetangga

SOAP : Subjektif Objektif Assessment Planning  
SPO2 : *Saturation Pulse Oximetry*  
TD : Tekanan Darah  
TTV : Tanda-Tanda Vital  
UNESCO : *United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization*  
UPT : Unit Pelayanan Terpadu  
WHO : *World Health Organization*  
WITA : Waktu Indonesia Tengah

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Biodata Peneliti
- Lampiran 2. Lembar Pengkajian Pola Gordon
- Lampiran 3. Lembar Analisa Data
- Lampiran 4. Lembar Rencana Keperawatan
- Lampiran 5. Lembar Implementasi dan Evaluasi
- Lampiran 6. Lembar Persetujuan Sebagai Responden (*Informed Consent*)
- Lampiran 7. Lembar Penjelasan Penelitian (*Information Sheet*)
- Lampiran 8. Standar Operasional Prosedur Relaksasi Benson dengan *Foot Massage*
- Lampiran 9. Surat Izin Penelitian
- Lampiran 10. Satuan Acara Penyuluhan (SAP)
- Lampiran 11. Laporan Hasil Penyuluhan Terapi Benson dengan *Foot Massage*
- Lampiran 12. Dokumentasi Kegiatan