

**PENERAPAN TERAPI TEKNIK RELAKSASI BENSON
TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI
PANTI WERDHA DHARMA BHAKTI
PALEMBANG**



KARYA ILMIAH AKHIR NERS (KIAN)

Disusun Oleh :

NOVRI WIJAYA
2535005

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS KATOLIK MUSI CHARITAS
PALEMBANG
2026**

**PENERAPAN TERAPI TEKNIK RELAKSASI BENSON
TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI
PANTI WERDHA DHARMA BHAKTI
PALEMBANG**



KARYA ILMIAH AKHIR NERS (KIAN)

Diajukan kepada
Universitas Katolik Misi Charitas
untuk memenuhi salah satu persyaratan
dalam menyelesaikan program studi Profesi Ners

Disusun Oleh :

NOVRI WIJAYA

2535005

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS KATOLIK MISI CHARITAS
PALEMBANG
2026**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS KATOLIK MUSI CHARITAS**



Tanda persetujuan Ujian Karya Ilmiah Akhir Ners

Nama : Novri Wijaya

Nim : 2535005

Judul : Penerapan Terapi Teknik Relaksasi Benson Terhadap Tekanan
Darah Pada Lansia Di Panti Werdha Dharma Bhakti Palembang

**Menyetujui untuk diujikan pada ujian KIAN jenjang Profesi Ners
Palembang, 26 Juni 2026**

Pembimbing

A handwritten signature in black ink, appearing to be "Lilik Pranata".

Ns. Lilik Pranata, S. Kep., M. Kes

Mengetahui

Ketua Program Studi Profesi Ners



Ns. Ketut Suryani, M. Kep

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS KATOLIK MUSI CHARITAS**



Tanda Pengesahan Karya Ilmiah Ners

Nama : Novri Wijaya
Nim : 2535005
Judul : Penerapan Terapi Teknik Relaksasi Benson Terhadap Tekanan
Darah Pada Lansia Di Panti Werdha Dharma Bhakti Palembang

Telah disetujui, diperiksa dan dipertahankan dihadapan
Tim Penguji KIAN jenjang Profesi
Palembang, 26 Juni 2026

TIM PENGUJI

TANDA TANGAN

Ketua Dewan Penguji : Ns. Lilik Pranata, S. Kep., M. Kes

Anggota Penguji 1 : Ns. Aniska Indah Fari., M. Kep

Mengetahui

Ketua Program Studi Profesi Ners

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Ns. Ketut Suryani, M. Kep



Theresia Anita SST., M. Tr. Keb

LEMBAR PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Novri Wijaya
Nim : 2535005
Program Studi : Profesi Ners
Judul : Penerapan Terapi Teknik Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Di Panti Werdha Dharma Bhakti Palembang

Dengan ini menyatakan bahwa hasil penulisan karya Ilmiah Akhir Ners yang sudah saya buat ini merupakan karya sendiri dan besar keasliannya. Jika ternyata di kemudian hari penulisan karya Ilmiah Akhir Ners ini hasil plagiat atau penjiplakan dari orang lain maka saya menerima sanksi berdasarkan tata tertib di Universitas Katolik Musi Charitas Palembang.

Demikianlah pernyataan ini saya buat dengan keadaan sadar dan tidak dipaksakan

Penulis



Novri Wijaya

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Novri Wijaya
Nim : 2535005
Program Studi : Profesi Ners
Judul : Penerapan Terapi Teknik Relaksasi Benson Terhadap
Tekanan Darah Pada Lansia Di Panti Werdha Dharma
Bhakti Palembang

Menyatakan bahwa saya memberikan hak kepada Universitas Katolik Musi Charitas untuk mempublikasikan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) saya tanpa meminta izin dari saya selama nama saya tetap tercantum sebagai penulis..

Demikianlah pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Penulis



Novri Wijaya