

**EFEKTIVITAS TERAPI RELAKSASI BENSON MELALUI  
PEMBERDAYAAN KELUARGA TERHADAP PENURUNAN  
TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI DI  
WILAYAH KERJA PUSKESMAS MOLINGKAPOTO**

**TESIS**

oleh

**FEBBY WAHYUNITA KASIM  
NPM 22090400024**

**PROGRAM STUDI MAGISTER KEPERAWATAN  
KEKHUSUSAN KEPERAWATAN KOMUNITAS  
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JAKARTA  
JAKARTA, 2024**

## PERNYATAAN PERSETUJUAN

### EFEKTIVITAS TERAPI RELAKSASI BENSON MELALUI PEMBERDAYAAN KELUARGA TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MOLINGKAPOTO

FEBBY WAHYUNITA KASIM  
NPM 22090400024

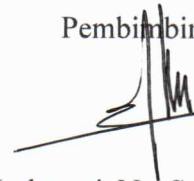
Tesis ini telah diperiksa, diuji, dan dipertahankan dihadapan Dewan Penguji  
Program Studi Magister Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan

Pembimbing I



(Dr. dr. Toha Muhaimin, MSc)

Pembimbing II



(Nurhayati, Ns., Sp. Kep. Kom)

Mengetahui,

Keperawatan  
Program Studi Magister Keperawatan



(Dr. Nyimas Hony Purwati, M.Kep., Ns., Sp. Kep. An)




## HALAMAN PENGESAHAN

Tesis ini diajukan oleh

Nama : Febby Wahyunita Kasim  
NPM : 22090400024  
Program Studi : Magister Keperawatan  
Judul Tesis : Efektivitas Terapi Relaksasi Benson Melalui  
Pemberdayaan Keluarga Terhadap Penurunan Tekanan  
Darah Pada Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja  
Puskesmas Molingkapoto

**Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Magister Keperawatan pada Kekhususan Keperawatan Komunitas pada Program Studi Magister Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Jakarta.**

## DEWAN PENGUJI


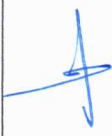

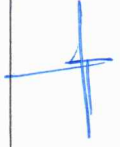


Pembimbing : Dr. dr. Toha Muhaimin, MSc (  )  
Pembimbing : Nurhayati, Ns., Sp. Kep. Kom (  )  
Penguji : Dr. Syamsul Anwar, Sp. Kep. Kom (  )  
Penguji : Ns. Achmad Ali Basri, M.Kep., Sp.Kep.K (  )

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal : 7 Februari 2024

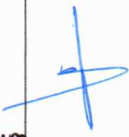

## LEMBAR KONSULTASI HASIL PENELITIAN

Nama Mahasiswa : Febby Wahyunita Kasim  
 NPM : 22090400024  
 Judul Tesis : Efektivitas terapi Relaksasi Benson Melalui pemberdayaan keluarga Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Molingkapoto  
 Nama Pembimbing : Nurhayati, NS., Sp.Kep.kom dan Dr.dr. Toha Muhaimin, MSc

| No | Tanggal dan waktu | Metode (Tatap muka, Email, Paper, On Line) | Materi Konsultasi                           | Masukan Pembimbing   | Tanda Tangan  |
|----|-------------------|--|---|--|---|
| 1. | 29/11/2023        | Tatap Muka                                 | Bab 5 : Hasil penelitian                    | Perbaiki kalimat di bab 5 hasil interpretasi.                            |    |
| 2. | 08/12/2023        | Tatap Muka                                 | Bab 5 : Hasil penelitian                    | Perbaiki kalimat di dalam tabel hasil yang ada di Bab 5.                 |   |
| 3. | 10/12/2023        | Online (via zoom)                          | Bab 5 : Hasil penelitian                    | perbaiki tabel hasil di Bab 5  |  |
| 4. | 08/01/2024        | Tatap Muka                                 | Bab 5 Hasil penelitian dan Bab 6 Pembahasan | perbaiki Bab 6 sesuaikan teori yang ada di bab 1 dan bab 2               |  |
| 5. | 09/01/2024        | Tatap Muka                                 | Bab 6 : Pembahasan                          | Melanjutkan bab 6 yang belum sesuai dengan teori yang ada di Bab 1 dan 2 |  |
| 6. | 10/01/2024        | Tatap Muka                                 | Bab 6 Pembahasan                            | Melanjutkan perbaikan di pembahasan teori dan hasil                      |  |

## LEMBAR KONSULTASI HASIL PENELITIAN

Nama Mahasiswa : Febby Wahyunita Kasim  
 NPM : 22090400024  
 Judul Tesis : Efektivitas Terapi Relaksasi Benson Melalui pemberdayaan keluarga Terhadap penurunan tekanan darah pada Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Moling Kapoto  
 Nama Pembimbing : Nurhayati, Ns., Sp.kep.kom dan Dr. dr. Toha Muhaemin, Msc

| No | Tanggal dan waktu | Metode (Tatap muka, Email, Paper, On Line) | Materi Konsultasi | Masukan Pembimbing  | Tanda Tangan   |
|----|-------------------|--|-------------------|---|--|
| 7. | 15/05/2024        | Tatap muka                                 | Bab 6 Pembahasan  | perbaiki lagi kalimat di Bab 6 tambahkan teori dan penelitian pendukung |   |
| 8. | 21/01/2024        | Tatap muka                                 | Bab 6 dan Bab 7   | Sesuaikan dgn tujuan penelitian   |  |