

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH TASIKMALAYA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN**

Karya Tulis Ilmiah, Mei 2024  
Nur Aisyah Carlyani  
E2114401011

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN  
PENERAPAN TERAPI RELAKSASI BENSON UNTUK MENURUNKAN  
TEKANAN DARAH DI RUANG MELATI 3 RUMAH SAKIT UMUM  
DAERAH DR. SOEKARDJO KOTA TASIKMALAYA**

**ABSTRAK**

xv+ 5 bab+ 135 lembar+ 30 tabel+ 12 lampiran+

Hipertensi adalah suatu penyakit atau diagnosa medis yang lebih dikenal oleh masyarakat umum dengan sebutan tekanan darah tinggi yang ditandai dengan suatu kondisi peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg. Hipertensi merupakan *silent killer* yang seringkali tidak disadari gejalanya sehingga kurangnya perawatan dan penanganan diri yang akhirnya menimbulkan masalah lain seperti komplikasi dan kematian sehingga dibutuhkan penanganan yang tepat salah satunya dengan pemberian teknik non farmakologi yaitu terapi relaksasi benson. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menggambarkan asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan penerapan terapi relaksasi benson untuk menurunkan tekanan darah di Ruang Melati 3 Rumah Sakit Umum Daerah Dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya. Metode penelitian ini adalah studi kasus deskriptif dengan pendekatan Al-Islam dan Kemuhammadiyah. Subjek studi kasus sebanyak 2 pasien hipertensi. Pengukuran tekanan darah dilakukan dengan menggunakan *sphygmomanometer* dengan kriteria inklusi tekanan darah lebih dari 140/90 mmHg dan penyajian data menggunakan pendekatan asuhan keperawatan. Hasil pengkajian kedua responden mengeluh nyeri kepala dengan tekanan darah pasien 1 adalah 150/100 mmHg dan pasien 2 adalah 180/105 mmHg. Diagnosa keperawatan utama pada pasien 1 dan pasien 2 yaitu nyeri akut (D.0077) berhubungan dengan agen pencedera fisiologis (kerusakan organ vital oleh hipertensi) ditandai dengan pasien mengeluh nyeri kepala. Rencana keperawatan dengan tujuan tingkat nyeri menurun dengan intervensi manajemen nyeri (terapi relaksasi benson). Implementasi dilakukan selama 1x15 menit selama 3 hari berturut-turut sesuai dengan Standar Operasional Prosedur (SOP). Evaluasi setelah 3 hari keluhan nyeri pasien 1 dan 2 menurun dengan tekanan darah pasien 1 menjadi 123/90 mmHg dan pasien 2 menjadi 125/90 mmHg. Kesimpulan dari hasil studi kasus ini menunjukkan bahwa relaksasi benson dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Saran peneliti yaitu diharapkan terapi relaksasi benson ini dapat dijadikan sebagai salah satu terapi untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

Kata kunci : asuhan keperawatan, hipertensi, tekanan darah, terapi relaksasi benson

Kepustakaan : 31 (2014-2024)

**MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF TASIKMALAYA  
FACULTY OF HEALTH SCIENCE  
DIII NURSING STUDY PROGRAM**

*Scientific Paper, May 2024  
Nur Aisyah Carlyani  
E2114401011*

***NURSING CARE FOR HYPERTENSIVE PATIENTS WITH THE  
APPLICATION OF BENSON RELAXTION THERAPY TO LOWER BLOOD  
PRESSURE IN MELATI 3 WARD, DR. SOEKARDJO REGIONAL  
GENERAL HOSPITAL, TASIKMALAYA CITY***

**ABSTRACT**

*xv+ 5 chapters+ 135 sheets+ 30 tables+ 12 appendices+*

*Hypertension is a disease or medical diagnosis more commonly known to the general public as high blood pressure, characterized by a condition where systolic blood pressure exceeds 140 mmHg and diastolic blood pressure exceeds 90 mmHg. Hypertension is considered a silent killer because its symptoms are often unnoticed, leading to insufficient self-care and treatment, which can result in complications and death. Therefore, appropriate management is necessary, including non-pharmacological techniques such as Benson relaxation therapy. The aim of this study is to describe nursing care for hypertension patients through the application of Benson relaxation therapy to lower blood pressure in the Melati 3 Ward of Dr. Soekardjo Regional General Hospital in Tasikmalaya City. The research method used is a descriptive case study with an Al-Islam and Kemuhammadiyah approach. The case study subjects consist of 2 hypertension patients. Blood pressure measurements were conducted using a sphygmomanometer, with inclusion criteria of blood pressure greater than 140/90 mmHg, and data presentation was carried out using a nursing care approach. Assessment results showed that both respondents complained of headaches, with patient 1 having a blood pressure of 150/100 mmHg and patient 2 having a blood pressure of 180/105 mmHg. The primary nursing diagnosis for both patients was acute pain (D.0077) related to physiological injury agents (vital organ damage due to hypertension), as indicated by the patients' complaints of headaches. The nursing care plan aimed to reduce pain levels through pain management interventions, specifically Benson relaxation therapy. Implementation was conducted for 15 minutes once a day for 3 consecutive days, according to Standard Operating Procedures (SOP). Evaluation after 3 days showed a reduction in pain complaints, with patient 1's blood pressure decreasing to 123/90 mmHg and patient 2's blood pressure decreasing to 125/90 mmHg. The conclusion from this case study indicates that Benson relaxation therapy can lower blood pressure in hypertension patients. The researchers suggest that Benson relaxation therapy be considered as one of the treatments to lower blood pressure in hypertension patients.*

*Keywords: nursing care, Benson relaxation therapy, blood pressure*

*References: 31 (2014-2024)*