

ABSTRAK

Penerapan Terapi Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di RSUD Batang

Nur Indah Laely, Tri Sakti Wirotomo

Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

Hipertensi merupakan penyakit sistem kardiovaskuler dimana tekanan darah melebihi 140/90 mmHg yang dapat menyebabkan kematian sehingga perlu diwaspadai. Penanganan hipertensi dapat menggunakan terapi nonfarmakologis berupa teknik relaksasi benson. Karya tulis Ilmiah ini bertujuan memberi gambaran penerapan terapi relaksasi benson terhadap penurunan tekanan darah pasien hipertensi. Rancangan Karya Tulis Ilmiah ini menggunakan metode studi kasus dengan subjek dua pasien hipertensi di RSUD Batang, diberikan selama tiga hari. Hasilnya terapi ini efektif menurunkan tekanan darah pada kedua pasien dengan rata-rata sebelum terapi pada pasien pertama 194/107 mmHg menjadi 186/105 mmHg dan pada pasien kedua 154/103 mmHg menjadi 146/97 mmHg. Simpulan dari penerapan terapi ini mampu menurunkan tekanan darah tinggi pada pasien hipertensi. Diharapkan perawat dapat menganjurkan serta mengajarkan terapi relaksasi benson pada pasien hipertensi.

Kata kunci : Hipertensi, Nyeri (Sakit Kepala), Relaksasi Benson