

**Program Studi Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan
Juni, 2026**

ABSTRAK

M. Ajmal Khuluqi¹, Wiwiek Natalya², Tutik Lismawati³

**PENERAPAN TINDAKAN TERAPI RELAKSASI BENSON TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI
DESA SEMBUNGJAMBU KECAMATAN BOJONG**

Latar Belakang: Hipertensi adalah suatu masalah kesehatan yang sering dialami bagi masyarakat di dunia, bukan hanya di negara maju tetapi negara berkembang termasuk Indonesia, di wilayah puskesmas bojong I khususnya didesa Sembungjambu RT 6 RW 1 hipertensi masih menjadi salah satu masalah kesehatan yang sering dialami masyarakat karena kurangnya kesadaran masyarakat akan bahayanya penyakit hipertensi jika tidak dilakukan pengobatan segera, masyarakat berkeyakinan jika tidak ada keluhan tidak memeriksakan kesehatannya.

Tujuan: penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hasil tekanan darah sesudah dilakukan relaksasi benson.

Metode: Menggunakan metode Studi Kasus. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan metode wawancara menggunakan format asuhan keperawatan, observasi, dan studi dokumentasi.

Hasil: Seluruh responden yang dilakukan terapi relaksasi benson mengalami penurunan tekanan darah setelah tindakan dilakukan. rata-rata penurunan tekanan darah anggota kelompok khusus hipertensi yaitu 5 – 32 mmHg untuk sistolik dan 5 – 20 mmHg untuk diastolik.

Simpulan: Berdasarkan hasil penelitian pemberian asuhan keperawatan pada Seluruh responden kelompok khusus hipertensi setelah diberikan implementasi relaksasi benson mengalami perubahan tekanan darah setelah dilakukan terapi relaksasi benson

Kata Kunci: *Asuhan Keperawatan, Hipertensi, Tekanan Darah, Terapi Relaksasi Benson*

Daftar Pustaka: 20 (2018-2023)

ABSTRACT

M. Ajmal Khuluqi¹, Wiwiek Natalya², Tutik Lismawati³

THE IMPLEMENTATION OF BENSON RELAXATION THERAPY TO REDUCE BLOOD PRESSURE IN HYPERTENSIVE PATIENTS IN SEMBUNGJAMBU VILLAGE, BOJONG DISTRICT

Background: Hypertension is a health problem that is often experienced by people in the world, not only in developed countries but in developing countries including Indonesia, in the area of the bojong I health center, especially in the village of Sembungjambu neighbourhood 6 community unit 1 hypertension is still one of the health problems that are often experienced by the community because of the lack of public awareness of the dangers of hypertension if treatment is not carried out immediately, The public believes that if there are no complaints, they do not check their health.

Objective: This study aims to determine the results of blood pressure after benzon relaxation.

Method: Using the Case Study method. Data collection was carried out using the interview method, using the format of nursing care, observation, and documentation studies.

Results: All respondents who received benzon relaxation therapy experienced a decrease in blood pressure after the action was performed. The average decrease in blood pressure for members of the special hypertension group was 5 – 32 mmHg for systolic and 5 – 20 mmHg for diastolic.

Conclusion: Based on the results of the study on nursing care in All respondents in the hypertension special group after being given the implementation of benson relaxation experienced changes in blood pressure after benzene relaxation therapy

Keywords: *Nursing Care, Hypertension, Blood Pressure, Benson Relaxation Therapy*

Bibliography: 20 (2018-2023)