

POLITEHNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
TANJUNGPURUSAN JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN KOTABUMI

Karya Tulis Ilmiah, 6 Mei 2025
Uliah Salsabila

PENERAPAN TERAPI RELAKSASI BENSON PADA PASIEN HIPERTENSI
DENGAN MASALAH INTOLERANSI AKTIVITAS DI RUANG FRESIA
LANTAI 4 RUMAH SAKIT UMUM HANDAYANI KOTABUMI LAMPUNG
UTARA

xvii + 65 halaman + 6 tabel + 4 gambar + 5 lampiran

ABSTRAK

Hipertensi adalah kondisi peningkatan tekanan darah secara tidak normal dan berlangsung terus menerus setelah beberapa kali pemeriksaan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi relaksasi benson terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi. Metode dalam penelitian ini menggunakan tindakan berupa terapi relaksasi benson terhadap 1(satu) pasien dengan masalah keperawatan intoleransi aktivitas di Rumah Sakit Umum Handayani Kotabumi Lampung Utara dalam bentuk studi kasus. Hasil penelitian penerapan selama 3(tiga) hari menunjukkan adanya pengaruh terhadap perbaikan pada masalah keperawatan Intoleransi Aktivitas dengan membaiknya pola napas, tekanan darah, nadi dan perasaan lemah pada pasien. Kesimpulan dari penelitian ini bahwa terapi relaksasi benson berhasil mengatasi masalah tekanan darah pada pasien hipertensi. Perawat diharapkan dapat memberikan tindakan keperawatan terapi relaksasi benson kepada pasien hipertensi.

Kata Kunci : Benson, Hipertensi , Intoleransi aktivitas
Daftar Bacaan : 20 (2018-2023)

*POLTEKKES KEMENKES TANJUNGKARANG
NURSING DEPARTMENT
DIPLOMA III NURSING PROGRAM KOTABUMI*

*Scientific Writing, 6 mei 2025
Uliah Salsabila*

*APPLICATION OF BENSON RELAXATION THERAPY IN HYPERTENSION
PATIENTS WITH ACTIVITY INTOLERANCE PROBLEMS IN FRESIA ROOM 4
HANDAYANI GENERAL HOSPITAL KOTABUMI LAMPUNG UTARA*

xvii + 65 pages + 6 tables + 4 pictures + 5 appendices

ABSTRACT

Hypertension is a condition of abnormally high blood pressure that continues after several examinations. This study aims to determine the effect of benson relaxation therapy on reducing blood pressure in hypertensive patient. The method in this study uses benson relaxation therapy for 1 (one) patient with activity intolerance nursing problems at handayani general hospital, kotabumi, north lampung in form of a case study. The results of the application study for 3 (three) days showed an effect on improving activity intolerance nursing problems with improved breathing patterns, blood pressure, pulse and feelings of weakness in patients. The conclusion of this study is that benson relaxation therapy is successful in overcoming blood pressure problems in hypertensive patients. Nurses are expected to be able to provide benson relaxation therapy nursing actions to hypertensive patients.

*Keywords: Benson, Hypertension, Activity Intolerance
Reading List: 20 (2017-2023)*