

**Nama : Nurhalim**  
**NIM : 1035241217**  
**Judul : “Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi Dengan Nyeri Akut Melalui Tindakan Penerapan Relaksasi Benson Di Ruang Penyakit Dalam RSUD Pindad Bandung”**

**Pembimbing : Ns. Nurma Dewi, M.Kes., M.Kep**  
**Ns. Sari Jiwanti S, S.Kep., M.Kep**

### **ABSTRAK**

**Latar Belakang :** Hipertensi kondisi dimana tekanan darah sistolik 140 mmHg atau lebih atau tekanan diastolik 90 mmHg atau lebih. Gejala yang paling sering dikeluhkan oleh penderita hipertensi adalah nyeri di kepala. Penatalaksanaan hipertensi bisa menggunakan terapi farmakologi dan non farmakologi, Salah satu terapi non farmakologis adalah teknik relaksasi Benson. Teknik relaksasi benson merupakan salah satu terapi komplementer yang menggabungkan tehnik relaksasi dan keyakinan kepada Allah SWT untuk menurunkan tingkat nyeri seseorang.

**Metode :** Jenis karya ilmiah ini menggunakan rancangan deskriptif melalui pendekatan studi kasus dan studi literatur dengan melakukan kajian terhadap penelitian terdahulu. Penatalaksanaan asuhan keperawatan diberikan pada pasien Hipertensi dengan tingkat nyeri sedang di ruang penyakit dalam RSUD Pindad Bandung melalui penerapan tehnik relaksasi Benson

**Hasil :** Setelah diberikan implementasi dengan penerapan teknik relaksasi Benson selama 15 menit dengan frekuensi 2 kali sehari selama tiga hari berturut-turut, maka terdapat penurunan skala nyeri menjadi 2.

**Kesimpulan :** pemberian metode teknik relaksasi Benson cocok dan efektif untuk menurunkan skala nyeri akut pada pasien dengan hipertensi. Hasil studi kasus didapatkan Ny E dapat melakukan teknik relaksasi Benson untuk mengurangi nyeri kepala sehingga disimpulkan bahwa relaksasi benson dapat diterapkan untuk menurunkan skala nyeri akut penderita hipertensi.

**Kata Kunci :** Hipertensi, Nyeri kepala, Teknik Relaksasi Benson  
**Daftar Pustaka :** 37 buah (2016-2024)