

ABSTRAK

Hipertensi merupakan penyakit yang sudah menjadi masalah di dunia dan merupakan penyebab utama gagal jantung, stroke, gagal ginjal. Keluhan yang sering muncul pada pasien hipertensi adalah pusing atau sakit kepala dan rasa berat pada tengkuk. Tindakan dalam menangani hipertensi dapat dilakukan dengan cara farmakologi dan nonfarmakologi. Salah satu tindakan non farmakologi yaitu dengan terapi relaksasi Benson. Tujuan penulisan ini adalah menggambarkan asuhan keperawatan pasien dengan masalah keperawatan nyeri pada kasus hipertensi dengan intervensi khusus terapi relaksasi benson.

Metode yang digunakan berupa studi kasus dengan asuhan keperawatan pada satu pasien dan melakukan pengkajian, diagnosa keperawatan, rencana tindakan keperawatan, tindakan keperawatan, dan evaluasi. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan metode wawancara dan pemeriksaan fisik. Setelah itu dilakukan tindakan terapi relaksasi benson.

Hasil dari penerapan terapi relaksasi benson selama 3 hari berturut-turut pada pasien didapatkan adanya penurunan tingkat nyeri yang dirasakan oleh pasien.

Simpulan dari studi kasus ini yaitu setelah dilakukan penerapan terapi relaksasi benson pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri berdampak positif pada hasil penurunan tingkat nyeri. Untuk itu diharapkan terapi relaksasi benson ini dapat diterapkan dalam asuhan keperawatan klien dengan masalah keperawatan nyeri dan dapat dilakukan oleh keluarga secara mandiri di rumah.

Kata kunci : Hipertensi, nyeri, terapi relaksasi benson