

PROGRAM STUDI PROFESI NERS KEPERAWATAN

STIKES MERCUBAKTIJAYA PADANG

Karya Ilmiah Ners, Agustus 2023

Ihsyara Hafifah,S.Kep

Analisis Asuhan Keperawatan Pada Ny J Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Dan Evidence Based Practice Terapi Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Tekanan Darah

ABSTRAK

Kejadian hipertensi cukup tinggi di Dunia. Menurut WHO diperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi. Salah satu Terapi nonfarmakologi yang dapat dilakukan untuk penderita hipertensi adalah terapi relaksasi Benson. Tujuan penulisan karya ilmiah ners ini adalah mampu melakukan analisis asuhan Keperawatan Pada Ny.J Dengan Penerapan Teknik Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Tanjung Aur RW 05/RT 04 Kelurahan Balai Gadang Kecamatan Koto Tangah Kota Padang Tahun 2023. Dan *Evidence Based Practice* Terapi Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah. Metode : Desain penulisan ini menggunakan metode studi kasus dengan pendekatan *Evidence Based Nursing Practice* Jumlah sampel yang digunakan satu lansia hipertensi di Tanjung Aur RW 05/RT 04 Kelurahan Balai Gadang Kecamatan Koto Tangah Kota Padang Tahun 2023. Hasil dari penulisan ini dapat disimpulkan bahwa Ny. J mengatakan memiliki riwayat hipertensi sejak 13 tahun yang lalu dengan tekanan darah 180/100 mmHG, mengalami keluhan sering sakit kepala, mengalami gangguan tidur dan mengalami kecemasan. Setelah dilakukan intervensi menggunakan Teknik Relaksasi Benson ditemukan terjadinya penurunan tekanan darah menjadi 145/85 mmHg sehingga keluhan sering sakit kepala, gangguan tidur dan kurang pengetahuan dapat teratasi. Saran: Diharapkan Teknik Relaksasi Benson dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi keperawatan pada pasien hipertensi.

Kata Kunci : Hipertensi, Lansia, Teknik Relaksasi Benson

NURSING STUDY NERS PROFESIONAL PROGRAM

STIKes MERCUBAKTIJAYA PADANG

Scientific Work of Ners, August 2023

Ihsyara Hafifah,S.Kep

Analysis of Nursing Care for Mrs. J with Hypertension in the Working Area of the Community Health Center Air Dingin and Evidence Based Practice of Benson's Relaxation Terapy on Lowering Blood Pressure

ABSTRACT

The incidence of hypertension is quite high in the world. According to WHO, it is estimated that 1.28 billion adults aged 30-79 years worldwide suffer from hypertension. One non-pharmacological therapy that can be done for hypertension sufferers is Benson relaxation therapy. The purpose of writing this scientific work for nurses is to be able to carry out an analysis of nursing care for Mrs. J with the application of the Benson Relaxation Technique for Blood Pressure in Hypertension Sufferers in Tanjung Aur RW 05/RT 04 Balai Gadang Village, Koto Tengah District, Padang City in 2023. And Evidence Based Practice Benson Relaxation Therapy for Blood Pressure. Method: This writing design uses a case study method with an Evidence Based Nursing Practice approach. The number of samples used is one elderly hypertension in Tanjung Aur RW 05/RT 04, Balai Gadang Village, Koto Tengah District, Padang City in 2023. The results of this writing can be concluded that Mrs. J said he had a history of hypertension since 13 years ago with a blood pressure of 180/100 mmHG, experienced complaints of frequent headaches, sleep disturbances and anxiety. After intervention using the Benson Relaxation Technique, it was found that there was a decrease in blood pressure to 145/85 mmHg so that complaints of frequent headaches, sleep disturbances and lack of knowledge could be overcome. Suggestion: It is hoped that the Benson Relaxation Technique can be used as a nursing intervention for hypertensive patients.

Keywords : hypertension, Elderly Benson's Relaxation Terapy