

**TERAPI BENSON UNTUK MEMBANTU MENURUNKAN TEKANAN
DARAH PADA PENYAKIT HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS KAHURIPAN KOTA TASIKMALAYA**

KARYA TULIS ILMIAH



UNIVERSITAS BTH

**NENI NURAENI
NIM: 10120049**

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA
2023**

**TERAPI BENSON UNTUK MEMBANTU MENURUNKAN TEKANAN DARAH
PADA PENYAKIT HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS KAHURIPAN KOTA TASIKMALAYA**

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Ahli Madya Keperawatan**

KARYA TULIS ILMIAH



UNIVERSITAS BTH

**NENI NURAENI
NIM: 10120049**

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA
2023**

**PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA**

Karya Tulis Ilmiah, Juni 2023

Neni Nuraeni

Terapi Benson Untuk Membantu Menurunkan Tekanan Darah Pada Penyakit Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kahuripan Kota Tasikmalaya

XVI + 87 halaman + 9 tabel + 1 bagan + 11 lampiran

ABSTRAK

Menurut AHA (*American Heart Association*) dalam Wahyudi dkk 2018, Hipertensi sering dijuluki *Silent Killer*, merupakan penyakit yang menimbulkan gejala yang berbeda – beda pada setiap orang dan hampir diastolik dengan penyakit yang lain. Tekanan darah tinggi juga dapat menyebabkan penyakit kardiovaskuler dan stroke. Menurut AHA, hipertensi adalah kondisi yang disebabkan oleh kenaikan tekanan darah sistolik >140 mmHg atau tekanan darah diastolik >90 mmHg. Berdasarkan hasil survey pada tahun 2022 penderita penyakit hipertensi yang terjadi di Puskesmas Kahuripan sebanyak 9.658 dan menduduki peringkat ke-4 dari Kota Tasikmalaya dengan presentase 90,32%. Tujuan penelitian Untuk mengetahui tekanan darah pasien hipertensi sebelum dan setelah dilakuka terapi benson. Metode penelitian menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Subyek penelitian sebanyak 4 responden dengan lama penelitian 7 hari perawatan. Instrument yang digunakan adalah standar operasional prosedur (SOP) terapi benson dan Teknik pengambilan data menggunakan lembar observasi. Hasil setelah silakukan terapi relaksasi benson selama 7x pertemuan dalam 7 hari perawatan terhadap 4 responden terdapat penurunan tekanan darah sistolik yang semula 138 mmHg dan setelah dilakukan terapi benson selama 10 – 20 menit menjadi 126 mmHg. Kemudian pada tekanan darah diastolik sebelum dilakukan terapi benson yang semula memiliki rata – rata 83 mmHg menjadi 79 mmHg. Terdapat selisih sebanyak 12 mmHg pada tekana darah sistolik setelah dilakukan terapi benson dan selisih sebanyak 4 mmHg pada tekanan darah diastolik. Kesimpulan terapi benson memiliki efektivitas terhadap penurunan tekanan darah.

Kata Kunci : Hipertensi, tekanan darah, terapi benson
Daftar Pustaka : 30 buah (2013 – 2022)

**STUDY PROGRAM D III NURSING
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
BAKTI TUNAS HUSADA UNIVERSITY**

Work Write Scientific, June 2023

Neni Nuraeni

***Benson Therapy For Help Lower Pressure Blood In Disease Hypertension In the Work Area
Public Health Center Kahuripan City of Tasikmalaya***

XVI + 87 pages + 9 tables + 1 chart + 11 appendices

ABSTRACT

According to the AHA (American Heart Association) in Wahyudi et al 2018, Hypertension often nicknamed Silent Killer, is disease that causes Symptoms are different for each person and almost _ diastolic with another disease. Pressure blood high too _ cause disease cardiovascular and stroke. According to the AHA, hypertension is conditions caused by the increase pressure blood systolic >140mmHg or pressure blood diastolic >90 mm Hg. based on survey results in 2022 sufferers disease hypertension in the health center Kahuripan as many as 9,658 and occupied ranked 4th from Tasikamaya City with percentage of 90.32%. Objective study For know pressure blood patient hypertension before and after done therapy benson. Method study use design descriptive with approach studies case. Subject study as many as 4 respondents with a length of study of 7 days care. Instruments used is standard operational procedures (SOP) for therapy benson and data collection techniques using sheet observation. Result after please do therapy relaxation benson for 7 meetings in 7 days maintenance to 4 respondents there is decline pressure blood systolic which was originally 138 mmHg and after done therapy benson for 10 – 20 minutes to 126 mmHg. Then on pressure drah diastolic before done therapy the original benson had an average of 83 mmHg to 79 mmHg. There is difference by 12 mm Hg at pressure blood systolic after done therapy benson and difference by 4 mm Hg at pressure blood diastolic. Conclusion Therapy benson own effectiveness to decline pressure blood.

Keywords : *Hypertension , pressure blood, therapy benson*
Bibliography : *30 pieces (2013 – 2022)*