

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Hipertensi

2.1.1 Definisi Hipertensi

Hipertensi merupakan kondisi dimana terjadi peningkatan tekanan darah secara tidak normal dan berlangsung terus menerus pada beberapa kali pengecekan karna disebabkan beberapa faktor (Wulandari et al, 2023). Hipertensi ialah sebagai peningkatan tekanan darah sistolik 140 mmHg dan diastolik 90 mmHg (Rumatrai J et, 2024). Hipertensi tidak hanya menimbulkan risiko tinggi terhadap penyakit jantung, tetapi juga dapat menyebabkan gangguan pada organ lain seperti saraf, ginjal, dan pembuluh darah. Semakin tinggi tingkat tekanan darah, semakin besar pula risiko terjadinya komplikasi tersebut.

Faktor-faktor yang berkontribusi terhadap hipertensi yang tidak terkontrol adalah usia, tingkat pendidikan, kurangnya kepatuhan terhadap terapi antihipertensi, merokok, alkohol, obesitas, dan kurangnya aktivitas fisik (Kurnia et al., 2020). Hipertensi sering mengakibatkan terjadinya perubahan pada pembuluh darah yang beresiko meningkatnya tekanan darah. Pengobatan pertama untuk tekanan darah tinggi sangatlah penting sebagai bentuk *preventif* dari kejadian komplikasi pada beberapa organ tubuh : jantung, ginjal dan otak. Hal ini menjadikan hipertensi sebagai faktor risiko utama berbagai komplikasi serius, seperti penyakit kardiovaskular, gagal jantung, stroke, dan aterosklerosis.

Berdasarkan berbagai definisi, dapat disimpulkan bahwa hipertensi merupakan kondisi peningkatan tekanan darah dalam pembuluh darah arteri yang terjadi secara permanen (lebih dari satu periode). Hal ini disebabkan oleh penyempitan arteriol (vasokonstriksi), yang menghambat aliran darah dan meningkatkan tekanan terhadap dinding arteri.

2.1.2 Klasifikasi

Klasifikasi hipertensi berdasarkan (Kaneko et, 2021) yaitu :

1. Normal : Tekanan darah sistolik dan diastolik <120 - <80 mmHg
2. Prahipertensi : Tekanan darah sistolik 120-129 mmHg dan diastolik < 80
3. Hipertensi tahap 1 : Tekanan darah sistolik dan diastolik 130-139/80- 89
4. Hipertensi tahap 2 : Tekanan darah sistolik \geq 140 dan diastolik \geq 90

5. Krisis hipertensi : Tekanan darah sistolik ≥ 180 dan diastolik ≥ 120

2.1.3 Etiologi Hipertensi

Berdasarkan Smeltzer (2013) dalam (Rahayu, 2021) , penyebab terjadinya, hipertensi terbagi atas dua bagian, yaitu:

1. Hipertensi primer (esensial) adalah jenis tekanan darah tinggi yang paling umum, meliputi 90% hingga 95% kasus pada orang dewasa. Kondisi ini disebut "primer" karena tidak memiliki penyebab medis tunggal yang jelas dan diperkirakan dipicu oleh berbagai faktor. Meskipun tidak dapat disembuhkan, hipertensi primer dapat dikelola secara efektif melalui pengobatan yang sesuai.
2. Hipertensi sekunder adalah kondisi tekanan darah tinggi yang penyebabnya dapat diidentifikasi. Kondisi ini mencakup 5% hingga 10% dari total kasus hipertensi. Penyebab paling umum adalah penyakit ginjal (sekitar 5-10% kasus), sedangkan kelainan hormonal atau penggunaan obat-obatan tertentu (seperti pil kontrasepsi) menyumbang sekitar 1% hingga 2% dari kasus.

2.1.4 Penatalaksanaan Hipertensi

Implementasi hipertensi mencakup terapi non farmakologi dan terapi farmakologi. Terapi non farmakologi seperti halnya modifikasi gaya hidup yaitu pola diet, aktivitas fisik, larangan merokok dan pembatasan konsumsi alkohol. Terapi farmakologis dapat diberikan anti hipertensi mandiri maupun kombinasi. Penentuan regimen obat antihipertensi harus mempertimbangkan secara cermat kondisi klinis spesifik pasien, terutama adanya komorbiditas (penyakit penyerta) maupun komplikasi yang telah dialami.

Penatalaksanaan klinis hipertensi bertujuan untuk mereduksi tekanan darah hingga batas kurang dari 140/90 mmHg. Pencapaian target ini sangat penting karena dapat meminimalkan risiko komplikasi kardiovaskular (termasuk penyakit jantung koroner, gagal jantung, dan stroke) serta gangguan ginjal. Strategi penatalaksanaan hipertensi diklasifikasikan menjadi dua jenis: intervensi farmakologi (penggunaan obat) dan intervensi nonfarmakologi. Penatalaksanaan nonfarmakologi meliputi serangkaian perubahan gaya hidup, seperti modifikasi diet lemak, pembatasan natrium, program penurunan berat badan, peningkatan aktivitas fisik/olahraga, penghentian merokok, pembatasan konsumsi alkohol, serta penerapan teknik-teknik relaksasi. (Wulandari et al, 2023).

Terapi nonfarmakologis yang bisa dilakukan pada penderitanya hipertensi adalah relaksasi benson. Relaksasi merupakan terapi yang dapat digunakan untuk merilekskan otot tubuh. Terapi ini merupakan pemberian instruksi kepada

seseorang dalam bentuk gerakan yang sistematis dalam menenangkan tubuh dan pikiran.

Berbagai teknik relaksasi yang dapat diterapkan meliputi relaksasi napas dalam, relaksasi afirmasi, relaksasi otot progresif, dan relaksasi Benson. Khususnya, relaksasi Benson adalah metode unik yang menggabungkan respons relaksasi tubuh dengan faktor keyakinan individu (faith factor). Dalam teknik ini, pasien mengucapkan ungkapan spesifik (seperti nama Tuhan atau kata-kata yang menenangkan) secara berulang dengan ritme yang stabil, disertai sikap pasrah.

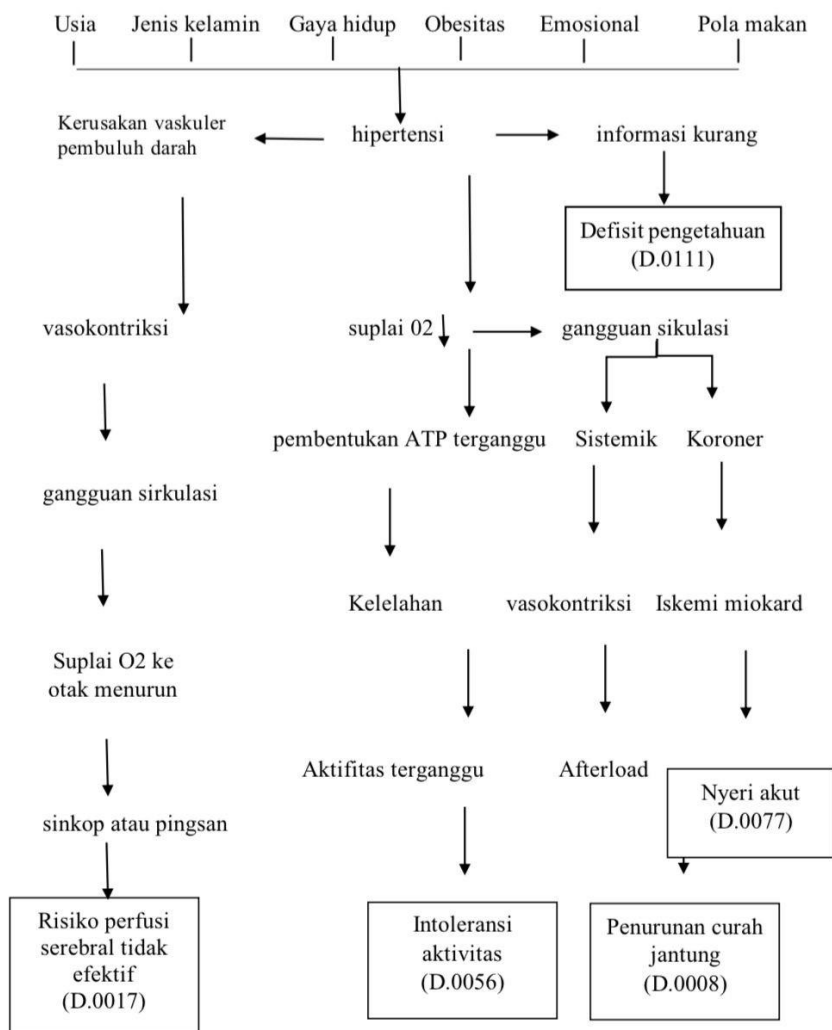
2.1.5 Patofisiologi

Hipertensi (tekanan darah tinggi) adalah kondisi yang utamanya dipengaruhi oleh dua faktor hemodinamik: volume darah yang beredar dan resistensi perifer (hambatan aliran darah di pembuluh darah kecil). Apabila ada peningkatan dari salah satunya maka disitulah terjadinya hipertensi (Sijid, 2021) . Adanya riwayat hipertensi yang diturunkan secara genetik dalam silsilah keluarga menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara gen seseorang dengan perkembangan kondisi hipertensi tersebut (Yusuf, 2023) .

Hipertensi merupakan kondisi peningkatan tekanan darah sistemik yang dihasilkan dari curah jantung dan resistensi pembuluh darah perifer total. Seringkali hipertensi dikatakan sebagai hipertensi essensial yang belum diketahui apa yang menjadi penyebabnya. Namun, faktor yang berperan penting yaitu : genetik, aktivasi sistem neurohormonal, seperti halnya sistem saraf simpatis dan peningkatan asupan garam (Rahmawati, 2023). Hipertensi juga dapat terjadi akibat adanya kegagalan mekanisme autoregulasi yang merupakan kemampuan organ dalam (otak, ginjal, dan jantung) Guna menjaga aliran darah agar tetap konsisten meskipun terjadi fluktuasi pada tekanan perfusi (tekanan yang mendorong aliran darah). (Panggabean, 2023) .

2.1.6 Pathway

Pathway hipertensi menurut (Fadriana, 2023) :



Skema 2. 1 Pathway hipertensi

2.1.7 Manifestasi Klinis

Hipertensi bisa juga disebut sebagai penyakit silent killer yang terkadang muncul tanpa adanya tanda dan gejala. Namun ada juga beberapa individu yang mengalami indikasi dari hipertensi seperti : jantung berdebar, mudah emosi, lelah, mata berkunang-kunang, sakit kepala dan hidung mimisan (Rahman, 2023) .

Tanda gejala pada tahap awal dari penyakit hipertensi umumnya adalah meningkatnya tekanan darah seseorang melebihi batas normal. Kenaikan tekanan darah yang semula hanya sementara tetapi pada akhirnya akan berubah menjadi permanen. Gejala yang muncul diawal masih seperti samar. Selain itu, hipertensi

juga menimbulkan sakit kepala dibagian tengkuk belakang dan sering muncul saat terbangun pagi hari dan berkurang saat siang hari (Saputra, 2022).

2.1.8 Komplikasi

Akibat atau komplikasi dari penyakit hipertensi yaitu :

- a. Penyakit jantung seperti : angina pectoris, infark miokard akut (IMA), gagal jantung
- b. Penyakit ginjal seperti : gagall ginjal
- c. Penyakit pembuluh darah otak seperti : Stroke, Pendarahan Otak, *transient ischemic attack* (TIA)
- d. Penyakit mata seperti : penebalan retina, oedema pupil, dan perdarahan retina

2.2 Terapi Relaksasi Benson

2.2.1 Pengertian Relaksasi Benson

Relaksasi Benson merupakan metode yang efisien dan ekonomis karena menggabungkan teknik pernapasan dengan sistem keyakinan pribadi seseorang (Afni, 2025). Dalam praktiknya, teknik ini melibatkan penggunaan kata-kata bermakna (sugesti) sesuai kepercayaan pasien untuk meredakan nyeri dan kecemasan. Relaksasi Benson berfungsi sebagai sarana untuk mencapai kondisi rileks sekaligus meminimalisir berbagai gangguan fisik dan psikologis, seperti kecemasan, kemarahan, hipertensi, serta gangguan tidur. Melalui integrasi aspek keyakinan personal, teknik ini mampu merelaksasi sistem muskuloskeletal, menstabilkan ritme jantung, dan meredakan nyeri (Luh, 2025).

Secara keseluruhan, metode ini efektif dalam menurunkan ketegangan fisiologis serta menciptakan ketenangan batin bagi pasien. Meskipun banyak metode tersedia untuk mengatasi kecemasan, sebagian besar terkendala oleh mahalanya biaya dan kerumitan prosedur. Relaksasi Benson hadir sebagai alternatif yang lebih unggul karena sifatnya yang murah, sederhana, dan efisien dari segi waktu. Dengan memanfaatkan kata tertentu sebagai panduan fokus, teknik ini membantu pasien masuk ke fase rileks dengan lebih cepat dan aman dibandingkan teknik lainnya.

2.2.2 Indikasi dan Kontraindikasi

Teknik relaksasi Benson bekerja dengan menyeimbangkan sistem saraf tubuh, di mana aktivitas saraf parasimpatis ditingkatkan untuk meredam hormon stres. Efek fisiologis yang dihasilkan meliputi otot yang lebih rileks, denyut nadi yang melambat, dan peredaran oksigen yang lebih lancar, sehingga rasa nyeri dapat teratasi. Keunggulan tambahan dari teknik ini adalah penggunaan kata-kata bermakna spiritual yang memberikan sugesti kesembuhan sekaligus merangsang pelepasan endorfin dalam tubuh. Karena sifatnya yang praktis dan sederhana, metode ini tidak memiliki kontraindikasi

medis sehingga aman dilakukan oleh siapa pun dalam berbagai kondisi untuk membantu mengelola rasa nyeri.

2.2.3 Manfaat

Relaksasi Benson memiliki spektrum manfaat yang luas dalam manajemen nyeri, mulai dari dismenore (nyeri menstruasi), nyeri pasca-bedah, hingga keluhan kronis seperti rematik, nyeri punggung, dan sakit kepala. Selain efektif meredakan ketidaknyamanan fisik, teknik ini juga berperan dalam memperbaiki kualitas tidur, menstabilkan tekanan darah, serta mengatasi aritmia jantung. Melalui mekanismenya, metode ini mampu menekan aktivitas saraf simpatik untuk meminimalisir gejala berbagai penyakit.

2.2.4 Empat Elemen Dasar Keberhasilan Relaksasi Benson

Keberhasilan relaksasi benson diperlukan empat elemen dasar, yaitu sebagai berikut :

1. Lingkungan yang tenang
2. Secara sadar, pasien dapat mengendurkan otot-otot tubuhnya
3. Pasien dapat memusatkan diri selama 10-15 menit pada kata ungkapan yang telah dipilih.
4. Pasien bersikap pasif terhadap pikiran-pikiran yang mengganggu

2.2.5 Prosedur Terapi Relaksasi Benson

Setelah memberikan persetujuan melalui *informed consent*, responden yang mengalami nyeri menjalani sesi relaksasi Benson selama 20–35 menit. Prosedur dilakukan dalam posisi duduk atau berbaring yang nyaman di ruangan yang kondusif. Tahapan teknik ini dimulai dengan memejamkan mata dan merelaksasikan seluruh otot tubuh, diikuti dengan latihan napas dalam (inspirasi melalui hidung, retensi selama 3 detik, dan ekspirasi melalui mulut). Selama proses tersebut, pasien diinstruksikan untuk fokus pada ritme napas sambil melafalkan kalimat sesuai keyakinan pribadi. Sesi diakhiri dengan fase tenang selama 2 menit sebelum pasien membuka mata kembali secara perlahan (Atha, 2023).

Pasien dianjurkan melakukan secara mandiri 2 kali sehari untuk hasil yang maksimal. Evaluasi dilakukan dengan pengukuran ulang NRS dan tanda vital. Prosedur relaksasi benson ini mengacu pada penelitian yang dilakukan oleh Ahmed Mohammed ELmetwaly, Gaad El Moula Shaaban, & Mahmoud Hafez Mohamed (2020) dengan judul “Benson Relaxation Technique: Reducing Pain Intensity, Anxiety level and Improving Sleep Quality among Patients Undergoing Thoracic Surgery”.

2.3 Konsep Teori Model Keperawatan Virginia Henderson

2.3.1 Biografi Virginia Henderson

Virginia Henderson (1897–1996) merupakan tokoh paling berpengaruh dalam perkembangan teori keperawatan di abad ke-20. Ia mengemukakan terkait keperawatan sebagai pekerjaan mandiri yang terpisah dari kedokteran disaat hanya sedikit perawat yang memikirkan arah keperawatan modern. Teorinya ini sering disebut sebagai "Definisi Keperawatan", yang memberikan pemahaman yang lebih jelas kepada pasien dan keluarga tentang praktik keperawatan (Layeghi, 2021).

Menurutnya, “Tugas perawat ialah membantu sesama, baik dalam kondisi sehat maupun sakit, melalui usahanya melakukan segala kegiatan untuk mendukung kesehatan dan penyembuhan seseorang atau proses meninggal dengan tenang”. Dengan begitu, Fokus utama Henderson dalam perawatan adalah upaya untuk merehabilitasi aspek kemandirian, kekuatan fisik dan mental, kemampuan fungsional, kemauan, dan pengetahuan individu. Selain itu, ia memperkenalkan model keperawatan "The Activities of Living" yang menegaskan bahwa fungsi esensial perawat adalah mendukung pasien dalam proses mencapai kemandirian yang optimal.

2.3.2 Konsep Teori Virginia Henderson

Teori Virginia Henderson menggunakan sebuah pendekatan model konsep yang populer, berpusat pada empat belas kebutuhan dasar manusia yang mana terdiri dari delapan unsur yakni : unsur kesatu bersifat fisiologis. Unsur ke sembilan bersifat keamanan, komponen ke-10 dan ke-14 adalah prespektif psikologis dari komunikasi dan pembelajaran. Komponen ke-11 adalah spiritual dan moral. Teori Keperawatan dari Virginia Henderson ini mengajarkan pentingnya membangun kemandirian pasien serta meningkatkan kesembuhan setelah rawat inap. (Arifitati, 2022). Teori keperawatan Virginia Henderson ini mengutamakan pentingnya meningkatkan kemandirian klien sehingga proses perkembangan cepat terlaksana.

Menurut Henderson, perawat harus membantu klien meraih kemandirian dalam kaitannya dengan aktivitas yang mempengaruhi kesehatan atau pemulihannya (Fatmawati, 2024). Pelaksanaan teori Virginia Henderson dalam asuhan keperawatan dilakukan dari proses pengkajian sampai kepada tahap evaluasi keperawatan. Proses pengkajian dilaksanakan menggunakan format yang didasarkan pada teori 14 Pemenuhan Kebutuhan Dasar Manusia, yang kemudian dikelompokkan ke dalam empat kategori utama: biologis, psikologis, sosiologis,

dan spiritual. Data dari pengkajian dianalisis untuk mengidentifikasi kebutuhan dasar manusia mana yang tidak terpenuhi pada individu selama masa sakitnya. Setelah itu, diagnosa keperawatan ditegakkan.

Tabel 2.1 Teori “Virginia Henderson” terkait 14 Komponen kebutuhan dasar manusia

Table 4.2 <i>Fourteen Components required for effective nursing care</i>	
1.	Breathe normally
2.	Eat and drink adequately.
3.	Eliminate body wastes
4.	Move and maintain desirable postures
5.	Sleep and rest
6.	Select suitable clothes-dress and undress
7.	Maintain body temperature within normal range by adjusting clothing and modifying environment
8.	Keep the body clean and well groomed and protect the Integument
9.	Avoid dangers in the environment and avoid injuring others
10.	Communicate with others in expressing emotions, needs, fears, or opinions
11.	Worship according to one’s faith
12.	Work in such a way that there is a sense of accomplishment
13.	Play or participate in various forms of recreation
14.	Learn, discover, or satisfy the curiosity that leads to normal development and health and use the available health facilities

Intervensi keperawatan yang diberikan kemudian dirancang agar sesuai dengan unsur pemenuhan kebutuhan dasar yang teridentifikasi belum terpenuhi dalam data pengkajian. Setelah itu, evaluasi dilakukan terhadap respon pasien dengan tujuan untuk mencapai kemandirian pasien (Ulu, 2025).

2.3.3 Paradigma Keperawatan

Dalam paradigma keperawatan Virginia Henderson, perawat diposisikan sebagai figur pengganti yang membantu pasien saat mereka kehilangan kemampuan untuk memenuhi kebutuhan mendasar secara personal. Inti dari pemikiran Henderson tertuang dalam konsep 14 Kebutuhan Dasar Manusia, yang berfungsi sebagai landasan utama dalam penyusunan rencana asuhan keperawatan bagi pasien.

1. Manusia

Menurut (Aini, 2018) yaitu kebutuhan biologis(1-9),Psikologis (10, 14), Sosial (12-13) dan Spiritual (11). Individu merupakan kesatuan yang tidak dapat dipisahkan. Setiap manusia harus berupaya untuk mempertahankan keseimbangan fisiologis dan emosional.

2. Lingkungan

Lingkungan merupakan faktor eksternal yang berimbas terhadap kehidupan serta perkembangan individu serta perawat menjaga agar tetap kondusif dalam kesehatan dan keselamatan pasien.

3. Sehat sakit

Henderson menghubungkan sehat dengan kemandirian dan sakit dengan ketergantungan serta kemandirian yang terbatas. Tujuannya adalah membantu individu mendapatkan kembali kemandiriannya secepat mungkin.

4. Keperawatan

Fungsi perawat yaitu menolong individu dalam keadaan sehat maupun sakit dalam memenuhi 14 kebutuhan dasar manusia. Perawat mendukung dan meningkatkan kemandirian pasien dengan pengetahuan yang memadai.

2.3.4 Komponen Kebutuhan Manusia Dasar Menurut “Virginia Henderson”

Komponen Kebutuhan manusia dasar menurut Virginia Henderson dalam (Ummah, 2021). terdapat 14 komponen yang dibutuhkan pada pasien dalam proses perawatan :

1. Bernafas dengan normal
2. Minum dan Makan secukupnya
3. Kebutuhan untuk melakukan eliminasi teratur
4. Kebutuhan motorik dan mempertahankan keseimbangan tubuh
5. Kebutuhan untuk istirahat dan tidur
6. Memakai pakaian yang sesuai
7. Menjaga suhu tubuh dengan rentang normal
8. Menjaga dan merawat tubuh serta lingkungan untuk tetap bersih

9. Menghindar dari lingkungan yang membahayakan diri sendiri dan orang lain
10. Kebutuhan berinteraksi dengan orang lain
11. Kebutuhan dalam menjalankan ibadah sesuai dengan keyakinan yang dianut
12. Kebutuhan untuk bekerja dan mendapatkan penghargaan
13. Kebutuhan bermain atau berlibur Kebutuhan untuk Menemukan, mempelajari dan mendapatkan informasi terkait kesehatan serta dapat memanfaatkan layanan fasilitas kesehatan

2.3.5 Hubungan Relaksasi Benson dengan Teori Model Keperawatan “Virginia Henderson” dalam memenuhi kebutuhan dasar pada pasien Hipertensi

Relaksasi Benson merupakan salah satu teknik terapi nonfarmakologis yang dikembangkan oleh Herbert Benson dari Harvard Medical School, yang mengombinasikan antara komponen fisiologis dan spiritual dalam menciptakan relaxation response atau respons relaksasi tubuh. Teknik ini dilakukan dengan cara mengulang kata-kata tertentu, seperti doa atau kalimat positif sesuai dengan keyakinan individu, dalam suasana yang tenang dan penuh kepasrahan. Proses tersebut akan menimbulkan efek relaksasi yang ditandai dengan penurunan aktivitas sistem saraf simpatis dan peningkatan aktivitas sistem saraf parasimpatis. Aktivasi saraf parasimpatis berpengaruh terhadap terjadinya penurunan denyut jantung, pelebaran pembuluh darah (vasodilatasi), serta penurunan tekanan darah pada individu dengan hipertensi (Pratiwi et al., 2021; Saputra et al., 2022).

Dalam praktik keperawatan, penerapan terapi relaksasi Benson memiliki keterkaitan yang erat dengan teori model keperawatan Virginia Henderson, yang menekankan bahwa tujuan utama keperawatan adalah membantu individu, baik dalam keadaan sehat maupun sakit, untuk mencapai kemandirian dalam memenuhi kebutuhan dasarnya. Henderson menjelaskan bahwa terdapat 14 komponen kebutuhan dasar manusia yang mencakup aspek biologis, psikologis, sosial, dan spiritual (Arifiati et al., 2022). Dalam konteks ini, terapi relaksasi Benson dapat membantu pemenuhan beberapa kebutuhan dasar tersebut, khususnya:

- a. Kebutuhan ke-5 (tidur dan istirahat) di mana relaksasi Benson membantu menurunkan aktivitas saraf simpatis sehingga meningkatkan kualitas tidur pasien.
- b. Kebutuhan ke-9 (menghindari bahaya) karena teknik ini mampu menurunkan ketegangan otot dan nyeri kepala sebagai gejala hipertensi.

- c. Kebutuhan ke-11 (beribadah sesuai dengan keyakinan) sebab dalam pelaksanaannya, relaksasi Benson menggunakan unsur spiritual berupa doa atau kalimat afirmatif yang disesuaikan dengan kepercayaan individu.

Dengan demikian, penerapan relaksasi Benson bukan hanya berfokus pada aspek fisiologis untuk menurunkan tekanan darah, tetapi juga memperhatikan keseimbangan psikologis dan spiritual pasien. Hal ini sejalan dengan prinsip teori Virginia Henderson yang menekankan pendekatan holistik terhadap pasien, di mana perawat berperan sebagai fasilitator untuk membantu individu mencapai kemandirian dalam menjaga kesehatannya. Melalui edukasi dan pelatihan teknik relaksasi Benson, pasien diharapkan mampu mengendalikan stres, mengatasi kecemasan, serta mengontrol tekanan darah secara mandiri tanpa ketergantungan penuh pada tenaga kesehatan (Sudrajat, 2023).

Beberapa hasil penelitian mendukung hubungan antara teknik relaksasi Benson dengan peningkatan kemandirian pasien sebagaimana dijelaskan dalam teori Henderson. Penelitian yang dilakukan oleh Saputra et al. (2022) menunjukkan adanya penurunan signifikan pada tekanan darah sistolik dan diastolik pasien hipertensi setelah dilakukan terapi relaksasi Benson selama tiga hari berturut-turut ($p < 0,05$). Penelitian lain oleh Rahman et al. (2023) juga menyebutkan bahwa relaksasi Benson berpengaruh terhadap peningkatan kualitas tidur, penurunan kecemasan, serta peningkatan kenyamanan spiritual pasien hipertensi. Hasil tersebut memperkuat teori Henderson bahwa pemenuhan kebutuhan fisiologis dan spiritual secara seimbang dapat mempercepat proses pemulihan dan meningkatkan kesejahteraan pasien secara menyeluruh.

Dengan demikian, hubungan antara relaksasi Benson dan teori model keperawatan Virginia Henderson terletak pada tujuan akhir yang sama, yaitu memandirikan pasien dalam menjaga dan mengelola kesehatannya melalui pemenuhan kebutuhan dasar secara holistik. Penerapan relaksasi Benson dalam kerangka teori Henderson menjadi bentuk implementasi nyata dari keperawatan yang tidak hanya berfokus pada aspek biologis, tetapi juga pada aspek psikologis, sosial, dan spiritual pasien, sehingga tercapai keseimbangan adaptif tubuh yang berkontribusi terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.