

PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN

SEKOLAH TINGGI ILMU KEPERAWATAN PPNI JAWA BARAT

Penatalaksanaan Terapi Relaksasi Nafas Dalam Pada Penderita Hipertensi

Sri Rifayanti

2021

ABSTRAK

Latar Belakang Hipertensi didefinisikan sebagai tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan diastolik lebih dari 90 mmHg. Terapi farmakologis (medis) seperti pemberian obat antihipertensi, dan untuk terapi non farmakologi dapat diberikan sebagai penunjang medis seperti relaksasi nafas dalam. **Tujuan** Untuk mengetahui gambaran kondisi pasien hipertensi di masyarakat dan tindakan serta evaluasi yang dilakukan di puskesmas, pelaksanaan tindakan relaksasi nafas dalam, adanya SOP terapi relaksasi nafas dalam ini, kesulitan/hambatan saat melakukan pelaksanaan relaksasi nafas dalam, faktor pendukung pelaksanaan relaksasi nafas dalam di masyarakat atau puskesmas. **Metode** penelitian ini menggunakan metode studi kasus deskriptif. Subjek penelitian dilakukan pada CI (Clinical Instructure) di salah satu puskesmas di Kota Bandung. Prosedur pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara dengan CI (Clinical Instructure) dengan pendidikan minimal S1 atau Ners. **Hasil** Wawancara didapatkan permasalahan pada pasien hipertensi adalah ketidakpatuhan dalam melakukan kontrol rutin dan melakukan pengobatan dengan patuh, yang menyebabkan peningkatan penderita disetiap bulannya. Untuk intervensi yang dilakukan puskesmas berupa preventif dan promotif. Puskesmas membagi pelayanan menjadi kelompok sepuh minggu, *planning of action* dan kelompok prolansis. Evaluasi yang dilakukan petugas puskesmas melihat dari laporan setiap bulannya. Relaksasi nafas dalam pernah dilakukan di Puskesmas dan SOPnya belum tersedia. Tidak ada kesulitan melakukan relaksasi nafas dalam namun ini lebih cocok dilakukan di luar gedung Puskesmas. Faktor pendukung terapi ini adalah tempat, dan pendampingan keluarga.

Penyunting : Bhakti Permana, Ners., M.Kep

Kata Kunci : Hipertensi, Tekanan Darah, Relaksasi