

PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN

SEKOLAH TINGGI ILMU KEPERAWATAN PPNI JAWA BARAT

Gambaran Penatalaksanaan Terapi Relaksasi Napas Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Klien Dengan Hipertensi Di Puskesmas Sukawarna Kota Bandung

Yunita Destika Sari

2019

Pembimbing: Bhakti Permana, Ners., M.Kep., M.SI

ABSTRAK

Hipertensi adalah suatu peningkatan tekanan darah lebih dari 140/90 mmHg. Dalam mengatasi tekanan darah tinggi pada pasien hipertensi dapat diberikan penanganan alternatif secara non- farmakologi selain menggunakan obat – obatan yaitu dengan pemberian terapi relaksasi napas. Tujuan Karya Tulis Ilmiah ini untuk mengetahui gambaran pelaksanaan terapi relaksasi napas untuk menurunkan tekanan darah pada klien dengan hipertensi. Rancangan penelitian ini adalah rancangan penelitian deskriptif yang bertujuan untuk mendeskripsi atau memaparkan peristiwa – peristiwa penting yang lebih menekankan pada data aktual daripada penyimpulan. Pada penelitian ini, peneliti memperoleh hasil data dari Nyonya “M” diwilayah kerja Puskesmas Sukawarna, Kecamatan Sukajadi, Kota Bandung. Pengumpulan data pada tahap pengkajian melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik dan tekanan darah sebelum dan setelah diberikan dengan intervensi selama 3 kali pertemuan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perubahan pada tekanan darah sebelum dan setelah dilakukannya terapi relaksasi napas dengan hasil 140/110 mmHg menjadi 120/90 mmHg. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian terapi relaksasi napas dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi diwilayah kerja Puskesmas Sukawarna Kota Bandung. Diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat bagi seluruh masyarakat, mengingat besarnya pengaruh terapi relaksasi napas ini. Sehingga diharapkan dapat membantu mempercepat kesembuhan dan dapat membantu menurunkan biaya perawatan.

Kata kunci: Hipertensi, Tekanan Darah, Terapi Relaksasi