

## SUMMARY

# PENGARUH RELAKSASI NAFAS DALAM TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH PUSKESMAS KECAMATAN MAKASAR JAKARTA TIMUR

Created by INNASTIA FEBRYANI

**Subject** : Tekanan Darah, Hipertensi, Relaksasi Nafas  
**Subject Alt** : Blood Pressure, Hypertension, Respiratory Relaxation  
**Keyword** : Relaksasi nafas dalam;Hipertensi;Penurunan tekanan darah;  
Karakteristik pasien hipertensi;Sistol; Diastol

### Description :

Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah diatas normal atau  $> 140$  mmHg pada sistol dan  $> 90$  mmHg pada diastole. Relaksasi nafas dalam sebagai cara menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Tujuan penelitian diketahui pengaruh relaksasi nafas dalam terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi. Metode quasi experimental dengan One Groups Pretest-Posttest Design. Sampel sebanyak 20 responden. Hasil data responden berusia 46-50 tahun (40%), hasil data responden laki-laki (65%), hasil data responden berpendidikan SMA (30%), hasil data responden riwayat keluarga hipertensi (55%) dan hasil data merokok (70%). Rata rata pengukuran tekanan darah sistolik dan diastolik responden sebelum dan sesudah dilakukan relaksasi nafas yaitu pada saat dilakukan pengukuran sistolik 128,20 mmHg dan pengukuran diastolik 74,60 mmHg. Hasil uji T-test dependent sebesar 0,000 bahwa P Value  $< 0,05$  (0,000). Simpulan relaksasi nafas dalam dapat menurunkan tekanan darah. Saran menambahkan karakteristik responden lainnya yang dapat diamati pada pasien hipertensi dan mengaplikasikan penelitian di tatanan masyarakat.

**Contributor** : Antia,S.Kp, M.Kep  
**Date Create** : 26/03/2024  
**Type** : Text  
**Format** : PDF  
**Language** : Indonesian  
**Identifier** : UEU-Undergraduate-20160303076  
**Collection** : 20160303076  
**Source** : Undergraduate Theses of Nursing  
**Relation Collection** Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan  
**COverage** : Civitas Akademika Unversitas Esa Unggul  
**Right** : @2024 Perpustakaan Universitas Esa Unggul

### Full file - Member Only

If You want to view FullText...Please Register as MEMBER

**Contact Person :**

Astrid Chrisafi (mutiaraadinda@yahoo.com)

Thank You,

Astrid ( astrid.chrisafi@esaunggul.ac.id )

Supervisor