

SUMMARY

PENGARUH SENAM YOGA TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA YANG MENGALAMI HIPERTENSI DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA (PSTW) BUDI MULIA 04 MARGAGUNA JAKARTA SELATAN

Created by Miftahul Hayat

Subject : SENAM YOGA, TEKANAN DARAH

Subject Alt : YOGA EXERCISES, ELDERLY

Keyword : LANSIA

Description :

Latar Belakang : Lansia merupakan usia yang beresiko tinggi terhadap penyakitpenyakit degeneratif seperti hipertensi. Prevalensi hipertensi di Indonesia pada tahun 2009 sebesar 29,6% dan meningkat menjadi 34,1% tahun 2010. Jumlah ini diperkirakan meningkat menjadi 1,15 miliar kasus di tahun 2025. Salah satu cara untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi dengan melakukan senam yoga.

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh senam yoga terhadap tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 04 Margaguna Jakarta Selatan.

Metode Penelitian : Sampel yang digunakan adalah lansia yang sudah mandiri dan mengalami hipertensi sebanyak 32 orang dengan teknik purposive sampling. Metode yang digunakan adalah quasi eksperimen, pre tes, post test tanpa kelompok kontrol.

Hasil Penelitian : Berdasarkan hasil analisis uji Wilcoxon signed rank test, didapatkan penurunan tekanan darah sistol yang signifikan $p=0,000$ ($p<0,005$) dan tekanan darah diastol $p=0,003$ ($p<0,005$) yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara tekanan darah sebelum dan sesudah melakukan senam yoga.

Kesimpulan : Disarankan untuk pelayanan keperawatan di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 04 Margaguna Jakarta Selatan dapat mengaplikasikan senam yoga secara teratur pada lansia yang menderita hipertensi untuk menurunkan tekanan darah.

Date Create : 19/12/2014

Type : Text

Format : Pdf

Language : Indonesian

Identifier : UEU-Undergraduate-201033034

Collection : 201033034

Source : Undergraduate theses

Relation Collection Universitas Esa Unggul

COverage : Sivitas Akademika Universitas Esa Unggul

Right : copyright2014@esaunggul

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