

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH TASIKMALAYA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
Skripsi, Juni 2020

VIZLY SEPNI FAJARI

LITERATUR REVIEW: PENGARUH TERAPI RELAKSASI NAFAS
DALAM TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA
PENDERITA HIPERTENSI



xi mulai bagian + 46 halaman + 3 tabel + 2 bagan + 1 lampiran

Hipertensi merupakan kondisi meningkatnya tekanan darah melebihi batas normal. Berdasarkan data hasil Riset Kesehatan Dasar menunjukkan hipertensi merupakan penyakit yang paling banyak dialami lansia sebesar 57,6%. Hipertensi dapat menyebabkan berbagai komplikasi yaitu infark miokard, stroke, gagal jantung, gagal ginjal. Salah satu terapi non farmakologi yang bisa dilakukan untuk menurunkan tekanan darah adalah terapi relaksasi nafas dalam. Tujuan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh relaksasi nafas dalam terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi. Metode penelitian ini adalah *literature review* dengan menggunakan *search enginee Google Scholar*. Populasi *literature review* ini terdiri dari 3470 artikel dan sampel penelitian ini berjumlah 9 artikel jurnal *full text* yang sesuai dengan kriteria inklusi. Hasil penelitian menunjukan terapi relaksasi nafas dalam terbukti efektif dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Terapi relaksasi nafas dalam membuat produksi zat katekolamin akan berkurang sehingga menyebabkan dilatasi pembuluh darah dan akhirnya tekanan darah menurun. Disarankan untuk peneliti selanjutnya agar dapat dijadikan sebagai penelitian primer terkait terapi relaksasi nafas dalam terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

Kata Kunci : Hipertensi, Penurunan Tekanan Darah, Relaksasi Nafas Dalam
Kepustakaan : 33 (2010-2019)

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH TASIKMALAYA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
Skripsi, Juni 2020

VIZLY SEPNI FAJARI

***LITERATUR REVIEW: THE INFLUENCE OF BREATH RELAXATION
THERAPY IN BLOOD PRESSURE REDUCTION IN HYPERTENSION
PATIENTS***

ABSTRACT

xi starting section + 46 pages + 3 tables + 2 charts + 1 attachment

Hypertension is a condition of increased blood pressure that exceeds normal limits. Based on data from the results of Basic Health Research shows hypertension is the disease most commonly experienced by the elderly by 57.6%. Hypertension can cause various complications namely myocardial infarction, stroke, heart failure, kidney failure. One non-pharmacological therapy that can be done to reduce blood pressure is deep breathing relaxation therapy. The purpose of this study aims to determine the effect of deep breathing relaxation on reducing blood pressure in hypertensive patients. This research method is a literature review using the Google Scholar search engine. The population of the literature review consisted of 3470 articles and the sample of this study consisted of 9 full text journal articles that fit the inclusion criteria. The results showed deep breathing relaxation therapy proved effective in reducing blood pressure in hypertensive patients. Breath relaxation therapy in making the production of catecholamines will be reduced, causing blood vessel dilation and ultimately decreased blood pressure. It is recommended for further researchers to be used as primary research related to breathing relaxation therapy in reducing blood pressure in hypertensive patients.

Keyword : Hypertension, Decreased Blood Pressure, Deep Breath Relaxation

Library : 33 (2010-2019)