

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH TASIKMALAYA
Skripsi, Juni 2021**

KHOERUL MUHLASIN

ABSTRAK

**LITERATURE REVIEW: PENGARUH RELAKSASI AUTOGENIK
TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI**

xi bagian awal + 74 halaman + 2 bagan + 3 lampiran

Hipertensi sampai sekarang masih menjadi penyakit pembunuh nomer satu di Indonesia. Sebanyak satu milyar orang didunia menderita penyakit ini Hipertensi dapat diatasi dengan pengobatan farmakologi dan nonfarmakologi. Salah satu pengobatan nonfarmakologi yaitu dengan terpi relaksasi autogenik. Tujuan penelitian ini adalah pengaruh relaksasi autogenik terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi. Metode penelitian ini adalah *literature review* dengan menggunakan *search engine google scholar* dan *researchgate* yang terdiri dari 137 artikel didapat 8 artikel full text yang sesuai kriteria inklusi dan eklusi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa relaksasi autogenik dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Terapi relaksasi autogenik diberikan sebanyak 6 kali selama 3 minggu. Relaksasi autogenik mengubah fisiologi dominan simpatis menjadi dominan sistem parasimpatis sehingga dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Disarankan hasil *literature review* ini bisa meningkatkan manfaat oleh mahasiswa sebagai *intervensi* dalam keperawatan medikal bedah tentang terapi nonfarmakologi pemberian terapi relaksasi autogenik terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi, dengan mengintegrasikan nilai Al-Islam Kemuhammadiyah

Kata kunci: hipertensi, relaksasi autogenik, tekanan darah

Pustaka: 31 (2009-2020)

**FACULTY OF HEALTH SCIENCE
STUDY PROGRAM S1 NURSING
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY TASIKMALAYA
Thesis, Juny 2021**

KHOERUL MUHLASIN

ABSTRACT

***LITERATURE REVIEW: THE EFFECT OF AUTOGENIC RELAXATION
ON BLOOD PRESSURE IN HYPERTENSION PATIENTS***

xi headline + 74 pages + 2 charts + 3 attachments

Hypertension has become a public health problem and will become a bigger problem if not addressed early. Treatment of hypertension can be done with pharmacological and non-pharmacological treatments. One of the treatment of hypertension with non-pharmacological therapy is autogenic relaxation therapy. The purpose of this study was the effect of autogenic relaxation on blood pressure in hypertensive patients. This research method is a literature review using google scholar and researchgate search engine which consists of 137 articles obtained 8 full text articles that match the inclusion and exclusion criteria. The results showed that autogenic relaxation can reduce blood pressure in hypertensive patients. Autogenic relaxation therapy was given 6 times for 3 weeks. Autogenic relaxation changes the sympathetic dominant physiology to the parasympathetic system dominant so that it can reduce blood pressure in hypertensive patients. It is suggested that the results of this literature review can increase the benefits by students as an intervention in medical-surgical nursing regarding non-pharmacological therapy, giving autogenic relaxation therapy to reduce blood pressure in hypertensive patients, by integrating the values of Al-Islam Kemuhammadiyah

Key words: hypertension, autogenic relaxation, blood pressure

Reference: 31 (2009-2020)

DAFTAR ISI