

ABSTRAK

Marsyah Chaerun Nisa¹, Dian Kartikasari², Noor Faizah³

Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Ruang Sulaiman RS Roemani Muhammadiyah Semarang

Latar Belakang: Hipertensi adalah keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah diatas normal dalam jangka waktu yang lama. Penanganan untuk menurunkan tekanan darah yang tidak menimbulkan efek samping, yaitu dengan non farmakologis berupa pemberian terapi relaksasi otot progresif.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan relaksasi otot progresif terhadap penurunan tekanan darah dengan memberikan asuhan keperawatan komprehensif dan intervensi berdasarkan *evidence base practice nursing* (EBPN).

Metode: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan relaksasi otot progresif terhadap penurunan tekanan darah. Partisipan pada studi kasus ini adalah pasien hipertensi berjumlah satu orang.

Hasil: Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa relaksasi otot progresif mempunyai hasil yang positif terhadap penurunan tekanan darah awal 182/102mmHg menjadi 175/94mmHg setelah dilakukan relaksasi otot progresif selama tiga hari berturut-turut.

Simpulan: Studi ini diharapkan dapat menambah dan mengembangkan sumber sumber pustaka sehingga menjadi wadah untuk menambah pengetahuan tentang ilmu keperawatan khususnya dalam hal asuhan keperawatan medikal bedah dengan hipertensi

Kata Kunci: Relaksasi Otot Progresif; Hipertensi

**Undergraduate Program in Nursing
Faculty of Health Science
University of Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan**

ABSTRACT

Marsyah Chaerun Nisa¹, Dian Kartikasari², Noor Faizah³

Application of Progressive Muscle Relaxation Therapy on Blood Pressure Reduction in Hypertensive Patients in Sulaiman Room, Roemani Muhammadiyah Hospital, Semarang

Background: Hypertension is a condition in which a person experiences an increase in blood pressure above normal for a long period. Handling to reduce blood pressure that does not cause side effects, namely with non-pharmacological in the form of giving progressive muscle relaxation therapy.

Objective: This study aims to determine the effect of the application of progressive muscle relaxation on lowering blood pressure by providing comprehensive nursing care and interventions based on evidence-based practice nursing (EBPN).

Methods: This study aims to determine the effect of applying progressive muscle relaxation on lowering blood pressure. Participants in this case study were hypertensive patients totaling one person.

Results: The results of this study indicate that progressive muscle relaxation has positive results on reducing the initial blood pressure of 182/102mmHg to 175/94mmHg after three consecutive days of progressive muscle relaxation.

Conclusion: This study is expected to add and develop library resources so that it becomes a forum to increase knowledge about nursing science, especially in terms of surgical medical nursing care with hypertension.

Keywords: Progressive Muscle Relaxation, Hypertensi.

