

Keefektifan Penerapan Terapi Slow Deep Breathing Dalam Mengontrol Tekanan Darah

Dwi Mirta Devi, Nuniek Nizmah Fajriyah
Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

ABSTRAK

Hipertensi merupakan penyakit mematikan di dunia dan dapat menyerang siapa, hipertensi dapat beresiko besar bila tidak segera diobati dan dapat menyebabkan timbulnya penyakit lain yang tergolong sangat berat atau dapat mematikan., tekanan darah yang terlampau tinggi membuat jantung memompa lebih keras sehingga dapat menyebabkan gagal jantung (*decompensatio*), serangan otak (*stroke*), infark jantung (*myocard infaration*), dan cacat pada ginjal serta pembuluh darah. Rancangan Karya Tulis Ilmiah menggunakan metode studi kasus deskriptif dengan subjek dua klien hipertensi yang mengalami tekanan darah tinggi melebihi 140/90 mmHg di RSI PKU Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, dilakukan tindakan pemberian terapi *Slow Deep Breathing* selama tiga hari dikerjakan satu kali sehari. Hasil dari pemberian terapi *Slow Deep Breathing* untuk mengontrol tekanan darah pada klien hipertensi tidak efektif dikarenakan kedua Klien tidak mengalami penurunan tekanan darah pada rentan normal. Untuk itu diharapkan perawat dapat memberikan terapi nonfarmakologi pada klien hipertensi dengan terapi *Slow Deep Breathing* dengan semaksimal mungkin.

Kata kunci : Nyeri Akut, *Slow Deep Breathing*

***Effectiveness of the Application of Slow Deep Breathing Therapy
In Controlling Blood Pressure***

Dwi Mirta Devi, Nuniek Nizmah Fajriyah
Health Faculty Nursing Diploma III Study Program
University Muhammadiyah Pekajangan

ABSTRACT

Hypertension is a deadly disease in the world and can attack anyone, hypertension can be at great risk if it is not treated immediately and can cause other diseases that are classified as very heavy or deadly. Too high blood pressure makes the heart pump harder so it can cause heart failure (decompensatio), brain attack (stroke), heart infarction (myocard infaration), and defects in the kidneys and blood vessels. The Scientific Writing Design uses a descriptive case study method with two Hypertensive Clients who have high blood pressure exceeding 140/90 mmHg at PKU Muhammadiyah Hospital Pekajangan Pekalongan, and the Slow Deep Breathing therapy for three days is done once a day. The results of giving therapy Slow Deep Breathing to control blood pressure in hypertensive Clients is not effective because the two clients do not experience a drop in blood pressure in normal susceptibility. For this reason, it is expected that nurses can provide non-pharmacological therapy to hypertensive clients with the therapy of Slow Deep Breathing to the maximum extent possible.

Keywords: Acute Pain, Slow Deep Breathing