

### **ABSTRAK**

**Hesti Rizqiana<sup>1</sup>, Dian Kartikasari,M.Kep<sup>2</sup>**

**PENERAPAN *EVIDENCE BASED NURSING* TERAPI RELAKSASI OTOT PROGESIF (ROP) TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI RUANG AYYUB 2 RS ROEMANI MUHAMMADIYAH SEMARANG**

**Latar Belakang:** Hipertensi adalah dimana tekanan darah lebih dari 140/90 mmHg, tekanan darah tinggi terjadi karena ketidak adekuatan sirkulasi darah sehingga dapat menyebabkan penebalan pada dinding arteri.

**Tujuan:** Untuk mengetahui Penerapan Terapi Otot Progesif Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Ruang Ayyub 2 RS Roemani Muhammadiyah Semarang.

**Metode:** Metode penelitian ini menggunakan pengkajian dan wawancara kepada tiga pasien penderita hipertensi di RS Roemani Muhammadiyah Semarang.

**Hasil:** Hasil asuhan keperawatan dari pengkajian sampai evaluasi kepada tiga pasien Hipertensi setelah dilakukan terapi relaksasi otot progesif selama 3 x 7 jam dalam durasi 20-30 menit didapatkan hasil yang efektif terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

**Simpulan:** Terapi relaksasi otot progresif sangat berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pasien hipertensi. Terapi ROM bisa dilakukan di Rumah Sakit maupun di rumah.

**Saran:** Keluarga di harapkan dapat mendampingi pasien saat melakukan terapi ROM.

**Kata Kunci:** Hipertensi, Terapi Relaksasi Otot Progesif.