

ABSTRAK

Penerapan Terapi Relaksasi Nafas Dalam Dikombinasikan Dengan Aromaterapi Mawar Dan Terapi Murottal Surah Ar- Rahman Untuk Menurunkan Tekanan Darah Tinggi Pada Keluarga Dengan Hipertensi Di Desa Wiradesa

Diyah Rizki Qurotul Aini, Herni Rejeki
Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pekaangan Pekalongan

Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik berada diatas 140 mmHg dan diastolik diatas 90 mmHg. **Tanda dan gejala** adalah nyeri di bagian kepala, pusing, penglihatan kabur, tekanan darah diatas normal. **Tujuan** dari studi kasus ini adalah memandirikan dua keluarga dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. **Metode** yang digunakan adalah asuhan keperawatan dengan menggunakan Terapi Relaksasi Nafas Dalam Dikombinasikan Dengan Aromaterapi Mawar Dan Terapi Murottal Surah Ar-Rahman. **Hasil** studi kasus menggunakan 2 keluarga yang mengalami masalah hipertensi terjadi penurunan tekanan darah pada keluarga I TD: 160/100 mmHg turun menjadi 130/90 mmHg sedangkan keluarga II TD: 165/100 mmHg menjadi 130/80 mmHg dan terjadi perubahan penurunan nyeri dari skala nyeri 3 turun menjadi skala 1, terjadi peningkatan pola tidur. **Kesimpulan** studi kasus ini bahwa relaksasi nafas dalam dikombinasikan dengan aromaterapi mawar dan terapi murottal surah Ar-Rahman dapat menurunkan tekanan darah. **Saran** bagi pembaca apabila akan menerapkan asuhan keperawatan keluarga dengan hipertensi menggunakan penerapan Terapi Aromaterapi dan Terapi Murottal untuk menurunkan tekanan darah pada keluarga dengan Hipertensi dan diutamakan pada klien hipertensi yang tidak mengalami gangguan pendengaran dan gangguan penciuman.

Kata Kunci : Hipertensi, Aromaterapi mawar, Relaksasi dan terapi murottal
Vocational Program in Nursing

Faculty of Health and Sciences
University of Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

ABSTRACT

Diyah Rizki Qurotul Aini¹, Herni Rejeki²

The Implementation of Deep Breath Relaxation Therapy combined with Rose Aromatherapy and Murottal Therapy Surah Ar-Rahman to reduce high blood pressure in families with hypertension in Wiradesa Village

Hypertension is an increase in systolic blood pressure above 140 mmHg and diastolic above 90 mmHg. **Signs and symptoms** are pain in the head, dizziness, blurred vision, and blood pressure above normal. **This study aims** to independent two families in lowering blood pressure in hypertensive patients. **The method** used is nursing care using deep breath relaxation therapy combined with rose aromatherapy and murottal therapy surah ar-rahman. **The results showed** that using two families with hypertension problems decreased blood pressure in family I, 160/100 mmHg, down to 130/90 mmHg, while in family II 165/100 mmHg to 130/80 mmHg, and there was a change in pain reduction from pain scale three down to scale 1, there was an increase in sleep patterns. **The conclusion** was that deep breath relaxation combined with rose aromatherapy and murottal therapy surah ArRahman can lower blood pressure. **Advice** for readers when applying family nursing care with hypertension using the application of Aromatherapy Therapy and Murottal Therapy to lower blood pressure in families with hypertension and preferably for hypertensive clients who do not experience hearing loss and olfactory disorders.

Keywords: *hypertension, rose aromatherapy, relaxation and murottal therapy*