

Teknik relaksasi napas dalam sebagai salah satu intervensi keperawatan pada keluarga Bapak H 62 tahun dengan hipertensi = Deep breath relaxation technique as nursing intervention for Grandpa H with hypertension

Rifa Yulita, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20459701&lokasi=lokal>

Abstrak

ABSTRAK

Pendahuluan : Masyarakat perkotaan memiliki gaya hidup modern seperti konsumsi makanan cepat saji, gaya hidup kurang sehat diantaranya konsumsi rokok, kurangnya aktivitas fisik dan stres sangat berisiko mengalami hipertensi. Ketidakefektifan coping merupakan salah satu masalah keperawatan yang dapat terjadi pada klien hipertensi dengan faktor risiko stres dan merokok. Tujuan : mengetahui keefektifan teknik relaksasi napas dalam terhadap penurunan tekanan darah. Metode : asuhan keperawatan dilakukan berdasarkan tahapan proses keperawatan yaitu dari pengkajian sampai evaluasi. Hasil : intervensi teknik relaksasi napas dalam pada klien hipertensi menghasilkan tekanan darah menurun pada akhir pertemuan yaitu 140/80 mmHg. Rekomendasi : intervensi penerapan teknik relaksasi napas dalam dianjurkan dapat terlaksana pada klien hipertensi disertai dukungan keluarga.

ABSTRACT

Introduction Urban citizen tend to have sedentary lifestyle such as fast food as dietary habit, cigarette smoke, lack of physical activity and psychological stress. Those risk factors will lead them become hypertension patient someday. Coping mechanism ineffectiveness is one of nursing problem that happens in smoker and hypertension client. Aim To understand effect of the deep breath relaxation effectiveness in lowering blood pressure. Method nursing care is given based on nursing process steps from assessment to evaluation. Result Deep breath technique intervention can lower blood pressure in hypertensive client at the last visit and his blood pressure reach 140 80 mmHg. Recommendation Together with family support, this deep breath relaxation intervention is recommended as part of hypertensive client management.