

# Analisis asuhan keperawatan untuk lansia dengan risiko kerusakan fungsi kardiovaskular melalui relaksasi tarik napas dalam dan terapi musik di Sasana Tresna Werdha Ria Pembangunan Cibubur = Analysis of nursing care in older person with the risk for impaired cardiovascular function through relaxation technique of deep breathing and music therapy at STW Ria Pembangunan Cibubur

Widiya Puji Lestari, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20506842&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

### <b>ABSTRAK</b>

Lansia merupakan kelompok usia yang berisiko tinggi mengalami penurunan fungsi kardiovaskular. Salah satu masalah kardiovaskular yang sering dialami lansia yaitu hipertensi. Kasus hipertensi sering dijumpai pada setting long-term care seperti di STW. Penulisan ini bertujuan untuk menganalisis penerapan evidence-based practices berupa intervensi unggulan dalam mengatasi risiko kerusakan fungsi kardiovaskular pada lansia di Sasana Tresna Werdha (STW) Ria Pembangunan Cibubur. Intervensi tersebut merupakan kombinasi antara terapi relaksasi napas dalam dan terapi musik yang dilakukan 10-15 menit selama dua minggu. Hasil intervensi menunjukkan bahwa terjadi penurunan pada tekanan darah sistolik sebesar 8,2 mmHg. Hal ini menunjukkan bahwa terapi relaksasi napas dalam dan terapi musik dengan musik instrumental merupakan intervensi yang efektif, mudah, murah, dan tanpa efek samping yang dapat digunakan untuk menurunkan tekanan darah pada lansia dengan risiko kerusakan fungsi kardiovaskular. Rekomendasi penulis perlu diadakan terapi relaksasi secara rutin dengan menyediakan kaset musik instrumental yang telah digabungkan dengan suara instruksi napas dalam dan alat pemutar musik agar berjalan dengan optimal.

<hr>

### <i><b>ABSTRACT</b></i>

Older person is an age group who are at high risk for impaired cardiovascular function. One of the cardiovascular problems that is often experienced by the older persons is hypertension. This case of hypertension are often found in long-term care settings such as those in STW. This writing aims to analyze the application of evidence-based practices in the form of leading interventions in overcoming the Risk for Impaired Cardiovascular Function in the older persons at Sasana Tresna Werdha (STW) Ria Cibubur. The intervention is a combination of deep breathing relaxation therapy and music therapy that is carried out 10-15 minutes for two weeks. The results of the intervention showed that there was a decrease in systolic blood pressure of 8.2 mmHg. This shows that deep breathing relaxation therapy and music therapy with instrumental music are effective, easy, inexpensive, and without side effects that can be used to reduce blood pressure in the older person with the risk for impaired cardiovascular function. The authors recommendation that regular relaxation therapy be provided by providing instrumental music tapes that have been combined with deep breathing instruction sounds and a music player to run optimally.