

# Analisis Asuhan Keperawatan Keluarga dengan Hipertensi melalui Penerapan Brisk Walking Exercise dan Terapi Musik = Analysis of Family Nursing Care with Hypertension through the Application of Brisk Walking Exercise and Musical Therapy

Nurul Azkia, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20508579&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Hipertensi sering disebut sebagai *silent killer* karena terjadi secara bertahap merusak jantung, pembuluh darah, dan organ tubuh lainnya tanpa adanya tanda dan gejala yang jelas. Salah satu faktor yang mempengaruhi peningkatan tekanan darah adalah kurangnya aktivitas fisik. Karya akhir ilmiah ners ini bertujuan untuk memberikan gambaran dan analisis asuhan keperawatan keluarga dengan hipertensi melalui penerapan *brisk walking exercise* dan terapi musik yang dilakukan selama 30 menit dalam 6 sesi selama 2 minggu. Hasil evaluasi setelah penerapan intervensi keperawatan dan *brisk walking exercise* bersamaan dengan terapi musik menunjukkan adanya penurunan tekanan darah dengan rerata penurunan 9 mmHg pada sistolik dan 7,1 mmHg pada diastolik. Penerapan intervensi *brisk walking exercise* dan terapi musik harus dilakukan sesuai dengan prinsip dalam menjalankan aktivitas fisik, yaitu dengan 2B (baik dan benar) dan 2T (terukur dan teratur). *Brisk walking exercise* dan terapi musik dapat digunakan sebagai salah satu intervensi alternatif bagi klien dengan hipertensi.

<hr>

Hypertension is frequently called as silent killer since it occurs gradually damaging the heart, blood vessel, and other body organ without any clear signs and symptoms. One of the factors influencing the increase of blood pressure is lack of physical activity. The aim of this nurse final scientific paper is to provide an overview of the analysis family nursing care with hypertension through the application of brisk walking exercise and musical therapy conducted for 30 minutes in 6 sessions for 2 weeks. The result of evaluation after application of nursing intervention and brisk walking exercise with musical therapy shows a decrease of blood pressure with average decrease of 9 mmHg at systolic and 7.1 mmHg at diastolic. The application of these brisk walking intervention exercises and natural sound musical therapy must be conducted in accuracy with the principle in conducting physical activity, namely with 2B (good and right) and 2T (measurable and regularly). Brisk walking exercise and natural sound musical therapy can be used as one of alternatives interventions for the client suffering hypertension.