

ABSTRAK

Analisa Intervensi Keperawatan Relaksasi Autogenik Pada Lansia Hipertensi Di Kampung Gading Rejo Kota Pasuruan

OLEH: Fikri Rachmat Purwoaji

Relaksasi merupakan bentuk terapi yang berupa pemberian intruksi kepada seseorang dalam bentuk gerakan-gerakan yang tersusun secara sistematis untuk merilekskan pikiran dan anggota tubuh. Teknik relaksasi ada beberapa macam, yang digunakan pada lansia hipertensi umumnya yaitu relaksasi progresif, relaksasi autogenik dan relaksasi benson. hasil penelitian pengaruh Relaksasi Autogenik Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Klien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Ilir Palembang tahun 2015'' yang dilakukan pada 50 (100%), terdapat perubahan tekanan darah sebanyak 36 orang (72,0%).Intervensi yang dilakukan adalah Relaksasi Autogenik merupakan salah satu intervensi keperawatan terapi non farmakologi yang berguna untuk menurunkan Tekanan Darah pada lansia hipertensi ,terapi relaksasi ini dilakukan selama 3 hari 1 kali dengan durasi 30 menit.Teknik relaksasi dalam bentuk terapi nonfarmakologis yang wajib dilakukan guna menurunkan tekanan darah pada lansia berupa terapi pemberian instruksi kepada seseorang yang berupa gerakan yang telah tersusun secara sistematis guna merelaksasikan pikiran dan anggota tubuh Hasil dari karya ini menunjukkan adanya penuruna tekanan darah pada lansia. Karya ilmiah ini diaharapkan bisa menjadi salah satu dasar untuk dijadikan panduan dalam pelaksanaan terapi relaksasi Autogenik untuk pasien lansia hipertensi dengan diagnosa Nyeri akut

Kata kunci: Relaksasi Autogenik,Nyeri akut , Hipertensi

ABSTRAK

Analisa Intervensi Keperawatan Relaksasi Autogenik Pada Lansia Hipertensi Di Kampung Gading Rejo Kota Pasuruan

OLEH: Fikri Rachmat Purwoaji

Relaxation is a form of therapy in the form of giving instructions to someone in the form of systematically arranged movements to relax the mind and limbs. There are several types of relaxation techniques, which are generally used in elderly hypertensives, namely progressive relaxation, autogenic relaxation and Benson relaxation. the results of the research on the effect of Autogenic Relaxation on Lowering Blood Pressure in Hypertension Clients in the Work Area of the Ilir Palembang Health Center in 2015" which was carried out in 50 (100%), there was a change in blood pressure in 36 people (72.0%). The intervention was Relaxation Autogenic is one of the non-pharmacological nursing interventions that is useful for reducing blood pressure in hypertensive elderly people. This relaxation therapy is carried out for 3 days once with a duration of 30 minutes. giving instructions to someone in the form of systematically arranged movements to relax the mind and limbs. The results of this work indicate that there is a decrease in blood pressure in the elderly. It is hoped that this scientific work can become one of the bases to be used as a guide in the implementation of autogenic relaxation therapy for hypertensive elderly patients with acute pain diagnoses.

Keywords: Autogenic relaxation, acute pain, hypertens