

ABSTRAK

Sekar Rindah Larasti (2022). *Penerapan Terapi Musik dan Slow Deep Breathing Untuk Menurunkan Tekanan darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Umban Sari*. Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus, Program Studi DIII Keperawatan, Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau. pembimbing (I) Ns. Ruserina, S.Pd, S.Kep, M.Kes (II) Ns. Masnun, SST, S.Kep., M.Biomed

Hipertensi adalah tekanan darah tinggi dengan nilai sistolik di atas 140 mmHg serta tekanan diastolik diatas 90 mmHg. Hipertensi menyebabkan beberapa komplikasi bahkan bisa menyebabkan kematian. Penanganan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologi maupun nonfarmakologi. Penanganan nonfarmakologi salah satunya dengan terapi musik dan *slow deep breathing*. Studi kasus ini dilakukan untuk mengetahui penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi setelah dilakukan penerapan terapi musik dan *slow deep breathing* di wilayah kerja puskesmas Umban Sari. Penelitian ini adalah deskriptif studi kasus dengan 2 subjek penelitian yang dilakukan selama 5 hari. Penelitian ini menggunakan teknik wawancara dan observasi hasil pengukuran tekanan darah. Setelah dilakukan intervensi pada subjek I tekanan darah sistolik rata-rata mengalami penurunan sebesar nilai 7 mmHg dan selisih distolik sebesar 13,8 mmHg. Pada subjek II tekanan darah sistolik rata-rata mengalami penurunan sebesar 6,2 mmHg dan tekanan darah diastolik sebesar 11,2 mmHg. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan tekanan darah pada lansia setelah diterapkan terapi musik dan *slow deep breathing*. Peneliti berharap studi kasus ini dapat memberikan manfaat terhadap pengembangan ilmu dan teknologi keperawatan sebagai salah satu sumber informasi bagi pelaksanaan studi kasus bidang keperawatan tentang penerapan terapi musik dan *slow deep breathing* untuk menurunkan tekanan darah.

Kata kunci : Terapi Musik, Slow Deep Breathing, Tekanan Darah, Lansia, Hipertensi

ABSTRACT

Sekar Rindah Larasti (2022). Application of Music Therapy and Slow Deep Breathing to Lower Blood Pressure in Elderly With Hypertension in the Work Area of the Umban Sari Health Center. Scientific Paper Case Study, DIII Nursing Study Program, Department of Nursing, Health Polytechnic of the Riau Ministry of Health. supervisor (I) Ns. Rusherina, S.Pd, S.Kep, M.Kes (II) Ns. Masnun, SST, S.Kep., M.Biomed

Hypertension is high blood pressure with a systolic value above 140 mmHg and a diastolic pressure above 90 mmHg. Hypertension causes several complications and can even lead to death. Treatment of hypertension can be done pharmacologically or non-pharmacologically. One of the non-pharmacological treatments is music therapy and slow deep breathing. This case study was conducted to determine the decrease in blood pressure in the elderly with hypertension after the application of music therapy and slow deep breathing in the working area of the Umban Sari Public Health Center. This research is a descriptive case study with 2 research subjects conducted for 5 days. This study uses interview techniques and observation of the results of blood pressure measurements. After the intervention in subject I, the average systolic blood pressure decreased by 7 mmHg and the diastolic difference of 13.8 mmHg. In subject II the average systolic blood pressure decreased by 6.2 mmHg and diastolic blood pressure by 11.2 mmHg. The results showed a decrease in blood pressure in the elderly after music therapy and slow deep breathing were applied. Researchers hope that this case study can provide benefits to the development of nursing science and technology as a source of information for the implementation of nursing case studies on the application of music therapy and slow deep breathing to lower blood pressure.

Keywords: Music Therapy, Slow Deep Breathing, Blood Pressure, Elderly, Hypertension