

Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung
Jurusan Keperawatan Bandung
Program Studi Keperawatan Bandung
Bandung, 23 Mei 2022
Teti Fitriani. P17320119043

**TINDAKAN TERAPI MEDITASI PERNAPASAN TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA KLIEN HIPERTENSI DI RW 06
KELURAHAN CAMPAKA WILAYAH KERJA PUSKESMAS KOTA
BANDUNG TAHUN 2022**

ABSTRAK

XIII, 163 Hal, 5 Bab, 28 table, 13 lampiran

Studi kasus ini dilatarbelakangi oleh angka kejadian hipertensi diperkirakan akan meningkat 60% sampai tahun 2025 dan mempengaruhi 1,56 milyar penduduk di seluruh dunia (Depkes RI,2016). Dari data UPT Puskesmas Garuda Kota Bandung, Hipertensi menjadi penyakit paling banyak diderita dengan urutan 2 dari 10 penyakit teratas terhitung sampai Februari 2022 dengan total 1317 jiwa. Data kejadian hipertensi terbanyak terdapat di RW 06 Kelurahan Campaka Kecamatan Andir Kota Bandung sebanyak 50 jiwa dengan rentang usia >60 tahun sebanyak 30 jiwa. Studi kasus ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran tentang tindakan terapi meditasi pernapasan untuk menurunkan tekanan darah pada klien hipertensi. Metode penelitian yang digunakan yaitu metode studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan. Hasil studi kasus menunjukkan terdapat penurunan nilai tekanan darah systole dan diastole setelah penerapan meditasi sebesar 7,9 mmHg & 5,7 mmHg pada rata-rata tekanan darah systole sedangkan 8,6 mmHg & 7,2 mmHg pada rata-rata tekanan darah diastole. Sehingga terapi meditasi pernapasan ini terbukti dapat menurunkan tekanan darah. Bagi masyarakat khususnya yang memiliki Riwayat hipertensi diharapkan dapat melaksanakan Terapi Meditasi Pernapasan secara rutin 2xsehari untuk menurunkan tekanan darah dengan Tindakan sesuai prosedur.

Kata kunci: Hipertensi, Terapi Meditasi Pernapasan, Tekanan darah
Daftar Pustaka: (2012-2022)