

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWAN FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN DAN
KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SEMARANG**

Skripsi, Agustus 2018

Presti Indah Lutfiati

Pengaruh Meditasi Dan Relaksasi Pasif Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Panti Unit Rehabilitasi Sosial Pucang Gading Semarang

X+ 41 Halaman + Tabel+ Lampiran + Skema

ABSTRAK

Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah lebih dari 140 mmHg pada sistolik dan lebih dari 90 mmHg pada diastolik. Masalah kesehatan lansia di Indonesia pada tahun 2013 menempatkan hipertensi sebagai penyakit degeneratif yang memiliki prevalensi tertinggi di antara penyakit lainnya dengan penderita Lansia. Salah satu terapi komplementer untuk penanganan hipertensi adalah terapi meditasi dan relaksasi pasif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh meditasi dan relaksasi pasif terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi di panti unit rehabilitasi sosial pucang gading semarang.

Jenis penelitian ini adalah *eksperimental* dengan rancangan *pre-post with control*. Jumlah responden diambil secara acak melalui *simple random sampling* dan didapatkan responden sebanyak 27 responden dan dikelompokkan menjadi 2 kelompok perlakuan dan 1 kelompok kontrol dengan jumlah responden masing-masing kelompok adalah 9 responden. Data dianalisis menggunakan uji *Kruskal-wallis* dengan nilai *p-value* <0,05

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian terapi meditasi dan relaksasi pasif terhadap hipertensi pada lansia di Panti Unit Rehabilitasi Sosial Pucang Gading Semarang dengan nilai *p-value* Δ sistolik 0,001 dan nilai *p-value* diastolik 0,000. Dengan nilai pre perlakuan satu 165,67/94,33 mmhg dan nilai sesudah 144,67/86,00 mmHg, nilai pre perlakuan 2 158,89/90,22 mmHg dan nilai sesudah 150,04/85,00 mmHg. Kesimpulan yang diambil adalah terdapat pengaruh pemberian meditasi dan relaksasi pasif terhadap hipertensi pada lansia di Panti Unit Rehabilitasi Sosial Pucang Gading Semarang.

Kata kunci : Hipertensi pada lansia, meditasi, relaksasi pasif.

Pustaka : 51 (2000-2018)

**NURSING SCIENCE STUDY PROGRAM FACULTY OF NURSING AND HEALTH
UNIVERSITY SEMARANG MUHAMMADIYAH**

Essay, August 2018

Presti Indah Lutfiati

Effect of Passive Meditation And Relaxation Of Blood Pressure In Elderly Hypertension In Nursing Unit Social Rehabilitation Ivory Pucang Semarang.

X + 41 pages + table + Annex + Scheme

ABSTRACT

Hypertension is an increase in blood pressure over 140 mmHg systolic and 90 mmHg diastolic. Elderly health problem in Indonesia in 2013 put hypertension as a degenerative disease that has the highest prevalence among other diseases with elderly patients. One of complementary therapies for the treatment of hypertension is passive meditation and relaxation therapy. This study aimed to investigate the effect of passive meditation and relaxation of hypertension at the elderly Social Rehabilitation Unit at Pucang Gading Semarang.

This type of research is experimental with draft pre-post with control. The number of respondents are taken randomly through simple random sampling and obtained 27 respondents and respondents were divided into two treatment groups and one control group with the number of respondents each group is 9 respondents. Data were analyzed using test Kruskal-Wallis with value p-value < 0.05

The results showed that there is the effect of passive meditation and relaxation therapy of hypertension in the elderly Social Rehabilitation Unit at Pucang Gading Semarang. with value p-value Δ systolic 0.001 and the value p-value diastolic 0,000. With the pre-treatment value of the 165.67 / 94.33 mmHg and the value after the 144.67 / 86.00 mmHg, pre-treatment value 2 158.89 / 90.22 mmHg and the value after the 150.04 / 85.00 mmHg. The conclusion drawn is that there is the effect of passive meditation and relaxation of hypertension in the elderly Social Rehabilitation Unit at Pucang Gading Semarang.

Keywords : Hypertension of geriatric, meditation, relaxation passive

Bibliography: 51 (2000-2018)