

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN INTERVENSI KOMBINASI *SLOW DEEP BREATHING* DAN TERAPI MUSIK TERHADAP NYERI DAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI RSPAD GATOT SOEBROTO

Jumiati Lestari

Abstrak

Hipertensi atau biasa disebut tekanan darah tinggi merupakan suatu kondisi ketika tekanan darah sistolik seseorang ≥ 140 mm Hg dan / atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg setelah pemeriksaan berulang (Unger et al., 2020). Menurut data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) terdapat 26,4% atau sekitar 972 juta orang diseluruh dunia mengidap hipertensi kemungkinan tahun 2025 angka ini akan meningkat menjadi 29,2%. Dari 972 juta pengidap hipertensi, ada 333 juta berada di negara berkembang, termasuk Indonesia dan diperkirakan 7.5 juta kematian yang diakibatkan oleh hipertensi di seluruh dunia (Kumanan, Guruparan & Sreeharan, 2018). Salah satu dampak dari hipertensi yaitu nyeri kepala dan tengkuk. Dalam penanganannya, perawat memberikan terapi non farmakologis yaitu dengan memberikan terapi komplementer untuk mengatasi masalah nyeri dan penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi. Terapi komplementer yang diterapkan dalam penelitian ini adalah kombinasi terapi musik dan *slow deep breathing*. Karya ilmiah ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas pemberian terapi komplementer kombinasi *slow deep breathing* dan terapi musik dalam mengatasi masalah keperawatan nyeri akut dan penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di ruang rawat inap RSPAD Gatot Soebroto. Hasil penelitian ini yaitu setelah dilakukan intervensi *slow deep breathing* dan terapi musik selama tiga hari sebanyak satu kali per hari dalam 15-20 menit didapatkan hasil bahwa terjadi penurunan skala nyeri dan penurunan tekanan darah baik pada pasien kelolaan maupun pasien resume.

Kata kunci: Hipertensi, *Slow Deep Breathing*, Terapi Musik.

**ANALYSIS OF NURSING CARE WITH A COMBINATION OF
SLOW DEEP BREATHING INTERVENTION AND MUSIC
THERAPY ON PAIN AND BLOOD PRESSURE IN
HYPERTENSION PATIENTS AT GATOT SOEBROTO ARMY**

Jumiati Lestari

Abstract

Hypertension or commonly called high blood pressure is a condition when a person's systolic blood pressure is ≥ 140 mm Hg and/or diastolic blood pressure is ≥ 90 mmHg after repeated examinations (Unger et al., 2020). According to data from the World Health Organization, there are 26.4% or around 972 million people worldwide suffering from hypertension. It is likely that by 2025 this figure will increase to 29.2%. Of the 972 million people with hypertension, there are 333 million in developing countries, including Indonesia and an estimated 7.5 million deaths are caused by hypertension worldwide (Kumanan, Guruparan & Sreeharan, 2018). One of the effects of hypertension is headache and nape. In handling it, nurses provide non-pharmacological therapy, namely by providing complementary therapy to overcome pain problems and reduce blood pressure in hypertensive patients. Complementary therapy applied in this study is a combination of music therapy and slow deep breathing. This scientific work aims to analyze the effectiveness of giving complementary therapy a combination of slow deep breathing and music therapy in overcoming the problem of acute pain nursing and lowering blood pressure in hypertensive patients in the inpatient room of the Gatot Soebroto Army Hospital. The results of this study after the intervention of slow deep breathing and music therapy for three days once per day in 15-20 minutes, it was found that there was a decrease in the pain scale and a decrease in blood pressure in both treated patients and resume patients.

Keywords: *Hypertension, Slow Deep Breathing, Music Therapy.*