

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN INTERVENSI KOMBINASI *DEEP BREATHING* DAN *LIGHT MASSAGE* TERHADAP NYERI DAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI RSPAD GATOT SOEBROTO

Dini Sholihatunnisa

Abstrak

Hipertensi adalah suatu kondisi dimana terjadi peningkatan tekanan darah dalam batas normal yang terjadi secara persisten atau terus menerus dengan nilai tekanan sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan diastolik lebih dari 90 mmHg. Tanda dan gejala yang dialami oleh pasien dengan hipertensi antara lain kepala terasa nyeri yang terkadang terasa mual dan muntah dikarekan terjadinya peningkatan tekanan darah intrakranium, penglihatan kabur dampak dari kerusakan dari retina, gangguan keseimbangan, sering pipis pada malam hari karena adanya peningkatan pada aliran darah di ginjal. Adapun pengobatan yang dapat dilakukan dapat menggunakan terapi farmakologis dengan meminum obat maupun non-farmakologis seperti melakukan relaksasi otot progresif, relaksasi nafas dalam dan melakukan pijat refleksi. Intervensi yang akan penulis lakukan pada asuhan keperawatan ini adalah terapi *deep breathing* dan *light massage* yaitu terapi sentuhan ringan dengan manipulasi jaringan lunak di tubuh dengan melakukan beberapa gerakan pemijatan, gerakan yang penulis lakukan disini adalah effleurage dan friction. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat perubahan tekanan darah pada pasien hipertensi sebelum dan setelah diberikannya terapi *deep breathing* dan *light massage* pada pasien kelolaan maupun resume.

Kata Kunci : Deep Breathing, Light Massage, Terapi Komplementer

**ANALYSIS OF NURSING CARE WITH DEEP BREATHING
AND LIGHT MASSAGE COMBINATION INTERVENTION ON
PAIN AND BLOOD PRESSURE IN HYPERTENSION PATIENTS
AT GATOT SOEBROTO ARMY**

Dini Sholihatunnisa

Abstract

Hypertension is a condition where there is an increase in blood pressure within normal limits that occurs persistently or continuously with a systolic pressure value of more than 140 mmHg and a diastolic pressure of more than 90 mmHg. Signs and symptoms experienced by patients with hypertension include headache which sometimes feels nauseous and vomiting due to increased intracranial blood pressure, blurred vision due to damage to the retina, balance disorders, frequent urination at night due to increased blood flow in the kidney. The treatment that can be done can use pharmacological therapy by taking drugs or non-pharmacological such as doing progressive muscle relaxation, deep breathing relaxation and doing reflexology. The intervention that the writer will do in this nursing care is deep breathing therapy and light massage, namely light touch therapy with soft tissue manipulation in the body by doing several massage movements, the movements that the writer is doing here are effleurage and friction. The purpose of this study was to determine whether there was a change in blood pressure in hypertensive patients before and after being given deep breathing and light massage therapy in managed and resume patients.

Keywords: *Deep Breathing, Light Massage, Complementary Therapy*