

ANALISIS PENERAPAN *SLOW DEEP BREATHING* DAN MUROTAL QURAN TERHADAP KECEMASAN DAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN DENGAN HIPERTENSI EMERGENCY DI IGD

Zihan Nurahmawati

Abstrak

Hipertensi merupakan masalah kesehatan global yang terus meningkat dan berkontribusi besar terhadap kematian akibat penyakit kardiovaskular. Di Indonesia, kasus hipertensi cukup tinggi, terutama di DKI Jakarta. Salah satu komplikasi seriusnya adalah hipertensi emergensi, yang dapat merusak organ vital dan berujung kematian. Kecemasan psikologis berperan dalam peningkatan tekanan darah, sehingga penting dikelola. Tujuan studi kasus ini adalah menganalisa penerapan *slow deep breathing* dan terapi murottal qur'an terhadap penurunan kecemasan dan tekanan darah. Penelitian ini menggunakan VAS-A untuk menilai efektivitas kedua intervensi dalam mengelola kecemasan pada pasien hipertensi emergensi. Penerapan *Evidence Based Nursing* (EBN), dilakukan terbukti efektif dalam membantu mengontrol tekanan darah tinggi dan menurunkan tingkat kecemasan pada pasien dengan kondisi hipertensi emergensi. Intervensi ini dapat dijadikan bagian dari asuhan keperawatan karena memberikan dampak positif terhadap stabilitas hemodinamik dan kondisi psikologis pasien.

Kata Kunci : Hipertensi Emergensi, Kecemasan, Terapi Non-Farmakologis, *Slow Deep Breathing*, Murotal Al-Qur'an, VAS-A

ANALYSIS OF THE APPLICATION OF SLOW DEEP BREATHING AND MUROTTAL QURAN THERAPY ON ANXIETY AND BLOOD PRESSURE IN PATIENTS WITH EMERGENCY HYPERTENSION IN THE EMERGENCY ROOM

Zihan Nurahmawati

Abstract

Hypertension is a growing global health issue that significantly contributes to mortality from cardiovascular diseases. In Indonesia, the prevalence is high, with DKI Jakarta showing an annual increase in cases. One of the most serious complications is hypertensive emergency, which can lead to organ damage and death. Psychological anxiety is closely linked to elevated blood pressure, making its management essential. The purpose of this case study is to analyze the application of slow deep breathing and Qur'an murottal therapy on reducing anxiety and blood pressure. This study uses the Visual Analog Scale for Anxiety (VAS-A) to assess the effectiveness of these interventions in managing anxiety among hypertensive emergency patients. The implementation of Evidence-Based Nursing (EBN) has been proven effective in helping to control high blood pressure and reduce anxiety levels in patients with emergency hypertension. This intervention can be part of nursing care as it has a positive impact on hemodynamic stability and the psychological condition of patients.

Keyword: *Hypertension Emergency, Anxiety, Non-Pharmacological Therapy, Slow Deep Breathing, Qur'anic Recitation, VAS-A.*