

ABSTRAK

Linda Nur Aula

NIM C2015054

Program Studi Sarjana Keperawatan

Dosen Pembimbing

1. Dewi Kartika Sari, M.Kep

2. Dyah Rahmawatie R.B.U., M.Kep

PENGARUH RELAKSASI AUTOGENIK TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI PANTI WREDHA DHARMA BHAKTI SURAKARTA

ABSTRAK

Pendahuluan: Proses penuaan pada lansia secara fisiologis akan menyebabkan gangguan pada sistem kardiovaskuler, diantaranya penyakit hipertensi. Hipertensi yang dialami lansia di Panti Wredha Dharma Bhakti Surakarta semakin meningkat karena selama ini penanganan hipertensi sebagian besar hanya diberikan terapi farmakologi. **Tujuan:** Mengetahui pengaruh pemberian terapi Relaksasi Autogenik terhadap tekanan darah pada lansia penderita Hipertensi di Panti Wredha Dharma Bhakti Surakarta. **Metode:** Penelitian kuantitatif, dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, sampel 20 responden, instrumen penelitian lembar observasi, *sphygmomanometer* digital dan headset. **Hasil:** Hasil analisa *univariat* rata-rata tekanan darah sistole sebelum dilakukan intervensi 153,8 mmHg dan diastole 77,9 mmHg, rata-rata tekanan darah sistole sesudah dilakukan intervensi 143,3 mmHg dan diastole 73,0 mmHg. Hasil analisis *bivariat* uji *Paired sample t-test* diketahui tekanan darah sistole $p = 0,000 < 0,05$ dan tekanan darah diastole $p = 0,021 < 0,05$. **Kesimpulan:** Ada pengaruh relaksasi autogenik terhadap tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Panti Wredha Dharma Bhakti Surakarta.

Kata Kunci: *Relakasi Autogenik, Hipertensi, Lansia*