

**PENGARUH SHALAT DHUHA TERHADAP PERUBAHAN
TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI DESA BANDUNG
KECAMATAN WONOSEGORO
KABUPATEN BOYOLALI**

Rizca Zuliant Pramudita
zuliantpramudita@gmail.com
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang: Berdasarkan data WHO (2021) prevalensi hipertensi di dunia pada penduduk usia lanjut adalah (55,2%). Lansia dengan hipertensi membutuhkan penatalaksanaan, jika tidak segera diatasi dapat beresiko terjadinya komplikasi atau penyakit yang lebih serius yang dapat berujung kematian. Shalat dhuha menjadi salah satu pengobatan dalam terapi non-farmakologis. Hal ini karena respon relaksasi shalat lebih dominan pengaruhnya pada sistem saraf parasimpatik yang memperlambat detak jantung, menyebabkan tekanan darah turun. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh shalat dhuha terhadap perubahan tekanan darah pada lansia di Desa Bandung Kecamatan Wonosegoro Kabupaten Boyolali. **Metode:** Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini *quasi eksperiment* dengan desain penelitian *pretest-posttest one group design* dengan menggunakan metode kuantitatif. Pengambilan sampel menggunakan *non probability sampling* dengan jumlah 17 responden. Instrumen yang digunakan lembar observasi dan *sphygmomanometer*. **Hasil:** Berdasarkan hasil menggunakan uji *Wilcoxon* didapatkan nilai tekanan darah sistolik $p=0,001$ ($p<0,05$) dan nilai tekanan darah diastolik $p=0,000$ ($p<0,05$). **Kesimpulan:** Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan shalat dhuha pada lansia.

Kata kunci: tekanan darah, shalat dhuha, lansia