

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAPAS DALAM DENGAN
KOMBINASI DZIKIR ASMAUL HUSNA TERHADAP
TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI
DI RSUD dr. SOEDIRAN MANGUN SUMARSO
WONOGIRI**

Sri Amalia, Eska Dwi Prajayanti dan Sumardi
amalia.students@aiska-university.ac.id
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi merupakan suatu keadaan kronis yang ditandai dengan meningkatnya tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg pada dinding pembuluh darah arteri. Hipertensi jarang menimbulkan gejala sehingga banyak yang tidak menyadari telah menderita hipertensi. Kondisi ini perlu mendapat perhatian lebih, karena hipertensi dapat menyebabkan berbagai macam penyakit kronis seperti stroke, gagal jantung bahkan bisa berakibat pada kematian. Upaya penatalaksanaan hipertensi pada dasarnya dapat dilakukan melalui terapi farmakologi dan non farmakologi. **Tujuan:** Untuk mengetahui hasil penerapan Teknik Relaksasi Napas Dalam Dengan Kombinasi Dzikir Asmaul Husna Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di RSUD dr. Soediran Mangun Sumarso. **Metode:** Rancangan penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan metode penelitian deskriptif. **Hasil:** Hasil pemeriksaan tekanan darah sesudah diberikan penerapan teknik rileksasi nafas dalam dengan kombinasi dzikir asmaul husna pada Tn. I 165/98 mmHg sedangkan pada Ny. S 194/112 mmHg karena Ny.S sebagai kelompok kontrol. **Kesimpulan:** Terdapat perubahan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan penerapan terapi releksasi napas dalam dengan kombinasi dzikir asmaul husna pada Tn. I.

Kata Kunci: Dzikir Asmaul Husna, Hipertensi, Relaksasi Napas Dalam, Tekanan Darah