

Relaksasi benson dengan murottal al-qur'an sebagai intervensi keperawatan keluarga dengan masalah ketidakefektifan pemeliharaan kesehatan: hipertensi = Benson relaxation by koranic murottal as intervention on family with ineffective health management: hypertension

Syahrani Iskandar, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20478035&lokasi=lokal>

Abstrak

Lanjut usia lansia di perkotaan berisiko mengalami hipertensi. Salah satu faktor yang menjadi penyebab kejadian ini adalah stres. Karya ilmiah ini bertujuan untuk mengetahui keefektifan teknik relaksasi benson dengan murottal Al-Qur'an sebagai bentuk penerapan teknik relaksasi untuk menurunkan stres dan tekanan darah pada keluarga Bapak F. Hasil intervensi menunjukkan terdapat penurunan tekanan darah Ibu M, pada pengkajian di minggu pertama adalah 160/110 mmHg setelah dilakukan penerapan relaksasi benson dengan murottal Al-Qur'an tiga kali dalam seminggu, nilai ini menurun menjadi 120/80 mmHg pada kunjungan minggu terakhir, serta pengukuran yang dilakukan menggunakan kuesioner Self Reporting Questionnaire WHO menunjukkan tidak ada stres pada Ibu M. Hasil penelitian ini mengimplikasikan bahwa teknik relaksasi benson dengan murottal Al-Qur'an dapat diaplikasikan sebagai salah satu intervensi untuk menangani masalah hipertensi di komunitas.

.....

Ageing population in urban is at risk for hypertension. Stress is among the factors affecting hypertension. This paper aimed to identify effectiveness of Benson relaxation technique by Koranic murottal as an intervention to reduce stress and blood pressure on Mr. F family. The result indicated that there was a lowered blood pressure in Mrs. M, assessment in the first week revealed blood pressure of 160/100 mmHg and after Benson technique by Koranic murottal 3 times a week, blood pressure dropped to 120/80 mmHg in the last week of visitation. The measurement by Self Reporting Questionnaire of WHO indicated that Mrs. M was not affected by stress. This result suggested that Benson relaxation technique by Koranic murottal is applicable as choice of intervention to reduce hypertension in community.