

## Mendengarkan murottal dan relaksasi napas dalam sebagai intervensi keperawatan pada keluarga Bapak S dengan hipertensi = Listening murottal and breath relaxation as nursing interventions in Mr. S family with hypertension

Malehah Khoeronisa, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20489283&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Perkotaan menjadi daya tarik bagi masyarakat untuk memperbaiki ekonomi keluarga. Hal ini berdampak kepada tingkat stres, kemiskinan, dan kesejahteraan masyarakat perkotaan. Kehidupan perkotaan menyebabkan masyarakat perkotaan memiliki berbagai risiko kesehatan, salah satunya adalah hipertensi. Hal ini turut memberikan dampak kepada lansia di perkotaan. Tujuan dari penulisan ini yaitu untuk menggambarkan pelaksanaan intervensi berupa mendengarkan murottal disertai dengan relaksasi napas dalam. Diagnosis keperawatan yang ditegakkan yaitu ketidakefektifan manajemen kesehatan. Kunjungan sejak pengkajian hingga terminasi yaitu 18 kali dengan lama mendengarkan murottal 16 sesi selama 10-15 menit.

Hasil intervensi menunjukkan bahwa klien dengan hipertensi mengalami penurunan tekanan darah saat setelah dilakukan intervensi. Diketahui rata-rata penurunan tekanan darah klien yaitu 10,2 mmHg. Hendaknya, pelayanan kesehatan melalui instansi Puskesmas dan Posbindu dapat memberikan skrining tekanan darah tinggi serta penyuluhan mengenai penanganan hipertensi penyerta terapi farmakologi, salah satunya terapi mendengarkan murottal dan relaksasi napas dalam.

*Urban is an attraction for people to improve the family economy which has impact on the level of stress, poverty, and the welfare of urban communities. Urban life causes urban communities have various health risks, one of which is hypertension. This also has an impact on the elderly in urban areas. The purpose of this paper is to describe the implementation of intervention in the form of murottal listening accompanied by deep breathing relaxation. Ineffectiveness of health management was a nursing diagnosis formulated.*

*The results of the intervention showed that the client with hypertension had decreased blood pressure after the intervention 18 times with long listening to murottal 16 sessions for 10-15 minutes with average 10.2 mmHg. It is expected that Health Center and Posbindu agencies provide high blood pressure screening and extension on treatment along with pharmacological therapy, that are murottal listening therapy and deep breathing relaxation.*