

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG
Skripsi, September 2015**

ABSTRAK

Rusmadani Cafriyanti

EFEKTIVITAS TERAPI MEDITASI UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH BAGI PENDERITA HIPERTENSI PADA LANSIA DI UNIT REHABILITASI SOSIAL PUCANG GADING SEMARANG

57 hal + 8 tabel + 2 gambar + 12 lampiran + xiv

Latar Belakang :Salah satu pengelolaan penderita hipertensi pada Lansia adalah menggunakan pengobatan non farmakologis yaitu menciptakan keadaan rileks dengan berbagai cara seperti meditasi. Terapi meditasi pada prinsipnya adalah memposisikan tubuh dalam kondisi tenang, sehingga akan mengalami relaksasi dan pada akhirnya akan mengalami kondisi keseimbangan.

Metode :Jenis penelitian adalah kuantitatif dengan desain *Pre-post Tes With Control Group*. Penelitian ini dilakukan dengan kuesioner. Jumlah responden sebanyak 15 orang pasien dengan pengamatan selama 7 hari. Data yang diperoleh diolah secara statistic menggunakan uji Mann-Whitney.

Hasil: Karakteristik responden penderita hipertensi berusia 60 tahun ke atas, dengan jenis kelamin wanita sebesar 58,8%.Ada pengaruh Terapi Meditasi terhadap tekanan darah penderita hipertensi yang ditunjukkan dengan perbedaan mean tekanan darah yang menurun antara kelompok perlakuan dengan kontrol pada pengukuran pagi dengan penurunan sebesar 0,58 mmHg, dan pada pengukuran sore penurunan sebesar 0,67 mmHg

Simpulan :Ada pengaruh terapi meditasi terhadap tekanan darah penderita hipertensi yang dibuktikan dengan ada perbedaan tekanan darah antara kedua kelompok menggunakan uji Mann-Whitney dengan *p value* $0,000 < 0,05$

Kata kunci : Efektivitas, tekanan darah, Hipertensi, Lansia

Daftar Pustaka :30 (2003 – 2014)

**UNDERGRADUATE NURSING STUDY PROGRAM
NURSING FACULTY
SULTAN AGUNG ISLAMIC UNIVERSITY
Undergraduate thesis, September 2015**

ABSTRACT

Rusmadani Cafriyanti

**THE EFECTIVENESS OF MEDIATION THERAPY IN DECREASING THE
BLOOD PRESSURE FOR ELDERLY PATIENTS WITH HYPERTENSION AT
PUCANG GADING SOCIAL REHABILITATION UNIT SEMARANG**

57 pages + 8 tables + 2 pictures + 12 appendices + xiv

Background: One of hypertension managements for elderly patients is using non-pharmacological medicine, such as meditation therapy which is creating a very relax state for the body that would result in decreasing the blood pressure. Controlling the body as relax as possible is the key of this therapy in which it would lead to balance state.

Method: This is a quantitative study using Pre-post test with control group design. Questionnaires are needed in data collecting method. The number of total respondents as many as 15 patients for seven days. The obtained data were processed statistically using Mann-Whitney test.

Result: Female respondents with hypertension aged 60 years and over show characteristics as many as 58,8%. There is a significant difference in hypertension patients, it is shown by the decreasing of blood pressure mean between treatment group and control group. The measurement carried in the morning shows 0,58 mmHg reduction, while the afternoon measurement shows 0,67 mmHg reduction.

Conclusion: The meditation therapy is effective in decreasing the blood pressure, this is proven by the difference between the blood pressure of both groups using Mann-Whitney test p value $0.000 < 0.05$

Keyword: Effectiveness, Blood pressure, Hypertension, Elderly
Bibliography: 30 (2003 - 2014)