

ABSTRAK

Abstrak

Pendahuluan : Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg. Untuk pengukurannya pasien harus dalam keadaan tenang/istirahat. Pengetahuan yang adekuat tentang gejala hipertensi dan diit hipertensi merupakan tindakan pengobatan non farmakologis untuk membantu menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Tujuan menyusun asuhan keperawatan keluarga dengan salah satu keluarga mengalami penyakit hipertensi dengan defisit pengetahuan keluarga tentang nyeri kepala di Desa Klungkung Kecamatan Sukorambi. **Metode** : metode yang digunakan adalah study kasus dengan tehnik pengumpulan data melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik pendokumentasian. **Hasil** : defisit pengetahuan keluarga tentang hipertensi dan diit hipertensi dapat menambah pengetahuan keluarga untuk menurunkan tekanan darah klien dengan hipertensi. **Diskusi** : tenaga medis khususnya perawat komunitas dan keluarga dapat menerapkan diit hipertensi dan relaksasi nafas dalam sebagai terapi non farmakologi yang dapat di lakukan secara mandiri oleh pasien dengan hipertensi yang tidak memahami tentang penyakit hipertensi.

Kata Kunci : Nyeri, Terapi relaksasi Nafas Dalam, Diit hipertensi, Diit DASH, Hipertensi

Daftar Pustaka : 49 (2016-2021)

ABSTRACT

Abstract

Introduction: Hypertension is an increase in systolic blood pressure of more than 140 mmHg and diastolic blood pressure of more than 90 mmHg. for its measurement the patient must be in a state of calm / rest. Adequate knowledge about the symptoms of hypertension and hypertancy diit is a non-pharmacological treatment action to help lower blood pressure in hypertensive patients. The purpose of compiling family nursing care with one of the families experiencing hypertension with a deficit of family knowledge about headaches in Klungkung Village, Sukorambi District. **Method:** the method used is a case study with data collection techniques through interviews, observations, physical examinations documenting. **Result:** deficit of family knowledge about hypertension and hypertension diit can increase family knowledge to lower the blood pressure of clients with hypertension. **Discussion:** medical personnel, especially community and family nurses, can apply hypertension diit and deep breath relaxation as a non-pharmacological therapy that can be done independently by patients with hypertension who do not understand about hypertension.

Keywords : Pain, Deep Breath relaxation therapy, Hypertension Diit, Dash Diit, Hypertension

Bibliography : 49 (2016-2021)