

**PENERAPAN TERAPI *BUERGER ALLEN EXERCISE* TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA YANG
MENGALAMI HIPERTENSI DI BALAI PELAYANAN
SOSIAL TRESNA WERDHA UNIT ABIYOSO
YOGYAKARTA**

Aftonah Sri Wulandari¹, Anastasia Suci², Muh. Fathoni Rohman³
Email: aftonahw@gmail.com

INTISARI

Pendahuluan : Hipertensi atau penyakit tekanan darah tinggi merupakan suatu gangguan pada dinding pembuluh darah yang mengalami peningkatan tekanan darah sehingga mengakibatkan suplai oksigen dan nutrisi tidak bisa sampai ke jaringan yang membutuhkannya. Menurut WHO 2020, prevalensi hipertensi pada lansia didunia mencapai sekitar 972 juta orang, atau 26,4% dari populasi global. Hipertensi dapat dikontrol dengan mengkonsumsi obat-obatan (farmakologi) dan non farmakologi dengan terapi *buenger allen exercise*

Tujuan: Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui penerapan terapi *buenger allen exercise* untuk menurunkan tekanan darah tinggi pada lansia di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Abiyoso Yogyakarta

Metode: Metode penelitian yang digunakan adalah studi kasus pada 1 responden yang mengalami hipertensi

Hasil: Hasil penerapan terhadap 1 responden yang dilakukan selama 5 hari dengan frekuensi 15 menit sehari menunjukkan adanya penurunan tekanan darah setelah dilakukan terapi *buenger allen exercise* pada lansia penderita hipertensi

Kesimpulan : Terdapat perubahan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan intervensi pemberian terapi *buenger allen exercise* terhadap tekanan darah pada lansia penderita hipertensi

Kata Kunci : Hipertensi, *buenger allen exercise*, lansia

¹ Mahasiswa Program Studi Profesi Ners Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

² Dosen Program Studi Profesi Ners Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

³ Pembimbing Lahan Praktik Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Abiyoso Yogyakarta

**APPLICATION OF BUERGER ALLEN EXERCISE THERAPY
BLOOD PRESSURE IN EADERLY PEOPLE WITH
HYPERTENSION AT THE TRESNA WERDHA
ABIYOSO SOSIAL SERVICE CENTER,
YOGYAKARTA**

Aftonah Sri Wulandari¹, Anastasia Suci², Muh. Fathoni Rohman³
Email: aftonahw@gmail.com

ABSTRACT

Introduction : Hypertension or high blood pressure disease is a disturbance in the walls of blood vessels that experience an increase in blood pressure resulting in the supply of oxygen and nutrients cannot reach the tissues that need it. According to WHO 2020, the prevalence of hypertension in the elderly in the world reaches around 972 million people, or 26.4% of the global population. Hypertension can be controlled by consuming drugs (pharmacology) and non-pharmacology with buerger allen exercise therapy.

Objective : The purpose of this study was to determine the application of buerger allen exercise therapy to reduce high blood pressure in the elderly at the Tresna Werdha Social Service Center Abiyoso Unit Yogyakarta.

Methods : The research method used is a case study on 1 respondent who has hypertension.

Results : The results of the application of 1 respondent carried out for 5 days with a frequency of 15 minutes a day showed a decrease in blood pressure after buerger allen exercise therapy in elderly people with hypertension.

Conclusion: There are changes in blood pressure before and after the intervention of giving buerger allen exercise therapy to blood pressure in elderly people with hypertension.

Keywords : Hypertension, buerger allen exercise, elderly

¹ Student of Ners Professional Study Program, Jenderal Achmad Yani University, Yogyakarta

² Lecturer of Nursing Profession Study Program, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

³ Practice Supervisor of Tresna Werdha Social Service Center Abiyoso Unit Yogyakarta