

**KARYA ILMIAH AKHIR**

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA NY. D DENGAN KECEMASAN PADA  
HIPERTENSI DENGAN PENERAPAN TERAPI SENAM YOGA DI  
PADANG**



**PROGRAM STUDI PROFESI NERS  
FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ANDALAS  
PADANG  
2024**

**FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ANDALAS  
KARYA ILMIAH AKHIR  
JULI 2024**

**Nama : Regita Anjelina Putri. M  
NIM : 2341312042**

**Asuhan Keperawatan Pada Ny. D Dengan Kecemasan Pada Hipertensi  
Dengan Penerapan Terapi Senam Yoga Di Padang**

**ABSTRAK**

Seseorang yang mengalami Hipertensi akan berdampak pada fisik maupun psikologis. Salah satunya dampak psikologis yang sering dialami yaitu penderita akan mengalami kecemasan dimana akan berpengaruh pada kualitas hidup individu tersebut. Tanda dan gejala yang dirasakan oleh klien seperti gelisah, sulit untuk tenang, suara gemetar, sulit tidur dan juga perasaan khawatir. Salah satu terapi nonfarmakologis yang bisa dilakukan untuk mengurangi kecemasan adalah terapi senam yoga. Tujuan dari karya ilmiah ini adalah untuk memberikan asuhan keperawatan secara komprehensif pada klien kecemasan yang menderita penyakit hipertensi dengan menerapkan terapi senam yoga. Metode penulisan ini dengan penggunaan studi kasus berdasarkan *evidence based nursing* yang dilakukan pada tanggal 1 Juli - 13 Juli 2024 dengan penerapan terapi senam yoga dilakukan selama dua kali dalam satu minggu. Hasil setelah diberikan asuhan keperawatan dan intervensi senam yoga terjadi penurunan skor kecemasan dari kategori sedang menjadi kategori ringan dengan menggunakan alat ukur kecemasan skala *Hamilton Rating Scale Anxiety* (HARS). Diharapkan karya ilmiah ini menjadi bahan informasi dan menjadi pilihan dalam pemberian intervensi psikologis dalam mengatasi kecemasan pada penderita hipertensi dengan pemberian terapi senam yoga.

**Kata Kunci : Kecemasan, Yoga, Hipertensi**

**Daftar Pustaka: 63 (2008-2024)**