

Fikyfendy NIM. 16142010059 Program Studi Keperawatan	Dosen Pembimbing Alvin Abdillah, S.kep., Ns., M.AP., M.kep NIDN 0725019004
--	--

**PENGARUH SHALAT DHUHA TERHADAP P PENURUNAN  
TEKANAN DARAH PADA LANSIA**  
(di Desa Bargan kec.Socahkab.Bangkalan)

**ABSTRAK**

Lanjut usia merupakan bagian dari proses tumbuh kembang, manusia tidak secara tiba-tiba menjadi tua. Hal itu normal, dengan perubahan fisik dan tingkah laku yang dapat diramalkan yang terjadi pada semua orang pada saat mereka mencapai tahap perkembangan tertentu. Dimana ini seorang mengalami kemunduran fisik, mental dan sosial secara bertahap. Menua (menjadi tua) adalah suatu proses menghilangnya secara perlahan kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri atau mengganti diri dan mempertahankan struktur dan fungsi normalnya sehingga tidak dapat bertahan terhadap jejas (termasuk infeksi) dan memperbaiki kerusakan yang menyebabkan penyakit degeneratif misalnya, hipertensi, arteriosklerosis, diabetes melitus, dan kanker. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis pengaruh shalat dhuha terhadap penurunan tekanan darah pada lansia.

Penelitian ini menggunakan desain *quasy eksperiment*. Variabel independennya adalah shalat dhuha sedangkan variabel dependennya adalah penurunan tekanan darah. Populasinya adalah 13 sampel respon dan kelompok perlakuan dan 13 responden kelompok kontrol yang diambil secara *purposive random sampling*. Penelitian ini dilakukan di Desa Bargan Kec.Socah Kab.Bangkalan pada bulan Maret 2020 dan statistik uji menggunakan uji *Paired t test* dengan  $\alpha = 0,006$ . Penelitian ini sudah dilakukan uji kelayakan etik dengan no sertifikat 537/KEPK/STIKES-NHM/EC/III/2020 di KEPK STIKes Ngudia Husada Madura

Hasil penelitian menemukan bahwa responden yang mengalami tekanan darah tinggi setelah melakukan shalat dhuha didapatkan penurunan tekanan darah sebanyak 13 responden. Berdasarkan uji *Paired t test* tekanan darah tinggi menunjukkan  $p \text{ value} = 0,006$ , sehingga dapat disimpulkan Ada pengaruh shalat dhuha terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di Desa Bargan Kec. Socah.

Berdasarkan hasil penelitian shalat dhuha mampu menurunkan tekanan darah pada lansia. Diharapkan lansia mampu mengatasi tekanan darah tinggi dengan menggunakan teknik shalat dhuha yang efektif.

**Kata kunci : Tekanandarah, ShalatDhuha, lansia.**

