

INTISARI

Latar Belakang: Hipertensi adalah terjadi peningkatan pada tekanan darah sistole lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastole 90 mmHg yang biasanya dialami oleh lansia, salah satu pengobatan non farmakologi pada pasien hipertensi adalah senam ergonomis yaitu senam yang di ambil dari gerakan sholat. Senam ergonomis dilakukan ditemani dengan musik Asmaul husna, musik Asmaul Husna yaitu nama nama Allah yang ada didalam AlQuran.

Tujuan Penelitian: Mengetahui pengaruh senam ergonomis dengan musik Asmaul Husna terhadap tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi.

Metodologi: Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif menggunakan desain penelitian *Quasy Eksperimen with control grup* (penelitian eksperimen semu) dengan melakukan *pretest* dan *posttest*. Jumlah sampel dengan total sampling sejumlah 32 responden .

Hasil: berdasarkan hasil uji statistic menunjukkan bahwa terdapat pengaruh tekanan darah sistole pada lansia yang mengalami hipertensi setelah senam ergonomis dengan musik Asmaul Husna dengan nilai p value (0,027) pada kelompok intervensi. Pada perbandingan dua kelompok terdapat perbedaan rata rata pada pretest dan posttest pada kedua kelompok tersebut yaitu (2,73).

Kesimpulan: Ada pengaruh senam ergonomis dengan musik Asmaul Husna terhadap tekanan darah sistole pada lansia yang mengalami hipertensi.

Kata kunci : Hipertensi, Tekanan darah, Senam Ergonomis dan Musik Asmaul Husna