

**PENGARUH TERAPI *AUTONOMOUS SENSORY MERIDIAN*
RESPONSE TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH
DAN FREKUENSI NADI PASIEN YANG AKAN MELAKUKAN
VAKSINASI COVID-19 DENGAN RIWAYAT PENYAKIT
HIPERTENSI**



SKRIPSI

OLEH :

AULIA SRI HANDAYANI

NIM: 04021181823005

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

BAGIAN KEPERAWATAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

JULI 2022

**PENGARUH TERAPI *AUTONOMOUS SENSORY MERIDIAN*
RESPONSE TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH
DAN FREKUENSI NADI PASIEN YANG AKAN MELAKUKAN
VAKSINASI COVID-19 DENGAN RIWAYAT PENYAKIT
HIPERTENSI**



SKRIPSI

**Diajukan sebagai persyaratan untuk memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan**

OLEH :

AULIA SRI HANDAYANI

NIM: 04021181823005

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

BAGIAN KEPERAWATAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

JULI 2022

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Aulia Sri Handayani

NIM : 04021181823005

Dengan sebenarnya menyatakan bahwa skripsi ini saya susun tanpa tindakan plagiarisme sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Program Studi Keperawatan Universitas Sriwijaya. Jika di kemudian hari ternyata saya melakukan tindakan plagiarisme, saya bertanggung jawab sepenuhnya dan menerima sanksi yang dijatuhkan oleh Universitas Sriwijaya kepada saya.

Indralaya, Juli 2022



Aulia Sri Handayani

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
BAGIAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN**


LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI

**NAMA : AULIA SRI HANDAYANI
NIM : 04021181823005
JUDUL : PENGARUH TERAPI *AUTONOMOUS SENSORY
MERIDIAN RESPONSE* TERHADAP PERUBAHAN
TEKANAN DARAH DAN FREKUENSI NADI
PASIEN YANG AKAN MELAKUKAN VAKSINASI
COVID-19 DENGAN RIWAYAT PENYAKIT
HIPERTENSI**

PEMBIMBING SKRIPSI :

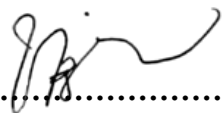
1. Sri Maryatun, S.Kep., Ns., M.Kep.

NIP. 197908162003122002

(..........)

2. Nurna Ningsih, S.Kp., M.Kes.

NIP. 197307172001122002

(..........)

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

NAMA : AULIA SRI HANDAYANI
NIM : 04021181823005
JUDUL : **PENGARUH TERAPI *AUTONOMOUS SENSORY MERIDIAN RESPONSE* TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH DAN FREKUENSI NADI PASIEN YANG AKAN MELAKUKAN VAKSINASI COVID-19 DENGAN RIWAYAT PENYAKIT HIPERTENSI**

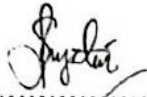
Skrripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Program Studi Keperawatan Bagian Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya pada Tanggal 12 Juli 2022 dan telah diterima guna memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Keperawatan.

Indralaya,

Juli 2022

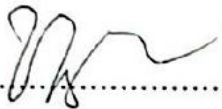
PEMBIMBING I

Sri Maryatun, S.Kep., Ns., M.Kep.
NIP. 197908162003122002

(..........)

PEMBIMBING II

Nurna Ningsih, S.Kp., M.Kes.
NIP. 197307172001122002

(..........)


PENGUJI I

Zulian Effendi, S.Kep., Ns., M.Kep.
NIP. 1671060707880004

(..........)

PENGUJI II

Eka Yulia Fitri Y, S.Kep., Ns., M.Kep.
NIP. 198407012008122001

(..........)

Mengetahui,



Ketua Bagian Keperawatan

Hikayati, S.Kep., Ns., M.Kep.

NIP. 197602202002122001

Koordinator Program Studi Keperawatan

Eka Yulia Fitri Y, S.Kep., Ns., M.Kep.

NIP. 198407012008122001

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
BAGIAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN**

Skripsi, Juli 2022

Aulia Sri Handayani

**Pengaruh Terapi *Autonomous Sensory Meridian Response* terhadap
Perubahan Tekanan Darah dan Frekuensi Nadi Pasien yang akan
Melakukan Vaksinasi COVID-19 dengan Riwayat Penyakit Hipertensi**

v+141 halaman+11 tabel+2 skema+ 6 diagram+16 lampiran

ABSTRAK

Pemberian vaksinasi COVID-19 dilakukan sebagai upaya pencegahan penularan COVID-19 yang kejadiannya semakin menyebar luas. Vaksin COVID-19 dapat diberikan kepada pasien dengan komorbid salah satunya hipertensi dengan tekanan darah dan denyut nadi terkontrol. Tekanan darah dan frekuensi denyut nadi yang tinggi adalah salah satu faktor penghambat dalam pemberian vaksinasi COVID-19, sehingga diperlukan tata laksana untuk mengatasinya. Salah satu upaya untuk menurunkan tekanan darah dan frekuensi nadi adalah dengan terapi relaksasi menonton video *autonomous sensory meridian response* (ASMR). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi ASMR terhadap perubahan tekanan darah dan frekuensi nadi pasien yang akan melakukan vaksinasi COVID-19. Penelitian ini merupakan penelitian *quasy experiment* dengan desain *non equivalent control group* dimana kelompok intervensi mendapatkan terapi ASMR dan kelompok kontrol mendapatkan terapi duduk istirahat. Teknik pengambilan sampel menggunakan *accidental sampling* dengan total sampel 34 sampel, 17 orang kelompok kontrol dan 17 orang kelompok intervensi. Penelitian dilaksanakan pada bulan April 2022 di RSUD Siti Fatimah Provinsi Sumatera Selatan dan dilakukan pada pasien yang akan melakukan vaksinasi COVID-19 dengan riwayat penyakit hipertensi. Data dianalisis statistik dengan menggunakan uji *independent t test* dengan tingkat signifikansi $\alpha=0,05$. Hasil uji statistik didapatkan rerata nilai sesudah dilakukan terapi pada tekanan darah sistolik kelompok intervensi 136,94 dan kelompok kontrol 156,76 (nilai $p=0,009$) tekanan darah diastolik kelompok intervensi 74,65 dan kelompok kontrol 94,65 (nilai $p=0,021$) dan frekuensi nadi kelompok intervensi 84,12 dan kelompok kontrol 97,18 (nilai $p=0,004$) yang artinya terapi ASMR lebih berpengaruh terhadap perubahan tekanan darah dan frekuensi nadi pasien yang akan melakukan vaksinasi COVID-19 dibandingkan terapi duduk istirahat. Dengan demikian ASMR dapat direkomendasikan sebagai terapi untuk tata laksana penurunan tekanan darah dan frekuensi nadi pada pasien hipertensi.

Kata Kunci : ASMR, Tekanan darah, Frekuensi nadi, Vaksinasi, COVID-19.

Daftar Pustaka : (2000 – 2022)

**SRIWIJAYA UNIVERSITY
FACULTY OF MEDICINE
NURSING DEPARTMENT
NURSING PROGRAM**

**Thesis, July 2022
Aulia Sri Handayani**

***The Effect of Autonomous Sensory Meridian Response Therapy Towards
the Changes in Blood Pressure and Heart Rate of Patients that Will Take
the COVID-19 Vaccination with Hypertension***

vi+141 pages+11 tables+2 schemes+6 diagrams+16 attachments

ABSTRACT

The administration of the COVID-19 vaccine is held in order to stop the virus's spreading, which is happening more frequently. Patients with comorbidities, such as hypertension with managed blood pressure and pulse, can get the COVID-19 vaccine. One of the challenges to giving the COVID-19 vaccine is high blood pressure, thus treatment is required to get around it. Watching an autonomous sensory meridian response (ASMR) video in relaxation therapy is one of the methods used to lower blood pressure and pulse frequency. The aim of the research is to ascertain how ASMR treatment affects changes in blood pressure and pulse rate in patients receiving the COVID-19 vaccine. The intervention group in this study received ASMR therapy, while the control group received sitting rest therapy. It is a quasi-experimental study with a non-equivalent control group design. With a total sample size of 34 samples, 17 samples in the control group and 17 samples in the intervention group, the sampling technique used accidental sampling. The study, which involved patients who were due to get the COVID-19 vaccine and had a history of hypertension, was carried out in April 2022 at Siti Fatimah Hospital in the South Sumatra Province. The independent t-test was used to statistically assess the data with a significance threshold of 0.05. The results of the statistical test revealed that the intervention group's mean post-therapy systolic blood pressure was 136.94 and the control group's was 156.76 (p value = 0.009), while the intervention group's mean diastolic blood pressure was 74.65 and the control group's was 94.65 (p value = 0.021) and the difference between the pulse frequencies of the intervention group and the control group was 84.12 (p = 0.004), showed that ASMR therapy had a greater impact than sitting rest therapy on changes in blood pressure and pulse frequency in patients receiving the COVID-19 vaccine. Thus, ASMR can be suggested as a treatment option to help hypertensive people maintain their blood pressure and pulse rate.

Keywords : ASMR, Blood pressure, Heart rate, Immunization, COVID-19.

Reference : (2000 – 2022)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT. yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya, saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Aku mengucapkan syukur padamu selalu ya Rabb. Serta shalawat dan salam selalu tercurahkan kepada Rasulullah SAW dan para sahabat yang mulia.

Kupersembahkan skripsi ini kepada kedua orangtuaku yang sangat aku sayangi, ayah Taufik S.Pd., M.Si., dan ibuku Aprida Ariany, S.Pd. yang telah selalu memberikan doa serta dukungan yang tak terhingga.

Terimakasih kepada saudara-saudaraku, mba Septia Nurhaliza dan cicik Annisa, atas segala dukungan dan doa untuk menyemangatiku.

Terimakasih kepada para sahabatku yang selalu menemaniku dan memberikan dukungan selama ini sehingga saya mampu percaya pada diri saya sendiri dan menjalani kehidupan setiap harinya.

Don't give up when you still have something to give. Nothing is really over until the moment you stop trying

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah segala puji dan syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan karunia dan rahmat-Nya yang membuat penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Terapi *Autonomous Sensory Meridian Response* (ASMR) Terhadap Perubahan Tekanan Darah dan Frekuensi Nadi Pasien yang akan Melakukan Vaksinasi COVID-19 dengan Riwayat Penyakit Hipertensi”. Penulis menyadari jika skripsi ini dapat terselesaikan dengan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, maka penulis pada kesempatan ini ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Hikayati, S.Kep., Ns.,M.Kep selaku Ketua Bagian Keperawatan FK UNSRI.
2. Ibu Sri Maryatun, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku pembimbing I yang telah memberikan arahan, bimbingan, saran untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Ibu Nurna Ningsih, S.Kp., M.Kes. selaku pembimbing II yang juga telah memberikan bimbingan, saran serta arahan untuk menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Zulian Effendi, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku penguji I yang telah memberikan arahan dan saran untuk menyempurnakan skripsi ini.
5. Ibu Eka Yulia Fitri Y, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku penguji II yang juga telah memberikan arahan dan saran untuk menyempurnakan skripsi ini.
6. RSUD Siti Fatimah Provinsi Sumatera Selatan dan para staf pegawainya yang telah mengizinkan saya untuk melaksanakan penelitian dan mendapatkan tambahan ilmu.
7. Seluruh dosen dan staf tata usaha Bagian Keperawatan FK UNSRI yang telah banyak memberikan bimbingan dan bantuan selama ini.

8. Kedua orang tua yang saya sayangi yang telah memberikan bantuan baik berupa dukungan, materi, dan doa selama pembuatan skripsi ini.
9. Saudari-saudariku Nadhifah, Shelly, Sabrina, Mira, Dea, Alya, Mega, dan Ica yang selalu mendukungku di berbagai situasi baik senang maupun sedih.
10. Teman-teman seperjuangan, Aurel, Puteri, Vera, Rina, Sentil Ginjal, dan Aorta 2018 yang telah memberi saya banyak dukungan selama masa perkuliahan.

Semoga hasil penelitian ini bermanfaat bagi kita semua, Aamiin.

Indralaya, Juli 2022

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI	iv
ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR SKEMA	xiv
DAFTAR DIAGRAM	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	9
D. Ruang Lingkup Penelitian	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
A. COVID-19.....	11
1. Pengertian	11
2. Manifestasi Klinis	12
3. Etiologi.....	15
4. Faktor Risiko.....	17
5. Penatalaksanaan	19
6. Pencegahan Penularan	21
B. Vaksinasi COVID-19	22
1. Vaksin	22
2. Vaksinasi COVID-19.....	24
3. Faktor Penunda Vaksinasi COVID-19	26
C. Hipertensi	27
1. Pengertian	27
2. Klasifikasi Hipertensi	27
3. Manifestasi Klinis	28
4. Etiologi	28
5. Patofisiologi.....	30
6. Faktor Risiko	31
7. Asuhan Keperawatan Hipertensi	34
8. Penatalaksanaan.....	43
D. Tekanan Darah	45
1. Pengertian	45
2. Klasifikasi Tekanan Darah	45

3. Jenis Tekanan Darah	46
4. Prosedur Pemeriksaan Tekanan Darah	47
E. Denyut Nadi	49
1. Pengertian	49
2. Nilai Normal Pemeriksaan Denyut Nadi	49
3. Letak Perabaan Nadi	50
4. Jenis Denyut Nadi	51
5. Prosedur Pemeriksaan Denyut Nadi	51
F. <i>Autonomous Sensory Meridian Response</i> (ASMR).....	52
1. Pengertian	52
2. Etiologi.....	52
3. Jenis Suara Pemicu	53
3. Manfaat ASMR.....	54
G. Kerangka Teori	55
H. Penelitian Terkait	56
BAB III METODE PENELITIAN	59
A. Kerangka Konsep	59
B. Desain Penelitian.....	60
C. Hipotesis	61
D. Definisi Operasional	61
E. Populasi dan Sampel	63
F. Tempat Penelitian	65
G. Waktu Penelitian	65
H. Etika Penelitian	66
I. Alat Pengumpulan Data	68
J. Prosedur Pengumpulan Data	70
K. Pengolahan Data dan Analisis Data	73
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	76
A. Hasil Penelitian	76
1. Analisis Univariat.....	77
2. Analisis Bivariat	83
B. Pembahasan	86
1. Karakteristik Responden	86
2. Perubahan Tekanan Darah dan Frekuensi Nadi Sebelum dan Sesudah Terapi Kelompok Intervensi.....	89
3. Perubahan Tekanan Darah dan Frekuensi Nadi Sebelum dan Sesudah Terapi Kelompok Kontrol.....	93
4. Pengaruh Terapi ASMR Terhadap Perubahan Tekanan Darah dan Frekuensi Nadi Pasien yang akan Melakukan Vaksinasi COVID-19 dengan riwayat penyakit hipertensi.....	95
5. Pengaruh Terapi Duduk Istirahat Terhadap Perubahan Tekanan Darah dan Frekuensi Nadi Pasien yang akan Melakukan Vaksinasi COVID-19 dengan riwayat penyakit hipertensi...	96
6. Perbedaan Nilai Tekanan Darah dan Frekuensi Nadi Pasien yang akan Melakukan Vaksinasi COVID-19 dengan Riwayat Penyakit Hipertensi pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol	98

C. Keterbatasan Penelitian	99
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	101
A. Simpulan	101
B. Saran	102
DAFTAR PUSTAKA	104

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Jadwal Pemeriksaan PCR SWAB	19
Tabel 2.2 Klasifikasi Hipertensi menurut JNC-VII	27
Tabel 2.3 Asuhan Keperawatan	41
Tabel 2.4 Deskripsi Bunyi <i>Korotkoff</i> Tiap Fase	48
Tabel 2.5 Penelitian Terkait	56
Tabel 3.1 Rancangan Penelitian	60
Tabel 3.2 Defenisi Operasional Penelitian	61
Tabel 4.1 Karakteristik Responden Penelitian Kelompok Intervensi	79
Tabel 4.2 Karakteristik Responden Penelitian Kelompok Kontrol.....	79
Tabel 4.3 Perbedaan Tekanan Darah dan Frekuensi Nadi Sebelum dan Sesudah Terapi Kelompok Kontrol dan Kelompok Intervensi	86
Tabel 4.4 Perbedaan Tekanan Darah dan Frekuensi Nadi Sesudah Terapi Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol.....	87

DAFTAR SKEMA

	Halaman
Skema 2.1 Kerangka Teori.....	55
Skema 3.1 Kerangka Konsep	59

DAFTAR DIAGRAM

	Halaman
Diagram 4.1 Tekanan Darah Sistolik Sebelum dan Sesudah Kelompok Intervensi	79
Diagram 4.2 Tekanan Darah Diastolik Sebelum dan Sesudah Kelompok Intervensi	80
Diagram 4.3 Frekuensi Nadi Sebelum dan Sesudah Kelompok Intervensi .	81
Diagram 4.4 Tekanan Darah Sistolik Sebelum dan Sesudah Kelompok Kontrol	82
Diagram 4.5 Tekanan Darah Diastolik Sebelum dan Sesudah Kelompok Kontrol	83
Diagram 4.6 Frekuensi Nadi Sebelum dan Sesudah Kelompok Kontrol.....	84

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Sertifikat Lulus Uji Etik	112
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian	113
Lampiran 3. Surat Persetujuan Penelitian	114
Lampiran 4. Surat Selesai Penelitian	115
Lampiran 5. Lembar <i>Informed Consent</i>	116
Lampiran 6. Lembar Persetujuan Menjadi Responden	118
Lampiran 7. Lembar Skrining dan Observasi	119
Lampiran 8. Standar Operasional Prosedur Terapi <i>Autonomous Sensory Meridian Response</i>	120
Lampiran 9. Tabel Frekuensi Karakteristik Responden Kelompok Intervensi	122
Lampiran 10. Tabel Frekuensi Karakteristik Responden Kelompok Kontrol	123
Lampiran 11. Tabel Tekanan Darah dan Frekuensi Nadi Kelompok Intervensi	124
Lampiran 12. Tabel Tekanan Darah dan Frekuensi Nadi Kelompok Kontrol	127
Lampiran 13. Uji Normalitas	130
Lampiran 14. Uji Statistik	133
Lampiran 15. Hasil Uji Plagiasi	136
Lampiran 16. Lembar Konsultasi	137

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

COVID-19 atau *coronavirus disease* 2019 adalah penyakit yang disebabkan oleh coronavirus jenis baru yaitu SARS-CoV-2, yang pertama kali kejadiannya dilaporkan terdapat di Wuhan 31 Desember 2019. Penyakit pernapasan akut seperti demam di atas 38°C, batuk dan sesak nafas dapat muncul sebagai gejala penyakit COVID-19, selain itu disertai juga dengan kelelahan, nyeri otot, dan diare. COVID-19 dapat menyebabkan pneumonia, sindrom pernafasan akut, gagal ginjal dan bahkan kematian pada beberapa kasus yang berat atau parah.

COVID-19 menyebar dari orang ke orang melalui kontak erat dan *droplet* (percikan cairan pada saat bersin dan batuk), bukan melalui udara. Bentuk COVID-19 yang terlihat di bawah mikroskop elektron (sampel diambil melalui cairan saluran nafas/swab tenggorokan) ditampilkan sebagai virus dengan mahkota (KEMENKES, 2020).

Kumulatif pertanggal 13 Juni 2022 sebanyak 532.201.219 kasus terkonfirmasi untuk data sebaran global. Kasus terkonfirmasi COVID-19 di Indonesia pada 13 Juni 2022 sudah mencapai 6.957.142 kasus dengan penambahan kasus terbaru sebanyak 551 kasus per tanggal 12 Juni 2022 (SATGAS COVID-19, 2022). Vaksinasi COVID-19 telah diberikan untuk menekan peningkatan kasus COVID-19. Cara paling efektif untuk membatasi

jumlah kasus infeksi virus SARS-CoV-2 yang menyebabkan penyakit COVID-19 ialah dengan memberikan vaksinasi ini (SATGAS COVID-19, 2021).

Data vaksinasi COVID-19 di Indonesia per 12 Juni 2022 masih tercapai 208.265.720 target sasaran vaksinasi, dengan 40.349.049 sasaran vaksinasi yaitu SDM kesehatan, petugas publik dan lansia (SATGAS COVID-19, 2021).

Update data Vaksinasi Kamis 09 Juni 2022 Jumlah masyarakat yang sudah divaksin dosis ke-1 sebanyak 1.198.385 orang (84,87%) sedangkan pada Vaksin dosis ke-2 sebanyak 1.017.709 orang (72,07%) Vaksinasi dosis ke-3 sebanyak 253.030 orang (23,23%) (DINKES PALEMBANG, 2022).

Vaksinasi atau yang sering disebut imunisasi bertujuan untuk meningkatkan sistem kekebalan tubuh untuk mengenali dan melawan bakteri atau virus penyebab infeksi. Tujuan pemberian vaksinasi COVID-19 adalah menurunkannya angka kesakitan dan angka kematian akibat virus ini. Penduduk yang berdomisili di Indonesia dan berusia ≥ 18 tahun merupakan kelompok prioritas penerima vaksinasi COVID-19 di Indonesia. Jika tersedia data keamanan vaksin yang memadai dan izin untuk penggunaan dalam masa darurat (*emergency use authorization*) atau penerbitan Nomor Izin Edar (NIE) dari Badan Pengawas Obat dan Makanan, kelompok penduduk di bawah usia 18 tahun dapat divaksinasi (SATGAS COVID-19, 2021).

Agar tetap produktif secara sosial dan ekonomi, vaksinasi COVID-19 dilakukan dan ditujukan untuk mencapai kekebalan kelompok masyarakat (*herd immunity*) dan melindungi masyarakat dari COVID-19. Kekebalan kelompok dapat terbentuk hanya jika cakupan vaksinasi tinggi dan tersebar merata di seluruh wilayah (KEMENKES, 2021). Vaksinasi COVID-19 dapat

diberikan pada kelompok usia 60 tahun ke atas, komorbid, penyintas COVID-19 dan ibu menyusui, setelah terlebih dahulu riwayat medis menyeluruh diambil. Bagi kelompok komorbid dibagi lagi dalam beberapa kelompok. Hipertensi merupakan salah satu penyakit penyerta yang dapat divaksinasi jika tekanan darah pasien kurang dari 180/110 mmHg (DINKES Aceh, 2021).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg (KEMENKES, 2020). Peningkatan tekanan darah dapat terjadi karena stress. Faktor stres dari sudut pandang kognitif dan perilaku seperti kecemasan dapat menyebabkan penyakit yang berhubungan dengan tekanan darah tinggi. Hormon adrenalin akan meningkat pada saat keadaan cemas yang mengakibatkan jantung memompa darah lebih cepat, sehingga tekanan darah akan meningkat (Kartika, 2015 dikutip oleh Setyawan, 2017). Penelitian yang dilakukan Goni (2022) didapatkan hasil bahwa pasien dengan hipertensi sebelum melakukan vaksinasi COVID-19 merasa takut dan cemas. Kegagalan vaksinasi banyak terjadi sebelumnya karena tekanan darah yang meningkat hal ini terjadi dikarenakan ketakutan atau kecemasan pasien yang akan melakukan vaksinasi. Program vaksinasi COVID-19 pada 11% nakes di Indonesia ditunda karena masalah tekanan darah yang tinggi (Fadhillah, 2021).

Data di lapangan yang didapat dari RSUD Siti Fatimah Provinsi Sumatera Selatan, dalam satu hari terdapat 10-15 pasien yang akan melakukan vaksinasi COVID-19 memiliki riwayat hipertensi. Salah satu faktor yang membuat pasien mengalami kenaikan tekanan darah serta peningkatan denyut nadi sehingga membuat pasien tidak dapat divaksin adalah ketika pasien harus

menuju lokasi vaksin yang jauh dengan berjalan kaki ataupun naik tangga dan langsung dilakukan screening di meja 1. Pasien yang mengalami kenaikan tekanan darah akan diminta untuk beristirahat selama 10-15 menit dengan melakukan teknik relaksasi napas dalam dan meminum air putih sebagai upaya untuk menurunkan kembali tekanan darah pasien agar dapat dilakukan vaksinasi COVID-19.

Penelitian terdahulu oleh Sufani (2021) membuktikan bahwa mendengarkan terapi ASMR secara signifikan menurunkan tekanan darah sistolik, diastolik, dan denyut nadi. Penelitian oleh Ahn, dkk (2019) juga membuktikan pasien hipertensi setelah mendengarkan terapi ASMR mengalami penurunan tekanan darah dan denyut nadi. Selama satu tahun terakhir, konten *autonomous sensory meridian response* (ASMR) di *YouTube* adalah salah satu konten yang paling banyak diminati. ASMR didefinisikan sebagai audio yang menenangkan pendengarnya, seperti suara bisikan, kresek (bunyi seperti daun-daunan basah dibakar), riuh, dan suara lainnya. ASMR adalah sensasi menenangkan dan *tingles* dengan sensasi kesemutan yang menjalar dari kepala dan leher (Sufani, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian oleh Adler (2020), ASMR dapat menghasilkan endorfin dan akan menstimulasi reseptor opioid yang secara tidak langsung menghasilkan perasaan Bahagia. Ini juga merangsang dopamin dan oksitosin yang mempengaruhi perasaan percaya, relaks dan berlaku selayaknya anti-depresan. Ketika seseorang menonton dan mendengarkan video ASMR hormon oksitosin dapat terinduksi, hormon oksitosin akan menekan aktivitas saraf simpatis dan memodulasi aktivitas saraf parasimpatis.

Hal tersebut dapat berdampak pada tanda-tanda vital seseorang (Sufani, 2021). Penelitian dari *University of Sheffield* dan *Manchester Metropolitan University* didapatkan bahwa orang yang mengalami fenomena *tingles* saat menonton video ASMR secara signifikan mengurangi detak jantung dan tekanan darah dibandingkan dengan orang yang tidak menonton video ASMR (Sheffield University, 2018).

Hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan di RSUD Siti Fatimah Provinsi Sumatera Selatan, bahwa terdapat pasien dengan riwayat penyakit hipertensi yang akan melakukan vaksinasi COVID-19 setiap harinya dengan rata-rata usia diatas 30 tahun. Tanda dan gejala yang biasa muncul pada pasien biasanya pusing pada bagian kepala belakang dan mata berkunang-kunang. Setelah pasien diminta untuk beristirahat untuk melakukan teknik relaksasi napas dalam dan juga meminum air putih, selama 10-15 menit, 5-10% tekanan darah pasien masih tidak terjadi penurunan.

Berdasarkan penjelasan uraian diatas, kejadian kenaikan tekanan darah dan frekuensi nadi pada **pasien dengan hipertensi** saat akan diberikan vaksinasi COVID-19 masih sering terjadi karena faktor-faktor yang telah disebutkan salah satunya tempat vaksinasi yang jauh sehingga pasien harus berjalan dan juga kecemasan pasien karena akan disuntik vaksin yang mana hal ini dapat menghambat pemberian vaksin. Peneliti merasa tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai terapi relaksasi menggunakan video ASMR dalam pengaruhnya terhadap perubahan tekanan darah dan frekuensi nadi pada pasien yang akan melakukan vaksinasi COVID-19 dengan riwayat hipertensi

yang diharapkan dapat menurunkan tekanan darah pasien sehingga pemberian vaksin tidak terhambat.

B. Rumusan Masalah

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg (KEMENKES, 2020). Peningkatan tekanan darah dapat terjadi karena stress. Faktor stres dari sudut pandang kognitif dan perilaku seperti kecemasan dapat menimbulkan penyakit yang berhubungan dengan tekanan darah tinggi. Pada saat cemas, hormon adrenalin akan meningkat yang mengakibatkan jantung memompa darah lebih cepat, sehingga tekanan darah akan meningkat (Kartika, 2015 dikutip oleh Setyawan, 2017). Vaksinasi banyak terjadi kegagalan sebelumnya karena tekanan darah yang meningkat hal ini terjadi dikarenakan ketakutan atau kecemasan. Data di lapangan yang didapat dari RSUD Siti Fatimah Provinsi Sumatera Selatan, dalam satu hari terdapat 10-15 pasien yang akan melakukan vaksinasi COVID-19 memiliki riwayat hipertensi. Salah satu faktor yang membuat pasien mengalami kenaikan tekanan darah serta peningkatan denyut nadi sehingga membuat pasien tidak dapat divaksin adalah ketika pasien harus menuju lokasi vaksin yang jauh dengan berjalan kaki ataupun naik tangga dan langsung dilakukan screening di meja 1. Hasil dari penelitian sebelumnya menyebutkan bahwa ASMR secara signifikan dapat menurunkan denyut nadi dan tekanan darah. Berdasarkan latar belakang tersebut di atas maka ditetapkan rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu adakah pengaruh mendengarkan ASMR terhadap perubahan tekanan darah dan

frekuensi nadi pasien yang akan melakukan vaksinasi COVID-19 dengan riwayat penyakit hipertensi.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui adakah pengaruh mendengarkan ASMR terhadap perubahan tekanan darah dan frekuensi nadi pasien yang akan melakukan vaksinasi COVID-19 dengan riwayat penyakit hipertensi.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui karakteristik responden berupa usia, jenis kelamin, pendidikan, dan dosis vaksinasi
- b. Untuk mengetahui rata-rata tekanan darah dan frekuensi nadi sebelum diberikan terapi ASMR pada kelompok intervensi
- c. Untuk mengetahui rata-rata tekanan darah dan frekuensi nadi sesudah diberikan terapi ASMR pada kelompok intervensi
- d. Untuk mengetahui rata-rata tekanan darah dan frekuensi nadi sebelum diberikan terapi duduk istirahat pada kelompok kontrol
- e. Untuk mengetahui rata-rata tekanan darah dan frekuensi nadi sesudah diberikan terapi duduk istirahat pada kelompok kontrol
- f. Untuk mengetahui perbedaan rata-rata tekanan darah dan frekuensi nadi sebelum dan sesudah terapi ASMR pada kelompok intervensi

- g. Untuk mengetahui perbedaan rata-rata tekanan darah dan frekuensi nadi sebelum dan sesudah terapi duduk istirahat pada kelompok kontrol
- h. Untuk mengetahui perbedaan rata-rata tekanan darah dan frekuensi nadi sesudah dilakukan intervensi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan, ilmu pengetahuan serta informasi mengenai mendengarkan ASMR terhadap perubahan tekanan darah dan frekuensi nadi.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi penelitian sejenis dapat digunakan sebagai sumber informasi dan landasan tentang penatalaksanaan tekanan darah dan frekuensi nadi secara non farmakologis pada pasien dengan riwayat hipertensi.
- b. Bagi institusi pendidikan dapat digunakan sebagai referensi untuk meningkatkan informasi mengenai pengaruh mendengarkan ASMR terhadap tekanan darah dan frekuensi nadi.
- c. Bagi masyarakat dapat memberikan informasi mengenai pengaruh mendengarkan ASMR terhadap tekanan darah dan frekuensi nadi.

E. Ruang Lingkup

Penelitian ini merupakan bagian dari ruang lingkup keperawatan medikal bedah dan keperawatan jiwa yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh mendengarkan ASMR terhadap perubahan tekanan darah dan nadi pada pasien yang akan melakukan vaksinasi COVID-19. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif menggunakan rancangan *non equivalent control group*, sampel penelitian yaitu pasien yang akan melakukan vaksinasi COVID-19 dengan riwayat hipertensi di RSUD Siti Fatimah Provinsi Sumatera Selatan. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara *accidental sampling* dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah peneliti tentukan.

Pengambilan data dilakukan dimulai dari tanggal 8 April 2022 – 21 April 2022 di RSUD Siti Fatimah Provinsi Sumatera Selatan. Data diambil dengan mengukur nilai tekanan darah dan frekuensi nadi sebelum dan sesudah diberikan intervensi dengan menggunakan tensimeter dan lembar skrning dan observasi secara langsung, data dianalisis dengan analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat untuk mengetahui distribusi frekuensi usia, jenis kelamin, pendidikan, dosis vaksinasi, tekanan darah dan frekuensi nadi sebelum terapi, dan tekanan darah dan frekuensi nadi sesudah terapi. Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui apakah ada pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan terapi ASMR. Uji statistik yang dilakukan untuk mengetahui pengaruh terapi ASMR adalah *uji paired samples t test*

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, S. (2021). *Ketahui Tekanan Darah Normal Orang Dewasa dan Cara Mempertahankannya*. Diakses pada Juli 2022 melalui <https://www.alodokter.com/berapa-tekanan-darah-normal-orang-dewasa>.
- Ardianti, H., & Daniati, M. (2019). Pengaruh musik suara alam terhadap tekanan darah. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 5(3), 132-138.
- Aspiani, R. Y. 2016. Buku Ajar Asuhan Keperawatan Klien Gangguan Kardiovaskular Aplikasi NIC & NOC. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Barratt, E. L., Spence C., Davis, N. J. (2017). Sensory determinants of the Autonomous Sensory Meridian Response (ASMR): understanding the triggers. *PeerJ*, Vol. 5(10), p. 1-13.
- Bustan, N. (2015). Manajemen Pengendalian Penyakit Tidak Menular. Jakarta: Rineka Cipta.
- Campbell, D. (2002). Efek mozart. Jakarta: Gramedia.
- Canlas, L. P. (2006). Hypertension: Silent Killer, A Comprehensive Health Improvement Guide. United States Of America: InfinityPublishing.com.
- Chan, J. F. W., To, K. K. W., Tse, H., Jin, D. Y., & Yuen, K. Y. (2013). Interspecies transmission and emergence of novel viruses: lessons from bats and birds. *Trends in microbiology*, 21(10), p. 544-555.
- Chan, J. F. W., Kok, K. H., Zhu, Z., Chu, H., To, K. K. W., Yuan, S., & Yuen, K. Y. (2020). Genomic characterization of the 2019 novel human-pathogenic coronavirus isolated from a patient with atypical pneumonia after visiting Wuhan. *Emerging microbes & infections*, 9(1), p. 221-236.
- Cholifah, N., Setyowati, S., & Karyati, S. (2019). Pengaruh Pemberian Terapi Musik Suara Alam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Pelang Mayong Jepara Tahun 2016. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 10(1), 236-242.
- Corwin, E. J. (2000). Buku Saku Patofisiologi. Jakarta: EGC.
- Covid19.go.id. (2022). Data Sebaran. Diakses pada Juni 2022 melalui <https://covid19.go.id/>.
- Covid19.go.id. (2022). Data Vaksinasi COVID-19 (Update per 12 Juni 2022). Diakses pada Juni 2022 melalui <https://covid19.go.id/artikel/2022/06/12/situasi-covid-19-di-indonesia-update-12-juni-2022>.

- Covid19.go.id. (2021). Vaksin Terbukti Mampu Melindungi Diri dari Mutasi Virus COVID-19. Diakses pada Oktober 2021 melalui <https://covid19.go.id/p/berita/vaksin-terbukti-mampu-melindungi-diri-dari-mutasi-virus-covid-19>.
- Dalimartha, S., Purnama, B. T. M. S., Nora Sutarina, S., Mahendra, B. I., & Darmawan, R. (2008). Care your self, Hipertensi. Penebar PLUS+.
- Damayanti, D., Taukhid, M., & Rahayu, Y. A. (2019). Pengaruh Mendengarkan Instrumental Klenengan Gending Jawa Klasik terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi. *Jurnal ILKES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 10(1), 33-44.
- Dinkes.acehprov.go.id. (2021). *Aturan baru, Lansia dan Komorbid Kini Jadi Sasaran Vaksin Covid 19*. Diakses pada Juni 2021 melalui <https://dinkes.acehprov.go.id/news/read/2021/02/12/597/aturan-baru-lansia-dan-komorbid-kini-jadi-sasaran-vaksin-covid-19.html>.
- Dinkes.palembang.go.id. (2022). *Update Vaksinasi COVID-19 Kota Palembang*. Diakses pada Juni 2022 melalui <https://dinkes.palembang.go.id/>.
- Dorland. (2015). Kamus Saku Kedokteran Dorland Edisi 29. Jakarta: EGC.
- Fadhillah, H. (2021). *Pastikan Tekanan Darah Normal Sebelum Vaksinasi COVID-19*. Diakses pada Juni 2021 melalui <https://www.antaraneews.com/berita/1964156/pastikan-tekanan-darah-normal-sebelum-vaksinasi-covid-19>.
- Fahriah, K. (2021). Hubungan Tingkat Pendidikan, Pengetahuan dan Sikap terhadap Pencegahan Penyakit Hipertensi pada Usia Produktif di Wilayah Kerja Puskesmas Melati Kuala Kapuas Tahun 2021 (Doctoral dissertation, Universitas Islam Kalimantan MAB).
- Falah, M. (2019). Hubungan Jenis Kelamin dengan Angka Kejadian Hipertensi pada Masyarakat di Kelurahan Tamansari Kota Tasikmalaya. *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan STIKes Mitra Kencana Tasikmalaya*, 3(1), 85-94.
- Ganong, W. F. (2008). Basic Physiology 22nd ed. Novrianti A, Dany F, Resmisari T, Rachman LY, Muttaqin H, Nugroho AW, et al., editors. Jakarta: EGC.
- Garnadi, Y. (2012). Hidup nyaman dengan hipertensi.
- Goni, A. T., Ahmad, M., & Karundeng, M. (2022). PENGALAMAN ORANG DENGAN HIPERTENSI TERHADAP VAKSINASI COVID-19 DI PUSKESMAS PINELENG. *JURNAL KEPERAWATAN*, 10(1), 119-127.

- Idayati, R., Sufani, L., & Syahputra, D. A. (2021) Effect of watching autonomous sensory meridian response (AMR) video to heart rate, blood pressure and respiratory rate in students of Architectural Engineering, Universitas Syiah Kuala, Banda Aceh, Indonesia. *Bali Medical Journal*, Vol. 10(2), p. 733-736
- Ik-Soo, A., Bo-Young, K., Myung-Jin, B. (2019). A Study on the Human Sensation of the Reed Wind Sound in ASMR. *International Journal of Engineering Research and Technology*, Vol. 9(12), p. 1494-1499.
- Inukirana. (2019). *Ketahui Cara Kerja Detak Jantung Saat Istirahat*. Diakses pada Juni 2022 melalui <https://www.honestdocs.id/detak-jantung-saat-istirahat>.
- JNC-7. (2003). The Seventh Report of The Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation and Treatment of High Blood Pressure.
- Kartika C. D. (2015). Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Stress Akademik Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Skripsi. Surakarta : FK Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Kasenda, I., Marunduh, S., & Wungouw, H. (2014). Perbandingan Denyut Nadi Antara Penduduk Yang Tinggal Di Dataran Tinggi Dan Dataran Rendah. *eBiomedik*, 2(2).
- KEMENDAGRI. (2020). Pedoman Umum Menghadapi COVID-19 Bagi Pemerintah Daerah : Pencegahan, Pengendalian, Diagnosis, dan Manajemen. Jakarta.
- KEMENKES. (2020). Apa yang Harus Dilakukan Masyarakat untuk Cegah Penularan COVID-19?. Jakarta: PROMKES KEMKES.
- Knock, G. A., Shaifta, Y., Snetkov, V. A., Vowles, B., Drndarski, S., Ward, J. P., & Aaronson, P. I. (2008). Interaction between src family kinases and rho-kinase in agonist-induced Ca²⁺-sensitization of rat pulmonary artery. *Cardiovascular research*, 77(3), 570-579.
- Lochte, B. C., Guillory, S. A., Richard, C. A., & Kelley, W. M. (2018). An fMRI investigation of the neural correlates underlying the autonomous sensory meridian response (ASMR). *BioImpacts: BI*, Vol. 8(24), p. 2095-304.
- Maddepunggeng, M. (2018). Buku Panduan Prosedur Vaksinasi. Makassar: FK UNHAS.
- Manembu, M., Rumampuk, J., & Danes, V. R. (2015). Pengaruh Posisi Duduk Dan Berdiri Terhadap Tekanan Darah Sistolik Dan Diastolik Pada Pegawai Negeri Sipilkabupaten Minahasa Utara. *eBiomedik*, 3(3).

- Mulyadi, E., Puspitasari, D. I., & Permatasari, D. (2013). Pengaruh musik suara alam terhadap tekanan darah ibu hamil di polindes pagar batu kecamatan saronggi Kabupaten Sumenep. *Wiraraja Medika: Jurnal Kesehatan*, 3(1), 3-9.
- Muttaqin. (2008). Buku Ajar Asuhan Keperawatan pasien dengan Gangguan Sistem Pernapasan. Jakarta : Salemba Medika
- Muttaqin, A. (2012) Asuhan Keperawatan Klien Dengan Gangguan Sistem Kardiovaskular. Jakarta: Salemba Medika.
- Nazaruddin, N., Yati, M., & Pratiwi, D. S. (2021). PENGARUH TERAPI RENDAM KAKI DENGAN AIR HANGAT TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS POASIA KOTA KENDARI. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 16(2), 87-97.
- Ningrum, M. W. (2019). Tingkat Kecemasan dan Perubahan Denyut Nadi pada Pasien Ekstraksi Gigi di RSGM FKG USU.
- Notoatmodjo, S. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Nuraini, B. (2015). Risk factors of hypertension. *Jurnal Majority*, 4(5).
- Nurarif, H. A., dan Kusuma, H. (2016). Asuhan Keperawatan Praktis Berdasarkan Penerapan Diagnosa Nanda, NIC, NOC dalam Berbagai Kasus Jilid I. Yogyakarta: Mediacion.
- Nurhidayat, S. (2016). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi Dengan Pendekatan Riset. UMPO press.
- Nursalam. (2015). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika
- Oxenham S. (2016). *Video-triggered 'brain orgasms' are mysteriously disappearing*. Diakses pada Juli 2021 melalui <https://www.newscientist.com>.
- Padk.kemkes.go.id. (2020). Hindari Lansia dari COVID 19. Diakses pada Juni 2021 melalui <http://www.pdk.kemkes.go.id/article/read/2020/04/23/21/hindari-lansia-dari-covid-19.html>.
- Palmer, A., & Williams, B. (2007). *Tekanan darah tinggi*. Erlangga.
- Papdi.or.id. (2021). *Rekomendasi PAPDI tentang Pemberian Vaksinasi COVID-19 pada Pasien dengan Penyakit Penyerta/ Komorbid*. diakses pada September 2021 melalui <https://www.papdi.or.id/berita/info-papdi/1024-rekomendasi->

[papdi-tentang-pemberian-vaksinasi-covid-19-pada-pasien-dengan-penyakit-penyerta-komorbid-revisi-18-maret-2021](#).

- Potter, P. A., & Perry, A. G., (2009). *Fundamental Keperawatan Buku 1 Edisi 7*. Jakarta: Salemba Medika.
- Prasetya. (2021). *ASMR: Manfaat & Metode Relaksasi Masa Kini*. Diakses pada Juni 2022 melalui <https://aido.id/health-articles/asmr-manfaat-&-metode-relaksasi-masa-kini/detail>.
- Promkes.kemkes.go.id. (2021). *Masyarakat Indonesia Sambut Baik Vaksinasi COVID-19*. Diakses pada September 2021 melalui <https://promkes.kemkes.go.id/masyarakat-indonesia-sambut-baik-vaksinasi-covid-19>.
- Pujiastuti, R. S. E., Sawab, S., & Afiyati, S. Z. (2019). Pengaruh Terapi Yoga Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Perawat Indonesia*, 3(1), 36-47.
- P2ptm.kemkes.go.id. (2020). *Apa itu hipertensi oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, (Tekanan darah tinggi)?*. Diakses pada Juni 2021 melalui <http://www.p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/hipertensi-penyakit-jantung-dan-pembuluh-darah/apa-itu-hipertensi-tekanan-darah-tinggi>.
- Penyusun Tim. (2020). *Protokol Tatalaksana COVID-19 Edisi 3*. Jakarta: Perhimpunan Dokter Paru Indonesia (PDPI), Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia (PERKI), Perhimpunan Dokter Spesialis Penyakit Dalam Indonesia (PAPDI), Perhimpunan Dokter Anestesiologi dan Terapi Intensif Indonesia (PERDATIN), Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI).
- Poerio, G. L., Blakey, E., Hostler, T. J., Veltri, T. (2018). More than a feeling: Autonomous sensory meridian response (ASMR) is characterized by reliable changes in affect and physiology. *PLoS ONE* 13(6).
- Rahayu, S. (2017). Pengaruh terapi air rebusan daun salam terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi di desa Katipugal Kecamatan Kebonagung Kabupaten Pacitan (Doctoral dissertation, STIKES Bhakti Husada Mulia).
- Rahman, Y. (2015). *Dampak Puasa Terhadap Kesehatan*. Diakses pada Juli 2022 melalui <https://www.uin-suska.ac.id/2015/08/19/dampak-puasa-terhadap-kesehatan-yusuf-rahman-ma/>.
- Reeves, C. J., Roux, G., & Lockhart, R. (2001). *Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta: Salemba Medika.

- Safitri, K. D., & Risdiana, N. (2017). Hubungan Antara Tingkat Kebugaran Jasmani Dengan Frekuensi Denyut Nadi Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta Semester Akhir. Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
- Sandi, I. N. (2016). Pengaruh latihan fisik terhadap frekuensi denyut nadi. *Sport and Fitness Journal*, 4(2), 1-6.
- SATGAS COVID-19. (2021). Pengendalian COVID-19 dengan 3M, 3T, Vaksinasi, Disiplin, Kompak, dan Konsisten Buku 2. Jakarta: SATGAS penanganan COVID-19.
- Setyawan, D., Susilaningsih, F. S., & Emaliyawati, E. (2013). Intervensi Terapi Musik Relaksasi Dan Suara Alam (Nature Sound) Terhadap Tingkat Nyeri Dan Kecemasan Pasien (Literature Review). *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 1(8).
- Setyawan, A. B. (2017). Hubungan antara tingkat stress dan kecemasan dengan kejadian hipertensi pada lansia di klinik Islamic center samarinda. *Jurnal Ilmu Kesehatan. Vol. 5, No.1, Juni 2017*.
- Sheffield.ac.uk. (2018). *Brain tingles: First study of its kind reveals physiological benefits of ASMR*. Diakses pada Juni 2021 melalui <https://www.sheffield.ac.uk/news/nr/asmr-health-psychological-benefits-1.787541>.
- Sheps, S. G. (2005). Mayo Clinic Panduan Lengkap Penyembuhan Sendri Tentang Tekanan Darah Tinggi. *Jakarta: Inovasi*.
- Sleep.org. (2020). What is ASMR? Oleh OneCare Media. Diakses pada Juni 2021 melalui <https://www.sleep.org/what-is-asmr/>.
- Smeltzer, S., Bare, B., Hinkle, J., & Cheever, K. (2007). Nursing management of the patient requiring an ileostomy. Textbook of medical surgical nursing.
- Smeltzer, S. C. (2010). Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner & Suddart. Alih Bahasa: Agung Waluyo. Edisi: 12. Jakarta: EGC.
- Susilo, A., Rumende, C. M., Pitoyo, C. W., Santoso, W. D., Yulianti, M., Herikurniawan, H., ... & Yuniastuti, E. (2020). Coronavirus disease 2019: Tinjauan literatur terkini. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 7(1), 45-67.
- Tradiga, E. (2015). Perbedaan Rerata Denyut Nadi dan Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Gilir Jaga Malam pada Mahasiswa Kepaniteraan Klinik di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang Tahun 2015.
- Widmaier, E. P., Raff, H., Strang K., T. (2008). Vander's Human Physiology: The Mechanisms of Body Function. Edisi ke-12. Mc-Graww Hill.

World Health Organization (2015). Q&As on Hypertension.

World Health Organization. (2020). Pembersihan dan disinfeksi permukaan lingkungan dalam konteks COVID-19,”. *Panduan Interim*.

World Health Organization (2021). Q&As on COVID-19.

Yonada, A., & Pratama, A. S. P. (2016). Hipertensi sebagai faktor pencetus terjadinya stroke. *Jurnal Majority*, 5(3), 17-21.