

ABSTRAK

EFEKTIVITAS IMAJINASI TERBIMBING TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA PENANGGUNGAN KECAMATAN TRAWAS KABUPATEN MOJOKERTO

Oleh :

ARIS EKA WIJAYANTININGRUM

Jumlah penderita hipertensi semakin meningkat setiap tahunnya. Hipertensi dapat diobati secara farmakologis dan non farmakologis. Pengobatan non farmakologis diantaranya yaitu dengan teknik imajinasi terbimbing. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas imajinasi terbimbing terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi. Metode penelitian ini menggunakan *Quasy experiment design* dengan pendekatan *Time series design*. Teknik *sampling* yang digunakan yaitu *Simple random sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 21 responden. Pengumpulan data menggunakan lembar observasi. Hasil uji *Friedman test* didapatkan nilai $p\text{ value } (0,000) < \alpha (0,05)$ artinya H_0 ditolak dan H_1 diterima. Imajinasi terbimbing efektif terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. Teknik imajinasi terbimbing akan meningkatkan perasaan yang tenang, damai dan rileks yang akan menghasilkan hormon endorphen. Peningkatan hormon endorphen dalam darah dapat menurunkan tekanan darah. Imajinasi terbimbing dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif terapi non farmakologis yang dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Kata kunci : Imajinasi terbimbing, Tekanan darah, Hipertensi

ABSTRACT

GUIDED IMAGERY EFFECTIVENESS OF CHANGES IN PATIENTS WITH HYPERTENSION BLOOD PRESSURE IN THE PENANGGUNGAN VILLAGE OF TRAWAS SUB-DISTRICT MOJOKERTO DISTRICT

by:

ARIS EKA WIJAYANTININGRUM

The number of hypertensive patients is increasing every year. Hypertension can be treated by pharmacological and non-pharmacological. Non-pharmacological treatment of them is by guided imagery techniques. The purpose of this study was to examine the effectiveness of guided imagery to changes in blood pressure in patients with hypertension. This research method used Quasy experiment design The time series approach to design. The sampling technique is simple random sampling with a sample of 21 respondents. Collecting data using observation sheet. The test results obtained value Friedman test p value $(0.000) < \alpha(0.05)$ means that H_0 refused and H_1 accepted. Guided imagery effectively to the reduction of blood pressure in patients with hypertension. Guided imagery techniques will increase feelings of calm, peaceful and relaxed which will produce endorphins. Increased endorphin hormones in the blood can lower blood pressure. Guided imagery can be used as an alternative non-pharmacologic therapy that can lower blood pressure in patients with hypertension.

Keywords: Imagination guided, Blood Pressure, Hypertension