

## PENGARUH TERAPI IMAJINASI TERPIMPIN TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI KELURAHAN KARANGSARI KABUPATEN KENDAL

Wiwi Susanti\* Bambang Edi Warsito\*\* Armunanto

\*) Program Studi Ilmu Keperawatan, Stikes Kendal

\*\*) PS Ilmu Keperawatan Universitas Diponegoro

\*\*\*) RS Umum Daerah Kota Semarang

### ABSTRACT

Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah *sistole* sedikitnya 140 mmHg atau tekanan *diastole* sedikitnya 90 mmHg. Pada pasien hipertensi dapat menggunakan penatalaksanaan non farmakologi, salah satunya dengan terapi imajinasi terpimpin. Terapi Imajinasi terpimpin merupakan terapi yang bertujuan untuk menahan terbentuknya respon stress, terutama dalam sistem saraf dan hormon. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi imajinasi terpimpin terhadap perubahan tekanan darah pada hipertensi di Kelurahan Karang Sari Kabupaten Kendal. Desain penelitian pra eksperimental menggunakan metode *one group pretest-posttest design*. Jumlah sampel sebanyak 29 responden dengan teknik *purposive sampling*. Penelitian ini menggunakan uji normalitas *Shapiro – Wilk* yang menunjukkan p value  $< 0,05$ , maka data berdistribusi tidak normal. Selanjutnya dilakukan uji beda menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasil uji statistik menunjukkan nilai  $\rho$  value tekanan darah *sistole* sebelum dan sesudah diberikan terapi imajinasi terpimpin (0,001) lebih kecil dari nilai alpha (0,05),  $\rho$  value tekanan darah *diastole* sebelum dan sesudah diberikan terapi imajinasi terpimpin (0,001) lebih kecil dari nilai alpha (0,05), sehingga  $H_0$  ditolak. Hal ini menunjukkan ada pengaruh terapi imajinasi terpimpin terhadap perubahan tekanan darah pada pasien hipertensi di Kelurahan Karang Sari Kabupaten Kendal. Saran peneliti, Terapi imajinasi terpimpin perlu dijadikan sebagai salah satu tindakan keperawatan untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

Kata kunci : Tekanan darah ,Terapi imajinasi terpimpin.

**Pendahuluan**

Terapi imajinasi terpimpin ini merupakan sebuah teknik relaksasi yang bertujuan untuk mengurangi stres dan meningkatkan perasaan tenang dan damai serta merupakan obat penenang untuk situasi yang sulit dalam kehidupan. Imajinasi terpimpin merupakan suatu teknik untuk mengkaji kekuatan pikiran saat sadar maupun tidak sadar untuk menciptakan bayangan gambar yang membawa ketenangan dan keheheningan (National Safety Council 2003).

**Methods**

Desain penelitian pre eksperimental menggunakan metode one group pretest-posttest desig dengan tempat di Kelurahan Karang Sari Kabupaten Kendal . Jumlah Populasi 116 orang, dengan pengambilan sampel menggunakan teknik simple random sampling sebanyak 29 orang. Penelitian ini menggunakan uji normalitas Shapiro – Wilk yang menunjukkan p value < 0,05, maka data berdistribusi tidak normal. Selanjutnya dilakukan uji beda menggunakan Wilcoxon Signed Rank Test.

**Hasil**

Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin pria, terdapat responden sebanyak 10 orang (34,5%) dan perempuan terdapat responden sebanyak 19 orang (65,5%).

Karakteristik responden berdasarkan umur Jumlah terbanyak pada responden yang beruisa antara 56-65 tahun sebanyak 11 (37,9%) responden dan yang terendah pada responden yang beruisa antara 46-55 tahun sebanyak 8 (27,6%).

**Tabel 1 Distribusi frekuensi tekanan darah pada pasien hipertensi di Kelurahan Karang Sari Kabupaten Kendal sebelum diberikan terapi imajinasi terpimpin.**

Tekanan Darah	Frekuensi	Persentase (%)
<i>Sisole</i>		
140	2	6,9
150	3	10,3
160	9	31,0
170	10	34,5
180	3	10,3
200	2	6,9
<i>Diastole</i>		
90	3	10,3
100	11	37,9
110	13	44,8
120	2	6,9

**Tabel 2 Distribusi frekuensi tekanan darah pada pasien hipertensi di Kelurahan Karang Sari Kabupaten Kendal sesudah diberikan terapi imajinasi terpimpin.**

Tekanan Darah	Frekuensi	Persentase (%)
<i>Sisole</i>		
130	2	6,9
140	2	6,9
150	8	27,6
160	10	34,5
170	3	10,3
180	2	6,9
190	1	3,4
200	1	3,4
<i>Diastole</i>		
80	2	6,9
90	11	37,9
100	9	31,0
110	7	24,1

**Tabel 3 Distribusi frekuensi pengaruh terapi imajinasi terpimpin terhadap perubahan tekanan darah pada pasien hipertensi sesudah diberikan terapi imajinasi terpimpin di Kelurahan Karang Sari Kabupaten Kendal.**

Hasil Tekanan Darah	Frekuensi	Persentase (%)
Sistole dan diastole Berubah	18	62,06
Sistole Berubah Dan Diastole Tidak Berubah	3	10,34
Sistole Tidak Berubah dan diastole Berubah	4	13,80
Sistole dan diastole Tidak Berubah	4	13,80

**Tabel 4 Pengaruh terapi imajinasi terpimpin terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Kelurahan Karang Sari Kabupaten Kendal.**

Tekanan darah	Mean	Median	Modus	$\rho$ value
Sistole sebelum diberikan terapi imajinasi terpimpin	165,86	170	170	0,001
Sesudah diberikan terapi imajinasi terpimpin	158,62	160	160	
Diastole sebelum diberikan terapi imajinasi terpimpin	104,83	110	110	0,001
Sesudah diberikan terapi imajinasi terpimpin	95,86	100	90	

Berdasarkan uji statistik menggunakan uji *Wilcoxon Test* didapatkan data  $\rho$  value tekanan darah *sistole* 0,001 dan  $\rho$  value tekanan darah *diastole* 0,001. Hasil menunjukkan bahwa  $\rho$  value lebih kecil dari alpha (0,05) sehingga  $H_0$  ditolak, yang berarti ada pengaruh terapi imajinasi terpimpin terhadap perubahan tekanan darah pada pasien hipertensi di Kelurahan Karang Sari Kabupaten Kendal.

**Diskusi**

Menurut peneliti ada pengaruh terapi imajinasi terpimpin terhadap perubahan penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Kelurahan Karang Sari Kabupaten Kendal. Hasil ini tidak jauh beda dengan penelitian yang dilakukan oleh Oktiawati (2008) melakukan penelitian tentang efektivitas terapi nafas dalam untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Penusupan Kecamatan Pangkah Kabupaten Tegal.

**Conclusion**

Hasil penelitian menunjukkan Tekanan darah pada pasien hipertensi sebelum diberikan terapi imajinasi terpimpin menunjukkan rata-rata tekanan darah *sistole* 165,86 mmHg dan rata-rata tekanan darah *diastole* 104,83 mmHg, sesudah diberikan terapi imajinasi terpimpin menunjukkan rata-rata tekanan darah *sistole* 158,62 mmHg dan rata-rata tekanan darah *diastole* 97,24 mmHg. Ada pengaruh terapi imajinasi terpimpin terhadap perubahan tekanan darah pada pasien hipertensi di Kelurahan Karang Sari Kabupaten Kendal. Terapi Imajinasi Terbimbing mampu memberikan cara penurunan tekanan darah dan sebagai cara alternatif selain terapi medis atau farmakologis dalam penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

**DAFTAR PUSTAKA**

Corwin, EJ, (2009), *Buku Saku Patofisiologi, edk 3*, trans. BS Nike, Jakarta : EGC.  
 Dinas Kesehatan Kabupaten Kendal, (2010), *Data Kasus Penyakit Tidak Menular Tiap Kabupaten di Jawa Tengah Tahun 2010-2011*. Dinas Kesehatan Kabupaten Kendal.  
 Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, (2008), *Profil Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah 2008*. Semarang : Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah.

- Erviana, A, (2009), *Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi terhadap Penurunan Hipertensi di Desa Tulangan Kecamatan Pracimantoro Kabupaten Wonogiri Jawa Tengah*, dilihat 11 September 2012, <<http://skripsistikes.wordpress.com/2009/05/03/ikpii97/>>
- Gray et all, (2005), *Lecture Notes Kardiologi, edk 4*, trans. A Agoes, A Dwi, Jakarta: Erlangga.
- Junaidi, Iskandar. (2010). *Hipertensi: Pengenalan, Pencegahan dan Pengobatan*. Jakarta : Bhuana Ilmu Populer.
- Muttaqin, A, (2009), *Pengantar Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Kardiovaskular, ed.N Elly*, Jakarta : Salemba Medika.
- National Safety Council. (2003). *Manajemen Stres*. Alih bahasa Palupi Widyastuti. Jakarta : EGC.
- Oktiawati, A, (2008), *Efektivitas Terapi Nafas Dalam untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Penusupan Kecamatan Pangkah Kabupaten Tegal*, dilihat 1 September 2012, <http://keperawatan.undip.ac.id>
- Palmer, A and Williams, B, (2007), *Simple Guides Tekanan Darah Tinggi*, trans. Y Elizabeth, Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Perry, AG and Potter, PA, (2005), *Buku Ajar Fundamental Keperawatan, vol. 1 & 2, edk 4*, trans. A Yasmin et all, Jakarta: EGC.
- Price, SA, (2006), *Patofisiologi Konsep Klinis Proses-Proses Penyakit, vol. 1*, Jakarta: EGC.
- Purwandari, H, (2009), *Pengaruh Terapi Seni dalam Menurunkan Kecemasan pada anak usia sekolah yang menjalani Hospitalisasi*, dilihat 17 September 2012 <http://eprints.lib.ui.ac.id/.../124844-TEISIS0582%20Har%20N09p-Pengaruh%20terapi-Literatur.pdf>
- Rahayu, U, Nursiswati, Sriati, A. ( 2010 ), *Pengaruh guided imagery relaxation terhadap nyeri kepala pada pasien cedra kepala ringan*, dilihat 21 september 2012 <http://pustaka.unpad.ac.id/wpcontent/pen-garuh-guided-imagery-relaxation.pdf>
- Santoso, Djoko, (2010), *Membonsai Hipertensi*, Surabaya: Jaringan pena.
- Sudiarto, (2007), *Pengaruh Terapi Relaksasi Meditasi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Binaan Rumah Sakit Emanuel Klampok Banjarnegara*. Jurnal Keperawatan Soedirman (The Soedirman Journal of Nursing), Volume 2, No.3, November 2007. Diihat 1 September 2012.
- Smeltzer, SC and Bare, BG, (2002) , *Buku Ajar Medikal- Bedah Brunner and Suddarth vol. 1, edk 8, trans. Waluyo A et al*, Jakarta : EGC
- Tamsuri, A, (2006), *Konsep dan Penatalaksanaan Nyeri*, Jakarta:EGC.
- Vitahealth, (2004), *Hipertensi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Widyastuti, P,(2003), *Manajemen Stres*, Jakarta :EGC.
- Wilkinson, JM (2007), *Buku Saku Diagnosis Keperawatan dengan Intervensi NIC dan Kriteria Hasil NOC, edk.7*, trans. Widyawati et al, Jakarta: EGC.