

Agustus, 2022

ABSTRAK

Wulan Oktafiani, Sugiharto

Pengaruh Terapi *Guided Imagery* Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Bugangan

Latar belakang : Hipertensi merupakan penyakit yang banyak tidak menimbulkan gejala khas sehingga sering tidak terdiagnosis dalam waktu yang lama, batas tekanan darah yang normal adalah 140/100 mmHg. Penanganan hipertensi dilakukan secara farmakologis dan nonfarmakologis. Penanganan secara farmakologis dapat dilakukan dengan pemberian antihipertensi. Manajemen non farmakologis dapat dilakukan dengan teknik *guided imagery*. *Guided imagery* adalah suatu relaksasi menggunakan imajinasi seseorang dalam suatu cara yang dirancang secara khusus untuk mencapai efek positif yang menyebabkan tubuh menjadi rileks dan nyaman.

Tujuan: Menganalisis pengaruh terapi *guided imagery* terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Metode: Menggunakan metode studi kasus pengumpulan data dilakukan dengan melakukan pengkajian dan dilakukan wawancara menggunakan format asuhan keperawatan komunitas. Sampel sejumlah 10, didapatkan dari hasil pengkajian yang telah dilakukan.

Hasil: Sebagian besar responden mengalami penurunan tekanan darah setelah dilakukan tindakan *guided imagery*. Penurunan tekanan darah responden adalah 10-20 mmHg pada systole dan penurunan tekanan darah 5-10 mmHg pada diastole.

Simpulan: Terapi *guided imagery* berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. Penurunan tekanan darah rata-rata responden setelah dilakukan terapi adalah 150/90 mmHg.

Kata Kunci : *guided imagery*, hipertensi, imajinasi terbimbing