

**Program Studi Diploma Tiga Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan**

ABSTRAK

Saumir Romdonah Khusna¹, Dwi Fijianto²

**Penerapan Terapi Imajinasi Terbimbing Kombinasi Relaksasi Dzikir Untuk
Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi**

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah terjadinya kenaikan tekanan darah dengan tekanan darah sistolik yang didapat lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik yang didapat lebih dari 90 mmHg dilakukan pada kondisi rileks. Tekanan darah tinggi atau hipertensi dapat memunculkan berbagai macam tanda dan gejala yaitu seperti nyeri kepala, pusing, telinga sering berdengung dan penglihatan kabur. Tujuan dari studi kasus karya tulis ilmiah ini adalah untuk mengetahui penurunan tekanan darah setelah dilakukan terapi imajinasi terbimbing kombinasi relaksasi dzikir. Metode penelitian yang digunakan adalah studi kasus dengan penerapan terapi imajinasi terbimbing kombinasi relaksasi dzikir untuk menurunkan tekanan darah pada dua lansia dengan hipertensi. Hasil yang didapatkan pada kedua klien mengalami penurunan tekanan darah yaitu pada klien 1 dengan nilai awal tekanan darah 167/102 mmHg menjadi 130/75 mmHg dan klien 2 dengan nilai awal tekanan darah 172/90 mmHg menjadi 122/83 mmHg. Kesimpulan pada studi kasus ini adalah penerapan terapi imajinasi terbimbing kombinasi relaksasi dzikir mampu menurunkan tekanan darah. Saran bagi tenaga kesehatan dapat dijadikan sebagai alternatif terapi non farmakologi dan salah satu implementasi untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Kata Kunci: *Imajinasi terbimbing, dzikir, lansia, hipertensi*

**Vocational Program in Nursing
Faculty of Health Sciences
University of Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan**

ABSTRACT

Saumir Romdonah Khusna¹, Dwi Fijianto²

**The Implementation of Guided Imagery Therapy Combined with Dzikir
Relaxation to Reduce Blood Pressure in Elderly Patients with Hypertension**

Hypertension, or high blood pressure, is characterized by an increase in blood pressure with a systolic reading above 140 mmHg and a diastolic reading above 90 mmHg under relaxed conditions. High blood pressure can manifest with various signs and symptoms, such as headaches, dizziness, frequent ringing in the ears, and blurred vision. The purpose of this scientific case study was to determine the reduction in blood pressure following the implementation of guided imagery and Dzikir relaxation therapies. The research was a case study involving the implementation of guided imagery therapy combined with Dzikir relaxation to reduce blood pressure in two elderly patients with hypertension. The results showed a reduction in blood pressure for both clients, with the blood pressure of Client 1 decreasing from 167/102 mmHg to 130/75 mmHg, and in Client 2 decreasing from 172/90 mmHg to 122/83 mmHg. The conclusion of this case study was that the combination of the therapies could reduce blood pressure. It is suggested that healthcare professionals consider these combined therapies as a nonpharmacological alternative to reduce blood pressure in patients with hypertension.

Keywords: *Guided imagination, Dhikr, elderly, hypertension*