

**PENGARUH PEMBERIAN TERAPI RELAKSASI
IMAJINASI TERBIMBING (*GUIDED IMAGERY*)
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH
LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI BANJAR
SERONGGA DESA SONGAN B**



SKRIPSI

OLEH :

I KADEK SUARTEJA

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN**

BINA USADA BALI

2022

**PENGARUH PEMBERIAN TERAPI RELAKSASI
IMAJINASI TERBIMBING (*GUIDED IMAGERY*)
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH
LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI BANJAR
SERONGGA DESA SONGAN B**

SKRIPSI

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
Pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

Oleh :

I KADEK SUARTEJA

C1118064

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2022**

SURAT PERNYATAAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : I Kadek Suarteja

NIM : C1118064

Jurusan: SI Keperawatan

Judul : Pengaruh Pemberian Terapi Relaksasi Imajinasi terbimbing (*guided imagery*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi di Banjar Serongga Desa Songan B

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa tugas akhir yang saya tulis benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dibuktikan bahwa tugas akhir ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut

Mangupura, 27 Juni 2022



(I Kadek Suarteja)

HALAMAN PERSETUJUAN

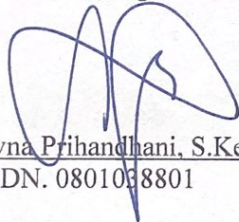
**PENGARUH PEMBERIAN TERAPI RELAKSASI IMAJINASI
TERBIMBING (*GUIDED IMAGERY*) TERHADAP PENURUNAN
TEKANAN DARAH LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI
BANJAR SERONGGA DESA SONGAN B**

Diajukan Oleh
I KADEK SUARTEJA
NIM.C1118064

Badung 05 Juli 2022

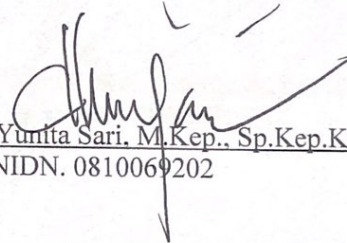
Telah Disetujui Oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I



Ns. IGAA Sherlyna Prihandhani, S.Kep., M.Kes
NIDN. 0801038801

Pembimbing II



Ns N.L.P Dian Yunita Sari, M.Kep., Sp.Kep.Kom
NIDN. 0810069202

Mengetahui,

Program Studi S1 Keperawatan

Ketua



Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep
NIDN. 0821058603

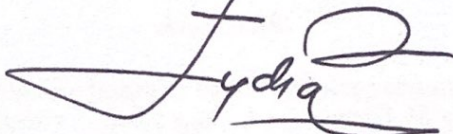
HALAMAN PENGESAHAN

**PENGARUH PEMBERIAN TERAPI RELAKSASI IMAJINASI
TERBIMBING (*GUIDED IMAGERY*) TERHADAP PENURUNAN
TEKANAN DARAH LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI
BANJAR SERONGGA DESA SONGAN B**

Tanggal : 8 Juli 2022

Yang Terdiri Dari :

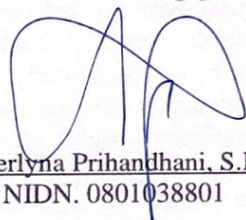
Penguji Utama



Dr. dr. Ni Putu Mirah Lydiawati, MM., AAK

NIDN. 08996610021

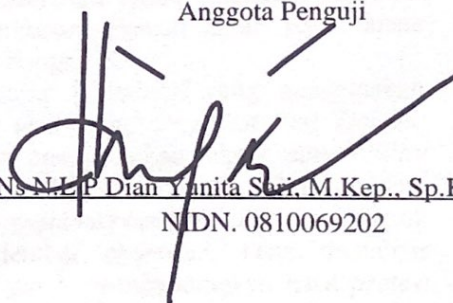
Sekretaris Penguji



Ns. IGAA Sherlyna Prihandhani, S.Kep., M.Kes

NIDN. 0801038801

Anggota Penguji



Ns. NLP Dian Yanita Sari, M.Kep., Sp.Kep.Kom

NIDN. 0810069202

Mengetahui,

Program Studi S1 Keperawatan

Ketua



Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep

NIDN. 0821058603

ABSTRAK

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN

Skripsi, 2022

I Kadek Suarteja

Pengaruh Pemberian Terapi Relaksasi Imajinasi Terbimbing (*Guided Imagery*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Penderita Hipertensi di Banjar Serongga Desa Songan B

xv + 69 halaman + 8 tabel + 3 skema + 17 lampiran

ABSTRAK

Hipertensi merupakan penyakit kardiovaskuler yang umum di alami lansia. Angka kejadian hipertensi di dunia saat ini mencapai 1,28 milyar dan prevalensi hipertensi di indonesia mencapai 34,11 %. Salah satu penanganan non farmakologis untuk mengontrol hipertensi adalah dengan pemberian terapi relaksasi imajinasi terbimbing (*guided imagery*). Tujuan dilakukan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi pengaruh pemberian terapi relaksasi imajinasi terbimbing (*guided imagery*) terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Banjar Serongga Desa Songan B.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif yang menggunakan rancangan *Pre Eksperimental* dengan jenis *One-Group Pre-Post Test Design*. Sampel dalam penelitian ini diambil dengan menggunakan teknik *nonprobability sampling* jenis *purposive sampling* dengan jumlah sampel yaitu 42 responden. Instrumen penelitian ini menggunakan *Sphygmomanometer* air raksa merek Riester, *stetoscope* merek Riester dan lembar observasi. Data dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon Sign Rank Test* untuk membandingkan hasil *pretest* dan *posttest*.

Hasil analisis tekanan darah lansia penderita hipertensi menunjukkan ada perbedaan nilai *pre test* dan *post test* didapatkan nilai Z hitung tekanan sistolik - 5,210 dengan *p value* = 0,001 ($p < 0,05$) dan nilai Z hitung tekanan diastolik - 4,664 dengan *p value* = 0,001 ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat atau terdapat pengaruh terapi relaksasi imajinasi terbimbing (*guided imagery*) terhadap penurunan tekanan darah lansia penderita hipertensi di Banjar Serongga Desa Songan B. Berdasarkan hasil penelitian ini diharapkan pemberian terapi relaksasi imajinasi terbimbing (*guided imagery*) dapat digunakan sebagai teknik nonfarmakologi untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Kata kunci: *Guided Imagery*, Lansia, Hipertensi
Daftar Pustaka : 66 (2011-2022)

ABSTRACT

**HEALTH INSTITUTION OF BINA USADA BALI
BACHELOR DEGREE OF NURSING PROGRAM**

Undergraduate Thesis, 2022

I Kadek Suarteja

The Effect of Implementing Guided Imagery Relaxation Therapy on Reducing Blood Pressure of the Elderly Patients with Hypertension in Banjar Serongga, Songan B Village

xiv + 69 page + 8 tables + 3 schematics + 17 appendixes

ABSTRACT

Hypertension is a common cardiovascular disease experienced by the elderly. The incidence of hypertension in the world currently reaches 1.28 billion and the prevalence of hypertension in Indonesia reaches 34.11%. One of the non-pharmacological treatments to control hypertension is implementing guided imagery relaxation therapy. The purpose of this study was to identify the effect of implementing guided imagery relaxation therapy on reducing blood pressure of the elderly patients with hypertension in Banjar Serongga, Songan B Village.

This study was a quantitative research that used a pre-experimental design with the type of one-group pre-posttest design. The sample in this study was taken using a non-probability sampling technique namely purposive sampling with a total sample of 42 respondents. This research instrument used a Riester brand of mercury sphygmomanometer, a Riester brand of stethoscope and an observation sheet. The data were analyzed using the Wilcoxon Sign Rank Test to compare the results of the pretest and posttest.

The analysis results of the blood pressure in the elderly with hypertension showed that there was a difference in the pre-test and post-test values, the Z value for systolic pressure was -5.210 with p value = 0.001 ($p < 0.05$) and the Z-value for diastolic pressure was -4.664 with p value = 0.001 ($p < 0.05$). Therefore, it can be concluded that there was an effect of guided imagery relaxation therapy on reducing blood pressure of the elderly with hypertension in Banjar Serongga, Songan B Village. Based on the results of this study, it is expected that the implementation of guided imagery relaxation therapy can be used as a non-pharmacological technique to lower blood pressure in hypertension patients.

Keywords : guided imagery, elderly, hypertension

Bibliography : 66 (2011-2022)

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widi Wasa karena berkat Asung Kerta Kerta Wara Nugraha–Nya penulis dapat menyelesaikan dengan judul “Pengaruh Pemberian Terapi Relaksasi Imajinasi terbimbing (*guided imagery*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi di Banjar Serongga Desa Songan B” dapat diselesaikan tepat pada waktunya.

ini disusun untuk memenuhi persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada program studi keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali.

ini dapat diselesaikan bukanlah semata-mata usaha sendiri, melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu melalui kesempatan ini penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada :

1. Dr. Ir. I Putu Santika, MM selaku Kepala STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan mengikuti pendidikan program ilmu keperawatan di kepala STIKES Bina Usada Bali.
2. Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep selaku Ketua Program Studi Ilmu keperawatan STIKES Bina Usada Bali yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan ini.
3. Ns. IGAA Sherlyna Prihandhani, S.Kep., M.Kes selaku pembimbing I yang telah memberikan waktu luang dengan penuh kesabaran untuk peneliti dalam memberi masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan ini.

4. Ns. Ni Luh Putu Dian Yunita Sari, M.Kep., Sp.Kep.Kom yang telah banyak memberikan masukan dan saran dalam menyelesaikan ini.
5. Kedua orang tua yang telah memeberikan banyak dukungan selama proses penyusunan ini.
6. Seluruh pihak yang telah berperan penting dalam penyusunan ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa ini kurang sempurna, oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan saran dan kritik yang sifatnya membangun dalam rangka memperbaiki dan menyempurnakan ini. Semoga ini bermanfaat bagi semua pihak. Akhir kata penulis mengucapkan terimakasih.

Badung, Juni 2022

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN PENELITIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR SKEMA.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	5
D. Manfaat.....	5
1. Pelayanan Keperawatan	5
2. Bagi Masyarakat.....	6
3. Institusi Pendidikan	6
4. Pengembangan Ilmu Keperawatan	6
E. Keaslian Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Konsep Lansia	9
1. Pengertian Lansia	9
2. Klasifikasi Lansia.....	10

3. Karakteristik Lansia	11
4. Perubahan Pada Lansia.....	12
B. Konsep Hipertensi	13
1. Pengertian Hipertensi	13
2. Etiologi Hipertensi	14
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Hipertensi.....	14
4. Klasifikasi	17
5. Penatalaksanaan Hipertensi	17
6. Patofisiologi Hipertensi	19
7. Tanda Gejala Hipertensi.....	22
8. Komplikasi Hipertensi.....	22
C. <i>Guided Imagery</i>	24
1. Definisi <i>Guided Imagery</i>	24
2. Manfaat Penerapan <i>Guided Imagery</i>	24
3. Macam-Macam Teknik <i>Guided Imagery</i>	25
4. Langkah-Langkah <i>Guided Imagery</i>	26
5. Standar Oprasional Prosedur <i>Guided Imagery</i>	27
D. Mekanisme <i>Guided Imagery</i> Menurunkan Tekanan Darah.....	28
E. Kerangka Teori.....	30
BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS, DAN DEFINISI	
OPRASIONAL	
A. Kerangka Konsep.....	31
B. Hipotesis	32
C. Definisi Oprasional.....	32
BAB IV METODE PENELITIAN	
A. Pelaksanaan Penelitian	34
B. Populasi Dan Sampel.....	35
1. Populasi	35
2. Sampel	35
C. Tempat Penelitian	37
D. Waktu Penelitian.....	37

E. Etika Penelitian	37
1. Prinsip Manfaat	38
2. Prinsip Menghargai Hak Asasi Manusia (<i>Respect Human Dignity</i>)	38
3. Prinsip Keadilan (<i>Right of Justice</i>)	39
F. Alat Pengumpulan Data	40
1. Instrument Penelitian.....	40
G. Prosedur Pengumpulan Data	40
1. Prosedur Administrasi.....	40
2. Prosedur Teknis.....	41
H. Pengolahan Data	42
I. Analisa Data.....	43
1. Analisa Univariat.....	43
2. Analisa Bivariat.....	44
BAB V HASIL PENELITIAN	
A. Tempat dan Waktu Penelitian	46
B. Hasil Analisa Data Univariat.....	46
1. Gambaran Karakteristik Responden	47
2. Mengidentifikasi Tekanan Darah Lansia di Banjar Songgan Desa Songan B Sebelum diberikan Terapi Relaksasi Imajinasi Terbimbing (<i>Guided Imagery</i>)	48
3. Mengidentifikasi Tekanan Darah Lansia di Banjar Songgan Desa Songan B Sesudah diberikan Terapi Relaksasi Imajinasi Terbimbing (<i>Guided Imagery</i>)	49
C. Hasil Uji Bivariat	50
1. Uji Normalitas	50
2. Menganalisis Pengaruh Terapi Relaksasi Imajinasi Terbimbing (<i>Guided Imagery</i>) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia di Banjar Serongga Desa Songan B	50
BAB VI PEMBAHASAN	
A. Interpretasi Penelitian	51
1. Karakteristik Responden Hipertensi	51

2. Mengidentifikasi Tekanan Darah Lansia Sebelum Diberikan Terapi Relaksasi Imajinasi Terbimbing (<i>Guided Imagery</i>)	55
3. Mengidentifikasi Tekanan Darah Lansia Sesudah Diberikan Terapi Relaksasi Terbimbing (<i>Guided Imagery</i>)	58
4. Pengaruh Terapi Relaksasi Imajinasi Terbimbing (<i>Guided Imagery</i>) Terhadap Tekanan Darah Lansia Setelah Diberikan Terapi Relaksasi Terbimbing (<i>Guided Imagery</i>)	61
B. Keterbatasan Penelitian	65
C. Implikasi Terhadap Pelayanan, Pendidikan, dan Penelitian	65
BAB VII PENUTUP	
A. Simpulan	67
B. Saran	67
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kriteria penyakit hipertensi menurut JNC-VII.....	17
Tabel 3.1 Definisi Oprasional.	32
Tabel 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	47
Tabel 5.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	477
Tabel 5.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan	477
Tabel 5.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan.....	478
Tabel 5.5 Mengidentifikasi Tekanan Darah Lansia di Banjar Serongga Desa Songan B Sebelum Diberikan Terapi Relaksasi Imajinasi Terbimbing (<i>Guided Imagery</i>).....	488
Tabel 5.6 Mengidentifikasi tekanan darah lansia di Banjar Serongga Desa Songan B sesudah diberikan terapi relaksasi imajinasi terbimbing (<i>guided imagery</i>).....	499
Tabel 5.7 Uji Normalitas Pengaruh Terapi Relaksasi Imajinasi Terbimbing (<i>Guided Imagery</i>).....	50
Tabel 5.8 Menganalisis Pengaruh Terapi Relaksasi Imajinasi Terbimbing (<i>Guided Imagery</i>) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia di Banjar Serongga Desa Songan B.	50

DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Kerangka Teori	30
Skema 3.1 Kerangka Konsep	311
Skema 4.1 Rancangan Penelitian	344

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Penelitian
- Lampiran 2 Surat Permohonanan Studi Pendahuluan
- Lampiran 3 Surat Balasan Studi Pendahuluan
- Lampiran 4 Surat Permohonan Uji Etik
- Lampiran 5 *Ethical Approval*
- Lampiran 6 Berita Acara Uji Etik
- Lampiran 7 Surat Permohonan Izin Penelitian
- Lampiran 8 Surat Balasan Izin Penelitian
- Lampiran 9 Surat Rekomendasi Hasil Penelitian
- Lampiran 10 Surat Pengantar Menjadi Responden
- Lampiran 11 Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 12 SOP *Guided Imagery*
- Lampiran 13 Lembar Observasi
- Lampiran 14 Hasil Pengolahan Data Analisis Univariat
- Lampiran 15 Hasil Pengolahan Data Analisis Bivariat
- Lampiran 16 Form Bimbingan
- Lampiran 17 Dokumentasi Penelitian

DAFTAR PUSTAKA

- A.A, M. P., & Boy, E. (2020). Prevalensi Nyeri Pada Lansia. *MAGNA MEDICA: Berkala Ilmiah Kedokteran Dan Kesehatan*, 6(2), 138. <https://doi.org/10.26714/magnamed.6.2.2019.138-145>
- Agustinus, I., Santoso, E., & Rahayudi, B. (2018). Klasifikasi Risiko Hipertensi Menggunakan Metode Learning Vector Quantization (LVQ). *Jurnal Pengembangan Teknologi Informasi Dan Ilmu Komputer (J-PTIHK) Universitas Brawijaya*, 2(8), 2947–2955.
- Ainurrafiq, A., Risnah, R., & Ulfa Azhar, M. (2019). Terapi Non Farmakologi dalam Pengendalian Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi: Systematic Review. *MPPKI (Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia): The Indonesian Journal of Health Promotion*, 2(3), 192–199. <https://doi.org/10.31934/mppki.v2i3.806>
- Alimansur, M., & Anwar, M. C. (2017). Efek Relaksasi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(1), 74. <https://doi.org/10.32831/jik.v2i1.31>
- Annisa, D. F., & Ifdil, I. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor*, 5(2), 93. <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>
- Antoro, B., & Amatiria, G. (2018). Pengaruh Tehnik Relaksasi Guide Imagery terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Preoperasi Katarak. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 13(2), 239. <https://doi.org/10.26630/jkep.v13i2.938>
- Ariani, D., & Suryanti, S. (2019). Pengaruh Food Massage Terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia Di Panti Wredha Dharma Bakti Kasih Surakarta. *Interest : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(1), 87–93. <https://doi.org/10.37341/interest.v8i1.122>
- Astari, N. L. A., & Primadewi, K. (2022). Pengaruh Terapi Relaksasi Tarik Nafas Dalam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Desa Tihingan Banjaringan Klungkung. *Jurnal Medika Usada* /, 5(1), 51.
- Atmojo, J. T., Putra, M. M., Astriani, N. M. D. Y., Dewi, P. I. S., & Bintoro, T. (2019). Efektifitas Terapi Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Interest : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(1), 51–60. <https://doi.org/10.37341/interest.v8i1.117>

- 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. <https://doi.org/10.26751/jikk.v10i1.648>
- Damiati, N., & Wulandari, R. (2021). *The Effect of Non-Pharmacological Therapy used in Indonesian Elderly with Hypertension: A Literature Review*. <https://doi.org/10.4108/eai.26-10-2020.2311327>
- Dinas Kesehatan Provinsi Bali. (2020). *Profil Kesehatan Provinsi Bali*.
- Efliani, D., Ramadia, A., & Hikmah, N. (2022). Efektifitas Senam Hipertensi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia di UPT PSTW Khusnul Khotimah Pekanbaru. 4(2), 183–191.
- Falah, M. (2019). Hubungan Jenis Kelamin Dengan Angka Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat Di Kelurahan Tamansari Kota Tasikmalaya. *Jurnal Keperawatan & Kebidanan STIKes Mitra Kencana Tasikmalaya*, 3(1), 88.
- Febtrina, R., & Febriana, W. (2017). Teknik Relaksasi Imajinasi Terbimbing (Guided Imagery) Menurunkan Nyeri Pasien Pasca Serangan Jantung. *Nursing Current*, 5(2), 41–49.
- Fitrina, Y. (2018). Pengaruh Pemberian Relaksasi Majinasi Terbimbing Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Yang Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Tigo Baleh Kota Bukittinggi Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Medika Sainatika*, 9(2), 125. <https://doi.org/10.30633/jkms.v9i2.153>
- Fresia, S. (2021). *Efektifitas Penerapan Tknik Slow Stroke Back Massage (SSBM) Terhadap Penurunan Nyeri Kepala Pada Pasien Hipertensi Di Ruang Garuda Rumah Sakit dr. Esnawan Antariksa Jakarta*. 1(1), 1–4.
- Grocke, D., & Moe, T. (n.d.). *Guided Imagery & Music (GIM) and music Imagery Methods For Individual And Group Therapy*. Jessica Kingsley Publisher.
- Ikhsan, M., & Boy, E. (2020). Cardiovascular Changes Among Healthy Elderly. *Magna Medica: Berkala Ilmiah Kedokteran Dan Kesehatan*, 7(2), 70. <https://doi.org/10.26714/magnamed.7.2.2020.70-82>
- Imelda, I., Sjaaf, F., & Puspita, T. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Air Dingin Lubuk Minturun. *Health & Medical Journal*, 2(2), 68–77. <https://doi.org/10.33854/heme.v2i2.532>
- Inanna. (2018). Jurnal Ekonomi dan Pendidikan. *Jurnal Ekonomi Dan*

Pendidikan, 1(1).

- Iswahyuni, S. (2017). Hubungan Antara Aktifitas Fisik Dan Hipertensi Pada Lansia. *Profesi (Profesional Islam) : Media Publikasi Penelitian, 14(2), 1*. <https://doi.org/10.26576/profesi.155>
- Johanis, I., Tedju Hinga, I. A., & Sir, A. B. (2020). Faktor Risiko Hipertensi, Merokok dan Usia terhadap Kejadian Penyakit Jantung Koroner pada Pasien di RSUD Prof. Dr. W. Z. Johannes Kupang. *Media Kesehatan Masyarakat, 2(1), 33–40*. <https://doi.org/10.35508/mkm.v2i1.1954>
- Kadir, A. (2016). Relationship Between Pathophysiology of Hypertension and Renal Hypertension. *Ilmiah Kedokteran, 5, 15–25*.
- Kerans, T. (2018). *Nyeri Gout Pada Lansia. 02(02), 439–447*.
- Kristianti, A., & R, F. R. (2021). *Gambaran Manajemen Perawatan Diri Pada Penderita Hipertensi Di Masa Pandemi COVID-19 An Overview Of The Self-Care Management In Patients With Hypertension During The COVID-19 Pandemic. 46–55*.
- Legi, J. R., Sulaeman, S., & Purwanti, N. H. (2019). Pengaruh Storytelling dan Guided-Imagery terhadap Tingkat Perubahan Kecemasan Anak Usia Prasekolah yang Dilakukan Tindakan Invasif. *Journal of Telenursing (JOTING), 1(1), 145–156*. <https://doi.org/10.31539/joting.v1i1.496>
- Maharani, S., & Yustiana, M. A. (2017). *Terapi Imajinasi Terbimbing*. Anjie Media Nusantara.
- Martin, W. (2016). Pengaruh Terapi Meditasi Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Yang Mengalami Hipertensi. *Jurnal Iptek Terapan, 10(4), 211–217*. <https://doi.org/10.22216/jit.2016.v10i4.468>
- Novarenta, A. (2015). Guided Imagery Untuk Mengurangi Rasa Nyeri Saat Menstruasi. *International Migration Review, 47(2), 330-373*.
- Nuraini, B. (2015). Risk Factors of Hypertension. *J Majority, 4(5), 10–19*.
- Nursalam. (2015). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pendekatan Praktis*.
- Oktaviari, N. L. E. (2020). *Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Manajemen Hipertensi Pada Lansia Penderita Hipertensi Primer*. <https://repository.stikeswiramedika.ac.id/63/>
- Pambudi, W. E., Dewi, E. I., & Sulistyorini, L. (2017). *Pengaruh Terapi Aktivitas*

Kelompok Sosialisasi (TAKS) terhadap Kemampuan Interaksi Sosial pada Lansia dengan Kesepian di Pelayanan Sosial Lanjut Usia (PSLU) Jember (The Effects of Socialization Group Activity Therapy (SGAT) toward Ability of Social. 5(2), 253–259.

Pasmawati, H. (2017). Pendekatan Konseling Untuk Lansia. *Jurnal Syi'ar*, 17(1), 49–60.

Patasik, C. K. (2017). Efektifitas Teknik Relaksasi Nafas Dalam Dan Guided Imagery Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post. *Agustus*, 1.

Poernomo, D. I. S. H., Prawesti, D., & Astarani, K. (2015). Potensi Guided Imagery Menurunkan Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi. *Jurnal Penelitian Keperawatan*, 1(1), 1–10.

Puspita, L. (2017). Infeksi Menular Seksual Pada Wanita Pekerja Seksual. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(1), 31–44.

Rahmatika, A. (2019). Hubungan Kebiasaan Merokok Dengan Kejadian Hipertensi. *Kesmas*, 8(7), 706–710.

Riamah. (2019). Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Hipertensi Pada Lansia Di UPT PTSW Khususul Khotimah. *Menara Ilmu*, XIII(5), 106–113.

Rinaldi, S. F., & Mujiyanto, B. (2017). *Metodologi Penelitian dan Statistik*. Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan.

Riskesdas. (2018). Laporan_Nasional_RKD2018_Final.pdf. In *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan* (p. 198).

Ryanto, A. (2011). *Pengolahan dan Analisis Data Kesehatan*. Nuha Medika.

Samsu, sita hendrakusuma. (2019). Pengaruh Kombinasi Diaphragmatic Breathing Exercise Dan Guided Imagery Terhadap Perubahan Tekanan Darah. *Jurnal Keperawatan Terapan*, 05(02), 155–164.

Seputra, D. N. (2018). Pengaruh Teknik Guided Imagery Terhadap Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri di SMPN 1 Kesamben Jombang. *Jurnal Kesehatan*, 3(1).

Setyani, H. I., Arifianto, & Rohana, N. (2019). Pengaruh terapi relaksasi guided imagery terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. *Jurnal Ners Widya Husada Volume*, 6(2), 49–56.

Sukesi, N., & Wahyuningsih, W. (2021). Upaya Menangani Nyeri dan Kecemasan pada Lansia yang Mengalami Hipertensi di Masyarakat. *Jurnal Pengabdian*

Masyarakat Indonesia, 1(6), 323–327. <https://doi.org/10.52436/1.jpmi.56>

- Sulistyaningsih. (2011). *Metodelogi Penelitian Kebidanan* (edisi pert). Graha ilmu.
- Sulistyarini, I. (2017). Terapi Relaksasi untuk Menurunkan Tekanan Darah dan Meningkatkan Kualitas Hidup Penderita Hipertensi', *Jurnal Psikologi*, 40(1), pp. 28–38. A. *Jurnal Psikologi*, 40(1), 28–38.
- Sumartini, S., & Bachtiar, H. H. (2016). *Perbedaan Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah*. 2(1), 1–9.
- Suryani, I. (2018). *Dietetik Penyakit Tidak Menular* (Edisi Tahu).
- Susanti, N., Komang, M., Ayubbana, S., A., Wacana, D., & Kunci, K. (2022). *Application Of Guided Imagery Relaxation Therapy On Blood*. *Jurnal Cendikia Muda Volume 2*.
- Sutria, E., & Insani, A. (2017). Pengaruh Komsumsi Pisang Ambon Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pra Lansia Hipertensi. *Journal of Islamic Nursing*, 1(1), 33–41.
- Syahrum, & Salim. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif* (R. Ananda (ed.)). Citapustaka Media.
- Taiso, S. N., Sudayasa, I. P., & Paddo, J. (2021). Analisis Hubungan Sosiodemografis Dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Lasalepa , Kabupaten Muna. *Nursing Care and Health Technology Journal*, 1(2), 102–109.
- Tyani, E. S., Utomo, W., & N, Y. H. (2015). Efektifitas Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Esensial. *JOM*, 2(6), 1068–1075.
- UU No.13. (1998). Undang-Undang No 13 Tahun 1998. *Mensesneg*, September, 1–2.
- Wahyudi, C. T., Ratnawati, D., & Made, S. A. (2018). Pengaruh Demografi, Psikososial, Dan Lama Menderita Hipertensi Primer Terhadap Kepatuhan Minum Obat Antihipertensi. *Jurnal JKFT*, 2(2), 14. <https://doi.org/10.31000/jkft.v2i1.692>
- WHO. (2019). *Hypertention*.
- Yonata, A., & Pratama, A. S. P. (2016). Hipertensi sebagai Faktor Pencetus Terjadinya Stroke. *Jurnal Majority*, 5(3), 17–21.

Yulanda, G., & Lisiswanti, R. (2017). Penatalaksanaan Hipertensi Primer. *Jurnal Majority*, 6(1), 25–33.

Zendrato, S. A. (2019). *Pelaksanaan Asuhan Keperawatan pada Klien Hipertensi*. <https://doi.org/10.31227/osf.io/tdr6h>

Zuniwati, D. (2021). Jurnal Ilmiah Permas : Jurnal Ilmiah STIKES Kendal Volume 11 Nomor 1 , Januari 2021. *Kemkes*, 11(January), 0–10. <https://doi.org/10.32583/pskm.v11i1.1101>