

KARYA ILMIAH AKHIR

**PENERAPAN TERAPI GUIDED IMAGERY UNTUK MENURUNKAN
KECEMASAN PADA PASIEN HIPERTENSIDI PUSKESMAS AIMERE**



OLEH :

Yanuaria Theresia Due, S.Tr. Kep.

PO5303211241566

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PENDIDIKAN PROFESI NERS
TAHUN 2025**

KARYA ILMIAH AKHIR

**PENERAPAN TERAPI GUIDED IMAGERY UNTUK MENURUNKAN
KECEMASAN PADA PASIEN HIPERTENSI DI PUSKESMAS AIMERE**

Karya Ilmiah Akhir ini diajukan untuk memenuhi syarat mencapai
gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners
Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang



OLEH :

Yanuarita Theresia Due, S.Tr. Kep.

PO5303211241566

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PENDIDIKAN PROFESI NERS
TAHUN 2025**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Yanuaria Theresia Due.,S.Tr. Kep
NIM : PO5303211251566
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners
Perguruan Tinggi : Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya ilmiah Akhir yang saya tulis ini adalah benar – benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya aku sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Ilmiah Akhir ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Bajawa, Juli 2025

Pembuat Pernyataan,



Yanuaria Theresia Due. S.Tr. Kep
P05303211241566

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

PENERAPAN TERAPI GUIDED IMAGERY UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN PADA PASIEN HIPERTENSI PUSKESMAS AIMERE

Disusun Oleh

YANUARIA THERESIA DUE.,S.TR. KEP
PO5303211251566

Telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan/seminar
pada tanggal 29 Juli 2025

Menyetujui,
Pembimbing Utama Pembimbing Pendamping



Gadur Blasius, S.Kep.,Ns.,M.Si
NIP. 196212311989031039



Pius Selasa, S.Kep.,Ns.,M.Sc
NIP. 197404301997031001

Kupang, 29 Juli 2025

Ketua Jurusan Keperawatan Kupang



Dr. Florentianus Tat, S.Kp.,M.Kes
NIP. 1969112819930310005

Ketua Program Studi



Dr. Aemilianus Mau, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIP. 197205271998031001

LEMBAR PENGESAHAN

LEMBAR PENGESAHAN PENERAPAN PENERAPAN TERAPI GUIDED IMAGERY UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN PADA PASIEN HIPERTENSI DI PUSKESMAS AIMERE

Disusun oleh

YANUARIA THERESIA DUE, S.TR. KEP
P05303211241566

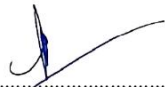
Telah diuji dan dipertahankan di depan dewan penguji
Pada tanggal : 29 Juli 2025

Mengesahkan,

Penguji Ketua

Tanda Tangan

Ns. Yoany M. V. B. Aty. S. Kep.,Ns.,M. Kep
NIP. 197908052001122001

()

Penguji Anggota I

Gadur Blasius, S.Kep.,Ns., M.Si
NIP. 196212311989031039

()

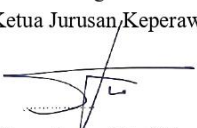
Penguji Anggota II

Pius Selasa,S.Kep.,Ns.,M. Sc.
NIP. 197404301997031001

()

Mengesahkan
Ketua Jurusan Keperawatan

Mengetahui
Ketua Program Studi Profesi Ners


Dr. Florentianus Tat, SKp., M. Kes
NIP. 196911281993031005


Dr. Aemilianus Mau, S. Kep. Ns, M. Kep
NIP. 197205271991011001

BIODATA



I. IDENTITAS

Nama : Yanuaria Theresia Due, S.Tr. Kep
Tempat Tanggal Lahir : Watujaji, 01 Januari 1983
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Katolik
Alamat ; Lekogoko, Kec.Aimere, Kab.Ngada
Asal Institusi : Poltekkes Kemenkes Kupang

II. RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SPK St.Elisabeth Lela
2. Akper Nani Hasanuddin Makassar

MOTTO

Jika Kamu Benar-Benar Ingin Sukses, Mungkin Kamu Harus Melipatgandakan Tingkat Kegagalanmu

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat dan rahmat-Nya dapat menyelesaikan penyusunan Karya Ilmiah Akhir yang berjudul “Penerapan Terapi Guided Imagery Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Aimere”.

Karya ilmiah ini disusun sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan Pendidikan Profesi Ners di Politeknik Kesehatan Kupang. Selain itu juga, sebagai bentuk kontribusi ilmiah dalam pengembangan praktik keperawatan berbasis bukti, khususnya dalam penanganan pasien dengan gangguan pernapasan.

Penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini, mendapat dukungan dan bantuan berbagai pihak.

Oleh karena itu, disampaikan terimakasih dan penghargaan yang setinggi – tingginya kepada:

1. Bapak Irfan, SKM., M. Kes. selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang.
2. Bapak Dr. Florentianus Tat, SKp., M. Kes. selaku Ketua Jurusan Keperawatan Kupang
3. Bapak Dr. Aemilianus Mau, S. Kep. Ns, M. Kep. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners.
4. Ibu Ns. Yoany M. V. B. Aty, S. Kep., Ns M. Kep. selaku Dosen Penguji
5. Bapak Gadur Blasius, S. Kep., Ns., M. Si. selaku Dosen Pembimbing I
6. Bapak Pius Selasa, S. Kep., Ns., M. Sc. selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi selama proses penyusunan karya ilmiah ini.
7. Bapak Bupati Kabupaten dan Pemerintah Daerah Kabupaten Ngada yang telah mengizinkan untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang ini.

8. Para pembimbing CI di Dinas Kesehatan Kabupaten Ngada yang dengan sabar memberi bimbingan dan arahan dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini.
9. Kepala dan seluruh staf IGD UPTD Puskesmas Koeloda yang telah memberikan izin dan dukungan dalam pelaksanaan penelitian
10. Responden yang telah bersedia menjadi subjek penelitian.
11. Kedua orang tua, suami, anak, kakak adik teman-teman yang selalu memberikan semangat, doa, dan dukungan moral dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini.

Karya ilmiah ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, saran dan kritik yang membangun diharapkan demi perbaikan di masa mendatang. Semoga Karya Ilmiah ini bermanfaat bagi pembaca.

Aimere, 7 Juli 2025

Penulis

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
BIODATA	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRAK.....	xiv
ABSTRACT	xv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan.....	4
1.4 Manfaat Penelitian	4
BAB II.....	8
TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Konsep Dasar Hipertensi	8
2.2 Konsep Kecemasan.....	14
2.3 Konsep Terapi <i>Guided Imagery</i>	23
2.4 Kerangka Teori	27
2.5 Evidence Based Practice	28
BAB 3.....	29
STUDI KASUS.....	29
3.1 Rancangan Studi Kasus.....	29
3.2 Subyek Studi Kasus	29
3.3 Fokus Studi Kasus	30

3.4	Studi Kasus	30
3.5	Definisi Operasional Studi Kasus	30
3.6	Instrumen Studi Kasus	30
3.7	Metode pengumpulan data	31
3.8	Prosedur Pengambilan Data	31
3.9	Tempat dan Waktu Pengambilan Data Studi Kasus.....	32
3.10	Analisis Data dan Penyajian Data	32
3.11	Etika Studi Kasus.....	33
BAB 4		35
HASIL DAN PEMBAHASAN		35
4.1.	Hasil Penelitian.....	35
4.2.	Pembahasan	44
BAB V		49
PENUTUP		49
5.1.	Kesimpulan.....	49
5.2.	Saran	49
DARTAR PUSTAKA		51
LAMPIRAN		55

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Klasifikasi Hipertensi	9
Tabel 2. 2 Prosedur Terapi Guided Imagery	24
Tabel 3. 1 Defenisi Operasional	30
Tabel 4. 1 Karakteristik Pasien.....	36
Tabel 4. 2 Penatalaksanaan Pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Aimere bulan Juli 2025.....	37
Tabel 4. 3 Pengkajian fokus sebelum diberikan terapi guided imagery untuk menurunkan kecemasan pada pasien hipertensi di Puskesmas Aimere bulan Juli 2025.	38
Tabel 4. 4 Pengkajian fokus sesudah diberikan terapi guided imagery untuk menurunkan kecemasan pada pasien hipertensi di Puskesmas Aimere Bulan Juli 2025.	42

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. 1 Surat Ijin Penelitian	55
Lampiran 1. 2 Informed Consent	56
Lampiran 1. 3 Lembar Observasi Kecemasan	57
Lampiran 1. 4 Kuesioner Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)	58
Lampiran 1. 5 Dokumentasi Penelitian	67
Lampiran 1. 6 Kuesioner Tingkat Kecemasan	69
Lampiran 1. 7 Surat Keterangan Hasil Cek Plagiasi	73
Lampiran 1. 8 Lembar Konsultasi KIAN	74

**PENERAPAN PENERAPAN TERAPI GUIDED IMAGERY UNTUK
MENURUNKAN KECEMASAN PADA PASIEN HIPERTENSI DI
PUSKESMAS**

Yanuaria Theresia Due¹, Yoany M. V. B. Aty², Gadur Blasius³, Pius Selasa⁴,

¹Mahasiswa Prodi Profesi Ners Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kupang

^{2,3,4}Dosen Jurusan Keperawatan Kemenkes Poltekkes Kupang

Email : yanedue47@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Hipertensi ialah suatu keadaan dimana seorang mengalami peningkatan tekanan darah di atas batas normal dengan tekanan darahnya 160/95 mmHg atau lebih. Stres atau ketegangan jiwa seperti gangguan kecemasan dapat merangsang kelenjar anak ginjal untuk mengeluarkan adrenalin dan memacu jantung berdenyut kuat. Akibatnya tekanan darah meningkat. **Tujuan** : mengetahui pengaruh pemebrian terapi *guided imagery* untuk menurunkan Tingkat kecemasan pada pasien hipertensi. **Metode** : Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus, dengan desain deskriptif. Subyek dalam studi kasus ini melibatkan 2 penderita hipertensi dengan kecemasan pada tanggal 2 – 3 Juli di Puskesmas Aimere. **Hasil** : Ada pengaruh penerapan terapi *guided imageri* untuk menurunkan kecemasan dengan pengukuran tingkat kecemasan menggunakan kuesioner *Hamilton Rating Scale for Anxiety* (HARS), dari kecemasan berat 27- 40 menjadi kecemasan ringan dengan skor 14-20. **Kesimpulan** : Ada pengaruh penerapan terapi *guided imagery* terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien hipertensi

Kata kunci : Hipertensi, Guided Imagery, Kecemasan

APPLICATION OF GUIDED IMAGERY THERAPY TO REDUCE ANXIETY IN HYPERTENSIVE PATIENTS AT THE COMMUNITY HEALTH CENTER

Yanuarita Theresia Due¹, Yoany M. V. B. Aty², Gadur Blasius³, Pius Selasa⁴,

¹Student of the Nursing Profession Study Program, Department of Nursing, Kupang
Ministry of Health Polytechnic

^{2,3,4}Lecturers, Department of Nursing, Kupang Ministry of Health Polytechnic

ABSTRACT

Background: Hypertension is a condition in which a person experiences an increase in blood pressure above normal limits, with blood pressure of 160/95 mmHg or higher. Stress or mental tension, such as anxiety disorders, can stimulate the adrenal glands to release adrenaline and cause the heart to beat faster. As a result, blood pressure increases. **Objective:** To determine the effect of guided imagery therapy on reducing anxiety levels in hypertensive patients. **Methods:** This study used a case study approach with a descriptive design. The subjects in this case study involved two hypertensive patients with anxiety on July 2-3 at the Aimere Community Health Center. **Results:** There was an effect of guided imagery therapy on reducing anxiety, as measured using the Hamilton Rating Scale for Anxiety (HARS) questionnaire, from severe anxiety (27–40) to mild anxiety (14–20). **Conclusion:** There was an effect of guided imagery therapy on reducing anxiety levels in hypertensive patients.

Keywords : Hypertension, Guided Imagery Therapy, Anxiety