



**ANALISIS PENERAPAN TERAPI *GUIDED IMAGERY* TERHADAP
KECEMASAN PADA LANSIA HIPERTENSI DI WILAYAH
KERJA UPT PUSKESMAS BANJAR SERASAN
PONTIANAK TIMUR KOTA PONTIANAK**

KARYA ILMIAH AKHIR (KIA)

**Diajukan Sebagai Persyaratan Untuk
Menyelesaikan Pendidikan Profesi Ners**

OLEH:

Mega Rizkiyani

NIM: 891231011

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
YAYASAN RUMAH SAKIT ISLAM (YARSI) PONTIANAK**

2024

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini adalah hasil karya saya sendiri dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Mega Rizkiyani

Nim : 891231011

Tanda Tangan :

Tanggal :

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini diajukan oleh:

Nama : Mega Rizkiyani

Nim : 891231011

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners (Tahap Profesi) STikes Yarsi Pontianak

Judul : Analisis Penerapan Terapi *Guided Imagery* Pada Kecemasan Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Banjar Serasan

Untuk dipertahankan di hadapan Dewan Penguji sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners (Tahap Profesi) STIKes Yarsi Pontianak.

PEMBIMBING



Dr. Ns. Wahyu Kirana, M. Kep., Sp. Kep. Jiwa

NIDN. 1106097507

Diajukan di : Pontianak

Tanggal : 8 Agustus 2024

LEMBAR PENGESAHAN

**Analisis Penerapan Terapi *Guided Imagery* Pada Kecemasan Lansia
Hipertensi di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Banjar Serasan**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS (KIAN)

Disusun oleh:

Mega Rizkiyani

Nim.891231011

Telah dipertahankan didepan Tim Penguji

Pada tanggal, 03 September 2024

Penguji I

Penguji II

Dr. Ns. Florensa, M. Kep., Sp. Kep.J
NIDN.1114057801

Ns. Dewin Safitri M, Kep
NIDN. 1109049103

Penguji III

Dr. Ns. Wahyu Kirana, M. Kep., Sp. Kep. Jiwa
NIDN. 1106097507

KIAN ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar (Ns)

Mengetahui

Pontianak, 03 September 2024

Ketua
STIKes Yarsi Pontianak

Ketua Program studi
Pendidikan Profesi Ners

Ns. Uti Rusdian Hidayat, M. Kep
NIDN.1123058801

Ns. Nurpratiwi, M. Kep
NIDN.1110118703

**ANALISIS PENERAPAN TERAPI *GUIDED IMAGERY* PADA KECEMASAN
LANSIA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA UPT PUSKESMAS
BANJAR SERASAN**

Mega Rizkiyani¹, Wahyu Kirana²

Program Studi Pendidikan Ners, STIKes Yarsi Pontianak, Jln Panglima A'im,
No.1 Pontianak Timur, Kota Pontianak, Kalimantan Barat –
78232, Email: megarizkiyani09071@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Lanjut usia (lansia) merupakan tahapan seseorang yang akan atau telah melebihi usia 60 tahun. Hipertensi lansia adalah Hipertensi dengan sistolik terisolasi (*Isolated Systolic Hypertension*) dimana terdapat kenaikan tekanan darah sistolik disertai penurunan tekanan darah diastolic yaitu $\geq 140/90$ mmHg. Salah satu permasalahan kesehatan yang bisa muncul pada lansia berupa cemas (Menta et al., 2020). Salah satu teknik non farmakologis dalam mengatasi permasalahan cemas pada lansia berupa terapi *Guided Imagery*.

Tujuan Penelitian: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui manfaat terapi *Guided Imagery* Terhadap Kecemasan Pada Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Banjar Serasan Pontianak Timur Kota Pontianak.

Metode: Penelitian ini merupakan studi kasus dengan melakukan asuhan keperawatan pada klien lansia hipertensi yang mengalami kecemasan selama 5 hari pertemuan. Dalam studi kasus ini diambil 1 pasien dengan masalah hipertensi dengan diagnosa keperawatan prioritas Ansietas berhubungan dengan krisis situasional dan intervensi keperawatan yang dilakukan adalah dengan mengatasi masalah tersebut dengan terapi *Guided Imagery* selama 3 hari dengan durasi 30 menit.

Hasil Penelitian: hasil penelitian menunjukkan sebelum diberikan intervensi latihan *guided imagery* klien mengalami kecemasan sedang dengan nilai 21 dan setelah diberikan intervensi *guided imagery* selama 3 hari pertemuan klien tidak mengalami kecemasan ringan yaitu dengan nilai 14. Dapat disimpulkan bahwa terdapat penurunan 7 skor selama 3 hari pertemuan.

Kesimpulan: Terapi *guided imagery* terbukti dapat menurunkan skala kecemasan

Kata Kunci: Lansia, Hipertensi Lansia, Kecemasan, *Guided Imagery*

ANALYSIS OF THE APPLICATION OF GUIDED IMAGERY THERAPY IN THE ANXIETY OF HYPERTENSIVE ELDERLY IN THE UPT WORKING AREA OF THE BANJAR SERASAN COMMUNITY HEALTH CENTER

Mega Rizkiyani¹, Wahyu Kirana²

Nurse Education Study Program, Health Science of Yarsi Pontianak, Jln Panglima
A'im, No.1 Pontianak Timur, Kota Pontianak, Kalimantan Barat –
78232, Email: megarizkiyani09071@gmail.com

ABSTRACT

Background: Elderly (elderly) is a stage of someone who will or has exceeded the age of 60 years. Hypertension in the elderly is hypertension with isolated systolic hypertension, where there is an increase in systolic blood pressure accompanied by a decrease in diastolic blood pressure, namely $\geq 140/90$ mmHg. One of the health problems that can arise in the elderly is anxiety (Menta et al., 2020). One of the non-pharmacological techniques for dealing with anxiety problems in the elderly is Guided Imagery therapy.

Research Objectives: This study aims to determine the benefits of Guided Imagery therapy for Anxiety in Hypertensive Elderly in the UPT Working Area of the Banjar Serasan Community Health Center, East Pontianak, Pontianak City.

Method: This research is a case study by providing nursing care to elderly hypertensive clients who experience anxiety during 5 days of meetings. In this case study, 1 patient was taken with hypertension problems with a priority nursing diagnosis. Anxiety was related to a situational crisis and the nursing intervention carried out was to overcome this problem with Guided Imagery therapy for 3 days with a duration of 30 minutes.

Research Results: The research results show that before being given the guided imagery training intervention, the client experienced moderate anxiety with a score of 21. After being given the guided imagery intervention for 3 days of meetings, the client did not experience mild anxiety, namely with a score of 14. It can be concluded that there was a decrease of 7 score during the 3 days of meetings.

Conclusion: Guided imagery therapy has been proven to reduce the anxiety scale

Keywords: Elderly, Elderly Hypertension, Anxiety, Guided Imagery

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh

Segala puji hanyalah milik Allah Subhanallah wa ta'ala, Tuhan pemilik alam semesta yang selalu memberikan limpahan rahmat dan hidayah-Nya yang telah memberikan kesehatan dan keselamatan, sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah Akhir Profesi (KIAN), yang berjudul "*Analisis penerapan Terapi guided imagery terhadap kecemasan pada lansia hipertensi Di wilayah Kerja UPT Puskesmas Banjar Serasan Pontianak Timur*". KIAN ini merupakan salah satu syarat dalam menyelesaikan pendidikan Profesi Ners tahap akademik di STIKes YARSI Pontianak.

Shalawat dan salam tercurahkan kepada baginda Rasulullah Shallallahu alaihi wasallam, sebagai tauladan kita semua. Teriring ucapan terima kasih, penulis ucapkan kepada orang-orang yang telah memberikan bantuan, dukungan serta kritik dan saran kepada penulis. Semoga Allah Subhanahu wa ta'ala, senantiasa membimbing kita dalam usaha serta niat dalam rangka menjadi hamba yang berlomba-lomba dalam kebaikan. Terima kasih penulis sampaikan kepada:

1. Ns. Uti Rusdian Hidayat, M. Kep selaku Ketua STIKes YARSI Pontianak
2. Ns. Nurpratiwi, M. Kep selaku Ketua Prodi Ners STIKes YARSI Pontianak
3. Dr. Ns. Wahyu Kirana, M. Kep., Sp. Kep. Jiwa selaku pembimbing sekaligus penguji 3, yang telah membimbing penulis dengan penuh kesabaran, ketelitian, bijaksana dan cermat dalam memberikan saran dan motivasi dalam penyelesaian KIAN
4. Dr. Ns. Florensa, M. Kep.,Sp. Kep.J selaku penguji 1 yang telah meluangkan waktu untuk dapat menguji pada sidang KIAN ini.
5. Ns. Dewin Safitri M, Kep Selaku penguji 2 yang telah meluangkan waktu untuk dapat menguji pada sidang KIAN ini.
6. Orang tua saya, serta seluruh keluarga karena dengan kasih sayang, doa, didikan, finansial dari merekalah yang memberikan dorongan dan motivasi

sehingga membuat penulis terus semangat dalam menyelesaikan KIAN pada penelitian ini.

7. Teman-teman seperjuangan prodi Ners angkatan ke 11 serta adik-adik tingkat baik Prodi Ners maupun DIII Keperawatan di STIKes YARSI Pontianak, dimana berkat semangat, do'a dan dukungannya membuat penulis terus mampu menyelesaikan KIAN ini
8. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu. Semoga dukungan dan motivasi kalian semua, dibalas Allah Subhanahu wa ta'ala, dengan kasih sayang-Nya.

KIAN ini terbuka untuk siapa saja yang diinginkan memberikan kritik dan saran yang membangun bagi penulis. Semoga skripsi ini dapat menjadi sumbangan pengetahuan yang berarti bagi perkembangan ilmu keperawatan.

Pontianak, 31 Mei 2024

Mega Rizkiyani

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
LEMBAR PERNYATAAN ORISINAL	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR	vii
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI KIA	
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR/SKEMA	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Perumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penulisan.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Konsep Dasar Hipertensi	8
1. Definisi Hipertensi	8
2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Hipertensi.....	8
3. Klasifikasi Hipertensi.....	12
4. Manifestasi Klinis Hipertensi	13
5. Penatalaksanaan Hipertensi	13
6. Komplikasi Hipertensi	18
7. Pathway Hipertensi	21

B. Konsep Dasar Lansia	22
1. Definisi Lansia	22
2. Klasifikasi Lansia.....	22
3. Jenis Lansia	23
4. Teori Penuaan	23
5. Permasalahan Kesehatan Lansia	28
C. Konsep Dasar Kecemasan	29
1. Definisi Kecemasan	29
2. Kecemasan Pada Lansia Dengan Hipertensi.....	30
3. Rentang Respon	31
4. Etiologi Kecemasan	32
5. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan.....	33
6. Tanda dan Gejala Kecemasan	36
7. Penatalaksanaan Kecemasan.....	37
8. Mekanisme Koping.....	38
9. Pengukuran Kecemasan	38
10. Asuhan Keperawatan Teoritis Kecemasan	40
D. Konsep Dasar <i>Guided Imagery</i>.....	46
1. Definisi <i>Guided Imagery</i>	46
2. Teknik <i>Guided Imagery</i>	47
3. Langkah-langkah <i>Guided Imagery</i>	48
4. Indikasi <i>Guided Imagery</i>	49
5. Kontra indikasi <i>Guided Imagery</i>	49
6. Manfaat <i>Guided Imagery</i>	50
7. Standar Operasional Prosedur <i>Guided Imagery</i>	50
8. Mekanisme <i>Guided Imagery</i>	52
BAB III LAPORAN KASUS KELOLAAN UTAMA.....	54
A. Pengkajian	54
B. Analisa Data.....	65
C. Perencanaan	66
D. Pelaksanaan.....	67

E. Evaluasi.....	79
BAB IV PEMBAHASAN.....	87
A. Analisis Proses keperawatan dengan konsep teori dan kasus terkait	87
B. Analisis penerapan intervensi berdasarkan <i>Evidence Based Nursing Practice</i>	91
C. Alternatif pemecahan masalah atau solusi yang dapat dilakukan ...	95
BAB V PENUTUP	97
A. Kesimpulan	97
B. Saran	97
DAFTAR PUSTAKA.....	99
LAMPIRAN.....	107
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	118

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 klasifikasi Hipertensi	9
Tabel 2.2 Manifestasi Klinis Ansietas	22
Tabel 2.3 Prosedur Terapi <i>Guided Imagery</i>	32
Tabel 4.1 Hasil Pengukuran Tingkat Kecemasan	51
Tabel 4.2 Hasil Pengukuran Tekanan Darah.....	53

DAFTAR SKEMA/GAMBAR

Skema 2.1 Pathway Hipertensi	40
Skema 2.2 Rentang Respon Ansietas.....	441
Gambar 2.3 Terapi Guider Imagery	

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Surat Izin Penelitian	75
Lampiran 2 surat balasan izin pengambilan data	
Lampiran 3 surat balasan penelitian	
Lampiran 4 Surat Permohonan Menjadi responden.....	78
Lampiran 5 Informed Consent	
Lampiran 6 Quesioner Kecemasan	
Lampiran 7 Lembar Observasi.....	88
Lampiran 8 Lembar Konsultasi	
Lampiran 9 Surat kelayakan	
Lampiran 10 Dokumentasi	