

UNIVERSITAS ESA UNGGUL
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
Skripsi, Juli 2019

SILVIA LINGGAR ARUM
2015-33-019

**“PENGARUH RELAKSASI LIMA JARI TERHADAP TINGKAT
KECEMASAN PADA PENDERITA HIPERTENSI DI RUMAH SAKIT
PATRIA IKKT JAKARTA TAHUN 2019”**

6 BAB + 70 Halaman + 15 Tabel + 6 Skema + 4 Gambar + 9 Lampiran

ABSTRAK

Prevalensi hipertensi di Indonesia mengalami peningkatan menjadi 34,1% dari populasi penduduk. Kecemasan dapat memicu terjadinya peningkatan adrenalin yang berpengaruh pada aktivitas jantung dan dapat meningkatkan tekanan darah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh relaksasi lima jari terhadap tingkat kecemasan pada penderita hipertensi di Rumah Sakit Patria IKKT Jakarta Tahun 2019. Jumlah responden sebanyak 49 orang. Teknik pengambilan sample menggunakan teknik *non probability* dengan *purposeive sampling*. Metode yang digunakan adalah *pre-eksperimental* dengan pendekatan *one group pre-post test design*. Alat pengumpulan data adalah kuesioner *HARS*. Analisa data menggunakan uji *wilcoxon signed rank test*. Hasil penelitian didapatkan hasil *p-value* sebesar 0,000 (<0,05) yang berarti terdapat pengaruh bermakna antara relaksasi lima jari terhadap tingkat kecemasan pada penderita hipertensi di Rumah Sakit Patria IKKT Jakarta Tahun 2019. Disarankan untuk pihak Rumah Sakit Patria IKKT perlu menerapkan kebijakan baru agar relaksasi lima jari dapat diterapkan dan dijalankan sebagai pengobatan non farmakologis.

Kata kunci : Terapi, Relaksasi Lima Jari, Kecemasan, Hipertensi
Kepustakaan : 45 (2003 – 2019)