

**Program Studi Keperawatan Program Sarjana
Fakultas Keperawatan, Bisnis dan Teknologi
Universitas Widya Husada Semarang, April 2025**

ABSTRAK

Cesario Dos Santos

**PENGARUH *SELFHIPNOSIS* DENGAN AUDIOTERAPI TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI
PUSKESMAS PEMBANTU ASALAU**

VI + 67 Halaman + 11 Tabel + 3 Gambar + 13 Lampiran

Latar Belakang: Pasien yang mengalami peningkatan tekanan darah perlu penanganan untuk menurunkan tekanan darah karena akan membahayakan jika tidak ditangani. Penanganan untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi dapat dilakukan baik dengan cara farmakologi maupun non farmakologi. Penanganan nonfarmakologi yang bisa dilakukan untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi yaitu *selfhipnosis* dengan audioterapi.

Tujuan: Tujuan penelitian ini yaitu untuk menganalisis pengaruh *selfhipnosis* dengan audioterapi terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

Metode: Metode penelitian yang digunakan yaitu *quasi eksperimen design* dengan rancangan *one group pretest and posttest design*. Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Pembantu Asalau pada bulan Februari 2025. Populasi penelitian adalah pasien hipertensi yang berkunjung ke Puskesmas Pembantu Asalau dengan jumlah sampel 60 orang. Pengumpulan data menggunakan SOP *selfhipnosis* dengan audioterapi dan pengukuran tekanan darah menggunakan *sphygmomanometer*. Penelitian ini sudah dilakukan uji etik dengan No: 71/EC-LPPM/UWHS/IV-2025. Uji yang digunakan dalam penelitian adalah uji *wilcoxon signed ranks*.

Hasil: Hasil uji spss menggunakan uji *wilcoxon signed ranks* menunjukkan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima.

Kesimpulan: Terdapat pengaruh *selfhipnosis* dengan audioterapi terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Pembantu Asalau.

Kata Kunci : Audioterapi; *Selfhipnosis*; Tekanan darah

Daftar Pustaka : 67 (2016-2024)

**Nursing Study Program Undergraduate Program
Faculty of Nursing, Business and Technology
Widya Husada University Semarang, Apryl 2025**

ABSTRACT

Cesario Dos Santos

**THE EFFECT OF SELFHYPNOSIS WITH AUDIOTHERAPY ON
REDUCING BLOOD PRESSURE IN PATIENTS HYPERTENSION AT
ASALAU PUBLIC HEALTH POST**

VI + 67 Thing + 11 Tables +3 Figures + 13 Attachments

Backgraund: Patients who experience increased blood pressure need treatment to lower blood pressure because it will be dangerous if not treated. Treatment to lower blood pressure in hypertensive patients can be done either pharmacologically or non-pharmacologically. Non-pharmacological treatment that can be done to lower blood pressure in hypertensive patients is self-hypnosis with audiototherapy.

Purpose: The purpose of this study was to analyze the effect of self-hypnosis with audiototherapy on lowering blood pressure in hypertensive patients.

Method: The research method used was a quasi-experimental design with a one-group pretest and posttest design. This research was conducted at the Asalau Sub-Health Center in February 2025. The study population was hypertensive patients who visited the Asalau Sub-Health Center with a sample size of 60 people. Data collection used SOP self-hypnosis with audiototherapy and blood pressure measurement using a sphygmomanometer. This research has undergone ethical testing with No: 71/EC-LPPM/UWHS/IV-2025. The test used in the study was the Wilcoxon signed ranks test.

Result: The results of the SPSS test using the Wilcoxon signed ranks test showed a significance value of 0.000 ($p < 0.05$), which means that H_0 is rejected and H_a is accepted.

Conclution: There is an effect of self-hypnosis with audiototherapy on reducing blood pressure in hypertensive patients at the Asalau Sub-Health Center.

Keywords : Audiototherapy; Selfhypnosis; Blood Pressure

Bibliography : 67 (2016-2024)

