

ABSTRAK

Hipertensi (tekanan darah tinggi) merupakan suatu keadaan di mana tekanan darah mengalami peningkatan secara berkelanjutan dengan tekanan darah pada sistolik >140 mmHg dan tekanan darah pada diastolik >90 mmHg. Seringnya muncul gejala yang jelas pada penderita hipertensi membuat mereka merasa cemas tentang kondisi kesehatannya dan kecemasan pada pasien hipertensi dapat dikelola melalui pemberian terapi genggam jari. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pemberian terapi genggam jari terhadap tingkat kecemasan pasien hipertensi. Penelitian ini adalah penelitian eksperimen semu (Quasi Experiment) menggunakan pendekatan one group pre and post test design. Penelitian dilakukan di Puskesmas Simpang Kiri Kecamatan Tenggulun Kabupaten Aceh Tamiang. Populasi penelitian sebanyak 32 orang, dan keseluruhan digunakan sebagai sampel serta cara penarikan sampel dengan total sampling. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat dengan menggunakan uji paired sample t test pada tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$). Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum pemberian terapi genggam jari, mayoritas pasien hipertensi merasakan kecemasan dalam tingkat berat (59,4%) dengan nilai rata-rata yaitu $29,66 \pm 6,204$, sedangkan setelah pemberian terapi genggam jari, mayoritas pasien hipertensi merasakan kecemasan dalam tingkat ringan (43,7%) dengan nilai rata-rata yaitu $17,84 \pm 4,800$. Pemberian terapi genggam jari berpengaruh signifikan terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien hipertensi di Puskesmas Simpang Kiri Kecamatan Tenggulun Kabupaten Aceh Tamiang, diperoleh $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$. Disarankan kepada staf medis yang bertugas di Puskesmas Simpang Kiri Kecamatan Tenggulun Kabupaten Aceh Tamiang untuk mengaplikasikan intervensi pengelolaan kecemasan dengan memberikan terapi genggam jari kepada pasien hipertensi untuk mengelola tingkat kecemasan mereka.

Kata Kunci : Kecemasan, Hipertensi, Terapi Genggam Jari