BAB V
HASIL PENELITIAN

A. Jalannya Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Kuala Lempuing Kecamatan Ratu Agung Kota Bengkulu, untuk pelaksanaan penelitian dimulai pada 1 September hingga 27 November 2024. Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan dan Layak etik dari Komisi Etik Poltekkes Kemenkes Bengkulu dan izin resmi dari Kesbangpol Kota Bengkulu, Dinas Kesehatan Kota Bengkulu, serta Puskesmas Kuala Lempuing Kota Bengkulu.

Dalam pelaksanaan penelitian, peneliti bekerja sama dengan kader lansia dari Puskesmas Kuala Lempuing Kota Bengkulu dan warga setempat sebagai pendukung kegiatan. Sebelum memulai penelitian, peneliti mengumpulkan data mengenai lansia yang menderita hipertensi melalui survei berdasarkan informasi dari Puskesmas Kuala Lempuing dan kader lansia di Kelurahan Lempuing Kecamatan Ratu Agung Kota Bengkulu.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Kuala lempuing, dengan lokasi pengambilan data di dua Posbindu, yaitu Posbindu RT 11 dan Posbindu RT 03. Kedua Posbindu ini merupakan fasilitas pelayanan kesehatan yang diselenggarakan oleh Puskesmas Kuala lempuing dan melibatkan warga lansia di wilayah Puskesmas Kuala Lempuing, meskipun target populasi mencakup seluruh lansia hipertensi di wilayah ini, pengambilan data difokuskan di Posbindu RT 11 dan Posbindu RT 03 karena kedua lokasi tersebut aktif melaksanakan kegiatan Posbindu secara rutin.

Di Posbindu RT 11, proses pengumpulan data dilakukan dengan metode wawancara langsung secara *door-to-door* menggunakan lembar observasi dan lembar persetujuan. Pengukuran tekanan darah dilakukan untuk memastikan bahwa calon responden memenuhi kriteria inklusi, yaitu lansia hipertensi tanpa komplikasi atau penyakit penyebab hipertensi. Dari hasil seleksi, diperoleh 17 lansia yang memenuhi kriteria, dan 16 lansia dipilih secara *simple random*

sampling untuk dijadikan sampel kelompok intervensi. Proses serupa dilakukan di Posbindu RT 03, di mana melalui wawancara *door-to-door* dan pengukuran tekanan darah, diperoleh 21 lansia yang memenuhi kriteria inklusi. Dari jumlah tersebut, 16 lansia dipilih secara *simple random sampling* sebagai sampel untuk kelompok kontrol.

Dengan demikian, total sebanyak 32 lansia hipertensi yang memenuhi kriteria inklusi dijadikan responden penelitian dengan 16 lansia berasal dari Posbindu RT 11 (kelompok intervensi) dan 16 lansia dari Posbindu RT 03 (kelompok kontrol). Meskipun pengambilan sampel dilakukan di dua lokasi Posbindu, sampel tersebut mewakili lansia hipertensi yang tersebar di seluruh kawasan Kuala Lempuing.

Kegiatan penelitian berlangsung selama dua minggu dengan pelaksanaan intervensi yang terbagi antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Pada minggu pertama, terapi kombinasi Akupresur dan *Emotional Freedom Technique* (EFT) diberikan kepada kelompok intervensi selama tiga hari. Terapi kombinasi ini dilakukan secara bersamaan, di mana peneliti memberikan tekanan pada titik-titik akupresur sekaligus melaksanakan teknik EFT pada titik-titik meridian tubuh. Akupresur dilakukan dengan memberikan tekanan lembut menggunakan ujung jari pada titik-titik akupunktur yang telah ditentukan, yaitu *Yongquan* (KV1), *Taichong* (LR3), *Hegu* (LI4), *Neiguan* (PC6), *Jian Jing* (GB21), *Feng Chi* (GB20), dan *Bai Hui* (GV20). Secara bersamaan, teknik EFT dilakukan dengan mengetuk ringan memanfaatkan ujung jari untuk menekan titik-titik meridian pada tubuh, yaitu Titik Karate (*Karate Chop Point*), Titik Atas Kepala (*Top of the Head*), Titik Alis (*Eyebrow Point*), Titik Samping Mata (*Side of the Eye*), Titik Bawah Mata (*Under the Eye*), Titik Bawah Hidung (*Under the Nose*), Titik Dagu (*Chin Point*), Titik Tulang Selangka (*Collarbone Point*), dan Titik Bawah Lengan (*Under the Arm*).

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Selama pelaksanaan terapi, responden diminta untuk fokus pada perasaan negatif yang dirasakan sambil mengikuti arahan afirmasi positif dari peneliti. Prosedur terapi berlangsung selama 10-30 menit dan diakhiri dengan pengukuran tekanan darah setelah terapi (*post-test*). Proses ini diulangi secara sistematis pada hari pertama, kedua, dan ketiga, dengan langkah yang sama setiap harinya, dimulai dari pengukuran tekanan darah sebelum terapi (*pre-test*), pelaksanaan terapi kombinasi, hingga pengukuran tekanan darah setelah terapi (*post-test*).

Pada minggu kedua, kelompok kontrol mendapatkan terapi pembanding berupa Relaksasi Otot Progresif. Terapi ini dilakukan selama tiga hari, dengan pelaksanaan dimulai dari pengukuran tekanan darah sebelum terapi (*pre-test*), diikuti sesi latihan relaksasi. Teknik relaksasi melibatkan penegangan dan pelepasan otot secara bertahap, dimulai dari otot wajah, leher, bahu, hingga kaki. Responden diminta menegangkan otot selama 5-10 detik sebelum melepaskannya secara perlahan, dengan panduan dari peneliti untuk memastikan teknik dilakukan dengan benar. Prosedur ini berlangsung selama 10-30 menit dan diakhiri dengan pengukuran tekanan darah setelah terapi (*post-test*). Setiap langkah diulangi pada hari pertama, kedua, dan ketiga dengan cara yang sama.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Selama penelitian, semua responden menunjukkan sikap kooperatif, dan tidak ada yang mengundurkan diri. Proses pelaksanaan intervensi dilakukan sesuai protokol penelitian untuk menjaga validitas dan reliabilitas hasil penelitian.

B. Analisis Univariat

Karakteristik variabel, seperti jenis kelamin, riwayat keluarga, tingkat stres dan kebiasaan merokok, dianalisis menggunakan distribusi frekuensi dengan menampilkan nilai persentasenya. Sementara itu, variabel usia serta tekanan darah sebelum dan sesudah intervensi dianalisis menggunakan ukuran tendensi sentral, yaitu mean, median, standar deviasi, serta nilai minimum dan maksimum dalam *confidence interval* (CI) 95%. diperoleh sebagai berikut:

1. Gambaran Karakteristik Responden

Tabel 5.1
Gambaran Mean Median Usia Responden diwilayah Puskesmas Kuala Lempuing Kota bengkulu Tahun 2024 (N=32)

Karakteristik	Intervensi	Kontrol
Usia		
Mean	63,19	65,38
Median	61,00	65,00
Standard deviation	4,370	3,981
Min-Maks	60-72	60-71
CI *for Mean* 95%	60,86-65,52	63,25-67,50

Berdasarkan tabel diatas pada kelompok intervensi, rata-rata usia responden adalah 63,19 tahun dengan Standar deviasi sebesar 4,370 tahun, dan *CI for mean* 95% 60,86-65,52. Pada kelompok kontrol, rata-rata usia reponden 65,38 tahun dengan standar deviasi 3,981. dan *CI for mean* 95% 63,25-67,50. Dapat dijelaskan bahwa sebagian besar responden dalam penelitian ini termasuk dalam kategori *elderly* (lanjut usia) menurut WHO (2015), yaitu usia 60-74 tahun.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Tabel 5.2
Gambaran Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin, Riwayat Keluarga, Tingkat Stes dan Riwayat Kebiasaan Merokok Responden di wilayah Puskesmas Kuala Lempuing Kota bengkulu Tahun 2024 (N=32)

Karakteristik	n	Intervensi %	n	Kontrol %
Jenis Kelamin				
Laki-laki	5	31,3 %	7	43,8 %
Perempuan	11	68,8 %	9	56,3 %
Riwayat Keluarga				
Ada	12	75 %	8	50 %
Tidak ada	4	25 %	8	50 %
Tingkat Stres				
Ringan	7	43,8 %	9	56,3 %
Tidak ada	9	56,3 %	7	43,8 %
Riwayat Kebiasaan Merokok				
Ringan	3	18,8 %	2	12,5 %
Tidak ada	13	81,3 %	14	87,5 %
Jumlah (N)	16		16	

Sebagian besar responden dalam kelompok intervensi adalah perempuan, yaitu sebesar (68,8%), sedangkan pada kelompok kontrol, Sebagian besar adalah perempuan, yaitu (56,3%). Sebagian besar responden dalam kelompok intervensi memiliki riwayat keluarga dengan hipertensi, yaitu (75,0%), sedangkan pada kelompok kontrol, hanya setengahnya yang

memiliki riwayat keluarga hipertensi, yaitu (50,0%). Sebagian kecil responden dalam kelompok intervensi memiliki tingkat stres ringan, yaitu (43,8%), sedangkan pada kelompok kontrol, Sebagian besar responden memiliki tingkat stres ringan, yaitu (56,3%). Sangat sedikit responden dalam kelompok intervensi memiliki kebiasaan merokok ringan, yaitu (18,8%), sedangkan pada kelompok kontrol, lebih sedikit lagi yang memiliki kebiasaan merokok ringan, yaitu (12,5%).

2. Gambaran Rata-rata Tekanan Darah Sebelum dan setelah Diberikan intervensi pada kelompok intervensi dan kelompok Kontrol

Tabel 5.3
Gambaran distribusi rerata tekanan darah sistolik sebelum dan setelah diberikan intervensi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol diwilayah Puskesmas Kuala Lempuing Kota Bengkulu tahun 2024 (N=32)

Variabel	Intervensi	Kontrol
Tekanan darah sistolik pre		
Mean	158	159
Median	159	159
Standard deviation	6,272	4,442
Min-Maks	150-170	150-165
CI *for Mean* 95%	154,66-161,34	156,63-161,37
Tekanan darah sistolik post		
Mean	136	150,19
Median	135	150
Standard deviation	4,099	3,351
Min-Maks	130-145	143-155
CI *for Mean* 95%	133,82-238,18	148,40-151,97

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Tabel 5.4
Gambaran distribusi rerata tekanan darah diastolik sebelum dan setelah diberikan intervensi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol diwilayah Puskesmas Kuala Lempuing Kota Bengkulu tahun 2024 (N=32)

Variabel	Intervensi	Kontrol
Tekanan darah diastolik pre		
Mean	97,38	97,25
Median	97,50	97,50
Standard deviation	4,288	3,088
Min-Maks	90-105	93-105
CI *for Mean* 95%	95,09-99,66	95,6-98,90
Tekanan darah diastolik post		
Mean	84,19	90,06
Median	85	90
Standard deviation	2,786	1,806
Min-Maks	80-90	88-95
CI *for Mean* 95%	82,70-85,67	89,10-91,02

Hasil analisis didapatkan bahwa pada kelompok intervensi, rata-rata tekanan darah sistolik sebelum diberikan terapi Kombinasi Akupresur dan *Emotional Freedom Technique* (EFT) adalah 158 mmHg, dengan standar deviasi 6,272 mmHg dan rentang 150-170 mmHg. Setelah intervensi, rata-rata tekanan darah sistolik menurun menjadi 136 mmHg, dengan standar deviasi 4,099 mmHg dan rentang 130-145 mmHg. Rata-rata tekanan darah diastolik juga menunjukkan penurunan dari 97,38 mmHg, standar deviasi 4,288 mmHg, rentang 90-105 mmHg, menjadi 84,19 mmHg, standar deviasi 2,786 mmHg, rentang 80-90 mmHg.

Hasil analisis didapatkan bahwa pada kelompok kontrol, rata-rata tekanan darah sistolik sebelum diberikan terapi Relaksasi Otot Progresif adalah 159 mmHg, dengan standar deviasi 4,442 mmHg dan rentang 150-165 mmHg. Setelah intervensi, rata-rata tekanan darah sistolik menurun menjadi 150,19 mmHg, dengan standar deviasi 3,351 mmHg dan rentang 143-155 mmHg. Rata-rata tekanan darah diastolik pada kelompok ini juga menurun dari 97,25 mmHg, standar deviasi 3,088 mmHg, rentang 93-105 mmHg, menjadi 90,06 mmHg, standar deviasi 1,806 mmHg, rentang 88-95 mmHg.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

C. Analisis Bivariat

Sebelum melakukan analisis bivariat, normalitas data diuji dengan metode *Shapiro-Wilk*. untuk menentukan apakah data berdistribusi normal atau tidak. Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan Shapiro-Wilk, data tekanan darah sistolik pre pada kelompok intervensi ($p = 0,168$) dan kontrol ($p = 0,118$), serta data tekanan darah diastolik pre pada kelompok intervensi ($p = 0,545$) dan kontrol ($p = 0,174$), menunjukkan distribusi normal ($p > 0,05$). Sebaliknya, data tekanan darah sistolik post pada kelompok kontrol ($p = 0,015$) serta data tekanan darah diastolik post pada kelompok intervensi ($p = 0,015$) dan kontrol ($p = 0,003$) tidak berdistribusi normal ($p < 0,05$). Oleh karena itu, analisis lebih lanjut dilakukan dengan menggunakan uji nonparametrik. Untuk membandingkan perbedaan tekanan darah *pre* dan *post* dalam kelompok yang sama, digunakan *Wilcoxon Signed-Rank* Test dengan α 5% (*p-Value* < 0,05).

Sementara Untuk membandingkan perbedaan tekanan darah sistolik dan diastolik antara kelompok intervensi dan kontrol, digunakan *Mann-Whitney U Test,* dengan α 5% (*p-Value* < 0,05).

1. Gambaran Perbedaan tekanan darah pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol

Tabel 5.4
Gambaran Perbedaan tekanan darah pada kelompok intervensi

Variabel		N	*Mean*	*Median*	*Std. Deviation*	*Min-Maks*	*CI for Mean 95%*	*p value*
Kelompok Intervensi								
Tekanan darah sistolik	Pre	16	158	159	6,272	150-170	154,66-161,34	0.000
	Post	16	136	135	4,099	130-145	133,82-238,18	
Tekanan darah diastolik	Pre	16	97,38	97,50	4,288	90-105	95,09-99,66	0.000
	Post	16	84,19	85	2,786	80-90	82,70-85,67	

**Wilcoxon Signed Ranks Test, α 5% (p-Value < 0,05).*

Tabel 5.5
Gambaran Perbedaan tekanan darah pada kelompok kontrol

Variabbel		N	*Mean*	*Median*	*Std. Deviation*	*Min-Maks*	CI for Mean 95%	*P value*
Kelompok Kontrol								
Tekanan darah sistolik	Pre	16	159	159	4,442	150-165	156,63-161,37	0.000
	Post	16	150,19	150	3,351	143-155	148,40-151,97	
Tekanan darah diastolik	Pre	16	97,25	97,50	3,088	93-105	95,6-98,90	0.000
	Post	16	90,06	90	1,806	88-95	89,10-91,02	

**Wilcoxon Signed Ranks Test,* α 5% (*p-Value* < 0,05).

Hasil analisis mengunakan *Wilcoxon Signed Ranks Test* menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan pada tekanan darah setelah diberikan intervensi baik pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol. Pada kelompok intervensi yang mendapatkan terapi kombinasi Akupresur dan *Emotional Freedom Technique* (EFT), nilai p untuk tekanan darah sistolik dan diastolik masing-masing adalah 0,000, yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara tekanan darah sebelum dan setelah intervensi.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Hal yang sama juga terjadi pada kelompok kontrol yang diberikan intervensi relaksasi otot progresif, dengan nilai p untuk tekanan darah sistolik dan diastolik masing-masing 0,000, yang juga menunjukkan perbedaan signifikan antara tekanan darah sebelum dan setelah intervensi. Berdasarkan hasil ini, dapat disimpulkan bahwa kedua intervensi memiliki dampak yang signifikan terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.

2. Gambaran Rerata Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Setelah Diberikan Intervensi antara Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol

Tabel 5.6
Gambaran Perbedaan Rerata Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Setelah Diberikan Intervensi antara Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol

Kelompok (n = 32)	Selisih Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik		
	Mean	SD	*P Value*
Selisih TD Sistolik			
Intervensi	22,00	2.921	0,000
Kontrol	8,81	1.682	
Selisih TD Diastolik			
Intervensi	13.19	2.007	0,000
Kontrol	7,19	1.870	

* *Mann-Whitney Test,* α 5% (*p-Value* < 0,05).

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Berdasarkan hasil analisis dengan uji *Mann-Whitney*, nilai p sebesar 0,000 pada kedua variabel (sistolik dan diastolik) untuk kedua kelompok, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara kelompok intervensi dan kontrol. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis alternatif (Ha) diterima, yaitu terdapat pengaruh terapi kombinasi Akupresur dan *Emotional Freedom Technique* (EFT) terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di wilayah Puskesmas Kuala Lempuing Kota Bengkulu.