

## ABSTRAK

Skripsi dengan judul "Pengaruh *Rational-Emotive Behavior Therapy* (REBT) Berbasis *Tazkiyatun Nafs* terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Esensial" ini ditulis oleh Virgo Nandang Setiawan, NIM. 2833123019 yang dibimbing oleh Achmad Sauqi, M.Pd.I.

Ketidakstabilan emosi dan stres merupakan faktor resiko yang sangat berpengaruh pada peningkatan tekanan darah penderita hipertensi esensial. Oleh karena itu, menjaga kestabilan emosi dan menurunkan tingkat stres harus dilakukan agar tekanan darah penderita hipertensi dapat menurun dan stabil. Penurunan tingkat stres dan kestabilan emosi dapat difasilitasi oleh terapi psikologi, sehingga juga harus dicari tahu apakah terapi psikologis berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi.

Untuk mengkajinya, maka penelitian ini dilakukan dengan rumusan masalah sebagai berikut: 1) Apakah intervensi REBT berbasis *tazkiyatun nafs* berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi esensial? 2)Seberapa besar pengaruh intervensi REBT berbasis *tazkiyatun nafs* terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi esensial?

Guna menjawab rumusan masalah di atas, penelitian ini dilakukan dengan rancangan penelitian *methode of difference* untuk mencari perbedaan nilai sebelum dan setelah dilakukan intervensi. Sedangkan metode penelitian yang digunakan adalah *mixed methodes* dengan pendekatan primer kuantitatif dan kualitatif sebagai pendekatan sekunder. Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Bendilwungu dengan subjek sampel berjumlah lima orang yang ditentukan dengan metode *purposive sampling*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa; 1) Berdasarkan uji statistik, nilai  $Z = -2,032$ , dengan nilai Asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0,042 ( $<0,05$ ) pada uji data tekanan darah sistolik dan pada uji tekanan diastolik, nilai  $Z = -2,032$ , dengan nilai Asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0,042 ( $<0,05$ ). Maka, itu berarti intervensi yang diberikan berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah subjek. 2) Pada uji *positive-negative ranks test* untuk data tekanan darah sistolik diketahui nilai *negative ranks* adalah 5 dan nilai *positive ranks* adalah 0. Selanjutnya, pada data tekanan darah diastolik, nilai *negative ranks* 5 dan *positive ranks* 0. Maka dari hasil uji *positive-negative ranks test* tersebut dapat diketahui bahwa besar pengaruh pemberian intervensi pada subjek adalah 100%.

Temuan dari data kualitatif menunjukkan bahwa subjek juga mengalami perubahan kognisi dan suasana hati. Para subjek menunjukkan adanya perubahan pola pikir lebih konstruktif dan rasional. Mereka juga merasa lebih tenang, percaya diri dan merasa senang setelah mengikuti sesi terapi yang diberikan. Dengan demikian, hipotesis nihil ditolak dan hipotesis kerja diterima. REBT berbasis *tazkiyatun nafs* berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi esensial di Puskesmas Bendilwungu.

Kata kunci: *Rational-Emotive Behavior Theraphy*, *Tazkiyatun Nafs*, Hipertensi Esensial



## ABSTRACT

This thesis entitled “Pengaruh Rational-Emotive Behaviour Therapy (REBT) Berbasis Tazkiyatun Nafs terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Esensial” written by Virgo Nandang Setiawan, NIM 2833123019 and advised by Achmad Sauqi, M.Pd.I

The unstable of emotion and stress are the risk factors that influence with the increasing of blood pressure of essential hypertension patient. Therefore, keep the emotion stabilization and decrease the stress level was had to do, so the blood pressure of hypertension patient is decrease then become stable. The decreasing of the stress level and the emotion stabilization can facilitated by psychology therapy, so it is important to find out is psychology therapy gave influence for the decreasing of blood pressure of hypertension patient.

To investigate it, this research did by research problems; 1) Is intervention REBT with the basis *tazkiyatun nafs* gave influence for the decreasing of blood pressure of essential hypertension patient? 2) How much the influence of intervention REBT with the basis *tazkiyatun nafs* for the decreasing of blood pressure of essential hypertension patient.

To answer the research problems above, this research did by research planning method of difference to find the differences between the value before and after did the intervention. While, the research method that used was mixed methodes with the quantitative and qualitative primer phenomenological as secondary phenomenological. This research did in Puskesmas Bendilwungu with five people as the sample subjects which decided by purposive sampling method.

The result of research showed that; 1) Based with statistic experiment, value of  $Z = -2,032$  with the value of Asymp. Sig (2-tailed) was 0,0042 ( $<0,05$ ) in the data experiment of the blood pressure sistolik and in the data experiment of the blood pressure diastolik, value of  $Z = -2,032$ , with the value of Asymp. Sig (2 tailed) was 0,042 ( $<0,05$ ). So, it means that intervention which given gave an influence for the decreasing of blood pressure. 2) In positive-negative ranks test experiment for the data the blood pressure sistolik was known that value of negative ranks was 5 and value of positive ranks was 0. So, from the result of that positive-negative ranks test experiment was known that the amount of the influence of intervention to subjects was 100%.

The findings from the qualitative data showed that the subject felt the changing of kognition and feeling. The subjects showed that there was the changing of their mindset that more constructive and rational. They also felt more calm, confidence and felt happy after followed therapy session which given. So, nil hypothesis was rejected and work hypothesis was received. REBT with the basis *tazkiyatun nafs* gave an influence for the decreasing of blood pressure of essential hypertension patient in Puskesmas Bendilwungu.

Keyword: Rational-Emotive Behavior Therapy, *Tazkiyatun Nafs*, Essential Hypertension

## ملخص

الرسالة تحت عنوان تأثير العلاج السلوكي العقلاني الانفعالي وبناء لتقليل مرضى ضغط الدم مع ارتفاع ضغط الدم الأساسي كتبها فرقا ننداع ستيان تحت إشراف أحمد شوقي

عدم الاستقرار العاطفي والتوتر هو أحد عوامل الخطر الذي هو مؤثر جدا في زيادة ضغط الدم من المرضى الذين يعانون من ارتفاع ضغط الدم. ولذلك، يجب أن يتم الحفاظ على الاستقرار العاطفي وانخفاض مستويات التوتر حتى أن ضغط الدم لمرضى ارتفاع ضغط الدم ويمكن خفض واستقرار. وانخفاض مستويات التوتر والاستقرار العاطفي يمكن أن تيسره العلاج النفسي، فلذلك ينبغي أيضا أن يسعى لمعرفة ما إذا كان تأثير العلاج النفسي إلى انخفاض في ضغط الدم لمرضى ارتفاع ضغط الدم.

وأجرى هذا البحث مع صياغة المشكلة على النحو التالي: هل العلاج السلوكي العقلاني الانفعالي تدخل تركيبة النفس أساس تأثير على الحد من ضغط الدم لمرضى ارتفاع ضغط الدم الأساسي؟ كم تدخل العلاج السلوكي العقلاني الانفعالي استنادا تركيبة النفس النفوذ لتقليل مرضى ضغط الدم مع ارتفاع ضغط الدم؟

وللرد على صياغة المشكلة أعلاه، وقد أجريت هذه الدراسة من قبل تصميم البحوث طريقة الفرق للبحث عن الاختلافات في القيم قبل وبعد التدخل. بينما منهج البحث المستخدم هو مختلط مع النهج الكمي والنوعي الأساسي كنهج الثانوي. وقد أجريت هذه الدراسة في المركز الصحي بديل ووعو مع موضوع خمس عينات تم تحديدها من قبل طريقة أخذ العينات هادف.

وأظهرت النتائج أن بناء على اختبار إحصائي، وقيمة  $Z = -2.032$  ، بقيمة سيح و الذيل من  $0.042$   $0.05$  في اختبار البيانات ضغط الدم الانقباضي والانبساطي اختبار الضغط، وقيمة  $Z = -2.032$  ، بقيمة سيح الذيل من  $0.042$  ( $0.05 >$ ). لذلك، وهو ما يعني أن يعطى التدخل تأثير لانخفاض في ضغط الدم لهذا الموضوع. في اختبار إيجابية سلبية في المرتبة الاختبار

للحصول على بيانات ضغط الدم الانقباضي يعرف القيمة 5 و صفوف السلبية في المرتبة قيمة إيجابية هي 0. وعلاوة على ذلك، فإن البيانات ضغط الدم الانبساطي، وهو قيمة سالبة صفوف 5 و 0. ثم من صفوف إيجابية نتائج الاختبار - صفوف الفحص سلبية، فمن المعروف أن تأثير كبير للتدخل في هذا الموضوع هو 100٪.

وأظهرت النتائج من البيانات النوعية في الموضوعات التي شهدت أيضا تغييرات في الإدراك والمزاج. أظهرت الموضوعات تغييرا في العقلية هو أكثر إيجابية وعقلانية. أنهم يشعرون أيضا أكثر هدوءا، واثقة وأشعر أنني بحالة جيدة بعد جلسة علاج معين. وبالتالي، يتم رفض فرضية العدم ويتم قبول فرضية العمل. العلاج السلوكي العقلاي الانفعالي تركية النفس أساس تأثير على الحد من ضغط الدم في المرضى الذين يعانون من ارتفاع ضغط الدم مركز صحي بنديل ووعو.