

BAB III
HASIL DAN ANALISIS

A. PICO

Tabel 3.1 PICO (Problem, Intervention, Comparison, Outcome)

P (Problem/Pasien)	:	Penderita Hipertensi
I (Intervention)	:	Imajinasi Terbimbing (<i>Guided Imagery</i>)
C (Comparison)	:	Tidak ada pembandingan
O (Outcome)	:	Penurunan tekanan darah
Pertanyaan Klinis		Apakah terapi imajinasi terbimbing (<i>Guided Imagery</i>) mempunyai pengaruh untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi ?

B. Critical Appraisal artikel ilmiah melalui pendekatan VIA (*Validity, Importancy, dan Applicability*)

Tabel 3.2 VIA (*Validity, Importancy, dan Applicability*)

NO	JURNAL	VALIDITY	IMPORTANCY	APPLICABILITY
1.	<p>Judul: Pemberian Relaksasi Imajinasi TERbimbing untuk Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Jepang Kecamatan Mojobo Kabupaten Kudus</p> <p>Penulis: Mia Oktaviani</p>	<p>V1: Jurnal ini menggunakan sample di wilayah Desa Jepang Kecamatan Mojobo Kabupaten Kudus pada tanggal 17-30 Mei 2019. Subjek kasus sebanyak 2 lansia penderita hipertensi dengan rentang usia 53-56 tahun dengan pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara, observasi, dan dokumentasi</p> <p>Kesimpulan: Penelitian ini tidak menjelaskan kriteria inklusi dan eksklusi. Metode pengambilan data bersifat random.</p>	<p>Pada penelitian ini menjelaskan bawa relaksai imajinasi terbimbing dapat menurunkan tekanan darah pasien hipertensi</p> <p>Penelitian ini memiliki kontribusi dalam meningkatkan asuhan keperawatan bagi penderita hipertensi untuk menurunkan tekanan darah pasien.</p>	<p>Dari penelitian ini dapat diaplikasikan dan diterapkan karena tidak perlu mengeluarkan biaya dan bisa dilakukan oleh semua perawat. Dari hasil penelitian juga di sebutkan bahwa adanya penurunan tekanan darah pada lansia yang melakukan terapi imajinasi terbimbing</p>

	<p>Hirza Ainin Nur</p> <p>Tahun: 2019</p> <p>(Mia Oktaviani, 2019)</p>	<p>V2:</p> <p>Rancangan studi kasus yang digunakan yaitu studi kasus pre dan post yang bertujuan untuk menggambarkan pemberian relaksasi imajinasi terbimbing terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi</p> <p>Prosedur pelaksanaan intervensi:</p> <p>Pelaksanaan intervensi ini dilakukan 1 kali dalam satu hari selama 14 hari dengan durasi 15 menit.</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Prosedur tidak dijelaskan secara detail, hanya disebutkan durasi dan frekuensinya saja. Sehingga pembaca tidak mengetahui prosedur lengkapnya.</p>		
--	---	--	--	--

		<p>V3:</p> <p>Pada penelitian ini tidak ada factor perancu pada pasien saat melakukan penelitian.</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Pemilihan sample homogeny sehingga tidak ada factor perancu.</p> <p>V4:</p> <p>penelitian dengan judul pengaruh pemberian relaksasi imajinasi terbimbing terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi yang dilakukan di wilayah kerja puskesmas Tigo Baleh, didapatkan hasil bahwa nilai rata rata penurunan tekanan darah sebelum teknik relaksasi imajinasi terbimbing adalah 162,0 untuk sistolik dan 93,33 untuk diastolik. Nilai rata-rata sesudah dilakukan teknik relaksasi</p>		
--	--	--	--	--

		<p>imajinasi terbimbing 150,67 untuk sistolik dan 72,62 untuk diastolik. Hal ini berarti ada pengaruh pemberian relaksasi imajinasi terbimbing terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Analisis yang dilakukan tepat, karena hasil sistol dan diastole terdapat perubahan.</p> <p>V5:</p> <p>Efektivitas relaksasi imajinasi terbimbing menurunkan tekanan darah juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Yossi fitriana dan Nilla Wiryanti pada tahun 2017 menyampaikan bahwa relaksasi imajinasi tubuh menjadi lebih rileks.</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Terdapat pembahasan <i>internal casual</i></p>		
--	--	--	--	--

		<i>validity</i> dan <i>eksternal validity</i> , namun pembahasan <i>non internal validity</i> tidak ditemukan.		
2.	<p>Judul:</p> <p>Pengaruh Terapi Relaksasi <i>GUIDED IMAGERY</i> Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi</p> <p>Penulis:</p> <p>Hanan Iko Setyani</p> <p>Arifianto</p> <p>Nana Rohana</p>	<p>V1:</p> <p>Penelitian ini menggunakan sample sebanyak 20 responden yang memenuhi kriteria inklusi untuk dijadikan sampel penelitian, Penelitian dilakukan di Dusun Krajan Desa Leban Boja Kendal pada bulan juli – Agustus 2019.</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Metode pengambilan data bersifat random dengan jumlah sampel hanya kelompok perlakuan.</p> <p>V2:</p> <p>Jenis penelitian ini adalah kuantitatif</p>	<p>Penelitian ini memiliki kontribusi bagi ilmu keperawatan karena bisa dijadikan pelajaran dan bisa di aplikasikan pada rumah sakit yang memiliki pasien hipertensi atau bahkan bisa dilakukan pada saat home care atau keluarga mengalami hipertensi. Hasil penelitian ini juga hasilnya semua responden mengalami penurunan tekanan darah.</p>	<p>Penelitian ini dapat diaplikasikan karena imajinasi terbimbing ini merupakan kegiatan yang dapat membantu seseorang menjadi rileks, tidak stress, menurunkan ketegangan otot, meningkatkan konsentrasi dan dapat menurunkan tekanan darah pasien.</p>

	<p>Tahun: 2019 (Setyani et al., 2019)</p>	<p><i>experiment</i> dengan pendekatan rancangan penelitian <i>one grup pre and post test design without control group</i>. Penelitian ini hanya menggunakan satu kelompok sampel tanpa menggunakan kelompok control. Penelitian ini menggunakan uji normalitas dengan uji shapiro – wilk dan uji alternatif dengan Wilcoxon Signed Rank.</p> <p>Pemberian terapi diberikan selama 15 menit dua kali sebanyak 14 kali pertemuan.</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Prosedur tidak dijelaskan secara detail, hanya disebutkan durasi dan frekuensinya saja. Sehingga pembaca tidak mengetahui prosedur lengkapnya.</p> <p>V3:</p> <p>Penelitian ini tidak memiliki factor perancu</p>		
--	--	--	--	--

		<p>dikarenakan hasil uji penelitian akhirnya bahwa semua responden mengalami penurunan tekanan darah.</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Pemilihan sample homogen sehingga tidak ada factor perancu.</p> <p>V4:</p> <p>Data analisa menyimpulkan ada pengaruh terapi relaksasi guided imagery terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Dusun Krajan Desa Leban Boja Kendal dengan hasil uji stistik Paired T-test didapat p-value = 0,000. Sebelum dilakukan terapi relaksasi guided imagery tekanan darah tertinggi yaitu 200/100 mmHg dan tekanan darah terendah yaitu 140/80 mmHg. Sesudah dilakukan terapi relaksasi guided imagery, tekanan darah tertinggi yaitu 170/90</p>		
--	--	---	--	--

		<p>mmHg dan tekanan darah terendah yaitu 120/80 mmHg.</p> <p>Setelah dianalisis menggunakan uji Paired T-test, terdapat 20 responden mengalami penurunan tekanan darah sistolik dan 12 responden mengalami penurunan tekanan darah diastolik. Tidak ada responden mengalami peningkatan tekanan darah sistolik dan diastolik. Sebanyak 8 responden tidak mengalami perubahan tekanan diastolik. Berdasarkan data analisis, terdapat 8 responden yang mengalami Isolated systolic Hypertension yaitu seseorang yang memiliki tekanan sistolik lebih dari 140 mmHg sementara tekanan diastoliknya berada dibawah 90 mmHg. Keadaan tersebut sering disebabkan karena kekakuan dari aorta atau pembuluh darah besar disekitar jantung akibat proses arteriosklerosis atau</p>		
--	--	---	--	--

		<p>penumpukan lemak pada pembuluh darah.</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Analisis yang dilakukan tepat.</p> <p>V5:</p> <p>Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Hartanti (2015) tentang terapi imajinasi terpimpin menurunkan hipertensi di pekalongan dengan hasil uji t didapatkan hasil $p\text{-value} = 0,001 < 0,05$, hal ini menunjukkan H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga pada penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa ada penurunan tekanan darah pada kelompok eksperimen. Perubahan tekanan darah yang responden alami yaitu sebagian masih ada responden mengalami hipertensi stadium II (≥ 160 mmHg) sebanyak 2 responden, sedangkan sebanyak 14 responden mengalami</p>		
--	--	--	--	--

		<p>perubahan tekanan darah menjadi hipertensi stadium I (140-159 mmHg), dan sebanyak 4 responden mengalami perubahan tekanan darah menjadi prehipertensi (>120-139 mmHg).</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Terdapat pembahasan <i>internal casual validity</i> dan <i>eksternal validity</i>, namun pembahasan <i>non internal validity</i> tidak ditemukan.</p>		
3.	<p>Judul:</p> <p>The Effect of Administratng Imagination Relaxation on The Reduction of Blood Pressure in Elderly</p>	<p>V1:</p> <p>Penelitian ini dilakukan di puskesmas Tigo Baleh Bukittinggi dari januari sampai maret 2017. Dengan jumlah sample sebanyak 15 orang responden dengan kriteria inklusi: penderita hipertensi Usia pertengahan 40-65 tahun; Para penderita hipertensi berjenis</p>	<p>Penelitian ini memiliki kontribusi bagi ilmu keperawatan karena bisa dijadikan pelajaran dan bisa di aplikasikan pada rumah sakit yang memiliki pasien hipertensi atau bahkan bisa dilakukan pada saat home care</p>	<p>Penelitian ini dapat diaplikasikan karena imajinasi terbimbing ini merupakan kegiatan yang dapat membantu seseorang menjadi rileks, tidak stress, menurunkan ketegangan otot,</p>

	<p>Hypertension Patients</p> <p>Penulis:</p> <p>Yossi Fitriana</p> <p>Nilla Wiryanti</p> <p>Tahun: 2018</p> <p>(Fitrina, 2018)</p>	<p>kelamin perempuan; Penderita beragama islam; Penderita hipertensi yang tidak mengonsumsi obat farmakologi; Penderita dengan pola makan yang baik (tidak mengonsumsi garam secara berlebihan; Penderita bukan perokok berat (merokok dengan menghabiskan > 20 batang rokok perhari); Bersedia Bersedia menjadi responden dan menjalani terapi relaksasi imajinasi terbimbing tersebut selama 2 Minggu; Tidak mengalami gangguan pendengaran; Penderita hipertensi yang memiliki tekanan darah (140/90 mmHg – 180-110 mmHg).</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Terdapat kriteria inklusi dan eksklusi. Metode pengambilan data bersifat random sampel.</p> <p>V2:</p>	<p>atau keluarga mengalami hipertensi. Hasil penelitian ini juga hasilnya semua responden mengalami penurunan tekanan darah.</p>	<p>meningkatkan konsentrasi dan dapat menurunkan tekanan darah pasien.</p>
--	--	---	--	--

		<p>Desain (Rancangan) penelitian ini dengan Pre Eksperiment design dengan metode rancangan One Group Pretest Posttest Without Control. Instrumen penelitian adalah Spygmanometer dan lembar observasi, dan analisis secara univariat dan Bivariat menggunakan paired sampel T-test</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Prosedur tidak dijelaskan secara detail.</p> <p>V3:</p> <p>Penelitian ini tidak memiliki factor perancu dikarenakan hasil uji penelitian akhirnya bahwa semua responden mengalami penurunan tekanan darah.</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Pemilihan sample homogeny sehingga tidak</p>		
--	--	---	--	--

		<p>ada factor perancu.</p> <p>V4:</p> <p>Hasil uji normalitas dengan Shapiro Wilk untuk penurunan tekanan darah sebelum Teknik Relaksasi Imajinasi Terbimbing diperoleh nilai p value = 0,30 untuk sistol dan 0,99 untuk diastol dengan $\alpha = 0,05$, penurunan tekanan darah sesudah Teknik Relaksasi Imajinasi Terbimbing dengan nilai p value = 0,10 untuk sistol dan 0,56 untuk diastol dengan $\alpha = 0,05$.</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Analisis yang dilakukan tepat.</p> <p>V5:</p> <p>Berdasarkan bukti penelitian yang terkait sebelumnya oleh (Fuad, dalam Sri Sumartini, dkk 2014) menyatakan bahwa dengan hasil</p>		
--	--	--	--	--

		<p>uji dengan uji beda Wilcoxon Signed Rank Test diperoleh p-value= 0,08 dengan $\alpha = 0,05$ (p-value < α) sehingga hipotesis nol di tolak yang berarti ada perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian teknik relaksasi imajinasi terbimbing pada lansia yang menderita hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kertajati Kabupaten Majalengka Tahun 2014.</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya.</p>		
4.	<p>Judul:</p> <p>Upaya pengendalian tekanan darah pada penderita hipertensi melalui <i>Guided Imagery</i></p>	<p>V1:</p> <p>Kegiatan pengabdian masyarakat ini telah dilaksanakan pada hari senin , 17 Februari 2020 dimulai sejak pukul 08.00- selesai di rumah salah satu kader kesehatan di</p>	<p>Pada penelitian ini menjelaskan bawa relaksai imajinasi terbimbing dapat menurunkan tekanan darah pasien hipertensi</p> <p>Penelitian ini memiliki</p>	<p>Pari penelitian ini dapat diaplikasikan dan diterapkan karena dari hasil penelitian ada penurunan tekanan darah pada lansia yang</p>

	<p>fi Kelurahan Bintaro Kota Mataram</p> <p>Penulis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dewi Nur Sukma Purqoti, - Baik Heni Risprawati - Harlina Putri Rusiana - Ernawati - Baiq Rulli Fatmawati - Marthilda Suprayitna <p>Tahun: 2020 (Purqoti et al., 2020)</p>	<p>kelurahan bintaro kota mataram., dengan target sasaran mencapai 16 Orang. Peserta terdiri dari laki-laki dan perempuan mayoritas peserta berjenis kelamin perempuan, mayoritas peserta berusia diatas 50 tahun berpendidikan mayoritas SD.</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Tidak menjelaskan kriteria inklusi dan eksklusi</p> <p>V2:</p> <p>Adapun metode pelaksanaan kegiatan pengabdian ini adalah :</p> <p>1. Pre Test Pada tahap ini dilakukan pengkajian terhadap pengetahuan warga tentang penyakit hipertensi dan pengukuran tekanan darah sebelum dilakukan penyuluhan</p>	<p>kontribusi dalam meningkatkan asuhan keperawatan bagi penderita hipertensi untuk menurunkan tekanan darah pasien.</p>	<p>melakukan terapi imajinasi terbimbing</p>
--	---	--	--	--

		<p>kesehatan dan pelaksanan guided imagery</p> <p>2. Pemaparan Materi Pada tahap ini dilakukan pemaparan materi tentang konsep dasar hipertensi, penyebab, tanda dan gejala, cara pencegahan dengan metode ceramah dan diskusi menggunakan media LCD. Setelah pemaparan materi, selanjutnya dilakukan diskusi. Warga dipersilahkan untuk bertanya tentang hal-hal yang belum dipahami terkait materi penyuluhan</p> <p>3. Pelaksanaan teknik guided imagery Setelah pemaparan materi selanjutnya dilakukan pelaksanan guided imagery sekitar 15 menit.</p> <p>4. Post Test Pada tahap ini dilakukan pengkajian kembali pengetahuan warga mengenai penyakit hipertensi dan pengukuran tekanan darah post perlakuan</p>		
--	--	---	--	--

		<p>guided imagery</p> <p>5. Monitoring dan Evaluasi Pada tahap ini tim pengabdian masyarakat melakukan evaluasi dan monitoring terhadap Monitoring kembali dilakukan 2 minggu setelah pelaksanaan pengabdian masyarakat.</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Prosedur penelitian lengkap, jadi bisa dipahami oleh pembaca.</p> <p>V3:</p> <p>Tidak ada factor perancu pada penelitian ini.</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Pemilihan sample homogeny sehingga tidak ada factor perancu.</p> <p>V4:</p>		
--	--	--	--	--

		<p>Dari penelitian ini setelah dilakukan intervensi selama dua minggu terdapat penurunan tekanan darah setelah dilakukan intervensi imajinasi terbimbing.</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Analisis yang dilakukan tepat</p> <p>V5:</p> <p>Tidak terdapat hasil penelitian sebelumnya.</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Tidak dijelaskan atau di sebutkan sejalan dengan peneliti sebelumnya.</p>		
5.	<p>Judul:</p> <p>Effect of Considered Imagination on Blood Pressure Hypertension</p>	<p>V1:</p> <p>Penelitian dilakukan terhadap 12 responden yang terdiri dari 8 laki-laki dan 4 perempuan</p>	<p>Penelitian ini memiliki kontribusi bagi ilmu keperawatan karena bisa dijadikan pelajaran dan bisa di aplikasikan pada rumah sakit</p>	<p>Penelitian ini dapat diaplikasikan karena imajinasi terbimbing ini merupakan kegiatan yang dapat membantu</p>

	<p>Patients at Wirda Ilomata retirement home</p> <p>Penulis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Yusrin Aswad - Budi Susanto <p>Tahun: 2019</p> <p>(Aswad & Susanto, 2019)</p>	<p>yang mengalami Hipertensi. Responden mendapatkan intervensi imajinasi terbimbing. Penelitian ini dilakukan di Panti Wirda Ilomata.</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Tidak menjelaskan kriteria inklusi dan eksklusi, tetapi sample dan tempat penelitian dijelaskan.</p> <p>V2:</p> <p>Jenis penelitian ini adalah quasi eksperimen dengan desain “group pre and post test design” pengukuran tekanan darah dilakukan sebelum dan sesudah intervensi, sehingga dapat diketahui ada tidaknya pengaruh dari imajinasi terbimbing tersebut. Populasi adalah sekelompok subjek dengan karakteristik tertentu. Populasi pada</p>	<p>yang memiliki pasien hipertensi atau bahkan bisa dilakukan pada saat home care atau keluarga mengalami hipertensi. Hasil penelitian ini juga hasilnya semua responden mengalami penurunan tekanan darah.</p>	<p>seseorang menjadi rileks, tidak stress, menurunkan ketegangan otot, meningkatkan konsentrasi dan dapat menurunkan tekanan darah pasien.</p>
--	---	---	---	--

		<p>penelitian ini adalah semua penderita Hipertensi di panti wirda Ilomata. Teknik pengambilan sampel disini dilakukan dengan cara Non Probability Sampling dengan teknik sampling jenuh. Peneliti mengambil semua subjek sesuai criteria inklusi sampai jumlah subjek minimal terpenuhi. Teknik pengambilan sampel (sampling) pada penelitian ini menggunakan metode sampling jenuh dengan pengambilan semua sampel yang sesuai berdasarkan criteria inklusi.</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Prosedur tidak dijelaskan secara detail sehingga pembaca kesulitan untuk memahami teknik pemberiannya.</p> <p>V3:</p> <p>Tidak terdapat factor perancu pada penelitian</p>		
--	--	---	--	--

		<p>ini.</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Pemilihan sample homogeny sehingga tidak ada factor perancu.</p> <p>V4:</p> <p>Dari hasil Uji Wilcoxon nilai $p < 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa Mengetahui Pengaruh Imajinasi Terbimbing Terhadap Tekanan Darah pada Pendierita Hipertensi di Panti Wirda Ilomata Kota Gorontalo.</p> <p>Hasil uji statistic uji t pada penelitian ini (p value $<0,05$ menunjukkan adanya penurunan Tekanan Darah yang bermakna antara sebelum dan sesudah dilakukan teknik imajinasi terbimbing pada pasien hipertensi</p>		
--	--	--	--	--

	<p>Penelitian membuktikan bahwa dengan menstimulasi otak mulai imajinasi dapat menimbulkan pengaruh langsung pada system saraf dan endokrin,dan menyebabkan terjadinya pelepasan hormone endorphin yang mempengaruhi penurunan kadar katekolamin dalam darah sehingga menyebkan pembuluh darah melebar (vasodilatsi) dan suplai darah terpenuhi,yang kemudian berdampak pada penurunan tekan darah serta pengurangan denyut jantung</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Analisi yang digunakan pada penelitian ini terdapat analisis uji t yang hasilnya memiliki penurunan terhadap pasien hipertensi.</p> <p>V5:</p> <p>Hai ini dibuktikan dengan beberapa riset Mc Kinney, yang meneliti efek Imajinasi</p>		
--	--	--	--

		<p>terbimbing terhadap suasana hati dan kortisol, dengan menyimpulkan bahwa Imajinasi terbimbing positif dapat mempengaruhi suasana hati dan mengurangi kadar kortisol. Selain itu pada riset kedua Mc Kidney yang meneliti tentang Efek Imajinasi terbimbing terhadap pelepasan Endorphin, dengan hasil menunjukkan bahwa Imajinasi terbimbing dapat menstimulus kadar endorphin perifer.</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Terdapat pembahasan <i>internal casual validity</i> dan <i>eksternal validity</i>, namun pembahasan <i>non internal validity</i> tidak ditemukan</p>		
6.	<p>Judul:</p> <p>Efektivitas Imajinasi</p>	<p>V1:</p> <p>Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh</p>	<p>Penelitian ini memiliki kontribusi bagi ilmu keperawatan karena bisa</p>	<p>Penelitian ini dapat diaplikasikan meskipun ada 6 orang dari 21</p>

	<p>Terbimbing Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi</p> <p>Penulis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aris Eka Wijyantiningrum, - Ana Zakiyah, M.Kep, - Eka Nur Soemah, S.Kep.Ns.,M.Kes <p>Tahun: 2019</p> <p>(Wijyantiningrum et al., 2019)</p>	<p>penderita hipertensi di Desa Penanggungan, Kecamatan Trawas, Kabupaten Mojokerto sebanyak 177 responden. Teknik sampling yang digunakan adalah probability sampling. Pengambilan sampel menggunakan teknik simple random sampling, pemilihan sampel ini merupakan pengambilan sampel secara acak dengan cara yang sederhana, bahwa setiap anggota atau unit dari populasi mempunyai kesempatan yang sama untuk diseleksi sebagai sampel. Untuk mencapai sampling ini, setiap elemen diseleksi secara acak atau lottery technique. Sampel pada penelitian ini adalah sebagian penderita hipertensi di Desa Penanggungan, Kecamatan Trawas, Kabupaten Mojokerto sejumlah 21 responden.</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Penelitian ini tidak menjelaskan kriteria</p>	<p>dijadikan pelajaran dan bisa di aplikasikan pada rumah sakit yang memiliki pasien hipertensi atau bahkan bisa dilakukan pada saat home care atau keluarga mengalami hipertensi. Hasil penelitian ini juga hasilnya semua responden mengalami penurunan tekanan darah.</p>	<p>responden yang masih tetap tekanan darahnya.</p>
--	---	--	--	---

		<p>inklusi dan eksklusi. Metode pengambilan data bersifat non random dengan jumlah sampel hanya kelompok perlakuan.</p> <p>V2:</p> <p>Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah quasy eksperiment design dengan pendekatan time series design. Desain dalam penelitian ini hanya menggunakan satu kelompok, sehingga tidak memerlukan kelompok kontrol (Sugiyono, 2011). Hasil dari quasy eksperiment ini terdapat pre test setiap pertemuan sebelum diberikan teknik imajinasi terbimbing dan post test setiap pertemuan setelah diberikan teknik imajinasi terbimbing selama 10-15 menit dengan frekuensi 3 kali dalam satu minggu dengan jeda waktu antara perlakuan pertama, kedua dan ketiga yaitu 1 hari. Hasil dari perlakuan</p>		
--	--	---	--	--

		<p>atau intervensi dapat diketahui lebih akurat atau valid, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum dan sesudah teknik imajinasi terbimbing.</p> <p>Prosedur imajinasi terbimbing:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Atur posisi pasien senyaman mungkin2. Pasien dianjurkan memejamkan mata3. Mengintruksikan untuk menarik napas dalam 3x4. Meminta pasien untuk membayangkan hal-hal yang menyenangkan atau pengalaman yang indah.5. Meminta pasien untuk merilekskan seluruh tubuhnya6. Bisikkan hal-hal positif pada pasien saat		
--	--	---	--	--

		<p>pasien surah rileks</p> <p>7. Lakukan selama 10- 15 menit</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Prosedur penelitian lengkap, disebutkan juga waktu dan frekuensinya.</p> <p>V3:</p> <p>Pada penelitian ini, masih terdapat responden yang tekanan darahnya tidak mengalami perubahan atau masih tetap sesudah diberikan teknik imajinasi terbimbing yaitu sebanyak 6 orang dari 21 responden.</p> <p>faktor pengganggu atau variabel confounding pada responden yang dapat menghambat keberhasilan proses relaksasi, yaitu diantaranya stres, aktivitas sehari-hari, diet, pola hidup responden yang kurang baik dan</p>		
--	--	---	--	--

		<p>faktor keadaan lingkungan juga bisa mempengaruhi keberhasilan proses relaksasi teknik imajinasi terbimbing karena saat dilakukan teknik imajinasi terbimbing dibutuhkan tempat yang sepi, sunyi, tenang dan nyaman sehingga hal tersebut menyebabkan tekanan darah responden tidak mengalami perubahan atau penurunan sesudah diberikan teknik imajinasi terbimbing.</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Terdapat 6 responden yang tidak turun tekanan darahnya akibat beberapa factor seperti pasien tidak tenang atau stress.</p> <p>V4:</p> <p>Berdasarkan hasil uji statistic Friedman Test diketahui bahwa nilai p value $(0,000) < \alpha (0,05)$, yang artinya H_0 ditolak dan H_1</p>		
--	--	--	--	--

		<p>diterima, jadi artinya imajinasi terbimbing efektif terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi di Desa Penanggungan Kecamatan Trawas Kabupaten Mojokerto. Pada penelitian ini, masih terdapat beberapa responden yang tekanan darahnya tidak mengalami perubahan atau tekanan darah responden masih tetap sesudah diberikan teknik imajinasi terbimbing yaitu sebanyak 6 responden dari 21 responden.</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Analisis yang dilakukan tepat. Terdapat sajian data univariat dan bivariat.</p> <p>V5:</p> <p>Hasil penelitian ini didukung penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Sumartini (2016) bahwa hasil hipotesis menunjukkan</p>		
--	--	---	--	--

		<p>ada perbedaan rata-rata tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian teknik relaksasi imajinasi terbimbing pada lansia yang menderita hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kertajati Kabupaten Majalengka dengan hasil p value $(0,008) < \alpha (0,05)$. Hal ini menunjukkan berarti teknik imajinasi terbimbing efektif terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi.</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Terdapat pembahasan <i>internal casual validity</i> dan <i>eksternal validity</i>, namun pembahasan <i>non internal validity</i> tidak ditemukan</p>		
7.	<p>Judul:</p> <p>Effect of Audio Assisted</p>	<p>V1:</p> <p>Penelitian dilakukan pada 30 ibu antenatal</p>	<p>Penelitian ini memiliki kontribusi untuk menurunkan hipertensi pada ibu hamil dan</p>	<p>Penelitian ini dapat diaplikasikan atau di terapkan bagi perawat</p>

	<p>Relaxation Therapy on Level of Blood Pressure among Mothers with Pregnancy Induced Hypertension</p> <p>Penulis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Shasi Bala - Lekha Viswanath <p>Tahun: 2020 (Bala & Viswanath, 2020)</p>	<p>yang didiagnosis dengan PIH yang dirawat di Rumah Sakit Kamla Nehru, Shimla HP.kriteria inklusi penelitian ini yaitu ibu dengan Preeklamsia selama kehamilan.</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Metode pengambilan data bersifat random dengan jumlah sampel kelompok intervensi</p> <p>V2:</p> <p>Pendekatan eksperimen dengan one group pretest-posttest design digunakan untuk penelitian ini. Terapi relaksasi dengan diberikan selama 10-20 menit per sesi, dua kali sehari selama tiga hari. Guided imagery diberikan kepada ibu-ibu kelompok eksperimen selama 10 menit dua kali sehari selama 3 hari.</p>	<p>dapat membuat ibu hamil lebih rileks pada saat hamil.</p>	<p>atau bidan dan dapat dipertimbangkan untuk intervensi pada ibu hamil.</p>
--	--	--	--	--

		<p>Kesimpulan:</p> <p>Prosedur tidak dijelaskan secara detail tapi untuk waktu dan frekuensi dijelaskan.</p> <p>V3:</p> <p>Tidak ada factor perancu atau bias pada penelitian ini</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Pemilihan sample homogeny sehingga tidak ada factor perancu.</p> <p>V4:</p> <p>Analisis menggunakan uji t berpasangan diperoleh tingkat tekanan darah pada kelompok kontrol adalah 0,84 yang tidak signifikan pada $p < 0,05$. Untuk kelompok eksperimen diperoleh nilai t sebesar 22,52 yang sangat signifikan pada taraf $p < 0,05$.</p>		
--	--	--	--	--

		<p>Temuan penelitian mengungkapkan bahwa Guided Imagery membantu mengurangi tekanan darah di antara ibu Preeklamsia. Pada penelitian ini terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat tekanan darah sistolik dan diastolik pada pretest dan posttest pada taraf 0,001.</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Analisis yang dilakukan tepat. Terdapat sajian data univariat dan bivariat</p> <p>V5:</p> <p>Sebuah penelitian dilakukan untuk menilai efektivitas citra terbimbing pada tingkat tekanan darah di antara ibu PIH di rumah sakit terpilih di rumah sakit Pankajam Sitharam di Distrik Trichy, Tamilnadu 2015. Pendekatan kuantitatif menggunakan desain pre-test post-test eksperimen semu dengan</p>		
--	--	--	--	--

		<p>kelompok kontrol. Sampel penelitian adalah 60 ibu preeklamsia yang dipilih menggunakan teknik non-probability purposive sampling yang digunakan.</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Terdapat pembahasan <i>internal casual validity</i> dan <i>eksternal validity</i>, namun pembahasan <i>non internal validity</i> tidak ditemukan</p>		
8.	<p>Judul:</p> <p>Efektifitas Terapi Relaksasi Imajinasi Terpimpin Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Puskesmas Purwodadi I</p>	<p>V1:</p> <p>Sampel sebanyak 84 pasien lansia perempuan berumur 65-74 tahun, dengan hipertensi grade I (140/90mmHg–159/99mmHg) di wilayah Kerja Puskesmas Purwodadi I Grobogan.</p> <p>Kesimpulan:</p>	<p>Penelitian ini memiliki kontribusi bagi ilmu keperawatan karena bisa dijadikan pelajaran dan bisa di aplikasikan pada rumah sakit yang memiliki pasien hipertensi atau bahkan bisa dilakukan pada saat home care atau keluarga mengalami</p>	<p>Penelitian ini dapat diaplikasikan karena imajinasi terbimbing ini merupakan kegiatan yang dapat membantu seseorang menjadi rileks, tidak stress, menurunkan ketegangan otot, meningkatkan</p>

	<p>Grobogan</p> <p>Penulis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sutrisno - Yuwanti - Nur Budi Utami <p>Tahun: 2017 (Sutrisno et al., 2017)</p>	<p>Tidak terdapat kriteria inklusi dan eksklusi.</p> <p>V2:</p> <p>Metode penelitian ini yaitu Quasi Experiment dengan pendekatan Non Equivalent Control Group Design. Analisis data menggunakan Mann Whitney.</p> <p>Penelitian dilakukan dengan mengukur tekanan darah terlebih dahulu (pretest) pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol, kemudian memberikan intervensi berupa terapi relaksasi imajinasi terpimpin terpimpin pada kelompok perlakuan, yaitu lansia dengan hipertensi, kemudian dilakukan pengukuran tekanan darah lagi (posttest) pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Instrumen penelitian menggunakan Sphygmomanometer Merk ABN (Seri Nr 714487, Nr 558277, Nr 412547, Nr 839524,</p>	<p>hipertensi. Hasil penelitian ini juga hasilnya semua responden mengalami penurunan tekanan darah.</p>	<p>konsentrasi dan dapat menurunkan tekanan darah pasien.</p>
--	--	--	--	---

		<p>Nr 738867), Stetoskop dual head type ABN berjumlah 5 buah, serta lembar observasi .</p> <p>Terapi imajinasi terpimpin yang diberikan selama 5 menit dapat membentuk kekuatan konsentrasi.</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Prosedur penelitian tidak lengkap , tetapi disebutkan frekuensi dan durasi dalam pemberian terapi.</p> <p>V3:</p> <p>Pada penelitian ini tidak terdapat perancu.</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Pemilihan sample homogeny sehingga tidak ada factor perancu</p>		
--	--	--	--	--

		<p>V4:</p> <p>Terdapat perbedaan yang signifikan pada TD sistole dan diastole pretest dan posttest kelompok perlakuan (p value=0.000). Ada perbedaan signifikan pada TD sistole dan diastole pretest dan posttest kelompok kontrol (p value=0.000). Terdapat perbedaan yang signifikan pada TD sistole maupun diastole antara kelompok perlakuan dengan kelompok kontrol (p value=0.000). Rerata penurunan TD sistole kelompok perlakuan=59.31mmHg, pada kelompok kontrol=25.69mmHg dengan selisih=33.61mmHg. Rata-rata penurunan TD diastole pada kelompok perlakuan=57.43mmHg, pada kelompok kontrol=27.57mmHg dengan selisih 29,86mmHg.</p>		
--	--	---	--	--

		<p>Kesimpulan:</p> <p>Terdapat hasil penurunan setelah dilakukan terapi imajinasi terbimbing pada pasien hipertensi.</p> <p>V5:</p> <p>Hasil penelitian tersebut, sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Erviana (2009), dimana hasil dalam penelitian tersebut menunjukkan bahwa ada pengaruh antara pemberian teknik relaksasi terhadap penurunan hipertensi. Terapi relaksasi mengurangi ketegangan pikiran dan otot – otot dan melatih tubuh dengan mengatur irama pernafasan secara baik dan benar sehingga pemusatan pikiran dan penghayatan akan lebih mempercepat penyembuhan dan menghilangkan stres (depresi) dengan mengeluarkan hormon endorfin atau</p>		
--	--	---	--	--

		<p>memelihara dan meningkatkan kesehatan. Proses relaksasi dapat memusatkan pikiran (imajinasi pikiran) sehingga pembuluh darah dapat menjadi lebih elastis, sehingga sirkulasi/aliran darah akan lebih lancar dan tubuh menjadi hangat yang menyebabkan kerja jantung akan lebih ringan sehingga menyebabkan penurunan tekanan. Tekanan darah akan menurun yang akan berpengaruh terhadap kerja organ tubuh lainnya.</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Terdapat pembahasan <i>internal casual validity</i> dan <i>eksternal validity</i>, namun pembahasan <i>non internal validity</i> tidak ditemukan.</p>		
--	--	--	--	--

C. Keputusan Klinis

Dari 8 artikel pengaruh terapi imajinasi terbimbing (*Guided Imagery*) terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi, untuk menentukan keputusan klinis yang akan diambil peneliti telah melakukan telaah artikel. Pemilihan artikel untuk keputusan klinis ini dipilih berdasarkan atas analisis yang telah dilakukan dengan menggunakan Critical Appraisal artikel ilmiah melalui pendekatan VIA (*Validity, Importancy, dan Applicability*). Dari artikel yang terpilih tersebut menjelaskan mengenai pengertian, prosedur intervensi dijelaskan secara lengkap.

Tabel 3.3 Deskripsi Topik Imajinasi Terbimbing (*Guided Imagery*)

Topik 1: Definisi Imajinasi Terbimbing (*Guided Imagery*)

Penulis dan Tahun	Deskripsi topik/issue yang sedang direview
(Wijyantiningrum et al., 2019)	Imajinasi terbimbing adalah teknik terapeutik yang digunakan untuk relaksasi atau untuk tujuan proses penyembuhan. Terapi imajinasi terbimbing dapat membantu klien untuk mencapai berbagai tujuan masalah kesehatan, seperti sakit kepala, tekanan darah, nyeri kronis, insomnia, dan lain-lain.
(Purqoti et al., 2020)	Terapi Guided imagery merupakan teknik penggunaan imajinasi individu yang secara khusus bertujuan untuk mencapai pengendalian dan relaksasi.
(Sutrisno et al., 2017)	Teknik relaksasi imajinasiterpimpin, dimana seseorang menerima rangsangan berupa bayangan tentang hal-hal yang disukai, dalam kondisi tersebut, seseorang merasakan bebas mental dan fisik dari ketegangan dan stres dan dapat mengontrol diri ketika terjadi rasa ketegangan dan

	stres yang membuat seseorang merasa dalam kondisi yang tidak nyaman.
(Fitrina, 2018)	Suatu teknik untuk mengkaji kekuatan pikiran saat sadar maupun tidak sadar untuk dapat menciptakan bayangan gambar yang membawa ketenangan dan keheningan dapat di gunakan sebagai sarana penyembuh dalam memulihkan kesehatan organ-organ yang mengalami penyakit dengan membayangkan organ tersebut dalam kondisi sehat
(Setyani et al., 2019)	Terapi Guided Imagery sejauh ini didefinisikan sebagai sebuah aktifitas terapeutik yang menuntut seseorang untuk membayangkan hal-hal yang menyenangkan dan menggunakan musik yang lembut dengan volume tertentu dengan membayangkan hal-hal yang menyenangkan akan membuat seseorang memiliki pemikiran yang fokus pada hal-hal yang disukai dengan mengabaikan masalah kesehatan yang terjadi, dalam hal ini adalah tekanan darah.
(Mia Oktaviani, 2019)	Guided imagery (imajinasi terbimbing) adalah salah satu aktivitas kognitif yang dapat digunakan untuk menurunkan persepsi nyeri menjadi berkurang.
(Aswad & Susanto, 2019)	Imajinasi terpinpin adalah sebuah teknik relaksasi yang bertujuan untuk mengurangi stres dan meningkatkan perasaan tenang dan damai serta merupakan obat penenang untuk situasi yang sulit dalam kehidupan.

Tabel 3.4 pengaruh Imajinasi Terbimbing (Guided Imagery)

Topic 2: Pengaruh Imajinasi Terbimbing (*Guided Imagery*)

Penulis dan Tahun	Deskripsi topik/issue yang sedang direview
--------------------------	---

(Wijyantiningrum et al., 2019)	<p>Saat melakukan imajinasi terbimbing akan menciptakan keadaan yang tenang dan rileks dan akan menghasilkan hormon endorphin. Endorphin adalah neurohormon yang berhubungan dengan sensasi yang menyenangkan. Endorphin akan meningkat didalam darah sehingga dapat menurunkan tekanan darah, pernafasan, dan denyut jantung,</p> <p>Berdasarkan hasil uji statistic Friedman Test diketahui bahwa nilai p value $(0,000) < \alpha (0,05)$, yang artinya H_0 ditolak dan H_1 diterima, jadi artinya imajinasi terbimbing efektif terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi.</p>
(Sutrisno et al., 2017)	<p>Terapi relaksasi mengurangi ketegangan pikiran dan otot – otot dan melatih tubuh dengan mengatur irama pernafasan secara baik dan benar sehingga pemusatan pikiran dan penghayatan akan lebih mempercepat penyembuhan dan menghilangkan stres (depresi) dengan mengeluarkan hormon endorphin atau memelihara dan meningkatkan kesehatan. Proses relaksasi dapat memusatkan pikiran (imajinasi pikiran) sehingga pembuluh darah dapat menjadi lebih elastis, sehingga sirkulasi/aliran darah akan lebih lancar dan tubuh menjadi hangat yang menyebabkan kerja jantung akan lebih ringan sehingga menyebabkan penurunan tekanan.</p>
(Fitrina, 2018)	<p>Teknik imajinasi terbimbing merupakan teknik yang membantu mencapai relaksasi terdalam yaitu menciptakan rileks dengan berbagai cara yang</p>

	<p>dapat mengontrol sistem saraf yang akhirnya mampu menurunkan tekanan darah dewasa ini ketenangan pikiran untuk menjaga tekanan darah agar tetap normal sudah terbukti sangat efektif</p> <p>Dengan uji normalitas yang menunjukkan p value < 0,05 maka data berdistribusi tidak normal. Sehingga uji selanjutnya menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test, baik pada tekanan darah sistolik maupun diastolik sebelum dan sesudah intervensi menunjukkan nilai p= 0,000 yang berarti lebih kecil dibandingkan taraf signifikan 5% atau 0,05.</p>
(Setyani et al., 2019)	<p>Latihan relaksasi atau teknik relaksasi adalah metode, proses, prosedur, kegiatan yang dapat membantu seseorang menjadi rileks, meningkatkan ketenangan, menurunkan cemas, stress atau marah. Latihan relaksasi seringkali digunakan dalam manajemen stress yang ditujukan untuk menurunkan ketegangan otot - otot tubuh menjadi rileks, menurunkan tekanan darah, menurunkan nyeri dan memudahkan tidur.</p> <p>Berdasarkan Uji Pired t-test didapatkan hasil p-value = 0,000 dengan = 0,05. Dimana p-value $0,000 \leq 0,05$, sehingga H0 ditolak, Ha diterima.</p>
(Mia Oktaviani, 2019)	<p>Melakukan imajinasi terbimbing bertujuan untuk mencapai pengendalian dan relaksasi. Pada saat kondisi tubuh rileks akan mengeluarkan hormon endorphin. Hormon endorphin merupakan neuromodulator yang bekerja secara tidak langsung dengan menurunkan efek partikuler</p>

	<p>neurotransmitter, dalam hal ini hormon endorpin menurunkan neurotransmitter berupa katekolamin. Penurunan kadar katekolamin dalam pembuluh darah dapat mengakibatkan denyut jantung berkurang dan tekanan darah menjadi turun.</p>
(Aswad & Susanto, 2019)	<p>Pada teknik ini menstimulasi otak melalui imajinasi dapat menimbulkan pengaruh langsung pada sistem syaraf, endokrin, neuromodulator, endorfin dengan cara mampu menurunkan frekuensi heart rate sehingga cardiac output akan sesuai dengan normal ritme.</p> <p>Berdasarkan analisis statistik Uji Wilcoxon nilai $p < 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa Mengetahui Pengaruh Imajinasi Terbimbing Terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Panti Wirda Ilomata Kota Gorontalo Kota. Tekanan Darah secara signifikan pada kelompok intervensi setelah diberikan imajinasi terbimbing.</p>

Tabel 3.5 Deskripsi SOP Imajinasi Terbimbing (Guided Imagery)

Topik 2: Cara Melakukan Imajinasi Terbimbing (Guided Imagery)

Penulis dan Tahun	Deskripsi topik/issue yang sedang direview
(Wijyantiningrum et al., 2019)	Teknik imajinasi terbimbing ini dilakukan selama 10-15 menit dengan frekuensi 3 kali dalam satu minggu dengan jeda 1 hari .

	<p>Prosedur imajinasi terbimbing: Atur posisi pasien nyaman mungkin, Pasien dianjurkan memejamkan mata, Mengintruksikan untuk menarik napas dalam 3x, Meminta pasien untuk membayangkan hal-hal yang menyenangkan atau pengalaman yang indah, Meminta pasien untuk merilekskan seluruh tubuhnya, Bisikkan hal-hal positif pada pasien saat pasien sudah rileks.</p>
(Purqoti et al., 2020)	<p>Pelaksanaan teknik guided imagery Setelah pemaparan materi selanjutnya dilakukan pelaksanaan guided imagery sekitar 15 menit. Monitoring dan Evaluasi Pada tahap ini tim pengabdian masyarakat melakukan evaluasi dan monitoring terhadap Monitoring kembali dilakukan 2 minggu setelah pelaksanaan pengabdian masyarakat.</p>