

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gagal ginjal kronis adalah keadaan di mana terjadi kerusakan pada ginjal selama lebih dari tiga bulan, yang menyebabkan gangguan dalam fungsi dan struktur ginjal secara bertahap. Manifestasi klinis meliputi perubahan pada struktur ginjal, abnormalitas dalam sedimen urin, serta perubahan histopatologis, disertai peningkatan kadar ureum dan kreatinin dalam darah. Penyakit gagal ginjal kronis menunjukkan tren peningkatan insidens secara global. Pada stadium akhir gagal ginjal kronis, ketika fungsi ginjal sudah tidak memadai lagi, diperlukan metode pengganti fungsi ginjal untuk membantu mengeluarkan sisa metabolisme dan racun dari tubuh. Pendekatan terapeutik yang umum digunakan meliputi cuci darah (hemodialisis), dialisis peritoneal kontinues ambulatif (CAPD), serta transplantasi ginjal (Apriliana, Hendra Kusumajaya, 2024).

Penyakit ginjal kronis atau *Chronic Kidney Disease* (CKD) merupakan tantangan kesehatan dunia yang memberikan dampak besar terhadap tingkat morbiditas dan mortalitas akibat penyakit tidak menular. Oleh karena itu, penanganannya perlu dilakukan secara aktif agar target pembangunan berkelanjutan Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) dalam mengurangi satu pertiga kematian dini akibat penyakit tidak menular hingga tahun 2030 dapat tercapai (Bikbov et al., 2020).

Menurut data dari Organisasi Kesehatan Dunia (2018), sekitar satu dari sepuluh penduduk dunia menderita penyakit ginjal kronis, yang menyebabkan perkiraan 5 hingga 10 juta orang meninggal setiap tahunnya. Di Indonesia sendiri, prevalensi gagal ginjal kronis pada populasi usia di atas 15 tahun mencapai 0,2% (2013) dan meningkat menjadi 0,38% (2019), dengan jumlah total pasien sekitar 713.783 orang, dan sekitar 2.850 di antaranya membutuhkan terapi hemodialisis (Kementerian Kesehatan, 2019).

Data di Indonesia pada tahun 2017 menunjukkan bahwa jumlah pasien gagal ginjal kronis berdasarkan penyebab utamanya mencapai 23.849 orang, di mana hipertensi menjadi penyebab utama dengan jumlah sebanyak 8.472 pasien atau sekitar 36% dari total kasus. Penyakit ini terus menjadi penyebab terbanyak (Indonesian Renal Registry, 2018). Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, Jawa Barat merupakan provinsi dengan prevalensi penyakit ginjal kronis terbanyak di Indonesia, mencapai 131.846 kasus. Di Kota Tasikmalaya, tingkat prevalensi gagal ginjal kronis tercatat sebesar 0,2% (Kemenkes, 2018). Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan setempat, pada tahun yang sama terdapat sebanyak 8.112 kasus gagal ginjal kronis. Selain itu, di RSUD dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya, jumlah pasien gagal ginjal kronis yang menjalani rawat jalan tercatat sebanyak 100 kasus pada tahun 2018.

RSUD dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya adalah salah satu fasilitas kesehatan milik pemerintah di Kota Tasikmalaya yang menyediakan

pelayanan medis berkualitas tinggi kepada pasien baik yang menjalani rawat jalan maupun rawat inap. Berdasarkan laporan dari RSUD pada tahun 2021, penyakit gagal ginjal kronis menempati posisi keenam dari sepuluh jenis penyakit terbanyak yang membutuhkan rawat inap. Pada saat itu, tercatat 108 pasien laki-laki dan 102 pasien perempuan yang keluar dari rumah sakit dalam kondisi hidup, serta 26 laki-laki dan 19 perempuan yang meninggal dunia. Pada tahun 2023, gagal ginjal kronis kembali termasuk dalam sepuluh penyakit terbanyak di RSUD, dan menempati posisi teratas sebagai salah satu penyakit rawat jalan dengan jumlah kunjungan pasien yang menjalani terapi hemodialisis mencapai 10.369 orang pada tahun 2022 (Rekam Medis, 2023).

Berdasarkan data rekam medis yang diperoleh dari RSUD dr. Soekardjo selama periode tahun 2023, tercatat sebanyak 13.039 kunjungan pasien yang menjalani prosedur hemodialisis dari bulan Januari hingga Desember. Sementara itu, pada bulan Januari tahun 2024, jumlah pasien yang menjalani hemodialisis tercatat sebanyak 140 orang. Data terkini per bulan Agustus 2025 menunjukkan bahwa jumlah pasien yang secara rutin menjalani terapi hemodialisis mencapai 140 orang. Distribusi pasien berdasarkan hari pelaksanaan menunjukkan bahwa sebanyak 49 pasien menjalani prosedur pada hari senin dan kamis, 47 pasien pada hari selasa dan jumat, serta 44 pasien pada hari rabu dan sabtu (Rekam Medis, 2025).

Faktor risiko gagal ginjal kronis terbagi menjadi dua kategori utama, yaitu faktor yang dapat diubah dan faktor yang tidak dapat diubah. Faktor

yang bisa dimodifikasi meliputi hipertensi, diabetes mellitus, obesitas, penggunaan obat pereda nyeri secara berlebihan, kebiasaan tidak sehat seperti merokok dan narkoba, serta radang ginjal (nefritis), yang semuanya dapat dicegah atau dikendalikan melalui intervensi medis dan perubahan gaya hidup. Sebaliknya, faktor yang tidak dapat diubah meliputi usia, jenis kelamin, riwayat keluarga, kelahiran prematur dan jumlah nefron yang terbatas, serta etnis tertentu, yang memerlukan pendekatan pencegahan dan pengelolaan risiko sejak dini karena faktor ini bersifat tetap dan tidak bisa diubah (Rachmawati & Mujito, 2023).

Hipertensi berada di posisi teratas sebagai faktor penyebab gagal ginjal kronis, karena tekanan darah yang tidak terkontrol dapat meningkatkan risiko morbiditas dan mortalitas terkait penyakit kardiovaskuler. Hipertensi dialami oleh sekitar 80 hingga 85 persen pasien dengan gagal ginjal kronis. Secara patofisiologi gagal ginjal kronis ditandai dengan penurunan laju filtrasi glomerulus (GFR), yang menyebabkan penurunan perfusi ginjal dan kerusakan struktur jaringan ginjal secara progresif. Kondisi ini sering kali disertai dengan peningkatan tingkat kecemasan pada pasien, yang dapat memperburuk kondisi fisiologis melalui aktivasi sistem saraf simpatik dan sistem *renin-angiotensin-aldosteron* (RAA). Penurunan perfusi ginjal dan kerusakan jaringan ginjal merangsang pelepasan renin dari ginjal, yang memicu aktivasi berlebihan dari sistem RAA. Sistem ini menghasilkan vasokonstriksi pembuluh darah, termasuk pembuluh di ginjal, serta meningkatkan pelepasan katekolamin seperti

adrenalin dan noradrenalin. Akibatnya, terjadi peningkatan resistansi vaskular dan volume cairan yang berkontribusi terhadap peningkatan tekanan darah, atau hipertensi. Hipertensi ini tidak hanya memperburuk kerusakan ginjal, tetapi juga meningkatkan risiko komplikasi kardiovaskular, sehingga memperlihatkan hubungan yang kompleks antara fungsi ginjal, sistem neurohormonal, dan kondisi psikologis pasien (Vaidya et al., 2025).

Pengelolaan hipertensi yang efektif dapat memperlambat perkembangan gagal ginjal kronis dan menurunkan risiko komplikasi kardiovaskular. Bagi pasien gagal ginjal kronis, pengendalian tekanan darah menjadi hal yang sangat penting. Untuk sebagian besar pasien dewasa dengan gagal ginjal kronis pra-dialis, target tekanan darah sistolik adalah kurang dari 120 mmHg. Sementara itu, bagi pasien gagal ginjal kronis yang telah menjalani dialisis atau transplantasi ginjal, target tekanan darah sistolik adalah kurang dari 130 mmHg, dan tekanan darah diastolik harus di bawah 80 mmHg (Kementerian Kesehatan, 2023). Hal ini menimbulkan tantangan tersendiri bagi tenaga medis, termasuk perawat, untuk melakukan tindakan pencegahan secara dini guna mengurangi risiko peningkatan morbiditas dan mortalitas akibat komplikasi kardiovaskuler.

Pencegahan dini biasanya dilakukan dengan mengendalikan tekanan darah secara ketat. Pengelolaan hipertensi terbagi menjadi dua kategori utama, yaitu secara farmakologis dan non-farmakologis. Pengelolaan secara farmakologis melibatkan pemberian obat atau zat tertentu untuk

menurunkan serta menjaga kestabilan tekanan darah. Di sisi lain, terapi non-farmakologis sering digunakan sebagai pendukung atau alternatif dalam rangka mengendalikan tekanan darah. Berbagai jenis terapi non-farmakologis telah digunakan untuk mengatasi hipertensi karena sifatnya yang alami dan tidak menimbulkan efek samping berbahaya, di antaranya meliputi kombinasi teknik relaksasi *Guided Imagery* (terapi imajinasi terbimbing) dan *Slow Deep Breathing* (pernapasan dalam lambat) dapat dimanfaatkan sebagai metode untuk mengelola hipertensi (Cahyono et al., 2024).

Guided Imagery, yang juga dikenal sebagai meditasi terpandu atau visualisasi, adalah sebuah metode relaksasi yang menggunakan penciptaan gambaran mental atau citra yang menenangkan dan positif, dengan tujuan memicu respons fisiologis dan emosional yang membawa manfaat dan kedamaian dalam tubuh (Herliana & Solehudin, 2024). Pendekatan ini berakar pada keyakinan bahwa terdapat hubungan timbal balik yang erat antara pikiran dan tubuh, sehingga penggunaan imajinasi mental yang konstruktif dapat berpengaruh signifikan terhadap kesehatan dan kesejahteraan individu (Marlena, 2023). Tujuan utama dari *Guided Imagery* adalah memicu respons fisiologis dan emosional yang positif, seperti penurunan denyut jantung, penurunan tekanan darah, pengurangan tingkat stres, serta peningkatan perasaan kesejahteraan secara umum. Dengan memanfaatkan gambaran mental yang positif, teknik ini dapat merangsang respons fisiologis yang menenangkan, termasuk penurunan produksi

hormon stres dan pengurangan denyut jantung, yang secara langsung berkontribusi terhadap penurunan tekanan darah dan peningkatan kondisi kesehatan secara keseluruhan (Aji et al., 2022).

Pernafasan dalam perlahan (*Slow Deep Breathing*) merupakan suatu teknik pernapasan yang ditandai oleh frekuensi pernapasan kurang dari sepuluh kali per menit, disertai dengan fase ekshalasi yang berlangsung secara panjang. Metode ini, yang dikenal juga sebagai relaksasi pernapasan dalam dengan irama lambat, merupakan suatu tindakan sadar yang bertujuan untuk mengatur pola pernapasan secara mendalam dan perlahan. Praktik ini diyakini mampu memunculkan efek relaksasi, yang kemudian berkontribusi terhadap penurunan tekanan darah, pengurangan nyeri, serta pengendalian stres atau kecemasan secara efektif (Helpitnati et al., 2023).

Berdasarkan hasil penelitian berjudul "*The Effect of Guided Imagery on Anxiety, Depression, and Vital Signs in Patients on Hemodialysis*," ditemukan bahwa penerapan teknik *Guided Imagery* memiliki pengaruh terhadap parameter tanda-tanda vital, termasuk tekanan darah. Temuan tersebut menunjukkan bahwa intervensi ini dapat secara signifikan berkontribusi terhadap penurunan tekanan darah, khususnya tekanan darah diastolik (DBP), serta menurunkan frekuensi denyut jantung (HR) dan laju pernapasan (RR). Secara statistik, terjadi penurunan yang bermakna pada ketiga parameter vital tersebut setelah pasien menerima terapi imajinasi terbimbing, menandakan potensi manfaat terapi ini dalam pengelolaan kondisi fisiologis pada pasien hemodialisis (Beizaee et al., 2018).

Hasil penelitian ini sesuai dengan temuan Toding (2021), yang menunjukkan bahwa *Guided Imagery* sebagai intervensi non-farmakologis dapat memberikan pengaruh positif terhadap tekanan darah pasien yang menjalani hemodialisis. Setelah dilakukan teknik *Guided Imagery*, terjadi penurunan signifikan pada tekanan darah pasien. Fenomena ini menunjukkan bahwa *Guided Imagery* berpotensi membantu menurunkan tekanan darah secara fisiologis, melalui peningkatan aktivitas sistem parasimpatis tubuh. Dengan demikian, intervensi ini bisa menjadi pendekatan non-invasif yang efektif untuk mengelola tekanan darah pada pasien gagal ginjal kronis yang menjalani terapi hemodialisis.

Selain itu, penelitian terkait teknik pernapasan dalam yang dikenal sebagai *Slow Deep Breathing* juga menunjukkan efek positif terhadap penurunan tekanan darah. Sebuah studi yang dilakukan oleh Retno Anggraeni Puspita Sari, Santy Mulyani, (2022), berjudul "Pengaruh *Slow Deep Breathing Exercise* terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi Intradialitik di Ruang Hemodialisa RS Sentra Medika Cibinong, Kabupaten Bogor," menegaskan bahwa penerapan latihan pernapasan dalam secara signifikan mampu menurunkan tekanan darah pasien hipertensi yang menjalani terapi hemodialisis. Temuan ini menunjukkan adanya pengaruh yang nyata dari metode tersebut dalam pengelolaan tekanan darah. Selain itu, penelitian lain yang dilakukan oleh Harismayanti & Lihu (2021), juga memperoleh hasil serupa, yang menunjukkan bahwa latihan *Slow Deep Breathing* memiliki dampak positif dalam menurunkan tekanan darah pada

pasien hipertensi intradialitik di instalasi hemodialisa RSUD Prof. Dr. H. Aloei Saboe, Kota Gorontalo.

Sementara itu, penelitian Rindiani et al., (2022), mengungkapkan bahwa baik *Guided Imagery* maupun *Slow Deep Breathing* sama-sama efektif dalam menurunkan tekanan darah penderita hipertensi. Di sisi lain, penelitian oleh Dzurrotun Nafi'ah, Sumirah Budi, dan Mustayah (2020) menyimpulkan bahwa di antara keduanya, teknik *Slow Deep Breathing* terbukti lebih efektif dibandingkan *Guided Imagery* dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Temuan-temuan ini menunjukkan bahwa kedua metode relaksasi tersebut dapat digunakan sebagai alternatif terapi nonfarmakologis untuk membantu mengelola tekanan darah tinggi pada pasien gagal ginjal kronis (Nafiah et al., 2020).

Berdasarkan penjelasan diatas, melihat prevalensi kejadian terjadinya gagal ginjal kronis akibat faktor risiko yang dapat dikendalikan salah satunya adalah hipertensi yang semakin meningkat dari tahun ke tahun dan berpotensi menimbulkan komplikasi yang serius. Didukung dengan beberapa penelitian terkait efektifitas teknik relaksasi *Guided Imagery* dan *Slow Deep Breathing* terhadap penurunan tekanan darah maka penulis tertarik untuk menerapkan kombinasi teknik relaksasi *Guided Imagery* dan *Slow Deep Breathing* sebagai intervensi keperawatan pada pasien gagal ginjal kronis dalam upaya penurunan tekanan darah.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang pembahasan diatas, penulis dapat merumuskan masalah yaitu “Bagaimanakah Efektifitas Kombinasi Teknik Relaksasi *Guided Imagery* dan *Slow Deep Breathing* Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis di Ruang Hemodialisa RSUD dr. Soekardjo Tasikmalaya?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas kombinasi teknik relaksasi *Guided Imagery* dan *Slow Deep Breathing* terhadap penurunan tekanan darah pada pasien gagal ginjal kronis di ruang hemodialisa RSUD dr. Soekardjo Tasikmalaya.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik pasien gagal ginjal kronis dengan hipertensi yang menjalani terapi hemodialisis di RSUD dr. Soekardjo Tasikmalaya untuk memahami kondisi klinis dan demografis.
- b. Menilai tingkat keberhasilan penurunan tekanan darah sistolik sebelum dan setelah penerapan kombinasi teknik relaksasi *Guided Imagery* dan *Slow Deep Breathing* pada pasien gagal ginjal kronis.
- c. Menilai tingkat keberhasilan penurunan tekanan darah diastolik sebelum dan setelah penerapan kombinasi teknik relaksasi *Guided Imagery* dan *Slow Deep Breathing* pada pasien gagal ginjal kronis.

- d. Mengetahui perbedaan penurunan tekanan darah sistolik pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.
- e. Mengetahui perbedaan penurunan tekanan darah diastolik pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi di bidang keperawatan, khususnya berkaitan dengan efektivitas kombinasi teknik relaksasi *Guided Imagery* dan *Slow Deep Breathing* dalam menurunkan tekanan darah pada pasien gagal ginjal kronis yang menjalani terapi hemodialisa.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Perawat

Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi dan acuan bagi perawat dalam merancang serta mengimplementasikan intervensi keperawatan non-farmakologis, khususnya kombinasi teknik relaksasi *Guided Imagery* dan *Slow Deep Breathing*, guna membantu menurunkan tekanan darah pada pasien gagal ginjal kronis yang menjalani terapi hemodialisa.

b. Bagi Rumah Sakit

Hasil penelitian ini memiliki potensi sebagai landasan strategis dalam pengembangan program intervensi keperawatan

yang lebih efektif dan berbasis bukti untuk pengelolaan tekanan darah pasien gagal ginjal kronis selama proses terapi hemodialisis. Penerapan kombinasi teknik relaksasi *Guided Imagery* dan *Slow Deep Breathing* yang terbukti efektif ini diharapkan mampu meningkatkan efisiensi dan keberhasilan intervensi non-farmakologis, serta berkontribusi pada peningkatan kualitas layanan kesehatan dan hasil klinis pasien secara keseluruhan.

c. Bagi Institusi

Penelitian ini berpotensi menjadi sumber referensi ilmiah dan bahan pengajaran dalam pendidikan keperawatan, khususnya dalam pembelajaran mengenai penerapan intervensi non-farmakologis yang efektif, seperti kombinasi teknik relaksasi *Guided Imagery* dan *Slow Deep Breathing*, untuk pengendalian tekanan darah pada pasien gagal ginjal kronis.

d. Bagi Pasien

Hasil dari studi ini diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap positif pasien terkait penerapan teknik relaksasi *Guided Imagery* dan *Slow Deep Breathing* sebagai metode yang aman dan non-invasif dalam menurunkan tekanan darah selama terapi hemodialisa.

e. Bagi Penulis

Penelitian ini berkontribusi dalam memperluas wawasan, pengalaman, serta pemahaman penulis terkait efektivitas

kombinasi teknik relaksasi *Guided Imagery* dan *Slow Deep Breathing* dalam pengelolaan tekanan darah pada pasien gagal ginjal kronis yang menjalani terapi hemodialisis. Selain itu, hasil ini turut memperkaya kompetensi keperawatan secara holistik dan mendukung pengembangan praktik keperawatan berbasis bukti.

E. Keaslian Penulisan

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Pengarang dan Judul Penelitian	Keterangan	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
1	(Beizaei et al., 2018) <i>The Effect Of Guided Imagery On Anxiety, Depression And Vital Signs In Patients On Hemodialysis.</i>	Jumlah Sampel : Jumlah peserta adalah 80 pasien hemodialisis, yang secara acak dibagi menjadi dua kelompok: kelompok intervensi terbimbing dan kelompok kontrol, masing-masing berjumlah 40 pasien. Metode Penelitian : Desain uji klinis terkontrol acak dengan pendekatan pra dan post intervensi. Alat Ukur : <i>Mercury sphygmomanometer</i> dan <i>The Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS)</i> .	Hasil penelitian, selain pengaruh <i>Guided Imagery</i> terhadap kecemasan dan depresi juga terdapat pengaruh pada tanda-tanda vital, termasuk tekanan darah, hal ini menunjukkan bahwa terapi <i>Guided Imagery</i> dapat berkontribusi pada penurunan tekanan darah secara signifikan. Secara spesifik, setelah intervensi, terjadi pengurangan yang signifikan secara statistik pada tekanan darah diastolik (DBP), denyut jantung (HR), dan laju pernapasan (RR) pada pasien yang menerima <i>Guided Imagery</i> .	Persamaan : Variabel independent (<i>Guided Imagery</i>) dan variabel dependent (Tekanan Darah). Perbedaan : Tempat penelitian, sampel penelitian, dan populasi penelitian. Serta kombinasi dengan <i>Slow Deep Breathing</i> .
2	(Toding, 2021) Efektivitas Penerapan Intervensi Berbasis Adaptasi Dan <i>Guided Imagery</i> Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisis.	Jumlah Sampel : Satu pasien kelolaan dilakukan selama 1 bulan yaitu pada tanggal 15 Oktober 2020 - 14 November 2020. Metode Penelitian : Metode studi kasus Alat Ukur : <i>Sphygmomanometer</i> , <i>Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS)</i> , <i>Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)</i> , <i>Hemodialysis</i>	Hasil ini menunjukkan bahwa intervensi berbasis adaptasi dan <i>guided imagery</i> efektif dalam meningkatkan kondisi pasien. Terjadi penurunan signifikan pada tingkat kecemasan, kualitas tidur membaik dan pengendalian tekanan darah juga menunjukkan peningkatan, dengan tekanan sistolik berkurang dari 220 mmHg menjadi 180 mmHg dan diastolik dari 110 mmHg menjadi 90 mmHg. Selain itu,	Persamaan : Variabel independent (<i>Guided Imagery</i>), variabel dependent (Tekanan Darah) dan alat ukur : <i>Sphygmomanometer</i> . Perbedaan : Tempat penelitian, sampel penelitian,

No	Pengarang dan Judul Penelitian	Keterangan	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
		Self Management Instrument (HDMI).	kemampuan pasien dalam mengelola terapi meningkat, terbukti dari peningkatan skor Hemodialysis Self Management Instrument dari 104 menjadi 123 poin, menunjukkan peningkatan kompetensi dalam pengelolaan kondisi kesehatannya sendiri.	dan populasi penelitian. Serta kombinasi dengan <i>Slow Deep Breathing</i> .
3	(Retno Anggraeni Puspita Sari; Santy Mulyani, 2022) Pengaruh <i>Slow Deep Breathing Exercise</i> Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Intradialitik Di Ruang Hemodialisa Rs Sentra Medika Cibinong Kabupaten Bogor.	<p>Jumlah Sampel : Populasi dalam penelitian ini terdiri dari 170 responden dan sampel dalam penelitian terdiri dari 30 responden.</p> <p>Metode Penelitian : Pre experimental design dengan pendekatan the one grup pretest-posttest design.</p> <p>Alat Ukur : Sphygmomanometer</p>	Dalam penelitian ini, analisis data dilakukan menggunakan Uji Wilcoxon Signed Rank dengan tingkat signifikansi 5% ($\alpha = 0,05$). Hasilnya menunjukkan nilai p-value sebesar 0,000, yang lebih kecil dari batas α tersebut. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa hipotesis alternatif (H_a) diterima, karena adanya perbedaan yang signifikan antara tekanan darah sebelum dan setelah pemberian <i>Slow Deep Breathing Exercise</i> secara statistik.	<p>Persamaan : Variabel independent (<i>Slow Deep Breathing</i>), variabel dependent (Tekanan Darah) dan alat ukur Sphygmo- manometer.</p> <p>Perbedaan : Tempat penelitian, sampel penelitian, dan populasi penelitian. Serta kombinasi dengan <i>Guided Imagery</i>.</p>
4	(Harismayanti & Lihu, 2021) Pengaruh <i>Slow Deep Breathing</i> Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Intradialitik Di Instalasi Hemodialisa Rsud Prof. Dr. H. Aloei Saboe Kota Gorontalo.	<p>Jumlah Sampel : Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 22 responden.</p> <p>Metode Penelitian : Quasi Eksperimental dengan pendekatan Pretest Posttest With Control Group Design.</p> <p>Alat Ukur : Sphygmomanometer</p>	Berdasarkan hasil penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari tindakan <i>slow deep breathing</i> terhadap penurunan tekanan darah pada pasien, dengan nilai p-value sebesar 0,012 (lebih kecil dari $\alpha = 0,05$).	<p>Persamaan : Variabel independent (<i>Slow Deep Breathing</i>), variabel dependent (Tekanan Darah) dan alat ukur Sphygmo- manometer.</p> <p>Perbedaan : Tempat penelitian, sampel penelitian, dan populasi penelitian. Serta kombinasi dengan <i>Guided Imagery</i>.</p>

No	Pengarang dan Judul Penelitian	Keterangan	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
5	(Mayuri Setiawan PA, Sitiarma Pardede, Sri Wahyunio, 2025) Pengaruh Terapi Relaksasi <i>Slow Deep Breathing</i> Terhadap Penurunan Tekanan Darah	Jumlah Sampel : 30 responden RSU Royal Prima Medan Metode Penelitian : Desain penelitian eksperimen semu dengan satu kelompok pre-test dan satu kelompok post-test. Alat Ukur : Sphygmomanometer	Hasil penelitian di Royal Prima Hospital menunjukkan adanya korelasi yang signifikan antara terapi relaksasi <i>Slow Deep Breathing</i> dengan penurunan tekanan darah, dengan nilai P-value sebesar 0,004 dan Z sebesar 3790.	Persamaan : Variabel independent (<i>Slow Deep Breathing</i>), variabel dependent (Tekanan Darah) dan alat ukur Sphygmomanometer. Perbedaan : Tempat penelitian, sampel penelitian, dan populasi penelitian. Serta kombinasi dengan <i>Guided Imagery</i> .
6	(Nafiah et al., 2020) Efektifitas <i>Guided Imagery</i> Dan <i>Slow Deep Breathing</i> Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Rsud Dr. R. Soedarsono Pasuruan.	Jumlah Sampel : Besar sample 30 responden yang dibagi menjadi 2 kelompok yaitu <i>Guided Imagery</i> dan <i>Slow Deep Breathing</i> . Metode Penelitian : Desain Quasi Eksperimental Design dengan rancangan non equivalent pretest – posttest design dan Group Comparasion Alat Ukur : Sphygmomanometer	Hasil analisis dengan uji dependent t-test, Wilcoxon sign rank, independent t-test, dan U Mann Whitney menunjukkan penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik di masing-masing kelompok. <i>Guided Imagery</i> menurunkan tekanan darah sebesar 4,07 mmHg dan 3,4 mmHg ($p = 0,000 \alpha=0,05$). Sementara <i>Slow Deep Breathing</i> menurunkan sebesar 8 mmHg dan 6,8 mmHg ($p = 0,000$ dan $0,001 \alpha=0,05$). Kesimpulannya, <i>Slow Deep Breathing</i> lebih efektif daripada <i>Guided Imagery</i> dalam menurunkan tekanan darah pasien hipertensi. Terapi nonfarmakologis ini dapat dijadikan sebagai pelengkap pengobatan farmakologis.	Persamaan : Variabel independent (<i>Guided Imagery</i> dan <i>Slow Deep Breathing</i>), variabel dependent (Tekanan Darah) dan alat ukur Sphygmomanometer. Perbedaan : Tempat penelitian, sampel penelitian, dan populasi penelitian. Serta kombinasi antara <i>Guided Imagery</i> dan <i>Slow Deep Breathing</i> .
7	(Rindiani et al., 2022) Efektifitas <i>Guided Imagery</i> Dan <i>Slow Deep Breathing</i> Terhadap Penurunan	Jumlah Sampel : Besar sampel 30 responden yang dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok <i>Guided Imagery</i> dan kelompok <i>Slow Deep Breathing</i> .	Analisis data menggunakan uji paired t-test dan independent t-test menunjukkan bahwa <i>Guided Imagery</i> efektif dalam menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik pada penderita hipertensi, dengan nilai signifikansi ($p=0,000$).	Persamaan : Variabel independent (<i>Guided Imagery</i> dan <i>Slow Deep Breathing</i>), variabel dependent

No	Pengarang dan Judul Penelitian	Keterangan	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi	<p>Metode Penelitian : Desain penelitian quasy experimental dengan rancangan two group pretes-posttest.</p> <p>Alat Ukur : Sphygmomanometer aneroid.</p>	<p>Begitu pula, terapi <i>Slow Deep Breathing</i> terbukti efektif menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik secara signifikan ($p=0,000$).</p>	<p>(Tekanan Darah)</p>	<p>Perbedaan : Tempat penelitian, sampel penelitian, dan populasi penelitian. Serta kombinasi antara <i>Guided Imagery</i> dan <i>Slow Deep Breathing</i>.</p>

Berdasarkan tabel diatas, terdapat beberapa perbedaan dan persamaan dengan penelitian sebelumnya. Pada penelitian terdahulu, mayoritas hanya menggunakan satu variabel independen saja, sedangkan perbedaan lainnya terletak pada waktu pelaksanaan penelitian, lokasi penelitian, sampel, dan populasi yang digunakan. Adapun persamaannya terletak pada penggunaan satu variabel independen yang juga ditemukan di jurnal sebelumnya, baik berupa *Guided Imagery* maupun *Slow Deep Breathing*, serta variabel dependennya berupa tekanan darah. Pembaruan dalam penelitian ini dibandingkan dengan penelitian sebelumnya adalah dengan mengkombinasikan dua variabel independen, yaitu *Guided Imagery* dan *Slow Deep Breathing*, untuk melihat pengaruhnya terhadap penurunan tekanan darah. Oleh karena itu, judul penelitian ini adalah "Efektivitas Kombinasi Teknik Relaksasi *Guided Imagery* dan *Slow Deep Breathing* terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Gagal Ginjal Kronis di Ruang Hemodialisa RSUD dr. Soekardjo Tasikmalaya."