

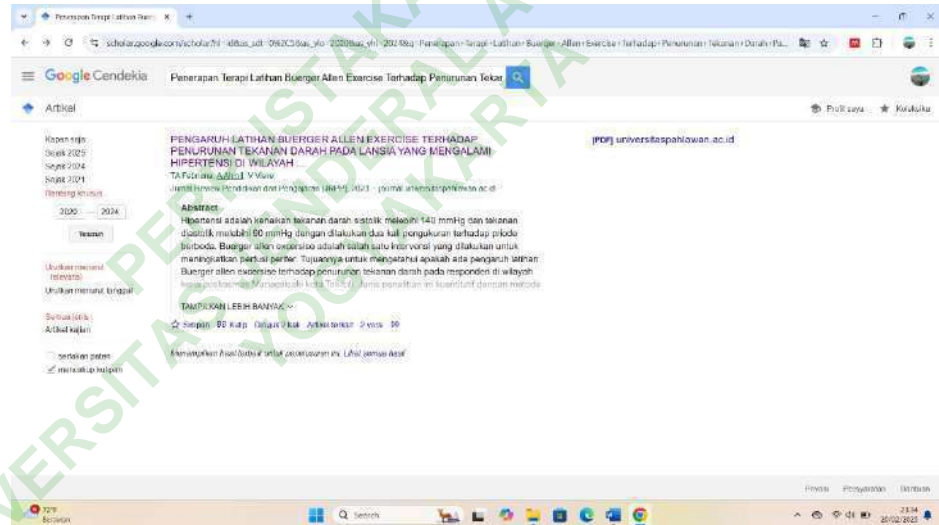
BAB III

TEKNIK PENCARIAN JURNAL DAN ANALISIS JURNAL

A. Cara Mencari Jurnal

1. Database

Mencari jurnal melalui situs Google Scholar dalam rentang tahun publikasi antara 2020 hingga 2024, serta difilter menggunakan bahasa Indonesia. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian yaitu “Terapi untuk menurunkan tekanan darah tinggi pada lansia hipertensi”. Berdasarkan temuan pencarian awal, ditemukan sebanyak 14.200 jurnal. Selanjutnya, dilakukan penyaringan berdasarkan populasi lansia dengan hipertensi serta intervensi berupa terapi *buerger allen exercise*, yang menghasilkan 60 jurnal. Setelah ditelaah lebih lanjut berdasarkan isi dan metode penelitian, diperoleh satu jurnal yang dijadikan referensi utama dalam penelitian ini.



Gambar 3. 1 Penelusuran Jurnal

2. Kata Kunci Pencarian PICO

Penulis menerapkan strategi pencarian jurnal menggunakan pendekatan PICO (*Population, Intervention, Comparison, Outcome*). Proses seleksi jurnal diuraikan secara detail dalam Tabel 3.1 di bawah ini.

Tabel 3. 1 Kriteria Inklusi Ekslusi

Kriteria	Inklusi	Ekslusi
<i>Population</i>	Lansia yang mengalami hipertensi	Mengalami dispneu atau nyeri dada, serta depresi, khawatir ataupun cemas
<i>Intervention</i>	Pemberian intervensi terapi <i>buerger allen exercise</i>	Pemberian terapi <i>buerger allen exercise</i> yang dikombinasi dengan terapi lain
<i>Comparasion</i>	Tekanan darah sebelum dan sesudah	Tidak ada perbandingan
<i>Outcome</i>	Terdapat penurunan tekanan darah	Tidak terdapat penurunan tekanan darah
Pertanyaan klinis : Bagaimana pengaruh terapi latihan <i>buerger allen exercise</i> terhadap penurunan tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi		

B. Resume Jurnal**Tabel 3. 2 Identitas Jurnal**

Judul Jurnal	: Pengaruh Latihan <i>Buerger Allen Exercise</i> Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Yang Mengalami Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Managaisaki Kota Toli-Toli
Penulis	: Tria Argita Febriana, Ahmil, dan Viere
Nama Jurnal	: Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran
Vol/No/Hal	: Volume 6., Nomor 3., Halaman 332-339
Tahun	: 2023

1. *Introduction*

Seseorang digolongkan sebagai lanjut usia (lansia) apabila telah mencapai usia 65 tahun ke atas. Menurut Hawari (2001), masa lansia merupakan fase kehidupan yang ditandai dengan adanya perasaan putus asa dalam mempertahankan keseimbangan terhadap stres fisiologis.

Hipertensi adalah kondisi medis yang bisa menyerang siapapun, tanpa memandang usia maupun status sosial. Ketika seseorang didiagnosis menderita hipertensi, ia disarankan untuk menjalani pengobatan secara teratur sepanjang hidup, serta dianjurkan menerapkan gaya hidup sehat agar tekanan darah tetap terkendali sehingga tidak menimbulkan komplikasi (Widodo, 2018).

Latihan buerger allen adalah bentuk latihan fisik yang bertujuan menstabilkan fungsi arteri di bagian tungkai bawah melalui pergantian posisi tubuh yang memanfaatkan gravitasi dan kontraksi otot kaki yang memanfaatkan pengaruh gravitasi untuk meningkatkan aliran darah. Latihan ini membantu proses difusi oksigen dan penyaluran nutrisi yang optimal ke bagian ekstremitas bawah, dengan mengacu pada indeks pergelangan kaki-brakialis (ABI). Intervensi ini diterapkan sebagai upaya dalam meningkatkan perfusi darah ke bagian tubuh perifer (Ika Nur Pratiwi, 2020).

2. *Method*

Metode yang diterapkan dalam penelitian ini bersifat kuantitatif dengan desain pre-eksperimental tipe pretest-posttest. Sampel penelitian terdiri dari 20 responden yang ditentukan secara purposive sampling. Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan uji Wilcoxon. Intervensi yang diberikan berupa terapi *buerger allen exercise*, dengan tekanan darah diukur menggunakan sphygmomanometer sebelum dan setelah pemberian terapi.

3. *Result*

Sebelum diberikan terapi *buerger allen exercise*, mayoritas responden menunjukkan tekanan darah pada kategori Hipertensi Grade 1 dengan persentase tertinggi sebesar 45% atau sebanyak 9 orang. Sebanyak 4 responden (20%) berada pada kategori Hipertensi Grade 3, 4 responden (20%) dalam kategori normal tinggi, dan 3 responden (15%) termasuk dalam Hipertensi Grade 2. Setelah intervensi dilakukan, terjadi penurunan tekanan darah, dengan 8 responden (40%) berada

pada kategori Hipertensi Grade 1, 6 responden (30%) masuk kategori normal tinggi, 4 responden (20%) tetap pada Grade 3, dan 2 responden (10%) berada pada Grade 2. Berdasarkan uji wilcoxon signed ranks menghasilkan nilai Asymp. Sig (2-tailed) 0,002, yang menunjukkan signifikansi karena nilainya kurang dari 0,05. Dengan demikian, hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nol (H_0) ditolak, yang mengindikasikan bahwa latihan *buerger allen exercise* memiliki pengaruh dalam menurunkan tekanan darah pada lansia yang menderita hipertensi.

4. *Discussion*

a. Sebelum pelaksanaan *Buerger Allen Exercise* pada responden

Sebelum diberikan intervensi berupa latihan *Buerger Allen Exercise* secara rutin, sebanyak 20 responden diketahui memiliki tekanan darah melebihi batas normal, berkisar antara 130/90 hingga 250/80 mmHg. Peneliti berasumsi bahwa tingginya tekanan darah ini berkaitan dengan rendahnya tingkat aktivitas fisik responden. Penelitian Dewi (2018) memperkuat hasil ini, dengan membuktikan adanya hubungan antara aktivitas fisik dan tekanan darah tinggi pada lansia, di mana mereka yang kurang aktif secara fisik berisiko 3,625 kali lebih tinggi mengalami hipertensi dibandingkan lansia yang aktif. Kurangnya aktivitas olahraga menjadi salah satu penyebab yang dapat memicu peningkatan tekanan darah.

b. Sesudah pelaksanaan *Buerger Allen Exercise* pada responden

Setelah diberikan latihan *buerger allen exercise* secara konsisten kepada 20 responden, tercatat hasil bahwa 10 responden mengalami penurunan tekanan darah sistolik. Namun, berdasarkan pengamatan peneliti, penurunan tersebut tidak terjadi secara merata pada seluruh responden. Hal ini diduga karena beberapa responden masih mengonsumsi makanan yang dapat memengaruhi kestabilan tekanan darah. Firdaus M dan Suryaningrat (2020) menyatakan bahwa pola makan termasuk faktor hipertensi yang paling mudah

untuk diperbaiki. Kebiasaan makan yang kurang sehat dapat memicu terjadinya tekanan darah tinggi. sebab sering kali ditemukan asupan makanan yang tinggi protein, kalori, dan gula, namun rendah serat dan tinggi lemak. Ketidakseimbangan nutrisi seperti ini berpotensi meningkatkan risiko penyakit degeneratif, termasuk hipertensi (Suarni, 2017).

- c. Pengaruh *Buerger Allen Exercise* terhadap penurunan tekanan darah pada responden

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 10 responden yang tidak menunjukkan penurunan tekanan darah yang signifikan setelah menjalani *buerger allen exercise*. Peneliti berasumsi bahwa kondisi ini berkaitan dengan pola hidup tidak sehat yang dijalani responden, khususnya kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi kandungan garam. Pengujian dengan uji Wilcoxon menghasilkan nilai p-value 0,002 ($< 0,05$), maka hipotesis alternatif diterima dan hipotesis nol ditolak. Makna dari hasil tersebut adalah latihan *buerger allen exercise* secara signifikan berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi. Dari temuan ini, peneliti menyimpulkan bahwa latihan *buerger allen exercise* efektif dalam menurunkan tekanan darah apabila dilaksanakan secara teratur dan sesuai dengan prosedur yang telah ditentukan.

C. Rencana Aplikasi Jurnal pada Kasus

1. Cara Penerapan

Subjek penerapan dalam studi ini terdiri dari satu orang dengan kriteria: bersedia menjadi responden, berusia 60 tahun ke atas, memiliki riwayat hipertensi, tidak menderita ulkus kaki maupun gangren kronis, serta tidak memiliki gangguan neurologis atau penyakit jantung. Penerapan intervensi dilakukan di Balai Pelayanan Tresna Werdha Abiyoso Yogyakarta selama lima hari, yakni pada tanggal 24–28 Desember 2024. Data dikumpulkan melalui metode wawancara dan observasi, mencakup lima tahapan keperawatan: pengkajian, diagnosa,

intervensi, implementasi, dan evaluasi. Analisis data dilakukan dengan membandingkan kondisi sebelum (pre) dan sesudah (post) pelaksanaan terapi *buerger allen exercise*. Terapi ini diberikan selama 20 menit setiap sesi.

Studi kasus ini dilaksanakan dengan memperhatikan prinsip-prinsip etika penelitian. Peneliti menjaga kerahasiaan data responden dengan tidak mencantumkan identitas pribadi (anonymity) dan memastikan seluruh informasi yang diberikan tetap bersifat rahasia (confidentiality). Sebelum intervensi dilakukan, peneliti terlebih dahulu memberikan penjelasan mengenai tujuan serta prosedur yang akan dijalani oleh responden selama penelitian berlangsung. Jika responden menyatakan kesediaannya, maka akan diberikan lembar persetujuan tertulis (*informed consent*) untuk ditandatangani sebagai bentuk persetujuan partisipasi.

2. Standar Operasional Prosedur

a. Fase Prainteraksi

1) Mempersiapkan alat :

- a) Alat pengukuran tekanan darah (*sphygmomanometer*)
- b) Selimut
- c) Stopwatch/Handphone

b. Fase orientasi

- 1) Menyapa pasien dengan salam
- 2) Menciptakan suasana lingkungan yang kondusif dan bebas dari gangguan
- 3) Mengkonfirmasi kondisi yang dialami klien
- 4) Menjaga privasi serta kenyamanan klien
- 5) Menjelaskan tujuan, manfaat dan prosedur pelaksanaan pada klien
- 6) Atur posisi tubuh klien agar merasa nyaman

c. Fase Kerja

- 1) Melakukan pemeriksaan tanda-tanda vital yaitu mengukur tekanan darah pada kaki sebelum tindakan dimulai.
- 2) Latihan dimulai dengan posisi berbaring telentang selama sekitar 3 menit.
- 3) Selanjutnya, angkat kedua kaki ke atas dengan sudut sekitar 45 derajat selama kurang lebih 2 menit.
- 4) Setelah itu, duduk di tepi tempat tidur dengan kaki tergantung. Lakukan gerakan kaki dengan cara menekuk ke atas secara maksimal, lalu regangkan ke bawah, selama kurang lebih 3 menit.
- 5) Langkah berikutnya adalah gerakan kaki ke arah samping luar dan dalam selama sekitar 3 menit.
- 6) Selanjutnya tekuk jari-jari kaki ke bawah, kemudian tarik kembali ke atas, lakukan selama kurang lebih 2 menit.
- 7) Setelah seluruh rangkaian gerakan selesai dilakukan, istirahatlah dengan posisi berbaring dan tutup bagian kaki dengan selimut selama kurang lebih 2 menit.
- 8) Melakukan pemeriksaan tanda-tanda vital yaitu mengukur tekanan darah pada kaki sesudah dilakukan terapi (Manasikana,2024).

d. Fase Terminasi

- 1) Evaluasi/ menilai perasaan yang dialami klien
- 2) Menetapkan kesepakatan untuk pertemuan berikutnya
- 3) Menutup dengan memberikan salam

3. Observasi Yang Dilakukan

Penulis melakukan observasi selama pelaksanaan intervensi, dengan memantau respons pasien baik secara verbal maupun nonverbal. Pengamatan ini juga disertai dengan pengukuran tekanan darah yang dilakukan pada saat sebelum dan setelah pemberian terapi.

4. Hasil/ Outcome yang akan dinilai

Hasil yang dievaluasi adalah pengaruh terapi *buenger allen exercise* terhadap penurunan tekanan darah.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA