

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu penyakit kardiovaskuler yang paling umum dan paling banyak dialami oleh masyarakat, karena hipertensi merupakan faktor risiko dari penyakit lain seperti jantung koroner, gagal ginjal, diabetes melitus dan stroke (Kementrian Kesehatan RI, 2019). Hipertensi merupakan suatu keadaan di mana seseorang mengalami peningkatan pada tekanan darah di atas normal yang menyebabkan terjadinya peningkatan angka morbiditas (kesakitan) dan angka mortalitas (kematian). (Aspiani, 2014)

World Health Organization (WHO) pada tahun 2019, mengestimasi saat ini prevalansi hipertensi secara global sebesar 22% dari total penduduk dunia. Dari jumlah penderita tersebut, hanya kurang dari seperlima yang melakukan upaya pengendalian terhadap tekanan darah yang dimiliki. Asia Tenggara berada di posisi ke-3 tertinggi dengan prevalansi sebesar 25% dari total penduduk.

Berdasarkan Pusat Data Informasi kementerian kesehatan RI (2019), menunjukkan bahwa pengukuran tekanan darah pada responden yang berusia ≥ 18 tahun mengalami peningkatan yang cukup signifikan yaitu sebesar 25,8% di tahun 2013 menjadi 34,1% di tahun 2018. (kemenkes 2019). Prevalansi hipertensi berdasarkan Pusat Data Informasi kementerian kesehatan RI (2019), Provinsi Jawa Barat menempati urutan ke dua yaitu sebesar 39.60% . Menurut data dari Dinas kesehatan kabupaten Sukabumi penderita hipertensi mencapai 23.987 sejak Januari-September di tahun 2016. Dari data yang diperoleh, sebanyak 10.751 orang berjenis kelamin laki-laki dan 13.236 orang berjenis kelamin wanita dengan rata-rata usia 22 hingga 55 tahun.

Tingginya insiden hipertensi akan berdampak pada meningkatnya angka kematian. Komplikasi pada penderita hipertensi ini akan mengakibatkan terjadinya penyakit jantung koroner, gagal ginjal, serta dapat menimbulkan risiko penyakit stroke. Di sisi lain, terjadinya

peningkatan tekanan darah akan mengakibatkan terjadinya kerusakan pada ginjal dan retinopati, sehingga dapat terjadi kebutaan. (Triyanto, 2014). Hipertensi dapat mengakibatkan perubahan pada pembuluh darah yang akan berdampak pada tingginya tekanan darah. Maka dari itu untuk mencegah terjadinya hal tersebut diperlukan pengobatan dini sehingga dapat terhindar dari penyakit komplikasi. (Muttaqin, 2014)

Penatalaksanaan yang bisa dilakukan pada penderita hipertensi ada dua yaitu baik terapi farmakologi maupun nonfarmakologi. Untuk terapi farmakologi menggunakan obat-obatan yang dalam kerjanya dapat mempengaruhi tekanan darah. Pada pemberian terapi nonfarmakologi dipercaya akan jauh lebih aman sehingga dapat memberikan efek yang positif. Penanganan hipertensi dapat dilakukan dengan mengubah pola makan, pola aktivitas dan modifikasi lingkungan. Termasuk didalamnya pengelolaan stres dan kecemasan. Salah satu manajemen stress ataupun kecemasan yaitu salah satunya dengan menggunakan terapi relaksasi seperti relaksasi benson.(Triyanto, 2014).

Terapi relaksasi Benson merupakan suatu penggabungan antara teknik relaksasi dengan faktor keyakinan filosofis yang dianut oleh seseorang yang berfokus pada ungkapan tertentu disertai pengucapan berulang-ulang menggunakan ritme yang teratur dan disertai sikap yang pasrah. Ungkapan yang digunakan seperti nama-nama Tuhan atau kata yang memiliki makna yang menenangkan bagi pasien. Respon dari relaksasi benson ini akan mengakibatkan proses dari penurunan aktifitas sistem simpatis yang akhirnya dapat sedikit melebarkan arteri dan melancarkan peredaran darah yang kemudian dapat meningkatkan transport oksigen ke seluruh jaringan terutama jaringan perifer, sehingga terjadinya stabilisasi atau penurunan pada tekanan darah.

Kata atau kalimat yang digunakan yaitu kalimat pada dzikir. Menurut Hawari (2011) kalimat pada dzikir yaitu salah satunya kalimat “Astaghfirullah hal adzim” dan doa yang mengandung unsur spiritual keagamaan yang dapat membangkitkan harapan serta percaya diri pada

klien. Selain itu, kalimat “Astaghfirullah hal adzim” juga memiliki arti “Aku mohon ampun kepada Allah yang maha agung”.

Hasil penelitian menunjukkan rata-rata tekanan darah sistolik sebelum dilakukan terapi relaksasi benson yaitu 157,25 mmHg, dengan rata-rata tekanan darah diastoliknya adalah 90,81 mmHg. Berdasarkan pengolahan data diketahui setelah pemberian terapi rata-rata tekanan darah sistolik menjadi 149,19 mmHg dengan tekanan darah diastoliknya yaitu 90 mmHg. Data tersebut menunjukkan bahwa pemberian terapi relaksasi benson pada penderita hipertensi mengalami perubahan pada tekanan darah, artinya ada pengaruh setelah pemberian terapi relaksasi benson ini.(Yulendasari & Djamaludin, 2021)

Hasil penelitian lain menunjukkan aplikasi terapi relaksasi benson ini memberikan pengaruh pada penderita hipertensi, di mana pada saat pemberian terapi yang dilakukan sebanyak 2 kali dalam sehari selama \pm 7 hari memberikan efek yang bermakna bagi responden. Terbukti dari 8 responden yang diintervensi sedang dengan tekanan darah (160-179 mmHg) mengalami penurunan tekanan darah menjadi normal tinggi (130-139 mmHg), dan 2 responden dengan hipertensi ringan (140-159 mmHg) mengalami penurunan tekanan darah menjadi normal (<130/85). Oleh karena itu, pemberian terapi relaksasi benson ini akan sangat berpengaruh pada penderita hipertensi jika dilakukan dengan prosedur yang benar dan waktu yang tepat.(Atmojo et al., 2019)

Berdasarkan dari uraian diatas penulis tertarik dan berminat untuk mengaplikasikan modifikasi terapi relaksasi benson terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

B. Tujuan Penulisan

Memahami dan menerapkan Modifikasi Terapi Relaksasi Benson dengan Kalimat “Astaghfirullah hal adzim” Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi.

C. Manfaat Penulisan

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari aplikasi terapi ini dapat memberikan gambaran dalam mengembangkan ilmu keperawatan medikal bedah khususnya pada penderita hipertensi, dan pengaplikasian terapi relaksasi benson terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi ini dapat memberikan referensi maupun masukan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi Pendidikan

Dapat dijadikan sebagai salah satu sumber informasi dalam bidang keperawatan dan menambah wawasan ilmu pengetahuan dimasa yang akan datang.

b. Bagi Lahan

Diharapkan pemberian aplikasi terapi relaksasi benson ini dapat dijadikan sebagai pengobatan nonfarmakologi yang dapat membantu mengurangi penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

c. Bagi klien

Dapat mengetahui dari pemberian terapi relaksasi ini sehingga dapat mempercepat proses penyembuhan.