

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas. Penuaan bukanlah suatu penyakit, melainkan suatu proses yang berangsur-angsur mengakibatkan perubahan kumulatif, merupakan proses menurunnya daya tahan tubuh dalam menghadapi rangsangan dari dalam dan luar tubuh, pada usia tersebut lansia mengalami penurunan fungsi imunitas termasuk penurunan fungsi jantung. Salah satunya adalah hipertensi. (Akbar et al, 2020).

Hipertensi adalah kondisi kesehatan di mana tekanan darah sistolik minimal mencapai 140 mmHg atau tekanan diastolik minimal mencapai 90mmHg. Kondisi ini tidak hanya meningkatkan risiko penyakit jantung, tetapi juga meningkatkan risiko terkena berbagai penyakit lain seperti penyakit saraf, ginjal, dan pembuluh darah. Semakin tinggi tekanan darah seseorang, semakin tinggi pula risiko terkena berbagai penyakit tersebut. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) dan The International Society of Hypertension (ISH) mencatat bahwa saat ini terdapat sekitar 600 juta orang penderita hipertensi di seluruh dunia, dan sekitar 3 juta di antaranya meninggal setiap tahun akibat kondisi ini. WHO juga mencatat bahwa ada satu miliar orang di dunia yang menderita hipertensi, dan dua pertiganya berada di negara-negara berkembang dengan pendapatan rendah hingga menengah. Prevalensi hipertensi diprediksi akan terus meningkat secara signifikan, dengan perkiraan bahwa pada tahun 2025 sekitar 29% orang dewasa di seluruh dunia akan menderita hipertensi. (Akbar et al, 2020).

Estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia pada tahun 2018 sebanyak 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebanyak 477.218 kasus. Berdasarkan penderita hipertensi di Provinsi Jawa Barat sebesar 39,6%, dan pada tahun 2019 di Provinsi Jawa Barat terjadi peningkatan jumlah penderita hipertensi berusia ≥ 18 tahun sebanyak 3.585.701 atau 44,5% kasus menderita hipertensi .(Riskesdas, 2018).

Pola tidur yang buruk merupakan salah satu faktor terjadinya

hipertensi karena waktu tidur yang lebih pendek dapat menyebabkan gangguan metabolisme dan endokrin yang dapat berujung pada gangguan kardiovaskuler. Selain itu, durasi tidur yang singkat dalam jangka waktu yang lama dapat menyebabkan hipertensi karena peningkatan tekanan darah dan detak jantung 24 jam, peningkatan sistem saraf simpatis, dan peningkatan retensi garam. Selanjutnya akan menyebabkan adaptasi struktural sistem kardiovaskuler sehingga tekanan darah menjadi tinggi. (Suryadin et al., 2022)

Hipertensi dapat terjadi karena beberapa faktor risiko yaitu riwayat keluarga, kebiasaan hidup yang kurang baik, pola makan yang kurang baik dan durasi atau kualitas tidur. Durasi dan kualitas tidur yang buruk akan memicu aktivitas sistem saraf simpatis yang lebih banyak dan menimbulkan stressor fisik dan psikologis. (Taufiq Septiyo Noegroho 2022)

Hipertensi pada lansia dapat dikelola secara farmakologi dan non farmakologi. Berbagai upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi hipertensi yaitu pemberian terapi nonfarmakologi berupa: modifikasi gaya hidup, pengurangan berat badan, pembatasan asupan natrium, modifikasi diet rendah lemak, pembatasan alkohol, pembatasan kafein, berhenti merokok dan pengendalian stres. Saputra (2020)

Oleh karena itu, manajemen diri hipertensi merupakan faktor yang sangat penting dalam mengurangi kematian dini. Manajemen diri hipertensi merupakan bagian penting dari manajemen kasus hipertensi. Secara umum penatalaksanaan hipertensi meliputi pengobatan farmakologis dan nonfarmakologis. Salah satu pengobatan nonfarmakologi adalah dengan menggunakan terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT). Saputra et al., (2020).

Terapi SEFT adalah teknik yang menggabungkan sistem energi tubuh (energi obat) dan penyembuhan spiritual dengan menyentuh titik-titik tertentu pada tubuh. Terapi SEFT bekerja kurang lebih dengan prinsip yang sama seperti akupunktur dan akupresur. Ketiganya berupaya merangsang titik-titik kunci di sepanjang 12 jalur energi (meridian energi) tubuh. Perbedaannya dibandingkan dengan metode akupunktur dan akupresur adalah teknik SEFT menggunakan inner element, metode penggunaan yang lebih aman, mudah, cepat dan sederhana, karena SEFT hanya menggunakan ketukan ringan. (Nissa et al., 2023)

Berdasarkan hasil studi pendahuluan melalui wawancara singkat yang dilakukan dengan lansia di desa Cibalong, didapatkan beberapa lansia dengan riwayat hipertensi mengatakan mengalami gangguan pola tidur. Berdasarkan hasil wawancara dengan seorang lansia, mereka mengatakan tidak mengetahui bahaya hipertensi. Hal ini menunjukkan bahwa kesadaran masyarakat terhadap pengendalian hipertensi masih rendah, masyarakat di desa Cibalong mengatakan belum pernah diberikan terapi komplementer salah satunya adalah terapi SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique). Serta belum mengetahui pengobatan non farmakologi dapat mengobatitekanan darah, dan selama ini pengobatan yang selalu digunakan adalah

pengobatan farmakologi. Menurut Saputra et al., (2020) untuk mengontrol tekanan darah pada kasus hipertensi dapat digunakan terapi farmakologis. Salah satu contohnya adalah terapi farmakologi dan terapi non farmakologi. Salah satu terapi nonfarmakologi yang dapat digunakan adalah terapi spiritual. Emotional Freedom Technique (SEFT) adalah terapi yang menggunakan kombinasi mind-body yang kemudian menjadi asuhan keperawatan komplementer. SEFT menggunakan energi dalam tubuh yang bertujuan untuk memperbaiki kondisi pikiran, emosi, dan perilaku seseorang. (Saputra et al., 2020)

Berdasarkan uraian diatas karya tulis ilmiah peneliti sebelum dapat disimpulkan bahwa tekanan darah penderita hipertensi masih menjadi masalah serius dikarenakan tingkat kematian masih tinggi dan prevelensi hipertensi terus meningkat. Maka dari itu penulis tertarik untuk menggali lebih dalam mengenai “aplikasi terapi spiritual emotional freedom technique (SEFT) terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi”.

B. Tujuan Penulisan

1. Melakukan pengkajian asuhan keperawatan pada penderita hipertensi.
2. Merumuskan masalah keperawatan pada penderita hipertensi.
3. Menerapkan perencanaan asuhan keperawatan aplikasi terapi *spiritual emotional freedom technique* (SEFT) terhadap tekanan darah padapenderita hipertensi.
4. Menerapkan implementasi asuhan keperawatan aplikasi terapi *spiritual emotional freedom technique* (SEFT) terhadap tekanan darah padapenderita hipertensi dengan masalah gangguan pola tidur di kp cibalung kabupaten sukabumi.
5. Mengevaluasi tindakan aplikasi terapi *spiritual emotional freedom technique* (SEFT) terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi dengan masalah Gangguan pola

tiduue di Kp Cibalung Kabupaten Sukabumi.

C. Manfaat Penulisan

1. Institusi

Karya tulis ilmiah ini diharapkan menjadi tambahan dalam bacaan untuk mahasiswa prodi D III Keperawatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi khususnya dalam aplikasi terapi *spiritual emotional freedom technique* (SEFT) terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi dengan masalah gangguan pola tidur di kp cibalung kabupaten sukabumi.

2. Tempat kegiatan

Menambah wawasan bagi masyarakat KP. Cibalung mengenai hipertensi dan penatalaksanaan menggunakan aplikasi terapi *spiritual emotional freedom technique* (SEFT) terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi dengan masalah gangguan pola tidur Di Kp.Cibalung Kabupaten Sukabumi.

3. Keluarga dan pasien

Dapat menambah informasi kepada keluarga dan responden mengenai masalah nyeri akut dan dapat mengaplikasikan secara mandiri