

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

Data yang diperoleh badan penelitian dunia *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2018 menunjukkan angka kejadian hipertensi di dunia hampir mencapai 1,3 miliar orang di dunia menderita hipertensi. Hipertensi sudah pasti menjadi momok menakutkan bagi masyarakat. Anak-anak muda pun harus mewaspadai jenis penyakit ini yang tentu saja juga memiliki risiko hipertensi yang sama besarnya dengan orangtua. Hampir sebanyak 95% kasus hipertensi terjadi oleh faktor lingkungan dan genetik. Kasus hipertensi tidak bisa dianggap remeh, kini hipertensi tercatat sebagai kasus kematian utama di seluruh dunia. Oleh karena itu tentu harus mengenal lebih jauh dan bagaimana penanganan mengenai penyakit ini (WHO, 2018).

Riset Kesehatan Dasar (riskesdas) pada tahun 2018 menyatakan angka prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan klasifikasi usia yaitu usia 18-24 sebesar (13,22%), usia 25-34 tahun sebesar (20,13%), sedangkan usia 35-44 tahun sebesar (31,61%). Prevalensi hipertensi sesuai jenis kelamin kebanyakan terjadi pada perempuan sebesar (36,85%). Data hipertensi dengan tingkat tertinggi terjadi di Provinsi Kalimantan Selatan dengan angka kejadian sebesar (44,13%) serta terendah di Provinsi Papua dengan angka kejadian sebesar (22,22%), sedangkan untuk wilayah Sulawesi Selatan angka kejadian hipertensi sebesar (31,68%) data tersebut didapat melalui skala pengukuran terhadap penduduk umur >18 tahun. Hipertensi juga menempati posisi pertama dari 10 penyakit yang diderita lansia di Indonesia dengan Prevalensi menurut kelompok usia 55-64 tahun sebanyak 45,9%, usia 65-74 tahun sebanyak 57,6%, dan usia >75 tahun sebanyak 63,8%. (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Berdasarkan data hasil rekapitulasi kasus baru Penyakit Tidak Menular (PTM), jumlah kasus baru Penyakit Tidak Menular (PTM) yang dilaporkan secara keseluruhan pada tahun 2018 adalah 2.412.297 kasus. Hipertensi menempati proporsi terbesar dari seluruh Penyakit Tidak Menular (PTM) yang dilaporkan, yaitu sebesar

57,10%. Kabupaten/Kota di Jawa Tengah dengan persentase hipertensi tertinggi yakni Kabupaten Batang dengan presentase (18,86%) dan terendah yakni Kabupaten Tegal dengan presentase (2,76%). Dari sebanyak 9.099.765 jiwa atau 34,60% penduduk usia (>15 th) didapatkan hasil pengukuran tekanan darah tercatat sebanyak 1.377.356 jiwa atau 15,14% dinyatakan hipertensi/tekanan darah tinggi. Berdasarkan jenis kelamin, persentase hipertensi pada kelompok perempuan lebih tinggi dibandingkan pada kelompok laki-laki, yakni sebesar 15,84%, sedangkan pada kelompok laki-laki sebesar 14,15% (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2018).

Berdasarkan data hasil rekapitulasi Penyakit Tidak Menular (PTM) oleh Profil Kesehatan Kabupaten Klaten pada tahun 2020 masih banyak anggota masyarakat yang menderita hipertensi, jumlah estimasi penderita hipertensi sebanyak 315.318 jiwa dan baru terlayani sebanyak 102.089 atau 32,38%, hal tersebut mengalami penurunan bila dibandingkan tahun sebelumnya yakni tahun 2019, hal ini dikarenakan adanya beberapa hal antara lain : 1. Kesadaran masyarakat penderita hipertensi yang masih kurang dalam melakukan pengobatan rutin. 2. Sebagian masyarakat yang menderita hipertensi memeriksakan kesehatannya pada klinik swasta atau dokter praktek swasta yang belum melaporkan data penderita hipertensi ke Dinas Kesehatan (Dinas Kesehatan Kabupaten Klaten, 2021).

Kondisi pembuluh darah pada usia lansia sudah mulai melemah dan menyebabkan terjadinya perubahan struktur pada pembuluh darah besar seperti kondisi lumen yang menjadi lebih sempit serta penebalan pada dinding pembuluh darah sehingga menjadi kaku. Keadaan kardiovaskuler pada lansia pun akan semakin berkurang, sehingga dalam keadaan tersebut terjadi peningkatan tekanan darah sistolik dan mengakibatkan lansia rentan terhadap resiko menderita hipertensi (Kumala *et al.*, 2017).

Hipertensi merupakan meningkatnya tekanan darah sistolik diatas 140 mmHg dan tekanan diastolik diatas 90 mmHg setelah dua kali dilakukan pengukuran dengan selang waktu 5 menit pada kondisi tenang. Hipertensi dapat terjadi akibat beberapa faktor seperti usia, jenis kelamin, genetik, jenis kelamin, faktor olahraga, pola makan, alkohol maupun kondisi stress. Hipertensi juga dapat memicu

munculnya berbagai macam penyakit yang mematikan seperti serangan jantung, stroke, gagal jantung dan gagal ginjal yang secara tidak langsung dapat membunuh penderitanya. Hipertensi atau tekanan darah tinggi sering disebut sebagai “*the silent killer*” karena hipertensi ini sering terjadi tanpa keluhan. Hipertensi lebih banyak terjadi pada wanita, hal ini berhubungan dengan hormon. wanita yang belum menopause terlindungi oleh hormon *estrogen* yang berperan dalam meningkatkan kadar *High Density Lipoprotein* (HDL) atau disebut kolesterol baik. Kadar HDL yang tinggi merupakan faktor pelindung dalam mencegah terjadinya proses *aterosklerosis* atau pengerasan pembuluh darah. Hormon *estrogen* tersebut akan menurun kadarnya ketika wanita memasuki usia tua (*menopause*) sehingga perempuan menjadi lebih rentan terserang hipertensi (Lela Aini dan Lenny Astuti, 2020; Musaddas dan Utama, 2021; Kusumawaty *et al.*, 2016).

Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan dengan 2 cara yakni dengan farmakologi dengan obat anti hipertensi seperti penggunaan obat *deuretik*, *simpolitik*, penghambat *adrenergik* dan *vasodilator arteriol*, serta dapat dilakukan dengan terapi non farmakologi contohnya dengan cara olahraga pernapasan, penurunan berat badan, pelemasan otot, pembatasan alkohol, tembakau dan natrium dan juga dengan terapi relaksasi. Terapi relaksasi tersebut dapat digabungkan dengan unsur keyakinan dalam agama Islam bagi para penganut agama Islam. Penerapan unsur keyakinan dalam relaksasi tersebut dapat meningkatkan respon relaksasi lebih kuat jika dibandingkan hanya relaksasi saja. Unsur pada relaksasi tersebut yakni dzikir (Lela Aini dan Lenny Astuti, 2020; Purnika *et al.*, 2019)

Terapi dzikir merupakan suatu upaya yang mencakup aktivitas mengingat, menyebut nama, dan keagungan Allah SWT secara berulang, yang disertai kesadaran akan Allah SWT dengan tujuan untuk menyembuhkan keadaan patologis, maka dengan berdzikir seseorang akan mengingat besarnya kuasa Allah SWT dalam hidupnya, sehingga manusia memasrahkan segala sesuatu hanya pada Allah SWT. Dzikir juga memiliki daya relaksasi yang dapat mengurangi ketegangan (*stress*) serta dapat menciptakan ketenangan pada jiwa. Terapi dzikir dengan bacaan *astaghfirullahal'adzim* dan bacaan *La illaaha illallaahu wahdaahu laasyariikalah*

*lahul mulku walahul hamdu wahuwa 'alaa kullisyain qadiir* dapat dijadikan terapi pendamping pada terapi non farmakologi yang berfungsi untuk mengontrol tekanan darah pada pasien hipertensi karena dengan dilakukannya terapi dzikir dapat berpengaruh terhadap ketenaangan jiwa sehingga dapat menurunkan angka tekanan darah pada pasien hipertensi (Musaddas dan Utama, 2021; Budi dan Herwati, 2021).

Penelitian terdahulu oleh Lela Aini dan Lenny Astuti, (2020) tentang Pengaruh Terapi Relaksasi Dzikir Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi dengan desain penelitian quasi eksperimen, dengan pendekatan one group pre-post test design, dan tidak menggunakan kelompok kontrol, dari jumlah sampel 50 orang. Terdapat perbedaan antara tekanan darah sistolik dan tekanan darah diastolik sebelum dilakukan terapi 149.52/94.76 mmHg dan setelah dilakukan terapi menjadi 136.67/90 mmHg sehingga dapat disimpulkan dzikir dapat menurunkan tekanan darah (Lela Aini dan Lenny Astuti, 2020).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh penulis diperoleh data dari hasil kuisioner yang di sebar sebanyak 5 responden, didapatkan hasil responden tidak merasakan apapun saat tekanan darahnya naik dan tidak mengetahui bahwa dengan dzikir dapat membantu menurunkan tekanan darah. Adanya pengetahuan tentang dzikir sebagai terapi nonfarmakologis untuk mengatasi hipertensi memiliki manfaat bagi masyarakat dan responden yakni melakukan dzikir akan mendapat ketenangan jiwa melalui proses mendekatkan diri kepada Allah SWT, melakukan dzikir dengan ikhlas dan rasa penuh penghayatan dapat membawa seseorang dalam keadaan yang tenang dan nyaman, sehingga dapat menurunkan angka pada tekanan darah yang tinggi.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka sebagai penulis tertarik untuk menulis Tugas Akhir berupa Pengembangan Media Komunikasi Informasi dan Edukasi (KIE) dengan tema “Upaya Menurunkan Tekanan Darah Dengan Menggukan Metode Dzikir Melalui Media Video“. Media Video tergolong dalam media audio visual, yakni media yang dapat menampilkan gambar sekaligus suara secara bersamaan yang dapat digunakan untuk menyampaikan suatu gagasan dalam bentuk edukasi yang mudah dipahami. (Latukau, 2020).

Tujuan dari pembuatan media video ini diharapkan melalui hasil dari Tugas Akhir ini penulis akan memberikan manfaat untuk masyarakat, dengan KIE (Komunikasi, Informasi, Edukasi) ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi tambahan bagi masyarakat tentang dzikir untuk mengatasi tekanan darah pada lansia penderita hipertensi sebagai terapi nonfarmakologis yang mudah dilakukan oleh masyarakat. Untuk sejawat perawat, yakni dengan KIE (Komunikasi, Informasi, Edukasi) ini dapat membantu tenaga kesehatan lain dalam memberikan komunikasi, informasi, edukasi tentang pemberian terapi dzikir untuk mengatasi tekanan darah pada penderita hipertensi sebagai terapi nonfarmakologis.