

BAB 1

PENDAHULUAN

Badan penelitian kesehatan dunia *World Health Organization* (WHO) menunjukkan kejadian hipertensi di seluruh dunia mencapai lebih dari 1,3 milyar orang. Jumlah penderita hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 milyar orang terkena hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya 10,44 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya. Kejadian hipertensi ini lebih tinggi terjadi pada penduduk di negara berkembang dibandingkan negara maju bahkan nyaris sebanyak 75% penderita hipertensi tinggal di negara berkembang, dan terjadi peningkatan sebanyak 8,1%. Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang cukup berbahaya di seluruh dunia karena hipertensi merupakan faktor risiko utama yang mengarah kepada penyakit kardiovaskuler seperti serangan jantung, gagal jantung, stroke, dan penyakit ginjal (WHO, 2018).

Riset Kesehatan Dasar menyatakan Angka prevalensi hipertensi di Indonesia secara nasional berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia ≥ 18 tahun sebesar (34,1%), tertinggi di Kalimantan Selatan (44,1%), sedangkan terendah di Papua sebesar (22,2%). Estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian. Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%). Dari prevalensi hipertensi sebesar 34,1% diketahui bahwa sebesar (8,8%) terdiagnosa hipertensi dan (13,3%) orang yang terdiagnosa hipertensi tidak minum obat serta (32,3%) tidak rutin minum obat. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar penderita hipertensi tidak mengetahui bahwa dirinya hipertensi sehingga tidak mendapat pengobatan (Riskesdas, 2018).

Berdasarkan hasil rekapitulasi data kasus baru PTM pada Profil Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah jumlah kasus yang dilaporkan secara

keseluruhan pada tahun 2018 adalah 2.412.297 kasus. Penyakit hipertensi menempati proporsi terbesar dari seluruh PTM yang dilaporkan, yaitu sebesar 57,10%, sedangkan urutan kedua terbanyak adalah Diabetes Mellitus sebesar 20,57%. Dua penyakit tersebut menjadi prioritas utama pengendalian PTM di Jawa Tengah. Jumlah penduduk berisiko umur ≥ 15 tahun yang dilakukan pengukuran tekanan darah pada tahun 2018 tercatat sebanyak 9.099.765 atau 34,60%. Dari hasil pengukuran tekanan darah sebanyak 1.377.356 orang atau 15,84% dinyatakan hipertensi atau tekanan darah tinggi. Berdasarkan jenis kelamin, persentase hipertensi pada kelompok perempuan sebesar 15,84% , lebih tinggi dibandingkan pada kelompok laki-laki yaitu 14,15%. Berdasarkan penduduk usia ≥ 15 tahun, persentase hipertensi tertinggi adalah Kabupaten atau Kota Batang (18,86%) dan terendah adalah Kabupaten atau Kota Tegal (2,76%). Persentase hipertensi di Kabupaten atau Kota Surakarta tercatat sebanyak 10,41% (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa tengah, 2018).

Berdasarkan hasil rekapitulasi data kasus PTM pada Profil Dinas Kesehatan Kota Surakarta jumlah kasus yang ditemukan pada tahun 2018 dari laporan Puskesmas sebanyak 67.827 kasus. Penyakit hipertensi masuk 10 besar penyakit pada Rawat Jalan Puskesmas di Kota Surakarta dan menempati urutan pertama. Adapun proporsi kasus PTM tahun 2018 di pelayanan rawat jalan Puskesmas Kabupaten Surakarta adalah sebagai berikut: *Essential (primary) hypertension* (9,42%), *Acute nasopharyngitis* (8,31%), *Myalgia* (4,63%), *Acute upper respiratory infection* (2,29%), *Influenza with other manifestations* (2,16%), *Headache* (2,06%), *Dyspepsia* (2,01%), *Gastritis* (1,60%), *Necrosis of pulp* (1,53%), dan *Cough* (1,49%). Berdasarkan laporan jumlah kasus hipertensi dari Puskesmas Kota Surakarta pada tahun 2018 jumlah kasus tertinggi adalah Puskesmas Pajang sebanyak 4.212 kasus, dan terendah adalah Puskesmas Kratonan sebanyak 404 kasus (Dinas Kesehatan Kota Surakarta, 2018).

Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik sedikitnya 140 mmHg atau tekanan diastoliknya 90 mmHg. Hipertensi tidak hanya berisiko tinggi menderita penyakit jantung, tetapi juga menderita penyakit lain seperti penyakit

saraf, ginjal, dan pembuluh darah, serta semakin tinggi tekanan darah, maka semakin besar risikonya. (Nurarif & Kusuma, 2015). Tekanan darah adalah tegangan atau tekanan yang dikeluarkan darah terhadap dinding arteri. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi tekanan darah antara lain faktor umur, jenis kelamin, genetik, nutrisi, obesitas, stress, merokok (Susilo & Wulandar dalam Niken, 2019).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi dapat ditangani dengan cara farmakologi diantaranya menggunakan golongan obat diuretik, dan cara nonfarmakologi dapat dilakukan dengan mengontrol pola makan, olahraga, penurunan berat badan, dan relaksasi spiritual. Relaksasi spiritual dalam agama Islam menggunakan bacaan-bacaan dzikir atau mengingat Allah dengan mengulang-ulang bacaan tertentu. Kemiripan antara relaksasi dengan dzikir terletak pada upaya penfokusan pikiran, upaya melepaskan diri dari segala sesuatu yang mengganggu pikiran, keduanya juga sejalan dalam hal latihan, dan mengulang kata-kata atau makna meditasi (Finaldiansyah, 2016). Penelitian yang dilakukan oleh Dewi, membuktikan bahwa kondisi spiritualitas pasien dengan hipertensi mampu memberikan hubungan yang signifikan terhadap kondisi hipertensi. Artinya, individu dengan spiritual yang baik mampu menurunkan atau menstabilkan tekanan darah pada penderita hipertensi (Dewi, 2016).

Dzikir merupakan suatu upaya untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT dengan cara mengingat-Nya. Dzikir juga dapat berfungsi sebagai metode psikoterapi karena dengan banyak melakukan dzikir akan menjadikan hati tentram, tenang, dan damai, serta tidak mudah digoyahkan oleh pengaruh lingkungan dan budaya global (Kumala., *et al.*, 2017). Menurut Yurisdaldi (2010) kalimat yang mengandung huruf jahr, seperti kalimat tauhid dan istighfar, dapat meningkatkan pembuangan karbondioksida dalam paru-paru. Manfaat lainnya disebutkan oleh Rasulullah saw, *“barangsiapa senantiasa beristighfar, niscaya Allah akan memberikan jalan keluar dari setiap kesulitan, memberikan kelapangan dari kesusahan dan memberikan rezeki kepadanya dari arah yang tak disangka-sangka”* (HR. Abu Daud dan Ibnu Majah). Penelitian yang

dilakukan oleh Lulu mengatakan bahwa saat dzikir telah menembus seluruh bagian tubuh bahkan kesetiap sel-sel dari tubuh itu sendiri, hal ini akan berpengaruh terhadap tubuh atau fisik dengan getaran rasa lemas dan pada saat itulah manusia merasakan rileksasi saraf sehingga ketegangan-ketegangan yang dirasakan akan hilang (Kumala, Kusprayogi & Nashori, 2017).

Berdasarkan uraian di atas maka penulis ingin memberikan “Terapi Dzikir Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi” dengan Media Poster. Alasan penulis menggunakan luaran poster yaitu poster merupakan salah satu media berbentuk desain grafis yang didalamnya terdapat kata dan gambar pada kertas berukuran besar yang berisi informasi dengan kalimat yang singkat, padat, jelas, dan mudah dipahami oleh para pembaca, serta memiliki pesan yang baik, yang ditempel ditempat umum agar dapat dilihat dan dibaca banyak orang. Penelitian yang dilakukan Rismayanti., *et al.*, (2018) dalam jurnal penelitian yang berjudul “Pengaruh Media Poster dan Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Konsumsi Makanan Jajanan Anak Sekolah SMP 1 Patampanua Pinrang” di dapatkan hasil penelitian bahwa terdapat manfaat dari pemajangan poster dan leaflet bagi responden yang memiliki tingkat pengetahuan tinggi, sedang, maupun rendah. Responden yang memiliki tingkat pengetahuan tinggi meningkat setelah pemajangan poster dan leaflet sebanyak 90,6%. Sedangkan responden dengan pengetahuan sedang dan rendah setelah pemajangan poster dan leaflet tidak terdapat pelajar yang memiliki pengetahuan yang rendah.

Tujuan dari pembuatan media poster ini adalah peneliti berharap hasil tugas akhir ini akan memberikan kemanfaatan untuk perawat, yaitu dengan KIE (Komunikasi, Informasi, Edukasi) ini diharapkan dapat membantu tenaga kesehatan lainnya dalam memberikan komunikasi, informasi, edukasi tentang pemberian terapi dzikir untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi sebagai terapi nonfarmakologi. Untuk masyarakat, yaitu dengan KIE (Komunikasi, Informasi, Edukasi) ini diharapkan dapat membantu sebagai sumber informasi tambahan bagi masyarakat tentang terapi dzikir sebagai terapi

nonfarmakologi yang mudah dilakukan oleh masyarakat untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.