

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Penyakit jantung dan pembuluh darah (kardiovaskuler) merupakan masalah kesehatan utama di negara maju dan negara berkembang. Penyakit kardiovaskuler juga sebagai penyebab kematian nomor satu di dunia. Salah satu penyakit kardiovaskuler paling banyak terjadi di masyarakat adalah hipertensi. Hipertensi atau tekanan darah tinggi sering disebut sebagai *the silent killer* dikarenakan sering tanpa keluhan, sehingga penderita tidak mengetahui bahwa dirinya mempunyai penyakit hipertensi dan bahkan baru diketahui setelah penderita terjadi komplikasi (Kemenkes, 2019).

Menurut Sarweni dan Sari (2020), hipertensi merupakan keadaan seseorang mengalami peningkatan tekanan darah di atas normal. Seseorang dikatakan mempunyai hipertensi jika tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg. Yahya (2018, dalam Aliffandi, 2022), mengatakan bahwa hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu keadaan terjadinya peningkatan tekanan darah yang tidak normal dalam pembuluh darah arteri dan terjadi secara terus menerus.

Menurut Rizkiana dan Maulianda (2021), mengatakan bahwa hipertensi disebabkan oleh beberapa faktor penyebab yaitu faktor riwayat keturunan keluarga, obesitas, kebiasaan merokok, mengonsumsi alkohol, asupan garam yang tinggi dan stres. Menurut Arifuddin (2018, dalam Pratama, 2020) menyatakan bahwa stres akan mengakibatkan jantung

berdenyut lebih cepat dan kuat, sehingga tekanan darah meningkat dan stres meningkatkan tekanan darah sebesar 30 mmHg.

Menurut Huda dan Alvita (2018), mengatakan bahwa hipertensi adalah penyakit tidak menular (PTM) dan menjadi masalah kesehatan di banyak negara. Hipertensi masuk kedalam lima besar penyebab kematian di Indonesia dan prevalansi hipertensi terus meningkat. Data *Global Status Report on Noncommunicable Diseases* (2018) dari *World Health Organization* (WHO) menunjukkan bahwa 27% negara berkembang memiliki penderita hipertensi, sedangkan negara maju memiliki 18% penderita hipertensi (Setyowati dan Wahyuni, 2019).

Data WHO pada 2015 menunjukkan jika sekitar 1,13 miliar orang di dunia menderita hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosa hipertensi. WHO memperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 miliar orang yang mengidap hipertensi dan jumlah prevalansi penderita hipertensi selalu mengalami kenaikan setiap tahunnya. Diperkirakan juga setiap tahun ada 2,9 juta orang yang telah meninggal akibat menderita hipertensi dan mengalami komplikasi dari hipertensi (Kemenkes, 2019).

Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018 menunjukkan kasus hipertensi di Indonesia sebanyak 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebanyak 427.218 kematian. Data Riskesdas menunjukan prevalensi hipertensi pada penduduk usia >18 tahun sebesar 34,1%. Prevalensi pada taun 2018 lebih tinggi dibandingkan tahun 2013 sebesar 25,8%. Data hipertensi tahun 2018 terjadi

pada kelompok umur 31-44 tahun sebesar 31,6%, umur 45-54 tahun sebesar 45,3%, dan umur 55-64 tahun sebesar 55,2% (Kemenkes, 2021). Provinsi Jawa Barat menempati urutan ke 2 prevalansi tekanan darah tinggi menurut provinsi dengan penderita hipertensi sebesar 39,6%, dengan penderita hipertensi pada laki-laki sebanyak 24.163 kasus dan pada perempuan dengan 23.998 kasus. (Riskesdas, 2018).

Data yang didapatkan dari Data Kesehatan Provinsi Jawa Barat pada tahun 2021 bahwa Kabupaten Majalengka masuk sepuluh besar kabupaten yang memiliki angka kejadian hipertensi yang tinggi di Jawa Barat. Angka kejadian di Kabupaten Majalengka dengan kriteria jumlah penderita hipertensi berusia >15 tahun pada tahun 2021 sebanyak 768.968 kasus. Kriteria jumlah penderita hipertensi yang mendapat pelayanan kesehatan di Kabupaten Majalengka pada tahun 2021 sebanyak 127.852 kasus dengan persentase 40,5%. Data yang didapatkan dari laporan catatan Puskesmas Lemahsugih tahun 2022, bahwa Puskesmas Lemahsugih termasuk kedalam lima besar daerah yang memiliki kasus hipertensi tertinggi yang ada di Kabupaten Majalengka. Penderita hipertensi yang mendapat pelayanan atau yang terdaftar di wilayah kerja Puskesmas Lemahsugih sebanyak 321 kasus, dengan jumlah penderita laki-laki 127 kasus dan perempuan 194 kasus.

Harmili dan Huriah (2019, dalam Aliffandi, 2022), mengatakan bahwa penambahan usia menyebabkan elastisitas pembuluh darah perifer menurun sehingga akan meningkatkan terjadinya hipertensi. Jika hipertensi tidak dikontrol maka akan menimbulkan komplikasi seperti stroke, gagal

ginjal, gagal jantung dan edema. Hipertensi merupakan kondisi penyakit seumur hidup dan penderita hipertensi perlu selalu dikontrol tekanan darahnya. Manajemen diri hipertensi merupakan hal yang sangat penting bagi penderita hipertensi.

Menurut Nurjanah (2019, dalam Fadli, 2022), penanganan hipertensi bisa dengan dua cara yaitu farmakologis maupun secara non farmakologis. Penanganan Farmakologis yaitu dengan cara pemberian obat antihipertensi dengan cara memperhatikan mekanisme kerja serta kepatuhan dalam mengkonsumsi obat. Salah satu penanganan nonfarmakologis bisa dilakukan dengan terapi komplementer. Terapi komplementer dalam penatalaksanaan hipertensi, diantaranya obat tradisional, akupunktur, hipnoterapi, meditasi, *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT), terapi musik dan akupresure.

Terapi SEFT merupakan salah satu bentuk *mind-body therapy*. Terapi SEFT merupakan teknik penggabungan dari sistem energi tubuh dan terapi spiritual dengan menggunakan tapping pada titik-titik kunci pada sepanjang 12 jalur energi tubuh (Huda dan Alvita, 2018). Secara non farmakologis terapi SEFT dapat dijadikan sebagai pendamping dari penatalaksanaan farmakologis atau bisa dilakukan bersamaan supaya mendapatkan hasil yang maksimal. Terapi SEFT bisa menurunkan tekanan darah dikarenakan terapi SEFT membantu menurunkan aktivitas saraf simpatis, yang mengakibatkan terjadi penurunan frekuensi napas, tekanan darah dan denyut jantung (Aliffandi, 2022).

Berdasarkan dari beberapa penelitian untuk menurunkan tekanan darah telah dilakukan terapi SEFT dan terapi musik klasik. Berdasarkan hasil penelitian Lismayanti & Hidayatulloh (2019), terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) menurunkan tekanan darah pasien hipertensi di UPTD Puskesmas Cilembang Kota Tasikmalaya. Hasil dari nilai sistole 1x putaran adalah nilai $p = 0,000$ artinya $p < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Hasil untuk diastole 1x putaran adalah nilai $p = 0,011$ artinya $p < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Namun, hasil nilai sistole 3x putaran adalah $p = 0,000$ artinya $p < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Hasil untuk diastole 3x putaran nilai $p = 0,182$ artinya $p > 0,05$, maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Setelah dilakukan penelitian dengan 1x putaran dan 3 kali putaran terapi SEFT hasilnya adalah sudah ada penurunan tekanan darah pada responden namun belum signifikan dikarenakan 3x putaran tingkat konsentrasi pasien hipertensi semakin menurun dibandingkan dengan 1x putaran.

Berdasarkan hasil penelitian terapi musik oleh Sidik (2020), pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi pada lansia, hasil penelitiannya adalah nilai median sebelum dilakukan terapi musik yaitu 2,0 dengan standar deviasi 0,73, sedangkan nilai median tekanan darah sesudah dilakukan terapi musik yaitu 2,00 dengan standar deviasi 0,71. Hasil uji *wilcoxon test* didapatkan $p\ value = 0,000$ dengan nilai $p > 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima dan dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah dilakukan terapi musik klasik.

Hal ini sejalan dengan teori didalam penelitian Kusuma dan Rikhi (2020), menyatakan bahwa terapi musik sangat mudah digunakan dan dapat membuat tubuh menjadi lebih rileks. Rangsangan musik klasik dapat mengaktivasi jalut-jalur khusus di dalam otak, yang berhubungan dengan emosional tubuh manusia. Syahril (2019), mengatakan bahwa pengaruh musik klasik sebagai *entertaining effect*, *learning support effect* dan sebagai *enriching-mind effect*. Musik dapat mempengaruhi denyut jantung sehingga menyebabkan ketenangan dikarenakan musik dengan irama yang lembut didengarkan melalui indera pendengaran akan diterima oleh otak dan langsung diolah sehingga menghasilkan efek yang baik terhadap kesehatan manusia.

Berdasarkan hasil wawancara dengan pemegang program PTM Puskesmas Lemahsugih, program yang dilakukan puskesmas dalam penatalaksanaan hipertensi yaitu dengan prolanis, posbindu dan memberikan obat-obatan untuk mengontrol tekanan darah. Namun, angka kejadian dan nilai tekanan darah pada pasien hipertensi tidak menurun dengan signifikan, maka untuk meningkatkan upaya pengendalian tekanan darah tersebut dilakukan penerapan terapi komplementer dengan terapi SEFT dan terapi musik klasik. Petugas puskesmas mengatakan bahwa belum pernah melakukan terapi SEFT dan terapi musik klasik pada penanganan pasien hipertensi dikarenakan kurangnya pengetahuan dan keahlian yang dimiliki oleh tenaga kesehatan yang bekerja di sana.

Pasien hipertensi di Puskesmas Lemahsugih telah dilakukan program pengendalian hipertensi diantaranya prolanis, posbindu dan memberikan obat-obatan untuk mengontrol tekanan darah. Namun, angka kejadian dan nilai tekanan darah pada pasien hipertensi tidak menurun dengan signifikan, maka untuk meningkatkan upaya pengendalian tekanan darah tersebut dilakukan penerapan terapi komplementer dengan terapi SEFT dan terapi musik klasik. Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat pengaruh terapi SEFT dan terapi musik klasik terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja puskesmas lemahsugih

Beberapa penelitian baik terapi SEFT maupun terapi musik telah dilakukan, penggabungan terapi SEFT dan terapi musik klasik yang dilakukan bersamaan diharapkan dapat meningkatkan konsentrasi dan memberikan efek relaksasi lebih dalam kepada pasien hipertensi. Oleh karena itu, peneliti tertarik melakukan penelitian tentang Pengaruh Kombinasi Terapi SEFT dan Terapi Musik Klasik terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Lemahsugih.

1.2 Rumusan Masalah

Pasien hipertensi di Puskesmas Lemahsugih telah dilakukan program pengendalian hipertensi diantaranya prolanis, posbindu dan memberikan obat-obatan untuk mengontrol tekanan darah. Namun, angka kejadian dan nilai tekanan darah pada pasien hipertensi tidak menurun dengan signifikan, maka untuk meningkatkan upaya pengendalian tekanan darah tersebut

dilakukan penerapan terapi komplementer dengan terapi SEFT dan terapi musik klasik. Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat pengaruh kombinasi terapi SEFT dan terapi musik klasik terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja puskesmas lehamsugih?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh kombinasi terapi SEFT dan terapi musik klasik terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Lemahsugih.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden (usia, jenis kelamin dan pekerjaan) pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol
- b. Mengidentifikasi tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok perlakuan
- c. Mengidentifikasi tekanan darah diastolik sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok perlakuan
- d. Mengidentifikasi tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah tindakan puskesmas (Penkes) pada kelompok kontrol
- e. Mengidentifikasi tekanan darah diastolik sebelum dan sesudah tindakan puskesmas (Penkes) pada kelompok kontrol
- f. Menganalisis perbedaan rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok intervensi

- g. Menganalisis perbedaan rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik setelah perlakuan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara non farmakologis terapi SEFT dan terapi musik dapat dijadikan sebagai pendamping dari penatalaksanaan farmakologis atau bisa dilakukan bersamaan supaya mendapatkan hasil yang maksimal. Aliffandi (2022), mengatakan bahwa terapi SEFT bisa menurunkan tekanan darah dikarenakan terapi SEFT membantu menurunkan aktivitas saraf simpatis, yang mengakibatkan terjadi penurunan frekuensi napas, tekanan darah dan denyut jantung.

Kusuma dan Rikhi (2020), mengatakan bahwa terapi musik sangat mudah digunakan dan terjangkau, serta dapat membuat tubuh lebih rileks. Rangsangan musik klasik dapat mengaktifasi jalur-jalur spesifik di dalam area otak, yang berhubungan dengan emosional tubuh manusia.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Subjek Penelitian

Terapi SEFT dan terapi musik klasik dapat digunakan secara mandiri untuk pengendalian tekanan darah

b. Bagi Pelayanan Kesehatan

Terapi SEFT dan terapi musik klasik sebagai terapi pengembangan dan pelengkap dari terapi nonfarmakologis dalam pengendalian tekanan darah.

c. Bagi Instansi Pendidikan

Sebagai pengembangan dalam mata kuliah keperawatan komplementer, keperawatan komunitas dan keperawatan paliatif.

d. Bagi Penelitian Lain

Sebagai bahan berbandingan penelitian dan penelitian lanjutan.

1.5 Keaslian Penelitian

Penelitian baik tentang terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) maupun terapi musik telah banyak dilakukan sebelumnya, penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya sebagai berikut.

- a. Huda dan Alvita (2018), Pengaruh Terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Tahunan dengan metode penelitian *quasy eksperimen* dengan rancangan *pre-post test with control group*. Hasil penelitian pada kelompok intervensi tekanan darah sistole $p = 0,000$ ($p < 0,05$) dan tekanan darah diastol $p = 0,22$ ($p < 0,05$), dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh terapi SEFT terhadap tekanan darah pada kelompok intervensi. Sedangkan hasil penelitian kepada kelompok kontrol didapatkan nilai tekanan darah sistol $p = 0,881$ ($p > 0,05$) dan tekanan darah diastol $p = 0,814$ ($p > 0,05$), dapat disimpulkan bahwa tidak ada

perbedaan yang signifikan terhadap kelompok kontrol antara pre-test dan posttest.

- b. Lismayanti dan Hidayatulloh (2019), terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) menurunkan tekanan darah pasien hipertensi di UPTD Puskesmas Cilembang Kota Tasikmalaya. Hasil dari nilai sistole 1x putaran adalah nilai $p = 0,000$ artinya $p < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Hasil untuk diastole 1x putaran adalah nilai $p = 0,011$ artinya $p < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Namun, hasil nilai sistole 3x putaran adalah $p = 0,000$ artinya $p < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Hasil untuk diastole 3x putaran nilai $p = 0,182$ artinya $p > 0,05$, maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Setelah dilakukan penelitian dengan 1x putaran dan 3 kali putaran terapi SEFT hasilnya adalah sudah ada penurunan tekanan darah pada responden namun belum signifikan dikarenakan 3x putaran tingkat konsentrasi pasien hipertensi semakin menurun dibandingkan dengan 1x putaran.
- c. Sidik (2020), pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi pada lansia dengan metode penelitian *quasy eksperimental* dengan *one-group pretest-posttest design*. Hasil penelitiannya adalah nilai median sebelum dilakukan terapi musik yaitu 2,0 dengan standard deviasi 0,73, sedangkan nilai median tekanan darah sesudah dilakukan terapi musik yaitu 2,00 dengan standar deviasi 0,71. Hasil uji *wilcoxon test* didapatkan $p\ value = 0,000$ dengan nilai $p > 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima dan dapat disimpulkan bahwa ada

perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah dilakukan terapi musik klasik.

- d. Marina, *et.al* (2022), pengaruh terapi musik klasik mozart terhadap tekanan darah penderita hipertensi di Kelurahan Sungai Enam Kijang dengan metode penelitian *quasy eksperimental* dengan *one-group pretest-posttest design*. Hasil penelitiannya adalah dilakukan terapi musik klasik kepada 20 responden dengan teknik *purposive sampling*. Hasil uji statistik *wilcoxon test* diperoleh angka signifikan nilai *p value*=0,008 yang berarti ($\leq 0,05$), maka H_0 ditolak yang berarti ada pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah.

Penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya atau penelitian yang sudah ada. Perbedaan dapat dilihat pada tempat, jumlah sample, serta kombinasi dari terapi SEFT dan terapi musik klasik. Sejauh pencarian jurnal yang telah dilakukan peneliti belum ada penelitian tentang kombinasi terapi SEFT dan terapi musik klasik. Oleh karena itu, peneliti ingin melakukan penelitian dari kombinasi terapi SEFT dan terapi musik klasik agar tekanan darah pada pasien hipertensi menurun dengan signifikan.