



SKRIPSI

**PENGARUH MEDITASI DZIKIR TERHADAP
TEKANAN DARAH PADA PASIEN
HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS KAHURIPAN**

R. SYA'BANI

P2.06.20.5.21.070

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN DAN PENDIDIKAN
PROFESI NERS
JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2025**



SKRIPSI

PENGARUH MEDITASI DZIKIR TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KAHURIPAN

*Diajukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Terapan Keperawatan pada Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya*

Oleh:

**R. SYA'BANI
NIM. P2.06.20.5.21.070**

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN DAN PENDIDIKAN
PROFESI NERS
JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2025**

Pengaruh Meditasi Dzikir terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kahuripan

INTISARI

R. Sya'bani¹, Yanti Cahyati², Yanyan Bahtiar³

Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners
Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

Latar Belakang: Hipertensi merupakan kondisi medis yang ditandai oleh tekanan darah sistolik dan/atau diastolik di atas 140/90 mmHg. Menurut WHO, pada tahun 2023, terdapat sekitar 1,28 miliar orang dewasa di seluruh dunia yang menderita hipertensi dengan prevalensi di Indonesia mencapai 30,8% pada usia 30-79 tahun. Di Jawa Barat, jumlah penderita hipertensi meningkat 39,09% pada tahun 2023, dan Kota Tasikmalaya mencapai 55.999 kasus pada tahun 2024. Meditasi dzikir, sebagai salah satu praktik spiritual, diyakini dapat berkontribusi pada penurunan tekanan darah. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh meditasi dzikir terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kahuripan. Metode: Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain kuantitatif pra-eksperimen dengan *one group pre-test* dan *post-test design*. Populasi pada penelitian ini sebanyak 3.002 orang dengan jumlah sampel 17 orang menggunakan teknik *probability sampling* berupa *simple random sampling*, responden diukur tekanan darahnya sebelum dan setelah intervensi meditasi dzikir selama 7 hari. Hasil Penelitian: Hasil penelitian menunjukkan penurunan tekanan darah sistolik dari 149,00 mmHg menjadi 138,76 mmHg dan diastolik dari 95,00 mmHg menjadi 88,00 mmHg, dengan nilai $p = 0,006$ untuk sistolik dan $p = 0,001$ untuk diastolik. Kesimpulan: Terdapat pengaruh meditasi dzikir terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kahuripan.

Kata Kunci: Meditasi dzikir, tekanan darah, hipertensi

The Effect of Dhikr Meditation on Blood Pressure in Hypertension Patients in the Kahuripan Health Center Work Area

ABSTRACT

R. Sya'bani¹, Yanti Cahyati², Yanyan Bahtiar³

*Applied Undergraduate Study Program in Nursing & Nursing Profession
Tasikmalaya Ministry Health of Polytechnic*

Background: Hypertension is a medical condition characterized by systolic and/or diastolic blood pressure above 140/90 mmHg. According to WHO, in 2023, there will be around 1.28 billion adults worldwide suffering from hypertension with a prevalence in Indonesia reaching 30.8% at the age of 30-79 years. In West Java, the number of hypertension sufferers increased by 39.09% in 2023, and Tasikmalaya City reached 55,999 cases in 2024. Dhikr meditation, as one of the spiritual practices, is believed to contribute to lowering blood pressure. Objective: This study aims to determine the effect of dhikr meditation on blood pressure in hypertensive patients in the Kahuripan Health Center work area. Method: The method used in this study is a quantitative pre-experimental design with one group pre-test and post-test design. The population in this study was 3,002 people with a sample size of 17 people using a probability sampling technique in the form of simple random sampling, respondents' blood pressure was measured before and after the dhikr meditation intervention for 7 days. Research Results: The results showed a decrease in systolic blood pressure from 149.00 mmHg to 138.76 mmHg and diastolic from 95.00 mmHg to 88.00 mmHg, with a p value = 0.006 for systolic and p = 0.001 for diastolic. Conclusion: There is an effect of dhikr meditation on blood pressure in hypertensive patients in the Kahuripan Health Center work area.

Keywords: Dhikr meditation, blood pressure, hypertension

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah rabbil'alam, puji serta syukur kehadiran *Ilahi Rabbi* atas limpahan karunia dan nikmat-Nya, sehingga penyusunan skripsi dengan judul “Pengaruh Meditasi Dzikir terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kahuripan” ini dapat penulis selesaikan dengan baik. Skripsi ini terwujud atas bimbingan, bantuan, dan do'a dari berbagai pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu. Maka pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep. Ners., M.Kep. selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya;
2. Bapak Ridwan Kustiawan, M.Kep., Ners., Sp.Kep. Jiwa selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya;
3. Bapak Yudi Triguna, S.Kep., Ners., M.Kep selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya ;
4. Ibu Yanti Cahyati, S.Kep., Ners., M.Kep selaku Pembimbing 1;
5. Bapak Yanyan Bahtiar, SKp., M.Kep. selaku Pembimbing 2;
6. Seluruh staf Pendidikan dan dosen di lingkungan Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya, yang telah memberikan bantuan dan bimbingan selama penulis menjalankan perkuliahan;
7. Staf Puskesmas Kahuripan, khususnya Bapak Yosef, yang telah memberikan arahan dan bantuan selama proses penelitian;

8. Ibu penulis tercinta, Tete Sadiyah, yang doanya tidak pernah terputus untuk selalu mendoakan penulis sekaligus memberikan motivasi;
9. Kakak penulis, R Nenden Lu'lu Patimah S.Pd dan suaminya M. Rifqi Romdhon Anwari S.Pd yang selalu membantu dan memberi motivasi dalam penulisan skripsi ini;
10. Seluruh keluarga penulis yang selalu memberikan dukungan dan senantiasa mendoakan penulis;
11. Teh Nabila Nurfauziah Fazrin S.Tr. Kep. Ners selaku kakak tingkat yang selalu membantu penulis dalam penyusunan skripsi ini;
12. Sahabat penulis, Rini Fitriani, yang selalu saling memberikan dukungan dan semangat dengan penulis dalam setiap langkah penulisan skripsi ini;
13. Seluruh teman-teman angkatan 3 Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan & Pendidikan Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya, yang senantiasa mengingatkan, memberikan dukungan, serta memberikan kenangan baik dan buruk selama 8 semester ini; serta
14. Terakhir, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada diri sendiri karena telah mampu bertahan dan melewati semua tantangan dalam proses ini. Terima kasih untuk usaha, semangat, dan waktu yang telah dicurahkan dalam menyelesaikan skripsi ini.

Semoga dengan kolaborasi dan dukungan dari semua pihak, skripsi ini dapat menjadi suatu karya sederhana yang dapat bermanfaat.

Penulis

DAFTAR ISI

SAMPUL.....	i
HALAMAN SAMPUL	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
INTISARI.....	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
DAFTAR ARTI, LAMBANG, SINGKATAN, DAN ISTILAH.....	xv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian	6
E. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II.....	10
TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Landasan Teori.....	10
B. Kerangka Teori.....	29
C. Kerangka Konsep.....	30
D. Hipotesis	30
BAB III.....	32
METODE PENELITIAN	32

A.	Desain Penelitian.....	32
B.	Populasi, Sampel, dan Sampling.....	32
C.	Variabel Peneltian.....	34
D.	Definisi Operasional (DO).....	35
E.	Tempat Penelitian.....	36
F.	Waktu Penelitian	37
G.	Instrumen Penelitian.....	38
H.	Prosedur Pengumpulan Data.....	38
I.	Analisa Data.....	40
J.	Etika penelitian	42
BAB IV		44
HASIL DAN PEMBAHASAN		44
A.	Hasil Penelitian	44
B.	Pembahasan	47
BAB V.....		56
KESIMPULAN DAN SARAN		56
A.	Kesimpulan	56
B.	Saran.....	57
DAFTAR PUSTAKA.....		59
LAMPIRAN		65
DAFTAR RIWAYAT HIDUP		89

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian	7
Tabel 3.1 Definisi Operasional	35
Tabel 3.2 Jadwal Penelitian	37
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden.....	44
Tabel 4.2 Tekanan Darah Responden sebelum dilakukan Meditasi Dzikir.....	45
Tabel 4.3 Tekanan Darah Responden setelah dilakukan Meditasi Dzikir	45
Tabel 4.4 Gambaran Perbedaan Rata-rata Tekanan Darah Sistolik Responden <i>Pre</i> dan <i>Post-test</i>	46
Tabel 4.5 Gambaran Perbedaan Rata-rata Tekanan Darah Sistolik Responden <i>Pre</i> dan <i>Post-test</i>	47

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 <i>Systole Diastole</i>	15
Gambar 2.2 Kerangka Teori.....	29
Gambar 2.3 Kerangka Konsep.....	30

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Permohonan Menjadi Responden	66
Lampiran 2 Penjelasan Sebelum Persetujuan	67
Lampiran 3 Pernyataan Kesiapan Menjadi Responden Penelitian	69
Lampiran 4 Surat Keterangan Layak Etik (KEPK).....	70
Lampiran 5 Standar Operasional Prosedur Meditasi Dzikir	71
Lampiran 6 Angket Data Umum	73
Lampiran 7 Lembar Observasi	74
Lampiran 8 Lembar Bimbingan.....	76
Lampiran 9 Hasil Analisis SPSS.....	78
Lampiran 10 Surat Izin Studi Pendahuluan.....	81
Lampiran 11 Surat Izin Penelitian.....	82
Lampiran 12 Surat Balasan Penelitian.....	83
Lampiran 13 Surat Selesai Penelitian.....	84
Lampiran 14 Dokumentasi Studi Pendahuluan di PKM.....	85
Lampiran 15 Dokumentasi Penelitian	86
Lampiran 16 Hasil Uji <i>Similarity</i>	88

DAFTAR ARTI, LAMBANG, SINGKATAN, DAN ISTILAH

ACE	: <i>Angiotensin Converting Enzyme</i>
ARB	: <i>Angiotensin Receptor Blocker</i>
BP	: <i>Blood Pressure</i> (Tekanan Darah)
CO	: <i>Cardiac Output</i> (Curah Jantung)
H0	: Hipotesis Nol
Ha	: Hipotesis Alternatif
JK	: Jenis Kelamin
KEPK	: Komite Etik Penelitian Kesehatan
L	: Laki-laki
mmHg	: milimeter air raksa (satuan tekanan darah)
P	: Perempuan
PKM	: Puskesmas
PR	: <i>Peripheral Resistance</i> (Resistensi Perifer)
RG	: Riwayat Genetik
Riskesdas	: Riset Kesehatan Dasar
Sedentari	: Jarang bergerak atau sedikit aktivitas fisik
SKI	: Survey Kesehatan Indonesia
TD	: Tekanan Darah
WHO	: <i>World Health Organization</i>