

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Hipertensi adalah kondisi di mana tekanan darah seseorang meningkat melebihi batas normal. Seseorang dianggap mengalami peningkatan tekanan darah jika tekanan darah sistoliknya mencapai 130 mmHg atau lebih, atau tekanan darah diastoliknya mencapai 80 mmHg atau lebih. (Ungert et al., 2020). Hipertensi dapat menimbulkan komplikasi yang mempengaruhi berbagai organ sasaran, termasuk jantung, otak, ginjal, mata, dan arteri perifer. Tingkat kerusakan pada organ-organ tersebut tergantung pada seberapa tinggi tekanan darah dan durasi tekanan darah tinggi tersebut tidak terkontrol atau tidak diobati. (Muhadi 2016; S. Putra & Susilawati, 2022). Hipertensi sering kali tidak menunjukkan gejala, sedangkan peningkatan tekanan darah yang berlangsung lama dapat menyebabkan komplikasi. Salah satu langkah untuk mengurangi angka kematian dan kesakitan akibat hipertensi adalah dengan menurunkan atau mengendalikan tekanan darah. (Lukitaningtyas & Cahyono, 2023).

WHO memperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi. Sekitar dua pertiga penderitanya tinggal di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah (WHO, 2023). Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023 yang sebelumnya dikenal sebagai Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) menunjukkan bahwa prevalensi penyakit hipertensi pada penduduk berusia di atas 18 tahun menurun pada tahun 2023. Sebelumnya, hasil RISKESDAS Tahun 2018, prevalensi di

Indonesia mencapai 34,1%. Meskipun mengalami penurunan, namun angka ini masih tergolong tinggi yaitu 30,8% (Kemenkes RI, 2023). Menurut Profil Kesehatan Puskesmas Se-Kabupaten Cirebon tahun 2022, hipertensi menempati urutan kesembilan dalam daftar sepuluh penyakit utama di semua kelompok usia di Kabupaten Cirebon, dengan total penderita hipertensi mencapai 29.798 jiwa.

Hipertensi dapat diatasi dengan cara menjaga pola makan yang sehat, menjalani gaya hidup yang sehat, menghindari konsumsi kopi yang berlebihan, menghindari merokok dan minuman beralkohol, mengurangi asupan garam, dan berolahraga secara teratur. Dengan cara tersebut ada beberapa cara yaitu dengan melakukan teknik *Spiritual Emotional Freedom (SEFT)*, yang dapat dilakukan di mana saja.

Terapi Spiritual Emosional Freedom Technique (SEFT) merupakan suatu tindakan dimana tindakan tersebut adalah tindakan komplementer yang digunakan untuk penanganan alternatif hipertensi. SEFT banyak digunakan untuk berbagai macam masalah fisik, emosi, pikiran, sikap, motivasi, secara cepat mudah dan universal (Huda S, Alvita GW.2018). Terapi *SEFT* Pencapaian hasil yang optimal memerlukan kepercayaan diri, dedikasi, dan fokus yang tinggi (Sari dkk, 2021). Setelah menjalani terapi SEFT, seluruh pasien berhasil menstabilkan tekanan darah mereka, sehingga mereka dapat tidur dengan nyenyak, tidak terbangun di malam hari, dan dapat kembali tidur jika terbangun, yang pada gilirannya akan meningkatkan kualitas hidup mereka.

Terapi *SEFT* menggunakan ketukan lembut pada delapan belas meridian tubuh, yang terdiri dari kepala, wajah, dada, tangan, dan jari. Setiap meridian

membutuhkan sekitar tujuh ketukan sambil berkonsentrasi pada area yang tidak nyaman. Terapi *SEFT* terbukti efektif ketika dilakukan selama 15 hingga 25 menit. Terapi *SEFT* adalah metode terapi yang dapat menangani berbagai masalah kesehatan mental, seperti fobia, trauma, kecemasan, keputusasaan, kecanduan rokok, stres, tekanan darah tinggi, lekas marah, kesedihan, kecemasan menghadapi ujian atau presentasi, kesulitan belajar, kurang percaya diri, dan masalah lainnya (Pratama et al., 2022).

Penelitian dapat di simpulkan dari beberapa penelitian oleh (Huda S, Alvita GW.2018) menunjukkan terdapat pengaruh terapi SEFT terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. Pada penelitian Rajin (2017) menunjukkan hasil yang signifikan terhadap penurunan tekanan darah. Begitu juga dengan penelitian Pratama et al (2022) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh terapi SEFT terhadap penderita Hipertensi.

Peran perawat dalam penerapan terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)* ini untuk memberikan edukasi pada klien mengenai terapi SEFT ini, termasuk manfaatnya dalam mengatasi stress, kecemasan dan nyeri. Perawat juga membantu klien dalam penerapan terapi SEFT dengan membimbing klien. Dan perawat dapat membantu klien mencapai keseimbangan emosional dan spiritual yang lebih baik.

Penjelasan peneliti dari literatur sebelumnya bahwa, tekanan darah pada lansia dengan hipertensi tetap menjadi salah satu masalah serius dan dapat mempengaruhi tekanan darah hipertensi. Oleh karena itu, salah satu terapi untuk mengatasi tekanan darah yaitu dengan terapi SEFT yang mana dapat berpengaruh

terhadap tekanan darah. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk menulis karya ilmiah berjudul "Implementasi Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)* Pada Lansia Dengan Hipertensi" dari penggunaan terapi ini penulis berharap akan berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada lansia.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Rumuskan masalah dari latar belakang masalah diatas, maka disimpulkan bahwa "Bagaimana implementasi terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)* pada lansia dengan penyakit hipertensi di wilayah kerja puskesmas kabupaten cirebon".

## **1.3. Tujuan**

### **1.3.1. Tujuan Umum**

Hasil dari setelah melaksanakan studi kasus penulis mampu mengimplementasi terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)* untuk menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

### **1.3.2. Tujuan Khusus**

Tujuan khusus penulisan Karya Tulis Ilmiah ini adalah setelah melakukan studi kasus, penulis dapat menggambarkan :

- a. Menggambarkan pelaksanaan terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)*
- b. Respon atau perubahan setelah dilakukan tindakan terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)*
- c. Kesenjangan pada lansia dengan hipertensi yang telah diberikan implementasi Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)*.

## **1.4. Manfaat Penulisan**

### **1.4.1. Manfaat Teoritis**

Hasil dari penelitian ini dapat menambah wawasan ilmu keperawatan, khususnya keperawatan gerontik terkait implementasi pada klien dengan hipertensi.

### **1.4.2. Manfaat Praktis**

#### **1.4.2.1 Klien/Keluarga**

Hasil dari studi kasus ini dapat untuk memberikan alternative non-farmakologis yang sederhana, aman, dan dapat dilakukan secara mandiri untuk membantu menurunkan tekanan darah dengan cara menerapkan terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)*.

#### **1.4.2.2 Institusi**

Hasil dari studi kasus ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam pengembangan terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)* untuk lansia yang menderita hipertensi.

#### **1.4.2.3 Puskesmas**

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan solusi tambahan mengenai tingginya angkat hipertensi di masyarakat dengan terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)* sebagai terapi untuk menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

#### **1.4.2.4 Peneliti**

Peneliti mendapatkan pengalaman dalam mengimplementasikan terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)* untuk mengatasi tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.