

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Penyakit tidak menular, atau bisa disingkat PTM, yaitu penyakit yang menjadi prioritas untuk ditangani dan angka kejadiannya tinggi setiap tahunnya. salah satu PTM yang menjadi fokus utama preventif adalah penyakit hipertensi (Wijaya, Nur Kurniawan. K, & Haris, 2020). Hipertensi merupakan suatu keadaan yang ditandai dengan tekanan darah sistolik dan diastolic melebihi atau sama dengan 140/90 mmHg yang menyerang baik laki-laki maupun perempuan. Hipertensi sering di sebut sebagai *Silent Killer* karena sebagian besar penderita tidak menunjukkan gejala spesipik sehingga terjadi komplikasi. (Kemenkes RI, 2021). Hipertensi menjadi salah satu penyakit yang sangat penting untuk diwaspadai karena pasien hipertensi kadang kala tidak mengetahui dirinya terkena hipertensi (Andri et al., 2020).

Hipertensi yang diderita seseorang erat kaitannya dengan tekanan sistolik dan diastolik atau keduanya secara terus menerus. Tekanan sistolik berkaitan dengan tingginya tekanan pada arteri bila jantung berkontraksi, sedangkan tekanan darah diastolik berkaitan dengan tekanan arteri pada saat jantung relaksasi diantara dua denyut jantung (Hanum and Lubis, 2017). Seseorang dinyatakan hipertensi jika tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg atau diastolic ≥ 90 mmHg setelah pengukuran berulang. Batas tekanan darah normal adalah 120/80 mmHg untuk orang dewasa (Lukitaningtyas & Cahyono, 2023).

Menurut Juansyah, (2021) tingginya tekanan sistolik terjadi akibat tidak terkendalinya hormon epinefrin dan norepinefrin oleh medulla adrenal sehingga dapat memperlancar pembentukan angiotensin akibatnya terjadi peningkatan denyut jantung, dan terjadi peningkatan tekanan darah. Selain itu tekanan darah sistol juga dipengaruhi sirkulasi sistemik dan sirkulasi pulmonal. Tekanan darah diastol terkait dengan sirkulasi koroner, jika arteri koroner mengalami aterosklerosis akan mempengaruhi peningkatan tekanan darah diastol, sehingga dengan relaksasi meditasi seperti berzikir yang berfokus pada pemusatan pikiran dan pengaturan pernafasan akan terjadi penurunan nadi dan penurunan tekanan darah sistol dan diastol.

WHO (2021) melaporkan 1,28 miliar penderita hipertensi di dunia, dengan hanya 21% yang mampu mengendalikan gaya hidupnya. Menurut data Riskesdas, (2018) bahwa prevalensi hipertensi di Indonesia pada tahun 2018 sebesar 34.1% (Ilohuna, Syamsuddin, & Syukur, 2023). Prevalensi hipertensi pada penduduk umur lebih dari 18 tahun, menurut diagnosis dokter tahun 2013-2018 menurun dari 9.4% menjadi 8.4%. Prevalensi diagnosis dokter atau minum obat juga mengalami penurunan dari 9.5% menjadi 8.8%, serta prevalensi hasil pengukuran langsung tahun 2013-2018 mengalami kenaikan yaitu dari 25.8% menjadi 34.1%. Di Indonesia, prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk umur ≥ 15 tahun yaitu 29,2 persen atau 3 dari 10 orang menderita hipertensi (Data Survei Kesehatan Indonesia Tahun 2023). Hipertensi di Jawa Barat menurut laporan Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat tahun 2023 adalah 3.212.072 jiwa, mengalami

peningkatan sebesar 39,09% dari tahun sebelumnya. Di Kota dan Kabupaten Cirebon sendiri, hipertensi termasuk penyakit tidak menular dengan jumlah kasus yang terus meningkat setiap tahun. Pada tahun 2021, hipertensi primer termasuk dalam 10 kasus penyakit terbanyak di Kota Cirebon. Hipertensi menjadi peringkat tertinggi penyakit terbanyak yang diderita masyarakat Kota Cirebon dengan jumlah kasus sebanyak 31.073 kasus (Dinas Kesehatan Kota Cirebon, 2021).

Dampak dari hipertensi yang tidak ditangani secara lanjut akan mengakibatkan komplikasi yang serius seperti stroke, penyakit jantung, ginjal, kerusakan mata, dan gangguan pada otak yang menimbulkan kesakitan bahkan akan mengakibatkan kematian. Komplikasi ini harus segera dikendalikan supaya tidak memperburuk kondisi pada pasien hipertensi, pencegahan hipertensi dapat dilakukan dengan memodifikasi faktor resiko dan menangani hipertensi. Untuk mencegah agar hipertensi tidak menimbulkan komplikasi lebih lanjut maka diperlukannya penanganan yang tepat dan efisien, dapat melalui berbagai cara yaitu dengan menggunakan terapi farmakologi dan non farmakologi (Muti, 2017).

Penatalaksanaan pasien yang memiliki hipertensi yaitu dengan menurunkan tekanan darahnya sehingga mendekati normal. Agar tekanan darah menurun dan mendekati normal dapat dengan terapi farmakologi ataupun terapi nonfarmakologi. Terapi farmakologi adalah dengan mengkonsumsi obat-obatan anti hipertensi (Hartiningsih et al., 2021; Permata et al., 2021; Sartika et al., 2020). Teknik relaksasi adalah suatu perasaan bebas secara fisik dan mental

dari ketergantungan atau stress yang mengakibatkan seseorang memiliki rasa kontrol terhadap dirinya (Ramadani et al., 2022). Teknik relaksasi terdiri dari relaksasi napas dalam, relaksasi muscular, relaksasi autosugesti, relaksasi dzikir. (Idris & Setiawan, 2022).

Terapi *slow deep breathing* dapat menurunkan tekanan darah baik tekanan darah sistolik maupun diastolik. Teknik relaksasi nafas dalam dengan keadaan yang tenang dan rileks yang dilatih selama 10 menit kepada responden yang ditelitinya, maka sekresi CRH (Corticotropin Releasing Hormone) dan ACTH (Adreno Cortico Trophic Hormone) yang berada di hipotalamus akan menurun. Penurunan kedua hormone ini akan menyebabkan aktivitas kerja saraf simpatis akan menurun, sehingga pengeluaran adrenalin dan noradrenalin berkurang. Dengan menurunnya adrenalin dan noradrenalin akan mengakibatkan terjadinya penurunan denyut jantung, pembuluh darah melebar, tahanan pembuluh darah berkurang, dan penurunan pompa jantung, sehingga tekanan darah arteri pada jantung menahan, maka tekanan darah juga akan menurun (Putro et al., 2023).

Dzikir adalah bentuk dari unsur spiritual dan religius, salah satu cara dengan mendekatkan diri kepada Allah SWT yang dapat membantu individu untuk membentuk persepsi dan keyakinan untuk menghadapi stres (Nugroho et al., 2023; Damanik et al., 2021). Pengaruh dzikir terhadap penurunan tekanan darah yaitu dzikir akan menimbulkan efek relaksasi, sehingga aktifnya sistem kerja saraf parasimpatik dan menekan sistem kerja saraf simpatis yang akan menimbulkan keseimbangan antara kerja dari saraf otonom, sehingga akan

memberikan efek pada jantung dan pembuluh darah sehingga berespon terhadap penurunan tekanan darah (Musaddas & Utama, 2021).

Asmaul husna suatu bentuk pemanfaatan Al-Quran dalam proses penyembuhan. Asmaul husna yang dilagukan tersebut dapat menimbulkan ketenangan dan memiliki efek terhadap proses penyembuhan (Lestanti & Rejeki, 2023). Secara fisiologis, bila mendengarkan asmaul husna maka otak akan bekerja. Ketika otak akan memproduksi zat kimia yang akan memberi rasa nyaman yaitu neuropeptide. Setelah otak akan memproduksi zat tersebut, maka zat ini akan menyangkut dan diserap didalam tubuh yang kemudian akan memberi umpan balik berupa kenikmatan dan nyaman (Apriyati et al., 2022) Ketika seseorang mendengarkan audio asmaul husna, gelombang suara tersebut akan bergerak melalui rongga telinga luar yang menyebabkan terjadinya membrane timpani bergetar dan mengguncang cairan di telinga dalam serta menggetarkan sel-sel berambut di dalam koklea selanjutnya melalui saraf koklea diantarkan menuju ke otak oleh nervus auditorius. Kemudian perasaan pendengaran ditafsirkan oleh otak sebagai suara yang nyaman untuk didengar (Tadzkirah, 2021). Mendengarkan suatu bacaan asmaul husna maka akan dapat menangani stress, depresi, dan kecemasan pada berbagai penyakit. Mendengarkan dan melihat asmaul husna tidaklah sulit dilakukan karena tidak invasive terhadap yang mendengarkan, serta mudah dan cepat dilaksanakan (Lela Aini & Lenny Astuti, 2020).

Berdasarkan uraian diatas, dapat diketahui bahwa dalam mengatasi masalah hipertensi, peneliti berinisiatif untuk melakukan studi kasus asuhan

keperawatan dengan mengkombinasikan kedua intervensi tersebut pada pasien hipertensi, dengan judul penelitian “Efektifitas Pemberian Kombinasi *Slow Deep Breathing* Dan Dzikir Asmaul Husna Dalam Menurunkan Tekanan Darah Di RSD Gunung Jati Kota Cirebon” dengan harapan setelah studi kasus ini selesai di dapatkan hasil berupa penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah diuraikan diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini yaitu “Bagaimanakah Efektifitas Pemberian Kombinasi *Slow Deep Breathing* Dan Dzikir Asmaul Husna Dalam Menurunkan Tekanan Darah Di Rsd Gunung Jati Kota Cirebon?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dengan dilakukanya penelitian ini adalah untuk mengetahui Efektifitas Pemberian Kombinasi *Slow Deep Breathing* Dan Dzikir Asmaul Husna Dalam Menurunkan Tekanan Darah Di Rsd Gunungjati Kota Cirebon.

2. Tujuan khusus

Setelah melakukan studi kasus ini, penulis mampu :

- a. Menggambarkan tahapan asuhan keperawatan pada pasien hipertensi.
- b. Menggambarkan pelaksanaan tindakan *slow deep breathing* dengan kombinasi Dzikir asmaul husna.

- c. Menggambarkan respon atau perubahan pada pasien hipertensi setelah dilakukan terapi kombinasi *Slow Deep Breathing* dan dzikir asmaul husna.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Manfaat hasil studi kasus ini diharapkan dapat menambah dan mengembangkan ilmu pengetahuan khususnya di bidang ilmu keperawatan dalam meningkatkan kualitas pembelajaran yang berkaitan dengan tindakan *slow deep breathing* dan dzikir asmaul husna.

2. Manfaat praktis

Hasil Kian ini diharapkan dapat bermanfaat secara langsung umumnya bagi :

a. Bagi peneliti

Diharapkan bisa mengembangkan dan menambah keahlian mengenai Efektivitas pemberian kombinasi *Slow deep breathing* dan dzikir asmaul husna terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

b. Pasien/keluarga

Manfaat hasil studi kasus ini diharapkan pasien dan keluarga mampu mengaplikasikan tindakan terapi kombinasi *Slow deep breathing* dan dzikir asmaul husna di dalam kehidupan sehari-hari.

c. Rumah sakit

Manfaat hasil studi kasus ini diharapkan tindakan terapi kombinasi *Slow Deep Breathing* dan dzikir asmaul husna menjadi salah satu tindakan pilihan alternatif untuk pasien hipertensi.