

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi atau yang biasa disebut tekanan darah tinggi merupakan peningkatan tekanan darah sistolik di atas batas normal yaitu lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolic lebih dari 90 mmHg (Ferri, 2017). Hipertensi yang digambarkan oleh *World Health Organization* (WHO) adalah suatu situasi dimana terjadinya peningkatan darah sistolik yang melebihi batas normal 140 mmHg, dilain sisi tekanan darah diastolik juga melebihi batas normalnya 90 mmHg. Fenomena ini memberikan tekanan terus menerus pada pembuluh darah sehingga mengganggu kelancaran sistem sirkulasi darah dalam tubuh.

Hipertensi juga dijuluki the *silent killer* atau pembunuh senyap. Istilah ini muncul karena beberapa dampak negatif yang ditimbulkan oleh hipertensi di tubuh penderita, seperti jantung, mata, ginjal, dan otak. Jantung bisa berupa gagal jantung atau yang disebut (*congestive heath failure*). Kondisi ini terjadi bilamana jantung tidak mampu mengalirkan darah ke tubuh secara normal. Sebaliknya akan terjadi serangan jantung bila aliran darah ke jantung terhambat. Tekanan darah yang memecahkan pembuluh darah pada otak dapat mengakibatkan kelumpuhan hingga kematian. Gangguan hipertensi pada ginjal dapat mempengaruhi fungsi ginjal sebagai penyaring racun dalam darah. Hal ini diakibatkan oleh peningkatan tekanan darah pada ginjal atau yang disebut *kapiler*

glomerulus sehingga fungsi ginjal tidak berjalan dengan baik sebagai pembersih racun yang masuk ke tubuh. Dampak terburuk adalah gagal ginjal yang menyebabkan kematian.

Data yang ditunjukkan oleh *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2015 memberikan angka 1,13 miliar manusia di dunia yang mengalami hipertensi. Data ini memberikan perbandingan adanya 1 banding 3, yakni diantara 3 orang salah satu diantaranya mengalami hipertensi. Data ini menunjukkan peningkatan setiap tahunnya dan diperkirakan pada tahun 2025 akan mencapai 1,5 miliar orang yang mengalami hipertensi (Kemenkes RI 2015). Penyakit hipertensi menjadi penyebab kematian nomor satu di Indonesia dengan angka kematian sebesar 427.218 kematian. Prevalensi kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang dan diperkirakan setiap tahunnya meningkat sekitar 80% (Kemenkes RI, 2019). Penyakit ini merupakan salah satu pintu masuk atau faktor risiko yang mengakibatkan penyakit jantung, gagal ginjal, diabetes, dan stroke. Prevalensi hipertensi di Maluku berdasarkan Riskesdas tahun 2018, sebesar 24,1% pada tahun 2013 dan 28,9% pada tahun 2018 (Riskesdas, 2018). Prevalensi data hipertensi di Desa Isu 3 tahun terakhir tahun 2019 penderita hipertensi berjumlah 53 orang, tahun 2020 berjumlah 43 orang, tahun 2021 berjumlah 43 orang, pada tahun 2022 yang terdiagnosa hipertensi sebanyak 49 orang.. Berdasarkan data yang didapatkan, maka disimpulkan bahwa terjadi peningkatan kejadian

hipertensi secara global maupun di Maluku selama beberapa tahun terakhir.

Aspek fisik, spiritual, ekonomi dan psikososial dapat berpotensi memicu stress yang berdampak pada peningkatan tekanan darah. Stres merupakan salah satu penyebab peningkatan tekanan darah pada pasien hipertensi. Stres adalah suatu tekanan fisik maupun psikis yang tidak menyenangkan. Stres dapat merangsang kelenjar anak ginjal melepaskan hormon adrenalin dan memacu jantung berdenyut lebih cepat dan kuat, sehingga tekanan darah akan meningkat (Gunawan, 2001). Apabila stres terjadi dalam kurun waktu yang lama akan berbahaya bagi orang yang sudah menderita hipertensi karena dapat menimbulkan penyakit komplikasi. Komplikasi tersebut dapat menyerang berbagai target organ tubuh yaitu otak, mata, jantung, pembuluh darah arteri, serta ginjal (Marliani, 2007).

Hal tersebut sesuai dengan pendapat Yulanda & Lisiswanti (2017) lima komplikasi hipertensi yang utama adalah penyakit kardiovaskular, yang dapat berupa penyakit jantung koroner, gagal jantung, stroke, penyakit ginjal kronik, kerusakan retina mata, maupun penyakit vaskuar perifer. Sebagai dampak terjadinya komplikasi hipertensi, kualitas hidup penderita menjadi rendah dan kemungkinan terburuknya adalah terjadinya kematian pada pasien akibat komplikasi hipertensi yang dimilikinya (Ramitha, 2008). Penderita hipertensi yang mengalami stres memerlukan bantuan untuk mengatasi stresnya, agar penyakit yang diderita tidak

semakin bertambah parah. Bantuan berupa tindakan psikologis dapat diberikan pada individu yang mengalami keparahan penyakit akibat stres yang dialaminya, hal tersebut dilakukan karena kesehatan fisik berkaitan erat dengan kesejahteraan emotional dan mental dari seorang individu (Wisny, 2008).

Upaya pengobatan hipertensi dapat dilakukan dengan 2 cara, yakni farmakologis dan non farmakologis (Seonarto dkk 2015). Pengobatan hipertensi secara farmakologi menawarkan banyak varian obat yang beredar di masyarakat. Obat-obatan ini mudah diperoleh para penderita hipertensi di apotek dengan harga terjangkau. Sedangkan pengobatan non-farmakologis menyuguhkan berbagai macam pengobatan seperti pemberian jus campuran tomat dan mentimun, jus belimbing dan buah naga, jus pepaya mengkal, madu, relaksasi genggam jari dan nafas dalam, air rebusan daun salam, terapi music suara alam, terapi rendam kaki hingga terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (Depkes RI 2010).

Pengobatan non-farmakologis lainnya seperti aneka olahan jus, rebusan daun salam, hingga madu pun tidak dapat dimanfaatkan secara efektif. Selain terbatas jumlahnya, bahan-bahan ini memerlukan biaya untuk mendapatkannya. Terkait beberapa problematika di atas, pemilihan metode SEFT sebagai salah satu terapi hipertensi dirasakan lebih efektif dan efisien. SEFT merupakan salah satu bentuk *mind-body therapy* dari terapi komplementer dan alternative keperawatan. Selain itu, terapi SEFT juga merupakan teknik gabungan dari sistem energi tubuh (*energy*

medicine) dan terapi spiritual dengan menggunakan *tapping* pada titik-titik tertentu pada tubuh (Zainuddin 2012).

Alasan peneliti menggunakan melakukan penelitian ini karena teknik SEFT memiliki metode yang mudah dan sederhana sehingga orang awam mudah untuk menerapkannya. Menurut Zainuddin (2012), SEFT merupakan perpaduan teknik yang menggunakan energi psikologis dan kekuatan spiritual serta doa untuk mengatasi emosi negatif. SEFT langsung berurusan dengan “gangguan sistem energi tubuh” untuk menghilangkan emosi negatif dengan menyelaraskan kembali sistem energi tubuh.

Pengambilan data awal pada bulan Juni 2022, Penderita Hipertensi di Desa Isu Usia 45-69 tahun berjumlah 60 orang dengan jumlah laki-laki 18 orang dan perempuan 42 orang dari informasi yang diperoleh menunjukkan bahwa sebagian besar menderita hipertensi. Hal ini dapat dibuktikan dengan data dari Puskesmas Layeni pada tahun 2019 penderita hipertensi berjumlah 53 orang, tahun 2020 berjumlah 43 orang, tahun 2021 berjumlah 43 orang, pada tahun 2022 yang terdiagnosa hipertensi sebanyak 49 orang. Berdasarkan hasil wawancara dan informasi dari petugas kesehatan di Puskesmas Layeni penyakit hipertensi atau peningkatan tekanan darah masuk dalam 3 besar penyakit yang paling sering dialami oleh lansia dilingkup Kerja Puskesmas Layeni.

Berdasarkan uraian tersebut, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh *Spiritual Emotional*

Freedom Technique (SEFT) terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi di Puskesmas Layeni Kecamatan Teon Nila Serua Kabupaten Maluku Tengah”

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah terapi *spiritual emosional freedom technique* (SEFT) berpengaruh terhadap menurunnya tekanan darah pada pasien hipertensi?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Untuk menggambarkan perbedaan rata-rata terapi *spiritual emosional freedom technique* (SEFT) terhadap menurunnya tekanan darah pada pasien hipertensi di Desa Isu.

2. Tujuan Khusus

Untuk mengetahui perbedaan rata-rata terapi *spiritual emosional freedom technique* (SEFT) terhadap menurunnya tekanan darah pada pasien hipertensi di Desa Isu.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian terbagi menjadi 2 yaitu:

1. Manfaat Teoritis

Manfaat penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan memberikan masukan bagi dunia ilmu pengetahuan terutama ilmu keperawatan khususnya tentang salah satu terapi

non-farmakologi yang efisien dan efektif serta ramah lingkungan yaitu pengaruh efektifitas spiritual emosional freedom technique terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

2. Manfaat Praktis.

a) Bagi Petugas Kesehatan

Memberikan kontribusi pada dunia medis tentang aneka metode pengobatan penyakit hipertensi dan memberikan wawasan bagi dunia medis untuk menyediakan metode penyembuhan hipertensi secara efektif dan efisien.

b) Bagi Masyarakat

Diharapkan dapat memberikan informasi dalam menambah pengetahuan untuk melihat potensi alam lainnya yang dapat dikembangkan sebagai metode penyembuhan dan pengobatan penyakit hipertensi yang ramah lingkungan.

c) Bagi Peneliti Lain

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan bahan referensi bagi peneliti selanjutnya dalam melakukan pengembangan terapi non-farmakologi tentang pengobatan penyakit hipertensi yang ramah lingkungan.