

BAB 1

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Usia tua atau lanjut usia adalah masa kemunduran baik pada aspek fisiologis, psikologi dan kognitif. Hal ini menyebabkan gangguan pada sistem tubuh. Salah satunya adalah sistem kardiovaskuler. Semakin bertambah usia maka keadaan sistem kardiovaskuler semakin berkurang, maka dengan keadaan tersebut dapat berpengaruh terhadap tekanan darah dan lansia rentan mengalami hipertensi (Tamher,2019)

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular dan dikenal dengan tekanan darah tinggi yang prevalensinya cenderung mengalami peningkatan dan merupakan salah satu faktor risiko penyebab kematian utama di dunia termasuk di Indonesia (WHO, 2019). Sedangkan menurut Kemenkes RI 2016 hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran selang waktu 5 menit dalam keadaan cukup tenang atau istirahat.

Kejadian hipertensi atau angka hipertensi dari tahun ketahun terus meningkat kondisi ini merupakan masalah yang serius karena menyebabkan peningkatan kematian. Diperkirakan 1,13 miliar orang diseluruh dunia menderita hipertensi .

Tingginya prevalensi ini disebabkan beberapa faktor. Salah satunya faktor resiko yang utama meningkatnya hipertensi adalah perilaku atau gaya hidup. Perilaku di Indonesia pada umumnya kurang makan buah dan sayur 93,6% dan 24,5% yang berusia di atas 10 tahun mengkonsumsi makanan asin setiap hari. Hipertensi merupakan kondisi yang sering ditemukan pada pelayanan primer kesehatan.

Berdasarkan Riskesdas 2013 dengan menggunakan pengukuran pada usia 65-75 tahun terdapat 57,6% lansia yang memiliki penyakit hipertensi. Selanjutnya berdasarkan Riskesdas 2018 angka penderita hipertensi mengalami kenaikan cukup tinggi terutama pada lansia yaitu pada usia 65-75 yaitu 63,2%.

Berdasarkan data Profil Kesehatan Jawa Barat 2016, di dapatkan hasil bahwa terdapat 5,01% lansia yang menderita hipertensi di Kabupaten Bandung berdasarkan pemeriksaan tekanan darah di Puskesmas. Menurut Open Data Jawa Barat (2019), ada beberapa wilayah yang mempunyai insiden dan prevalensi Hipertensi yang tertinggi adalah kota Cimahi (122,3%), Kabupaten Cirebon (107%), Kabupaten Tasikmalaya (100%), Kabupaten Sukabumi (97,2%), Kabupaten Bogor (63,2%), Kota Bekasi (27,7%), Kota Depok (24,8%), Kabupaten Bandung (21,2%), kabupaten Kuningan (20,2%) dan wilayah yang mempunyai prevalansi paling rendah adalah kota Bandung dengan (15,2%).

Panti Werda Tresna Pakutandang merupakan panti werda yang berada di wilayah kecamatan Ciparay, kabupaten Bandung, provinsi Jawa Barat. Dari beberapa panti werda yang telah dikunjungi oleh peneliti, panti werda adalah panti yang memiliki data penderita Hipertensi yang tinggi dengan persentase naik. Berdasarkan data tahun 2019, penderita hipertensi berada pada angka 47 pasien Hipertensi, pertahun 2020 meningkat dengan jumlah 52 pasien dan pertahun 2021 meningkat kembali dengan jumlah 55 pasien (Panti Werdha Pakutandang, 2021).

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan berdasarkan wawancara kepada 10 orang lansia di panti Tresna Werdha Pakutandang, tujuh diantaranya atau 70% lansia tidak mengetahui tentang terapi dzikir untuk menurunkan tekanan darah pada penderita

hipertensi, maka diperlukan penanganan lebih lanjut kepada terapi dzikir untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Tekanan darah bervariasi pada masing-masing individu, dari usia dan kegiatan masing-masing individu. Banyak faktor yang menyebabkan kecemasan pada lansia yaitu selalu memikirkan penyakit yang dideritanya, kendala ekonomi, waktu berkumpul dengan keluarga yang dimiliki sangat sedikit, kepikiran anaknya yang belum menikah, sering merasa kesepian. Kecemasan yang berlebihan mempunyai dampak yang merugikan pada pikiran serta tubuh bahkan dapat menimbulkan penyakit-penyakit fisik meliputi penekanan pada sistem kekebalan tubuh, gangguan pencernaan, kehilangan memori jangka pendek (Santoso, 2010).

Hipertensi yang tidak mendapatkan penanganan dengan baik dapat menyebabkan pembuluh darah menyempit dan mengganggu aliran darah yang membawa oksigen dan nutrisi ke otak, jika hal ini terjadi maka sel-sel dan jaringan otak pun akan mati dan menyebabkan terjadi stroke. Adapun apabila hipertensi tidak terkontrol dengan baik maka dapat menyebabkan terjadi komplikasi dan penyakit kardiovaskuler, seperti : angina, serangan jantung, stroke, gagal jantung dan kerusakan ginjal (Putriastuti, 2020).

Pengobatan hipertensi tidak hanya mengandalkan obat-obat dari dokter maupun mengatur diet semata, penting pula untuk membuat tubuh kita selalu dalam keadaan rileks. Kondisi rileks diperlukan untuk mengaktifkan system saraf parasimpatis yang bekerja berlawanan dengan saraf simpatis, maka tubuh akan mereduksi produksi stress hormone (Idrus, 2010). Pada umumnya orang yang sedang menderita sakit diikuti oleh perasaan yang cemas dan jiwa yang tidak tenang. Selain mengkonsumsi obat, berdoa dan berdzikir

dapat menenangkan jiwa individu. Adapun secara literal dzikir berarti mengingat, merupakan amaliah yang terkait dengan ibadah ritual lainnya. Dzikir juga dapat dikatakan sebagai suatu bentuk kesadaran yang dimiliki seseorang dalam menjalin hubungan dengan sang pencipta (Michon dalam Subandi, 2009). Dzikir memiliki daya relaksasi yang dapat mengurangi ketegangan dan mendatangkan ketenangan jiwa. Setiap bacaan dzikir mengandung makna yang sangat mendalam yang dapat mencegah timbulnya ketegangan (Anggraini dan Subandi, 2019).

Pengetahuan merupakan hasil tau dari manusia atas penggabungan atau kerjasama antara suatu subyek yang mengetahui dan objek yang diketahui. Segenap apa yang diketahui tentang sesuatu objek tertentu (Sumantri, 2017). Menurut Notoatmodjo dalam Yuliana (2017), pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimiliki (mata, hidung, telinga, dan sebagainya). Lalu pada hakikatnya merupakan segenap apa yang kita ketahui tentang suatu objek dan setiap jenis pengetahuan mempunyai ciri-ciri spesifik mengenai apa (ontology), bagaimana (epistemologi) dan untuk apa (aksiologi) sehingga tidak ada timbul kecemasan pada setiap individu menurut Yuliana (2017).

Dzikir merupakan ibadah hati dan lisan yang tidak mengenal batasan waktu. Bahkan Allah menyifati ulil albab, adalah mereka-mereka yang senantiasa menyebut Rabnya, baik dalam keadaan berdiri, duduk bahkan juga berbaring. Oleh karenanya dzikir bukan hanya ibadah yang bersifat *lisaniyah*, namun juga *qalbiyah*. Imam Nawawi menyatakan bahwa yang afdhal adalah dilakukan bersamaan di lisan dan di hati. jika harus salah satunya, maka dzikir hatilah yang lebih di utama. Meskipun demikian, menghadirkan maknanya dalam

hati, memahami maksudnya merupakan suatu hal yang harus diupayakan dalam dzikir (Nawawi, 2017).

Dalam penelitian Setiyani (2018) yang berjudul “Pengaruh Terapi Relaksasi Dzikir Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Lansia Hipertensi” didapatkan bahwa Tingkat kecemasan pada penderita hipertensi sebelum terapi relaksasi dzikir di posyandu lansia dikelurahan jombatan kecamatan jombang kabupaten jombang sebagian besar adalah sedang. Tingkat kecemasan pada lansia hipertensi sesudah terapi relaksasi dzikir di posyandu lansia kelurahan jombatan kecamatan jombang kabupaten jombang sebagian besar adalah normal. Ada pengaruh relaksasi dzikir terhadap tingkat kecemasan pada lansia hipertensi di posyandu lansia kelurahan jombatan kecamatan jombang kabupaten jombang.

Adapun dalam penelitian Annisafitri (2020) yang berjudul “Pengaruh Dzikir Terhadap Tingkat Stress dan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Gamping 1 “ didapatkan bahwa hasil penelitian ini menunjukkan adanya terapi dzikir terhadap tingkat stress dan tekanan darah pada penderita hipertensi di puskesmas gamping 1. Rata rata tingkat stress dan tekanan darah pada kelompok intervensi sebelum dan sesudah dzikir mengalami penurunan. Rata rata tingkat stress kelompok kontrol yang tidak berdzikir mengalami peningkatan Rata rata tekanan darah kelompok kontrol yang tidak berdzikir tidak mengalami perubahan (tetap). asuhan keperawatan yang dilakukan pada pasien hipertensi lebih berkualitas khususnya tentang pengaruh dzikir terhadap tingkat stress dan tekanan darah penderita hipertensi. Bagi peneliti selanjutnya dapat mengkaji lebih lanjut terkait efek dzikir yang dapat menyebabkan penurunan tingkat stress dan tekanan darah

Dari beberapa penelitian tersebut, peneliti melihat bahwa dzikir memiliki pengaruh terhadap kecemasan lansia. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk mengetahui tingkat pengetahuan lansia tentang terapi dzikir untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi di panti werda Tresna Pakutandang.

Masalah Penelitian

Bagaimanakah gambaran tingkat pengetahuan lansia tentang terapi dzikir untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi?

Tujuan Penelitian

Mengidentifikasi gambaran tingkat pengetahuan lansia tentang terapi dzikir untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi di panti werdha Pakutandang.

Manfaat penelitian

Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan masukan dalam upaya peningkatan profesionalisme dan mutu pelayanan keperawatan, khususnya keperawatan gerontik.

Manfaat Praktis

Manfaat Bagi Peneliti

Diharapkan pada penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya dan penulis bisa mempraktekan hasil teori yang didapatkan pada saat belajar yang diaplikasikan di lapangan terutama mengenai pemberian promosi kesehatan mengenai hipertensi terhadap lansia.

Manfaat Bagi Universitas Bhakti Kencana

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi lembaga pendidikan sebagai tambahan kepustakaan dan dapat menjadi sarana informasi yang berguna untuk meningkatkan wawasan pengetahuan bagi mahasiswa dan mahasiswi program studi Ilmu Keperawatan.

Manfaat Bagi Tempat Penelitian

Diharapkan hasil penelitian ini dapat mendorong lansia untuk lebih aktif mengikuti kegiatan promosi kesehatan yang diadakan di posbindu ataupun di puskesmas.

Ruang Lingkup Penelitian

Kegiatan dzikir melibatkan aktivitas susunan saraf otonom yang mengatur sistem parasimpatis (membuat individu tenang, rileks, aktivasi denyut jantung, pernapasan, nadi menjadi tenang). Rangsangan saraf otonom yang terkendali akan menyebabkan sekresi epinefrin dan norepinefrin oleh medula adrenal. Terkendalinya hormone epinefrin dan norepinefrin akan menghambat sngiostensin akibatnya terjadi penurunan denyut jantung, pembuluh darah melebar, tahanan pembuluh darah berkurang dan penurunan pompa jantung sehingga tekanan darah ke aterial jantung menurun yang selanjutnya dapat menurunkan tekanan darah. Individu yang melakukan dzikir memiliki tekanan lebih rendah, penurunan denyut jantung, frekuensi pernafasan lebih rendah, penurunan denyut jantung, frekuensi pernapasan lebih rendah, penurunan hormone kortisol (Pasiak, 2012).

Pada penelitian ini akan dilakukan penelitian tentang gambaran tingkat pengetahuan lansia tentang terapi dzikir untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi di UPTD PPSGL CIPARAY.