

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Hipertensi atau penyakit tekanan darah adalah salah satu penyebab kematian pada penyakit stroke dan faktor yang memperberat infark miokard (serangan jantung). Kondisi tersebut merupakan gangguan yang paling umum pada tekanan darah, hipertensi merupakan gangguan asimtomatik yang sering terjadi ditandai dengan peningkatan tekanan darah secara persisten (Potter & Perry, 2006). Hipertensi dapat didefinisikan sebagai tekanan darah persisten dimana tekanan sistoliknya di atas 140 mmHg dan tekanan diastoliknya 90 mmHg. Tekanan darah tinggi menjadi faktor resiko yang paling membahayakan, karena biasanya tidak menunjukkan gejala sampai telah kronis (Muttaqin, 2009). Jumlah penderita hipertensi akan terus bertambah setiap tahunnya apabila tidak dilakukan pencegahan sejak dini.

Hipertensi telah membunuh 9,4 juta warga dunia setiap tahunnya. Badan kesehatan dunia (WHO, 2013) memperkirakan jumlah penderita hipertensi akan terus meningkat pada tahun 2025 mendatang. Data *Global Status Report on Noncommunicable Diseases 2010* dari WHO menyebutkan 40%

negara ekonomi berkembang memiliki penderita hipertensi, sedangkan negara maju hanya 35%. Dalam Riset Kesehatan Dasar/ Riskesdas (2013) menyebutkan Prevalensi Penderita Hipertensi di Indonesia yang didapatkan melalui pengukuran pada umur ≥ 18 tahun sebesar 25,8%. Sedangkan prevalensi di Daerah Istimewa Yogyakarta adalah 25,7%. Data-data tersebut menggambarkan bahwa penyakit hipertensi harus mendapatkan perhatian sangat serius. Upaya yang dilakukan masyarakat dalam mengatasi masalah hipertensi, yaitu dengan konsumsi obat-obatan, menjaga pola makan dan banyak istirahat. Selain obat-obatan juga ada cara lain untuk mengatasi masalah hipertensi, salah satu caranya adalah dengan teknik relaksasi.

Relaksasi merupakan salah satu teknik pengolahan diri yang didasarkan pada cara kerja sistem saraf simpatis dan parasimpatis. Relaksasi ini mampu menghambat stress atau ketegangan jiwa yang dialami seseorang sehingga tekanan darah tidak semakin tinggi atau menurun. Relaksasi akan membuat kondisi seseorang dalam keadaan rileks atau tenang, dalam mekanisme autoregulasi, relaksasi dapat menurunkan tekanan darah melalui penurunan denyut jantung dan *Total Peripheral Resistance* (Corwin, 2009). Terapi *spiritual emotional freedom technique* (SEFT) merupakan salah satu tehnik relaksasi, dari terapi komplementer dan alternatif. Tehnik ini menggabungkan sistem energi tubuh dan spiritual dengan menggunakan *tapping* pada titik-titik tertentu pada tubuh. Terapi SEFT bekerja hampir

sama dengan akupunktur. Keduanya sama-sama mempunyai titik-titik tertentu. Perbedaannya dengan akupunktur adalah tehnik SEFT menggunakan unsur spiritualitas dengan doa, ikhlas dan pasrah. Cara yang digunakan aman, mudah, cepat dan sederhana, karena SEFT hanya menggunakan metode dengan sistem ketukan tangan (tapping) (Zainuddin, 2009).

Beberapa penelitian telah membuktikan manfaat tehnik relaksasi dalam mengatasi masalah hipertensi. Menurut Christiyanto Aji Nugroho (2014) tentang “Pengaruh Pijat Refleksi Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Rumah Sehat Suratno Desa Pandan Lor Karangpandan Karanganyar”. Setelah diberikan intervensi pijat refleksi sebanyak 3 kali pada hari yang berbeda, diperoleh hasil tekanan darah sebelum dan sesudah pijat refleksi mengalami perbedaan, dimana sebelum diberi intervensi tekanan darah dari 12 responden 140-150 mmHg dan tujuh responden 151-180 mmHg, setelah diberi intervensi terdapat perbedaan yang signifikan pada 17 responden sedangkan dua responden tidak mengalami perubahan. Manfaat lain dari relaksasi yang dapat mengatasi hipertensi yaitu dibuktikan dengan penelitian Marita Kumala Dewi (2013) tentang “Pengaruh *Deep Tissue Massage* Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Posyandu Mangga Plembutan Barat, Playen Gunungkidul”. Dalam penelitian tersebut diperoleh hasil bahwa setelah diberikan intervensi *deep tissue message* dengan pemijatan dalam posisi

duduk selama tujuh hari dengan frekuensi satu kali sehari, 29 responden mengalami penurunan tekanan darah dengan perhitungan MAP. Sebelum diberi intervensi gambaran nilai rata-rata MAP sebesar 112,87 mmHg dan sesudah diberi intervensi *deep tissue massage* MAP rata-rata menjadi 97,01 mmHg dengan nilai normal menurut JNC 7 yaitu 70-99 mmHg.

Penelitian lain dari Petrus Kanisius Siga Tage (2013), tentang “Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Sistolik Terisolasi di Panti Sosial Budi Agung Kupang”, setelah diberi terapi tertawa terdapat perbedaan tekanan darah sistolik. Sebelum terapi rata-rata TD sistolik 175 mmHg dan setelah terapi menjadi 163,79 mmHg. Tehnik relaksasi juga bisa untuk menurunkan tingkat depresi, seperti penelitian yang dilakukan oleh Reini Astuti (2014), tentang “Pengaruh Intervensi *Spiritual Emotional Freedom Technique* Terhadap Penurunan Tingkat Depresi Ibu Rumah Tangga Dengan HIV di Kota Bandung”. Setelah diberi terapi SEFT terdapat perbedaan pada kelompok intervensi setelah diberikan perlakuan SEFT mengalami penurunan tingkat depresi, sedangkan kelompok kontrol terdapat perubahan yang tidak begitu signifikan dan cenderung mengalami peningkatan.

Peneliti melakukan studi pendahuluan pada tanggal 6 Juni 2015 di Dusun Randu Hargobinangun Pakem Sleman Yogyakarta melalui wawancara dengan 13 warga yang terdiri dari enam bapak-bapak, lima ibu-ibu dan dua pemuda, delapan orang dari 13 warga yang di wawancarai mengatakan mengalami hipertensi, dimana angka tekanan darah lebih dari 140/90 mmHg. Dua diantaranya rutin minum obat-obatan penurun hipertensi yang didapatkan pada saat kontrol di Puskesmas dan enam orang tidak mengkonsumsi obat-obatan penurun tekanan darah. Menurut data di atas penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh terapi *spiritual emotional freedom technique* (SEFT) terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di Padukuhan Randu Hargobinangun Pakem Sleman Yogyakarta Juli 2015.

B. Rumusan Masalah

Sesuai dengan latar belakang masalah diatas penulis merumuskan masalah “Adakah Pengaruh Terapi *Spiritual Emotional Freedom Tehnique* (SEFT) Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Dusun Randu Hargobinangun Pakem Sleman Yogyakarta Juli 2015?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi *spiritual emotional freedom technique* terhadap tekanan darah pada hipertensi di Dusun Randu Hargobinangun Pakem Sleman Yogyakarta Juli 2015.

2. Tujuan khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden (umur, jenis kelamin, riwayat hipertensi dan konsumsi makanan asin) di Dusun Randu Hargobinangun Pakem Sleman Yogyakarta Juli 2015.
- b. Mengetahui tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah terapi *spiritual emotional freedom technique* (SEFT) pada penderita hipertensi di Dusun Randu Hargobinangun Pakem Sleman Yogyakarta Juli 2015.
- c. Mengetahui tekanan darah diastolik sebelum dan sesudah terapi *spiritual emotional freedom technique* (SEFT) pada penderita hipertensi di Dusun Randu Hargobinangun Pakem Sleman Yogyakarta Juli 2015.
- d. Mengetahui pengaruh terapi *spiritual emotional freedom technique* (SEFT) terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di Dusun Randu Hargobinangun Pakem Sleman Yogyakarta Juli 2015.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat yang dapat diambil dari penelitian ini adalah:

1. Bagi masyarakat

Diharapkan penelitian ini dapat membantu masyarakat dalam mengenal terapi *spiritual emotional freedom technique* (SEFT) sebagai salah satu pengobatan alternatif untuk mengatasi masalah hipertensi.

2. Bagi institusi STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi tentang terapi pengobatan alternatif untuk menangani masalah hipertensi.

3. Bagi peneliti lainnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan penelitian lainnya untuk melanjutkan dan mengembangkan penelitian yang berkaitan dengan terapi *spiritual emotional freedom technique* (SEFT) dan masalah tekanan darah dengan hipertensi.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1
Keaslian Penelitian

No	Judul Penelitian	Nama Peneliti	Tahun Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Perbedaan Penelitian
1	Pengaruh Refleksi Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Rumah Sehat Suratno Desa Pandan Lor Karangpandan Karanganyar	Christiyanto Aji Nugroho	2014	Menggunakan <i>quasy eksperimen one group pre-test post-test design</i>	Ada pengaruh tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan pijat refleksi	Perbedaan penelitian dengan penelitian yang akan dilakukan adalah pada variabel bebas, tempat penelitian, rancangan penelitian menggunakan <i>Time Series Design</i> .
2	Pengaruh <i>Deep Tissue Massage</i> Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Posyandu Mangga	Marita Kumala Dewi	2013	<i>Quasy eksperimen</i> dengan rancangan <i>one group pre-test post-test design</i>	Didapatkan bahwa nilai MAP sebelum dan sesudah perlakuan antara 13.24	Perbedaan penelitian yang akan dilakukan adalah pada variabel bebas menggunakan

	<p>Plembutan Barat, Playen Gunungkidul</p>				<p>mmHg sampai 18.47 mmHg. Ada perbedaan gambaran tekanan darah melalui perhitungan MAP sebelum dan sesudah diberikan intervensi <i>deep tissue massage</i></p>	<p>terapi <i>spiritual emotional freedom technique</i>.</p>
3	<p>Pengaruh Tertawa Perubahan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Sistolik Terisolasi Di Panti Sosial Budi Agung Kupang</p>	<p>Petrus Kanisius Siga Tage</p>	2013	<p>Metode <i>quasy eksperiment</i> dengan rancangan <i>one group design pre-test dan post- test design</i>, pengambilan sampel dengan purposive sampling</p>	<p>Hasil yang didapatkan adanya pengaruh antara pemberian terapi tertawa terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi</p>	<p>Perbedaan penelitian dengan penelitian yang akan dilakukan adalah pada variabel bebas, lokasi penelitian dan pada rancangan penelitian.</p>

4	<p>Pengaruh Intervensi <i>Spiritual Freedom</i> Terhadap Penurunan Tingkat Depresi Ibu Rumah Tangga Dengan HIV Di Kota Bandung</p>	Reini Astuti	2014	<p><i>Quasy eksperiment</i> dengan <i>pre-test and post-test design</i>, pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan <i>non probability sampling</i> dengan metode <i>purposive sampling</i></p>	<p>Hasil penelitian, pada kelompok intervensi setelah diberikan terapi SEFT mengalami penurunan tingkat depresi.</p>	<p>Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada variabel terikat, tempat penelitian dan responden penelitian ini adalah orang yang menderita hipertensi.</p>
---	--	--------------	------	--	--	---