

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang angka kejadiannya semakin meningkat setiap tahun nya. kesehatan yang paling utama yang menjadi pemicu primer penyakit kardiovaskuler. Prevalensi hipertensi yang terus meningkat dikarenakan dengan perubahan gaya hidup seperti merokok, obesitas dan stress psikososial. Hampir di seluruh negara, penyakit hipertensi ini menduduki peringkat pertama sebagai penakiti yang sering dijumpai di seluruh global (Hanifa, 2016).

Data dari *World Health Organization* (WHO) tahun 2018, kurang lebih 972 juta orang disetarakan dengan 26,4% mengidap penyakit hipertensi di seluruh dunia, angka ini kemungkinan bisa meningkat pada tahun 2025 menjadi 29,2%. Diperkirakan setiap tahun 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi disertai dengan komplikasi, sebanyak 972 juta hipertensi di negara maju terdapat 333 juta pengidap hipertensi dan sisanya berada di negara berkembang termasuk Indonesia yaitu sebanyak 639 juta (Pratama, 2016)

Prevalensi hipertensi di Indonesia pada tahun 2018 yaitu sebanyak 34,11%. Prevalensi hipertensi dalam rentang usia pada penduduk di Indonesia yaitu usia 18-24 tahun sebanyak (13,22%), pada usia 25-34 tahun sebanyak (20,13%), usia 35-44 tahun (31,61%), usia 45-54 tahun (45,32%), usia 55-64

tahun (55,22%), usia 65-74 tahun (63,22%) serta mengalami peningkatan pada usia lebih dari 75 tahun sebanyak (69,53%), (Kemenkes RI,2018).

Prevalensi hipertensi di Indonesia yang paling tertinggi berada di Provinsi Kalimantan Selatan yaitu sebanyak (44,13%), dan yang terendah berada di Provinsi Papua yaitu sebanyak (22,22%). Pada tahun 2018 prevalensi hipertensi di Provinsi Bali cukup tinggi yaitu sebanyak (29,79%), (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia,2018) Berdasarkan Riskesdas (2018) di Provinsi Jawa Barat pada tahun 2018 Jawa Barat Menduduki urutan ke 2 sebagai Provinsi dengan masalah hipertensi tertinggi di Indonesia yaitu sebanyak 39,6% sesudah Kalimantan Selatan yaitu sebanyak 44,1%.

Salah satunya di Kabupaten Ciamis diperoleh data jumlah hipertensi sebanyak 101.106 jiwa yang mempunyai riwayat penyakit hipertensi. Data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Ciamis diketahui bahwa UPTD Puskesmas Rancah merupakan Puskesmas yang memiliki jumlah hipertensi 5 tertinggi dengan jumlah yaitu 4282 jiwa data Januari – Maret 2023. (Dinkes Ciamis,2023)

Hipertensi adalah suatu kondisi dimana tekanan darah sistoliknya \geq 140 mmHg dan tekanan darah diastolik nya \geq 90 mmHg. Menurut Ardiansyah (2012). Mengatakan pasien dengan penyakit hipertensi apabila tekanan darahnya tidak dikendalikan maka akan mengakibatkan berbagai macam komplikasi diantaranya: masalah pada pembuluh darah serta jantung (serangan jantung,gagal jantung dan penyakit arteri perifer), masalah pada otak misalnya (stroke serta penurunan daya ingat), kerusakan mata gangguan ginjal, sindrom

metabolik serta disfungsi seksual oleh karena itu diperlukan pelaksanaan dengan baik.

Penatalaksanaan hipertensi terbagi menjadi dua yaitu terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi terapi dapat diberi obat anti hipertensi tunggal maupun kombinasi sedangkan terapi non farmakologi diantaranya modifikasi gaya hidup seperti pola diet, larangan merokok, pembatasan konsumsi alkohol, aktivitas fisik dan terapi relaksasi. (Tri Cahyono,2010)

Hal ini sesuai dengan firman Allah SWT dalam al-Qur'an yang mengingatkan manusia dalam berbagai ayat agar hidup tidak berlebihan, salah satunya terdapat dalam surat Al-A'raf ayat 31, allah berfirman

المُسْرِفِينَ يُجِبُّ لَا إِنَّهُ ۖ تُسْرِفُوا وَلَا وَاشْرَبُوا وَكُلُوا

“ Makan dan Minumlah kalian,dan jangan berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan.” (QS. Al-A'raf 7:31)

Salah satu Hadist Riwayat Abu Dawud dari Abu Darda bahwasanya setiap penyakit pasti ada obatnya seperti hal nya penyakit hipertensi pengobatannya bisa dengan cara farmakologi ataupun non farmakologi.

بالحرام تداووا ولا فتداووا دَوَاءَ دَاءٍ لِكُلِّ وَجَعَلِ الدَّاءَ الدَّاءَ أَنْزَلَ اللَّهُ إِنْ

“Sesungguhnya Allah Menurunkan Penyakit dan obatnya dan menjadikan bagi setiap penyakit ada obatnya. Maka berobatlah kalian, dan jangan kalian berobat dengan yang haram “ (HR. Abu Dawud dari Abu Darda)

Banyak metode yang kini dikembangkan dalam upaya relaksasi seperti yoga, meditasi, terapi humor, termasuk terapi tertawa. Tertawa merupakan salah satu bentuk ekspresi emosi seseorang atas kondisi yang menggembirakan, membahagiakan atau menyenangkan yang secara alami dapat menghambat aktifitas syaraf simpatis. Pada gilirannya hambatan terhadap aktivasi syaraf simpatis ini dapat mencegah peningkatan tekanan darah (hipertensi) bagi yang tidak menderita hipertensi atau menurunkan tekanan darah bagi mereka yang sudah menderita hipertensi, menurut Nurulita (2013) mengatakan bahwa tertawa 1 menit ternyata sebanding dengan bersepeda 15 menit, hal ini membuat tekanan darah menjadi menurun dan terjadi peningkatan oksigen pada darah akan mempercepat penyembuhan. (Hidayati,2011). Adapun hasil penelitian lainnya menurut (Ratnasari, Kasmawati, Dkk, 2018) menunjukkan terapi tertawa efektif terhadap penurunan tekanan darah dan terapi ini bisa menjadi salah satu alternatif bagi seseorang yang mengalami hipertensi. Sedangkan menurut Setyaningrum et al., (2018) yang berjudul “Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Di UPT Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta” rata-rata tekanan darah sebelum diberikan terapi tertawa tekanan diastol sebagian besar dalam kategori 80-90 mmHg yaitu sebanyak 17 orang (45%) dan sebagian kecil dalam kategori 111-120 mmHg yaitu sebanyak 1 orang (3%) kemudian tekanan darah sistol sebelum diberikan terapi tertawa sebagian besar dalam kategori 141-150 mmHg yaitu sebanyak 16 orang (42%) dan sebagian kecil dalam kategori 131-140 mmHg yaitu sebanyak 4 orang (11%). Desain yang

digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian *pre experimental design* dengan desain penelitian *one group pre test-post test* dimana rancangan ini tidak ada kelompok kontrol pembanding . dalam penelitiannya pengukuran dilakukan 2 kali yaitu sebelum dan sesudah. Terdapat pengaruh sebelum dan sesudah diberikan terapi tertawa dengan diketahui nilai T hitung sebesar 9,404 dan Asyp Sign nya sebesar 0.000 hal ini menunjukkan bahwa nilai $p < 0,05$ yang berarti ada pengaruh sebelum dan sesudah diberikan terapi tertawa.

Menurut (Oktarina dan Andika Sulistiawan, n.d). Dalam penelitiannya yang berjudul “Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Olak Kemang Kota Jambi” di dapatkan kesimpulan bahwa rata-rata tekanan darah sebelum dilakukan terapi tertawa 93,57 mmHg dan 92,14 mmHg. Sedangkan rata-rata tekanan darah setelah diberikan terapi tertawa adalah 85 mmHg dan 92,14 mmHg. Penelitian ini dengan *pre experiment desain* berupa *two group pre-test and post-test* data dianalisis secara univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *wilcoxon*. Terdapat pengaruh terapi tertawa terhadap penurunan tekanan darah dengan $P\text{-Value} = 10,004$ Uji *Wilcoxon*. Salah satu Hadist Riwayat Abu Dawud dari Abu Darda bahwasanya setiap penyakit pasti ada obatnya seperti halnya penyakit hipertensi pengobatannya bisa dengan cara farmakologi ataupun non farmakologi.

Hasil studi pendahuluan pada tanggal 30 Maret 2023 di Wilayah Kerja Puskesmas Rancah sebanyak 4282 jiwa. Peneliti melakukan wawancara dengan 6 penderita hipertensi yang bertempat tinggal di Wilayah Kerja

Puskesmas Rancah, penderita hipertensi saat ini hanya mengkonsumsi obat antihipertensi saja. Padahal bisa ditambah dengan terapi yang lain salah satunya dengan terapi tertawa, karena metodenya terjangkau dan bisa dilakukan dengan secara mandiri bahkan tidak membutuhkan biaya sama sekali. Berdasarkan fenomena diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Rancah”

B. Rumusan Masalah

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular dengan permasalahan yang sangat serius jika terus menerus dibiarkan. Salah satu intervensi yang bisa dilakukan selain dengan farmakologis adalah terapi relaksasi yang diambil adalah terapi tertawa, karena metodenya terjangkau dan bisa dilakukan dengan secara mandiri bahkan tidak membutuhkan biaya sama sekali. Berdasarkan hal tersebut maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “ Apakah ada Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Penurun Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Rancah Kabupaten Ciamis”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi tertawa terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Rancah Kabupaten Ciamis.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya tekanan darah sistolik pada penderita hipertensi sebelum diberikan pengaruh teknik terapi tertawa di Wilayah Kerja Puskesmas Rancah
- b. Diketuainya tekanan darah diastolik pada penderita hipertensi sebelum diberikan pengaruh teknik terapi tertawa di Wilayah Kerja Puskesmas Rancah
- c. Diketuainya tekanan darah sistolik pada penderita hipertensi sesudah diberikan pengaruh teknik terapi tertawa di Wilayah Kerja Puskesmas Rancah
- d. Diketuainya tekanan darah diastolik pada penderita hipertensi sesudah diberikan pengaruh teknik terapi tertawa di Wilayah Kerja Puskesmas Rancah
- e. Diketuainya pengaruh teknik terapi tertawa terhadap tekanan darah sistolik pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Rancah Kabupaten Ciamis
- f. Diketuainya pengaruh teknik terapi tertawa terhadap tekanan darah diastolik pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Rancah Kabupaten Ciamis.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Sebagai pengalaman latihan dan penambahan wawasan pengetahuan bagi peneliti dalam mengadakan suatu peneliti sebagai sarana pengaplikasian teori yang sudah diperoleh selama mengikuti perkuliahan dalam pemberian terapi non farmakologi yaitu tertawa terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada pasien hipertensi.

2. Bagi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Dengan adanya penelitian ini menjadi referensi bagi civitas akademik Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya dalam melaksanakan catur dharma perguruan tinggi agar lebih aplikatif dalam pembelajaran tentang materi non farmakologi pemberian terapi tertawaterhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik, serta untuk menambah wawasan dalam peningkatan kualitas Pendidikan khususnya dalam dunia keperawatan.

3. Bagi Profesi Keperawatan

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai *evidence based practice* dan terapi alternatif bagi perawat mengenai terapi non farmakologi dengan pemberian Teknik tertawa dalam melakukan asuhan keperawatan pada pasien dengan hipertensi.

4. Bagi Puskesmas Rancah

Sebagai bahan masukan terapi non farmakologis salah satunya terapi tertawa dalam menurunkan tekanan darah, oleh karena itu kepada

keluarga dan pimpinan puskesmas dapat memafaatkan terapi tertawa sebagai salah satu metode pendamping untuk menurunkan tekan darah pada klien penderita hipertensi.

5. Bagi Masyarakat

Dengan adanya hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan dan memberi wawasan mengenai manfaat terapi tertawa terhadap penurunan tekanan darah pada klien penderita hipertensi.

6. Bagi Penelitian Selanjutnya

Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi dalam melakukan penelitian terkait dengan terapi tertawa terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.

