

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan penyakit dalam system kardiovaskuler yang ditandai dengan adanya peningkatan tekanan darah secara tidak wajar melebihi angka normal yaitu 120-140 mmhg / 80-90 mmhg. Hipertensi mendapat julukan “*Silent Killer*” karena sering terjadi tanpa keluhan yang dirasakan oleh penderita, sehingga penderita tidak menyadari bahwa dirinya mengalami hipertensi dan mengetahui setelah terjadinya komplikasi atau penyakit penyulit dampak dari hipertensi (Trisnawan, 2019).

*World Health Organization* (WHO) menyatakan hipertensi masih menjadi masalah Kesehatan secara global hingga saat ini, WHO menyatakan jumlah penderita hipertensi akan terus meningkat seiring dengan peningkatan jumlah penduduk di dunia, di Indonesia hipertensi berada pada urutan ke 3 sebagai penyakit *degenerative* penyebab kematian dengan Prevalensi sebanyak 34,1% menurut riset kesehatan dasar republik Indonesia (RISKESDAS) tahun 2018, angka ini menunjukkan kenaikan yang cukup signifikan sebanyak 8,3% jika dibandingkan dengan RISKESDAS tahun 2013 sejumlah 25,8%.

Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya tahun 2021 menyatakan bahwa prevalensi penderita hipertensi usia lebih dari 15 tahun sebanyak 110.862 orang, angka ini menunjukkan adanya peningkatan penderita hipertensi sebanyak 47.477 orang, jika dibandingkan dengan data pada Tahun 2020

sebanyak 63.385 orang. Sedangkan di wilayah kerja puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya, penderita hipertensi usia lebih dari 15 tahun sebanyak 12.894 orang pada tahun 2022.

Sebagian besar penderita hipertensi sering mengalami gangguan tidur, hal ini dikarenakan berbagai macam gejala yang dikeluhkan oleh penderita hipertensi seperti, sakit kepala, jantung berdebar-debar, tengkuk terasa berat, mudah Lelah, pengelihatn kabur, sering buang air kecil di malam hari, telinga berdenging dan wajah memerah (Trisnawan, 2019). Gejala yang dikeluhkan oleh penderita hipertensi dapat mengakibatkan intoleransi aktifitas dan gangguan rasa nyaman.

Abraham Maslow menyatakan bahwa istirahat tidur menjadi suatu kebutuhan fisiologi paling dasar dan mutlak harus dipenuhi oleh setiap individu untuk bisa bertahan hidup. Kualitas tidur menjadi faktor penentu dalam kebutuhan istirahat tidur, kualitas tidur yang baik akan memberikan dampak yang baik bagi individu, begitu pun sebaliknya, kualitas tidur yang buruk akan memberikan dampak buruk pada individu, terutama pada individu yang memiliki riwayat penyakit seperti penderita hipertensi.

Gangguan tidur yang dialami oleh penderita hipertensi tentunya dapat memperburuk kualitas tidur penderita dan memberikan dampak serius seperti memperberat perkembangan hipertensi yang dialami, mengganggu aktivitas keseharian, hingga dapat menyebabkan risiko komplikasi (Sumarna et al., 2019). Untuk menentukan kualitas tidur yang baik pada penderita hipertensi dapat dilihat dari ke 7 komponen yang tercantum dalam indikator

pengukur kualitas tidur *pittsburgh sleep quality index* (PSQI) yaitu, kualitas tidur subjektif, latensi tidur, efesien tidur, penggunaan obat tidur, gangguan tidur, durasi tidur dan *daytime disfuncion* (Made et al., 2019).

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Melizza (2020) menunjukkan hasil dari 44 responden penderita hipertensi dengan rentang usia 20-59 tahun, sebanyak 34 responden mengalami kualitas tidur yang buruk (77,28%) dan 10 responden mengalami kualitas yang baik (22,72%). Sebagian besar responden pada penelitian ini menganggap bahwa gangguan tidur yang dialaminya itu bagian dari proses penuaan, sehingga mereka tidak memperhatikan kondisi tersebut.

Kualitas tidur yang buruk pada penderita hipertensi tentunya perlu penanganan khusus, karena apabila tidak segera diatasi akan menimbulkan masalah lainnya dan risiko komplikasi. Pernyataan ini sesuai dengan hadist Riwayat Ibnu Majah dan Ashabussunan, yaitu:

تَدَاوُوا عِبَادَ اللَّهِ فَإِنَّ اللَّهَ سُبْحَانَهُ لَمْ يَضَعْ دَاءً إِلَّا وَضَعَ مَعَهُ شِفَاءً إِلَّا الْحَرَمَ { رواه ابن ماجه  
(واصحاب السنن)

“Berobatlah kalian wahai hamba Allah, karena sesungguhnya Allah SWT tidak menurunkan penyakit melainkan dia juga menurunkan obatnya, kecuali tua (pikun)”

Dalam hadist ini menjelaskan bahwa kita selaku kaum muslim yang sedang memiliki masalah kesehatan harus berusaha untuk segera berobat atau mengatasi masalah kesehatan tersebut, karena sesungguhnya Allah

SWT menurunkan penyakit beserta obatnya, kecuali tua (pikun), Sama halnya dengan gangguan tidur yang dialami pada penderita hipertensi ini harus dilakukan penanganan.

Penanganan untuk meningkatkan kualitas tidur pada penderita hipertensi dapat dilakukan dengan farmakologi dan non-farmakologi, penanganan farmakologi menggunakan obat-obatan yang diberikan oleh dokter sesuai dengan gangguan tidur yang dikeluhkan, terapi farmakologi hanya bisa diresepkan oleh dokter, sedangkan Non-farmakologi merupakan penanganan tanpa menggunakan obat yang diberikan pada pasien dan bisa dilakukan oleh perawat.

Ada beberapa penanganan non-farmakologi untuk meningkatkan kualitas tidur seperti, pemberian terapi murotal, terapi relaksasi benson, terapi pijat refleksi kaki dan terapi bekam basah, dari banyaknya terapi yang bisa dilakukan, terapi bekam basah menjadi terapi unggulan untuk meningkatkan kualitas tidur pada penderita hipertensi.

Pernyataan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hendrawati (2021), Gangguan tidur pada penderita hipertensi bisa diatasi dengan penatalaksanaan non-farmakologi berupa bekam basah, bekam basah merupakan pengobatan sunnah Rasulullah SAW yang sudah dari zaman dahulu diparktekan. Teknik pengobatan bekam basah adalah suatu proses pengeluaran darah statis yang berbahaya dalam tubuh, melalui kulit dengan jalan penghisapan kemudian perlukaan ringan pada kulit bagian luar

dan penghisapan Kembali hingga darah statis tersebut keluar (pengurus pusat PBI & PBI, 2020).

Penelitian yang dilakukan Hendrawati (2021) menyatakan bahwa terapi bekam basah terbukti efektif untuk meningkatkan kualitas tidur pada pasien hipertensi, pernyataan ini dijuga sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Sirotujani (2019) menyebutkan bahwa adanya pengaruh terapi bekam basah terhadap peningkatan kualitas tidur. Hal ini dikarenakan pada proses pembekaman mengeluarkan darah statis yang mengandung toksin dalam tubuh yang bisa menjadi faktor penyumbatan, proses ini juga bermanfaat untuk melancarkan peredaran darah dan merangsang adanya pelepasan hormon endorphin yang membuat tubuh menjadi lebih rileks sehingga kualitas tidur pasien meningkat.

Adapun dalam beberapa hadits yang menyatakan bahwa pengobatan terbaik yang bisa dilakukan oleh umat muslim dalam mencapai kesembuhan adalah dengan berbekam, pernyataan ini terkandung dalam dua hadist Riwayat Ahmad nomor 12906 dan Hadist Riwayat Kitab Mukhtashar Muslim no. 1480, Shahihul Jaami' no.2128, dan Silsilah al-Hadiits ash-Shahiihah no.864 karya Imam al-Albani, Rasulullah SAW bersabda:

حَدَّثَنَا إِسْحَاقُ بْنُ يُونُسَ أَخْبَرَنَا عَوْفٌ وَهُوَ دَعْنَةُ عَوْفٌ حَدَّثَنَا شَيْخٌ مِنْ بَكْرِ بْنِ وَائِلٍ فِي مَجْلِسِ قَسَامَةٍ قَالَ دَخَلْتُ عَلَى سَمُرَةَ وَهُوَ يَحْتَجِمُ فَقَالَ سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ إِنَّ مِنْ خَيْرِ دَوَائِكُمُ الْحَجَامَةَ

“Sebaik-baiknya pengobatan yang kalian lakukan adalah Al-Hijamah (berbekam)” (HR. Ahmad nomor 12906)

“Sesungguhnya pada berbekam itu terkandung Kesembuhan.” (HR. Mukhtashar Muslim no. 1480, Shahihul Jaami’ no.2128, dan Silsilah al-Hadiits ash-Shahiihah no.864 karya Imam al-Albani)

Studi pendahuluan dilakukan peneliti pada tanggal 17 April 2023 di POSBINDU PTM Madewangi, Kecamatan Tamansari. Metode pada studi pendahuluan ini menggunakan metode wawancara pada 10 penderita hipertensi, dengan pertanyaan yang diajukan mengacu pada 7 indikator penilaian kualitas tidur *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI). Hasilnya ialah 10 penderita tidak pernah mengkonsumsi obat tidur, tidak pernah melakukan terapi non-farmakologi untuk meningkatkan kualitas tidurnya, serta tidak pernah melakukan terapi bekam basah, dan 8 dari 10 penderita hipertensi memiliki kualitas tidur yang buruk dengan beberapa gangguan tidur yang dialami seperti, tidak mampu tertidur selama 30 menit sejak berbaring, terbangun tengah malam atau dini hari kemudian sulit tertidur Kembali dan rata-rata mengatakan kesulitan tidur dikarenakan gejala pusing, nyeri di area bahu atau Pundak yang dialami oleh penderita.

## **B. Rumusan Masalah**

Setiap individu harus memenuhi kualitas tidur yang baik dalam setiap harinya untuk memenuhi kebutuhan dasar fisiologi dan mendapatkan kesehatan yang baik. Sebagian besar penderita hipertensi sering mengalami kualitas tidur yang buruk, Hal ini tentunya perlu mendapat penanganan khusus berupa intervensi non-farmakologi salah satunya yaitu Terapi bekam basah. Maka dari itu peneliti tertarik untuk meneliti Adakah pengaruh bekam basah terhadap kualitas tidur penderita hipertensi?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan yang dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Terapi Bekam Basah terhadap kualitas tidur pada penderita hipertensi Di POSBINDU PTM Madewangi Kec.Tamansari Kota Tasikmalaya.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Diketuinya kualitas tidur penderita hipertensi sebelum dilakukan terapi bekam basah Di POSBINDU PTM Madewangi Kec.Tamansari Kota Tasikmalaya.
- b. Diketuinya kualitas tidur penderita hipertensi setelah dilakukan terapi bekam basah Di POSBINDU PTM Madewangi Kec.Tamansari Kota Tasikmalaya.

- c. Diketuainya pengaruh bekam basah terhadap kualitas tidur penderita hipertensi Di POSBINDU PTM Madewangi Kec.Tamansari Kota Tasikmalaya.

#### **D. Manfaat Penelitian**

1. Bagi Masyarakat

Penelitian ini bisa dijadikan acuan untuk memilih terapi yang efektif untuk meningkatkan kualitas tidur pada penderita hipertensi dan memberikan informasi mengenai terapi non-farmakologi berupa bekam basah.

2. Bagi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Pengembangan ilmu pengetahuan yang diharapkan dapat menjadi semangat untuk memacu penelitian-penelitian selanjutnya mengenai pengaruh bekam basah yang lainnya.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat bermanfaat untuk peneliti selanjutnya sebagai acuan dan study literatur khususnya mengenai terapi bekam basah untuk meningkatkan kualitas Tidur pada penderita hipertensi.