

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang dijuluki dengan *the silent killer* karena tidak menunjukkan gejala atau pun keluhan. Hipertensi atau disebut juga darah tinggi adalah darah dengan tekanan sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan diastolik kurang dari 90 mmHg selama dua sesi pengukuran terpisah yang masing-masing berlangsung selama lima menit, dalam keadaan rileks dan tenang (Putri & Nurhidayati, 2022).

Menurut World Health Organization (WHO), sekitar 1,13 juta orang menderita hipertensi pada tahun 2019, dan banyak diantara mereka adalah orang yang mengalami kesulitan uang. Pendidikan, pengetahuan, pemahaman, dan terbatasnya akses terhadap program Pendidikan Kesehatan, menyebabkan warga masyarakat yang berpenghasilan rendah juga mempunyai pengetahuan yang rendah tentang hipertensi. Sekitar 63 juta orang di Indonesia diperkirakan terkena hipertensi, dengan angka prevalensi sebesar 34,1%. Selanjutnya pada tahun 2020, sebanyak 427.218 penduduk Indonesia meninggal akibat hipertensi (Nonasri, 2021).

Hipertensi merupakan masalah yang cukup berbahaya dikarenakan hipertensi merupakan faktor utama penyakit kardiovaskuler seperti serangan jantung, stroke, hingga kematian. Terutama pada lansia yang akan mengalami penurunan fungsi organ tubuh (Natalia et al., 2022).

Keadaan fisiologis lansia penderita hipertensi dapat membaik dan stabil, namun sejumlah faktor psikologis lansia bisa berdampak pada penanganan hipertensi. Penurunan fungsi tubuh pada lansia dapat menimbulkan kecemasan, dikarenakan penyakit yang tidak kunjung sembuh menjadikan lansia memiliki harapan yang sedikit untuk sehat. Hal ini juga yang menjadikan psikis lansia terganggu seperti kecemasan (Laka et al., 2018).

Kecemasan adalah hal yang sering kita temui dilingkungan terutama pada lansia. Banyak lansia yang mengalami kecemasan seiring dengan usia yang bertambah, lansia tahap awal biasanya mengalami kecemasan yang tinggi. Kondisi ekonomi yang tinggi menjadikan lansia kurang diperhatikan oleh keluarga yang sibuk dengan pekerjaannya. Maka kecemasan akan menjadi masalah psikologis yang penting pada lansia (Hartati et al., 2023).

Kecemasan harus segera diatasi karena bisa mempengaruhi lamanya pemulihan, kepatuhan pengobatan dan kualitas hidup pasien. Terapi kecemasan bisa menggunakan pengobatan alternatif komplementer seperti pengobatan tradisional, akupunktur, ramuan herbal, terapi musik, terapi dzikir, terapi jasmani dan rohani (Sulistiyawati et al., 2019).

Salah satu bentuk pengobatan non-farmakologis adalah dengan melakukan terapi keagamaan, seperti dzikir. Dzikir merupakan Upaya mendekatkan diri kepada Allah SWT dengan mengingatNya dan merupakan cara mengingat nikmat yang telah Allah anugerahkan. Dzikir adalah cara mengingat tuhan setiap saat, bertakwa, serta meyakini dengan teguh bahwa

manusia senantiasa mengikuti kehendak Allah SWT. Dzikir dapat membuat manusia merasa tenang dan rileks sehingga menekan sistem saraf simpatis dan mengaktifkan sistem saraf parasimpatis. Pengaruh yang timbul dari dzikir mempunyai kemampuan dalam mengendalikan perilaku seseorang dalam kehidupan sehari-hari (Andrea & Fahrizal, 2022).

Al-Quran, hadist, dan pengalaman beberapa ulama semuanya menjelaskan manfaat dzikir bagi manusia. Al-Qur'an Surah Al Baqarah ayat 152 Allah berfirman "Karena itu, ingatlah kamu kepada-KU, niscaya Aku ingat (pula) kepadamu, dan bersyukurlah kepada-Ku, dan janganlah kamu mengingkari nikmat-KU." Selanjutnya Allah berfirman dalam Al-Qur'an surah Ar Ra'du ayat 28 "(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tentram".

Dalam penelitian dengan judul, "*Dzikir therapi for reducing anxiety in cancer patient*" didapatkan hasil adanya perubahan yaitu berkurangnya kecemasan sesudah diberikan intervensi (Sulistyawati et al., 2019). Didalam penelitian tentang "pengaruh penerapan dzikir terhadap stress dan gula darah acak pada pasien diabetes militus" menunjukkan hasil bahwa ada pengaruh dzikir terhadap stress pada pasien diabetes millitus (Nisbah et al., 2020). Dalam penelitian lain dengan judul "Pengaruh Relaksasi Dzikir Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Haemodialisa" pada tahun 2022 menunjukkan hasil adanya pengaruh dzikir dalam menurunkan kecemasan pada pasien (Fitrina et al., 2022).

Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis tertarik untuk meneliti tentang “pengaruh terapi dzikir terhadap penurunan kecemasan pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja puskesmas Gamping I”.

B. Rumusan Masalah

Dari latar belakang yang telah dibahas sebelumnya, rumusan masalah penelitian dalam tulisan ini adalah apakah ada pengaruh terapi dzikir terhadap tingkat kecemasan yang dialami lansia dengan hipertensi?

C. Tujuan Penelitian

Mengetahui adanya pengaruh dzikir dalam menurunkan kecemasan pada lansia dengan hipertensi.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi institusi pendidikan

Sebagai referensi dan bahan pembelejaran mengenai terapi nonfarmakologi untuk menurunkan kecemasan.

2. Bagi penelitian selanjutnya

Sebagai referensi dan bahan rujukan untuk penelitian selanjutnya mengenai kecemasan penderita hipertensi dan dzikir. Selain itu dapat juga menjadi bahan penelitian dan kajian lebih lanjut mengenai topik yang terkait.

3. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan, pengalaman, wawasan dalam pengembangan ilmu pengetahuan dan informasi mengenai alternative untuk menurunkan kecemasan pada penderita hipertensi dengan dzikir.

4. Bagi responden

Hasil penelitian ini dapat menjadi terapi yang bisa digunakan responden terhadap penurunan kecemasan.

E. Penelitian Terkait

1. Ririn Afrian Sulistiyawan. *Dzikir Therapi For Reducing Anxiety in Cancer Patient* 2019 Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh terapi dzikir terhadap penurunan kecemasan dengan hasil sebesar 0,87. Penurunan kecemasan pada kelompok intervensi menunjukkan nilai rata-rata -21,85. Penelitian yang akan di lakukan yaitu pengaruh terapi dzikir berda dengan penelitian sebelum nya yaitu di respondent yaitu responden yang digunakan di penelitian ini lansia dengan hipertensi. Persamaan penelitian ini adalah dari variabel independent yaitu terapi dzikir.
2. Novilia Qurotun Nisbah, Harmayyety, Lingga Curnia Dewi. 2020. *The Effect of Dzikir on Stress and Random Blood Sugar in Patien with Diabetes Millitus*. Penelitian kuantitatif menggunakan metode penelitian quasi eksperimental, sampel yang digunakan adalah 60 pasien diabetes militus berusia 40-60 tahun. Variabel independent adalah Dzikir dan

variabel dependen adalah stress dan kadar gula darah acak. Penelitian ini menggunakan instrument *Diabetes Distress Scale (DDS)*. Uji statistik yang digunakan adalah *Wilcoxon Signed Rank Test* dan *Mann Whitney Test* dengan Signifikasi $\alpha=0,05$. Hasil penelitian menunjukkan tingkat stress pasca intervensi menunjukkan setelah menerima dzikir, sebagian besar responden mengalami penurunan yang signifikan pada indikator distress emosional dengan nilai mean (2,843). Sedangkan pada indikator distress emosional memiliki nilai konstan dengan nilai mean (1,674). Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan adalah dalam pemilihan responden, dimana peneliti menggunakan responden lansia yang menderita hipertensi, kemudian instrument yang digunakan adalah *Depression Anxiety Stress Scale (DASS) 21*.

3. Yossu Fitina, Aulia Puti, Sri Hartuti. Pengaruh Relaksasi Dzikir Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Haemodialisa. 2022. Penelitian kuantitatif dengan desain *Quasi Eksperimental* dengan rancangan, *one group pretest postes design*. Dengan kriteria inklusi heamodlisa, dapat berkomunikasi, dan beragama islam. Variabel independent yaitu relaksasi dzikir dan variabel dependen yaitu kecemasan. Instrument yang digunakan adalah *state anxiety inventory (S-AI) form-Y*. Analisa data yang digunakan adalah *uji Wilcoxon*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh terapi dzikir terhadap tingkat kecemasan pada pasien yang menjalani heamodialitas. Perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian sekarang terdapat pada instrument yang digunakan yaitu state

anxiety inventory (S-AI) form-Y sedangkan penelitian saat ini menggunakan instrument DASS21.