

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Era modern sekarang ini, masyarakat dimanjakan dengan perkembangan teknologi khususnya kemudahan dalam mendapatkan makanan. Hal tersebut mendorong seseorang bebas membeli makan dan minum lewat online seperti go food dan grab food. Akibatnya, masyarakat tidak memperhatikan kandungan makanan dan minuman yang ada didalamnya seperti kandungan natrium, lemak maupun kolesterol. Selain itu gaya hidup yang kurang sehat seperti merokok, jarang berolahraga dan aktifitas yang padat dapat memicu timbulnya suatu penyakit salah satunya hipertensi.

Di Indonesia, melakukan cek kesehatan berkala belum menjadi hal yang umum karena masyarakat beranggapan bahwa jika tidak ada keluhan suatu penyakit berarti tubuh seseorang sehat. Padahal cek berkala penting untuk mengetahui suatu penyakit secara dini. Salah satunya pengecekan tekanan darah. Tekanan darah tinggi dianggap sebagai *silent killer* karena tanpa disadari pasien sudah menderita penyakit hipertensi tanpa suatu gangguan dan gejala. Gejala akibat hipertensi seperti pusing, gangguan penglihatan baru disadari setelah tekanan darah mencapai angka diatas normal.

Jumlah hipertensi di Indonesia mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Data Riskesdas tahun 2013 menunjukkan bahwa 25,8 % penduduk Indonesia mengidap hipertensi. Data Survei Indikator Kesehatan Nasional (Sinerkas) tahun 2016 menunjukkan peningkatan kejadian hipertensi yaitu 32,4 %. Sedangkan data Riskesdas 2018 menunjukkan peningkatan kejadian hipertensi menjadi 34,1 %. Prosentase hipertensi tertinggi terjadi di provinsi Kalimantan Selatan sebesar 44,1 % sedangkan terendah di provinsi Papua sebesar 22,2 %.

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah 2017 penyakit hipertensi masih menempati proporsi terbesar dari seluruh penyakit tidak menular yang dilaporkan, yaitu sebesar 64,83 % sedangkan urutan kedua terbanyak adalah diabetes mellitus sebesar 19,22 %. Dua penyakit tersebut menjadi prioritas utama pengendalian penyakit tidak menular di Jawa Tengah. Jika hipertensi tidak dikelola dengan baik akan menimbulkan komplikasi lanjutan seperti penyakit jantung, stroke, gagal ginjal.

Data Dinas Kesehatan Kota Semarang Tahun 2017, angka hipertensi di Kota Semarang sebesar 4583 kasus, banyak terjadi pada umur 45-65 tahun. Hal ini dikarenakan pada umur tersebut seseorang banyak melakukan aktifitas namun tidak diimbangi oleh pola hidup sehat seperti mengonsumsi makanan sehat, cek kesehatan berkala dan olahraga rutin dan teratur.

Data Ambulan hebat Dinas Kesehatan Kota Semarang yang menangani kasus kegawatdaruratan di Kota Semarang mencatat kasus kegawatdaruratan medis di Kota Semarang sering ditemui kasus kritis dengan penyakit

penyerta yaitu hipertensi. Pada tahun 2017 kasus gawat darurat yang disertai hipertensi sebesar 132 kasus. Sedangkan pada tahun 2018 kasus gawat darurat yang disertai hipertensi sebesar 543 kasus. (Rekam Medik Ambulan Hebat Kota Semarang).

Penanganan hipertensi dapat dikelompokkan menjadi 2 yaitu farmakologis dan non farmakologis. Penderita hipertensi seringkali dihadapkan dengan rasa bosan untuk meminum obat sehingga sulit untuk mengontrol dan menjaga agar tekanan darah pasien hipertensi tetap dalam batas normal. Oleh karena itu, ada kecenderungan masyarakat untuk mencari alternatif pengobatan baik pengobatan herbal, aromaterapi maupun terapi pijat atau bekam. Pengobatan alternatif seperti ini dinamakan terapi komplementer.

Ada berbagai teknik terapi komplementer seperti akupuntur, akupresur, chiropractic, relaksasi progresif serta zamatera. Penulis tertarik kepada terapi zamatera untuk penanganan pasien hipertensi dikarenakan terapi tersebut tidak membutuhkan waktu yang lama, menyehatkan pasien maupun terapis, tidak memerlukan alat terapi. Selain itu sedikit tenaga dalam memberikan terapi dikarenakan terapis menggunakan berat badannya sebagai titik tumpu. Dari segi pasien, terapi ini diberikan berdasarkan kemampuan kelenturan pasien, jadi pasien tidak akan merasakan nyeri maupun pegal setelah diterapi. Kekurangan dari terapi ini yaitu tidak bisa dilakukan pada pasien dengan riwayat pasca operasi berat, pengapuran tulang, retak atau patah tulang, tulang yang sudah dipasang pen dan pasien yang sedang hamil.

Terapi zamatera untuk menangani hipertensi ada 3 gerakan yaitu gerakan 12, 15 dan 16. Ketiga gerakan tersebut untuk memperbaiki tulang C1 atau servikalis ke 1. Menurut Grays anatomy tentang spinal misalignment chart, tulang C1 mempengaruhi suplai darah ke otak. Sehingga jika diberikan peregangan akan memicu impuls saraf yaitu menekan aktivitas simpatis dan meningkatkan aktivitas parasimpatis untuk melepaskan neurotransmitter asetilkolin sehingga menurunkan tekanan darah.

Hasil Studi pendahuluan di Klinik Zamatera aalatika dengan mewawancarai founder Zamatera bapak Muhamad Zaeni, beliau menuturkan berdasarkan pengalaman praktik selama lebih dari 12 tahun di klinik zamatera bahwa ribuan pasien hipertensi yang berobat tidak mengalami keluhan setelah dilakukan terapi. Bahkan yang berobat 2 sampai 3 kali mengatakan merasakan kondisi yang lebih baik, badan terasa lebih ringan setelah diberikan terapi. Beliau yang menyandang gelar DAN 4 saat diundang di Jepang sudah beberapa kali mengisi seminar di kampus kesehatan serta memberikan pelatihan pelatihan di berbagai wilayah indonesia.

Peran perawat diperlukan untuk mengatasi masalah hipertensi salah satunya dengan memberikan terapi, baik terapi farmakologis dan non farmakologis. Perawat komplementer dapat berperan sebagai konsultan untuk klien dalam memilih alternatif yang sesuai ataupun membantu memberikan terapi langsung. Namun, hal ini perlu dikembangkan lebih lanjut melalui penelitian (*evidence-based practice*) agar dapat dimanfaatkan sebagai terapi keperawatan yang lebih baik.

Penelitian terkait yang mendukung adalah penelitian yang dilakukan Anita Rahmawati (2016) dengan judul pengaruh relaksasi progresif terhadap penurunan tekanan darah tinggi pada lansia didapatkan hasil *p value* 0,000 ( $\alpha = 0,05$ ) yang berarti bahwa ada pengaruh relaksasi progresif terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi.

Menurut Endang Triyanto (2014) Gerakan terapi relaksasi progresif memiliki banyak manfaat yang salah satunya yaitu untuk melatih otot pada tulang servikal dan thorakal. Ketika tulang servial dan thorakal diberikan peregangan, maka akan merangsang baroreseptor. Kemudian Stimulasi baroreseptor mengirimkan sinyal menuju sistem saraf pusat. Sinyal tersebut dikirim kembali melalui saraf otonom ke sirkulasi sehingga tekanan darah bisa kembali normal. Hampir sama dengan terapi relaksasi progresif, terapi zamatera berfungsi merilekskan otot dan pembuluh darah di leher dan punggung sehingga memperlancar aliran darah dan memperbaiki tulang belakang.

Saat ini belum ada penelitian yang mengkaji perbedaan tekanan darah penderita hipertensi sebelum dan sesudah terapi zamatera. Namun gerakan zamatera untuk mengatasi hipertensi memiliki persamaan secara fisiologis dengan terapi relaksasi progresif yaitu memberikan peregangan pada servikal dan torakal sehingga memicu respon peningkatan rangsangan parasimpatis ke jantung menurunkan kecepatan denyut jantung. Perbedaannya adalah terapi relaksasi progresif dilakukan secara aktif oleh pasien dengan panduan sebuah rekaman latihan relaksasi, sedangkan terapi zamatera pasien diberikan

gerakan peregangan oleh terapis dengan pembetulan tulang belakang (pasif). Mengingat singkatnya waktu yang dibutuhkan untuk melakukan terapi ini yaitu 3 menit dan hipertensi menjadi penyakit tidak menular tertinggi, serta mencegah terjadinya efek hipertensi seperti seperti kegagalan jantung, iskemia serebri, kegagalan ginjal, perdarahan otak maka peneliti tertarik untuk mengambil judul perbedaan tekanan darah penderita hipertensi sebelum dan sesudah terapi Zamatera.

## **B. Rumusan Masalah**

Hipertensi masih menjadi masalah kesehatan yang cukup tinggi, sehingga perlu diberikan beberapa alternatif terapi. Upaya kuratif harus menjadi perhatian lebih agar tidak timbul komplikasi lanjutan dari penyakit hipertensi. Salah satu upaya kuratif yaitu pemberian terapi komplementer. Terapi komplementer merupakan cara penanggulangan penyakit dengan teknik tradisional yang dilakukan sebagai pendukung pengobatan medis (pengobatan konvensional). Zamatera merupakan terapi komplementer yang bermanfaat untuk memperlancar dan memperbaiki susunan tulang belakang. Untuk penanganan hipertensi, pasien diberikan terapi dengan memberikan peregangan pada otot leher dan tulang belakang. Hal ini diharapkan setelah diberikan terapi, aliran darah disekitar leher dan punggung kembali lancar sehingga output dari terapi yaitu tekanan darah dalam batas normal. Perawat komplementer berperan penting dalam penanganan pasien hipertensi baik promotif, preventif, kuratif maupun rehabilitatif. Berdasarkan uraian dalam

latar belakang maka dapat diambil rumusan masalah sebagai berikut “Apakah ada perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian terapi Zamatera terhadap pasien hipertensi?”

### **C. Tujuan Penelitian**

#### 1. Tujuan umum

Mengetahui perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian terapi Zamatera terhadap penurunan tekanan darah

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran tekanan darah pada pasien hipertensi sebelum diberikan terapi Zamatera.
- b. Mengetahui gambaran tekanan darah pada pasien hipertensi setelah diberikan terapi Zamatera.
- c. Menganalisa perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian terapi Zamatera terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

### **D. Manfaat**

#### 1. Bagi Perawat Puskesmas dan Masyarakat

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi tentang pengaruh Zamatera terhadap penurunan tekanan darah terhadap tenaga kesehatan khususnya perawat dalam mengaplikasikan terapi tradisional tersebut.

## 2. Bagi Pasien

Hasil penelitian ini dapat menjadi informasi bagi masyarakat khususnya pasien Hipertensi tentang pengaruh zamatera terhadap penurunan tekanan darah.

## 3. Bagi Penelitian selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan dalam penelitian lebih lanjut untuk berkontribusi dalam penanganan pasien hipertensi