

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang cukup berbahaya di seluruh dunia karena hipertensi merupakan faktor resiko utama yang mengarah kepada penyakit kardiovaskuler seperti serangan jantung, gagal jantung, stroke dan penyakit ginjal yang mana pada tahun 2016 penyakit jantung iskemik dan stroke menjadi dua penyebab kematian utama di dunia. Hipertensi adalah suatu kondisi tekanan darah seseorang berada di atas angka normal yaitu 120/80 mmHg. Hipertensi pada seseorang dengan tekanan darah 140/90 mmHg ke atas, diukur di kedua lengan tiga kali dalam jangka beberapa minggu.

*World Health Organization (WHO)* menyebutkan bahwa hipertensi menyerang 22 % penduduk dunia, dan mencapai 36 % angka kejadian di Asia Tenggara. Hipertensi juga menjadi penyebab kematian dengan angka 23,7 % dari total 1,7 juta kematian di Indonesia tahun 2016. Hipertensi adalah salah satu penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Di tahun 2020 sekitar 1,56 miliar orang dewasa akan hidup dengan hipertensi. Hipertensi membunuh hampir 8 miliar orang setiap tahun di dunia dan hampir 1,5 juta orang setiap tahunnya di kawasan Asia Timur Menderita hipertensi (WHO, 2015).

Riset Kesehatan Dasar ( *Riskesmas*) yang dilakukan kementerian kesehatan tahun 2018 menghasilkan peningkatan kejadian hipertensi dibandingkan hasil pada tahun 2013. Prevalensi kejadian hipertensi berdasarkan hasil *riskesmas* 2018 adalah 34,1 % angka tersebut lebih tinggi dibandingkan tahun 2013. Menyentuh angka prevalensi 25,8 %. Hasil tersebut merupakan kejadian hipertensi berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah pada masyarakat Indonesia berusia 18 tahun ke atas (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Penyakit hipertensi merupakan urutan pertama jenis penyakit kronis tidak menular yang dialami oleh kelompok usia lanjut di Provinsi

Riau dan di Kota Pekanbaru hal itu menunjukkan hipertensi merupakan permasalahan kesehatan serius dan sepanjang hayat yang harus segera diatasi. Kecamatan Payung Sekaki merupakan salah satu kecamatan dengan angka kejadian hipertensi yang cukup tinggi, pada tahun 2020 tercatat kejadian hipertensi yang terdiagnosa tenaga kesehatan di Puskesmas Payung Sekaki sebanyak 155 kasus Hipertensi dan didominasi oleh kelompok usia 45 tahun ke atas (Dinkes Provinsi Riau, 2014).

Hingga saat ini penyebab hipertensi secara pasti belum diketahui dengan jelas. Hal ini disebabkan kompleksnya faktor-faktor pemicu, namun dilihat dari faktor pemicunya, penyebab hipertensi ada dua yaitu primer dan sekunder. Hipertensi primer masih belum dapat diketahui penyebabnya, sedangkan hipertensi sekunder penyebabnya sudah dapat diketahui. Sekitar 90% pasien hipertensi tergolong hipertensi primer atau esensial, sedangkan 10% nya tergolong hipertensi sekunder. Pada pasien hipertensi primer tidak ditemukan penyakit renovaskuler, *aldesteronism*, *pheochro-mocytoma*, gagal ginjal, dan penyakit lainnya dan ini hanya terdapat pada hipertensi sekunder (Darmojo & Martono, 2004).

Beberapa hal yang dapat memicu tekanan darah tinggi adalah ketegangan, kekhawatiran, status sosial, kebisingan, gangguan dan kegelisahan. Hipertensi dapat disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya adalah gaya hidup (merokok, minuman beralkohol), stress, obesitas (kegemukan), kurang olahraga, keturunan dan tipe kepribadian (Darmojo, 2014).

Pengobatan hipertensi sendiri harus dilakukan oleh pasien sepanjang hidup. Berbagai metode pengobatan telah banyak dilakukan oleh masyarakat. Penggunaan terapi farmakologis anti hipertensi telah terbukti dapat menurunkan morbiditas dan mortalitas, serta menurunkan risiko untuk terjadinya komplikasi pada pasien hipertensi. Penggunaan terapi farmakologis dalam waktu panjang, dapat menimbulkan beberapa kerugian, antara lain efek samping, efek ketergantungan, tingginya biaya

dan masalah lainnya yang semakin memperberat beban pasien (Aronow, 2011).

Terapi komplementer dan kedokteran alternatif semakin meningkat dan diterima masyarakat. Di Amerika terapi komplementer kedokteran dibagi menjadi empat jenis terapi : chiropractic, teknik relaksasi, terapi massase dan akupuntur, lainnya terapi komplementer yang dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan. Banyak terapi modalitas yang digunakan pada terapi komplementer mirip dengan tindakan keperawatan seperti teknik sentuhan, masase dan manajemen stress. Berikut macam-macam terapi komplementer kedokteran alternatif : masase, diet, terapi music, produk herbal, teknik relaksasi, imagery, humor, terapi sentuhan, akupuntur, *acupressure*, *chriopractice* dan kelompok hipnotis meditasi, *aromatherapy*, yoga, *biofeedback*.

Menurut Darmojodan Martono (2004) menjelaskan bahwa penatalaksanaan hipertensi yang dianjurkan adalah terapi nonfarmakologis, salah satunya yaitu terapi senyum. Senyum adalah bagian dari gerak tubuh yang di ekspresikan secara alamiah. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia disebutkan bahwa senyum adalah reaksi tawa ekspresif yang tidak bersuara untuk menunjukkan rasa senang, gembira dan suka cita dengan mengembangkan bagian bibir sedikit. Senyum merupakan ekspresif positif, dengan tersenyum seseorang memberikan kesan baik kepada orang lain.

Hartono mengatakan bahwa jika otot *zygomatic major* bergerak, otot tersebut akan menarik sudut bibir bagian atas sampai ke tulang pipi. Hasil dari tarikan otot itulah yang membuat suatu ekspresi yang disebut senyuman. Otot tersebut secara langsung mengakibatkan darah mengalir di seluruh otak. Jika pembuluh vena dipenuhi darah, otak akan mengirimkan timbal balik berupa perasaan yang ringan dan perasaan senang dan bahagia. Kebahagiaan yang dirasakan seseorang dapat timbul karena adanya zat serotonin, zat serotonin berada di dalam otak zat inilah yang menimbulkan perasaan senang, bahagia, tentram, dan damai. Darah yang

masuk ke dalam otak semakin meningkat ketika otot zygomatic major bergerak. Ketika aliran darah meningkat, semua sel dan jaringan yang ada di tubuh dapat menerima oksigen dengan baik dan dapat menyebabkan perasaan yang bahagia. Otot-otot di muka bekerja seperti penjepit. Otot-otot menjepit pembuluh darah yang dapat mengatur aliran-liran darah yang menuju ke otak dan aliran darah tersebut akan mempengaruhi perasaan atau *mood* dari seorang individu. Senyum memiliki sebuah makna yang terkandung di dalamnya yang berasal dari proses yang indah. Proses dimulai dari suatu objek yang dilihat dengan mata lalu disalurkan ke otak. Setelah sampai di otak, informasi tersebut divisualisasikan menjadi sesuatu yang aneh, unik, bahkan lucu maupun menarik, hingga akhirnya turun ke hati. Melalui proses ini, muncul sebuah energi yang sangat besar, sehingga terjadilah sebuah senyuman (Hartono, 2013).

Dr. Agus Rahmadi, Direktur Klinik Sehat di Jakarta Selatan, pernah menggunakan terapi ini untuk pasien hipertensi, dalam sehari pasien diminta senyum minimal 20 kali dalam sehari dengan durasi 20 detik setiap kali senyum, ternyata efeknya luar biasa, tekanan darah pasien menjadi normal, penurunan tekanan darah ini diduga berhubungan dengan menurunnya hormon neurotransmitter yang terkait dengan stress (Rahmadi, 2012).

Maka sebab itu apabila seseorang rajin tersenyum dapat menjauhkan dirinya dari penyakit tersebut. Ketika seseorang yang marah atau stress dapat menyebabkan kehilangan banyak Kalium akibat berkontraksinya banyak otot. Sedangkan seseorang yang tersenyum Akan merelaksasikan otot atau kontraksi ototnya lebih sedikit sehingga dapat mereduksi pengeluaran kalium lebih banyak. Untuk fungsi kalium itu sendiri adalah meningkatkan keteraturan denyut jantung, mengaktifkan kontraksi otot dan mempengaruhi tekanan darah atau hipertensi.

Studi Pendahuluan telah dilakukan peneliti di lokasi penelitian yaitu di Kelurahan Labuh Baru Timur Kecamatan Payung Sekaki Kota Pekanbaru pada tanggal 05 April 2021 peneliti melakukan wawancara

terhadap 65 orang rata-rata umur 45 tahun keatas. masyarakat yang mengalami keluhan akibat hipertensi. Didapatkan bahwa masyarakat banyak mengkonsumsi obat-obatan farmakologis secara tidak teratur, jarang berolahraga dan sering mengkonsumsi makanan yang berisiko terjadi hipertensi, seperti mengkonsumsi makanan yang tinggi lemak dan garam, makanan siap saji. Masyarakat juga jarang sekali memeriksakan tekanan darah penyakit hipertensinya di pelayanan kesehatan dengan alasan pelayanan kesehatan jauh, tidak memiliki ekonomi yang cukup dan bosan untuk meminum obat-obatan farmakologis.

Berdasarkan fenomena diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian “Efektifitas Terapi Senyum Terhadap Tekanan Darah Sistolik Pasien Hipertensi”.

#### **B. Rumusan Masalah**

Penyakit hipertensi merupakan urutan pertama jenis penyakit kronis tidak menular yang dialami oleh kelompok usia lanjut di Provinsi Riau dan di Kota Pekanbaru hal itu menunjukkan hipertensi merupakan permasalahan kesehatan serius dan sepanjang hayat yang harus segera diatasi. Kecamatan Payung Sekaki merupakan salah satu kecamatan dengan angka kejadian hipertensi yang cukup tinggi, pada tahun 2020 tercatat kejadian hipertensi yang terdiagnosa tenaga kesehatan di Puskesmas Payung Sekaki sebanyak 155 kasus Hipertensi dan didominasi oleh kelompok usia 45 tahun ke atas (Dinkes Provinsi Riau, 2014).

Menurut Darmojodan Martono (2004) menjelaskan bahwa penatalaksanaan hipertensi yang dianjurkan adalah terapi nonfarmakologis, salah satunya yaitu terapi senyum. Senyum adalah bagian dari gerak tubuh yang di ekspresikan secara alamiah. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia disebutkan bahwa senyum adalah reaksi tawa ekspresif yang tidak bersuara untuk menunjukkan rasa senang, gembira dan suka cita dengan mengembangkan bagian bibir sedikit. Senyum merupakan ekspresif positif, dengan tersenyum seseorang memberikan kesan baik kepada orang lain.

Apabila seseorang rajin tersenyum dapat menjauhkan dirinya dari penyakit tersebut. Ketika seseorang yang marah atau stress dapat menyebabkan kehilangan banyak Kalium akibat berkontraksinya banyak otot. Sedangkan seseorang yang tersenyum Akan merelaksasikan otot atau kontraksi ototnya lebih sedikit sehingga dapat mereduksi pengeluaran kalium lebih banyak. Untuk fungsi kalium itu sendiri adalah meningkatkan keteraturan denyut jantung, mengaktifkan kontraksi otot dan mempengaruhi tekanan darah atau hipertensi. Berdasarkan uraian diatas, maka rumusan masalah penelitian yang akan dilaksanakan adalah Apakah Ada Efektifitas Terapi Senyum Terhadap Tekanan Darah Sistolik pada Pasien Hipertensi ?

### **C. Tujuan**

#### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui Efektifitas Terapi Senyum Terhadap Tekanan Darah Sistolik pada pasien Hipertensi di Kota Pekanbaru.

#### **2. Tujuan Khusus**

- a. Untuk mengetahui distribusi frekuensi rata-rata tekanan darah Sistolik sebelum dan sesudah pemberian terapi senyum pada kelompok kontrol
- b. Untuk mengetahui distribusi frekuensi rata-rata tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah pemberian terapi senyum pada kelompok intervensi
- c. Untuk mengetahui perbedaan tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah pemberian terapi senyum pada kelompok intervensi
- d. Untuk mengetahui perbedaan tekanan darah sistolik antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi sebelum dan sesudah diberikan pemberian terapi senyum

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Bagi Responden**

Penelitian ini diharapkan dapat membantu masyarakat terhadap masalah penyakit hipertensi dalam menurunkan tekanan darah sistolik dengan menerapkan pengobatan terapi senyum.

### **2. Bagi Tempat Penelitian**

Sebagai bahan informasi mengenai Efektifitas Terapi Senyum Terhadap Tekanan Darah Sistolik Pasien Hipertensi.

### **3. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan**

Hasil penelitian ini diharapkan bagi institusi kesehatan khususnya keperawatan komunitas dan keperawatan komplementer dapat mengetahui Efektifitas Terapi Senyum Terhadap Tekanan Darah Sistolik Pasien Hipertensi.

### **4. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan atau sumber referensi untuk penelitian selanjutnya, dan mendorong bagi yang berkepentingan untuk melakukan penelitian lebih lanjut.

