



Penerapan Terapi Dzikir Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Stroke Akut Di HCU Neuro Angrek 2 RSUD Dr. Moewardi Surakarta

Faridha Sholikhah Ahyari¹, Fida' Husain², Isti Haniyatun Khasanah³

^{1,2} Universitas 'Aisyiyah Surakarta

³ RSUD DR. Moewardi Surakarta

Alamat: Pajang, Kecamatan Laweyan, Kota Surakarta, Jawa Tengah:57146

Email : faridhasholikhaha@gmail.com, fidahusain@aiska-university.ac.id, hannie_isti@yahoo.com

Abstract. *Background:* Nearly 70-94% of acute stroke patients experience increased blood pressure (hypertension). Hypertension is the main triggering factor for the occurrence of strokes, both hemorrhagic and ischemic strokes, one way is to provide non-pharmacological therapy with dhikr relaxation (remembrance of Allah). *Objective:* to find out the application of dhikr therapy to reduce blood pressure in acute stroke patients at HCU Neuro Angrek 2 RSUD Dr. Moewardi Surakarta. *Method:* the application of this journal uses a descriptive method with a case study approach to 2 respondents according to the inclusion and exclusion criteria, the independent variable of the research is dhikr therapy, namely therapy that is carried out by reminding respondents to Allah SWT through recordings of reading recitation sentences, by adjusting the position of the respondent first first, namely supine position with head elevation of 30°, then listen to the recorded dhikr sentences using hands-free to the respondent 3 times a day for 10 minutes for 3 days. *Results:* Based on the results of the application that has been carried out, there is a decrease in blood pressure before and after the dhikr relaxation therapy is performed. *Conclusion:* There is a decrease in blood pressure before and after the application of dhikr from first degree hypertension to prehypertension.

Keywords: Acute Stroke, Hypertension, Dhikr Therapy

Abstrak. Latar Belakang : Pasien Stroke akut hampir 70-94% mengalami kenaikan tekanan darah (hipertensi). Hipertensi merupakan faktor pencetus utama terjadinya kejadian stroke, baik stroke hemoragik ataupun iskemik salah satu cara yaitu memberikan terapi non farmakologis dengan relaksasi dzikir (mengingat Allah). Tujuan : mengetahui penerapan terapi dzikir untuk menurunkan tekanan darah pada pasien stroke akut di HCU Neuro Angrek 2 RSUD Dr. Moewardi Surakarta. Metode : penerapan jurnal ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus kepada 2 responden sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi, variabel independent penelitian adalah terapi zikir yaitu terapi yang dilakukan dengan mengingatkan responden kepada Allah SWT melalui rekaman bacaan kalimat zikir, dengan cara mengatur posisi responden terlebih dahulu, yaitu posisi terlentang dengan elevasi kepala 30°, kemudian mendengarkan rekaman kalimat zikir dengan menggunakan handsfree kepada responden setiap hari 3 kali dengan waktu 10 menit selama 3 hari. Hasil : Berdasarkan hasil penerapan yang sudah dilakukan, terdapat penurunan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan terapi relaksasi dzikir. Kesimpulan : Terdapat penurunan tekanan darah sebelum dan setelah dilakukan penerapan dzikir dari hipertensi derajat satu menjadi prahipertensi.

Kata Kunci : Stroke Akut, Hipertensi, Terapi Dzikir

LATAR BELAKANG

Stroke adalah gangguan saraf permanen akibat terganggunya peredaran darah ke otak yang terjadi secara tiba-tiba, progresif, dan cepat, yang dapat menyebabkan kerusakan di otak dan menyebabkan rasa sakit yang panjang bagi orang yang mengidapnya yaitu paralisis, sehingga menimbulkan penderita stroke mengalami keterbatasan dalam melakukan aktifitas kesehariannya (Mahdiatur Rasyida *et al.*, 2023). Stroke juga dikatakan sebagai gangguan fungsi syaraf akut yang disebabkan karena gangguan peredaran darah otak secara mendadak

Received Juni 20, 2023; Revised Juli 21, 2023; Acapted: Agustus 18, 2023

* Faridha Sholikhah Ahyari, faridhasholikhaha@gmail.com

(dalam hitungan detik) atau secara cepat (dalam hitungan jam) timbul gejala dan tanda yang sesuai dengan daerah fokal yang terganggu (Puspitasari, 2020).

Menurut *American Heart Association* (AHA) 2021 secara global prevalensi stroke pada tahun 2019 adalah 101,5 juta orang, stroke non hemoragik sekitar 77,2 juta, perdarahan intraserebral 20,7 juta, dan perdarahan subarachnoid 8,4 juta, dengan total 6,6 juta kematian akibat penyakit serebrovaskular di seluruh dunia. Diperkirakan sekitar 80% kasus stroke di dunia disebabkan oleh stroke non hemoragik / stroke iskemik (*American Heart Association.*, 2021).

Setiap tahunnya di dunia, terdapat sekitar 795.000 kasus stroke, baik itu kasus baru maupun rekuren. 610.000 di antaranya merupakan suatu kasus yang baru, dan 185.000 adalah kasus rekuren. Setiap 40 detik, seseorang di Amerika Serikat terkena serangan stroke, dan setiap 4 menit seseorang di Amerika meninggal akibat stroke. Sebanyak 87% kasus stroke yang terjadi merupakan stroke iskemik, dimana terjadi penyumbatan aliran darah menuju ke otak. Penderita stroke iskemik memiliki risiko kematian sekitar 20%. Angka kelangsungan hidup setelah stroke iskemik pertama sekitar 65% pada tahun pertama, sekitar 50% pada tahun kelima, 30% pada tahun ke delapan, dan 25% pada tahun ke sepuluh (Wicaksana *et al.*, 2017).

Hipertensi merupakan salah satu penyakit paling mematikan di dunia yang dapat menyerang siapa saja baik muda maupun tua (Musa, 2022). Diperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi, sebagian besar (dua pertiga) tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Hasil Riskesdas menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi pada penduduk usia ≥ 18 tahun di Indonesia sebanyak 658.201 kasus (Kemenkes, 2019). Sedangkan penyandang hipertensi di Indonesia yang terdiagnosa di fasilitas kesehatan mencapai 185.857 kasus. Indonesia menempati peringkat ke-7 di Asia pada usia ≥ 18 tahun sebesar 34,1% dengan jumlah terbanyak berada di Kalimantan Selatan sebesar 44,1%. dan untuk prevalensi di provinsi Sulawesi Selatan pada tahun 2016 hipertensi mencapai 554 jiwa (Zainuddin *et al.*, 2018).

Laporan Dinas Kesehatan Jawa Tengah tertera bahwa prevalensi stroke non hemoragik di Jawa Tengah tahun 2018 sebanyak 18.284 kasus yakni mengalami kenaikan sebesar 0,05% lebih tinggi dibandingkan pada tahun 2017. Sementara di Semarang prevalensi kasus baru stroke non hemoragik pada tahun 2018 sebanyak 800 kasus (Dinas Kesehatan Kabupaten Semarang, 2018). Berdasarkan data yang tercatat di *medical report* RSUD Dr. Moewardi Surakarta, prevalensi rawat inap jumlah kasus stroke Non Hemoragik tahun 2019 sebanyak 545 kasus, tahun 2020 sebanyak 584 kasus, tahun 2021 sebanyak 595 kasus, dan pada tahun

2022 bulan Januari sampai bulan Mei sebanyak 277 dan pada 1 Januari 2023 sampai 26 Juni 2023 sebanyak 745 kasus.

Hipertensi merupakan faktor pencetus utama terjadinya kejadian stroke, baik stroke hemoragik ataupun iskemik. Hipertensi menyebabkan peningkatan tekanan darah perifer sehingga menyebabkan sistem hemodinamik yang buruk dan terjadilah penebalan pembuluh darah serta hipertrofi dari otot jantung. Hal ini dapat diperburuk dengan kebiasaan merokok dan mengonsumsi makanan tinggi lemak serta garam oleh pasien yang mana dapat menimbulkan plak aterosklerosis, hipertensi yang menimbulkan plak aterosklerosis secara terus menerus akan memicu timbulnya stroke (Puspitasari, 2020). Bila tekanan darah meningkat cukup tinggi selama berbulan-bulan atau bertahun-tahun, akan menyebabkan hialinisasi pada lapisan otot pembuluh darah serebral. Akibatnya, diameter lumen pembuluh darah tersebut akan menjadi tetap. Hal ini berbahaya karena pembuluh serebral tidak dapat berdilatasi atau berkonstriksi dengan leluasa untuk mengatasi fluktuasi dari tekanan darah sistemik. Bila terjadi kenaikan tekanan darah sistemik maka tekanan perfusi pada dinding kapiler menjadi tinggi. Akibatnya, terjadi hiperemia, edema, dan kemungkinan perdarahan pada otak (Puspitasari, 2020).

Penatalaksanaan hipertensi ada 2 cara yaitu pengobatan farmakologi dan terapi non farmakologi salah satunya dengan terapi Dzikir. Terapi relaksasi dzikir akan membantu tubuh untuk membawa perintah melalui autosugesti untuk rileks sehingga dapat mengendalikan tekanan darah dan menurunkan tekanan darah. Tubuh merasakan hangat, merupakan akibat dari arteri perifer yang mengalami vasodilatasi, sedangkan ketegangan otot tubuh yang menurun mengakibatkan munculnya sensasi ringan. Perubahan-perubahan yang terjadi selama maupun setelah relaksasi mempengaruhi kerja saraf otonom (Aini, 2020). Secara fisiologis, terapi spiritual dengan berdzikir atau mengingat asma Allah akan menyebabkan otak bekerja. Ketika otak mendapat rangsangan dari luar, maka otak akan memproduksi zat kimia yang akan memberi rasa nyaman yaitu neuropeptida. Setelah otak memproduksi zat tersebut, maka zat ini akan menyangkut dan diserap didalam tubuh yang kemudian akan memberi umpan balik berupa kenikmatan atau kenyamanan (Fadli *et al.*, 2019).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Hendri Budi, 2021) dengan hasil penelitian yaitu terapi zikir dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik pasien stroke akut. Penelitian lain juga dilakukan oleh (Setyaningrum *et al.*, 2018) dengan judul penelitiannya yaitu “Efektivitas Progressive Muscle Relaxation Dengan Zikir Terhadap Penurunan Tekanan Darah Dan Penurunan Tingkat Stres Pada Penderita Hipertensi” dengan hasil yaitu Terdapat

perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol terhadap penurunan tekanan darah sistol.

Berdasarkan studi pendahuluan melalui rekam medis di RSUD Dr. Moewardi Surakarta, ditemukan bahwa kasus stroke mengalami peningkatan di setiap tahunnya sehingga penulis tertarik melakukan penelitian di RSUD Dr. Moewardi Surakarta. Oleh karena itu, penulis menyusun karya tulis ilmiah yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh dzikir terhadap penurunan tekanan darah pada pasien stroke akut di RSUD Dr. Moewardi Surakarta yang berjudul “Penerapan Terapi Dzikir Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Stroke Akut Di Hcu Neuro Anggrek 2 Rsud Dr.Moewardi Surakarta “

KAJIAN TEORI

Menurut definisi Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), stroke adalah disfungsi otak yang terjadi secara tiba-tiba akibat sirkulasi darah otak yang tidak normal, disertai gejala dan tanda klinis fokal dan sistemik, berlangsung selama lebih dari 24 jam atau dapat mengakibatkan kematian. Orang berusia di atas 40 tahun. Semakin tua semakin tua, semakin besar risiko terkena stroke (Razdiq & Imran, 2020).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu peningkatan tekanan darah di dalam arteri. Dimana Hiper yang artinya berebihan, dan Tensi yang artinya tekanan/tegangan, jadi hipertensi merupakan gangguan pada sistem peredaran darah yang menyebabkan kenaikan tekanan darah diatas nilai normal (Djafar, 2021). Hipertensi adalah tekanan darah sistolik \geq 140 mmHg dan tekanan darah diastolik \geq 90 mmHg, atau bila pasien memakai obat anti hipertensi (Irianti *et al.*, 2021).

Dzikir berasal dari bahasa Arab, yaitu asal kata dari dzakara, yadzkuuru, dzikran yang mempunyai arti sebut dan ingat. Menurut Alquran dan Sunnah, dzikir diartikan sebagai segala macam bentuk mengingat Allah, menyebut nama Allah, baik dengan cara membaca tahlil, tasbih, tahmid, taqdis, takbir, tasmiyah, hasbalah, asmaul husna, maupun membaca doa-doa yang mat'sur dari Rasulullah SAW. Sedangkan terapi berkaitan dengan serangkaian upaya yang dirancang untuk membantu atau menolong orang. Jadi, terapi dzikir adalah serangkaian upaya yang dirancang untuk membantu atau menolong orang dengan cara mengingat Allah SWT atau menyebut nama Allah SWT (Setiyani, 2018).

Terapi dzikir menghasilkan semangat tubuh yang tenang untuk mempromosikan harmonisasi optimal, yang meningkatkan status kesehatan psikologis, sosial, spiritual, dan fisik. Terapi zikir dilakukan selama 20 hingga 30 menit sehari, dengan melakukan zikir dapat menenangkan hati dari semua sikap dan emosi negatif, memperoleh kebebasan dari stres,

kecemasan, keputusan, dan depresi duniawi, dan menjadi sangat fokus serta ambisius. Selain itu, zikir dapat meningkatkan kekuatan spiritual dan vitalitas, menghirup semangat kehidupan ke dalam hati (Sayed, 2018).

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan menggunakan metode studi kasus. Studi kasus adalah penelitian yang dilakukan dengan meneliti suatu permasalahan melalui suatu kasus yang terdiri dari unit tunggal. Studi kasus ini bertujuan untuk menganalisis intervensi keperawatan yang telah dilakukan yaitu terapi dzikir untuk menurunkan tekanan darah pada pasien stroke akut di HCU Neuro Anggrek 2 RSUD DR Moewardi Surakarta. Pasien yang dilakukan penerapan yang memiliki tekanan darah diatas 140-160 mmHg. dengan cara mengatur posisi responden terlebih dahulu, yaitu posisi terlentang dengan elevasi kepala 30°, kemudian mendengarkan rekaman kalimat zikir dengan menggunakan handsfree kepada responden selama 10 menit. Rekaman kalimat zikir yaitu (10X) Astaghfirullaahal'azhiim (10X). La ilaaha illallaahu (لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ) wahdaahu laasyariikalah, lahul mulku walahul hamdu wahuwa 'alaa kullisyain qadiir (10x), terapi dzikir dilakukan setiap hari selama 3 hari.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil tekanan darah sebelum dilakukan penerapan Terapi Dzikir pada Pasien Stroke Akut di HCU Neuro Anggrek 2 Dr. Moewardi Surakarta.

Tabel 1. Tekanan darah sebelum dilakukan penerapan Terapi Dzikir pada Pasien Stroke Akut

No	Nama	Tekanan darah	Kategori
	Ny. Sm	150/90 mmHg	Hipertensi derajat 1
	Ny. Sl	156/116 mmHg	Hipertensi derajat 1

Berdasarkan tabel 1 hasil tekanan darah sebelum dilakukan penerapan terapi dzikir menunjukkan bahwa pada Ny.Sm sebesar 150/90 mmHg sedangkan pada Ny.Sl tekanan darah sebesar 156/116 mmHg. Tekanan kedua responden termasuk kategori hipertensi derajat 1.

b. Hasil Tekanan darah setelah dilakukan penerapan Terapi Dzikir pada Pasien Stroke Akut di HCU Neuro Anggrek 2 Dr. Moewardi Surakarta.

Tabel 2. Tekanan darah setelah dilakukan penerapan Terapi Dzikir pada Pasien Stroke Akut

No	Nama	Tekanan darah	Kategori
1.	Ny. Sm	135/87	Prahipertensi

2.	Ny. Sl	138/99	Prahipertensi
----	--------	--------	---------------

Berdasarkan tabel 2 hasil tekanan darah setelah dilakukan penerapan terapi dzikir menunjukkan bahwa pada Ny. Sm sebesar 135/87 mmHg sedangkan pada Ny. Sl tekanan darah sebesar 138/99 mmHg. Tekanan kedua responden termasuk kategori prahipertensi.

c. Hasil perkembangan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan penerapan Terapi Dzikir.

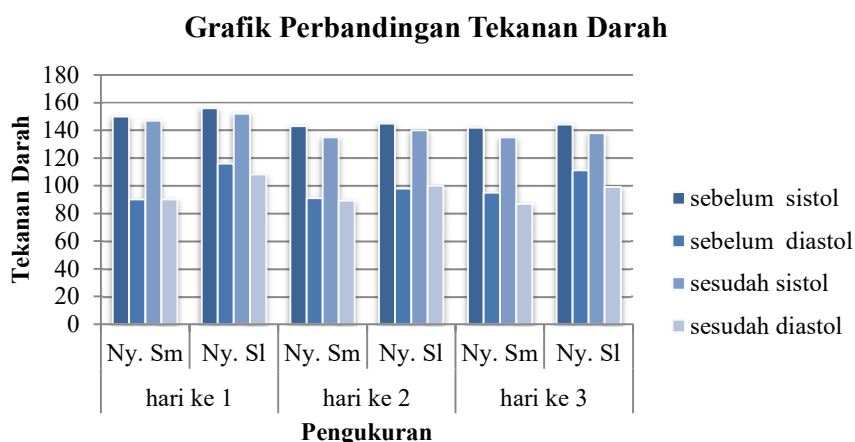
Tabel 2. Perkembangan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan penerapan Terapi Dzikir

No	Nama	Tekanan darah	Kategori	Tekanan darah	Kategori
1.	Ny. Sm	150/90	Hipertensi derajat 1	147/90	Hipertensi derajat 1
	Ny. Sl	156/116	Hipertensi derajat 1	152/108	Hipertensi derajat 1
2.	Ny. Sm	143/91	Hipertensi derajat 1	135/89	Hipertensi derajat 1
	Ny. Sl	145/98	Hipertensi derajat 1	140/100	Hipertensi derajat 1
3.	Ny. Sm	142/95	Hipertensi derajat 1	135/87	Prahipertensi
	Ny. Sl	144/111	Hipertensi derajat 1	138/99	Prahipertensi

Berdasarkan tabel 3 tekanan darah pada hari ke-1 sebelum intervensi sebesar 150/90 mmHg pada Ny. Sm dan 156/116 mmHg pada Ny. Sl. Setelah dilakukan intervensi terjadi penurunan tekanan darah pada kedua responden menjadi 147/90 mmHg Ny. Sm dan 152/108 mmHg pada Ny. Sl. Pada hari ke-2 sebelum intervensi sebesar 143/91 mmHg pada Ny. Sm dan 145/98 mmHg pada Ny. Sl. Setelah dilakukan intervensi terjadi penurunan tekanan darah pada kedua responden menjadi 135/89 mmHg Ny. Sm dan 140/100 mmHg pada Ny. Sl. Pada hari ke-3 sebelum intervensi sebesar 142/95 mmHg pada Ny. Sm dan 144/111 mmHg pada Ny. Sl. Setelah dilakukan intervensi terjadi penurunan tekanan darah pada kedua responden menjadi 135/87 mmHg Ny. Sm dan 138/99 mmHg pada Ny. Sl.

d. Perbandingan hasil akhir tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan penerapan Terapi Dzikir

Gambar 1. Grafik perbandingan hasil akhir tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan penerapan Terapi Dzikir



Berdasarkan grafik 1 hasil akhir sebelum penerapan terapi dzikir didapatkan hasil tekanan darah sebesar 150/90 mmHg pada Ny. Sm dan 156/116 mmHg pada Ny.Sl termasuk kedalam kategori hipertensi derajat 1 sedangkan setelah intervensi selama 3 hari didapatkan hasil tekanan darah sebesar 135/87 mmHg pada Ny. Sm dan 138/99 mmHg pada Ny.Sl termasuk kedalam kategori prehipertensi. Dari grafik diatas dapat dilihat jika tekanan darah pada kedua responden mengalami penurunan.

PEMBAHASAN

1. Tekanan darah sebelum dilakukan penerapan Terapi Dzikir pada pasien stroke akut di HCU Neuro Anggrek 2 Dr. Moewardi Surakarta

Berdasarkan tabel 1 hasil tekanan darah sebelum dilakukan penerapan terapi dzikir menunjukkan bahwa pada Ny. Sm sebesar 150/90 mmHg sedangkan pada Ny. Sl tekanan darah sebesar 156/116 mmHg. Tekanan kedua responden termasuk kategori hipertensi derajat 1.

Hipertensi dapat disebabkan oleh berbagai hal antara lain usia, keturunan, jenis kelamin, pola makan, minuman beralkohol, stress, gaya hidup, makan makanan cepat saji, berlemak, makanan asin dan malas berolahraga (Faradilah & Saktiwiroto, 2022).

Penelitian yang dilakukan (Hendri Budi, 2021) menyebutkan bahwa nilai rata – rata tekanan darah sistolik responden sebelum mendapatkan perlakuan baik pada kelompok intervensi adalah 226 dengan standar deviasi 6,81, nilai minimum sebesar 220 dan nilai maksimum sebesar 240. Pada kelompok kontrol sebesar 226 dengan standar deviasi 8,13, nilai

minimum sebesar 22 dan nilai maksimum sebesar 240. Pasien stroke iskemik akut mengalami peningkatan tekanan darah disebabkan oleh respon tubuh autoregulasi.

Hipertensi atau penyakit tekanan darah tinggi adalah suatu penyakit pembuluh darah yang menyebabkan jaringan tubuh membutuhkan oksigen dan nutrisi terhambat oleh aliran oksigen yang dibawa oleh darah (Faradilah & Saktiwiroto, 2022). Hipertensi selain disebabkan karena gaya hidup juga disebabkan karena adanya perubahan-perubahan secara biologis yang mungkin berperan pada terjadinya peningkatan tekanan darah adalah adanya perubahan curah jantung, tahanan perifer yang meningkat, aliran darah yang menurun (Aini, 2020).

Menurut Muflihatin & Setiawan (2023) menunjukkan terjadinya hipertensi akan menyebabkan kerusakan vaskuler pada pembuluh perifer. Perubahan yang terjadi pada arteriola menyebabkan penyumbatan pembuluh darah sehingga mengakibatkan terganggunya aliran darah. Ketika hal itu terjadi maka suplai oksigen ke otak akan menurun dan terjadinya peningkatan karbondioksida. Lalu akan ada metabolisme anaerob di dalam tubuh yang kemudian asam laktat akan meningkat dan menstimulasi saraf yang mengatur nyeri pada otak karena adanya vasokonstriksi pada pembuluh darah cerebral.

Teori tersebut menunjukkan kesesuaian dengan kondisi pasien yang mengalami stroke dan terjadi peningkatan tekanan darah. Pada kedua responden terjadi penyumbatan pada otak sehingga tekanan darah pada kedua responden tinggi.

2. Tekanan darah setelah dilakukan penerapan Terapi Dzikir pada pasien stroke akut di HCU Neuro Anggrek 2 Dr. Moewardi Surakarta.

Berdasarkan tabel 2 hasil tekanan darah setelah dilakukan penerapan terapi dzikir menunjukkan bahwa pada Ny. Sm sebesar 135/87 mmHg sedangkan pada Ny. Sl tekanan darah sebesar 138/99 mmHg. Tekanan kedua responden termasuk kategori prahipertensi. Dilihat dari kedua responden yang memiliki tekanan darah tinggi akibat adanya penyumbatan pada otak dan penderita stroke. Terapi zikir merupakan suatu perbuatan, mengingat atau menyebut, mengerti, menjaga dalam bentuk ucapan lisan, gerakan lisan, gerakan hati atau gerakan anggota badan yang mengandung arti pujian, rasa syukur dan doa dengan cara-cara yang diajarkan oleh Allah dan RasulNya, agar hati dan pikiran lebih tenang, nyaman dan rileks serta memberi perasaan dekat dengan Allah (Khumairo *et al.*, 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh Budi & Herwati Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai rata – rata tekanan darah sistolik responden sesudah mendapatkan perlakuan pada kelompok intervensi adalah 196 dengan standar deviasi 6,81, nilai minimum sebesar 190 dan nilai maksimum sebesar 210. Nilai rata-rata pada kelompok kontrol adalah 206 dengan standar

deviasi 8,21. Nilai minimum sebesar 200 dan nilai maksimum sebesar 220. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tekanan darah sistolik pasien stroke akut dapat diturunkan dengan intervensi yang dilakukan yaitu dengan terapi zikir, dimana terapi zikir ini merupakan salah satu terapi relaksasi yang menyebabkan penurunan tekanan darah.

Pemberian terapi meditasi dzikir dapat memberikan kondisi rileks sehingga sistem tubuh akan akan berkerja dengan baik dan hipotalamus akan menyesuaikan terjadinya penurunan sistem syaraf simpatis sehingga stress psikologis akan berkurang dan dapat membantu menurunkan tekanan darah (Faradilah & Saktiwiroto, 2022)

3. Perkembangan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan penerapan Terapi Dzikir pada pasien stroke akut di HCU Neuro Anggrek 2 Dr. Moewardi Surakarta.

Berdasarkan tabel 3 penerapan terapi dzikir yang dilakukan selama 3 hari berturut-turut didapatkan hasil adanya penurunan tekanan darah pada kedua responden. Penurunan tekanan darah pada kedua responden berbeda tiap harinya. Tekanan darah pada kedua responden tidak stabil hal ini dapat terjadi karena usia responden yang sudah lebih dari 60 tahun dan penderita stroke.

Gangguan aliran darah ke otak merupakan masalah yang paling serius, dan bahkan bisa berakibat fatal. Aliran darah yang mengalir ke otak pada dasarnya memasok nutrisi dan oksigen ke sel-sel otak. Gangguan aliran darah ke otak akan menyebabkan berkurangnya pasokan oksigen ke otak. Oksigen yang terputus selama delapan sampai sepuluh detik akan menyebabkan gangguan fungsi otak dan merusak sel-sel otak. Stroke memang bukanlah penyakit yang disebabkan oleh infeksi atau virus, dan juga tidak disebabkan oleh bibit penyakit oleh sebab itu stroke tidak dapat ditularkan (Khumairo *et al.*, 2022).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Aini & Astuti (2020) dengan menggunakan Paired T- test didapatkan nilai ρ value sistolik = 0.001 dan ρ value diastolik = 0.004 dengan nilai α 0,05 karena $\rho < \alpha$ 0,05 maka dapat disimpulkan ada perbedaan antara tekanan darah sebelum dan setelah pemberian terapi relaksasi dzikir, maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian terapi relaksasi dzikir terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. Terapi relaksasi dzikir melibatkan berbagai daerah didalam tubuh (lengan dan kaki) efeknya menjadi hangat dan berat. Sensasi hangat dan berat ini disebabkan oleh peralihan aliran darah pusat tubuh ke daerah tubuh yang diinginkan. Tubuh merasakan hangat merupakan akibat dari arteri perifer yang mengalami vasodilatasi pembuluh darah yang dapat menurunkan tekanan darah.

Mekanisme penurunan tekanan darah dengan Dzikir menurut Budi & Herwati (2020) yaitu dengan melakukan terapi zikir, maka tubuh pasien bisa mengalami relaksasi yang

menurunkan stress, tubuh menjadi rileks, menurunkan denyut dan pompa jantung sehingga dapat menurunkan tekanan darah. Zikir merupakan pengembangan dari respon relaksasi dengan irama yang teratur disertai sikap pasrah kepada Tuhan Zikir memiliki daya relaksasi yang dapat mengurangi ketegangan (stres) dan mendatangkan ketenangan jiwa. Setiap bacaan zikir mengandung makna yang sangat dalam yang dapat mencegah timbulnya stres.

Selanjutnya dengan terapi zikir yang dilakukan oleh pasien, maka pasien stroke akut hatinya akan menjadi tentram, tenang dan damai sehingga tubuh akan menghasilkan hormon endorfin. Hormon ini menimbulkan relaksasi dan menyebabkan tekanan darah menurun. Hormon endorfin mampu memacu sistem saraf parasimpatis yang mempunyai efek berlawanan dengan sistem saraf simpatis sehingga menyebabkan terjadinya keseimbangan pada kedua saraf autonom tersebut sehingga timbullah respon relaksasi sehingga tekanan darah pasien stroke akut menurun.

4. Perbandingan hasil akhir tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan penerapan Terapi Dzikir pada pasien stroke akut di HCU Neuro Anggrek 2 Dr. Moewardi Surakarta antara 2 responden.

Berdasarkan grafik 1 hasil akhir sebelum penerapan terapi dzikir didapatkan hasil tekanan darah sebesar 150/90 mmHg pada Ny. Sm dan 156/116 mmHg pada Ny.Sl termasuk kedalam kategori hipertensi derajat 1 sedangkan setelah intervensi selama 3 hari didapatkan hasil tekanan darah sebesar 135/87 mmHg pada Ny. Sm dan 138/99 mmHg pada Ny.Sl termasuk kedalam kategori prehipertensi. Penerapan yang dilakukan selama 3 hari berturut-turut menunjukkan adanya penurunan tekanan darah pada kedua responden. Dimana penurunan tekanan darah pada Ny. Sl lebih banyak dibandingkan Ny. Sm dengan perbandingan sistolik 15 mmHg pada Ny. Sm dan 18 mmHg pada Ny.Sl. diastolik 3 mmHg pada Ny. Sm dan 17 mmHg pada Ny. Sl. Hal ini dapat dipengaruhi karena faktor usia, aktivitas fisik dan pola makan.

Penurunan tekanan darah pada Ny. Sm lebih sedikit dikarenakan kondisi pasien yang mengalami faktor usia dan pola makan. Pada Ny. Sm juga terdapat keluhan tidak bisa tidur saat malam hari sehingga tekanan darah saat pagi hari tinggi serta memiliki riwayat hipertensi sejak 10 tahun yang lalu. Kondisi tekanan darah systole dan diastole yang cenderung tinggi dalam waktu yang lama mampu menyebabkan pembentukan hialin pada lapisan intima pembuluh darah serebral. Hal ini menyebabkan diameter pembuluh darah menjadi statis, tidak memiliki kemampuan untuk berdilatasi ataupun berkonstriksi sesuai dengan tekanan darah sistemik. Dalam kondisi meningkatnya tekanan darah akan mempengaruhi tekanan pada dinding kapiler

akan menjadi lebih tinggi. Kondisi seperti ini dapat mengakibatkan terjadinya hiperemia, edema serebral dan perdarahan pada otak (Puspitasari, 2020)

Usia merupakan salah satu faktor risiko yang tidak dapat diubah, semakin bertambahnya usia, elastisitas pembuluh darah juga mengalami penurunan fungsi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Suwaryo, seluruh responden dalam penelitiannya berada pada rentang usia 50 tahun ke atas. Walau tidak menutup kemungkinan kejadian stroke juga dapat terjadi pada usia muda. Pada penelitian ini terdapat 1 responden (1,5%) dalam rentang usia 17-25 tahun (Suwaryo *et al.*, 2019).

Pembuluh darah menjadi tidak elastis terutama bagian endotel yang mengalami penebalan pada bagian intima, sehingga mengakibatkan lumen pembuluh darah semakin sempit dan berdampak pada penurunan aliran darah otak (Nabila, 2020)

KESIMPULAN SARAN

Hasil penerapan terapi dzikir pada kedua responden untuk menurunkan tekanan darah dengan 2 responden dengan kategori hipertensi derajat satu setelah dilakukan penerapan terapi dzikir pada kedua responden termasuk kategori prahipertensi. Adanya perbedaan penurunan tekanan darah pada kedua responden setelah dilakukan terapi dzikir selama tiga hari berturut-turut dimana penurunan tekanan darah pada Ny. Sl lebih cepat dibandingkan dengan Ny. Sm. Hal ini dipengaruhi oleh aktivitas fisik pada kedua responden. Saran untuk selanjutnya terapi ini dapat digunakan sebagai informasi, referensi dalam mengevaluasi cakupan program bagi petugas kesehatan, sehingga diharapkan untuk dapat meningkatkan upaya promosi kesehatan secara berkesinambungan khususnya kepada penderita hipertensi

DAFTAR REFERENSI

- Aini, L. (2020). Pengaruh Terapi Relaksasi Dzikir Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Kesehatan : Jurnal Ilmiah Multi Sciences*, 10(01), 38–45. <https://doi.org/10.52395/jkjims.v10i01.304>
- American Heart Association., A. H. (2021). *Heart Disease & Stroke Statistical Update Fact Sheet Global Burden of Disease High Blood Cholesterol and Other Lipids*.
- Djafar, M. &. (2021). *Promosi Kesehatan: Penyebab Terjadinya Hipertensi*.
- Fadli, F., Resky, R.,& Sastria, A. (2019). Pengaruh Terapi Dzikir terhadap Intensitas Nyeri pada Pasien Gastritis. *Jurnal Kesehatan*, 10(2), 169. <https://doi.org/10.26630/jk.v10i2.1192>
- Faradilah, N., & Saktiwiroto, T. (2022). *The Application of Dhikr Meditation Therapy for Lowering Blood Pressure in Hypertensive Patients Penerapan Terapi Meditasi Dzikir Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi*. 658–664.

- Hendri Budi, H. (2021). *Pengaruh zikir terhadap penurunan tekanan darah pada pasien*. 16(1), 151–161.
- Irianti, C.H., Antara, A. N., & Jati, M. A. S. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Hipertensi dengan Tindakan Pencegahan Hipertensi di BPSTW Budi Luhur Bantul. *Jurnal Riset Daerah*, 21(3). <https://ojs.bantulkab.go.id/index.php/jrd/article/view/56>
- Kemendes. (2019). *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*.
- Khumairo, A., Azizah, N., & Stroke, P. (2022). *Efek Terapi Zikir Pada Pasien Stroke Di Rumah Sakit Islam Metro*. 01, 59–70.
- Mahdiatur Rasyida, Z., Elsa Silviani, N., Mildawati, R., & Retno Puspitosari, D. (2023). Dukungan Psikososial Terhadap Beban Keluarga Pengasuh Pasien Stroke. *JURNAL PIKes Penelitian Ilmu Kesehatan*, 4(1), 26–34.
- Musa, E. C. (2022). Status Gizi Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kinilow Tomohon. *Sam Ratulangi Journal of Public Health*, 2(2), 060. <https://doi.org/10.35801/srjoph.v2i2.38641>
- Nabila, S. N. (2020). Perbedaan Status Gizi Pasien Stroke Iskemik dan Stroke Hemoragik di RSUP Fatmawati Tahun 2018. *Seminar Nasional Kedokteran*, 86–92.
- Puspitasari, P. N. (2020). Hubungan Hipertensi Terhadap Kejadian Stroke. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(2), 922–926. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v12i2.435>
- Razdiq, Z. M., & Imran, Y. (2020). Hubungan antara tekanan darah dengan keparahan stroke menggunakan National Institute Health Stroke Scale. *Jurnal Biomedika Dan Kesehatan*, 3(1), 15–20. <https://doi.org/10.18051/jbiomedkes.2020.v3.15-20>
- Sayed, S. A. El. (2018). *Effect Meditation And Jow Relaxation On Postoperative Pain. Anxiety And Physiologic Of Patients Undergoing*.
- Semarang, D. K. K. (2018). *Data Prevalensi Stroke Di Semarang*.
- Setiyani, N. F. (2018). *Pengaruh Relaksasi Dzikir Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Lansia Hipertensi*.
- Setyaningrum, N., Badi'ah, A., & Badi'ah, A. (2018). Efektivitas progressive muscle relaxation dengan zikir terhadap penurunan tekanan darah dan penurunan tingkat stres pada penderita hipertensi. *Medisains*, 16(1), 8. <https://doi.org/10.30595/medisains.v16i1.1400>
- Suwaryo, P. A. W., Widodo, W. T., & Setianingsih, E. (2019). The Risk Factors That Influence the Incidence of Stroke. *LPPM Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kendal*, 11(4), 251–260.
- Wicaksana, I., Wati, A., & Muhartomo, H. (2017). Perbedaan Jenis Kelamin Sebagai Faktor Risiko Terhadap Keluaran Klinis Pasien Stroke Iskemik. *Diponegoro Medical Journal*, 6(2), 655–662.
- Zainuddin, R., Aliwu, A. F., Rachmawaty, R., & Syam, Y. (2018). Efektivitas Progressive Muscle Relaxation terhadap Tekanan Darah pada Penyakit Hipertensi. *Strada Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 7(2), 42–46. <https://doi.org/10.30994/sjik.v7i2.169>