PENGARUH INTERVENSI REIKI TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS MEGANG KOTA LUBUK LINGGAU

Nadi Aprilyadi¹, Zuraidah²

^{1,2}. Program Studi Ilmu Keperawatan, Politeknik Kesehatan Palembang

E-mail: apriyadi@gmail.com

Abstrak

Prevelensi hipertensi nasional berdasarkan Riskesdas 2018 sebesar 34,11%, tertinggi mengalami hipertensi di Kalimantan selatan (44,13%) sedangkan terendah di Papua (22,22%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar penderita hipertensi tidak menyadari menderita hipertensi ataupun mendapatkan pengobatan (Kemenkes, 2018). Penyakit hipertensi yang tidak terkontrol dapat menyebabkan kematian karena penyakit stroke dan penyakit jantung. Tekanan darah pada penderita hipertensi dapat dikontrol dengan pengobatan farmakologis dan pengobatan non farmakologis, salah satu pengobatan non farmakologis yaitu dengan latihan Reiki. Tujuan penulis melakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh intervensi reiki terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Megang Kota Lubuk Linggau tahun 2019. Metode : penelitian ini adalah *Quasi-experiment design* dengan jenis *one group pre test* dan *post test design*. Teknik sampling menggunakan *consecutive sampling*. Sampel penelitian berjumlah 66 responden penderita hipertensi di Puskesmas Megang Kota Lubuklinggau. Hasil Penelitian Univariat diketahui distribusi frekuensi umur penderita hipertensi paling banyak pada umur 45-59 tahun sebanyak 39 responden (59.1%). Distribusi frekuensi jenis kelamin penderita hipertensi menunjukkan mayoritas perempuan sebanyak 49 responden (74.2%) dan distribusi frekuensi penurunan tekanan darah pasien hipertensi sebelum dan sesudah intervensi reiki yang tekanan darahnya turun setelah diberikan intervensi reiki sebanyak 62 responden (93.2%). dengan menggunakan uji *paired t test* diketahui nilai rerata sebelum dan setelah terapi komplementer Reiki dengan *p value*. 0,00 dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh signifikan terapi komplementer Reiki terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. Kepada Puskesmas Megang agar tetap melanjutkan pengawasan dan meneruskan terapi Reiki untuk penderita hipertensi

Kata kunci: Tekanan Darah, Reiki, Hipertensi

Abstract

The prevalence of national hypertension based on Riskesdas 2018 is 34.11%, the highest is hypertension in South Kalimantan (44.13%) While the lowest is in Papua (22.22%). This shows that most hypertension sufferers are not aware of suffering from hypertension or getting treatment (Ministry of Health, 2018). Uncontrolled hypertension can cause death due to stroke and heart disease. Blood pressure in patients with hypertension can be controlled with pharmacological treatment and non-pharmacological treatment, one of the non-pharmacological treatments is Reiki training. The aim of the authors in conducting this research was to determine the effect of Reiki intervention on Blood Pressure in Patients with Hypertension in Megang Public Health Center in Lubuk Linggau in 2019. Method: This study was a quasi-experimental design with one group Pretests and posttests design. The sampling technique used consecutive sampling. The research sample of 66 respondents with hypertension in the Megang Public Health Center in Lubuklinggau. The results of Univariate Research revealed that the most frequent age distribution of hypertensive patients at the age of 45-59 years were 39 respondents (59.1%). The distribution of gender frequency of hypertension patients showed that the majority of women were 49 respondents (74.2%) and the frequency distribution of hypertension decreased blood pressure of hypertensive patients before and after Reiki intervention whose blood pressure dropped after being given Reiki interference as many as 62 respondents (93.2%). By using paired t test, the mean value before and after the Reiki complementary therapy with P value is known. 0.00 can be concluded that there is a significant effect of complementary Reiki therapy on reducing blood pressure in people with hypertension. To Megang Puskesmas to continue monitoring and continue Reiki therapy for hypertension sufferers.

Keywords: Blood Pressure, Reiki, Hypertension

Pendahuluan

Prevelensi hipertensi nasional berdasarkan Riskesdas 2018 sebesar 34,11%, tertinggi mengalami hipertensi di kalimantan selatan (44,13%) sedangkan terendah di papua (22,22%). Adapun yang terdiagnosis oleh dokter hanya (8,36) dan yang minum obat antihipertensi (8,84), alasan tidak minum obat sebanyak (11,5) dan yang rutin mengukur tekanan darah ada (12,0) berdasarkan data tersebut dari 34,11% orang yang mengalami hipertensi hanya 1/3 yang terdiagnosis, sisanya 2/3 tidak terdiagnosis dan data menunjukkan 0,7% orang yang terdiagnosis darah tinggi dan minum obat hipertensi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar penderita hipertensi tidak menyadari menderita hipertensi ataupun mendapatkan pengobatan (Kemenkes, 2018).

Prevalensi hipertensi meningkat sejalan dengan perubahan gaya hidup seperti merokok, obesitas, aktivitas fisik, dan stres psikososial. Hipertensi sudah menjadi masalah kesehatan masyarakat (*public health problem*) dan akan menjadi masalah yang lebih besar jika tidak ditanggulangi sejak dini. Pengendalian hipertensi, bahkan di negara maju pun, belum memuaskan. (Depkes RI, 2017)

Hipertensi tidak dapat disembuhkan, dan penderita seumur hidupnya akan terdiagnosa dengan hipertensi, walaupun hipertensi tidak dapat disembuhkan tetapi kejadiannya dapat dikontrol atau dikendalikan dengan manajemen hipertensi yang baik. Tekanan darah yang tidak terkontrol pada hipertensi dapat menimbulkan berbagai macam komplikasi hingga dapat menyebabkan kematian. Secara umum manajemen hipertensi dibagi menjadi dua yaitu manajemen dengan pengobatan secara farmakologis dan nonfarmakologis (Muttaqin, 2009; Udjianti, 2010).

Salah satu teknik nonfarmakologis yang dapat digunakan oleh penderita

hipertensi dalam upaya mengendalikan hipertensinya adalah dengan menggunakan latihan Reiki. Reiki berasal dari praktik spiritual untuk memperbaiki dan menjaga kesehatan, menumbuhkan ketenangan pikiran dan meningkatkan vitalitas dan kesejahteraan diri (Birocco et al., 2012)

Reiki dapat diterapkan pada diri sendiri yang disebut dengan *Self Reiki* yang berguna pada orang yang memiliki masalah kesehatan, orang dengan motivasi rendah atau orang dengan pekerjaan yang penuh dengan stres (Birocco et al., 2012). *Self Reiki* dapat dilakukan untuk merawat diri sendiri dalam hidup sehari-hari. Teknik Reiki dapat membantu memulihkan dan menyeimbangkan energi dalam tubuh, yang kemudian membantu untuk mengendurkan otot merilekskan badan, pikiran dan emosi (Honervogt & Neiman, 2010).

Berdasarkan dari survei awal dan uraian latar belakang diatas peneliti tertarik untuk meneliti "Bagaimanakah pengaruh intervensi Reiki terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Puskesmas Megang Kota Lubuk Linggau tahun 2019"

Metode Penelitian

Desain penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan *Quasi-experiment design* dengan jenis *one group pretest dan posttests design*. Uji *statistic* menggunakan uji *Marginal Homogeneity* hipotesis komparatif kategorik berpasangan prinsip 2X (>2) dengan tingkat kemaknaan $\alpha=0.05$. Populasi dalam penelitian ini adalah semua pasien Hipertensi di Puskesmas Megang yang berjumlah 66 orang.

Hasil Penelitian

1. Distribusi Responden Setelah Diberikan Intervensi Reiki Pada Pertemuan Ke I

Tabel 1
Distribusi Responden Setelah Diberikan Intervensi Reiki
Pada Pertemuan Ke I (n=66)

Tekanan Darah	Frekuensi (<i>f</i>)	Persentase (%)
Turun	62	93.9
Tetap	4	6.1
Total	66	100

Tabel 1 menunjukkan pasien yang tekanan darahnya turun setelah diberikan intervensi reiki sebanyak 62 responden (93.9%). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada perubahan pada tekanan darah pasien penderita hipertensi setelah diberikan intervensi reiki yang rutin kontrol ke Puskesmas Megang Kota Lubuklinggau.

2. Distribusi Responden Setelah Diberikan Intervensi Reiki Pada Pertemuan Ke II

Tabel 2
Distribusi Responden Setelah Diberikan Intervensi Reiki
Pada Pertemuan Ke II (n=66)

Tekanan Darah	Frekuensi (<i>f</i>)	Persentase (%)
Turun	53	80.3
Tetap	13	19.7
Total	66	100

Tabel 2 menunjukkan pasien yang tekanan darahnya turun setelah diberikan intervensi reiki sebanyak 53 responden (80.3%). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada perubahan pada tekanan darah pasien penderita hipertensi setelah diberikan intervensi reiki yang rutin kontrol ke Puskesmas Megang Kota Lubuklinggau setelah diberikan intervensi reiki yang rutin kontrol ke Puskesmas Megang Kota Lubuklinggau.

3. Distribusi Responden Setelah Diberikan Intervensi Reiki Pada Pertemuan Ke III

Tabel 3
Distribusi Responden Setelah Diberikan Intervensi Reiki
Pada Pertemuan Ke III (n = 66)

Tekanan Darah	Frekuensi (<i>f</i>)	Persentase (%)
Turun	58	87.9
Tetap	8	12.1
Total	66	100

Tabel 3 menunjukkan pasien yang tekanan darahnya turun setelah diberikan intervensi reiki sebanyak 58 responden (87.9%). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada perubahan pada tekanan darah pasien penderita hipertensi setelah diberikan intervensi reiki yang rutin kontrol ke Puskesmas Megang Kota Lubuklinggau.

4. Distribusi Responden Setelah Diberikan Intervensi Reiki Pada Pertemuan Ke IV

Tabel 4
 Distribusi Responden Setelah Diberikan Intervensi Reiki
 Pada Pertemuan Ke IV (n=66)

Tekanan Darah	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Turun	58	87.9
Tetap	8	12.1
Total	66	100

Tabel 4 menunjukkan pasien yang tekanan darahnya turun setelah diberikan interensi reiki sebanyak 58 responden (87.9%). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada perubahan pada tekanan darah pasien penderita hipertensi setelah diberikan intervensi reiki yang rutin kontrol ke Puskesmas Megang Kota Lubuklinggau.

5. Hasil Perbedaan Tekanan Darah Sebelum Dan Setelah Diberikan Intervensi Reiki

Tabel 5
 Hasil Perbedaan Tekanan Darah Sebelum Dan Setelah
 Diberikan Intervensi Reiki (n=66)

Variabel		Mean $\pm$ SD	P value	n
Tekanan Darah	Pre	24.848 $\pm$ 14.087	0,000	66
	Post	24.848 $\pm$ 14.087		

Berdasarkan tabel diatas didapatkan Hasil uji statistik dengan uji *paired t test* didapatkan keduanya hasil *p value* 0,000. Berarti Intervensi Reiki berpengaruh dalam menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Puskemas Megang Kota Lubuklinggau Tahun 2019.

Pembahasan

Didapatkan bahwa selisih mean antara *pre* dan *post* Reiki hari pertama 0,7. Hasil uji statistik dengan uji *paired t test* didapatkan keduanya hasil *p value* 0,000. Berarti Intervensi Reiki berpengaruh dalam menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Puskemas Megang Kota Lubuklinggau Tahun 2019.

Proses penuaan dihubungkan juga dengan peningkatan produksi endothelin (ET) yang merupakan vasokonstriktor kuat. Peningkatan endotelin berkontribusi terhadap proses terbentuknya aterosklerosis yang menjadi penyebab dari hipertensi (Heriziana, 2017).

Penurunan kadar estrogen secara tiba-tiba pada perempuan post menopause, menuntun menuju hipertensi. Kekakuan arteri menjadi lebih jelas pada perempuan post menopause dibandingkan laki-laki, dan berkontribusi pada peningkatan tekanan darah (Ghosh et al., 2016).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Salles et all (2014) didapatkan adanya penurunan tekanan darah pada kelompok intervensi maupun placebo dan kontrol. Penurunan tekanan darah lebih signifikan pada kelompok intervensi yang menjalani terapi *Reiki*. Hasil penelitian ini disimpulkan bahwa *Reiki* memiliki efek positif pada penurunan tekanan darah abnormal.

Peneliti menyarankan terapi Reiki untuk menjadi terapi pelengkap untuk tehnik pengontrolan hipertensi.

Dengan adanya perasaan rileks yang mendalam pada tubuh maka hal ini dapat mempengaruhi pembuluh darah untuk menjadi lebih elastis. Selanjutnya sirkulasi darah akan lebih lancar dan tubuh menjadi rileks dan hangat. Selain itu kerja jantung akan terasa lebih ringan, dan juga berpengaruh pada turunnya tekanan darah (Widodo & Purwaningsih, 2013).

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Hubungan Pengetahuan dan Pendapatan dengan Kejadian TB Paru di Wilayah Kerja Puskesmas Muara Kati Tahun 2018 menunjukkan:

1. Karakteristik responden hipertensi berdasarkan usia terbanyak berada pada rentang usia 45 hingga 59 tahun, jenis kelamin responden terbanyak adalah perempuan
2. Terdapat perbedaan signifikan nilai tekanan darah sebelum dan sesudah melakukan *Self Reiki* pada kelompok intervensi dimana rata-rata tekanan darah sistole maupun diastole turun secara signifikan sesudah latihan *Self Reiki*.

Referensi

- Abdullah, A., Othman, S., 2011. The influence of self-owned home blood pressure monitoring (HBPM) on primary care patients with hypertension: a qualitative study. *BMC Fam. Pract.* 12, 1
- Adhitomo, I., 2014. Hubungan antara pendapatan, pendidikan, dan aktivitas fisik pasien dengan kejadian hipertensi. Tesis. Program Pascasarjana Universitas Sebelas Maret Surakarta
- Anggreini, W.N., Subandi., 2014. Pengaruh terapi relaksasi zikir untuk menurunkan stress pada penderita hipertensi esensial. *Jurnal Intervensi Psikologi*. Vol 6 No 1
- Astuti, D. & Setyaningrum, Y. 2016. Pengaruh terapi *Healing Touch* terhadap perubahan Tekanan darah Pasien Hipertensi di Desa Tulakan Donorojo Jepara. *JIKK* Vol. 7 No. 2 :01-79
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. 2014. *Riset Kesehatan Dasar Tahun 2014*. Diakses dari <http://www.slemankab.go.id> pada Februari 2017
- Bakri, S., 2009. *The Power of Tasawuf Reiki: Sehat Jasmani Rohani dengan Psikoterapi Islami*. Galang Press
- Daskalopoulou, et., al. 2015. The Canadian Hypertension Education Program Recommendations for Blood Pressure Measurement, Diagnosis, Assessment of Risk, Prevention, and Treatment of Hypertension. *Can. J. Cardiol.* 31, 549–568. doi:10.1016/j.cjca.2015.02.016
- Dinas Kesehatan Kota Lubuk Linggau. 2019. *Profil Kesehatan Kota Lubuk Linggau Tahun 2019*
- Heriziana. 2017. Faktor resiko kejadian penyakit hipertensi di puskesmas basuki rahmat Palembang. *Jurnal Kesmas Jambi (JKMJ)*. Vol.1, No.1
- Hopkins, T., 2011. *Intisari Medikal Bedah*. 3 ed. Jakarta: EGC. <Http://www.naqsdna.com>. *Reiki* dan Islam. *Reiki* dan pandangan Ulama. di akses pada 8 Oktober 2019
- Kaur, K., Bhambri, E., 2016. Well-Being Through Reiki in Individuals With Trait Anxiety. *INDIAN J. Psychol. Sci.* 6, 107–119
- Komaling, J.K., Suba, B., Wongkar, D., 2013. Hubungan mengonsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi pada laki-laki di desa tompasobaru II kecamatan tompasobaru kabupaten minahasa

- selatan. ejurnal keperawatan (e-Kp) Volume 1. Nomor 1. Agustus 2013
- Kozier, B., Erb, G., Berman, A., Snyder, J.S., 2010. *Fundamentals Of Nursing Concepts, Process, and Practice*. EGC. Jakarta
- Kurnianto Fajar., 2012. *Kitab Shahih Al-Bukhari & Muslim*. Alita Aksara Media. Depok
- Meilinda., 2017. *Teori Hereditas Mendel : Evolusi atau Revolusi (Kajian Filsafat Sains)*. Jurnal pembelajaran biologi, volume 4, nomor 1
- Muttaqin, A., 2010. *Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Kardiovaskular dan Hematologi*. Jakarta: Salemba Medika
- Muttaqin, A. & Sari, K. 2011. *Asuhan Keperawatan Gangguan Sistem Perkemihan*. Jakarta. Salemba Medika
- Noorhidyah, S. A., 2016. *Hubungan Kepatuhan Minum Obat Antihipertensi Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Desa Salamrejo*. Tesis. Universita Muhammadiyah Yogyakarta.
- Notoatmodjo, S., 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nugroho, A. E., 2011. *Farmakologi obat-obat penting dalam Pembelajaran Ilmu Farmasi dan Dunia Kesehatan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Nursalam, 2016. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis*. Jakarta: Salemba Medika
- Putri, D.W.L., Uyun, Q., Sulistyarini, I., 2017. *Pelatihan regulasi emosi untuk meningkatkan kesejahteraan subjektif orang dengan Hipertensi esensial*. *Philantrophy Journal of Psychology*. Vol 1 nomor 1 1-75
- Sulistoyowati., 2010. *Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi di Kampung Botton Kelurahan Magelang kecamatan Magelang Tengah*. Skripsi. Magelang
- Udjianti, W. J., 2010. *Keperawatan Kardiovaskular*. Jakarta: Salemba
- Wahyuni & Eksanoto, D., 2013. *Hubungan tingkat pendidikan dan jenis kelamin dengan kejadian hipertensi di Kelurahan Jagalan di wilayah kerja Puskesmas Pucangsawit Surakarta*. *J. Ilmu Keperawatan Indones*. 1, 79–85
- Widodo, G. G. & Purwaningsih, P., 2013. *Pengaruh meditasi terhadap kualitas hidup lansia yang menderita hipertensi di unit rehabilitasi sosial wening wardoyo unggaran kabupaten semarang*. *Jurnal Keperawatan Medikal Bedah*, 1(2), p. 115
- Yurisaldi., 2010. *Berdzikir untuk kesehatan saraf*. Jakarta . Zaman
- Zarouk, W.A., Hussein, I.R., Esmaeil, N.N., Raslan, H.M., Reheim H.A.A., Moguib O., Emara, N.A., Aly, A.A., Hamed, M., 2012. *Association of angiotensin converting enzyme gene (I/D) polymorphism with hypertension and type 2 diabetes*. *Bratisl Lek Listy*. 2012;113(1):14–8 vulgaris) on the Blood Pressure of Patient with Hypertension. *MAJORITY*, 5, 102–107
- Gustomi. P. dan Roikha. A. (2014). *Jus Semangka Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Prehipertensi*. *Journals of Ners Community*, 5(2), 124–129
- Nuraini, B. 2015. *Risk Factors of Hypertension*. Faculty of Medicine, University of Lampung. vol. 4, No. 5, pp. 11
- Junaedi, E. (2013). *Hipertensi Kandas Berkat Herbal*. Jakarta: Fmedia.
- Lingga. L. (2012). *Bebas Hipertensi Tanpa Obat*. Jakarta: PT Agro Media Pustaka.