

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Hipertensi lansia muslim dengan komorbid covid-19

Hipertensi lansia merupakan kumpulan gejala kardiovaskuler dimana pembuluh darah yang mengalir ke arteri mengalami tekanan yang lebih tinggi dari keadaan normal. Hipertensi kerap disebut sebagai pembunuh gelap (*silent killer*) karena penyakit yang mematikan dan tanpa disertai adanya tanda-tanda terlebih dahulu pada penderita. Penyebab hipertensi pada lanjut usia dikarenakan terjadinya perubahan- perubahan pada elastisitas dinding aorta menurun, katup jantung menebal dan menjadi kaku, kemampuan jantung memompa darah menurun, sehingga kontraksi dan volumenya pun ikut menurun, kehilangan elastisitas pembuluh darah karena kurang efektifitas pembuluh darah perifer untuk oksigen, meningkatnya resistensi pembuluh darah perifer. Hipertensi juga dapat terjadi berbagai faktor diantaranya gaya hidup yang tidak sehat dan pola makan yang tidak teratur. Penyakit ini memiliki beberapa faktor risiko yang biasanya disepelekan oleh masyarakat, yaitu kebiasaan merokok, stress, konsumsi garam yang berlebihan (Susilawati and Kasron, 2019). Gejala yang sering dialami hipertensi berupa nyeri tengkuk, pusing hingga pembengkakan pembuluh darah kapiler. Akibat jika tidak dilakukan pengobatan dengan benar bisa berdampak menimbulkan komplikasi berupa gagal jantung, stroke, aneurisma, masalah pada mata, ginjal dan sindrom metabolik hingga kematian (Astutik and Mariyam, 2021). Hal ini mengakibatkan tekanan

darah meningkat seiring dengan bertambahnya usia. Sebagian besar penderita hipertensi tidak menimbulkan gejala, meskipun secara tidak sengaja beberapa gejala terjadi secara bersamaan dan dipercaya berhubungan dengan hipertensi. Klasifikasi hipertensi menurut JNC-VII 2003.

Tabel 2. 1 Klasifikasi hipertensi menurut JNC-VII 2003

| Kategori | Tekanan Darah Sistolik (mmHg) | Tekanan darah diastolik (mmHg) |
|--------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------|
| Normal | < 120 | < 80 |
| Pra-hipertensi | 120-139 | 80-89 |
| Hipertensi tingkat 1 | 140-159 | 90-99 |
| Hipertensi tingkat 2 | > 160 | > 100 |
| Hipertensi sistolik terisolasi | >140 | < 90 |

Hipertensi menjadi komorbid tertinggi diberbagai negara, salah satunya di Indonesia. Menurut Wamenkes 50 % kasus kematian di beberapa rumah sakit disebabkan karena pasien dengan covid-19 punya komorbid berat sebelumnya. Separuh komorbid yang meninggal tersebut, terutama berusia lanjut dan belum divaksinasi lengkap (Ananda, 2022). Beberapa publikasi menyatakan bahwa hipertensi memiliki hubungan dengan covid- 19, dimana hipertensi akan memperparah infeksi covid-19 bahkan bisa menjadi patogenesis terjadinya infeksi covid-19. Virus ini akan mengikat *Angiotensin converting enzyme 2* (ACE2) yang ada di paru kemudian

penetrasi ke dalam sel, penggunaan obat anti hipertensi *Angiotensin* mengkonversi *enzim inhibitor* (ACEI) dan *Angiotensin* reseptor *blockers* (ARBs) dalam mengontrol hipertensi (Kreutz *et al.*, 2020). Pada pasien covid 19 Virus ini bisa mengaktifkan sel inang menggunakan enzim ACE2. Agar menyatu dengan ACE2 dan masuk ke sel inang, virus ini memiliki glikoprotein permukaan khusus atau spike (Letko *et al.*, 2020). Kemungkinan bahwa banyak bentuk ACE2 dapat mempengaruhi kerentanan SARS-Cov-2 dan hasil covid 19 mempengaruhi tekanan darah melalui RAAS dan kemungkinan meningkatkan kerusakan paru-paru dan jantung melalui stress yang dipicu angiotensin (Kamyshnyi *et al.*, 2020).

B. Modifikasi Terapi Relaksasi Benson

Penatalaksanaan farmakologis dan penatalaksanaan non farmakologis dapat digunakan sebagai pengobatan untuk mengatasi hipertensi, namun penatalaksanaan farmakologis yang relatif mahal maka banyak penderita hipertensi mengalihkan penggunaan terapi non farmakologis. Salah satu dari terapi yang bisa memberikan perubahan tekanan darah ialah relaksasi benson (Jamroni, 2021).

Modifikasi relaksasi benson ini bentuk terapi yang menggunakan metode terapi nafas dalam dan terapi dzikir terdapat berupa pengulangan kata sikap pasif merupakan hal yang essential. Intervensi modifikasi terapi relaksasi benson melibatkan keyakinan bagi penderita dapat dilakukan dengan menciptakan lingkungan yang lebih nyaman sehingga membantu penderita hipertensi lebih rileks serta dapat mencapai kondisi kesehatan

yang lebih baik. Proses modifikasi terapi relaksasi benson dapat membantu perubahan tekanan darah tinggi agar stabil,merelaksasikan tubuh, serta dapat meningkatkan keyakinan terhadap Allah SWT serta menggunakan paduan dari relaksasi pernafasan dalam dan disertai dzikir menggunakan tasbeih (Buana *et al.*, 2021). Relaksasi benson diberikan dengan cara penderita tidak boleh tegang dan harus rileks saat melakukan terapi ini difokuskan dengan keyakinan serta mengungkapkan kalimat istighfar yang mengandung arti serta makna yang bisa menenangkan dan bisa menurunkan beban yang dirasakan dengan cara mengucapkan secara berulang-ulang dengan ritme pernafasan yang teratur serta bersikap pasrah (Siregar *et al.*, 2018).

Peneletian sebelumnya, terdapat modifikasi terapi relaksasi benson mengkombinasikan dengan meditasi,relaksasi pernafasan dalam dan relaksasi progresif otot seta diperkuat dengan musik agar adanya , dan diberikan intervensi selama 45 menit dengan frekuensi pemberian terapi 3x perminggu dengan p value < 0,05 (Siregar *et al.*, 2018).