

**KARYA TULIS ILMIAH**

**PELAKSANAAN TERAPI SPIRITUAL DZIKIR TERHADAP TINGKAT STRES PADA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH PUSKESMAS KREMBANGAN SELATAN SURABAYA**



**Oleh :**

**MEGA NUGRAHESTI**

**NIM :P27820315013**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLTEKKES KEMENKES SURABAYA JURUSAN KEPERAWATAN  
PRODI DIII KEPERAWATAN KAMPUS SUTOPO SURABAYA  
TAHUN 2018**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**PELAKSANAAN TERAPI SPIRITUAL DZIKIR TERHADAP TINGKAT STRES PADA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH PUSKESMAS KREMBANGAN SELATAN SURABAYA**

**Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan Amd. Kep  
Pada Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Surabaya**



**Oleh :**

**MEGA NUGRAHESTI**

**NIM : P27820315013**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLTEKKES KEMENKES SURABAYA JURUSAN KEPERAWATAN  
PRODI DIII KEPERAWATAN KAMPUS SUTOPO SURABAYA  
TAHUN 2018**

## **LEMBAR PERNYATAAN**

Saya menyatakan bahwa karya tulis ilmiah ini adalah hasil karya sendiri dan bukan merupakan tiruan atau jiplakan dari orang lain untuk menyelesaikan tugas akhir di jenjang pendidikan DIII Keperawatan Poltekkes Kemenkes Surabaya Prodi DIII Keperawatan Kampus Sutopo Surabaya.

Surabaya, 09 Juli 2018

Yang Menyatakan

MEGA NUGRAHESTI  
NIM. P27820315013

## LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah dengan Judul :

PELAKSANAAN TERAPI SPIRITUAL DZIKIR TERHADAP TINGKAT STRES PADA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH PUSKESMAS KREMBANGAN SELATAN SURABAYA

Disusun oleh : **MEGA NUGRAHESTI / NIM. P27820315013**

Telah Disetujui Untuk Diajukan Dan Dipertahankan Dihadapan Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah Program Studi DIII Keperawatan Kampus Sutopo Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya, Dalam Rangka Penyusunan Karya Tulis Ilmiah

Surabaya, 09 Juli 2018

Pembimbing I

Loetfia Dwi Rahariyani, S.Kp., M.Si.  
NIP.19690124 199203 2 001

Pembimbing II

Heru Sulistijono, S.Kep.Ns., M.Kes.  
NIP. 19711001 19930 3 1004

Mengetahui,  
Kaprodi DIII Keperawatan Kampus Sutopo  
Surabaya

Minarti, M.Kep., Sp.Kom.  
NIP: 19670730 199303 2 004

## LEMBAR PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah

PELAKSANAAN TERAPI SPIRITUAL DZIKIR TERHADAP TINGKAT  
STRES PADA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH PUSKESMAS  
KREMBANGAN SELATAN SURABAYA

Telah di pertahankan dihadapan Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Poltekkes Kemenkes Surabaya Jurusan Keperawatan Prodi DIII Keperawatan Kampus Sutopo Surabaya

Pada tanggal: 10 Juli 2018

Ketua

1. Dr. Hilmi Yumni, M.Kep., Sp. Mat.  
NIP.19680823 199703 2 001

\_\_\_\_\_

Anggota I

2. Heru Sulistijono, S.Kep.Ns., M.Kes.  
NIP.19711001 199303 1 004

\_\_\_\_\_

Anggota II

3. Loetfia Dwi Rahariyani, S.Kp., M.Si.  
NIP. 19690124 199203 2 001

\_\_\_\_\_

Mengetahui,

Ketua Program Studi D III Keperawatan Kampus Sutopo  
Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Surabaya

Minarti, M.Kep., Sp.Kom.  
NIP. 19670730 199303 2 004

## ABSTRAK

### **“Pelaksanaan Terapi Spiritual Dzikir Terhadap Tingkat Stress Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Krembangan Selatan Surabaya”**

Insidensi penyakit degeneratif terus meningkat salah satunya penyakit hipertensi. Salah satu faktor pemicu timbulnya hipertensi adalah kondisi psikis yang mengalami tekanan yaitu stress. Namun, hal yang selama ini belum pernah diteliti adalah penerapan teknik relaksasi untuk mengurangi tingkat stres pada penderita hipertensi yang melibatkan unsur spiritualitas. Tujuan dilakukan penelitian ini untuk mengetahui pelaksanaan terapi spiritual dzikir terhadap tingkat stress pada penderita hipertensi di Wilayah Puskesmas Krembangan Selatan Surabaya. Penelitian ini termasuk jenis penelitian deskriptif dengan jumlah populasi 135 orang pada bulan Januari 2018. Jumlah sampel 10 orang yang mengalami tingkat stress pada penderita hipertensi dengan teknik sampling *Purposive Sampling* yang dilakukan Wilayah Puskesmas Krembangan Selatan Surabaya. Variabel independen pelaksanaan terapi spiritual dzikir dan variabel dependen tingkat stress pada penderita hipertensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat stress pada penderita hipertensi secara keseluruhan memiliki tingkat stress ringan (50%), penderita hipertensi melakukan dzikir secara keseluruhan (80%), dan tingkat stress pada penderita hipertensi secara keseluruhan melakukan dzikir dengan persentase (100%). Saran diharapkan masyarakat memberi dukungan mental dan spiritual pada penderita hipertensi dengan memperbanyak pengetahuan mengenai pengobatan hipertensi.

Kata kunci : dzikir, tingkat stress, hipertensi

## ABSTRACT

### **“The Implementation Of Spiritual Therapy Dhikr Against The Level Of Stress In Hypertensive Patients In Puskesmas Krembangan Selatan Surabaya”**

Incidence of degenerative disease continues to increase against stress level one on of them hypertension disease. On of the factors that trigger hypertension is a psychic condition that is under stress . but, the thing that has never been studied is the application of relaxation techniques for reduce stress levels in people with hypertension involving elements of spirituality. The purpose of this research is to know the implementation of spiritual therapy dhikr against stress levels in hypertensive patients in Puskesmas Krembangan Selatan Surabaya. The research includes descriptive research with a population of 135 people in January 2018. The total sample 10 people experience stress levels in people hypertension with Sampling technique purposive sampling conducted in the region Puskesmas Krembangan Selatan Surabaya. Independent variables of dhikr spiritual therapy implementation and dependent variable of stress level on hypertension patient. The result showed that stress levels in patients with hypertension as a whole have a mild stress level (50%), people with hypertension do dhikr as a whole (80%), and stress levels in patients with hypertension as a whole do dzikir with percentage (100%). Suggestions are expected to give people mental and spiritual support in people with hypertension by extending knowledge about the treatment of hypertension.

Keyword : dzikir, stress level, hypertension

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya yang telah diberikan, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan judul “PELAKSANAAN TERAPI SPIRITUAL DZIKIR TERHADAP TINGKAT STRES PADA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH PUSKESMAS KREMBANGAN SELATAN SURABAYA”

Selanjutnya penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini baik moril maupun materil. Untuk itu perkenankan penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar – besarnya dengan hati yang tulus kepada :

1. Drg. Bambang Hadi Sugito, M.Kes., selaku Direktur Politeknik Kesehatan Surabaya yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti pendidikan DIII Keperawatan di Prodi DIII Keperawatan Kampus Sutopo Surabaya.
2. Minarti, M.Kep.,Sp.Kom.,selaku Ketua Prodi DIII Keperawatan Kampus Sutopo Surabaya
3. Loetfia Dwi Rahariyani, S.Kp., M.Si., selaku Pembimbing I yang telah membimbing penulis selama belajar maupun memberikan petunjuk, saran, koreksi, dan masukan demi kelancaran penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Heru Sulistijono S.Kep.Ns., M.Kes., selaku pembimbing II yang juga telah memberikan waktunya untuk membimbing dan memberikan petunjuk, saran, koreksi, dan masukan demi kelancaran penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.



5. Responden yang senantiasa telah bersedia dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Semua dosen dan staf Prodi DIII Keperawatan Kampus Sutopo Surabaya yang telah memberikan masukan dan arahan selama ini sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Untuk orang tua saya yang selalu ada untuk mendoakan dan mendukung serta memberi dorongan yang tak dapat dihitng selama penulis mengikuti pendidikan.
8. Rekan – rekan mahasiswa Prodi DIII Keperawatan Kampus Sutopo Surabaya, angkatan 2015 yang selalu memberikan dukungan.

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari sempurna oleh karena itu saran dan kritik yang membangun senantiasa penulis harapkan. Semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat dan berguna bagi penulis dan para pembaca.

Surabaya, 09 Juli 2018

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL DEPAN.....	i
HALAMAN SAMPUL DALAM .....	ii
LEMBAR PERNYATAAN.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN .....	iv
LEMBAR PENGESAHAN .....	v
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT.....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. LandasanTeori .....	7
1. Konsep Dzikir .....	7
a. Pengertian Dzikir.....	7
b. Keutamaan Dzikir.....	9
c. Relaksasi Dzikir.....	10
d. Standar Operasional Prosedur Terapi Spiritual Dzikir.....	11
2. Konsep Stres .....	12
a. Pengertian Stres.....	12
b. Etiologi Stres .....	13
c. Kategori Stres .....	14
d. Karakteristik Mekanisme Koping.....	15
e. Tingkatan Stres .....	18
f. Penatalaksanaan Stres .....	22
3. Konsep Hipertensi .....	23
a. Pengertian Hipertensi .....	23
b. Klasifikasi Hipertensi .....	23
c. Etiologi Hipertensi.....	25
d. Faktor – Faktor Penyebab Hipertensi .....	27
e. Patofisiologi Hipertensi .....	31
f. Manifestasi Klinis Hipertensi .....	33
g. Komplikasi Hipertensi.....	33
h. Penatalaksanaan Hipertensi .....	35
i. Hubungan Antara Dzikir, Stres dan Hipertensi....	39
B. Kerangka Konseptual Penelitian .....	41
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Desain Penelitian.....	43

B. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling .....	44
C. Identifikasi Variabel .....	45
D. Definisi Operasional .....	46
E. Prosedur Pengumpulan Data .....	48
F. Teknik dan Alat Pengumpulan Data .....	49
G. Pengolahan Data .....	49
H. Analisis Data .....	51
I. Etika Penelitian .....	51
J. Tempat dan Waktu Penelitian .....	53
K. Jadwal Penelitian .....	53
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN</b>	
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	54
B. Data Umum .....	55
C. Data Khusus .....	56
<b>BAB V PEMBAHASAN</b>	
A. Pelaksanaan Terapi Spiritual Dzikir pada Penderita Hipertensi	58
B. Tingkat Stres Pada Penderita Hipertensi .....	69
C. Pelaksanaan Terapi Spiritual Dzikir Terhadap Tingkat Stres pada Penderita Hipertensi .....	62
<b>BAB VI SIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Simpulan .....	65
B. Saran .....	65
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	67
<b>LAMPIRAN</b> .....	69

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Standar Operasional Prosedur Terapi Spiritual Dzikir1 .....	11
Tabel 2.2 Pengukuran Tingkat Stres Menurut DASS ( <i>Depression Anxiety Stres Scale</i> ).....	20
Tabel 2.3 Klasifikasi Tekanan Darah menurut JNC .....	24
Tabel 2.4 Klasifikasi Tekanan Darah Orang Dewasa Berusia 18 Tahun Keatas .....	24
Tabel 3.1 Definisi Operasional .....	46
Tabel 4.1 Distribusi Penderita Hipertensi yang Mengalami Stress .....	55
Tabel 4.2 Pelaksanaan Terapi Spiritual Dzikir Pada Penderita Hipertensi...	56
Tabel 4.3 Tingkat stress pada penderita hipertensi .....	56
Tabel 4.4 Tabulasi Silang Pelaksanaan Terapi Spiritual Dzikir Terhadap Tingkat Stress Pada Penderita Hipertensi.....	57

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Konsep .....	41

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Surat Permohonan Ijin Penelitian .....	69
Lampiran 2 Surat Ijin Bankes Banpol.....	70
Lampiran 3 Surat Ijin Dinas Kesehatan .....	71
Lampiran 4 Surat Ijin Puskesmas .....	72
Lampiran 5 Lembar Permohonan menjadi responden .....	73
Lampiran 6 Lembar persetujuan menjadi responden .....	74
Lampiran 7 Lembar Format pengumpulan data.....	75
Lampiran 8 Lembar pengumpulan data pelaksanaan terapi spiritual dzikir.....	78
Lampiran 9 Tabel hasil pengumpulan data pelaksanaan terapi spiritual dzikir.....	80
Lampiran 10 Tabel hasil skoring tingkat stres pada penderita hipertensi	
Lampiran 11 Tabulasi silang data pelaksanaan terapi spiritual dzikir terhadap tingkat stres pada penderita hipertensi .....	81
Lampiran 12 Lembar Revisi Ujian Proposal KTI Penguji utama.....	82
Lampiran 13 Lembar Revisi Ujian KTI Penguji utama.....	84
Lampiran 14 Lembar Revisi Ujian Proposal KTI Penguji I .....	86
Lampiran 15 Lembar Revisi Ujian KTI Penguji I .....	87
Lampiran 16 Lembar Konsultasi Proposal KTI.....	88
Lampiran 17 Lembar Konsultasi KTI .....	90