

e-ISSN 2986-674X

# **JOURNAL OF SMART NURSING AND HEALTH SCIENCE**



**DITERBITKAN OLEH :  
JURUSAN KEPERAWATAN  
POLTEKKES KEMENKES BANTEN**

**VOLUME  
2**

**NOMOR  
1**

**HALAMAN  
1-62**

**TANGERANG  
APR 2024**

**e-ISSN  
2986-674X**

# Journal of Smart Nursing & Health Science

## JOSNHS

### Riset Artikel

Volume 2 Nomor 1 Tahun 2024

- 1 Pencegahan Infeksi Cacing Soil Transmitted Helminths (STH) pada Petani: Literatur Review**  
*Prevention of Soil-Transmitted Helminths (STH) Worm Infections in Farmers: Literatur Review* **1-11**  
\*Enggal Hadi Kurniyawan, Nor Muslikah, Mohammad Adib Masruri, Azkiatulfikroh, Alfid Tri Afandi, Dicky Endrian Kurniawan, Kholid Rosyidi Muhammad Nur
- 2 Penerapan Teknik Menghardik Dan Terapi Spiritual Zikir Pada Pasien Halusinasi di Puskesmas Purbaratu Kota Tasikmalaya**  
*Application of Rebuke Techniques and Spiritual Remembrance Therapy for Hallucination Patients in the Purbaratu Community Health Center, Tasikmalaya City* **12-22**  
\*Asep Riyana, Denisa Fitriani
- 3 Hubungan Pola Asuh Orang Tua Terhadap Kemampuan Toilet Training Pada Anak Usia Pra Sekolah di Paud Kober Al-Husa Tambak Kibin Serang**  
*The Relationship Between Parenting Patterns and Toilet Training Skills in Pre-School Children at Paud Kober Al-Husa Tambak Kibin Serang* **23-29**  
\*Rizky Oktaviani, Endang Suartini
- 4 Pengaruh Senam Tera Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Cibodasari Kota Tangerang**  
*The Effect of Tera Gymnastics on Blood Pressure Hypertensive Patients in The Cibodasari Health Center Tangerang City* **30-40**  
\*Galuh Puspita Sari, Wasludin, Dewi Indah Sari
- 5 Terapi Kelompok Terapeutik (TKT) Ibu Hamil terhadap Kesiapan Persalinan Di Wilayah Puskesmas Kunciran Baru Kota Tangerang**  
*Therapeutic Group Therapy for Pregnant Women on Childbirth Readiness in the Kunciran Baru Health Center in Tangerang City* **41-52**  
\*Lailatul Fadilah, Bangun Wijonarko
- 6 Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II di RSUD Kabupaten Tangerang**  
*The Effect of The Benson Relaxation Technique on Sugar Blood Levels Blood in Type II Diabetes Mellitus Patients at Tangerang District Hospital* **53-62**  
\*Siti Rohayani, Kusniawati

## Review

**PENCEGAHAN INFEKSI CACING SOIL TRANSMITED HELMINTHS (STH) PADA PETANI: Literatur Review***Prevention of Soil-Transmitted Helminths (STH) Worm Infections in Farmers: Literatur Review***Enggal Hadi Kurniyawan<sup>1\*</sup>, Nor Muslikah<sup>1</sup>, Mohammad Adib Masruri<sup>1</sup>, Azkiatulfikroh<sup>1</sup>, Alfid Tri Afandi<sup>1</sup>, Dicky Endrian Kurniawan<sup>1</sup>, Kholid Rosyidi Muhammad Nur<sup>1</sup>**<sup>1</sup> Prodi Keperawatan, Universitas Jember, Indonesia<sup>1</sup> Faculty of Nursing, Universitas Jember, Indonesia.

## ABSTRACT

**Corresponding author:****Enggal Hadi Kurniyawan**  
[enggalhadi.psik@unej.ac.id](mailto:enggalhadi.psik@unej.ac.id)**Keywords:** Worm,  
infection, farmers,  
prevention**Background:** Worm infection is a severe health problem in many countries, especially in areas with poor sanitation. The factors that cause worm infections can vary, such as environmental factors and human behavior.**Purpose:** This study aims to collect and analyze relevant literature on preventing soil-transmitted helminths (STH) worm infections in farmers.**Method:** Literature search sources include Google Scholar, SpringerLink, PubMed, and ScienceDirect, published between 2019-2023, and discuss infection exposure agents, organic substances, and personal hygiene. This study involves a farmer's population and uses Indonesian and English articles.**Result:** The literature review results indicate the importance of personal hygiene, good sanitation, and access to clean water in preventing Soil-Transmitted Helminth (STH) infections among farmers. Awareness of personal hygiene practices and personal protective equipment (PPE) needs to be improved to reduce the risk of infection. Sanitation, water source improvement, and specific education are required to ensure farmers' health in rural, urban, and peri-urban areas. The role of nurses in preventing worm infections among farmers in rural areas includes education on sanitation, hygiene practices, and the use of protective equipment. Nurses must also conduct regular health monitoring, collaborate with other healthcare teams, and improve communication with local health institutions. They should stay updated with research developments and implement the findings in care and education for farmers and the community.

**Kata Kunci:** Cacing, infeksi, petani, pencegahan

### ABSTRAK

**Latar Belakang:** Infeksi cacing adalah masalah kesehatan yang parah di banyak negara, terutama di daerah dengan sanitasi yang buruk. Faktor-faktor yang menyebabkan infeksi cacing dapat bervariasi, seperti faktor lingkungan dan perilaku manusia.

**Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengumpulkan dan menganalisis literatur yang relevan tentang pencegahan infeksi cacing yang ditularkan melalui tanah (STH) pada petani.

**Metode:** Sumber pencarian literatur termasuk Google Scholar, SpringerLink, PubMed, dan ScienceDirect, diterbitkan antara 2019-2023, dan membahas agen paparan infeksi, zat organik, dan kebersihan pribadi. Penelitian ini melibatkan populasi petani dan menggunakan artikel bahasa Indonesia dan Inggris.

**Hasil:** Hasil kajian pustaka menunjukkan pentingnya kebersihan diri, sanitasi yang baik, dan akses air bersih dalam mencegah infeksi Soil-Transmitted Helminth (STH) di kalangan petani. Kesadaran akan praktik kebersihan diri dan alat pelindung diri (APD) perlu ditingkatkan untuk mengurangi risiko infeksi. Sanitasi, perbaikan sumber air, dan pendidikan khusus diperlukan untuk memastikan kesehatan petani di daerah pedesaan, perkotaan, dan pinggiran kota. Peran perawat dalam mencegah infeksi cacing di kalangan petani di daerah pedesaan termasuk pendidikan tentang sanitasi, praktik kebersihan, dan penggunaan peralatan pelindung. Perawat juga harus melakukan pemantauan kesehatan rutin, berkolaborasi dengan tim kesehatan lainnya, dan meningkatkan komunikasi dengan institusi kesehatan setempat. Mereka harus tetap diperbarui dengan perkembangan penelitian dan menerapkan temuan dalam perawatan dan pendidikan bagi petani dan masyarakat

---

## BACKGROUND

Soil-transmitted helminths (STH) are a class of nematode parasites that cause infection through direct contact with parasite eggs that develop in the soil. Soil-transmitted Helminths (STH) infection often occurs in endemic areas with low environmental sanitation and poor personal hygiene (Mebiana et al., 2021). This STH infection can disrupt the tissue and organs of the sufferer's body by taking nutrients from the body (Kurniawan et al., 2023). Farmers are at significant risk of soil-transmitted Helminth (STH) infection because farmer workers always have direct contact with soil contaminated with STH egg cells (Saftarina et al., 2020). The cause of STH infection is poor personal hygiene in farmers, such as not wearing footwear when doing activities outside the home and not wearing PPE in the form of closed footwear when working (Saftarina et al., 2020).

Worldwide, an estimated 1.5 billion people are infected with Soil-transmitted Helminths, or about 24% of the world's population. The most prevalent infections are from sub-Saharan Africa, China, South America, and Asia. (WHO, 2023). About 807 million people are infected with ascaris worms, 604 million whipworms, and 576 million hookworms (CDC, 2022).

The main species of soil-transmitted helminths that infect humans are roundworms (*Ascaris lumbricoides*), whipworms (*Trichuris trichiura*), and hookworms (*Necator americanus* and *Ancylostoma duodenale*). These species are grouped based on similar diagnostic procedures and similar drug responses. *Strongyloides stercoralis* is an intestinal worm with a distinctive characteristic namely the parasite requires a different diagnostic method from other soil-borne worms, and for this reason, it is often not identified (WHO, 2023). People with mild STH infection usually have no

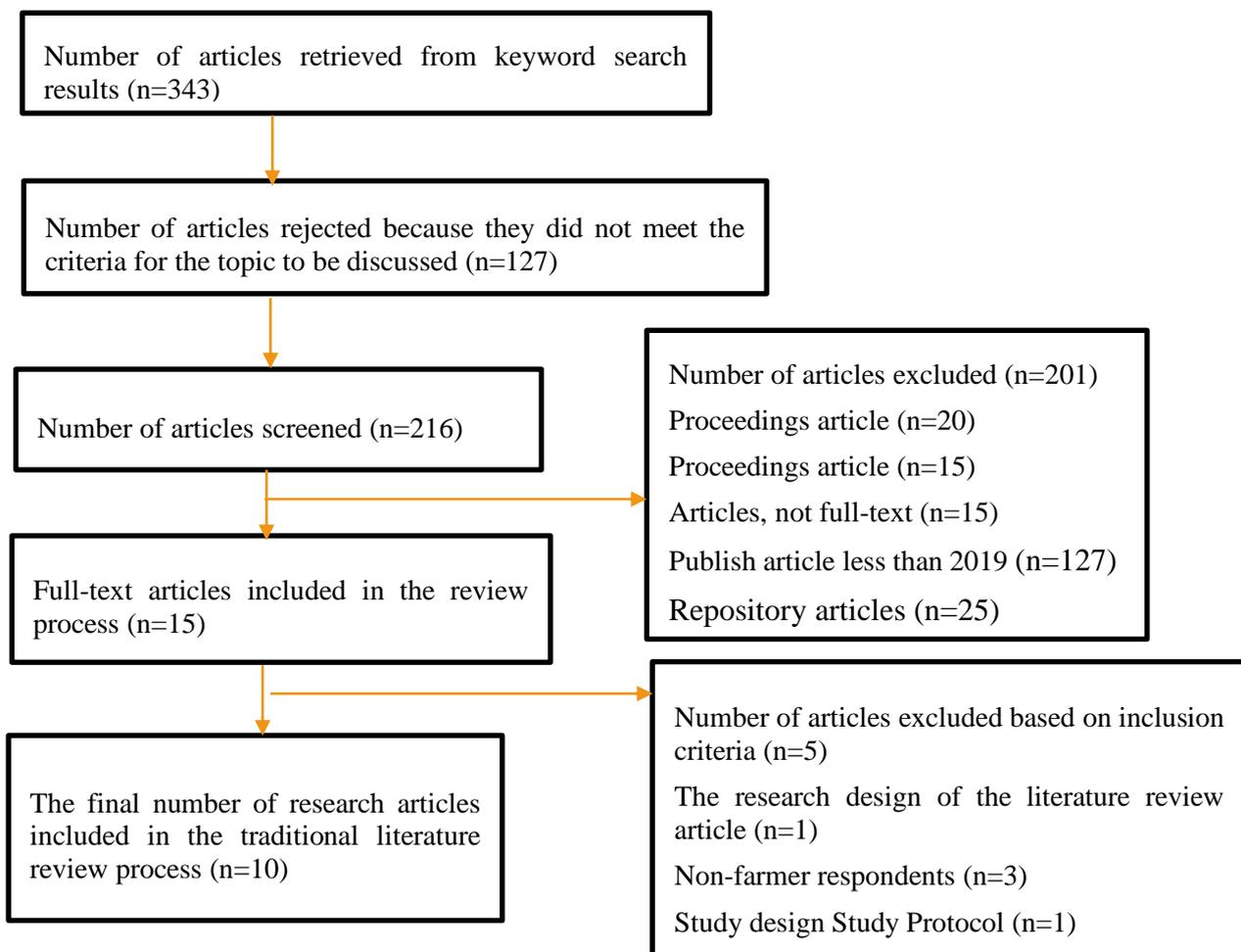
symptoms. However, if it is heavily infected, it can cause various health problems such as abdominal pain, diarrhea, blood and protein loss, and physical and cognitive growth retardation (CDC, 2022).

Several factors that cause worm disease in Indonesia are closely related to the climate and personal hygiene of individuals, homes, and the surrounding environment, as well as high population density. The occurrence of worm disease is often related to the sufferer's environmental conditions, the sufferer's socio-economic conditions, and the sufferer's educational level. Worm disease is also related to hookworms in the yard's soil, poor sanitation, the habit of playing for a long time on the ground, and the habit of defecating in the garden. Poor people in tropical areas walk barefoot, children crawl or sit naked on the ground, and pets often suffer from hookworm infections, so the prevalence of hookworms associated with cutaneous migrans larvae is high (Wijaya, 2021).

## METHOD

This article used literature search sources, including Google Scholar, SpringerLink, PubMed, and ScienceDirect, published between 2019-2023, and discusses infection exposure agents, organic substances, and the relationship between personal hygiene and intestinal worm infection. The inclusion criteria for this article include articles in Indonesian and, or English, the population taken is agricultural workers, and the research design taken is qualitative and quantitative. Published articles are articles from 2019-2023. The selected articles discuss exposure to infectious agents and organic substances, infection of intestinal helminth eggs (soil-transmitted helminths), and an explanation of the relationship between personal hygiene and the incidence of intestinal helminth egg infections (soil-transmitted helminths). Exclusion criteria are studies that do not follow the specified topic, articles from proceedings or conferences that are incomplete articles, and articles that contain abstracts only. Article literacy search used Google Scholar, SpringerLink, PubMed, and ScienceDirect. The keywords are "infection," "soil-transmitted helminths," "farmer," AND "risk factors."

### Chart 1. Literature Search Process



## RESULT

Farmers have heavy and prolonged work demands, so they are at risk of occupational injuries and illnesses such as pesticide poisoning, infectious diseases, cardiovascular diseases, and mental stress disorders (Kurniyawan et al., 2023). Farmers in rural areas have jobs that are always in contact with the soil. Soil is a medium for the growth of intestinal worm eggs into infective forms (mature eggs and larvae), so exposure or contact with soil will increase the risk of STH infection). Like the research conducted by Armiyanti et al. (2023), the examination of fecal samples showed that the incidence of STH infection in farmers in Jenggawah District was 7.1%. In the study, farmers worked in rice fields without using personal protective equipment (PPE) like gloves, shoes, or boots. All farmers infected with STH in the study had poor personal hygiene. Statistical test results proved a significant relationship between personal hygiene and the incidence of STH (P value <0.05) in the area.

Aritonang (2019) states that personal hygiene is essential to avoid worm infections. Nails should always be cut short to avoid transmission of helminthiasis from hand to mouth. If we leave our nails long, we should always maintain cleanliness by wearing gloves when doing work that is in direct contact with soil that may be contaminated with worm eggs. Vegetable farmers are workers at risk of helminthiasis infection because they often come into direct contact with the soil. Therefore, it is essential for farmers always to maintain cleanliness and cut their nails to avoid worm infections.

The research by Apsari et al. (2020) stated that there was a role of households in one yard on the transmission of STH infection in their research. Transmission between family members is related to environmental similarities, lack of clean and healthy living behavior, food eaten together, and the habit of not using gloves, footwear, and protective clothing when working in rice fields. People living in the same yard can be infected by each other, for example, children with mothers, fathers with mothers or brothers-in-law, grandparents and grandmothers.

**Table 1. Result of Literature Review**

Author/ Year	Article Title/Journal Name/Volume	Sample	Method	Result
Idayani, et al. / 2021	Relationship between Personal Hygiene and Soil-Transmitted Helminths Infection among Vegetable Farmers in Gianyar Regency / Bali Medika Journal / Vol.8 (3): 233-238	All vegetable farmers in Gianyar Regency who work in the fields.	Correlative descriptive research with a cross-sectional study approach.	The personal hygiene condition of vegetable farmers in Gianyar Regency is poor (83.3%). The species of Soil-Transmitted Helminths (STH) that infected vegetable farmers in Gianyar Regency were <i>Necator americanus</i> eggs (hookworm), as many as 6 (20%). There is no relationship between personal hygiene and the incidence of Soil-Transmitted Helminths (STH) infection in vegetable farmers in Gianyar Regency with a -p> 0.05 value.
Paller et al./2019	Soil-Transmitted Helminth (STH) Eggs Contaminating Soils in Selected Organic and Conventional Farms in the	A total of 600 soil samples from selected organic (n = 10) and conventional (n	Cross-sectional study approach.	This analysis shows that hookworm is the dominant STH in Com�e, with a persistent reservoir in adults. WASH should be improved as this study found that improved sanitation and access to better water sources were associated with lower

	Philippines/Parasite Epidemiology and Control/Vol.7: e00119	= 10) farms in Northern and Southern Luzon, Philippines, were collected and examined for the presence of soil-transmitted helminth (STH) eggs.		prevalence and intensity of hookworm infection. Program efforts should pay special attention to farmers and impoverished populations in urban, rural, and peri-urban settings.
Saftarina, et al/2020	Incidence of Soil-transmitted Helminth Infection among Farmers / Journal of Syiah Kuala Medicine / Vol. 20, N. 3	The population in this study was 63 farmers, and sampling was selected using a purposive sampling technique of as many as 55 farmers.	This study uses qualitative research with a cross-sectional design.	The activities of farmers who are directly in contact with the soil will have a great risk of STH infection in farmers. Farmers in Pinang Jaya Village still have low awareness of personal hygiene and the importance of wearing personal protective equipment. So, there is a relationship between the use of PPE and personal hygiene. The number of farmers affected by soil-transmitted helminth infection, the lower the awareness of farmers about personal hygiene and the use of PPE, one of which farmers must wash their hands, use gloves when working, routinely cut their nails once a week because nail hygiene significantly affects the cause of the movement of microorganisms into the digestive tract.
Berliana Naomi Rumondang Sari Aritonang/2019	Relationship between Personal Hygiene and Soil-Transmitted Helminth Disease among Vegetable Farmers in Kartama City Pekanbaru / Journal of Medical Laboratory Science and Technology / Vol. 4 No. 2 (39-43)	30 respondents were vegetable farming workers in Kartama Pekanbaru city	Qualitative research using a cross-sectional approach.	The results showed that most karna vegetable farmers did not experience worms. This is due to the farming community's awareness of good personal hygiene. One of them is that farmers are aware that washing hands with running water and keeping nails clean is essential to reduce the risk of transmission of this worm infection. However, this study explained that the use of PPE is still lacking. Farmers should be able to use personal protective equipment such as boots, gloves, long sleeves, masks, and headgear because using this ADP can reduce the risk of transmission of soil-borne helminth infections, especially in farm workers.
Nasution, et al/2022	Relationship of Soil-Transmitted Helminths (STH) Infection with Anemia and Nutritional Status among Farmers in Parhitean Village,	The sample in this study consisted of 28 farmers in Parhitean Village, Pintu Pohan Meranti District, Toba	The method used by researchers is Cross-sectional.	The results showed that the prevalence of farmers who did not suffer from Anemia in Parhitean village, Pintu Pohan Meranti sub-district, Tobasa district, was still high due to an adequate diet. So, the test results can describe the relationship between STH and Anemia and Nutritional Status

	Pintu Pohan Meranti Subdistrict, Toba Samosir Regency / Journal of Education and Counseling / Vol. 4 N. 5	Samosir Regency.		that does not exist in farmers.
Apsari et al./2020	Overview of Soil-Transmitted Helminth Infection among Farmers in Gelgel Village, Klungkung Regency / WICAKSANA, Journal of Environment & Development / Vol. 4 No. 2: Pp. 21-30	From December 2017 to January 2018, 250 active farmer populations in Gelgel village were selected as the sample, i.e., 162 subjects submitted complete questionnaires with fecal samples.	The method used in this research is a cross-sectional study.	The prevalence of infection among farmers in Gelgel Village is 13.5%, which is in the low category but still a health problem that requires handling. Clean and healthy living behavior among farmers is still lacking, so special education is needed for these farmers.
Armiyanti, et al./2023	Contamination of Water Sources by Intestinal Worms and Sanitation Hygiene as Factors of Helminthiasis Infection in Farmers/Journal of Indonesian Environmental Health/22 (1), 60 - 68	The population involved in this study was 56 farmers	The research method used was cross-sectional.	The results of the fecal sample study showed that the incidence of STH infection among farmers in the Jenggawah sub-district was 7.1%. Contamination of water sources, including well water and river water, by STH eggs and larvae was 22.2% in well water, and 100% of river water contained STH larvae and eggs. The contamination of STH eggs and larvae in well water may be due to the poor condition of wells and the proximity of wells to household waste disposal, especially in septic tanks. Less deep well construction (<3 meters) makes it easier for pathogens or parasites to enter and live in the water. As many as 35.7% of respondents still do bathing, washing, and toilet activities in the river, which causes river water to contain worm eggs or larvae.
Rosdarni et al./2022	Identification of Soil-Transmitted Helminths in Rice Paddy Farmers Using the Flotation Centrifugation Method in Jati Bali Village, Ranomeeto Barat Subdistrict, South Konawe Regency / Scientific Journal of Mandala Waluya Health / Vol. 2 (1), pp. 1-6	The population of rice farmers in this study is as many as 30.	The type of research used is descriptive with a Purposive sampling technique.	From the stool examination results, 20 samples were positive for intestinal nematodes, namely 11 (37%) samples contained <i>Ascaris lumbricoides</i> , three samples (10%) contained <i>Trichuris trichiura</i> , and six samples (20%) contained hookworm.

Kiki Fatmasari, et al./2020	Identifying Intestinal Nematode Worm Eggs Using the Sedimentation Method in Nail Samples of Rice Field Farmers in Tanete Village, Bulukumpa District, Bulukumpa Regency/Journal of TLM Blood Smear/Vol. 1(1): 18-23.	The sample used is representative of rice field farmers, with as many as 21 people who meet the criteria.	Laboratory observation research using sedimentation method with purposive sampling technique.	There were intestinal nematode eggs, namely one positive sample, 4%, with the type of <i>Ascaris lumbricoides</i> worm eggs, and 21 negative samples, or 96%. No intestinal nematode eggs were found in the nail samples of rice field farmers in Tanete Village, Bulukumpa District, Bulukumpa Regency.
Mebiana et al./2021	Detection of Soil Transmitted Helminth (STH) Eggs in Farmers' Nails / MEDITOTY/Vol. 9(2): 76-85.	The respondents were 17 farmers.	This study is an analytical observational type with a cross-sectional design and a random sampling technique.	This study found two types of eggs: <i>Ascaris lumbricoides</i> and Minute Intestinal Fluke. The prevalence of <i>A. Lumbricoides</i> eggs in fingernails eight respondents (47.05%) and in toenails were 14 respondents (82.35%), while the prevalence of MIF eggs in fingernails was two respondents (11.76%) and in toenails was one respondent (5.88%). The personal hygiene of farmers in Kaligondang Subdistrict, Purbalingga Regency, included poor as many as ten respondents (58.8%), moderate as many as six respondents (35.3%), and good as many as one respondent (5.9%). There was no relationship between personal hygiene and the presence of STH eggs on farmers' nails ( $p>0.05$ ).

## DISCUSSION

### In Use of PPE

Based on the Regulation of the Minister of Manpower and Transmigration Number PER.08/MEN/VII/2010 concerning Personal Protective Equipment, PPE or personal protective equipment is a tool that functions to isolate part or all of the body to protect a person from potential hazards in the workplace. By farmers using PPE, worm infections can be reduced. Farmers should use personal protective equipment such as gloves, headgear/hats, masks, boots, and long shirts and pants. Incomplete use of PPE can make it easier for worm eggs to enter the pores of the skin, hands, and mouth (Aritonang, 2019).

Based on research conducted (Saftarina et al., 2020), 52.6% of farmers who did not wear PPE completely were infected with STH, and of farmers who wore PPE completely, only 11.8% were infected. This research is in line with research conducted by (Baidowi et al., 2019) in the Kaliptuh Plantation, Sumber Bulus Village, Ledokombo sub-district, Jember district, that as many as 91.67% of workers use PPE well, and 8.33% use PPE poorly. This study showed a significant relationship between the use of PPE and the incidence of STH infection. Workers who do not wear footwear are 13 times more at risk of STH infection than workers who wear footwear. By using footwear, the transmission of STH infections, especially hookworm and *strongyloides stercoralis*, which can penetrate the skin of human feet in larval form, can be interrupted.

Using long sleeves and long pants is also significantly associated with STH infection status. Workers who rarely wear long clothes are 11.5 times more at risk of STH infection than those who wear long clothes. Long clothing will protect against the penetration of worms directly into the skin when in direct contact with the soil (Baidowi et al., 2019). Farmers are advised to increase awareness about using personal protective equipment when working to avoid exposure to dangerous agents (Kurniyawan et al., 2023).

### **Personal Hygiene**

According to the 2004 R1 health department, Personal Hygiene is maintaining and protecting personal hygiene to maintain health. Meanwhile, according to Andarmoyo (2012), Personal Hygiene is maintaining individual hygiene and health to achieve physical and psychological well-being. Farmers are occupations that have a high risk of worm infection due to direct contact with the soil. Work in direct contact with the soil can affect the frequency of worm infections (Rosdarni, 2022). Based on research conducted (Saftarina et al., 2020), the underlying factor for STH infection in Pinang Jaya Village, Lampung, is the lack of personal hygiene habits, such as wearing footwear when doing activities outside the home, with 70% of farmers infected with STH due to lack of personal hygiene and 30% not infected. According to research (Idayani et al., 2021), Soil-Transmitted Helminths (STH) infection in vegetable farmers in Gianyar Regency has no relationship with personal hygiene habits. This study's results align with research (Aritonang, 2019) in Kartama Pekanbaru, where there is no relationship between personal hygiene, such as hand washing and nail hygiene, Soil Transmitted Helminths (STH) worm infections.

The results of another study showed no relationship between personal hygiene and the presence of STH eggs in farmers' nails (Mebiana et al., 2021). This study is in line with the results of research (Fatmasari et al., 2020) that as many as 96% of the samples proved negative or there were no helminth eggs on the nails of farmers in the Tanete Village area, Bulukumpa District, Bulukumpa Regency.

Although there is no significant relationship between hand washing and worm infection, maintaining personal hygiene is still carried out to prevent infection with other diseases. Personal hygiene is vital in minimizing microorganisms that enter the body to prevent a person from being infected with the disease (Suraini et al., 2018). Good personal hygiene habits can prevent and control disease and various hygiene-related health problems (CDC, 2022). According to the Centers for Disease Control and Prevention, essential times for germs to spread and cause disease are after going to the toilet, touching garbage or soil, and touching animals, animal feed, or animal feces.

### **Environmental Sanitation**

The environment is an inseparable part of human life activities. Based on Law Number 32 of 2009 concerning Environmental Protection and Management, "An environment is a unit of space with all objects, forces, conditions, and living things, including humans and their behavior, which affects nature itself, the continuity of life, and the welfare of humans and other living things." Environmental sanitation is a condition of control over human physical environmental factors to maintain and protect environmental cleanliness so as not to affect health adversely (Slamet, 2002). Several studies have shown contamination of worm eggs or larvae in water and soil sources.

Research conducted (Armiyanti, 2023) in the Jenggawah sub-district, Jember district, showed that 7.1% of feces samples were infected with STH. The water sources used by the community, including well water and river water, have been contaminated with STH by 25%. Well, water contamination by STH eggs and larvae is caused by good conditions that do not meet health requirements, such as water sources that are too close to septic tanks. This aligns with research by Ali

(2016) on vegetable farmers in the Maharatu village of Pekanbaru city, where all respondents who had unclean water sources were positively infected with worms. According to research (Ali, 2016), drinking healthy water must have health requirements. 1) Water that is colorless, odorless, and has no taste. 2) Water that is free from all bacteria, especially pathogenic bacteria. 3) Water that contains certain substances in certain amounts as well.

## CONCLUSION

Personal Hygiene is maintaining individual Hygiene and health to achieve physical and psychological well-being. Farmers are occupations that have a high risk of worm infection due to direct contact with the soil. Work directly related to the soil can affect the frequency of worm infections. Farmers should use personal protective equipment such as gloves, headgear/hats, masks, boots, and long shirts and pants. Incomplete use of PPE can make it easier for worm eggs to enter the pores of the skin, hands, and mouth. Personal hygiene is important in minimizing microorganisms entering the body to prevent someone from being infected. The important times for germs to spread and cause disease are after going to the toilet, touching garbage or soil, and touching animals, animal feed, or animal feces. Contamination of well water by STH eggs and larvae is caused by good conditions that are not under health requirements, such as water sources that are too close to septic tanks.

## ACKNOWLEDGMENTS

Thank you to Nur Dina Koyyimah, Riska Agustiana, and all students of the Faculty of Nursing, University of Jember

## REFERENCES

- Ali, R. U., Zulkarnaini, Z., & Affandi, D. (2016). The relationship between personal hygiene and environmental sanitation with the incidence of soil-transmitted helminths among vegetable farmers in Maharatu Village, Marpoyan Damai District, Pekanbaru City. *Indonesian Environmental Dynamics*, 3(1), 24-32.
- Andarmoyo, S. (2012). *Personal Hygiene Concepts, Processes, and Applications In Nursing Practice*. Yogyakarta: Graja Ilmu.
- Apsari, P. I. B., N. W. Winiati, H. Arwati, Y. P. Dachlan. 2020. Overview of Soil-Transmitted Helminth Infection among Farmers in Gelgel Village, Klungkung Regency. *WICAKSANA, Journal of Environment & Development*. 4 (2): 21-30. <https://doi.org/10.22225/wicaksana.4.2.2020.21-30>
- Aritonang, B. N. (2019). Relationship between Personal Hygiene and Soil-Transmitted Helminth Disease among Kartama Vegetable Farmers in Pekanbaru City. *Journal of Medical Laboratory Science and Technology*. 4(2): 39-43.
- Armiyanti, Y., Yudinda, B. A., Fatmawati, H., Hermansyah, B., & Utami, W. S. 2023. Contamination of Water Sources by Intestinal Worms and Sanitation Hygiene as Risk Factors for Helminthiasis Infection in Farmers. *Jurnal Kesehatan Lingkungan Indonesia*. 22(1): 60-68. <https://doi.org/10.14710/jkli.22.1.60-68>.

- Baidowi, I. I., Armiyanti, Y., Febianti, Z., Hermansyah, B., & Nurdian, Y. (2019). Relationship between the Use of Personal Protective Equipment and Soil-Transmitted Helminths Infection Status Among Farm Workers at Kaliputih Plantation, Jember Regency.
- CDC 2022. Personal Hygiene. <https://www.cdc.gov/hygiene/personal-hygiene/index.html> [accessed May 28, 2023].
- Centers for Disease and Prevention. 2022. Parasite-Soil Transmitted Helminths. <https://www.cdc.gov/parasites/sth/index.html>. [Accessed June 16, 2023].
- Fatmasari, K., Arwie, D., Fatimah. (2020). Identification of Intestinal Nematode Worm Eggs Using the Sedimentation Method in Nail Samples of Rice Field Farmers in Tanete Village, Bulukumba District, Bulukumba Regency. *TLM Blood Smear Journal*, 1(1), 18-23.
- Idayani, S., N. L. N. D. D. Putri, M. F. Abadi. 2021. Relationship between Personal Hygiene and Soil-Transmitted Helminths Infection among Vegetable Farmers in Gianyar Regency. *Bali Medika Journal*. 8 (3): 233-238. <https://doi.org/10.36376/bmj.v8i3.162>
- Kurniawan, D. E., Hadi Kurniyawan, E., Ferdy Rivaldi, M., Yahya Fahrezi, R., Risqi Aprianti, S., Tri Afandi, A., & Rosyidi Muhammad Nur, K. (2023). Personal Hygiene Reduces the Risk of Soil-Transmitted Helminth Worm Infection. *Health and Technology Journal (HTechJ)*, 1(6), 656–664. <https://doi.org/10.53713/htechj.v1i6.129>
- Kurniyawan, E. H., Alfid Tri Afandi, Shindy Gentsia Rahardika, Fika Putri Kharisa, Septiani Eka Lestari, Aril Alifia Salsabila, and Ahmad Zainuri. (2023). Overview of the Occurrence of Green Tobacco Sickness (GTS) in Tobacco Farming Areas: A Literature Review. *Journal Of Local Therapy*, 2(2), 73 - 83. doi:10.31290/jlt.v2i2.4129
- Kurniyawan, E. H., Andriyani, A., Wuriyaningsih, E. W., Dewi, E. I., Yunanto, R. A., Deviantony, F., & Fitria, Y. (2023). Self-efficacy and Job Stress among Tobacco Farmers. *Health and Technology Journal (HTechJ)*, 1(3), 236–242. <https://doi.org/10.53713/htechj.v1i3.41>
- Mebiana, M. S., D. P. K. Wardani, I. Mujahid, dan Supriyadi. 2021. Detection of Soil Transmitted Helminth (STH) Eggs in Farmers' Nails. *Meditoty*. 9(2): 76-85. <http://dx.doi.org/10.33992/m.v9i2.1698>.
- Nasution, A. N., E. Girsang, E. Marpaung, and C. S. Sinaga. 2022. Relationship of Soil-Transmitted Helminths (STH) Infection with Anemia and Nutritional Status among Farmers in Parhitean Village, Pintu Pohan Meranti Subdistrict, Toba Samosir Regency. *Journal of Education and Counseling* . 4(5): 5645-5651. <https://doi.org/10.31004/jpdk.v4i5.7570>
- Paller, V. G. V., and S. B. Abion. 2019. Soil-transmitted helminth (STH) eggs contaminating soils in selected organic and conventional farms in the Philippines. *Parasite Epidemiology and Control*. 7: e00119. <https://doi.org/10.1016/j.parepi.2019.e00119>
- Peraturan Menteri Tenaga Kerja dan Transmigrasi Nomor 08 Tahun 2010. Alat Pelindung Diri. 6 Juli 2010. Lembaga Negara Republik Indonesia Tahun 2010 Nomor 330. Jakarta.
- Rosdarni, R., & Barani, S. Y. (2022). Identification of Soil-Transmitted Helminths in Rice Paddy Farmers Using the Flotation Centrifugation Method in Jatibali Village, West Ranomeeto District, South Konawe Regency. *Mandala Waluya Health Scientific Journal*. 2(1): 1-6. <https://doi.org/10.54883/jikmw.v2i1.13>

- Saftarina, F., Hasan, M., Suwandi, J. F., & Syani, A. Y. (2020). Incidence of soil-transmitted helminth infection among farmers. *Syah Kuala Medical Journal*, 20(3).
- Slamet, J.S. (2002). *Environmental Health*. Gajah Mada. Yogyakarta
- Suraini, Kaselawaty and Fitra Wahyuni. 2018. The Effect of Knowledge and Personal Hygiene on the Incidence of Worm Infection in Students of Sdn 50 Kampung Jambak Padang. *Proceedings of the Pioneer Health Seminar*. 1(1).
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 32 Tahun 2009. *Perlindungan dan Pengelolaan Lingkungan Hidup*. 3 Oktober 2009. Lembaga Negara Republik Indonesia Tahun 2009 Nomor 140. Jakarta.
- Wijaya, N. (2021). Edukasi Personal Hygiene dan Pengendalian Faktor Risiko Infeksi Cacing Tambang. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 3(1), 59-64. <https://doi.org/10.37287/jpm.v3i1.420>
- World Health Organization. 2023. *Soil-Transmitted Helminths Infection*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/soil-transmitted-helminth-infections>. [Accessed June 16, 2023].

## Case Study

**PENERAPAN TEKNIK MENGHARDIK DAN TERAPI SPIRITUAL ZIKIR PADA PASIEN HALUSINASI DI PUSKESMAS PURBARATU KOTA TASIKMALAYA***Application of Rebuke Techniques and Spiritual Remembrance Therapy for Hallucination Patients in the Purbaratu Community Health Center, Tasikmalaya City*Asep Riyana<sup>1</sup>, Denisa Fitriani<sup>2</sup><sup>1</sup>Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya, Indonesia<sup>2</sup>Prodi Diploma Tiga Keperawatan Poltekkes Tasikmalaya, Indonesia**ABSTRACT**

Corresponding author :

Asep Riyana

[banisulaeman@gmail.com](mailto:banisulaeman@gmail.com)**Keywords** : Hallucinations,  
Rebuking, Zikir

*Hallucinations are one of the symptoms of mental disorders in individuals characterized by sensory alterations of perception, perceiving false sensations in the form of sounds, visions, tastings, touching or discolorations that actually feel a stimulus that no client who experiences hallucinations can lose control of himself so as to harm himself, others and the environment. How to control hallucinations, one of which is to rebuke hallucinations by rejecting the hallucinations that appear can control hallucinations. knowing the description of the application of rebuking techniques and zikir spiritual therapy, knowing the ability to control hallucinations after rebuking techniques and zikir spiritual therapy are carried out. The design in this study is qualitative with a case study approach to explore problems in hallucinatory patients using rebuking techniques and spiritual therapy. Data collection with assessment and instruments of signs and symptoms as well as instruments of the ability to control hallucinations. The results of the second study of patients after the act of rebuking and spiritual therapy suggested a decrease in the signs and symptoms of hallucinations as well as the ability to control the patient's hallucinations. In patient 1 there was a decrease in signs and symptoms by 7 signs and symptoms, in patient 2 as many as 4 signs and symptoms. The conclusion after the implementation of the technique of rebuking and spiritual therapy of thought the researcher was able to describe the application, signs and symptoms, the ability to constrict hallucinations. Suggestions for other studies to study in more depth and in conducting research can use a longer time so that the data obtained are more accurate and more convincing that the application of rebuking and spiritual therapy can be useful when hallucinations appear.*

## ABSTRAK

**Kata Kunci:** Halusinasi, Menghardik, Zikir

Halusinasi merupakan gangguan jiwa pada individu yang ditandai dengan perubahan sensori persepsi merasakan sensasi palsu berupa suara, penglihatan, atau penghidu. Salah satu cara mengontrol halusinasi yaitu menghardik halusinasi dengan menolak halusiansiyang muncul dapat mengendalikan halusinasi Tujuan pada penelitian ini untuk mengetahui penerapan Teknik menghardik dan terapi spiritual zikir pada pasien halusinasi. Desain pada penelitian ini adalah kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Pengumpulan data dengan pengkajian dan instrumen tanda dan gejala serta instrumen kemampuan mengontrol halusinasi. Hasil penelitian kedua pasien setelah dilakukan tindakan menghardik dan terapi spiritual zikir menunjukan penurunan tanda dan gejala halusinasi serta kemampuan mengontrol halusinasi pasien meningkat. Pada pasien 1 terdapat penurunan tanda dan gejala sebanyak 7 tanda dan gejala, pada pasien 2 sebanyak 4 tanda dan gejala. Kesimpulan setelah dilaksanakan teknik menghardik dan terapi spiritual zikir peneliti mampu menggambarkan penerapan, tanda dan gejala, kemampuan mengontrol halusinasi. Saran untuk penelitian lain untuk mengkaji lebih mendalam dan dalam melakukan penelitian dapat menggunakan waktu yang lebih panjang supaya data yang didapatkan lebih akurat dan lebih meyakinkan bahwa penerapan menghardik dan terapi spiritual zikir dapat berguna pada saat halusinasi muncul.

---

## PENDAHULUAN

Kesehatan jiwa adalah kondisi dimana seseorang individu dapat berkembang secara fisik, mental, spiritual, dan sosial sehingga individu tersebut menyadari kemampuan sendiri, mengatasi tekanan, dapat bekerja secara produktif, mampu memberikan kontribusi untuk komunitasnya. (Undang - Undang No 18 Tahun 2014) Kesehatan jiwa merupakan keadaan diri yang mampu bertanggung jawab, adanya kesadaran, tidak mengkhawatirkan apapun, bisa mengatasi ketegangan sehari – hari, dan diterima pada pada suatu kelompok serta berguna dalam kalangan masyarakat yang pada umumnya puas dengan kehidupannya (Shives, 2012, dalam Pardede et al, 2015) Sejalan dengan itu Kesehatan jiwa menurut Zedadra et al.,(2019) dalam Aini, (2021) merupakan permasalahan yang relevan di dunia, termasuk di Indonesia. Di Indonesia, dengan berbagai faktor yaitu faktor biologis, faktor psikologis, dan sosial keanekaragaman penduduk yang mempengaruhi terhadap sulitnya pemenuhan kesejahteraan dari ketiga aspek tersebut, menimbulkan jumlah kasus gangguan jiwa terus bertambah.

Gangguan jiwa merupakan gangguan pada fungsi mental dimana adanya penyimpangan pikiran, emosi, perilaku, motivasi, perasaan, keinginan, kemauan & persepsi sehingga mengakibatkan gangguan dalam proses kehidupan di masyarakat. (Nasir dan Muhith, 2011) . Sedangkan menurut Stuart (2016) gangguan jiwa adalah keadaan psikologis individu mengalami penurunan fungsi tubuh, merasa tertekan, merasa tidak nyaman, dan adanya penurunan fungsi peran individu di masyarakat.

Menurut data dari WHO (World Health Organization) tahun 2019, di dunia prevalensi gangguan jiwa terdapat 264 juta orang mengalami depresi, 45 juta orang mengalami gangguan bipolar, 50 juta orang mengalami demensia, dan 20 juta orang mengalami skizofrenia. Prevalensi skizofrenia di Indonesia menurut data dari (Riset Kesehatan Dasar, 2018), sebanyak 6,7 permil atau setara dengan 282.654 orang yang mempunyai anggota rumah tangga (ART) yang mengidap skizofrenia.

Berdasarkan tempat tinggal di Indonesia Gangguan jiwa skizofrenia atau psikosis lebih banyak terdapat di perdesaan yaitu sebanyak (7,0%) daripada perkotaan (6,4%). Sedangkan di Jawa Barat sebanyak 5% atau setara dengan 55.113 orang prevalensi gangguan jiwa skizofrenia. Sedangkan prevalensi skizofrenia di Kota Tasikmalaya terus mengalami peningkatan setiap tahunnya, pada tahun 2016 sebanyak 528 orang kemudian mengalami peningkatan pada tahun 2017 menjadi 624 orang. (Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya, 2017)

Skizofrenia adalah keadaan gangguan jiwa berat yang ditandai dengan adanya penurunan atau ketidakmampuan komunikasi, gangguan realitas (halusinasi atau waham), efek tidak wajar atau tumpul, gangguan kognitif (tidak mampu berpikir abstrak) serta mengalami kerusakan melakukan aktivitas sehari-hari (Pratiwi et al., 2018), gejala dari skizofrenia dapat digolongkan menjadi dua gejala yaitu gejala positif serta gejala negatif. Gejala positif seperti halusinasi, delusi, gangguan kognitif atau pemikiran. Sedangkan gejala negatif seperti seperti tidak menampakkan atau mengekspresikan emosi pada wajah, kurangnya dorongan untuk beraktivitas dan kurangnya kemampuan bicara sosial (Ma'riful dkk, 2016). Menurut Yosep (2011) dalam Is Susilaningih et.al, (2019) diperkirakan lebih dari 90 % klien dengan skizofrenia mengalami halusinasi. Halusinasi yang paling banyak diderita yaitu halusinasi pendengaran dengan mencapai kurang lebih 70%, dengan peringkat kedua dengan rata-rata 20% adalah halusinasi penglihatan. Sementara jenis halusinasi yang lainnya hanya meliputi 10% (Muhith, 2015).

Halusinasi adalah salah satu gejala gangguan jiwa pada individu yang ditandai dengan perubahan sensori persepsi, merasakan sensasi palsu berupa suara, penglihatan, pengecap, perabaan, atau penciuman yang sebenarnya measakan stimulus yang tidak ada (Keliat 2011 dalam Jayanti & Mubin, 2021). Klien yang mengalami halusinasi dapat kehilangan kontrol dirinya sehingga membahayakan dirinya, orang lain dan lingkungan. Beberapa masalah yang diakibatkan oleh halusinasi biasanya mengalami masalah keperawatan yang menjadi penyebab munculnya halusinasi. Akibat yang ditimbulkan halusinasi dapat membahayakan dirinya sendiri, orang lain maupun lingkungan disekitarnya yang bersifat merugikan (Pratiwi et al., 2018). Klien yang mengalami halusinasi disebabkan karena ketidakmampuan pasien menghadapi stresor serta kurangnya kemampuan dalam mengontrol halusinasi (Hidayat, 2014).

Upaya untuk mengatasi halusinasi salah satunya dengan menggunakan menghardik halusinasi. Tindakan keperawatan klien halusinasi meliputi, membantu klien mengenali halusinasi tentang isi halusinasi, halusinasi yang didengar, dilihat, waktu terjadi halusinasi, frekuensi terjadi halusinasi, situasi yang menyebabkan halusinasi muncul dan respon klien saat halusinasi muncul. Cara mengontrol halusinasi salah satunya menghardik halusinasi dengan menolak halusinasi yang muncul dapat mengendalikan halusinasi (Dermawan, 2013)

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Muni Pratiwi & Heri Setiawan (2018) tentang Tindakan Menghardik Untuk Mengatasi Halusinasi Pendengaran Pada Klien Skizofrenia Di Rumah Sakit Jiwa, bahwa efektifitas dilakukan latihan menghardik halusinasi terhadap kedua klien menunjukkan adanya penurunan tanda dan gejala yang terdapat pada kedua klien. Sedangkan berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada tahun 2019 yang dilakukan oleh Is Susilaningih et al., tentang "Penerapan Strategi Pelaksanaan Teknik Menghardik Pada Ny. T Dengan Masalah Halusinasi Pendengaran" dengan menggunakan metoda ceramah dan tanya jawab, simulasi dan deontrasi tentang teknik menghardik yang benar. Didapatkan hasil bahwa klien mampu mendemonstrasikan teknik menghardik baik pada saat halusinasi itu muncul, mampu membuat jadwal harian.

Terdapat beberapa cara untuk mengontrol halusinasi, pertama dengan cara menghardik, minum obat, bercakap –cakap, dan aktivitas terjadwal. Mengurangi resiko halusinasi muncul dapat menyibukan diri dengan beraktivitas (Dermawan dan Rusdi 2013). Sedangkan menurut Afnuhazi

(2015) Dengan menyibukan diri dengan beraktivitas seseorang tidak akan ada waktu untuk menyendiri. Aktivitas terjadwal dapat dilakukan dengan cara terapi spiritual atau zikir (Keliat dkk 2014 dalam Safitri, 2019)

Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Nining Nur Safitri, Weni Hastuti, Wijayanti, (2019) tentang upaya penerapan aktivitas terjadwal dengan terapi spiritual pada pasien gangguan halusinasi sensori dari penelitian tersebut didapatkan hasil evaluasi dari implementasi keperawatan, dua klien mampu mengontrol halusinasi dan dapat melakukan aktivitas terjadwal dengan menggunakan terapi spiritual secara mandiri dengan jadwal kegiatan harian. Satu pasien yang tidak mampu mengontrol halusinasi karena pasien tidak mampu mengontrol halusinasi melalui aktivitas. Penelitian yang dilakukan oleh Dermawan (2017) dengan upaya mengontrol halusinasi dengan spiritual zikir menunjukkan adanya pengaruh terhadap mengontrol halusinasi dengan pasien gangguan halusinasi penglihatan dan pendengaran di RSJ Dr. Arif Zainudin Surakarta.

Berdasarkan fenomena yang terjadi pada gangguan jiwa adalah skizofrenia, dimana skizofrenia dapat dikaitkan sebagai gangguan jiwa yang banyak diderita. Salah satu dari gejala yang ditimbulkan adalah halusinasi, dan berdasarkan dari penelitian sebelumnya setelah dilakukan tindakan menghardik serta terapi spiritual penderita halusinasi dapat menunjukkan adanya penurunan tanda gejala serta kemampuan mengontrol halusinasi, akibat yang ditimbulkan dari halusinasi apabila tidak ditangani dapat membahayakan dirinya sendiri, orang lain, maupun lingkungan disekitarnya yang bersifat merugikan. Maka penulis tertarik melakukan penelitian yang berjudul pengaruh terapi spiritual zikir pada pasien halusinasi di wilayah puskesmas purbaratu kota tasikmalaya.

## **METODE**

Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Purbaratu selama lima hari perawatan dan dengan setiap hari dilakukan evaluasi, dalam penelitian ini menggunakan jenis desain deskriptif, melalui pendekatan studi kasus untuk mengetahui gambaran penerapan Teknik menghardik dan terapi spiritual zikir terhadap penurunan tanda dan gejala pada pasien dengan gangguan persepsi sensori: halusinasi dengan dilakukan kepada kedua subjek yang memiliki gangguan persepsi sensori: halusinasi dengan memberikan intervensi. Kemudian dilakukan observasi sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Subjek dalam penelitian ini ditentukan berdasarkan instrument tanda dan gejala halusinasi serta instrumen kemampuan mengontrol halusinasi, pasien yang sudah melakukan pengobatan, pasien yang belum diberikan teknik mengontrol halusinasi dengan menghardik dan terapi spiritual zikir, tidak ada gangguan berbicara dan bertempat tinggal dengan keluarga memiliki kriteria yaitu berdasarkan usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, keluarga dengan penyakit yang sama dan lama sakit.

Pada penelitian ini menggunakan instrument tanda dan gejala halusinasi dan instrumen kemampuan mengontrol halusinasi untuk mengetahui perubahan tanda dan gejala dan gejala. Penerapan Teknik menghardik dan terapi spiritual zikir ini dilakukan selama empat hari dan satu hari pengkajian serta pendekatan kepada pasien, Tindakan dilakukan 1 kali dalam sehari. Sehingga tujuan dilaksanakannya penelitian ini yaitu untuk mengetahui penerapan Teknik menghardik dan terapi spiritual zikir pada pada pasien halusinasi terhadap penurunan tanda dan gejala halusinasi serta kemampuan dalam mengontrol halusinasi.

## **HASIL**

Kemampuan mengontrol halusinasi sebelum dilakukannya tindakan menghardik dan terapi spiritual zikir dimana pasien 1 (Ny. M) kurang dan pasien 2 (Ny. L) cukup. Kemampuan mengontrol halusinasi kedua pasien setelah dilakukannya tindakan menghardik dan terapi spiritual kedua pasien memiliki kemampuan cukup dan baik.

## PEMBAHASAN

Penurunan tanda dan gejala halusinasi tersebut terjadi setiap hari setelah dilakukannya penerapan teknik menghardik dan terapi spiritual zikir. Namun, pada penerapan ini terdapat perbedaan penurunan tanda dan gejala halusinasi antara pasien 1 (Ny. M) dengan pasien 2 (Ny. L) sesudah dilakukan penerapan teknik menghardik dan terapi spiritual zikir, hal tersebut terjadi akibat dari respon pasien ketika diberikan teknik menghardik dan terapi spiritual zikir pasien 1 (Ny.M) yaitu pasien yang lambat untuk melakukan terapi menghardik dan terapi spiritual zikir karena pasien belum mampu memfokuskan pikiran serta kurangnya konsentrasi pasien. Sedangkan pada pasien 2 (Ny. L), mampu melakukan teknik menghardik dan terapi spiritual zikir dengan efektif dan mampu memfokuskan pikiran serta konsentrasi. Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Lidia Kumala Dewi, 2021) bahwa hasil penelitian menunjukkan setelah dilakukannya terapi menghardik kedua responden mengalami penurunan tanda dan gejala halusinasi hal tersebut diakibatkan kedua responden ketika melakukan terapi, responden lebih fokus dan konsentrasi pada halusinasinya. Faktor lain yang mempengaruhi terhadap penurunan tanda dan gejala halusinasi adalah usia, jenis kelamin dan pendidikan. Pendidikan menyangkut kemampuan ilmu seperti aktifitas berfikir yang menyangkut kemampuan seseorang, pendidikan adalah suatu pengalaman untuk meningkatkan kualitas dan kemampuan seseorang (Zahrah, 2018). Data yang didapatkan pasien 1 (Ny.M) menempuh pendidikan SMP serta pasien 2 (Ny.L) menempuh pendidikan SMA. Dibuktikan ketika proses penerimaan pasien dalam menerima dan melaksanakan penerapan teknik menghardik dan terapi zikir. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dewi & Pratiwi (2021) bahwa terdapatnya perbedaan pendidikan responden 1 menempuh pendidikan SMP dan responden 2 menempuh pendidikan SMA, bahwa tingkat pendidikan tersebut berpengaruh dalam melakukan terapi menghardik dan terhadap perbedaan penurunan tanda dan gejala. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti lain dengan memodifikasi antara menghardik dengan zikir terhadap penurunan halusinasi dengan menunjukkan bahwa ada kolerasi yang signifikan antara teknik spiritual untuk menurunkan halusinasi ( $p\text{-value} < 0,005$ ), dimana tingkat spiritual lebih tinggi dan dapat menurunkan gejala halusinasi. Sehingga teknik spiritual disarankan untuk dimasukkan dalam asuhan keperawatan individu dengan halusinasi (Muhamad, 2017).

Perbedaan penurunan tanda dan gejala pada kedua pasien juga diakibatkan oleh penyebab terjadinya halusinasi yaitu faktor predisposisi dan faktor presipitasi. Penyebab terjadinya halusinasi adalah dibagi dalam faktor predisposisi dan factor presipitasi. Faktor predisposisi adalah faktor perkembangan ditandai kurang kontrol emosional sehingga klien kurang mandiri dan frustrasi sehingga kehilangan percaya diri, faktor sosiokultural ditandai stress menghadapi lingkungan, faktor biokimia terjadi stress yang meningkat atau ketidak seimbangan antar acetylcolin dan dopamine sehingga menimbulkan kecemasan (Yosep, 2011). Faktor presipitasi penyebab terjadinya halusinasi adalah biologis dimana keadaan abnormalitas otak sehingga respon neurologis/stimulus menjadi maladaptive, stress lingkungan yaitu berinteraksi terhadap lingkungan kurang baik sehingga terjadi gangguan perilaku, dan koping dimana individu yang bersangkutan dalam menghadapi stress yang maladaptive (Struart dan Sundeen, 2013).

Pelaksanaan teknik menghardik dan terapi spiritual zikir dilakukan selama 5x pertemuan. Pelaksanaan pemberian teknik menghardik dan terapi spiritual zikir dimulai pada pertemuan ke 2, dikarenakan pada pertemuan pertama kedua pasien belum terbuka dan masih kaku serta ketersediaan kedua pasien dalam melakukan tindakan menghardik dan spiritual zikir pada hari pertama masih belum berkenan, kedua pasien menghendaki pada hari berikutnya. Pada pertemuan pertama peneliti melakukan pengkajian keperawatan, pengkajian dilakukan dengan pengumpulan data melalui observasi dan wawancara. Pada hari pertama pengkajian dengan mengidentifikasi jenis, isi, waktu, frekuensi, respon, situasi, munculnya halusinasi serta mengukur tanda dan gejala awal dengan menggunakan instrumen tanda dan gejala. Pada saat penulis mengajukan pertanyaan mengenai jenis,

isi, waktu, frekuensi, respon, situasi, halusinasi yang muncul, pada awalnya pasien 1 (Ny.M) terlihat bingung tentang pertanyaan yang diberikan, kemudian peneliti mengulang sekali lagi pertanyaan tersebut dengan pelan dan menjelaskan contoh jawaban dari pertanyaan. Kemudian pasien menjawab mendengar suara yang tidak ada wujudnya, isi suara adalah suara perempuan yang mengajak pada hal negatif dan waktu munculnya halusinasi adalah pada saat melamun, tidak ada aktifitas serta sebelum tidur. Pasien merasa jengkel pada saat halusinasi itu muncul. Hal tersebut sesuai dengan yang disampaikan Nurjanah (2001) dalam (Siti Nafiatun, 2020) bahwa teknik pengulangan atau restarting adalah pikiran utama yang diekspresikan oleh klien, hal tersebut dapat dibuktikan dengan menggunakan teknik tersebut, pasien 1 (Ny.M) mampu menjawab pertanyaan yang diajukan oleh peneliti.

Pada pasien 2 (Ny.L) menjawab dengan mengatakan mendengar sesuatu yang tidak ada wujudnya, isi suara adalah suara perempuan namun kadang juga laki – laki yang mengatakan hal yang negatif, waktu halusinasi muncul adalah sebelum tidur dan ketika tidak beraktifitas ataupun sedang melamun, respon yang dilakukan saat halusinasi itu muncul pasien merasa terganggu dan khawatir. Hal tersebut menunjukkan bahwa pasien mengenal halusinasi sebagai masalah, sehingga pasien ingin menghentikan suara – suara tersebut salah satunya dengan menggunakan teknik menghardik dan terapi spiritual zikir. Hal tersebut didukung oleh pernyataan ahli dimana teknik menghardik halusinasi merupakan upaya untuk mengendalikan diri terhadap halusinasi dengan cara menolak halusinasi yang muncul, pasien mengatakan tidak terhadap halusinasinya (Keilat, 2013). Supaya lebih efektif dikombinasikan dengan terpi spiritual zikir. Orang yang selalu berzikir mengingat Allah dalam keadaan bagaimana pun akan terhindar segala tingkah laku yang negatif dan hatinya akan tenang, nyaman dan damai. Hal ini biasanya dibarengi dengan berbagai khayalan hati maupun pikiran sehingga setan dengan mudah memberikan rasa was-was kedalam hati manusia, untuk itu hanya zikir yang dapat menutup pintu masuk setan, karena zikir merupakan lawan dari semua godaan setan dan dapat terputus dengan zikir kepada Allah. (Saefullah, 2012). Terapi zikir juga dapat di terapkan pada pasien halusinasi, karena ketika pasien melakukan terapi zikir dengan tekun dan memusatkan perhatian yang sempurna (khusus) dapat memberikan dampak saat halusinasi itu muncul, pasien juga bisa menghilangkan suara-suara yang muncul dapat menyibukkan diri dengan melakukan terapi zikir. (Fananda, 2012).

Kemudian dilanjutkan mengukur tanda dan gejala awal dengan menggunakan instrumen tanda dan gejala, hasil pasien 1 (Ny.M) terdapat 12 tanda dan gejala meliputi mendengar sesuatu yang tidak ada objeknya, tidak mampu atau kurang konsentrasi, cepat berubah pikiran, curiga, takut, khawatir, jengkel, mudah tersinggung, gerakan mata cepat, dan sering melamun dan pada pasien ke 2 (Ny. L) 7 tanda dan gejala berupa mendengar sesuatau yang tidak ada objeknya, ketakutan pada sesuatu yang tidak jelas, curiga, takut, khawatir, ekspresi wajah tegang dan merah, sering melamun.

Pada pertemuan kedua dengan pasien 1 (Ny.M) dan 2 (Ny.L) peneliti terlebih dahulu menayakan perasaan pasien. menjelaskan tujuan dari menghardik halusinasi dan terapi spiritual zikir. Dilakukan teknik menghardik dan terapi spiritual zikir. Pertama peneliti mengajarkan cara dan informasi tentang mengontrol halusianasi dengan SP 1 yaitu teknik menghardik, dengan mengucapkan “pergi kamu suara kamu palsu aku tidak mau mendengarkan kamu” diulangi selama 3 kali kemudian dilanjutkan kepada terapi spiritual zikir dengan mengucapkan astagfirullahaladzim, subhannallah, alhamdulillah, Allahuakbar, Lailahailallah, bismillahirrahmanirahim masing masing dibaca 33x atau menyesuaikan dengan keadaan pasien. Setelah diberikannya informasi dan dilakukannya pengulangan, . Dengan adanya informasi yang diberikan langkah-langkan yang telah ditunjukkan oleh peneliti diharapkan kedua pasien mampu memahami cara menghardik dan terapi spiritual zikir dengan tepat dan diharapkan pasien dapat mengingat kata – kata yang sudah diajarkan dan dapat melakukan secara mandiri pada saat muncul halusinasi. Hal ini sesuai dengan penadapat Nurjanah (2001) bahwa menawarkan informasi adalah menyediakan tambahan informasi dengan tujuan untuk mendapatkan

respon lebih lanjut. Beberapa keuntungan dari menawarkan informasi adalah akan memfasilitasi komunikasi, mendorong pendidikan kesehatan, dan memfasilitasi pasien dalam mengambil keputusan sedangkan menurut Stuart & Sundeen (1995) hal yang tidak boleh dilakukan adalah menasehati klien pada saat memberikan informasi. Setelah dilakukan tindakan menghardik dan terapi spiritual zikir, peneliti mengevaluasi tanda dan gejala halusinasi, dan terdapat adanya penurunan tanda dan gejala yaitu pasien ke 1 (Ny.M) adalah 10 tanda dan gejala. Sedangkan pada pasien ke 2 (Ny. L) pada hari kedua belum ada penurunan tanda dan gejala. Setelah tindakan selesai masukan kegiatan ke dalam jadwal kegiatan harian. Pada pertemuan ke 2 pasien 1 belum bisa mengontrol halusinasi karna belum fokus dalam melakukan terapi zikir.

Pada pertemuan ketiga dengan pasien 1 dan 2 mengevaluasi hasil dari pertemuan sebelumnya dengan menanyakan perasaan yang saat ini dirasakan oleh pasien, memberikan SP 2 yaitu melatih cara mengontrol halusinasi dengan obat. Setelah diwawancara pasien 1 (Ny.M) rutin meminum obat namun sudah 2 hari kemarin klien lupa meminum obat karena ketiduran. Pada pasien 2 (Ny.L) mengatakan sudah 1 tahun tidak meminum obat dikarenakan pasien malas dengan efek samping yang dirasakan. Setelah peneliti melakukan tindakan menghardik dan terapi spiritual zikir pada kedua pasien kemudian peneliti mengevaluasi melakukan kembali tindakan menghardik halusinasi dan terapi spiritual zikir dengan cara melakukan kegiatan secara bersama - sama seperti yang sudah dilakukan pada pertemuan sebelumnya. Kemudian mengevaluasi tanda dan gejala halusinasi didapatkan hasil pada pasien 1 (Ny.M) terdapat penurunan tanda dan gejala sebanyak 3 tanda dan gejala sedangkan pada pasien 2 (Ny.L) 1 tanda dan gejala. Terdapat perbedaan penurunan tanda dan gejala peneliti berpendapat bahwa kepatuhan minum obat berpengaruh terhadap kemampuan pasien dalam mengontrol halusinasi dan terhadap penurunan tanda dan gejala halusinasi. hal tersebut selaras dengan yang disampaikan oleh Wulansih (dalam Sirait, 2009) kekambuhan yang dialami pasien disebabkan ketidakpatuhan pasien menjalani pengobatan. Untuk itu, perlu adanya dukungan dari keluarga, orang-orang terdekat dan juga lingkungan sekitar. Melalui pengawasan secara intensif kepada pasien skizofrenia, maka kepatuhan dalam mengkonsumsi obat sehingga pasien merasa memiliki tambahan kekuatan dari keluarga dan orang terdekatnya.

Pada pertemuan keempat dengan pasien 1 dan 2 melakukan evaluasi kemampuan sebelumnya menanyakan perasaan saat ini. Memberikakan SP 3 yaitu melatih cara mengontrol halusinasi dengan bercakap – cakap saat terjadi halusinasi. Kemudian memulai kembali teknik menghardik dan terapi spiritual zikir kemudian kedua pasien diberikan kesempatan untuk melakukan secara mandiri. Beri pujian atau penghargaan atas usaha yang telah dilakukan pasien. Sebagaimana dijelaskan oleh Stuart (1998) dalam Jurnal Siti Nafiatun (2020) teknik reinforcement adalah perilaku atau ucapan yang mampu memberikan penghargaan untuk meningkatkan harga diri klien tanpa memberikan beban, hal ini seharusnya dilakukan untuk memberikan dukungan dan rasa percaya diri dari pasien supaya menjadi tergerak hatinya untuk melakukan teknik yang seharusnya dapat menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi. dan mengidentivikasi tanda dan gejala setelah dilakukannya teknik menghardik dan terapi spiritual zikir. Pada hari keempat tanda dan gejala kedua pasien menurun dan bertambahnya kemampuan pasien mengontrol halusinasi.

Pada pertemuan kelima melatih cara mengontrol halusinasi dengan melakukan kegiatan harian kemudian evaluasi kegiatan menghardik, minum obat dan bercakap–cakap dan kegiatan harian. Evaluasi kemampuan untuk mengontrol halusinasi serta tanda dan gejala halusinasi. Kemampuan mengontrol halusinasi sebelum dilakukan tindakan menghardik dan terapi spiritual zikir.

Bedasarkan hasil penelitian yang dilakukakan selama 5 hari dengan 4 hari pemberian penerapan teknik menghardik dan terapi spiritual zikir kepada kedua pasien disetiap harinya ada penurunan tanda dan gejala serta bertambahnya kemampuan dalam mengontrol halusinasi. Meski demikian perubahan penurunan tanda dan gejala serta kemampuan mengontrol halusinasi dari kedua pasien berbeda, perbedaan tersebut diakibatkan oleh perilaku pasien. Dalam pelaksanaan penerapan teknik menghardik

dan terapi spiritual zikir kedua pasien terdapat perilaku yang berbeda pada Pasien 1 (Ny. M) Mampu mempraktekan intervensi dengan mandiri Pada pelaksanaan penerimaan intervensi klien lambat, Kurang konsentrasi Jarang berlatih. Pada pasien 2 (Ny.L) Mampu mempraktekan intervensi mandiri, pada pelaksanaan intervensi cepat, mampu berkonsentrasi, Mampu berlatih mandiri setiap hari. Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Muni Pratiwi, 2018) hasil perbedaan tindakan yang dilakukan sebelum dan sesudah dilakukan tindakan terbukti ada perbedaan hasil evaluasi menunjukkan adanya penurunan terhadap tanda dan gejala yang terdapat pada klien Sdr. Sa yaitu 87% sedangkan Sdr. So yaitu 67%. Penelitian lain menyatakan bahwa pertemuan dengan pasien 1 dengan pasien 2 menemukan kesulitan, pada pasien 1 pada saat diajarkan teknik kombinasi menghardik dan zikir pasien cenderung sulit memahami kata kata panjang meski pasien kooperatif. Sedangkan pasien 2 cenderung lebih diam pada saat mengobrol (Slamet Wiwi Jayanti, 2021).

Kemampuan mengontrol halusinasi ke 2 pasien berbeda pada pasien 1 (Ny.M) kemampuan mengontrol halusinasi kurang dan pada pasien 2 (Ny.L) kemampuan mengontrol halusinasi cukup. Dikatakan kurang apabila pasien belum mampu mengontrol halusinasi, belum mengetahui cara menghardik halusinasi dan belum mengetahui cara mengalihkan halusinasi dengan cara spiritual zikir. Sedangkan dikatakan baik apabila pasien mampu dan mengetahui cara mengontrol halusinasi, namun belum mengetahui secara keseluruhan tentang cara untuk mengalihkan halusinasi. pada pasien 2, pasien mengetahui dan mampu mengontrol halusinasi. Halusinasi merupakan perubahan persepsi, dimana ketidakmampuan seseorang dalam membedakan antara rangsangan yang muncul dari sumber internal yaitu pikiran dan perasaan dan eksternal yaitu pikiran yang timbul dari lingkungan luar. Beberapa dampak yang akan dialami pengidap gangguan halusinasi adalah kehilangan kontrol dirinya kemudian pasien akan mengalami kepanikan dan perilakunya akan dikendalikan oleh halusinasi yang muncul. Pratiwi et al (2018) menyatakan bahwa cara mengontrol halusinasi dengan menghardik adalah cara paling efektif dalam meningkatkan kemampuan mengontrol halusinasi yang muncul.

Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti selama 5 hari menunjukkan bahwa setelah dilakukannya tindakan menghardik dan terapi spiritual zikir kemampuan mengontrol halusinasi dari ke 2 pasien mengalami peningkatan. Dapat dilihat pada tabel Dengan hasil kemampuan mengontrol halusinasi pada pasien 1 sebelumnya kurang menjadi cukup dan pada pasien 2 sebelumnya cukup menjadi baik kedua pasien mengalami peningkatan namun dengan hasil yang berbeda. Artinya ada perbedaan hasil antara pasien 1 dan pasien 2 dalam kemampuan mengontrol halusinasi. Hal tersebut disebabkan oleh karena pada pasien 1 melakukan menghardik dan terapi spiritual zikir masih memiliki hambatan sehingga kurang fokus dalam melakukan terapi zikir. Peningkatan kemampuan mengontrol halusinasi pada pasien dapat dipengaruhi oleh adanya pengetahuan pasien cara mengontrol halusinasi, mengenal jenis halusinasi, mengenal isi halusinasi, dan frekuensi terjadinya halusinasi. Menurut Noviani (2008) dalam (Umam, 2015) Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kemampuan klien dalam mengontrol halusinasi adalah sikap pasien terhadap halusinasi, kejujuran memberikan informasi, pengalaman dan kemampuan mengingat. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Umam (2015) hasil tingkat kemampuan mengontrol halusinasi setelah diberi intervensi terdapat 3 (25%) pasien dalam klasifikasi kurang, 5 (42%) pasien dalam klasifikasi cukup dan 4 (33%) pasien dalam keadaan cukup.

Sejalan dengan penelitian (Emulyani, 2020) Diperoleh hasil bahwa nilai rata-rata keberhasilan kontrol halusinasi pada pasien halusinasi sebelum terapi dzikir adalah 16,90 dan setelah terapi zikir adalah 5,48 dengan nilai  $p = 0,000 < 0,05$ . Hal ini berarti ada pengaruh terapi zikir pada kontrol halusinasi pada pasien halusinasi. Perlunya terapi zikir dilakukan dalam pengelolaan layanan keperawatan dalam layanan standar prosedur. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Wahyu (2014) menunjukkan bahwa ada pengaruh terapi religius zikir terhadap peningkatan kemampuan mengontrol halusinasi pendengaran pada pasien halusinasi dengan nilai  $p\text{-Value} = 0,000$ , karena nilai  $p < \alpha (0,05)$  sehingga dapat disimpulkan bahwa terapi religius zikir dapat berpengaruh terhadap peningkatan

kemampuan mengontrol halusinasi.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian penerapan teknik menghardik dan terapi spiritual zikir pada pasien halusinasi di wilayah Puskesmas Purbaratu Kota Tasikmalaya pada pasien 1 (Ny.M) berusia 37 tahun, dengan pendidikan SMP dan pasien 2 (Ny. L) berusia 27 tahun, pendidikan SMA. Penelitian dilakukan selama 5 hari terdapat peneliti dapat menarik kesimpulan Peneliti mampu menggambarkan dan menyajikan data tanda dan gejala halusinasi sebelum dan sesudah dilakukannya teknik menghardik dan terapi spiritual zikir. Peneliti mampu menggambarkan penerapan teknik menghardik dan terapi spiritual zikir pada pasien halusinasi pendengaran. Peneliti mampu menggambarkan kemampuan mengontrol halusinasi sebelum dan sesudah dilakukannya teknik menghardik dan terapi spiritual zikir.

Bagi peneliti, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai pedoman untuk membah ilmu pengetahuan dan wawasan tentang penerapan teknik menghardik dan terapi spiritual zikir pada pasien halusinasi pendengaran. Bagi pasien diharapkan untuk selalu rutin melaksanakan penerapan teknik menghardik dan terapi spiritual zikir sehingga dapat mencegah halusinasi muncul. Bagi peneliti lain, untuk mengkaji lebih mendalam dan dalam melakukan penelitian dapat menggunakan waktu yang lebih panjang supaya data yang didapatkan lebih akurat dan lebih meyakinkan bahwa penerapan menghardik dan terapi spiritual zikir dapat berguna pada saat halusinasi muncul.

## REFERENSI

- Afnuhazi, R. (2015). Komunikasi terapeutik dalam keperawatan jiwa. [http://repo.unikadelasalle.ac.id/index.php?p=show\\_detail&id=8259&keywords=](http://repo.unikadelasalle.ac.id/index.php?p=show_detail&id=8259&keywords=)
- Aini, N. D. (2021). Asuhan Keperawatan Psikososial: Ansietas Pada Klien Dengan Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Sindangkasih.
- Akhiriyah, D. Y. (2011). Penerapan Model Pembelajaran Snowball Throwing Untuk Meningkatkan Kualitas Pembelajaran Ips Pada Siswa <sup>1</sup>Kelas V SDN Kalibanteng Kidul 01 Kota Semarang. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 206–219.
- Anggita, i. M. & N. (2018). Bahan Ajar Rekam Medis dan Informasi Kesehatan (RMIK). Kemenkes RI.
- Arumba Riyanti, fatma. (2018). Penerapan terapi aktivitas kelompok stimulasi persepsi pada asuhan keperawatan pasien halusinasi pendengaran di rsj grhasia.
- Dermawan, D. (2013). Keperawatan Jiwa: Konsep dan Kerangka Kerja/ Asuhan Keperawatan Jiwa. Goysen Publishing.
- Dermawan, D. (2017). Pengaruh Terapi Psikoreligius : Dzikir Pada Pasien Halusinasi Pendengaran Di RSJD Dr. Arif Zainudin Surakarta. *Jurnal Keperawatan*.
- Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya. (n.d.). Retrieved February 24, 2022, from <https://dinkes.tasikmalayakota.go.id/>
- Direja, A. (2011). Buku teks keperawatan jiwa. [http://repo.unikadelasalle.ac.id/index.php?p=show\\_detail&id=10567&keywords=](http://repo.unikadelasalle.ac.id/index.php?p=show_detail&id=10567&keywords=)
- Emulyani, H. (2020). *Jurnal Kesehatan*. Pengaruh Zikir Terhadap Penurunan Tanda dan Gejala Halusinasi Pada Pasien Halusinasi, 17-25.
- Halusinasi, G., & Klien, P. (2021). PENDIDIKAN KESEHATAN KEPATUHAN MINUM

- OBAT TERHADAP Program Studi Ners , Universitas Sari Mutiara Indonesia Jek Amidos Pardede & Rini Andriyani Siregar. January 2016.
- Is Susilaningsih, Nisa, A. A., & Astia, N. K. (2019). Penerapan Strategi Pelaksanaan: Teknik Menghardik Pada Ny.T Dengan Masalah Halusinasi Pendengaran. *Jurnal Keperawatan*, 5, 1–6. <http://ejournal.akperkbn.ac.id/index.php/jkbb/article/view/28>
- Ismayana. (n.d.). Triantoro Safaria dan Nofrans Eka Saputra, *Manajemen Emosi: Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif dalam Hidup Anda ...* hlm. 235 1 18. 18–45.
- Jayanti, S. W., & Mubin, M. F. (2021). Pengaruh Teknik Kombinasi Menghardik Dengan Zikir Terhadap Penurunan Halusinasi. *Ners Muda*, 2(1), 43. <https://doi.org/10.26714/nm.v2i1.6227>
- Jiwa, T. K. (2021). *Buku Panduan Praktek Klinik Jiwa*. Politeknik Kemenkes Tasikmalaya.
- Kartikasari, P. R. (2019). PERENCANAAN DESA WISATA BERBASIS MASYARAKAR DI DESA ARGAMUKTI KABUPATEN MAJALENGKA Universitas Pendidikan Indonesia repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu.
- Kesehatan, K., Indonesiapoliteknik, R., Tasikmalaya, K., & Studi, P. (2021). Kementerian kesehatan republik indonesiapoliteknik kesehatan tasikmalaya program studi keperawatan tasikmalaya 2021.
- Muhith, A. (2015). Pendidikan keperawatan jiwa: Teori dan aplikasi. [https://www.google.com/books?hl=id&lr=&id=Yp2ACwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR7&dq=r+related:etTX1a7ZX90J:scholar.google.com/&ots=vHkBX3WLR6&sig=BxX0QTemsvZTWTjneKb\\_Yt0r8dE](https://www.google.com/books?hl=id&lr=&id=Yp2ACwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR7&dq=r+related:etTX1a7ZX90J:scholar.google.com/&ots=vHkBX3WLR6&sig=BxX0QTemsvZTWTjneKb_Yt0r8dE)
- Munandar, A., Irawati, K., & Prianto, Y. (2020). Terapi Psikoreligius Zikir Menggunakan Jari Tangan Kanan Pada Orang Dengan Gangguan Jiwa Di Rumah Sakit Jiwa Grhasia Daerah Istimewa Yogyakarta. *Dinamika Kesehatan Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 10(1), 69–75. <https://doi.org/10.33859/dksm.v10i1.451>
- Nining Nur Safitri, Weni Hastuti, Wijayanti. (2019). Upaya Penerapan Aktivitas Terjadwal Dan Terapi Spiritual Pada Klien Gangguan Pada Pasiengangguan Persepsi Sensori Halusinasi.
- Pratiwi, M., Setiawan, H., Menghardik, T., Mengatasi, U., Pendengaran, H., Klien, P., Di, S., & Sakit, R. (2018). *Jurnal Kesehatan*, vol. 7, 2018, pISSN: 2301-783X. 7, 7–13.
- Rahmawati, F. (2020). 3 . 1 Desain Penelitian Penelitian ini adalah penelitian deskriptif , Menurut Notoatmodjo ( 2018 ) penelitian deskriptif adalah penelitian yang diarahkan untuk mendeskripsikan atau menguraikan suatu keadaan didalam suatu komunitas atau masyarakat . Peneli. 39–53. [http://repo.poltekkesbandung.ac.id/1220/9/BAB III.pdf](http://repo.poltekkesbandung.ac.id/1220/9/BAB%20III.pdf)
- Reliani, U. (2015). Pelaksanaan Teknik Mengontrol Halusinasi: kemampuan klien skizofrenia mengontrol halusinasi. *The Sun*, 2(1), 68–73.
- Riset Kesehatan Dasar. (2019). Situasi kesehatan jiwa di Indonesia. In *InfoDATIN* (p.12). <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/InfoDatin-Kesehatan-Jiwa.pdf>
- Rusadi, I. (2016). Pengaruh kompensasi finansial terhadap kinerja karyawan: Studi pada UMKM “UD Gemilang” peternakan ayam petelur Kabupaten Blitar. 4(1), 1–23.
- Simamora, N. F. (2019). Sifat Dan Tahap-Tahap Dalam Proses Keperawatan. *Jurnal Keperawatan*, 1(1), 1–6. <https://osf.io/j3x7u/download/?format=pdf>
- Siti Zahnia, D. W. S. (2016). Kajian Epidemilogis Skizofrenia. *Jurnal Majority*, Faktor risiko

kejadian relaps pada penderita Skizofrenia Paranoid di RSKD Provinsi Sulsel, 160–166.

Stuart, G. W. (2013). Buku Saku Keperawatan Jiwa Edisi 5. EGC.

Sutejo. (2015). Keperawatan Jiwa Konsep dan Praktik Keperawatan Jiwa : Gangguan Jiwa Psikosial. Pustaka Buku Press.

Tono, A. (2021). Asuhan keperawatan dengan pemberian terapi religius zikir dalam meningkatkan kemampuan mengontrol halusinasi pendengaran pada pasien halusinasi. 7–23..

---

**Original Research****HUBUNGAN POLA ASUH ORANG TUA TERHADAP KEMAMPUAN TOILET TRAINING PADA ANAK USIA PRA SEKOLAH DI PAUD KOBER AL-HUSA TAMBAK KIBIN SERANG***The Relationship Between Parenting Patterns and Toilet Training Skills in Pre-School Children at Paud Kober Al-Husa Tambak Kibin Serang***Rizky Oktaviani<sup>1</sup> Endang Suartini<sup>2</sup>**<sup>1</sup>Nursing Departement, Ministry Health Polytechnic of Banten<sup>2</sup>Nursing Departement, Ministry Health Polytechnic of Banten**ABSTRACT****Corresponding Author :****Rizky Oktaviani**[Rizkyoktaviani458@gmail.com](mailto:Rizkyoktaviani458@gmail.com)**Keyword :**

Brushing teeth, Caries

**Background:** Indonesia in 2017 is known that the number of children under five in 2016 amounted to 30%, out of 258,704,986 people in Indonesia there are 75 million people who fall into the category of pre-school age children. namely children who experience conditions unable to control urination and defecation independently. This condition occurs because parents are unable to toilet train their children, therefore this happens because children do not understand the concept of toilet training which should be done independently. Indonesia also has 50% (52,226) cases of bedwetting problems that occur in children.

**Purpose:** This study aims to determine the relationship between parenting patterns and toilet training skills in pre-school children.

**Methods:** This type of research is correlative analytic research with Cross-Sectional design. The research sample using purposive sampling obtained a sample of 47 respondents. The research instruments used were parenting questionnaire and toilet training ability questionnaire. Univariate data were analyzed descriptively and bivariate data were analyzed using the Chi-Square test.

**Results:** the results of the Chi-Square test obtained a P Value of 0.01 is smaller than the significant value ( $\alpha=0.05$ ).

**Conclusion:** The results showed that there is a relationship between parenting patterns and toilet training skills of pre-school children.

**ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Indonesia pada tahun 2017 diketahui bahwa jumlah anak balita pada tahun 2016 sebesar 30%, dari 258.704.986 orang di Indonesia terdapat 75 juta orang yang masuk dalam kategori anak usia prasekolah. Yakni anak yang mengalami kondisi tidak mampu mengontrol buang air kecil dan besar secara mandiri. Kondisi ini terjadi karena orang tua tidak mampu toilet melatih anak-anaknya, oleh karena itu hal ini terjadi karena anak-anak tidak memahami konsep toilet training yang seharusnya

**Kata Kunci :**

Pola Asuh Orang Tua, toilet training.

dilakukan secara mandiri. Indonesia juga memiliki 50% (52.226) kasus masalah mengompol yang terjadi pada anak.

**Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pola pengasuhan dan keterampilan toilet training pada anak prasekolah.

**Metode:** Jenis penelitian ini adalah penelitian analitik korelatif dengan desain Cross-Sectional. Sampel penelitian menggunakan purposive sampling diperoleh sampel sebanyak 47 responden. Instrumen penelitian yang digunakan adalah angket pengasuhan dan angket kemampuan toilet training. Data univariat dianalisis secara deskriptif dan data bivariat dianalisis menggunakan uji Chi-Square.

**Hasil:** hasil uji Chi-Square diperoleh P-Value sebesar 0,01 lebih kecil dari nilai signifikan ( $\alpha=0,05$ ).

**Kesimpulan:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara pola pengasuhan dan keterampilan toilet training anak prasekolah.

## PENDAHULUAN

Orang tua adalah pengasuh dan mempunyai peran penting di dalam kehidupan bagi seorang anak, orang tua mampu memberikan dukungan emosional dan kasih sayang kepada anak. Penting bagi anak untuk merasa dicintai dan dipuaskan oleh orang tuanya, dan ini bisa membantu membentuk perilaku dan sikap anak di masa depan. Salah satu cara orang tua untuk membantu mengembangkan kemandirian anak yaitu dengan cara membantu mereka mengembangkan kekuatan dan kemampuannya sendiri (Soetjiningsih, 2014).

Kemampuan mandiri yang perlu diatur pada anak yaitu melatih *toilet training*, upaya agar melatih kemandirian pada anak supaya anak mampu melakukan buang air kecil dan buang air besar dengan baik dan sesuai pada tempatnya. Untuk melatih *toilet training* orang tua bisa melihatnya dari kesiapan fisik dan kesiapan mental anak. Karena jika melakukan dengan kebiasaan yang salah membuat mereka menjadi manja, tidak disiplin, dan tidak mandiri (Putri, Djajanti & W, 2019).

Data mengenai *toilet training*, yang didapat dari penelitian yang telah dilakukan di Negara Singapura oleh Lestari dalam (Danamik & Sri, 2019) mendapatkan 15% anak masih mengompol setelah anak berusia 5 tahun. Dengan presentase jenis kelamin 1,3% anak laki-laki dan 0,3% anak perempuan. Di Negara Inggris didapatkan pada anak usia 7 tahun anak memiliki kebiasaan tidak baik yaitu melakukan buang air kecil dan buang air besar tidak sesuai dengan tempatnya, hal ini dipengaruhi karena pola asuh orang tua kurang berperan aktif dan kurang mengerti untuk mengetahui kesiapan anak dalam melakukan *toilet training*, karena beberapa orang tua mempunyai kesibukan dengan pekerjaan mereka atau malas untuk mengantar anak ke toilet.

Negara Indonesia pada tahun 2017 diketahui bahwa jumlah anak balita pada tahun 2016 sebesar 30%, dari 258.704.986 penduduk di Indonesia ada 75 juta penduduk yang masuk ke dalam kategori anak usia pra sekolah. yaitu dengan anak yang mengalami kondisi tidak mampu mengontrol buang air kecil dan buang air besar secara mandiri. Kondisi ini terjadi karena orang tua tidak mampu untuk melatih anak *toilet training*, maka dari itu ini terjadi dikarenakan anak tidak mengetahui cara menggunakan toilet yang seharusnya dilakukan secara mandiri. Negara Indonesia juga memiliki 50% (52.226) kasus masalah mengompol yang terjadi pada anak (Utami, Mismadonaria & Simbolon, 2020).

Keberhasilan *toilet training* yang telah diajarkan oleh orang tua kepada anaknya dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu faktor pengetahuan orang tua tentang *toilet training*, dan faktor pendidikan

orang tua terhadap *toilet training*. Faktor penggunaan *diapers* pada anak disebabkan oleh orang tua yang memiliki kesibukan dan tidak mau mengantar anaknya ke kamar mandi akan mengakibatkan dampak negatif pada anak yaitu akan membuat anak tidak mandiri. Hal ini terjadi karena orang tua yang tidak melatih anaknya bagaimana cara menggunakan toilet, dan orang tua tidak mengetahui dampak positif dalam melakukan pelatihan *toilet training* kepada anak sejak usia dini. orang tua tidak termotivasi untuk melatih anaknya untuk menjadi mandiri. Kebanyakan orang tua beranggapan menggunakan *pampers* lebih mudah sehingga orang tua tidak merasa repot (Murhadi, Almanar & Laka, 2019). Data hasil penelitian yang dilakukan oleh (Guido, dkk, 2018) yang menyatakan bahwa pola asuh orang tua sangat mempengaruhi keberhasilan anak dalam melakukan *toilet training*. Selain itu, hasil penelitian yang telah dilakukan di kota Bengkulu dengan jumlah 81 anak yang di ambil untuk dijadikan sebagai sampel dalam penelitian ini didapatkan hasil dengan tingkat kemampuan anak dalam melakukan *toilet training* dengan kategori rendah, kondisi ini disebabkan oleh adanya kegagalan anak untuk melakukan *toilet training*, keadaan ini juga di pengaruhi pola asuh dari orang tua yang kurangnya pengetahuan dan sikap orang tua yang tidak mengetahui bagaimana cara untuk melatih anak *toilet training*, serta orang tua yang memiliki tingkat pendidikan yang rendah. Manfaat melatih anak dalam melakukan *toilet training* sejak usia dini mampu mengajarkan kemandirian pada anak (Buston, 2017). Adapun tujuan yang dilakukan pada penelitian ini yaitu untuk dapat mengetahui hubungan pola asuh orang tua terhadap kemampuan *toilet training* pada anak usia pra sekolah.

## METODE

Metode penelitian ini menggunakan desain analitik korelatif *cross-sectional*, yaitu untuk mengukur dan mengobservasi variabel independen dan variabel dependen dalam waktu yang bersamaan dengan jumlah 47 orang tua menjadi responden berpartisipasi pada penelitian ini, Adapun waktu penelitian ini dilaksanakan pada bulan April 2023 di lingkungan PAUD Kober Al-Husna Tambak Kibin Serang dengan menggunakan teknik non probability sampling yaitu purposive sampling. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan kuesioner yang telah di uji validitas ditempat yang berbeda dengan tempat penelitian dengan hasil uji realibilitas 0,959 dengan dengan tingkat keandalan (Sangat Andal) sehingga dapat disimpulkan bahwa kuesioner pola asuh orang tua dapat digunakan untuk penelitian ini. Uji statistik *Chi-Square* digunakan untuk analisis univariat dan bivariat dalam penelitian ini.

## HASIL

Hasil yang didapat pada penelitian ini yang dilakukan terhadap 47 responden, berikut adalah hasil yang didapatkan:

**Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan usia orang tua**

Variabel	Katagori	Frekuensi	Presentase (%)
Usia Orang Tua	<21 dan >40 Tahun	7	14,9%
	21 – 40 Tahun	40	81,1%
Total		47	100%

Hasil analisis terhadap karakteristik responden yang diklasifikasikan berdasarkan tingkat usia menunjukan bahwa sebagian besar orang tua berusia 21-40 tahun. Katagori yang paling banyak adalah

responden berusia 21-40 tahun dengan jumlah 40 responden (81,1%), dan yang paling sedikit responden dengan usia <21 dan >40 tahun dengan jumlah 7 responden (14,9%).

**Tabel 2. Distibusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan tingkat pendidikan orang tua**

Variabel	Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
Pendidikan Orang Tua	<SMP	2	4,3%
	≥SMP	45	95,7%
Total		47	100%

Hasil analisis terhadap karakteristik responden yang diklasifikasikan berdasarkan pendidikan menunjukkan bahwa mayoritas >SMP sebanyak 45 Responden (95,7%), dan kategori yang paling sedikit yaitu <SMP sebanyak 2 responden (4,3%).

**Tabel 3. Distibusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan pekerjaan orang tua**

Variabel	Karakteristik Responden	Frekuensi	Presentase (%)
Pekerjaan Orang Tua	Tidak Berkerja	25	53,2%
	Berkerja	22	46,8%
Total		47	100%

Hasil analisis responden berdasarkan pekerjaan yang menunjukkan bahwa mayoritas responden tidak berkerja berjumlah 25 responden (53,2%), dan responden yang berkerja berjumlah 22 responden (46,8%).

**Tabel 4. Distibusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan Kemampuan Toilet Training**

Variabel	Kategori				Jumlah	
	Buruk		Baik		N	%
	N	%	N	%		
Kemampuan Toilet Training	9	19,1	38	80,9	47	100

Tabel 4 menunjukkan distibusi frekuensi responden berdasarkan tingkat kemampuan toilet training didapatkan bahwa tingkat kemampuan toilet training pada anak PAUD Kober Al-Husna Tambak Kibin Serang di dominasi oleh kategori mampu dengan berjumlah 38 anak responden (80,9%), dan kategori yang paling sedikit anak dengan kemampuan buruk dalam toilet training sebanyak 9 anak responden (19,1%).

**Tabel 5. Distibusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan Pola Asuh Orang Tua di PAUD Kober Al-Husna Tambak Kibin**

Variabel	Kategori				Jumlah	
	Tidak Otoriter		Otoriter		N	%
	N	%	N	%		
Pola Asuh Orang Tua	14	29,8	33	70,2	47	100

Tabel 5 menunjukkan distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis pola asuh yang digunakan oleh orang tua. Jenis yang mendominasi yaitu jenis pola asuh otoriter dengan berjumlah 33 responden (70,2%), sedangkan untuk jenis tidak otoriter didapatkan hasil 14 responden (29,8%).

**Tabel 6. Hubungan Pola Asuh Orang Tua Terhadap Kemampuan Toilet Training Pada Anak Usia Pra Sekolah di PAUD Kober Al-Husna Tambak Kibin Serang**

Pola Asuh Orang Tua	Toilet Training						OR	P Value
	Buruk		Baik		Total			
	N	%	N	%	N	%		
Tidak Otoriter	9	64,3	5	11,3	14	100	*357	*0,01

Otoriter	0	0,0	33	100	35	100
Total	9	19,1	38	80,9	47	100

Berdasarkan Tabel 6 menunjukkan bahwa anak dengan kemampuan toilet training buruk berjumlah 9 anak (19,1%) sedangkan anak yang kemampuan toilet training baik 38,9 anak (80,9%) dengan pola asuh orang tua otoriter berjumlah 33 orang tua (70,2%) dan orang tua dengan pola asuh tidak otoriter berjumlah 14 orang tua (29,8%). Hasil uji statistik di dapatkan *P Value* 0,01 lebih kecil dari  $\alpha$  (0,05) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pola asuh orang tua otoriter terhadap kemampuan toilet training pada anak. Nilai OR berpengaruh terhadap jenis pola asuh yang digunakan oleh orang tua kepada anaknya menentukan kemampuan anak dalam melakukan toilet training.

## PEMBAHASAN

Pola asuh dapat di definisikan sebagai pola interaksi antara orang tua dengan anak, dimana orang tua bermaksud untuk memberikan rangsangan kepada anaknya dengan bertujuan untuk mengubah tingkah laku dan menginginkan agar anak menjadi mandiri, tumbuh dan berkembang secara optimal (Daud, Siswanti, & Jalal, 2021). Pola asuh otoriter merupakan bagaimana cara orang tua dalam pengasuhan anak untuk membentuk, mengontrol, dan mengevaluasi perilaku dan sikap anak sesuai dengan standar perilaku, jenis pola asuh otoriter ini dapat diterapkan untuk anak usia awal karena anak usia awal belum banyak mengerti dan masih banyak dalam awasan orang tua (Noya, 2020).

*Toilet training* suatu usaha untuk melatih anak agar mampu mengontrol dan melakukan buang air kecil dan buang air besar. pada proses ini anak membutuhkan persiapan untuk bisa melakukan *toilet training* yaitu kesiapan fisik, psikologis maupun secara intelektual, melalui persiapan tersebut di harapkan anak mampu mengontrol buang air kecil atau buang air besar (Sa'diyah, 2017). *Toilet training* bertujuan dari setiap perkembangan anak, setelah menguasai keterampilan, anak akan merasa memiliki rasa kompetensi (perasaan mampu) dan kemandirian yang baru. Kepercayaan diri anak akan tumbuh dan berkembang. Kondisi ini anak yang merasa mampu mengontrol dirinya menjadi dasar membangun konsep diri yang positif. Selain itu, membantu mereka dalam melakukan buang air kecil atau buang air besar, akan berdampak baik untuk kesehatan anak. Selanjutnya, anak akan membentuk keteraturan dalam dirinya dan kedepannya dapat lebih mudah di arahkan (Shiddiqah, 2020).

Anak usia pra sekolah berusia 3-5 tahun, pada usia ini anak semakin baik dalam penguasaan tubuh mereka dan pada usia pra sekolah ini anak semangat dalam menunggu pendidikan sekolah formalya. Banyak orang tua beranggapan bahwa pada usia pra sekolah ini tahun yang menarik dalam mengasuh anak, karena pada tahap pra sekolah ini anak mengurangi sifat kenegatifanya, dan pada tahap pra sekolah ini juga anak lebih mampu dalam berinteraksi dan berkomunikasi, usia pra sekolah biasanya tingkat kemandirian anak tampak terlihat pada usia ini (Novieastari, dkk, 2020).

Dari penelitian yang telah dilakukan yaitu hubungan pola asuh orang tua terhadap kemampuan toilet training pada anak pra sekolah di PAUD Kober Al-Husna Tambak Kibin Serang menunjukkan bahwa dari 47 total responden orang tua sebagian besar berusia 21-40 tahun dengan jumlah 40 orang tua (81,1%). Dan untuk orang tua dengan usia <21 dan >40 tahun dengan jumlah 7 orang tua (14,9%). Adapun responden dengan kategori tingkat pendidikan terakhir orang tua mayoritas responden dengan pendidikan >SMP dengan sebanyak 45 responden (95,7%), dan untuk tingkat pendidikan terendah yaitu <SMP dengan sebanyak 2 responden (4,3%). Dan hasil penelitian responden dengan kategori pekerjaan orang tua, mayoritas orang tua tidak berkerja dengan sebanyak 25 orang tua (53,2%) dan orang tua mempunyai pekerjaan dengan jumlah 22 orang tua (46,8%). Berdasarkan jenis

pola asuh yang di terapkan oleh orang tua didapatkan bahwa pola asuh yang mendominasi yaitu jenis pola asuh otoriter dengan berjumlah 33 responden (70,2%), sedangkan untuk jenis tidak otoriter didapatkan hasil 14 responden (29,8%). Dan berdasarkan anak dengan kategori mampu mampu mengontrol buang air kecil atau buang air besar dengan berjumlah 38 anak responden (80,9%), dan katagori dengan kemampuan buruk dalam toilet training sebanyak 9 anak responden (19,1%).

Dalam penelitian ini usia orang tua sangat berpengaruh dalam pengasuhan terhadap anak karena usia orang tua akan berperan penting terhadap pola asuh yang akan diberikan oleh orang tua khususnya bagi ibu, dalam pengasuhan terhadap anak ibu memiliki peran penting dalam mendidik serta memberikan kasih sayang terhadap anak karena ibu memiliki banyak waktu bersama anak dalam memberikan pengasuhan pendidikan terhadap anak. Dalam pengasuhan anak usia orang tua minimal 21 tahun, karena dengan usia 21 tahun orang tua sudah siap untuk menjadi seorang pengasuh, dan apabila orang tua berumur dibawah 21 tahun masih dikatakan belum siap karena dengan umur tersebut orang tua terlalu muda dalam mengasuh anak (Weliver, David, 2013).

Jadi, hasil penelitian yang telah didapatkan oleh peneliti bahwa pada pola asuh otoriter anak mampu dalam melakukan toilet training dengan kriteria baik, anak mampu dalam mengontrol buang air kecil atau buang air besar. Hasil uji statistik menggunakan *Chi-Square* berupa table silang (*crosstab*) di dapatkan nilai signifikan atau *P Value* = 0,01 lebih kecil dari  $\alpha$  (0,05) berdasarkan hasil tersebut didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara pola asuh orang tua terhadap kemampuan toilet training pada anak usia pra sekolah di PAUD Kober Al-Husna Tambak Kibin Serang Banten. Pada penelitian ini orang tua yang menjadi responden dengan usia >21 tahun dan sudah memiliki jiwa menjadi orang tua yang sudah mampu mendidik dan memberi kasih sayang kepada anak-anaknya. Dan pola asuh yang digunakan oleh orang tua yang telah menjadi responden mayoritas orang tua menggunakan jenis pola asuh otoriter sejalan dengan penelitann ini, terdapat hubungan anatara pola asuh orang tua terhadap kemampuan toilet training anak.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Nur Afni dengan uji stastistik menggunakan *chi-square* yaitu sebesar *p value* = 0,00 lebih kecil dari  $\alpha$  (0,05) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pola asuh orang tua pola asuh orang tua dengan keberhasilan toilet training pada anak usia pra sekolah di PAUD Al-Hijrah di wilayah puskesmas ladongi jaya kabupaten kolaka timur. (Nur Afni 2017).

## KESIMPULAN

Penelitian yang telah dilakukan tentang “Hubungan Pola Asuh Orang Tua Terhadap Kemampuan Toilet Training Pada Anak Usia Pra Sekolah di PAUD Kober Al-Husna Tambak Kibin Serang” dapat ditarik kesimpulan bahwa didapatkan sebagian besar umur orang tua 21-40 tahun (81,1%), karena usia dapat mempengaruhi jenis pola asuh yang digunakan oleh orangtua. Pendidikan terakhir orang tua >SMP (95,7%), dan pekerjaan orang tua yaitu mayoritas orang tua tidak berkerja (53,2%). Dan di dapatkan sebagian besar pola asuh yang diterapkan oleh orang tua dalam pengasuhan anak yaitu jenis pola asuh otoriter.

Hasil penelitian ini di dapatkan sebageian besar kemampuan toilet training pada anak dengan katagori baik dengan hasil (80,9%) anak dalam melakukan *toilet training*. Dan hasil uji analisis dengan *chi-square* didiapatkan bahwa ada hubungan antara pola asuh orang tua Terhadap Kemampuan Toilet Training Pada Anak Usia Pra Sekolah di PAUD Kober Al-Husna Tambak Kibin Serang dengan hasil *uji statistik* diperoleh *P-value* 0,01 lebih kecil dari  $\alpha$  (0,05).

**DAFTAR PUSTAKA**

- Buston, E. (2017). *Kesiapan Fisik Dalam Keberhasilan Toilet Training Pada Balita*. Jurnal Media Kesehatan, 10(1), 041–044.
- Danamik, V. A., & Sri, L. (2019). *Hubungan Peran Keluarga Dengan Keberhasilan Toilet Training Pada Anak Usia Pra Sekolah Di Lingkungan 14 Kelurahan Karang Berombak Kecamatan Medan Barat*. Jurnal Keperawatan Priority, 2, 16.
- Daud, Siswanti, & Jalal. 2021. *Buku Ajar Psikologi Perkembangan Anak*. Jakarta: Kencana.
- Erviana.E. 2014. *Hubungan Pengetahuan Ibu Dengan Pelaksanaan Toilet Training Pada Anak Usia Toddler (1-3 tahun) di desa Totokarto Kecamatan Adiluwih Kabupaten Pringsewu Tahun 2014*.
- Guido Gianluigi, Belk Russell W, Rizzio Cristian dan Pino Giovanni. (2018). *Consumer behaviour and the toilet: Research on expulsive and retentive personalities*. Journal of Consumer and Behaviour. Vol 17. 280-289.
- Murhadi T, dkk. 2019. *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Ibu Melakukan Toilet Training pada Anak Usia 18-24 Bulan di PAUD Putroe Lambilek Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh Tahun 2018*. Journal of Healthcare Technology and Medicine, 5(1).
- Novieastari, Eni. dkk. 2020. *Dasar-Dasar Keperawatan*. Singapore: Elsevier.
- Noya, Andris. 2020. *Pendidikan Papa Mama*. Jawa Barat: CV. Adanu Abimata.
- Nur Afni. 2017. *Hubungan Antara Pola Asuh Orang Tua Pola Asuh Orang Tua Dengan Keberhasilan Toilet Training Pada Anak Usia Pra Sekolah Di PAUD Al-Hijrah Di Wilayah Puskesmas Ladongi Jaya Kabupaten Kolaka Timur*. Tahun 2017
- Putri, M. E. K., Djajanti, C. W. and Indriasari, S. (2019) '*Kesiapan toilet training pada anak usia 18-24 bulan di Posyandu Melati 2*', Jurnal Penelitian Kesehatan, 7(1), pp. 31–37.
- Sa'diyah, Khalimatus, L., & Eka, Veryudha. 2017. *Tumbuh Kembang Dan Toilet Training Pada Masa Golden Age*. Mojokerto: Karya Bina Sehat.
- Siddiqah, Laela, dkk. 2020. *Sukses Menjadi Orang Tua*. Surabaya: CV. Brilian Angkasa Jaya.
- Soetjningsih, (2014). *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: EGC
- Utami, T. A., Mismadonaria, M., & Simbolon, A. R. (2020). *Hubungan Karakteristik Dan Pengetahuan Ibu Dengan Kemandirian Toilet Training Anak Toddler*. Jurnal Bahana Kesehatan Masyarakat (Bahana of Journal PublicHealth),4(1),10–16.

## Original Research

**PENGARUH SENAM TERA TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS CIBODASARI KOTA TANGERANG***The Effect of Tera Gymnastics on Blood Pressure Hypertensive Patients in The Cibodasari Health Center Tangerang City*Galuh Puspita Sari<sup>1</sup>, Wasludin<sup>2</sup>, Dewi Indah Sari<sup>3</sup><sup>1</sup>Nursing Departement, Ministry Health Polytecnic of Banten<sup>2</sup>Nursing Departement, Ministry Health Polytecnic of Banten<sup>3</sup>Nursing Departement, Ministry Health Polytecnic of Banten**ABSTRACT****Corresponding Author :****Galuh Puspita Sari**[galuhpuspitasari01@gmail.com](mailto:galuhpuspitasari01@gmail.com)**Keyword :**

Tera gymnastics, Blood pressure, Hypertension

**Introduction:** Hypertension is generally defined as condition where systolic blood pressure  $\geq 140$  mmHg or diastolic blood pressure  $\geq 90$  mmHg. Efforts to treat and manage hypertension early include two, namely with non pharmacological and pharmacological therapies, for non pharmacological therapies such as lifestyle changes can lower blood pressure. Increased physical activity and routinely carried out will reduce blood pressure, this can occur because physical activity, such as gymnastics can make the heart strong and the flow of blood that will be pumped throughout the body can also run well without the need for hard effort from the heart, one type of exercise that can reduce blood pressure is tera gymnastics. **Purpose:** This study aims to determine the effect of tera gymnastics on blood pressure in hypertensive patients in the Cibodasari Health Center Working Area, Cibodas District, Tangerang City. **Method:** The research design used was quasi-experimental with a one group pretest-posttest design. The number of samples taken was 14 respondents conducted on March 22 to 25, 2023. Probability sampling technique using simple random sampling. **Results:** This study used the T-dependent test, with an average decrease in systolic blood pressure by 8 mmHg and diastolic by 6 mmHg, from both data obtained a significance value (p-value = 0,000 for systolic blood pressure, and p-value = 0,001 for diastolic blood pressure) which means the p-value  $< 0,05$ . **Concluded:** In this study, there is an effect of hypertensive patients in the Cibodasari Health Center Working Area, Cibodas District, Tangerang City.

**Kata Kunci :**

Senam tera, Tekanan darah,  
Hipertensi

**ABSTRAK**

**Pendahuluan:** Hipertensi secara umum didefinisikan sebagai kondisi dimana tekanan darah sistolik  $\geq 140$  mmHg atau tekanan darah diastolik  $\geq 90$  mmHg. Upaya penanganan atau penatalaksanaan secara dini hipertensi meliputi ada dua yaitu dengan terapi non farmakologi dan farmakologi, untuk terapi non farmakologi seperti perubahan gaya hidup dapat menurunkan tekanan darah. Aktivitas fisik yang meningkat dan secara rutin dilakukan akan menurunkan tekanan darah, hal ini dapat terjadi karena aktivitas fisik, seperti senam dapat membuat jantung menjadi kuat dan aliran darah yang akan dipompa ke seluruh tubuh juga dapat berjalan dengan baik tanpa perlu adanya upaya keras dari jantung, salah satu jenis olahraga yang dapat menurunkan tekanan darah yaitu senam tera.

**Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh senam tera terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Cibodasari Kecamatan Cibodas Kota Tangerang. **Metode:** Desain penelitian yang digunakan quasi eksperiment dengan rancangan one group pretest-posttest. Jumlah sampel yang diambil sebanyak 14 responden yang dilakukan pada tanggal 22 sampai 25 Maret 2023. Teknik pengambilan sampel probability sampling dengan menggunakan simple random sampling. **Hasil:** Penelitian ini menggunakan uji T-dependen, dengan rata-rata penurunan tekanan darah sistolik sebanyak 8 mmHg dan diastolik sebanyak 6 mmHg, dari kedua data tersebut didapatkan nilai signifikansi ( $p$ -value = 0,000 untuk tekanan darah sistolik, dan  $p$ -value = 0,001 untuk tekanan darah diastolik) yang artinya nilai  $p < 0,05$ .

**Kesimpulan:** Pada penelitian ini, ada pengaruh senam tera terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Cibodasari Kecamatan Cibodas Kota Tangerang.

**PENDAHULUAN**

Hipertensi berdasarkan kriteria *JNC 7*, mendefinisikan yaitu kondisi dimana tekanan darah sistolik mencapai lebih dari atau sama dengan 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari atau sama dengan 90 mmHg. Tekanan darah yang tinggi dapat dipengaruhi oleh faktor genetik, faktor lingkungan dan interaksi diantara kedua faktor ini. Berdasarkan penyebabnya hipertensi dibagi kedalam dua kelompok besar yaitu hipertensi esensial atau hipertensi primer yaitu hipertensi dengan penyebab yang belum diketahui secara jelas dan hipertensi sekunder, dimana terjadi sebagai akibat dari penyakit lain (Pikir, 2015). Bahaya atau komplikasi yang ditimbulkan dari hipertensi dapat mengakibatkan gagal jantung, infark miokard, stroke, nefrosklerosis, gagal ginjal, retinopati (Reksodiputro, 2015).

*World Health Organization* (WHO) memperkirakan prevalensi hipertensi saat ini sebesar 22% dari total populasi di dunia. Berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) di tahun 2013 prevalensi penyakit Hipertensi di Indonesia dengan hasil pengukuran pada penduduk berusia  $\geq 18$  tahun sebesar 25,8%. Sedangkan di tahun 2018 prevalensi mengalami peningkatan yaitu sebesar 8,31% menjadi 34,11% (Kemenkes RI, 2018). Di Provinsi Banten prevalensi penyakit hipertensi sekitar 23,0%. Pada tahun 2018 prevalensi

Hipertensi mengalami peningkatan yaitu 6,5% menjadi 29,5% (Kemenkes RI, 2018). Sedangkan berdasarkan Profil Kesehatan Banten 2020, Kabupaten/Kota dengan hipertensi tertinggi tahun 2019 adalah Kabupaten Tangerang dengan jumlah 622.060 kasus, dan untuk Kota Tangerang berada di urutan kelima dengan jumlah kasus sebanyak 112,125 (Dinas Kesehatan Provinsi Banten, 2020). Pada tahun 2023 terhitung dari bulan januari sampai maret, pasien hipertensi yang rutin berobat di Puskesmas Cibodasari Kecamatan Cibodas Kota Tangerang, jumlah seluruh pasien selama 3 bulan terakhir, baik pasien lama dan baru, yaitu sebanyak 374 orang, dengan jumlah pasien lama sebanyak 168 orang, dan jumlah pasien baru sebanyak 206 orang. Melihat hal tersebut hipertensi merupakan salah satu penyakit terbanyak yang terjadi pada masyarakat. Diperlukan penatalaksanaan atau penanganan yang tepat, baik dengan terapi farmakologi dan non farmakologi.

Upaya penanganan atau penatalaksanaan secara dini hipertensi meliputi ada dua yaitu dengan terapi non farmakologi dan farmakologi. Terapi non farmakologi seperti perubahan gaya hidup dapat menurunkan tekanan darah. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa dengan mengatur gaya hidup dan nutrisi, seperti dengan membatasi asupan garam, berhenti merokok, menurunkan berat badan, membatasi konsumsi alkohol, dan olahraga rutin dapat menurunkan tekanan darah.

Olahraga yang dapat dilakukan pada pasien hipertensi yaitu meningkatkan aktivitas fisiknya dengan cukup aman. Aktivitas fisik yang meningkat dan secara rutin dilakukan akan menurunkan tekanan darah. Hal ini dapat terjadi karena aktivitas fisik, seperti senam dapat membuat jantung menjadi kuat. Jika jantung kuat aliran darah yang akan dipompa ke seluruh tubuh juga dapat berjalan dengan baik tanpa perlu adanya upaya keras dari jantung. Secara bersamaan, jantung yang kuat dapat mengurangi tekanan darah ke arteri. Senam tera salah satu jenis senam yang dapat menurunkan tekanan darah. Senam tera adalah olahraga fisik dan mental yang menggabungkan gerakan tubuh dan teknik pernapasan. Gerakan-gerakan pada senam tera dilakukan secara teratur dan selaras. Selain itu, meskipun senam tera dilakukan secara perlahan dan tidak menghasilkan banyak keringat, senam ini juga dapat menjaga kebugaran tubuh (Widiyono, 2022). Bahkan sudah banyak peneliti yang telah melakukan penelitian mengenai hal ini.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Siti Nurjanah & Uswatul Khasanah (2020), tentang Senam Tera Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi Di Komplek LIPI 010 Kelurahan Rawapanjang Bojong Gede Bogor menunjukkan bahwa pemberian intervensi senam tera berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah diastole responden. Penelitian lain dari Agil Putra Tri Kartika, dkk (2022) tentang Senam Tera terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi di Desa Suranenggala Kabupaten Cirebon menunjukkan bahwa pemberian intervensi terdapat pengaruh senam tera terhadap penurunan tekanan darah responden.

Penyakit hipertensi di Puskesmas Cibodasari mempunyai prevalensi tertinggi dan semakin bertambah banyak. Pada tahun 2023 terhitung dari bulan januari sampai maret, pasien hipertensi yang rutin berobat di Puskesmas Cibodasari Kecamatan Cibodas Kota Tangerang, jumlah seluruh pasien selama 3 bulan terakhir, baik pasien lama dan baru, yaitu sebanyak 374 orang, dengan jumlah pasien lama sebanyak 168 orang, dan jumlah pasien baru sebanyak 206 orang. Hasil studi pendahuluan dengan wawancara yang dilakukan kepada beberapa

masyarakat dengan hipertensi didapatkan bahwa belum pernah ada penerapan senam tera. Data tersebut meningkatkan keingintahuan peneliti mengenai bagaimana pengaruh senam tera terhadap tekanan darah pada pasien Hipertensi dengan mengangkat judul “Pengaruh senam Tera terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Cibodasari Kecamatan Cibodas Kota Tangerang”.

## **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian yang akan dilakukan pada penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian *Quasi Eksperimen* dengan rancangan penelitian *One Group Pretest Posttest*. Rancangan penelitian ini tidak menggunakan kelompok pembanding (kontrol), tetapi paling tidak sudah dilakukan observasi pertama (*Pretest*) yang memungkinkan menguji perubahan-perubahan yang terjadi setelah adanya eksperimen atau program (Notoadmojo, 2018). Populasi dalam penelitian ini adalah pasien hipertensi yang rutin berobat di Puskesmas Cibodasari Kecamatan Cibodas Kota Tangerang, jumlah seluruh pasien selama 3 bulan terakhir dengan jumlah pasien lama sebanyak 168 orang. Pada penelitian ini cara atau metode yang digunakan dalam pengambilan sampel yaitu *probability sampling* dengan menggunakan *simple random sampling (lottery technique)*, dengan jumlah sampel yang digunakan sebanyak 14 sampel itu sudah ditambahkan *error sampling*. Instrumen untuk penelitian ini menggunakan SOP senam tera, kuesioner, lembar observasi senam tera dan lembar catatan tekanan darah dengan menggunakan spigmomanometer, stetoskop sebagai alat ukur. Senam tera terdiri dari 3 urutan, yang pertama ada gerakan peregangan terdiri dari 17 gerakan yang diawali dengan pemanasan (lari ditempat) dan diakhiri dengan pelepasan, gerakan ini memakan waktu 5 menit. Kedua, gerakan persendian Pada gerakan ini semua persendian, baik itu sendi-sendi yang besar maupun yang kecil juga digerakkan. Terdiri dari 25 irama gerakan dengan durasi 10 menit. Selain menggerakkan sendi, otot-otot juga ikut terlibat baik yang besar maupun yang kecil, secara keseluruhan akan terjadi gerakan *aerobic low impact*. Pada depan jari-jari kaki dengan posisi ini energi yang digunakan adalah minimal, sehingga tidak mudah mengalami cedera saat senam. Ketiga, pernapasan merupakan inti dari senam tera Indonesia yaitu gabungan dari gerakan tubuh, pernapasan dan konsentrasi yang dilakukan secara berkesinambungan tidak terputus antara satu gerakan dengan gerakan berikutnya, secara benar dan mengikuti aba-aba musiknya, dilakukan dengan konsentrasi pada gerakan dan imajinasi sesuai gerakan yang dimainkan. Gerakan ini berlangsung selama 30 menit. Senam pernapasan terdiri dari senam pokok dan senam pernapasan lanjutan.

Pasien dilakukan senam tera sebanyak 3 kali seminggu selama 45 menit terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi. Analisis data meliputi univariat dan bivariat dengan menggunakan uji T Dependen (*Paired Sample T-Test*), yaitu untuk mengetahui perbedaan 2 mean (*Pretest* dan *Posttest*) pada kelompok yang sama.

**HASIL PENELITIAN****Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Pada Pasien Hipertensi**

Usia	Frekuensi	
	N	%
40-50 Tahun	6	42,9
51-60 Tahun	8	57,1
Jumlah	14	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 14 responden terdiri dari kelompok usia 40-50 tahun sebanyak 6 responden (42,9%), dan kelompok usia 51-60 tahun sebanyak 8 responden (57,1%).

**Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Pasien Hipertensi**

Jenis Kelamin	Frekuensi	
	N	%
Laki-laki	5	35,7
Perempuan	9	64,3
Jumlah	14	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 14 responden terdiri dari jenis kelamin laki-laki sebanyak 5 responden (35,7%), dan jenis kelamin perempuan sebanyak 9 responden (64,3%).

**Tabel 3. Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan Pada Pasien Hipertensi**

Pendidikan	Frekuensi	
	N	%
SMP	1	7,1
SMA	10	71,4
Perguruan Tinggi	3	21,4
Jumlah	14	100

Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 14 responden terdiri dari tingkat pendidikan SMP sebanyak 1 responden (7,1%), SMA sebanyak 10 responden (71,4%), dan perguruan tinggi sebanyak 3 responden (21,4%).

**Tabel 4. Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan Pada Pasien Hipertensi**

Pekerjaan	Frekuensi	
	N	%
Tidak Bekerja	9	64,3
Wirausaha	3	21,4
Wiraswasta	1	7,1
PNS	1	7,1
Jumlah	14	100

Tabel 4 menunjukkan bahwa dari 14 responden terdiri dari pekerjaan tidak bekerja sebanyak 9 responden (64,3%), wirausaha sebanyak 3 responden (21,4%), wiraswasta sebanyak 1 responden (7,1%), dan PNS sebanyak 1 responden (7,1%).

**Tabel 5. Karakteristik Responden Berdasarkan Lamanya Terkena Penyakit Hipertensi Pada Pasien Hipertensi**

Lamanya Terkena Penyakit Hipertensi	Frekuensi	
	N	%
1-2 Tahun	3	21,4
3-4 Tahun	3	21,4
5-6 Tahun	3	21,4
7-8 Tahun	4	28,6
Lebih dari 9 Tahun	1	7,1
Jumlah	14	100

Tabel 5 menunjukkan bahwa 14 responden, durasi atau lamanya terkena penyakit hipertensi pada kurun waktu 1-2 tahun sebanyak 3 responden (21,4%), 3-4 tahun sebanyak 3 responden (21,4%), 5-6 tahun sebanyak 3 responden (21,4%), 7-8 tahun sebanyak 4 responden (28,6%), dan lebih dari 9 tahun sebanyak 1 responden (7,1%).

**Tabel 6. Karakteristik Responden Berdasarkan Kebiasaan Merokok Pada Pasien Hipertensi**

Merokok	Frekuensi	
	N	%
Tidak	9	64,3
Ya	5	35,7
Jumlah	14	100

Tabel 6 menunjukkan bahwa dari 14 responden terdiri dari tidak merokok sebanyak 9 responden (64,3%), dan yang kebiasaan merokok sebanyak 5 responden (35,7%).

**Tabel 7. Nilai Rata-rata Tekanan Darah Sebelum Senam Tera**

Pemeriksaan	Tekanan Darah	Mean	Std. Deviasi
<i>Pretest</i>	Sistolik	151,00	4,489
	Diastolik	94,00	2,828

Tabel 7 menunjukkan bahwa dari 14 responden, rata-rata tekanan darah sebelum diberikan intervensi senam tera pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Cibodasari Kecamatan Cibodas Kota Tangerang didapatkan hasil tekanan darah sistolik 151 mmHg dan diastolik 94 mmHg.

**Tabel 8. Nilai Rata-rata Tekanan Darah Sesudah Senam Tera**

Pemeriksaan	Tekanan Darah	Mean	Std. Deviasi
<i>Posttest</i>	Sistolik	143,00	3,981
	Diastolik	88,00	3,595

Tabel 8 menunjukkan bahwa dari 14 responden, rata-rata tekanan darah sesudah diberikan intervensi senam tera pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Cibodasari Kecamatan Cibodas Kota Tangerang didapatkan hasil tekanan darah sistolik 143 mmHg dan 88 mmHg.

**Tabel 9. Hasil Uji *T-Dependen* Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Senam Tera Pada Pasien Hipertensi**

Tekanan Darah	Rata-rata	Std. Deviasi	Sig. (2-tailed)
<i>Pretest-Posttest</i> Sistolik	8	3,922	0,000
<i>Pretest-Posttest</i> Diastolik	6	5,023	0,001

Tabel 9 menunjukkan bahwa hasil dari pengolahan data uji *T-Dependen* didapatkan nilai signifikansi *p-value* = 0,000 dan 0,001 yang artinya nilai  $p < 0,05$ . Maka ada pengaruh senam tera terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Cibodasari Kecamatan Cibodas Kota Tangerang.

## PEMBAHASAN

### Karakteristik Responden

Hasil penelitian didapatkan frekuensi responden berdasarkan usia, terbanyak pada tingkat usia 51-60 tahun dengan jumlah responden sebanyak 8 orang (57,1%) dari 14 responden.

Menurut Hermawan (2019), yaitu terjadinya hipertensi meningkat seiring dengan pertambahan usia. Perubahan struktural dan fungsional pada sistem pembuluh perifer yang bertanggung jawab terhadap perubahan tekanan darah yang terjadi pada usia lanjut seperti hilangnya elastisitas jaringan ikat, dan penurunan relaksasi otot polos pembuluh darah, yang pada nantinya menurunkan kemampuan distensi dan daya regang pembuluh darah.

Hal ini sejalan dengan peneliti Bachtiar, dkk (2020), didapatkan bahwa mayoritas responden yang menderita hipertensi berusia lebih dari 45 tahun sebanyak 68 responden (81,92%), faktor usia sangat berpengaruh terhadap kejadian hipertensi karena dengan bertambahnya usia maka resiko terjadi hipertensi semakin tinggi. Dengan bertambahnya usia maka tekanan darah seseorang akan meningkat, ini disebabkan oleh beberapa faktor seperti perubahan alami pada jantung serta pembuluh darah seseorang, perubahan ini terjadi secara alami sebagai proses penuaan (Maulidina, dkk, 2019).

Hasil penelitian didapatkan bahwa frekuensi terbesar responden yaitu berjenis kelamin perempuan dengan jumlah responden sebanyak 9 orang (64,3%) dari 14 responden.

Menurut Pikir (2015), yang menjelaskan bahwa jenis kelamin perempuan lebih banyak terkena hipertensi, hal ini dikarenakan pada usia tua risiko terkena hipertensi dapat meningkat tajam pada perempuan dibanding dengan laki-laki. Wanita yang belum menopause dilindungi oleh hormon estrogen yang berperan dalam meningkatkan kadar *High Density Lipoprotein* (HDL). Jika kadar kolesterol HDL tinggi, maka ini merupakan faktor pelindung dalam mencegah terjadinya proses aterosklerosis yang dapat menyebabkan hipertensi.

Hal ini sejalan dengan peneliti Bachtiar, dkk (2020), didapatkan bahwa mayoritas responden menderita hipertensi berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 62 responden (74,69%), secara klinis wanita cenderung lebih beresiko mengalami hipertensi karena terjadi perubahan kadar estrogen yang berperan dalam peningkatan kadar HDL (*High Density Lipoprotein*) untuk menjaga elastisitas pembuluh darah (Kusumawaty & Ginanjar, 2016).

Hasil penelitian didapatkan bahwa frekuensi terbesar berdasarkan tingkat pendidikan responden yaitu untuk pendidikan SMA sebanyak 10 orang (71,4%) dari 14 responden.

Hal ini sejalan dengan peneliti Ayu D, dkk (2022), didapatkan bahwa mayoritas responden berpendidikan SMA yaitu sebanyak 48 responden (48,9%), ini mempengaruhi pengetahuan masyarakat tentang pencegahan dan penyakit apa saja yang dapat menjadi faktor-faktor hipertensi, semakin tinggi pendidikan seseorang semakin besar pengetahuan tentang hipertensi dan resiko yang terkait dengannya, serta semakin besar pengendalian hipertensi.

Hasil penelitian didapatkan bahwa frekuensi terbesar berdasarkan pekerjaan responden yaitu yang tidak bekerja dengan jumlah responden sebanyak 9 orang (64,3%) dari 14 responden.

Hal ini sejalan dengan peneliti Ayu D, dkk (2022), mayoritas responden yang tidak bekerja yaitu sebanyak 46 responden (46,86%), hal ini berpengaruh terhadap kesehatan masyarakat, dengan pendapatan yang kurang mereka tidak dapat membeli makanan bergizi dan sehat, yang harganya lebih mahal dan lebih memilih mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung bumbu penyedap.

Hasil penelitian didapatkan bahwa frekuensi terbesar pada responden berdasarkan lamanya terkena penyakit hipertensi yaitu pada waktu 7-8 tahun, dengan jumlah responden sebanyak 4 orang (28,6%) dari 14 responden. Dikarenakan terkait dengan jumlah obat yang diminum, semakin lama penderita hipertensi tidak teratasi maka dokter akan memberikan kombinasi obat lebih banyak akibatnya pasien menjadi cenderung tidak patuh. Hal ini memiliki arti bahwa semakin lama seseorang melakukan pengobatan maka akan timbul rasa bosan yang menyebabkan seseorang tidak patuh dalam melakukan pengobatan.

Hasil penelitian didapatkan bahwa frekuensi terbesar pada responden berdasarkan kebiasaan merokok yaitu untuk responden yang tidak merokok sebanyak 9 orang (64,3%) dari 14 responden.

Menurut Pikir (2015), Rokok mengandung nikotin dan karbon monoksida, suatu vasokonstriktor poten yang menyebabkan hipertensi. Merokok juga dapat meningkatkan tekanan darah melalui peningkatan norepinefrin plasma dari saraf simpatetik. Efek sinergistik dari merokok dan tekanan darah tinggi pada risiko kardiovaskular telah jelas. Merokok dapat menyebabkan aktivasi simpatetik, stress oksidatif, dan efek vasopresor akut yang dihubungkan dengan peningkatan marker inflamasi, yang dapat mengakibatkan disfungsi endotel, cedera pembuluh darah. Sejalan dengan penelitian Jehani Y, dkk (2022), sekitar 58,5% responden tidak merokok. Berdasarkan penelitian ini kebiasaan merokok responden sangat tinggi bukan hanya bagi perokok aktif tetapi juga perokok pasif dan hal ini merupakan salah satu faktor resiko hipertensi.

#### **Rata-rata tekanan darah sebelum senam tera**

Hasil penelitian didapatkan rata-rata tekanan darah sistolik responden sebelum diberikan senam tera sebesar 151 mmHg dan diastolik 94 mmHg.

#### **Rata-rata tekanan darah sesudah senam tera**

Hasil penelitian didapatkan tekanan darah pada 12 responden mengalami penurunan disetiap harinya, tetapi untuk 2 responden lainnya pada hari ke-2 mengalami kenaikan tekanan darah. Kedua responden yang tidak mengalami penurunan tekanan darah yaitu berusia 51-60 tahun, dengan jenis kelamin laki-laki dan mempunyai kebiasaan merokok.

Menurut Hermawan (2019), yaitu terjadinya hipertensi meningkat seiring dengan penambahan usia. Perubahan struktural dan fungsional pada sistem pembuluh perifer yang

bertanggung jawab terhadap perubahan tekanan darah yang terjadi pada usia lanjut seperti hilangnya elastisitas jaringan ikat, dan penurunan relaksasi otot polos pembuluh darah, yang pada nantinya menurunkan kemampuan distensi dan daya regang pembuluh darah.

Pada penelitian ini yang tidak mengalami penurunan berjenis kelamin laki-laki. Tekanan darah pada kedua responden ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor lain yang tidak diteliti seperti konsumsi garam yang berlebih, aktivitas fisik, stress, alkohol.

Menurut Pikir (2015), Rokok mengandung nikotin dan karbon monoksida, suatu vasokonstriktor poten yang menyebabkan hipertensi. Merokok juga dapat meningkatkan tekanan darah melalui peningkatan norepinefrin plasma dari saraf simpatetik. Efek sinergistik dari merokok dan tekanan darah tinggi pada risiko kardiovaskular telah jelas. Merokok dapat menyebabkan aktivasi simpatetik, stress oksidatif, dan efek vasopresor akut yang dihubungkan dengan peningkatan marker inflamasi, yang dapat mengakibatkan disfungsinya endotel, cedera pembuluh darah.

Hasil penelitian didapatkan untuk rata-rata tekanan darah sistolik responden sesudah diberikan senam tera sebesar 143 mmHg dan diastolik 88 mmHg.

Hasil ini sejalan dengan fisiologi dari senam tera yaitu dapat mempengaruhi sistem kerja jantung dan pembuluh darah untuk memperbaiki kemampuannya. Selain itu, senam tera juga merangsang penurunan kerja saraf simpatik dan meningkatkan saraf parasimpatik serta dapat mempengaruhi penurunan hormon adrenalin dan norepinefrin. Gerakan pernapasan yang lambat pada senam tera mampu membuat tubuh menjadi rileks dan melebarkan pembuluh darah kapiler sehingga dapat meningkatkan sirkulasi darah. Hal ini terjadi karena saat menghirup napas yang dalam, akan meningkatkan sirkulasi oksigen dan karbon dioksida. Saat menarik dan menghembuskan napas dengan teratur juga dapat meningkatkan keefektifan dari kerja jantung sehingga dapat mengurangi ketegangan fisik dan mental yang membuat tekanan darah menurun (Kartika, Firdaus, & Rosdiyanti, 2022).

### **Perbedaan Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Diberikan Senam Tera**

Hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti didapatkan rata-rata penurunan tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah senam tera sebanyak 8 mmHg, dan untuk tekanan darah diastolik sebelum dan sesudah senam tera mengalami penurunan sebanyak 6 mmHg. Dapat disimpulkan tekanan darah responden mengalami kenaikan dan penurunan setiap harinya, akan tetapi secara garis besar dilihat dari hari pertama sampai hari terakhir tekanan darah semua responden mengalami penurunan.

Senam tera dapat mempengaruhi sistem kerja jantung dan pembuluh darah untuk memperbaiki kemampuannya. Selain itu, senam tera juga merangsang penurunan kerja saraf simpatik dan meningkatkan saraf parasimpatik serta dapat mempengaruhi penurunan hormon adrenalin dan norepinefrin. Gerakan pernapasan yang lambat pada senam tera mampu membuat tubuh menjadi rileks dan melebarkan pembuluh darah kapiler sehingga dapat meningkatkan sirkulasi darah. Hal seperti ini terjadi karena disaat menghirup napas yang dalam akan meningkatkan sirkulasi oksigen dan karbon dioksida. Saat menarik dan menghembuskan napas dengan teratur juga dapat meningkatkan keefektifan dari kerja jantung sehingga dapat mengurangi ketegangan fisik dan mental yang membuat tekanan darah menurun (Kartika, Firdaus, & Rosdiyanti, 2022).

Berdasarkan hasil uji statistik Uji *T-Dependen* yang telah dilakukan, diperoleh angka sig.(2-tailed) atau nilai *p value* = 0,000 dan 0,001 yang artinya nilai  $p < 0,05$ . Maka ada pengaruh senam tera terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Cibodasari Kecamatan Cibodas Kota Tangerang.

Hasil penelitian ini sejalan dengan (Nurjanah & Khasanah, 2020), yang dilakukan di Komplek Lipi RW 010 Kelurahan Rawapanjang Bojong Gede Bogor dengan jumlah responden 15 orang yang menyatakan bahwa perubahan tekanan darah sistolik 13,333 mmHg dan diastolik 6,667 dengan P-Value = 0,000 dan 0,001 < (0,05) artinya ada pengaruh yang signifikan antara senam tera dengan penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

## SIMPULAN

Karakteristik responden pada penelitian ini dari segi usia terbanyak berada pada usia 51-60 tahun dengan jumlah 8 responden (57,1%), jenis kelamin terbanyak yaitu perempuan dengan jumlah 9 responden (64,3%), pendidikan terbanyak berada pada tingkat SMA yaitu berjumlah 10 responden (71,4%), sekitar 9 responden (64,3%) tidak bekerja, lamanya terkena penyakit hipertensi terbanyak pada waktu 7-8 tahun berjumlah 4 responden (28,6%), dan sekitar 9 responden (64,3%) tidak merokok. Rata-rata tekanan darah sistolik responden sebelum diberikan senam tera sebesar 151 mmHg dan diastolik 94 mmHg. Rata-rata tekanan darah sistolik responden sesudah diberikan senam tera sebesar 143 mmHg dan diastolik 88 mmHg. Ada penurunan tekanan darah sistolik sebanyak 8 mmHg dan diastolik sebanyak 6 mmHg yang terjadi pada pasien hipertensi setelah dilakukan senam tera. Berdasarkan hasil uji statistik Uji *T-Dependen* yang telah dilakukan, diperoleh angka sig.(2-tailed) atau nilai *p value* = 0,000 dan 0,001 yang artinya nilai  $p < 0,05$ .

## DAFTAR PUSTAKA

- Anies. (2018). *Penyakit Degeneratif: Mencegah & Mengatasi Penyakit Degeneratif dengan Perilaku & Pola Hidup Modern yang Sehat*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Ayu D, A., dkk. (2022). *Faktor-faktor yang Menyebabkan Hipertensi di Kelurahan Medan Tenggara*.  
<https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm/article/download/32252/26652> diakses pada 4 juni 2023.
- Bachtiar I, dkk. (2020). *Analisis Faktor yang Mempengaruhi Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu*.  
<https://proceeding.unnes.ac.id/index.php/snpsca/article/download/571/489> diakses pada tanggal 24 Mei 2023.
- Dinas Kesehatan Provinsi Banten. (2020). *Profil Kesehatan Provinsi Banten Tahun 2019*.  
<https://dinkes.bantenprov.go.id/id/archive/profil-kesehatan-provinsi-bant/I.html> diakses pada 11 januari 2023.
- Halim, A. Mubin & Halim, Risna Mubin. (2013). *Mubin Panduan Praktis Ilmu Penyakit Dalam: Diagnosis dan Terapi*, Edisi 3. Jakarta: EGC.

- Hermawan. (2019). *Pengaruh Senam Tera terhadap Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi di RSAU Lanud Sulaiman Bandung*. <http://repository.bku.ac.id/xmlui/bitstream/handle/12345678/1577/HERMAWAN%20AK217023%20%282019%29-1-43.pdf?sequence=1&isAllowed=y#:~:text=Hasil%20uji%20statistik%20menyataka n%20terdapat,senam%20alternatif%20untuk%20penderita%20hipertensi> diakses pada 12 januari 2023.
- Jehani Y., dkk. (2022). *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Hipertensi pada Usia Dewasa Menengah Di Wilayah Kerja Puskesmas Wangko Kecamatan Rahong Utara*. <https://stikessantupaulus.e-journal.id/JWK/article/view/134> diakses pada 2 juni 2023.
- Kartika A, P, T., dkk. (2022). *Pengaruh Senam Tera terhadap Penurunan Tekanan Dara pada Lansia dengan Hipertensi di Desa Suranenggala Kabupaten Cirebon*. <https://ojs3.umc.ac.id/index.php/PLY/article/download/3476/1785m> diakses pada 12 januari 2023.
- Kemendes RI. (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Riset Kesehatan Dasar 2018. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI. [https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir\\_519d41d8cd98f00/files/Hasil-risikesdas-2018\\_1274.pdf](https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-risikesdas-2018_1274.pdf) Diakses pada 11 januari 2023.
- . (2019). *Hari Hipertensi Dunia 2019: Know Your Number, Kendalikan Tekanan Darahmu dengan Cerdik*. <http://p2ptm.kemkes.go.id/kegiatan-p2ptm/dki-jakarta/hari-hipertensi-dunia-2019-know-your-number-kendalikan-tekanan-darahmu-dengan-cerdik> Diakses pada 11 januari 2023.
- Kusumawaty, J & Ginanjar, E. (2016). *Hubungan Jenis Kelamin dengan Intensitas Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Labok Kabupaten Ciamis*. Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Yogyakarta.
- Masturoh & Anggita. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Pusat Pendidikan SDM Kesehatan BPPSDMK.
- Maulidina F, dkk. (2019). *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Jati Luhur Bekasi Tahun 2018*. Kesehatan Masyarakat. Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka Jakarta. Jakarta.
- Munawarah, Siti. (2017). *Pengaruh Jalan Santai terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Warga RW 005 Pisangan Ciputat Barat*. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/36040/1/Siti%20Munawarah-FKIK.pdf> diakses pada 13 januari 2023.
- Nurjanah, Siti & Khasanah, Uswatul. (2020). *Pengaruh Senam Tera terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di Komplek Lipi 010 Kelurahan Rawapanjang Bojong Gede Bogor*. <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/ijnsp/article/view/6902> diakses pada 13 januari 2023.
- Nuryati, Elmi. (2019). *Hipertensi pada Wanita*. Surabaya: CV. Jakad Media Publishing.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2018). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Pikir, B, S., dkk. (2015). *Hipertensi Manajemen Komprehensif*. Surabaya: Airlangga University Press.

- Reksodiputro, A, H., dkk. (2015). *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam*. Edisi VI Jilid 2. Jakarta: InternaPublishing.
- Riri Segita. (2022). *Pengaruh Pemberian Senam Tera terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi Lansia Hipertensi*. <https://ojs.fdk.ac.id/index/php/JPH/article/view/1945> diakses pada 12 Juni 2023.
- Sekarsari, A. (2019). *Hubungan Tingkat Pengetahuan DASH dengan Kepatuhan Menjalankan Diet pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Cibodasari Kota Tangerang*. <https://perpus.fikumj.ac.id/index.php?p=fstream-pdf&fid=14324&bid=5047> diakses pada 10 januari 2023.
- Suling, F. R. W. (2018). *Hipertensi*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Kritis Indonesia.
- Widiyono., dkk. (2022). *Aktivitas Fisik untuk Mengatasi Hipertensi*. Kediri: Lembaga Chakra Brahmanda Lentera.

---

**Original Research****TERAPI KELOMPOK TERAPEUTIK (TKT) IBU HAMIL TERHADAP KESIAPAN PERSALINAN DI WILAYAH PUSKESMAS KUNCIRAN BARU KOTA TANGERANG***Therapeutic Group Therapy for Pregnant Women on Childbirth Readiness in the Kunciran Baru Health Center in Tangerang City*Lailatul Fadilah<sup>1</sup>, Bangun Wijonarko<sup>2</sup><sup>1</sup>Nursing Departement, Ministry Health Polytecnic of Banten<sup>2</sup>Nursing Departement, Ministry Health Polytecnic of Banten

Corresponding author :

Lailatul Fadilah

[lailatul.fadilah@poltekkesbanten.ac.id](mailto:lailatul.fadilah@poltekkesbanten.ac.id)**Keywords:** Therapeutic group of pregnant women, childbearing readiness**ABSTRACT**

**Introduction:** Pregnancy and childbirth have an important role because of their enormous influence on human growth and development. Although there have been efforts to improve maternal health through various government programs, these efforts have only touched the physical aspect and have not yet made efforts to improve the psychosocial and psychiatric aspects of pregnant women. This is important because the growth and cognitive and emotional development of children is closely related to the mother's psychiatric problems during pregnancy. One of the efforts that can be done is an information program with the aim of educating individuals with emotional problems to be able to maintain homeostasis against unexpected changes or events that occur gradually, helping members cope with stress in life, focusing on dysfunctions of feelings, thoughts and behaviors known as Therapeutic Group Therapy.

**Method:** This research design uses quasi-experiments. The study subjects were taken by quota sampling, the sample of this study was pregnant women in the Kunciran Baru Health Center area of Tangerang City. The number of samples was 24 people. Data analysis using T *dependent test*. **Results:** the statistical test obtained a *P value* of 0.024 (*P value* ≤ 0.05), so it can be concluded that there is a significant difference between the average delivery readiness of the intervention group and the control group. **Conclusion:** it was concluded that there was a significant difference between the average delivery readiness of the intervention group and the control group.

---

**Kata kunci:** Terapi Kelompok Terapeutik (TKT) ibu hamil, kesiapan persalinan

## ABSTRAK

**Pendahuluan:** Kehamilan dan melahirkan memiliki peranan yang penting karena pengaruhnya sangat besar dalam pertumbuhan dan perkembangan manusia. Meskipun sudah ada upaya peningkatan kesehatan ibu melalui berbagai program pemerintah tetapi upaya tersebut baru menyentuh aspek fisik dan belum pada upaya untuk peningkatan aspek psikososial maupun kejiwaan ibu hamil. Hal ini menjadi penting karena pertumbuhan dan perkembangan kognitif dan emosional anak sangat berkaitan dengan masalah kejiwaan ibu selama hamil. Salah satu upaya yang bisa dilakukan adalah program pemberian informasi dengan tujuan pendidikan pada individu dengan masalah emosional agar mampu mempertahankan homeostasis terhadap adanya perubahan yang tidak diperkirakan sebelumnya maupun kejadian yang terjadi secara bertahap, membantu anggotanya mengatasi stres dalam kehidupan, berfokus pada disfungsi perasaan, pikiran dan perilaku yang dikenal sebagai Terapi Kelompok Terapeutik. **Metode:** Desain penelitian ini menggunakan quasi eksperimen. Pengambilan subyek penelitian dilakukan dengan quota sampling, sample penelitian ini adalah ibu hamil di wilayah Puskesmas Kunciran Baru Kota Tangerang. Jumlah sampel sebanyak 24 orang. Analisis data menggunakan Uji *t dependent*. **Hasil:** uji statistik didapatkan nilai *P value* 0,024 (*P value* ≤ 0,05) maka dapat disimpulkan terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata kesiapan persalinan kelompok intervensi dan kelompok control. **Kesimpulan:** disimpulkan terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata kesiapan persalinan kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

---

## PENDAHULUAN

Ruang lingkup masalah kesehatan jiwa sangat luas, mencakup masalah perkembangan manusia yang harmonis dan peningkatan kualitas hidup. Peningkatan kualitas hidup manusia harus dimulai dari kehidupan pra nikah, kehamilan, kelahiran, bayi, balita, anak, remaja, dewasa sampai lanjut usia (Depkes,2006). Kehamilan dan melahirkan merupakan bagian dari siklus kehidupan yang membutuhkan perhatian khusus dalam bidang kesehatan khususnya kesehatan jiwa. Kehamilan dan melahirkan memiliki peranan yang penting karena pengaruhnya sangat besar dalam pertumbuhan dan perkembangan manusia.

Kesehatan ibu hamil merupakan salah satu aspek yang penting untuk diperhatikan dalam siklus kehidupan seorang wanita karena sepanjang masa kehamilannya dapat terjadi komplikasi yang tidak diharapkan. Setiap ibu hamil memerlukan asuhan selama masa kehamilannya, karena mereka akan menghadapi resiko yang bisa mengancam jiwa (Salmah, 2006). Dimasa pandemic covid 19 salah satu populasi yang rentan terpapar covid 19 adalah ibu hamil. Perubahan fisiologis semasa kehamilan mengakibatkan kekebalan parsial menurun sehingga dapat berdampak serius pada ibu hamil, hal inilah penyebab ibu hamil dijadikan kelompok rentan risiko terinfeksi COVID-19.

Dalam upaya untuk menyiapkan kehamilan dan janin yang sehat secara fisik, psikologis dan sosial baik selama dalam kandungan maupun di kemudian hari perlu tindakan prevensi dan

promosi kesehatan ibu dan janin secara komprehensif. Salah satu upaya yang bisa dilakukan untuk memenuhi kesehatan ibu dan janin adalah antenatal care (ANC). Melalui kegiatan ini diharapkan ibu hamil akan memperoleh informasi secara lengkap terkait dengan kehamilan dan janinnya.

Perubahan dalam kehamilan tentu akan menimbulkan gejala spesifik sesuai dengan tahapan kehamilan. Oleh karena itu diharapkan ibu hamil dapat menghadapi dan mampu beradaptasi terhadap setiap perubahan fisiologis dan psikologis dalam dirinya secara realistis tanpa adanya tekanan, dengan cara meningkatkan kesehatan baik fisik maupun psikologisnya (Sherwen dkk,1999). Hasil penelitian melaporkan stress ibu hamil akan mempengaruhi peningkatan angka kematian baik pada bayi, anak, dan dewasa termasuk gangguan fungsi kognitif, emosional, neurodevelopmental dan fisiologis seseorang ( O, Connor dkk, 2002).

Selama kehamilan, seorang ibu akan mengumpulkan berbagai pengalaman terkait perkembangan dirinya. Hal ini dilakukan untuk mengurangi rasa takut yang tidak disadari, dan khayalan tentang pengalaman yang akan dihadapi dalam melahirkan calon bayinya. Oleh karena itu terkadang ditemukan berbagai perilaku negatif terhadap kehamilan yang disertai dengan rasa takut akan kelahiran bayi maupun peran menjadi ibu.

Kesehatan ibu hamil memiliki efek yang bermakna terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak. Meskipun sudah ada upaya peningkatan kesehatan ibu melalui berbagai program pemerintah tetapi upaya tersebut baru menyentuh aspek fisik dan belum pada upaya untuk peningkatan aspek psikososial maupun kejiwaan ibu hamil (Kementerian Kesehatan, 2006). Hal ini menjadi penting karena pertumbuhan dan perkembangan kognitif dan emosional anak sangat berkaitan dengan masalah kejiwaan ibu selama hamil. Banyak hasil penelitian yang melaporkan bahwa kejadian depresi pada ibu hamil dan menyusui telah membentuk keterlambatan perkembangan kognitif dan emosional anak pada berbagai usia (Enkin dkk, 2005 dalam WHO, 2005). Karenanya penting bagi petugas kesehatan khususnya perawat jiwa untuk melakukan antisipasi hal tersebut dengan cara melakukan promosi kesehatan pada ibu hamil dan keluarga.

Upaya ini bisa dilakukan antara lain adalah menciptakan lingkungan yang mendukung untuk kesehatan ibu hamil, merubah perilaku yang negatif, dan meningkatkan kesadaran ibu hamil dan keluarga tentang pentingnya kesehatan baik fisik dan psikologis selama kehamilan. Salah satu upaya yang bisa dilakukan adalah program pemberian informasi dengan tujuan pendidikan pada individu dengan masalah emosional agar mampu mempertahankan homeostasis terhadap adanya perubahan yang tidak diperkirakan sebelumnya maupun kejadian yang terjadi secara bertahap (Montgomery,2002), membantu anggotanya mengatasi stres dalam kehidupan, berfokus pada disfungsi perasaan, pikiran dan perilaku (Stuart & Laraia, 2005) yang dikenal sebagai Terapi Kelompok Terapeutik ( TKT). Intervensi ini sangat sesuai untuk membantu mengatasi stres emosional, penyakit fisik, krisis tumbuh kembang, atau penyesuaian sosial, misalnya wanita hamil, individu yang kehilangan dan penyakit terminal serta gangguan psikiatri (Keliat, 2005). Terapi Kelompok Terapeutik ( TKT) memberi kesempatan kepada anggotanya untuk saling berbagi pengalaman, saling membantu satu dengan lainnya, untuk menemukan cara menyelesaikan masalah dan mengantisipasi masalah yang akan dihadapi dengan mengajarkan cara yang efektif untuk mengendalikan stres.

TKT bagi ibu hamil perlu dilakukan karena adanya situasi krisis yang memerlukan dukungan baik fisik, psikologis dan social baik oleh ibu sendiri maupun orang – orang di sekitarnya (Murray,2003., DeGraft- Johnson, 2005) intervensi ini penting dilakukan dengan harapan bahwa ibu hamil dapat beradaptasi dengan baik terhadap setiap perubahan dalam kehamilan, terutama perubahan psikologis dan mampu melakukan stimulasi perkembangan terhadap janin yang dikandungnya , karena ibu telah memiliki pengetahuan yang memadai tentang kedua hal di atas. Selain itu diharapkan ibu juga mampu secara mandiri melakukan perawatan bayi dan juga mampu menjalankan peran ibu secara proporsional, setelah melahirkan nanti.

Dari berbagai macam uraian tersebut diatas peneliti berkeinginan untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Terapi Kelompok Terapeutik (TKT) terhadap Kesiapan ibu menjalani Persalinan di Wilayah Puskesmas Kunciran Baru Kota Tangerang”.

## METODE

Desain penelitian ini menggunakan *Quasy Experimental* dengan rancangan penelitian *Pretest-Posttest Control Group Design*. Pada penelitian ini populasinya adalah ibu hamil di wilayah Puskesmas Kunciran Baru Kota Tangerang. Metode pengambilan sample menggunakan teknik *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 24 orang, terdiri dari 12 orang kelompok intervensi dan 12 orang kelompok kontrol. Cara atau metode yang digunakan untuk mendapatkan data karakteristik responden dan kesiapan persalinan menggunakan kuesioner, dimana responden mengisi kuesioner dipandu oleh peneliti.

Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Analisis univariat digunakan untuk mengetahui karakteristik responden dan kesiapan persalinan, sedangkan analisis bivariate menggunakan Uji *t dependent* (dengan  $\alpha < 0.05$ ) mengetahui pengaruh Terapi Kelompok Terapeutik (TKT) Ibu hamil terhadap kesiapan persalinan.

## HASIL

### Hasil analisa univariat

#### a. Usia

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia ibu hamil di Puskesmas Kunciran Baru Kota Tangerang (N = 24)**

Variabel (Usia)	Usia Resti		Usia tidak resti		Jumlah	
	N	%	N	%	N	%
Kelompok Intervensi	0	0 %	12	100 %	12	100%
Kelompok Kontrol	0	0 %	12	100 %	12	100%
	0	0 %	24	100 %	24	100%

Tabel 1 menunjukkan distribusi frekuensi responden berdasarkan karakteristik usia yaitu pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol semua responden termasuk ibu hamil dengan usia tidak resiko tinggi yaitu 24 orang (100%).

#### b. Pendidikan

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan pendidikan responden di Puskesmas Kunciran Baru Kota Tangerang (N =24)**

Variabel	Pendidikan dasar	Pendidikan menengah	Pendidikan tinggi	Jumlah
----------	------------------	---------------------	-------------------	--------

(Pendidikan)	N	%	N	%	N	%	N	%
Kelompok Intervensi	2	16,7%	6	50%	4	33,3%	12	100%
Kelompok Kontrol	3	25%	7	58,3%	2	16,7%	12	100%
	5	20,8%	13	54,2%	6	25%	24	100%

Tabel 2 menunjukkan distribusi frekuensi responden berdasarkan karakteristik pendidikan yaitu pada kelompok intervensi dan control responden lebih dari sebagian besar memiliki pendidikan menengah yaitu sebesar  $\geq 50\%$ , Responden kelompok Intervensi disbanding kelompok control lebih banyak memiliki pendidikan tinggi yaitu 4 orang (33,3%).

### c. Pekerjaan

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan pekerjaan ibu hamil di Puskesmas Kunciran Baru Kota Tangerang (N =24)**

Variabel (Pekerjaan)	Tidak bekerja		Bekerja		Jumlah	
	N	%	N	%	N	%
Kelompok Intervensi	9	75 %	3	25 %	12	100%
Kelompok Kontrol	9	75 %	3	25 %	12	100%
	18	75 %	6	25 %	24	100%

Tabel 3 menunjukkan distribusi frekuensi responden berdasarkan karakteristik pekerjaan yaitu pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol responden hamper seluruh tidak bekerja yaitu 18 orang (75%).

### d. Paritas

**Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan paritas responden di Puskesmas Kunciran Baru Kota Tangerang (N =24)**

Variabel (Paritas)	Primipara		Multipara		Jumlah	
	N	%	N	%	N	%
Kelompok Intervensi	5	41,7 %	7	58,3 %	12	100%
Kelompok Kontrol	3	25 %	9	75 %	12	100%
	8	33,3 %	16	66,7 %	24	100%

Tabel 4 menunjukkan distribusi frekuensi responden berdasarkan karakteristik paritas yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol lebih dari sebagian responden multipara. Responden kelompok intervensi responden multipara yaitu sebanyak 7 orang (58,3%), dan kelompok kontrol responden multipara yaitu 9 orang (75%).

### e. Kecemasan

**Tabel 5. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan kecemasan di Puskesmas Kunciran Baru Kota Tangerang (N =24)**

Variabel (pemeriksaan kehamilan)	cemas		tidak cemas		Jumlah	
	N	%	N	%	N	%
Kelompok Intervensi	4	33,3 %	8	66,7%	12	100%
Kelompok Kontrol	3	25 %	9	75%	12	100%
	7	29,2%	17	70,8 %	24	100%

Tabel 5 menunjukkan distribusi frekuensi responden berdasarkan kecemasan yaitu pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol lebih dari sebagian tidak mengalami kecemasan yaitu 17 orang (70.8%).

**f. Kesiapan persalinan sebelum intervensi Terapi Kelompok Terapeutik**

**Tabel 6. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan kesiapan persalinan di Puskesmas Kunciran Baru Kota Tangerang (N =24)**

Variabel (Kesiapan persalinan)	Cukup		Baik		Jumlah	
	N	%	N	%	N	%
Kelompok Intervensi	5	41,7 %	7	58,3%	12	100%
Kelompok Kontrol	8	66,7 %	4	33,3%	12	100%
	13	54,2 %	11	45,8%	24	100%

Tabel 6 menunjukkan distribusi frekuensi responden berdasarkan karakteristik kesiapan persalinan yaitu pada kelompok intervensi responden lebih dari sebagian kesiapan persalinannya baik yaitu 7 orang (58,3%), berbeda dengan kelompok kontrol dimana responden lebih dari sebagian dengan kesiapan persalinan cukup yaitu 8 orang (66,7%).

**Tabel 7. Distribusi Frekuensi kesiapan persalinan berdasarkan paritas di Puskesmas Kunciran Baru Kota Tangerang (N =24)**

Variabel (Kesiapan persalinan)	Cukup		Baik		Jumlah	
	N	%	N	%	N	%
Kelompok Intervensi	5	41,7 %	7	58,3%	12	100%
<b>Paritas</b>						
Primipara	3	25%	2	16,7%	5	41,7%
Multipara	2	16,7%	5	41,6%	7	58,3%
Kelompok Kontrol	5	41,7%	7	58,3%	12	100%
<b>Paritas</b>						
Primipara	2	16,7%	1	8,3%	3	25%
Multipara	6	50%	3	25%	9	75%
	9	66,7 %	3	33,3%	12	100%

Tabel 7 menunjukkan distribusi frekuensi kesiapan persalinan responden berdasarkan paritas yaitu pada kelompok intervensi lebih dari sebagian multipara dalam kesiapan persalinannya baik yaitu 5 orang (41,6%), berbeda dengan kelompok kontrol dimana responden lebih dari sebagian multipara dengan kesiapan persalinan cukup yaitu 6 orang (50%).

**g. Kesiapan persalinan setelah intervensi Terapi Kelompok Terapeutik**

**Tabel 8. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan kesiapan persalinan di Puskesmas Kunciran Baru Kota Tangerang (N =24)**

Variabel (Kesiapan persalinan)	Cukup		Baik		Jumlah	
	N	%	N	%	N	%
Kelompok Intervensi	1	8,3 %	11	91,7%	12	100%
Kelompok Kontrol	9	75 %	3	25%	12	100%
	10	41,7 %	14	58,3%	24	100%

Tabel 8 menunjukkan distribusi frekuensi responden berdasarkan kesiapan persalinan setelah intervensi yaitu pada kelompok intervensi responden hampir semuanya kesiapan persalinannya baik yaitu 11 orang (91,7%), berbeda dengan kelompok kontrol dimana responden dengan kesiapan persalinan cukup lebih banyak yaitu 9 orang (75%).

**Tabel 9. Distribusi Frekuensi kesiapan persalinan berdasarkan paritas di Puskesmas Kunciaran Baru Kota Tangerang (N =24)**

Variabel (Kesiapan persalinan)	Cukup		Baik		Jumlah	
	N	%	N	%	N	%
Kelompok Intervensi	1	8,3 %	11	91,7%	12	100%
<b>Paritas</b>						
Primipara	0	0%	5	41,7%	5	41,7%
Multipara	1	8,3%	6	50%	7	58,3%
	1	8,3%	11	91,7%	12	100%
Kelompok Kontrol	9	75 %	3	25%	12	100%
<b>Paritas</b>						
Primipara	2	16,7%	1	8,3%	3	25%
Multipara	7	58,3%	2	16,7%	9	75%
	9	75 %	3	25%	12	100%

Tabel 9 menunjukkan distribusi frekuensi kesiapan persalinan responden berdasarkan paritas yaitu pada kelompok intervensi lebih dari sebagian multipara dalam kesiapan persalinannya baik yaitu 6 orang (50%), berbeda dengan kelompok kontrol dimana responden lebih dari sebagian multipara dengan kesiapan persalinan cukup yaitu 7 orang (58,3%).

## Hasil Analisa Bivariate

### h. Perbedaan kesiapan persalinan Pada Kelompok intervensi

**Tabel 10. Distribusi rata-rata kesiapan persalinan Pada Kelompok intervensi**

Variabel	N	Mean	Standar Deviasi	SE	<i>P value</i>
<b>Kesiapan persalinan</b>					
Pre Intervensi	12	2,58	0,515	,149	0,039
Post Intervensi	12	2,92	0,289	0,083	

Tabel 10 menunjukkan rata-rata kesiapan persalinan Pada Kelompok intervensi adalah 2,58 dengan standar deviasi 0,515. Pada Pengukuran kedua didapat rata-rata kemampuan setelah diberikan intervensi adalah 2,92 dengan standar deviasi 0,289. Terlihat nilai mean perbedaan antara pengukuran pertama dan kedua adalah -,333 dengan standar deviasi 0,492. Hasil uji statistik didapatkan nilai 0,039 maka dapat disimpulkan terdapat perbedaan yang signifikan antara pengukuran kesiapan persalinan sebelum dan setelah dilaksanakan intervensi terapi kelompok terapeutik.

### i. Perbedaan kesiapan persalinan Pada Kelompok kontrol

**Tabel 11. Distribusi rata-rata kesiapan persalinan Pada Kelompok kontrol**

Variabel	N	Mean	Standar Deviasi	SE	<i>P value</i>
<b>Pengetahuan Protokol</b>					
Pre intervensi	12	2,33	0,492	0,142	0,339
Post Intervensi	12	2,25	0,452	0,131	

Tabel 11 menunjukkan rata-rata kesiapan persalinan Pada Kelompok kontrol adalah 2,33 dengan standar deviasi 0,492. Pada Pengukuran kedua didapat rata-rata kesiapan persalinan setelah diberikan intervensi adalah 2,25 dengan standar deviasi 0,452. Terlihat nilai mean perbedaan antara pengukuran pertama dan kedua adalah 0,083 dengan standar deviasi 2,89. Hasil uji statistik didapatkan nilai 0,339 maka dapat disimpulkan terdapat perbedaan yang signifikan antara pengukuran kesiapan persalinan sebelum dan setelah dilaksanakan intervensi terapi kelompok terapeutik.

#### j. Pengaruh Terapi Kelompok Terapeutik Terhadap kesiapan persalinan

**Tabel 12. Perbedaan Rata-rata kesiapan persalinan antara Kelompok Intervensi Dan Kontrol**

Variabel	N	Mean	Standar Deviasi	SE	<i>P value</i>
<b>kesiapan persalinan</b>					
Tanpa TKT	12	2,58	3,528	1,018	0,024
Dengan TKT	12	-,08	0,289	0,83	

Tabel 10 menunjukkan rata-rata kesiapan persalinan pada kelompok kontrol adalah 0,08 dengan standar deviasi 3,528. Pada Kelompok intervensi memiliki rata-rata 2,58 dengan standar deviasi 1,018. Selisih nilai rerata kemampuan antar kelompok intervensi dan kontrol didapatkan 2,667 dengan selisih standar deviasi 3,252. Hasil uji statistik didapatkan nilai *P value* 0,024 ( $P value \leq 0,05$ ) maka dapat disimpulkan terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata kesiapan persalinan kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

## PEMBAHASAN

### 1. Usia

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semua responden (100%) memiliki usia tidak beresiko. Usia 20-35 tahun merupakan usia yang optimal bagi seorang ibu hamil karena pada usia tersebut kondisi rahim matang dan mampu menerima kehamilan baik ditinjau dari segi psikologi dan fisik. Usia 20-35 tahun merupakan usia yang dianggap aman untuk menjalani kehamilan dan persalinan. Karena pada usia 35 tahun merupakan keadaan yang dikategorikan dalam resiko tinggi terhadap kelainan bawaan serta adanya penyulit selama masa kehamilan dan persalinan (Sulistiyawati, 2011) kehamilan di umur kurang dari 20 tahun bisa menimbulkan masalah, karena kondisi fisik belum 100 % siap. Untuk umur yang dianggap paling aman menjalani kehamilan dan persalinan adalah 20-35 tahun. Di rentang usia ini kondisi fisik wanita dalam keadaan prima. Sedangkan setelah umur 35 tahun, sebagian wanita digolongkan pada kehamilan beresiko tinggi terhadap kelainan bawaan dan adanya penyulit pada waktu persalinan. Di kurun umur ini, angka kematian ibu melahirkan dan bayi meningkat, sehingga akan meningkatkan kecemasan (Astria,2009). Hal ini juga didukung oleh hasil penelitian Zamriati (2013) tentang factor yang berhubungan dengan kecemasan ibu hamil menunjukkan adanya hubungan usia dengan kesiapan persalinan ibu hamil.

### 2. Pendidikan

Hasil penelitian berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa responden lebih dari sebagian besar memiliki pendidikan menengah yaitu sebesar  $\geq 50\%$  dan yang memiliki pendidikan tinggi sebesar 25 %. Tingkat pendidikan seseorang berpengaruh terhadap kemampuan menerima informasi dan memahami pengetahuan yang mereka peroleh. Menurut Hawari (2016) bahwa tingkat pendidikan seseorang akan berpengaruh terhadap proses dan kemampuan

berpikir sehingga mampu menangkap informasi baru. Semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin tinggi pula tingkat pemahaman dan penyerapan dalam menerima informasi. Tinggi pendidikan seseorang menggambarkan kualitas pengetahuan dan kematangan intelektualnya. Semakin tinggi pendidikan seseorang, mereka cenderung akan memperhatikan kesehatan dirinya dan keluarga, serta semakin berpeluang mencari pengobatan ke pelayanan kesehatan. Hasil penelitian Astria (2009) menyatakan bahwa ada hubungan tingkat pendidikan dengan kesiapan persalinan. Hasil ini juga sejalan dengan hasil penelitian Rosyidah (2017) yang menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara usia dengan kesiapan persalinan.

### **3. Pekerjaan**

Hasil penelitian berdasarkan tabel 3 menunjukkan distribusi frekuensi responden berdasarkan karakteristik pekerjaan yaitu pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol responden hampir seluruh tidak bekerja yaitu 18 orang (75%). Pekerjaan berkaitan langsung dengan pendapatan seseorang atau kondisi ekonomi ibu hamil dalam menghadapi proses kehamilan dan persalinan. Keadaan social ekonomi berhubungan dengan pemenuhan kebutuhan ibu selama hamil dan persiapan persalinan. Pada ibu hamil yang bekerja di luar rumah sudah membuat kesiapan persalinan meski kesiapan persalinan yang dimiliki belum sesuai (Depkes RI, 2014). Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Rosyidah (2017) yang menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pekerjaan dengan kesiapan persalinan. Namun menurut Rusmita (2014) bahwa ibu hamil yang tidak bekerja mempunyai peluang yang lebih besar untuk mempersiapkan persalinan dibandingkan ibu hamil yang bekerja.

### **4. Paritas**

Hasil penelitian berdasarkan tabel 4 menunjukkan distribusi frekuensi responden berdasarkan karakteristik paritas yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol lebih dari sebagian responden multipara. Responden kelompok intervensi responden multipara yaitu sebanyak 7 orang (58,3%), dan kelompok kontrol responden multipara yaitu 9 orang (75%). Paritas seorang wanita dapat mempengaruhi kesehatan ibu hamil yang akan menghadapi persalinan. Ibu hamil primigravida masih belum memiliki pengetahuan dan pengalaman yang cukup terkait perubahan pada saat hamil dan bersalin. Sedangkan ibu hamil multigravida mayoritas sudah memiliki gambaran mengenai kehamilan dan proses persalinan pada pengalaman sebelumnya. Sehingga saat hamil akan cenderung mempersiapkan baik secara fisik maupun psikologis (Goetzl, 2013).

### **5. Kecemasan**

Hasil penelitian berdasarkan tabel 5 menunjukkan distribusi frekuensi responden berdasarkan kecemasan yaitu pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol lebih dari sebagian tidak mengalami kecemasan yaitu 17 orang (70.8%). Kecemasan merupakan perasaan tidak menyenangkan yang dapat dialami seseorang ketika mendapat tekanan dan perasaan mendalam yang dapat menyebabkan masalah psikiatri dan dapat berkembang dalam jangka waktu yang lama (Angesti, 2020). Kecemasan pada ibu hamil dapat berdampak kurang

terhadap kehamilan dan proses persalinan. Kecemasan pada ibu hamil dapat diakibatkan karena kekhawatiran terhadap kehamilan itu sendiri dan proses persalinan yang akan dilalui (Yuliani & Aini, 2020). Kecemasan juga dapat berpengaruh terhadap kesiapan ibu dalam menghadapi proses persalinan.

## 6. Kesiapan persalinan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa distribusi frekuensi berdasarkan kesiapan persalinan pada kelompok intervensi dan kontrol sebelum dilakukan intervensi terapi kelompok terapeutik lebih dari sebagian dalam kategori cukup yaitu sebesar 13 orang (54,2 %). Sedangkan distribusi frekuensi berdasarkan kesiapan persalinan setelah dilakukan terapi kelompok terapeutik lebih dari sebagian dalam kategori baik yaitu sebesar 14 orang (58,3%). Kesiapan persalinan merupakan proses perencanaan kelahiran normal dan antisipasi tindakan apabila terjadi komplikasi saat persalinan atau dalam keadaan darurat. Kesiapan persalinan sangat penting dalam proses hamil dan persalinan, kesiapan ibu dalam kehamilan dan persalinan akan menurunkan angka kematian ibu dan kematian bayi. Kesiapan persalinan dipengaruhi beberapa factor antara lain usia, tingkat pendidikan, paritas, pengetahuan, dukungan social, kesiapan ekonomi keluarga, dan pemeriksaan kehamilan (Hasnita, 2012).

Hasil penelitian menunjukkan kesiapan persalinan pada kelompok intervensi sebelum dan sesudah pemberian TKT lebih dari sebagian memiliki kesiapan persalinan baik. Berbeda dengan kelompok control dimana sebelum dan sesudah pemberian TKT lebih dari sebagian memiliki kesiapan persalinan cukup. Pada ibu hamil multipara mereka memiliki pengalaman dalam melahirkan sebelumnya sehingga dapat mempersiapkan persalinan dengan baik. Ibu hamil primipara adalah ibu yang pertama kali hamil dan tidak memiliki pengalaman kehamilan maupun persalinan, akan tetapi ibu hamil primipara memiliki banyak waktu untuk mencari informasi mengenai kehamilan dan persalinan sehingga bisa menjalani kehamilan dan persalinannya dengan baik. Informasi kehamilan dan persalinan dapat diakses dengan mudah melalui beragam media informasi, hal ini bisa memudahkan seorang ibu primipara memperoleh informasi tentang persalinan, sehingga pengetahuan yang ibu dapat tidak hanya berasal dari tenaga kesehatan.

## 7. Pengaruh Terapi Kelompok Terapeutik terhadap kesiapan persalinan

Analisis data untuk melihat pengaruh terapi kelompok terapeutik terhadap kesiapan persalinan menggunakan uji t dependen. Hasil uji statistik didapatkan nilai *P value* 0,024 (*P value*  $\leq$  0,05) maka dapat disimpulkan terdapat perbedaan yang signifikan antara rata – rata kesiapan kelompok intervensi dan kelompok control. Perbedaan signifikan yang didapatkan dari uji statistic tersebut terbukti dengan adanya perbedaan rerata antara kelompok intervensi dan kelompok control dimana rata-rata kesiapan persalinan kelompok intervensi 2,58 lebih tinggi daripada kelompok kontrol 0.08.

Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian Susmiatin (2010) menjelaskan bahwa terapi kelompok terapeutik ibu hamil dapat meningkatkan kemampuan adaptasi emosi, adaptasi social, dan stimulasi janin. Terapi kelompok terapeutik adalah terapi yang diberikan secara kelompok yang berfungsi sebagai upaya untuk mengantisipasi dan mengatasi masalah yang diakibatkan gangguan fisik dan psikiatri dengan mengembangkan potensi yang dimiliki

oleh antar anggota kelompok itu sendiri. Terapi kelompok terapeutik sangat sesuai untuk membantu mengatasi penyakit fisik, krisis tumbuh kembang, atau penyesuaian social misalnya wanita hamil, individu yang kehilangan, dan penyakit terminal serta gangguan psikiatri (Keliat, 2005). Pada pelaksanaan terapi kelompok terapeutik ini memberikan kesempatan kepada anggota untuk saling berbagi pengalaman, saling membantu satu dengan lainnya, untuk menemukan cara menyelesaikan masalah dan mengantisipasi masalah yang akan dihadapi dengan mengajarkan cara yang efektif.

Terapi kelompok terapeutik bagi ibu hamil perlu dilakukan karena adanya situasi krisis yang memerlukan dukungan baik secara fisik, psikologis, dan social baik oleh ibu sendiri maupun orang disekitar (Murray, 2003, De Graft- Johnson, 2005). Tindakan ini penting dilakukan dengan tujuan ibu hamil dapat beradaptasi dengan baik terhadap setiap perubahan yang dialami selama proses hamil, terutama perubahan psikologis dan mampu melakukan stimulasi perkembangan terhadap perkembangan janin yang dikandungnya. Pengetahuan yang memadai dimiliki ibu terkait hal tersebut, juga mampu meningkatkan kesiapan ibu dalam menghadapi persalinan. Kesiapan ibu dalam menghadapi persalinan tentunya ini akan berdampak positif terhadap kemampuan ibu beradaptasi terhadap perubahan fisik dan psikologis, janin tumbuh sehat dan berkembang secara optimal, sehingga dapat menurunkan angka kematian ibu dan bayi.

## KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan hasil uji statistik didapatkan nilai  $P$  value 0,024 ( $P$  value  $\leq$  0,05) maka dapat disimpulkan terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata kesiapan persalinan kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

## DAFTAR PUSTAKA

- Astria, Y. (2009). *Hubungan karakteristik ibu hamil trimester III dengan kecemasan dalam menghadapi persalinan di poliklinik kebidanan dan kandungan RSUP Fatmawati*. Skripsi. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah. Jakarta.
- Departemen Kesehatan RI. (2014) *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta.kemenkes RI
- Effendi, (2009) *Keperawatan Keluarga*, Jakarta EGC
- Friedman (2010) *Buku Ajar Keperawatan Keluarga Riset Teori Dan Praktik*, Jakarta EGC
- Keliat BA, dkk, (2007) *Keperawatan Jiwa*, Jakarta EGC
- Noviyanti (2017) *Kemampuan Keluarga Merawat Pasien Skizoprenia Dengan Gejala Halusinasi, University Reseach Colloquium UMM*.
- Rosyidah SS. *Faktor yang Berhubungan dengan Kesiapan Persalinan pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Pleret Bantul*. Naskah Publikasi. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta; 2017

- Rusmita, E. (2015). *Pengaruh Senam Hamil Yoga Terhadap Kesiapan Ibu Hamil Menghadapi Persalinan Di RSIA Limijati Bandung*. Skripsi. Bandung: Politeknik Kesehatan TNI AU Ciumbuleuit Bandung
- Susmiatin, E, A, Keliat, B,A, Hastono, S.P. dan Susanti, H, (2010) *Pengaruh Terapi Kelompok Terapeutik terhadap kemampuan adaptasi dan memberikan stimulasi janin pada ibu hamil di Kelurahan Balumbang Jaya Kecamatan Bogor Kota Bogor*. Tesis ; Universitas Indonesia, FIK : Jakarta
- Videbeck, (2010), *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*, EGC Jakarta
- Wiyati,dkk (2010) *Pengaruh Psikoedukasi Keluarga Terhadap Kemampuan Keluarga Merawat Pasien Isolasi Sosial*. Jurnal Keperawatan Soedirman
- Yuliana A. *Dukungan Suami pada Ibu Hamil dalam Menghadapi Masa Persalinan di Desa Joho Kabupaten Sukoharjo*. Maternity: Jurnal Kebidanan dan Ilmu Kesehatan. 2015; 2(2):1-7
- Zamriati, W. E, H. dan Ferdinand W.(2013).*Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Kecemasan Ibu Hamil Menjelang Persalinan Di Poli KIA Pkm Tuminting*, Journal Keperawatan (e-Kp) Volume. 1,
-

## Original Research

**PENGARUH TEKNIK RELAKSASI BENSON TERHADAP KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE II DI RSUD KABUPATEN TANGERANG***The Effect of The Benson Relaxation Technique on Sugar Blood Levels Blood in Type II Diabetes Mellitus Patients at Tangerang District Hospital*Siti Rohayani<sup>1</sup>, Kusniawati<sup>2</sup><sup>1</sup>Nursing Departement, Ministry Health Polytecnic of Banten<sup>2</sup>Nursing Departement, Ministry Health Polytecnic of Banten

Corresponding author :

Siti Rohayani

[sitirohayani226@gmail.com](mailto:sitirohayani226@gmail.com)**Keywords:** Teens, Sleep Quality, Smartphone Use.**ABSTRACT**

**Introduction:** Diabetes Mellitus (DM) is a group of metabolic disorders characterized by an increase in blood glucose levels (hyperglycemia) caused by abnormalities in insulin secretion, insulin action, or both. A nonpharmacological therapy that can be used as a companion to pharmacological therapy is Benson's relaxation technique. Benson's relaxation technique produces a relaxed state so that it can suppress hormones that cause blood sugar levels to rise such as epinephrine, cortisol, glucagon, ACTH corticosteroids, and thyroid. **Objective:** This study was to determine the effect of Benson's relaxation technique on blood sugar levels in Type 2 Diabetes Mellitus patients. **Method:** Research design used experimental quasy, with one group pretest-posttest design. The sampling technique in this study used purposive sampling with a total sample of 28 respondents conducted from April 13 to April 29, 2023 in the inpatient room of the Tangerang Regency Regional General Hospital. Then the data of this study was analyzed using paired t test. **Results:** Average GDS value before intervention 306.25 mg / dl and after intervention 276.57 mg / dl with p value = 0.000 (<0.05). **Conclusion:** In this study, there was an effect of Benson's relaxation technique on reducing blood sugar levels in Diabetes Mellitus patients.

**ABSTRAK**

**Pendahuluan:** Diabetes Melitus (DM) adalah sekelompok gangguan metabolisme yang ditandai dengan adanya peningkatan kadar glukosa darah (hiperglikemi) yang disebabkan oleh kelainan dalam sekresi insulin, kerja insulin, atau keduanya. Terapi nonfarmakologis yang dapat digunakan

**Kata Kunci:** Pola Asuh Orang Tua, toilet training.

sebagai pendamping terapi farmakologis adalah teknik relaksasi Benson. Teknik relaksasi Benson menghasilkan kondisi rileks sehingga dapat menekan hormon-hormon yang menyebabkan kadar gula darah meningkat seperti epinefrin, kortisol, glucagon, ACTH kortikosteroid, dan tiroid. **Tujuan:** Penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh teknik relaksasi Benson terhadap kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2. **Metode :** Desain penelitian yang digunakan quasi eksperimental, dengan rancangan one group pretest-posttest design. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan purposive sampling dengan jumlah sampel sebanyak 28 responden yang dilakukan pada tanggal 13 April sampai dengan 29 April 2023 di Ruang rawat inap Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Tangerang. Kemudian data penelitian ini dianalisis dengan menggunakan paired t test. **Hasil :** Hasil Rata-rata nilai GDS sebelum dilakukan intervensi 306,25 mg/dl dan setelah dilakukan intervensi 276,57 mg/dl dengan p value = 0,000 (<0,05). **Kesimpulan:** Pada penelitian ini, ada pengaruh teknik relaksasi Benson terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus.

---

## PENDAHULUAN

Diabetes Melitus (DM) adalah sekelompok gangguan metabolisme yang ditandai dengan adanya peningkatan kadar glukosa darah (hiperglikemi) yang sebabkan oleh kelainan dalam sekresi insulin, kerja insulin, atau keduanya. (Johnson, 2020). Diabetes melitus adalah penyakit kronis ketika pankreas tidak dapat menghasilkan cukup insulin atau tubuh tidak efektif menggunakannya (WHO 2016 dalam (Astuti, 2020).

Menurut World Health Organization (WHO), Diabetes Melitus adalah salah satu penyakit dengan jumlah terbesar di India. Negara berkembang Indonesia menempati urutan keempat, sementara China dan Amerika dengan prevalensi 8,6% dari total populasi. Kasus diabetes terbagi dalam dua kategori utama, yang pertama adalah diabetes tipe 1 yang terdiri sekitar 5% hingga 10% dari populasi diabetes di seluruh dunia dan yang kedua adalah diabetes tipe 2, yang memiliki populasi sekitar 90% hingga 95% dari jumlah populasi diabetes melitus di seluruh dunia dan sebagian besar penderita diabetes melitus tipe 2 adalah orang yang mengalami obesitas (Izzati, 2015).

Organisasi Internasional Diabetes Federation (IDF) mengatakan pada tahun 2019 diperkirakan sedikitnya terdapat 463 juta orang pada usia 20 hingga 79 tahun di dunia menderita diabetes melitus. IDF pada tahun 2019 memperkirakan prevalensi jenis kelamin pada perempuan 9% dan pada laki-laki 9,65% prevalensi diabetes melitus diperkirakan akan terus meningkat seiring bertambahnya umur penduduk menjadi 19,9% atau 111,2 juta orang pada usia 65 hingga 79 tahun, angka tersebut akan diprediksi terus meningkat hingga mencapai 578 juta pada tahun 2030 dan 700 juta ditahun 2045. Prevalensi penderita diabetes melitus di Indonesia mencapai sekitar 10,7 juta (Federation, 2019).

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2020) menurut prevalensi penyakit tidak menular berdasarkan pemeriksaan glukosa, diabetes melitus di Indonesia meningkat dari 6,9% menjadi 8,5% (Pajar, 2022). Meningkatnya prevalensi diabetes melitus sangat erat kaitannya dengan meningkatnya faktor risiko diabetes melitus itu sendiri (KemenKes, 2020).

Provinsi Banten memiliki prevalensi Diabetes sebanyak 2,2% pada tahun 2018 dimana Provinsi Banten menempati urutan ke 10 dari 34 Provinsi di Indonesia. Jumlah kasus Diabetes Melitus di Provinsi Banten tahun 2018 berjumlah 23.262 kasus, Kabupaten Lebak berada dalam urutan ke 5 dengan 2.382 kasus penderita diabetes melitus (Kementrian Kesehatan, 2018).

Tingginya prevelensi pasien Diabetes Melitus di Provinsi Banten perlu adanya upaya untuk meminimalisir masalah tersebut, sehingga tidak menyebabkan gangguan fisik maupun psikologis bagi penderita. Intervensi inovatif untuk mengontrol kadar glukosa darah pada pasien DM tipe 2 yang dapat dilakukan di rumah sakit dengan pemberian teknik relaksasi. Salah satu teknik relaksasi yang efektif untuk menurunkan kadar glukosa darah adalah teknik relaksasi Benson.

Teknik relaksasi Benson merupakan terapi komplementer dan modalitas unggulan yang dapat menurunkan kadar glukosa darah pasien diabetes dengan menekan pengeluaran hormon-hormon yang dapat meningkatkan kadar glukosa darah. Teknik relaksasi Benson merupakan teknik relaksasi yang digabung dengan keyakinan yang dianut oleh klien, dan akan menghambat aktivitas saraf simpatis yang dapat menurunkan konsumsi oksigen oleh tubuh dan selanjutnya otot-otot tubuh menjadi rileks sehingga menimbulkan perasaan tenang dan nyaman harapannya dapat menurunkan stress.

Mekanisme penurunan kadar glukosa darah melalui teknik relaksasi Benson yaitu dengan cara menekan pengeluaran epinefrin sehingga menghambat konversi glikogen menjadi glukosa, menekan pengeluaran kortisol dan menghambat metabolisme glukosa sehingga asam amino, laktat, dan piruvat tetap disimpan di hati dalam bentuk glikogen sebagai energi cadangan, menekan pengeluaran glukagon sehingga dapat mengkonversi glikogen dalam hati menjadi glukosa, menekan ACTH dan glukokortikoid pada korteks adrenal sehingga dapat menekan pembentukan glukosa baru oleh hati, di samping itu lipolysis dan katabolisme karbohidrat dapat ditekan, yang dapat menurunkan kadar glukosa darah.

Pernyataan di atas didukung oleh jurnal yang disusun oleh Ade Rahman yang berjudul "Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Kadar Gula Darah Pasien DM Tipe II" dengan nilai  $p = 0,000$  ( $p = 0,000 < 0,05$ ) menunjukkan bahwa ada pengaruh signifikan dari teknik relaksasi Benson terhadap kadar gula darah pada pasien DM Tipe II di Ruang Interne RST Tingkat III Dr. Reksodiwiryo Padang tahun 2020.

Berdasarkan hasil pengalaman penulis di lapangan selama praktik klinik di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Tangerang, didapatkan hasil bahwa teknik relaksasi Benson jarang sekali diterapkan.

## METODE

Metode penelitian yang digunakan yaitu metode kuantitatif dengan desain quasy eksperiment menggunakan rancangan *One Group Pretest-Posttest*. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dengan jumlah sampel sebanyak 28 responden yang dilakukan pada tanggal 13 April sampai dengan 29 April 2023 di Ruang rawat inap Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Tangerang. Kemudian data penelitian ini dianalisis dengan menggunakan uji *paired t test*. Instrumen penelitian ini menggunakan karakteristik responden terdiri dari (nama, usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, lamanya terkena penyakit Diabetes Melitus, dan nilai GDS), SOP, lembar observasi, stik gds dan lancet serta glukometer sebagai alat ukur.

Cara pengumpulan data tahap pertama pasien dengan DM tipe 2 diperiksa kadar gula darah dengan menggunakan alat Glukosa Test untuk menilai kadar gula darah sebagai pretest. Tahap berikutnya dilakukan latihan Teknik Relaksasi Benson selama 15 menit 1 kali sehari pada

pagi hari dalam waktu 5 sehari. Tahap terakhir pasien diperiksa kembali kadar gula darah menggunakan Glukosa Test untuk menilai kadar gula darah sebagai posttest.

## HASIL

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Usia, Jenis Kelamin, Tingkat Pendidikan, Pekerjaan, dan Lama Menderita DM Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten**

Variabel	Frekuensi	
	N	%
<b>Usia</b>		
< 40 tahun	1	3,6
40-50 tahun	12	42,9
> 50 tahun	15	53,6
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	13	46,4
Perempuan	15	53,6
<b>Pendidikan</b>		
SD	5	17,9
SMP	12	42,9
SMA	8	28,6
Perguruan Tinggi	3	10,7
<b>Pekerjaan</b>		
Tidak Bekerja	14	50,0
Wirausaha	5	17,9
Wiraswasta	9	32,1
PNS	0	0
TNI/POLRI	0	0
<b>Lama Menderita DM</b>		
< 5 tahun	12	42,9
> 5 tahun	16	57,1
<b>Jumlah</b>	28	100,0

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar usia responden adalah  $\geq 50$  tahun (53,6%) dan sebagian kecil usia reponden adalah  $<40$  tahun (3,6%). Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 15 responden (53,6%). Sebagian besar responden berpendidikan SMP sebanyak 12 responden (42,9%). Sebagian besar responden sudah tidak berkerja sebanyak 14 responden (50,0%). sebanyak 14 responden (50,0%). Sebagian besar responden lama menderita DM  $\geq 5$  tahun (57,1%).

**Tabel 2. Distribusi Rerata Kadar Gula Darah Sebelum dan Sesudah Tindakan Teknik Relaksasi Benson Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten**

Variabel	Mean	Std. Deviasi	Min-Max	95% CI
Kadar gula darah sebelum dilakukan tindakan teknik relaksasi Benson	306,25	47,422	214-385	287,86-324,64
Kadar gula darah sesudah dilakukan teknik relaksasi Benson	276,57	53,513	192-373	255,82-297,32

Tabel 2 menunjukkan bahwa rerata kadar gula darah sebelum dilakukan tindakan yaitu 306,25 mg/dl dengan standar deviasi 47,422 mg/dl, kadar gula darah terendah 214 mg/dl dan kadar gula darah tertinggi 385 mg/dl. Hasil estimasi interval dapat disimpulkan bahwa 95% diyakini bahwa rerata kadar gula darah sebelum dilakukan tindakan teknik relaksasi Benson berada dalam rentang 287,86 mg/dl sampai dengan 324,64 mg/dl. Sedangkan rerata kadar gula

darah setelah dilakukan tindakan yaitu 276,57 mg/dl dengan standar deviasi 53,513 mg/dl, kadar gula darah terendah 192 mg/dl dan kadar gula darah tertinggi 373 mg/dl. Hasil estimasi interval dapat disimpulkan bahwa 95% diyakini bahwa rerata kadar gula darah setelah dilakukan tindakan teknik relaksasi Benson berada dalam rentang 255,82 mg/dl sampai dengan 297,32 mg/dl.

**Tabel 3. Hasil Uji Normalitas Kadar Gula Darah Sebelum Dan Sesudah Tindakan Teknik Relaksasi Benson Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Tangerang Pada**

Kadar Gula Darah	Kolmogorov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pretest	.144	28	.158*	.956	28	.286
Posttest	.137	28	.189*	.944	28	.136

Tabel 3 menunjukkan hasil dari uji normalitas menggunakan uji *Shapiro Wilk* didapatkan nilai sig kadar gula darah sebelum diberikan Teknik Relaksasi Benson adalah  $0,286 > 0,05$  sedangkan nilai sig kadar gula darah sesudah diberikan Teknik Relaksasi Benson adalah  $0,136 > 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa data penelitian berdistribusi normal.

**Tabel 4. Perbandingan Rata-Rata Kadar Gula Darah Sebelum Dan Sesudah Tindakan Teknik Relaksasi Benson Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Tangerang**

Kadar Gula Darah	Mean	Std. Deviasi	t	Df	P Value
Pretest	306,25	47,422	5,429	27	0.000
Posttest	276,57	53,513			
Perbedaan	29,68				

Tabel 4 menunjukkan bahwa terjadi penurunan rata-rata kadar gula darah setelah dilakukan tindakan teknik relaksasi Benson. Rata-rata kadar gula darah sebelum dilakukan tindakan teknik relaksasi Benson adalah 306,25 mg/dl dengan standar deviasi 47,422 mg/dl. Sedangkan rata-rata kadar gula darah setelah dilakukan tindakan teknik relaksasi Benson adalah 276,57 mg/dl dengan standar deviasi 53,513 mg/dl. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan rata-rata kadar gula darah setelah dilakukan tindakan teknik relaksasi Benson ( $p=0,000$ ).

## PEMBAHASAN

### 1. Usia

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rata-rata usia responden DM tipe 2 pada rentang 53,6 tahun. Hal ini dipertegas oleh Amalia, dkk (2022) menjelaskan bahwa dari 110 responden DM tipe 2, rata-rata usianya adalah 57,3 tahun. Hasil penelitian lain yaitu Ade Rahman (2020) menjelaskan bahwa dari 10 responden DM tipe 2 di Rumah Sakit, rata-rata berusia antara 51 tahun sampai 60 tahun.

Berdasarkan hasil penelitian Ade Rahman (2020) yang telah dilakukan menunjukkan bahwa seseorang yang berusia diatas 40 tahun atau lansia lebih beresiko terkena diabetes melitus tipe 2 merupakan usia yang paling rawan untuk terjadinya DM tipe 2 karena terjadi peningkatan stress dan depresi yang tinggi sehingga dapat memicu pengeluaran hormone-hormon yang dapat meningkatkan kadar gula darah.

Usia adalah salah satu faktor risiko diabetes melitus Tipe 2, dimana semakin bertambahnya usia terjadi intoleransi glukosa yang berlangsung lambat (selama bertahun-

tahun) dan progresif, selain itu terjadi resistensi insulin yang cenderung meningkat (Smeltzer & Bare, 2013), meskipun insulin ada dan reseptor juga ada, tetapi karena adanya kelainan di dalam sel itu sendiri pintu masuk sel tetap tidak dapat masuk ke sel untuk dimetabolisme. Akibatnya glukosa tetap berada diluar sel, sehingga kadar glukosa dalam darah meningkat.

Intoleransi terhadap glukosa meningkat seiring dengan bertambahnya usia, hal ini disebabkan oleh penurunan sensitivitas reseptor insulin, penurunan regulasi hormon glukagon dan epineprin yang mempengaruhi kadar glukosa darah (Black & Hawks, 2005 dalam Ade Rahman 2020).

## **2. Jenis Kelamin**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rata-rata jenis kelamin responden lebih banyak perempuan daripada berjenis kelamin laki-laki. Hal ini sejalan dengan penelitian Ade Rahman (2020), bahwa hasil penelitian didapatkan jenis kelamin perempuan lebih banyak menderita diabetes melitus daripada jenis kelamin laki-laki. Berbeda dengan hasil penelitian Denden Saepul Pajar (2022) menunjukkan bahwa didapatkan jenis kelamin laki-laki lebih banyak diderita daripada jenis kelamin perempuan.

Perempuan cenderung mengalami obesitas karena peningkatan hormone estrogen yang menyebabkan peningkatan lemak pada jaringan sub cutis, sehingga perempuan mempunyai resiko yang lebih besar terkena diabetes jika mempunyai gaya hidup yang tidak sehat. Perempuan lebih beresiko menderita DM tipe 2 di karenakan perempuan memiliki resiko lebih besar untuk menderita Diabetes Melitus dibandingkan laki-laki, hal ini berhubungan dengan kehamilan dimana kehamilan merupakan faktor resiko untuk terjadinya penyakit diabetes melitus. Perempuan lebih beresiko mengidap DM tipe 2 karena secara fisik wanita memiliki peluang peningkatan indeks masa tubuh yang lebih besar, sindrom siklus bulanan, pasca menopause yang membuat distribusi lemak tubuh menjadi mudah terakumulasi akibat proses hormonal.

## **3. Tingkat Pendidikan**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rata-rata tingkat pendidikan responden yaitu tingkat SMP. Berbeda dengan hasil penelitian Santi Damayanti, dkk (2021) menunjukkan bahwa rata-rata tingkat pendidikan responden yaitu SMA. Penelitian Denden Saepul Pajar (2022) menunjukkan bahwa rata-rata tingkat pendidikan responden yaitu perguruan tinggi.

Tingkat pendidikan menjadi faktor lain yang mempengaruhi kejadian penyakit diabetes melitus. Meningkatnya tingkat pendidikan akan meningkatkan kesadaran untuk hidup sehat dan memperhatikan gaya hidup dan pola makan. Pola individu yang pendidikan rendah mempunyai resiko kurang memperhatikan gaya hidup dan pola makan serta apa yang harus dilakukan dalam mencegah diabetes mellitus (Pahlawati & Nugroho, 2019). Tingkat pendidikan yang rendah dilaporkan sebagai faktor yang dapat mempengaruhi kepatuhan terhadap pengobatan farmakologis. Pendidikan mempunyai kaitan yang tinggi terhadap perilaku pasien untuk menjaga dan meningkatkan kesehatannya. Pendidikan bagi penderita diabetes melitus berhubungan dengan perilaku pasien dalam melakukan pengendalian terhadap kadar gula darah agar tetap stabil.

## **4. Pekerjaan**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rata-rata responden tidak bekerja, berbeda dengan peneliti Santi Damayanti, dkk (2021), menunjukkan bahwa rata-rata responden bekerja. Begitupun dengan penelitian Denden Saepul Pajar (2022) menunjukkan bahwa rata-rata responden bekerja.

Faktor lain yang mempengaruhi kejadian penyakit diabetes melitus adalah status kerja. Pekerjaan seseorang mempengaruhi tingkat aktivitas fisiknya, orang yang tidak bekerja memiliki aktifitas fisik yang kurang sehingga meningkatkan resiko obesitas. Jenis pekerjaan dapat memicu timbulnya penyakit melalui ada tidaknya aktivitas fisik di dalam pekerjaan, sehingga dapat dikatakan pekerjaan seseorang mempengaruhi aktivitas fisiknya. Pasien yang tidak bekerja membuat mereka tidak terlalu banyak melakukan aktivitas seperti kebanyakan orang yang bekerja. Kurangnya aktifitas fisik juga merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya DM (Kurniadi, 2015).

## **5. Lama Menderita DM**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rata-rata lama menderita DM yaitu lebih dari 5 tahun. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Ade Rahman (2020) yang menjelaskan bahwa rata-rata lama menderita DM adalah lebih dari 5 tahun. Begitupun hasil penelitian Wina Rizky Arfi Insani, dkk (2020) menunjukkan bahwa lama menderita DM yaitu lebih dari 5 tahun.

Lama mengalami diabetes melitus, berhubungan secara signifikan dengan kontrol gula darah (HbA1c). Semakin lama individu mengalami diabetes akan meningkatkan kadar HbA1c secara signifikan, menurunkan sensitivitas insulin karena meningkatnya retensi insulin. Kontrol gula darah cenderung lemah pada pasien yang mengalami diabetes lebih dari 6 tahun (Hood et al, 2014). Waktu lamanya seseorang menderita penyakit dapat memberikan gambaran mengenai tingkat patogenesis penyakit tersebut. Semakin lama seseorang menderita diabetes melitus maka komplikasi penyakit diabetes melitus juga akan lebih mudah terjadi (Pratiwi, 2007 dalam Ade Rahman 2020).

## **6. Kadar Gula Darah Sebelum dan Sesudah Tindakan Teknik Relaksasi Benson**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kadar gula darah pada penderita diabetes melitus tipe 2 diperoleh rata-rata kadar gula darah yang didapatkan dari 28 responden sebelum dilakukan teknik relaksasi Benson adalah sebesar 306,25 mg/dl dengan standar deviasi 47,422 mg/dl, sedangkan rata-rata kadar gula darah setelah dilakukan tindakan teknik relaksasi Benson adalah 53,513 mg/dl dengan standar deviasi 52,513 mg/dl. Hasil penelitian ini juga sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Linda Juwita, dkk (2016) terhadap 38 responden dengan kelompok intervensi dan kelompok kontrol di mana didapatkan perbedaan kadar gula darah sebelum dan sesudah intervensi teknik relaksasi Benson dengan  $p$ -value= 0,001 ( $<0,01$ )

## **7. Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2**

Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat perbedaan signifikan rata-rata kadar gula darah sebelum dan sesudah dilakukan tindakan teknik relaksasi Benson. Demikian juga dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna rata-rata kadar gula darah sebelum dan sesudah dilakukan tindakan teknik relaksasi Benson.

Hasil penelitian ini sejalan dengan beberapa penelitian lain Linda Juwita, dkk (2016) menjelaskan bahwa teknik relaksasi Benson dapat mengurangi stress sehingga memiliki dampak positif kadar gula darah menurun pada penderita diabetes melitus. Teknik relaksasi Benson memiliki beberapa metodenya yang sederhana karena bertumpu pada usaha napas dalam yang diselingi dengan permohonan kepada Tuhan Yang Maha Esa, teknik ini juga dapat dilakukan kapan saja tanpa membutuhkan ruangan yang sangat khusus. Hasil penelitian yang dilakukan Linda Juwita, dkk (2016) bertujuan untuk mengetahui pengaruh teknik relaksasi Benson terhadap kadar gula darah pada pasien DM tipe 2. Metode yang

digunakan yaitu *quasy eksperimental pretest posttest control group design.*, sampel penelitian 38 responden, masing-masing kelompok perlakuan dan kontrol. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mengalami penurunan kadar gula darah setelah dilakukan tindakan teknik relaksasi Benson.

Penelitian lain dilakukan oleh Sri Mulia Sari (2020), menjelaskan bahwa teknik relaksasi Benson melibatkan faktor keyakinan pasien, yang dapat menciptakan suatu lingkungan internal sehingga dapat membantu pasien mencapai kondisi kesehatan dan kesejahteraan yang lebih tinggi (Purwanto 2006, dalam Sukarmin & Himawan, 2015).

Metode yang digunakan yaitu *pre eksperimental one group pretest posttest*, sampel penelitian sebanyak 16 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mengalami penurunan kadar gula darah setelah dilakukan tindakan teknik relaksasi Benson.

Dari hasil penelitian dan teori yang ada, terdapat pengaruh yang signifikan antara teknik Relaksasi benson terhadap penurunan kadar gula darah, hal ini karena teknik relaksasi Benson dapat menurunkan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus dengan menekan kelebihan pengeluaran hormon-hormon yang dapat meningkatkan kadar gula darah, seperti: epinefrin, kortisol, glukagon, adrenocorticotropic hormone (ACTH), kortikosteroid dan tiroid sehingga teknik relaksasi Benson dapat menurunkan hormon-hormon yang dapat menurunkan kadar gula dalam darah.

Mekanisme penurunan kadar gula darah melalui teknik relaksasi Benson, yaitu dengan cara menekan pengeluaran epinefrin sehingga menghambat konversi glikogen menjadi glukosa, menekan pengeluaran kortisol dan menghambat metabolisme glukosa, sehingga asam amino, laktat, dan piruvat tetap disimpan di hati dalam bentuk glikogen sebagai energi cadangan. Menekan pengeluaran glukagon sehingga dapat mengkonversi dalam hati menjadi glukosa, menekan ACTH dan glukokortikoid pada korteks adrenal sehingga dapat menekan pembentukan glukosa baru oleh hati, di samping itu lipolysis dan katabolisme karbohidrat dapat ditekan, yang dapat menurunkan kadar glukosa darah.

Hasil penelitian ini terdapat pengaruh teknik relaksasi Benson terhadap kadar gula darah pada penderita diabetes melitus tipe 2 menunjukkan bahwa dari 28 responden teknik relaksasi Benson didapatkan rata-rata kadar gula darah sebelum tindakan 306,25 mg/dl dan nilai rata-rata sesudah dilakukan tindakan 276,57 mg/dl. Hasil uji statistik didapatkan  $p\text{ value} = 0,000$  ( $\alpha < 0,05$ ).

## KESIMPULAN

Rata-rata kadar gula darah responden sebelum diberikan intervensi teknik relaksasi Benson memiliki nilai 306,25 mg/dl. Rata-rata kadar gula darah responden setelah diberikan intervensi teknik relaksasi Benson memiliki nilai 276,57 mg/dl. menunjukkan ada pengaruh teknik relaksasi Benson terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus.

## DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, A. W. (2020). Pengaruh Relaksasi Autogenik Terhadap Gula Darah Pada Pasien DM Tipe 2. *Indonesian Journal of Health Development*, 2(2), 137-144. <https://ijhd.upnvj.ac.id/index.php/ijhd/article/view/37>
- Decroli, E. (2019). *Buku Diabetes Melitus Tipe 2*. Versi pdf. Diakses pada Tanggal 16 Januari 2023
- Dewi, P. I. S., Astriani, N. M. D. Y., Sundayana, I. M., Putra, M. M., & Ariani, N. K. I. (2019). Pengaruh Terapi Relaksasi Benson Terhadap Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Penelitian Kesehatan "SUARA FORIKES" (Journal of*

- Health Research" Forikes Voice"), 11(1), 81-83. <http://forikes-ejournal.com/index.php/SF/article/view/579>*
- Draha, S. (2014). *Diabetes Militus Tipe 2 dan Tatalaksana Terkini*. 27(2), 9-16.
- Handayati, M. R. (2018). Analisis praktik klinik keperawatan pada pasien Congestive Heart Failure (CHF) dan non Hodekin limfoma dengan intervensi inovasi terapi relaksasi benson kombinasi murottal al-qur'an (q.s Ar-rahman ayat 1-78) dan Hypnoterapi terhadap penurunan skala nyeri di ruang intensive cardiac care unit (ICCU) RSUD Abdul Wahab Stchrahie Samarinda tahun 2018. Other thesis Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur. 2018.
- Heryana, Ade. *Faktor Risiko Diabetes Melitus Tipe-2*. [https://lms-paralel.esaunggul.ac.id/pluginfile.php?file=%2F91324%2Fmod\\_resource%2Fcontent%2F1%2F9\\_7298\\_KMA366\\_112018\\_pdf.pdf](https://lms-paralel.esaunggul.ac.id/pluginfile.php?file=%2F91324%2Fmod_resource%2Fcontent%2F1%2F9_7298_KMA366_112018_pdf.pdf)
- Internasional Diabetes Federation. (2019). *Infodatin Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI: Tetap Produktif, Cegah, dan Atasi Di abetes Militus*. Diambil dari <https://www.kemkes.go.id>
- Izzati, W. (2015). *Hubungan Tingkat Stres Dengan Peningkatan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Perkotaan Rasimah Ahmad Bukit tinggi Tahun 2015*. 'AFIYAH, 2(2). <http://ejournal.stikesyarsi.ac.id/index.php/JAV1N1/article/view/50>
- Johnson et al. (2020). Standards of Medical Care in Diabetes-2020 Abridged for Primary Care Providers. *Clinical Diabetes: A Publication of the American Diabetes Association*, 38(1), 10–38. <https://doi.org/10.2337/cd20-as01>
- Juwita, L dkk (2016). *Pengaruh Relaksasi Benson Terhadap Kadar Gula Darah Pada Lansia Dengan Diabetes*. Jurnal Ners LENTERA, Vol.1 no.1.
- KemenKes. (2019). *Tanda dan Gejala Diabetes Melitus*. In Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. <https://p2ptm.kemkes.go.id/artikel-sehat/tanda-dan-gejala-diabetes>
- KemenKes. (2020). *Tetap Produktif, Cegah Dan Atasi Diabetes Mellitus*. In Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.
- Kurniadi, Helmanu. (2015). *Stop Diabetes*. Yogyakarta: Istana Media.
- LeMone, P. (2015). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta: EGC
- Ludiana. (2017). *Hubungan Kecemasan dengan Kadar Glukosa Darah Penderita Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Sumbersari Bantul Kecamatan Metro Selatan Kota metro*. Wacana Kesehatan, 1(1), 118-130. Diambil dari <http://jurnal.akperdharmawacana.ac.id>
- Maulana, M. (2019). *Mengenal Diabetes Melitus Panduan Praktis Menangani Penyakit Kencing Manis*. Jakarta: Katahati
- [Notoatmodjo, S. \(2018\). Metodologi Penelitian Kesehatan.](#)
- Pahlawati, A., & Nugroho, P. S. (2019). Hubungan tingkat pendidikan dan usia dengan kejadian diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Palaran Kota Samarinda tahun 2019. *Borneo Student Research (BSR)*, 1(1), 1–5
- Perkeni. (2015). *Konsensus Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Militus Tipe 2 di Indonesia*.

- Perkeni. (2019). *Pengelolaan Dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa Di Indonesia 2019*.
- Perry, & Potter. (2014). *Fundamental Keperawatan; Konsep, Proses dan Praktik* Edisi 7. Jakarta: EGC
- Puspitasari, F. *Pemeriksaan Gula Darah: Jenis dan Waktu Dilakukannya*. Diakses pada 21 Januari 2023, dari <https://lifepack.id/pemeriksaan-gula-darah/>
- Ratnawati, Diah. 2018. *Terapi Relaksasi Benson Termodifikasi Efektif mengontrol Gula Darah pada Lansia dengan Diabetes Melitus*. Jurnal Kedokteran dan Kesehatan. 14(2).
- Smeltze C. & Bare, B.G. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Medical Bedah* Brunner & Suddarth, volume 2 edisi 8. Jakarta: EGC
- Sri, MR. (2019). *Pengaruh Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2*. Jurnal Ilmiah Multi science kesehatan. 12(1).
- Tandra, H. (2017). *Segala sesuatu yang harus anda ketahui tentang diabetes*. Jakarta: PT Gramedia