

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan penyakit yang sering dikenal sebagai tekanan darah tinggi dan merupakan faktor resiko utama dari perkembangan penyakit jantung dan stroke yang menempati peringkat ke 2 dari 10 penyakit terbanyak pada tahun 2006. Hipertensi merupakan penyakit asimtomatik yaitu tidak menunjukkan tanda dan gejala yang dapat dilihat dari luar. Penyakit hipertensi juga disebut sebagai "*the silent killer*" yang dapat menyebabkan kematian tanpa menunjukkan tanda dan gejala apapun (Ernawati, 2013).

Seiring bertambahnya usia, kepekaan terhadap hipertensi akan semakin meningkat. Individu yang berumur diatas 60 tahun 50-60% mempunyai tekanan darah >140/90 mmHg. Penyebab tekanan darah meningkat adalah peningkatan kecepatan denyut jantung, peningkatan resistensi (tahanan) dari pembuluh darah tepi dan peningkatan volume aliran darah (Hani, 2010 dalam Pratiwi,2015).

Berdasarkan data *World Health Organization (WHO)*, dari 50% penderita hipertensi yang diketahui hanya 25% yang mendapat pengobatan, dan hanya 12,5% yang diobati dengan baik. Diperkirakan pada tahun 2025 nanti kasus hipertensi terutama di negara berkembang akan mengalami kenaikan sekitar 80% dari 639 juta kasus di tahun 2000, yaitu menjadi 1,15 milyar kasus. Prediksi ini didasarkan pada angka penderita dan penambahan penduduk saat ini (Ropei dan Luthfi, 2017).

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI, 2013) penderita hipertensi yang pernah di diagnosis tenaga kesehatan sebesar 9,4%, penduduk minum obat sendiri sebesar 0,1% dan 76,1% pendetira tidak mengetahui dirinya terkena hipertensi. Sebagian besar orang takut untuk memeriksakan penyakit kardiovaskular. Prevalensi hipertensi ini diperkirakan akan terus meningkat dan diprediksi pada tahun 2025 sebanyak 29% orang

dewasa di seluruh dunia menderita hipertensi, sedangkan di Indonesia angkanya mencapai 31,7% (Kemenkes RI, 2013).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah (2017) menyatakan kasus hipertensi primer (esensial) mencapai 1,96% pada tahun 2016. Prevalensi hipertensi di Kabupaten Wonogiri pada tahun 2017 adalah sebesar 36,357 jiwa (12,38%), Kabupaten Wonogiri merupakan peringkat 13 se-Jawa Tengah yang penduduknya menderita hipertensi (Profil Kesehatan Jawa Tengah, 2017). Data dari Puskesmas Selogiri menunjukkan bahwa jumlah lansia yang menderita hipertensi ada sebanyak 494 orang pada tahun 2015. Angka ini menunjukkan bahwa hipertensi menjadi prioritas utama masalah kesehatan yang terjadi di Kecamatan Selogiri.

Hipertensi harus segera ditangani agar tidak berdampak pada munculnya penyakit lainnya. Penanganan hipertensi dapat dilakukan dengan terapi farmakologis dan non-farmakologis. Terapi farmakologis yaitu terapi dengan menggunakan obat-obat antihipertensi. Untuk terapi non farmakologi bisa dilakukan dengan cara mengurangi asupan garam, mengurangi lemak, olah raga, dan lain-lain. Selain upaya tersebut, ada suatu upaya pengobatan yang termasuk dalam terapi nonfarmakologi yaitu terapi komplementer (pelengkap) yang bisa mempercepat proses penyembuhan misalnya terapi tertawa, terapi musik, terapi relaksasi dan distraksi, dan lainnya (Widyastuti, 2015).

Relaksasi adalah membuat seluruh tubuh menjadi tenang, tentram, dan mengurangi stres sehingga tekanan darah stabil. Terapi relaksasi dalam mengatasi stres secara Islami dapat dilakukan dengan terapi Murottal (Aini, *et al*, 2016). Murottal adalah rekaman suara Al Qur'an yang dilagukan oleh seorang qori' (pembaca Alquran). Mendengarkan Al-Qur'an akan memberikan efek ketenangan dalam tubuh sebab adanya unsur meditasi, autosugesti dan relaksasi yang terkandung di dalamnya (Ernawati, 2013).

Lantunan Al Qur'an secara fisik mengandung unsur suara manusia, sedangkan suara manusia merupakan instrumen penyembuhan yang menakjubkan dan alat yang paling mudah dijangkau. Terapi Murottal dapat menurunkan hormon-hormon stress, mengaktifkan hormon endorphin alami,

meningkatkan perasaan rileks, dan mengalihkan perhatian dari rasa takut, cemas dan tegang, memperbaiki sistem kimia tubuh sehingga menurunkan tekanan darah (Ropei dan Luthfi, 2017).

Salah satu surat yang dapat dijadikan sebagai terapi Murottal Al Qur'an adalah surat Ar-Rahman. Surat Ar-Rahman yang berarti Yang Maha Pemurah merupakan surat ke 55 di dalam Al-Qur'an terdiri dari 78 ayat. Banyak pendapat yang mengatakan bahwa surat Ar-rahman merupakan surat kasih sayang. Semua ayat dalam surat Ar-rahman merupakan Surat Makiyyah yang mempunyai karakter ayat pendek sehingga ayat ini nyaman didengarkan dan dapat menimbulkan efek relaksasi bagi pendengar yang masih awam sekalipun (Pratiwi, *et al*, 2015).

Setelah mendengarkan Murottal surat Ar-Rahman Persepsi positif yang dapat dari Murottal surat Ar-Rahman selanjutnya akan menurunkan hormon-hormon stress, mengaktifkan hormone endorfin alami, meningkatkan perasaan rileks, mengalihkan perhatian dari rasa takut, cemas, tegang, memperbaiki system kimia tubuh sehingga menurunkan tekanan darah. Mendengarkan Murottal pembacaan Al-Quran menjadikan adanya perubahan-perubahan arus listrik di otot, perubahan sirkulasi darah, perubahan detak jantung, dan kadar darah pada kulit. Perubahan tersebut menunjukkan adanya relaksasi atau penurunan ketegangan urat saraf reflektif yang mengakibatkan terjadinya pelonggaran pembuluh nadi dan penambahan kadar darah dalam kulit, diiringi dengan penurunan frekuensi detak jantung (Aini, *et al*, 2016).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 11 Januari 2019 pada 7 responden yang menderita hipertensi di Desa Gunung Wijil, Kabupaten Wonogiri melalui wawancara didapatkan hasil yaitu 3 responden yang menderita hipertensi mengatakan bahwa apabila sakit kepala dan diperoleh data penderita hipertensi meningkat langsung meminum obat anti hipertensi seperti *captopril*, langsung pergi ke puskesmas atau dokter terdekat dan beristirahat. Sebanyak 4 orang lainnya hanya makan mentimun dan minum rebusan daun seledri. Maka dari itu penulis tertarik untuk menerapkan terapi Murottal surat Ar – Rahman yang bertujuan menurunkan tekanan darah pada

penderita hipertensi di Desa Gunung Wijil, Kecamatan Selogiri, Kabupaten Wonigiri, karena banyak penderita hipertensi yang belum mengetahui cara non farmakologis terapi murottal surat Ar-Rahman untuk menurunkan hipertensi.

B. Rumusan Masalah

Apakah Terapi Murottal (Surat Ar-Rahman) dapat mempengaruhi tekanan darah pada penderita hipertensi ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mendiskripsikan penerapan terapi Murottal (Surat Ar-Rahman) terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi

2. Tujuan khusus

- a. Mendiskripsikan hasil pengukuran tekanan darah pada penderita hipertensi sebelum dilakukan Terapi Murottal (Surat Ar-Rahman)
- b. Mendiskripsikan hasil pengukuran tekanan darah pada penderita hipertensi setelah dilakukan Terapi Murottal (Surat Ar-Rahman)
- c. Mendiskripsikan perbedaan tekanan darah sebelum dan setelah penerapan Terapi Murottal (Surat Ar-Rahman) pada kedua responden yang menderita hipertensi

D. Manfaat Penulisan

1. Bagi Penulis

Manfaat penulis ini bagi penulis sendiri adalah untuk menambah pengetahuan penulis tentang pelaksanaan tindakan Terapi Murottal (Surat Ar-Rahman) pada klien hipertensi.

2. Bagi Responden

Manfaat bagi responden adalah sebagai tambah pengetahuan dalam penanganan darah tinggi pada klien hipertensi yang dapat diupayakan sebagai terapi non farmakologis selain pemberian obat hipertensi.

3. Bagi Masyarakat

Sebagai tambahan ilmu pengetahuan memandirikan penderita hipertensi dapat mencegah terjadinya hipertensi.