

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Hipertensi merupakan salah satu penyakit jantung dan pembuluh darah yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah. Seseorang dapat dikatakan mengalami peningkatan tekanan darah jika angka tekanan darah sistolik > 140 mmHg dan tekanan darah diastolik > 90 mmHg (Heni dan Syifaa, 2021). Terjadinya hipertensi dipengaruhi oleh faktor-faktor yang berkaitan dengan gaya hidup. Faktor tersebut diantaranya adalah obesitas, riwayat hipertensi dalam keluarga atau faktor genetik, jenis kelamin, berat lahir rendah, konsumsi garam yang tinggi, merokok, aktivitas fisik atau olahraga dan pengetahuan rendah. (Siswanto et al., 2020).

Prevalensi orang dewasa dengan hipertensi berdasarkan *World Health Organization* tahun 2019 bertambah dari 594 juta pada tahun 1975 menjadi 1,28 miliar pada tahun 2019, dengan peningkatan yang terlihat mayoritas di negara-negara berpendapatan rendah serta menengah dan 39%-nya terjadi di Asia Tenggara.(WHO, 2022) Berdasarkan Riskesdas 2018 prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk Indonesia usia diatas 18 tahun sebesar 34,1% dari populasi, prevalensi tersebut diperoleh dengan melakukan pengukuran tekanan darah yaitu apabila tekanan darah $>140/90$ mmHg.(Kemenkes, 2019). Hasil Riskesdas provinsi jawa tengah 2018 menunjukkan bahwa prevalensi penduduk di Provinsi Jawa Tengah dengan hipertensi sebesar 37,57 % dari populasi. Prevalensi semakin meningkat seiring dengan pertambahan umur. Jumlah estimasi penderita hipertensi berusia diatas 15 th tahun 2021 sebanyak 8.700.512 orang. (Badan Pusat Statistik, 2022). Laporan Profil Kesehatan Kabupaten Sukoharjo tahun 2021 dilakukan pengukuran tekanan darah kepada penduduk > 15 tahun sebanyak 466.714 orang (79,07%) didapatkan penderita Hipertensi sebanyak 115.801 kasus (43%). Kasus terbanyak

ditempati oleh Kecamatan Mojolaban 21.576 kasus. (Dinas Kesehatan Kabupaten Sukoharjo, 2021). Hasil wawancara dengan kepada ketua bidang Penyakit Tidak Menular (PTM) puskesmas wilayah kerja Kecamatan Mojolaban didapatkan prevalensi hipertensi yang tinggi adalah Kelurahan Joho dengan 1.242 kasus hipertensi. Kelurahan joho terdiri dari 15 Dusun, Dusun Ngablak merupakan dukuh yang paling padat oleh penderita hipertensi dengan 116 kasus hipertensi.

Akibat yang ditimbulkan jika hipertensi tidak diobati dengan benar dan terus berlanjut adalah dapat menyebabkan stroke, serangan jantung dan merupakan penyebab primer gagal ginjal kronis. Penanganan tekanan darah tinggi yang memadai diperlukan untuk menghindari komplikasi dan secara kasar dibagi menjadi dua bagian, yaitu farmakologis dan non farmakologis. Terapi farmakologis hipertensi memerlukan penggunaan berbagai jenis obat, yaitu *angiotensin-converting enzyme* (ACE), *beta-blocker*, *direct renin inhibitor*, dll. (Heni dan Syifaa, 2021)

Penanganan farmakologis yang dilakukan secara berkepanjangan dapat membuka peluang terkena komplikasi lain, misalnya gangguan pada saluran cerna seperti mual, diare, dan perlukaan pada lambung. Selain itu penggunaan obat secara berkepanjangan dapat menyebabkan kerusakan pada liver. (Wahyuni dan Susanti, 2021). Maka dari itu, terdapat beberapa terapi alternatif atau non farmakologi untuk mengatasi hipertensi. Terapi non farmakologi adalah terapi yang tidak menggunakan obat-obatan. atau senyawa yang mempengaruhi tekanan darah pasien. (Heni dan Syifaa, 2021). Terapi non farmakologi antara lain, modifikasi gaya hidup (aktivitas fisik secara teratur dan menghindari stres), mengurangi konsumsi alkohol, mengatur pola makan dengan tingginya asupan buah-buahan, sayuran segar, susu rendah lemak, tinggi protein (daging unggas, ikan, dan kacang-kacangan), rendahnya asupan natrium, air rebusan daun salam, terapi pernapasan dalam (slow deep breathing), terapi murottal Al-Quran, terapi relaksasi genggam jari, dll. (Iqbal dan Handayani, 2022)

Terapi non farmakologis salah satunya dengan cara mendengarkan ayat suci Al-Qur'an (murottal). Mendengarkan ayat suci Al-Qur'an (murottal) sangat baik untuk kesehatan dapat digunakan sebagai terapi menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi karena dapat meningkatkan perasaan rileks. Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Heni dan Syifaa, 2021) dengan menerapkan terapi mendengarkan murottal Al-Qur'an Surah Ar- Rahman selama kurang lebih 11 menit dalam kurun waktu 3 hari terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Maja Kabupaten Majalengka menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah pada penderita hipertensi sebelum pemberian terapi murottal Al-Qur'an sebesar 152.00 mmHg untuk sistolik dan 100.00 mmHg diastolik sedangkan sesudah perlakuan sebesar 140.67 mmHg untuk sistolik dan 88.00 mmHg untuk diastoli. Surah Ar- Rahman mempunyai karakter ayat pendek sehingga ayat ini nyaman didengarkan dan dinikmati yang akan menimbulkan efek relaksasi oleh pendengar atau orang awam . Bentuk gaya bahasa pada surat ini terdapat 31 ayat yang diulang-ulang, pengulangan ayat tersebut berguna untuk menekankan keyakinan yang sangat kuat. Maka dapat disimpulkan ada pengaruh terapi murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. (Heni dan Syifaa, 2021). Pengulangan ayat ini juga bisa merupakan suatu bentuk meditasi yaitu memusatkan pikiran pada satu obyek yang dilakukan dengan kesadaran penuh, dirasakan bagaimana proses itu berefek pada tubuhnya sehingga bisa menimbulkan efek relaksasi maupun sebagai penyembuhan pada tubuh. (Wirakhmi, 2018). Murottal diputar dengan volume 60 decibel yang memiliki dampak relaksasi, dengan posisi berbaring rileks mata terpejam. Responden mendengarkan lantunan ayat suci (Fitriyadi dan Setyawati, 2021)

Penelitian oleh Heni dan Syifaa pada tahun 2021 sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Setiawan, dkk pada tahun 2022. Pemberian terapi murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman mampu memberikan efek

terapeutik bagi orang yang mendengarkannya, sehingga terdapat penurunan nilai tekanan darah pada responden yang diberikan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman yang awalnya 150/93 mmHg turun menjadi 145/90 mmHg. Rangsangan yang diberikan pada audio murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman memiliki dampak dari distraksi yaitu peningkatan pembentukan hormone endorphin pada sistem control desenden. Kenaikan pada total hormone endorphin akan mengakibatkan otot relaksasi. (Setiawan et al., 2022). Murottal surah Ar-Rahman juga diterapkan oleh Izzati, dkk kepada penderita hipertensi sebanyak 16 responden. Rerata nilai tekanan darah sebelum dilakukan perlakuan adalah 157,25 / 91,25 mmHg dan rerata nilai tekanan darah setelah dilakukan perlakuan adalah 129,94/82,06 mmHg, lantunan surah Ar-Rahman secara fisik mengandung suara manusia, suara manusia merupakan instrumen penyembuhan dan alat yang mudah dijangkau. Suara bisa menurunkan hormon stres, mengaktifkan hormon endorfin alami, meningkatkan perasaan rileks, dan mengalihkan dari rasa takut, cemas dan tegang, memperbaiki sistem kimia tubuh sehingga menurunkan tekanan darah, detak jantung normal. (Izzati et al., 2022). Penelitian yang dilakukan oleh Fitriyadi dan Setiawati pada tahun 2021 menggunakan murottal Surah Al-Kahfi yang di berikan kepada penderita hipertensi melalui Mp3 dengan volume 60 db selama 15 menit dalam 3 hari mendapatkan hasil penurunan tekanan darah sistolik 56 mmHg dan diastolik 36 mmHg. (Fitriyadi dan Setyawati, 2021)

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Kecamatan Mojolaban, Kabupaten Sukoharjo melalui wawancara terhadap kepala bidang Penyakit Tidak Menular (PTM). Pihak puskesmas menyarankan untuk melakukan penerapan terapi Murottal Al-Quran Surah Ar-Rahman di dusun Ngablak karena dusun tersebut merupakan dusun yang paling kecil wilayahnya diantara dusun lain di Kelurahan Joho namun dengan penderita hipertensi yang tinggi jika dibandingkan dengan dusun lain di Kelurahan Joho. Peneliti mewawancarai sebanyak 20 penderita hipertensi yang

diperoleh secara acak dari data yang diperoleh sebelumnya. Dari hasil wawancara didapatkan hasil bahwa terdapat sejumlah 15 orang mengatakan sudah melakukan penatalaksanaan farmakologis dengan mengkonsumsi obat anti hipertensi secara rutin. Sebanyak 5 sisanya yang menderita hipertensi mengatakan tidak mengkonsumsi obat anti hipertensi dan hanya melakukan terapi non-farmakologis dengan mengkonsumsi daun sledri dan mentimun. Sejumlah 5 responden tersebut bersedia untuk dijadikan subjek penelitian pemberian terapi murottal Al-Qur'an Surat Ar-Rahman. Diambil 2 responden secara acak dengan situs pengambilan sampel acak, 3 responden lainnya akan dijadikan peneliti sebagai responden cadangan jika terjadi hal-hal yang tidak memungkinkan untuk dilakukan intervensi saat masa pemberian intervensi pemberian terapi murottal Al-Qur'an Surat Ar-Rahman.

Berdasarkan uraian diatas dan hasil penelitian yang dilakukan peneliti sebelumnya bahwa terdapat pengaruh antara pemberian terapi murottal Al-Qur'an Surat Ar-Rahman terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi. Dengan demikian maka penulis tertarik untuk mengetahui lebih lanjut tentang "Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Surah Ar- Rahman terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan dengan latar belakang yang telah dikemukakan diatas, maka muncul rumusan masalah sebagai berikut "Bagaimanakah perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi sebelum dan sesudah dilakukan Terapi Murottal Al-Quran surah Ar-Rahman pada penderita hipertensi ?".

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mendiskripsikan hasil penerapan terapi murottal Al-Quran surah Ar-Rahman terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan hasil pengukuran tekanan darah sebelum dilakukan terapi murottal Al-Quran surah Ar-Rahman pada penderita hipertensi .
- b. Mendiskripsikan hasil pengukuran tekanan darah setelah dilakukan terapi murottal Al-Quran surah Ar-Rahman pada penderita hipertensi.
- c. Mendiskripsikan perkembangan kondisi tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan terapi murottal Al-Quran surah Ar-Rahman terhadap tekanan darah penderita hipertensi pada 2 (dua) responden.
- d. Mendiskripsikan perbandingan hasil akhir antara 2 responden sesudah diberikan terapi murottal Al-Quran surah Ar-Rahman.

D. Manfaat

1. Bagi Masyarakat

Membudayakan pengelolaan masyarakat dengan hipertensi secara mandiri melalui pemberian terapi murottal Al-Quran surah Ar-Rahman.

2. Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan

- a. Dapat digunakan sebagai penelitian lanjutan terhadap penatalaksanaan hipertensi dengan terapi murottal Al-Quran surah Ar-Rahman.
- b. Sebagai salah satu sumber informasi bagi pelaksanaan penelitian bidang keperawatan tentang terapi murottal Al-Quran surah Ar-Rahman pada penderita hipertensi pada masa yang akan datang dalam rangka peningkatan ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan.

3. Bagi Penulis

Untuk memperoleh pengalaman dalam melaksanakan aplikasi riset keperawatan di tatanan pelayanan keperawatan, khususnya penelitian tentang pelaksanaan tindakan terapi murottal Al-Quran surah Ar-Rahman pada penderita hipertensi.