

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lanjut usia adalah sebutan bagi seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun keatas (Indriana, 2012). Menua merupakan proses sepanjang hidup, tidak hanya dimulai dari suatu waktu tertentu, tetapi dimulai sejak permulaan kehidupan. Memasuki usia tua berarti mengalami kemunduran, misalnya kemunduran fisik, sosial dan psikologis. (Nasrullah, 2016). Menurut organisasi kesehatan dunia WHO (2013) lansia diklasifikasikan dalam beberapa kelompok yakni (1) usia pertengahan (*middle age*) yaitu kelompok usia 45-59 tahun, (2) lanjut usia (*elderly*) yaitu kelompok usia 60-74 tahun, (3) lanjut usia tua (*old*) yaitu kelompok usia 75-90 tahun, dan (4) usia sangat tua (*very old*) yaitu kelompok usia > 90 tahun.

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang cukup berbahaya di dunia karena hipertensi merupakan faktor risiko utama yang mengarah pada penyakit kardiovaskuler seperti serangan jantung, gagal jantung, stroke dan penyakit ginjal yang mana pada tahun 2016 penyakit jantung iskemik dan stroke menjadi dua penyebab kematian utama di dunia (WHO, 2018). Hipertensi atau penyakit darah tinggi adalah suatu keadaan kronis yang ditandai dengan meningkatnya tekanan darah pada dinding pembuluh darah arteri. Keadaan tersebut mengakibatkan jantung bekerja lebih keras untuk mengedarkan darah ke seluruh tubuh melalui pembuluh darah, hal ini dapat mengganggu aliran darah, merusak pembuluh darah, bahkan menyebabkan penyakit degeneratif hingga kematian (Sari, 2019).

Kejadian hipertensi diseluruh dunia mencapai lebih dari 1,3 milyar, yang mana angka tersebut menggambarkan 31% jumlah penduduk di dunia yang mengalami peningkatan sebesar 5,2% lebih besar dibanding prevalensi global pada tahun 2000-2010 (Bloch, 2016). Prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan masalah kesehatan pada lanjut usia pada umur 65-74 tahun sebesar 57,6% (Kementerian Kesehatan RI, 2016).

Provinsi Jawa Tengah dengan kasus baru penyakit tidak menular tertinggi yaitu hipertensi dengan prosentase sebesar 57,10%, Kabupaten atau kota tertinggi yaitu Kabupaten Batang sebesar 18,86% sedangkan Kota Surakarta menempati peringkat ke 3 dengan presentase penyakit hipertensi sebesar 12,25% (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2018).

Dampak dari hipertensi yang tidak segera ditangani dapat menimbulkan kerusakan pada organ seperti jantung, ginjal, syaraf otak, mata, dan bahkan disfungsi ereksi. Hipertensi juga merupakan faktor risiko penyakit jantung koroner dan bisa menyebabkan stroke (Rilantono, 2015). Metode penatalaksanaan hipertensi bertujuan untuk mencapai dan mempertahankan tekanan darah sistolik di bawah 140 mmHg, tekanan diastolik dibawah 90 mmHg dan mengendalikan faktor resiko dari hipertensi (Sofro dan Anurogo, 2013).

Manajemen bagi penderita hipertensi secara garis besar terbagi menjadi dua yaitu terapi yang pertama adalah farmakologi (seperti diuretik, *betablocker*, penghambat simpatik) terapi yang kedua adalah non farmakologi (seperti mengontrol berat badan, mengurangi konsumsi garam, dan relaksasi). Obat antihipertensi memiliki efektivitas dan keamanan masing-masing dalam pengobatan hipertensi, tetapi obat antihipertensi juga memiliki efek, seperti ketergantungan dan apabila dikonsumsi secara terus-menerus dapat menyebabkan kerusakan organ (Sofro dan Anurogo, 2013). Terapi non farmakologi yang dapat dilakukan pada pasien hipertensi salah satunya adalah relaksasi dengan cara mendengarkan murotal ayat suci Al-Qur'an. Terapi murotal bertujuan untuk mengurangi kecemasan dan stress untuk mempercepat proses penyembuhan dengan menurunkan tekanan darah (Kaheel, 2013). Lantunan Al-Qur'an secara fisik mengandung unsur manusia, suara manusia merupakan instrument penyembuhan yang menakjubkan dan alat yang mudah dijangkau (Hendriana, 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Sinatrya (2018) yang berjudul efektifitas terapi musik klasik dan murottal Al-Qur'an pada pasien hipertensi menunjukkan hasil bahwa terapi murottal Al-Qur'an lebih

efektif dalam menurunkan tekanan darah. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Irmacatshalihah dan Armiyati (2019) menunjukkan hasil adanya pengaruh terapi murottal menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Terapi murrotal surah Al-Kahfi efektif menurunkan tekanan darah karena memberikan ketenangan pada saat didengarkan. Respon positif surah Al-Kahfi mempengaruhi hipotalamus mengeluarkan hormon endoprin yang membuat relaksasi dan menurunkan tekanan darah, ketika seseorang sedang mendengarkan lantunan ayat suci Al-Qur'an mempunyai dampak relevan untuk mengurangi suatu kekakuan pada saraf otot reflektif (Kaheel, 2013).

Salah satu media yang dapat digunakan dalam meningkatkan pengetahuan adalah *booklet*. *Booklet* merupakan media, sarana dan sumber daya pendukung untuk menyampaikan informasi yang disampaikan kepada pembacanya. *Booklet* adalah sebuah buku kecil yang memiliki paling sedikit lima halaman tetapi tidak lebih dari empat puluh delapan halaman diluar hitungan sampul (Darmoko, 2012) dalam (Pralisaputri, 2016). *Booklet* memuat informasi penting, dapat meningkatkan pemahaman karena diperjelas dengan gambar, dan desain yang menarik dapat menimbulkan rasa ingin tahu. *Booklet* memiliki tujuan utama yaitu agar masyarakat memahami pesan yang ada dalam media tersebut (Simanjuntak, R, A. 2019). Menurut penelitian terdahulu yang telah dilakukan oleh Dewi (2018), dan Wardani (2016) menyatakan bahwa penggunaan media *booklet* efektif dalam meningkatkan pengetahuan. Berdasarkan dari pemaparan diatas, penulis tertarik untuk memanfaatkan *booklet* sebagai media dalam meningkatkan pengetahuan lansia tentang surah Al-Kahfi yang dapat menurunkan tekanan darah.

B. Luaran

Berdasarkan data yang diuraikan pada latar belakang diatas, maka luaran yang dapat dihasilkan pada laporan Tugas Akhir ini adalah dengan media *booklet* tentang surah Al-Kahfi yang dapat menurunkan tekanan darah pada lanjut usia.

C. Tujuan Luaran

Memberikan informasi dan meningkatkan pengetahuan pada lansia tentang bagaimana cara menurunkan tekanan darah secara non farmakologi dengan surah Al-Kahfi.

D. Manfaat

1. Bagi Lansia

Diharapkan *booklet* ini dapat memberikan informasi dan meningkatkan pengetahuan kepada lansia tentang surah Al-Kahfi yang dapat menurunkan tekanan darah.

2. Bagi Penulis

Menambah ilmu pengetahuan dan memperoleh pengalaman dalam melaksanakan aplikasi riset keperawatan dalam tatanan pelayanan keperawatan melalui pemberian *booklet* tentang surah Al-Kahfi dapat menurunkan tekanan darah.

3. Bagi Institusi

Menambah sumber bacaan dipergustakaan dan menjadi sumber pengetahuan bagi pembaca serta sebagai informasi ilmiah mengenai surah Al-Kahfi dapat menurunkan tekanan darah.