

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lansia merupakan suatu keadaan yang terjadi didalam kehidupan manusia. Menua merupakan proses sepanjang hidup, tidak hanya bisa dimulai dari suatu waktu tertentu, tetapi dimulai sejak permulaan kehidupan. Menjadi tua merupakan proses ilmiah, yang berarti seseorang akan melewati tiga tahap dalam kehidupannya yaitu masa anak, dewasa dan juga tua (Mawaddah, 2020). Peningkatan usia pada lansia membawa berbagai kompensasi fungsi fisiologis penurunan akibat proses penuaan sehingga penyakit tidak menular banyak muncul pada lanjut usia. Masalah degeneratif juga menurunkan daya tahan tubuh sehingga lansia rentan terkena infeksi penyakit menular (Agustiningrum dkk, 2019). Lansia merupakan suatu tahap lanjut dan proses kehidupan berbagai organ, fungsi serta sistem tubuh secara alamiah atau fisiologis agar mampu beradaptasi dengan stres dan beradaptasi dengan lingkungan. Tanda proses menua biasanya mulai terlihat sejak usia 45 tahun dan akan menimbulkan beberapa permasalahan pada usia sekitar 60 tahun (Dhewi, 2019).

Prevalensi lansia berdasarkan data *World Population Prospect* (WPP) jumlah lansia pada tahun 2015 – 2030 jumlahnya akan tumbuh sekitar 56% menjadi 1,4 miliar (*Unites Nations*, 2016). Lansia di Asia Tenggara sebanyak 8% atau sekitar 142 juta jiwa. Pada tahun 2050 diperkirakan populasi lansia meningkat 3 kali lipat dari tahun ini. Indonesia meningkat dari tahun 2019 berjumlah 25,64 juta jiwa dari tahun 2018 yaitu sebanyak 24,49 juta jiwa (BPS, 2019). Kabupaten Boyolali sendiri memiliki total lansia sebanyak 152.737 jiwa (Badan Pusat Statistik Kab Boyolali, 2021), dimana jumlah lansia yang dirawat inap di RSUD Pandan Arang sebanyak 438 jiwa, dan jumlah lansia dalam 3 bulan terakhir yang di rawat inap di ruang Akar Wangi 80 jiwa.

Hipertensi merupakan suatu keadaan pada proses naiknya tekanan darah bersifat kronis (jangka waktu lama) berpotensi menjadikan sakit yang luar biasa ataupun kematian individu. Individu yang divonis penderita hipertensi apabila terdapat indikasi tekanan darah sistolik lebih besar dari 140 mmHg dan diastolik lebih dari 90 mmHg (Fildayanti, 2020). Hipertensi merupakan salah satu penyakit mematikan dunia. Namun, hipertensi tidak dapat secara langsung membunuh penderitanya, melainkan sebagai memicu terjadinya penyakit lain memberikan dampak mematikan. Angka kejadian hipertensi dapat berimbas juga terhadap tingginya penyakit kronis lain sebagai komplikasi hipertensi seperti stroke ulang, gagal jantung, gagal ginjal dan penyakit serius lainnya menyebabkan tingginya angka kesakitan dan kematian (Simanjuntak dan Situmorang, 2022). Penyakit ini juga sering disebut sebagai *silent killer*, karena pada beberapa kasus tanda dan gejala tidak muncul secara nyata (Rahmawati dkk, 2020).

Data *World Health Organization* (WHO, 2021) sekitar 1, 28 miliar orang usia 30 hingga 79 tahun didunia mengalami hipertensi. Lebih lanjut, salah satu target dunia untuk penyakit tidak menular yaitu menekan angka hipertensi sebesar 33% antara tahun 2010 dan 2030. Berdasarkan Kemenkes (2018) prevalensi kejadian hipertensi pada lansia di Indonesia yaitu 55,2% pada umur 55-64 tahun, 63,2% pada umur 65-74 tahun dan 69,5% pada umur lebih dari 75 tahun. Provinsi Jawa Tengah merupakan provinsi tertinggi diseluruh Indonesia sebesar 13,4% lansia dengan hipertensi (Kemenkes, 2019). Berdasarkan data Badan Pusat Statistik Kabupaten Boyolali (2019) jumlah penduduk dengan hipertensi adalah 14.610 jiwa dan setiap tahun mengalami peningkatan. Di peroleh data dari Rekam medik RSUD Pandan Arang Boyolali dalam 3 bulan terakhir terhitung dari bulan Maret- Mei lansia dengan hipertensi di ruang Akar Wangi yaitu sejumlah 50 jiwa dimana perempuan 32 jiwa dan laki-laki 18 jiwa.

Hipertensi merupakan penyakit yang sering terjadi pada lansia karena mengalami penurunan sistem tubuh, terutama pada sistem kardiovaskular. Peningkatan usia pada lansia membawa berbagai kompensasi fungsi fisiologis penurunan akibat proses penuaan sehingga penyakit tidak menular banyak muncul pada lanjut usia. Masalah degeneratif juga menurunkan daya tahan tubuh sehingga lansia rentan terkena infeksi penyakit menular (Agustiningrum dkk, 2019).

Pengendalian tekanan darah pada penderita hipertensi dapat menggunakan terapi farmakologis dan non farmakologis. Terapi farmakologis dapat memakai obat-obatan anti hipertensi sedangkan terapi non farmakologis melalui pendekatan terapi komplementar seperti terapi relaksasi nafas dalam, herbal dan murottal Al-Qur'an irama *nahawand*. Terbukti bahwa terapi relaksasi dapat mengendalikan diri individu dengan menurunnya denyut jantung, tekanan darah dan memberi rasa rileks. Relaksasi komplementer nafas dalam dan murottal Al-Qur'an irama *nahawand* dapat digunakan untuk membantu menimbulkan rasa nyaman atau rileks pada penderita hipertensi, pada tubuh yang rileks, tubuh akan mengaktifkan system syaraf parasimpatis yang berfungsi untuk menurunkan detak jantung, laju pernafasan dan tekanan darah sehingga lansia hipertensi dapat menurun (Megasari, dkk 2023).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Falo, dkk (2023) tentang penerapan relaksasi nafas dalam terhadap tekanan darah pasien hipertensi di wilayah kerja UPTD Puskesmas rawat inap Banjarsari kota Metro menggunakan desain penelitian studi kasus dengan 2 responden mendapatkan hasil bahwa setelah dilakukan penerapan relaksasi nafas dalam tekanan darah pada kedua subjek mengalami penurunan. Didukung penelitian yang dilakukan oleh Umam dkk (2023) tentang penerapan terapi murottal Al-Qur'an terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di RSUD Jend. Ahmad Yani Metro mendapatkan hasil bahwa didapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh murottal Al-Qur'an dapat menurunkan tekanan darah pada kedua subjek penelitian.

Hal ini diperkuat oleh penelitian (Megasari, Ningrum, dan Dolifah, 2023) dengan judul Pengaruh Intervensi Relaksasi Nafas Dalam Dan Murottal Al-Qur'an Irama *Nahawand* Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi. Penelitian tersebut mengalami proses pengukuran tekanan darah terlebih dahulu awal memberikan intervensi (*pre-test*) dan mengalami proses pengukuran setelahnya memberikan intervensi (*post-test*) populasi pada penelitian tersebut yaitu 37 responden yang memiliki kriteria umur lebih dari 60 tahun, mengonsumsi obat amlodipine, dan dilakukan secara berturut-turut selama 3 hari. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian yaitu tensimeter (*sphygmomanometer*) dan stetoskop merupakan alat mekanik bertujuan untuk melakukan pengukuran tekanan darah, proses mengukur ini diaplikasikan langsung oleh peneliti terhadap lansia penderita hipertensi. Intervensi relaksasi nafas dalam dengan hitungan 4, 7, 8 dan murottal Al – Qur'an irama *nahawand* surah Al-Kahfi ayat 1-10 berlangsung kurang lebih 10-15 menit satu kali per hari. Hasil analisa data yaitu menghasilkan bahwa rata-rata tekanan darah diastolik sesudah intervensi kombinasi pada hari pertama penelitian adalah 168,24 mmHg, terdapat penurunan tekanan darah sistolik pada hari kedua penelitian dengan rata-rata 162,16 mmHg, serta terjadi penurunan kembali pada hari ketiga penelitian dengan rata-rata 153,92 mmHg. Kesimpulan pada penelitian ini yaitu relaksasi nafas dalam dan murottal Al-Qur'an irama *nahawand* memiliki pengaruh untuk proses penurunan pada tekanan darah dari lansia yang mengalami hipertensi dan direkomendasikan sebagai intervensi keperawatan dalam manajemen tekanan darah dari lansia hipertensi.

Studi pendahuluan dan hasil wawancara yang dilakukan penulis di ruang Akar Wangi RSUD Pandan Arang Kabupaten Boyolali pada tanggal 5 Juni 2023 pukul 08.00 WIB didapatkan data bahwa 50% lansia hipertensi tidak mengetahui teknik non farmakologis untuk menurunkan tekanan darah, hanya mengetahui teknik farmakologis dengan mengonsumsi obat setiap hari untuk mengontrol tekanan darah. Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis

memiliki ketertarikan dalam melakukan penerapan jurnal tentang “Pengaruh Intervensi Relaksasi Nafas Dalam Dan Murottal Al-Qur’an Irama *Nahawand* Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah penulis di batasi pada “Bagaimanakah penerapan pemberian relaksasi nafas dalam dan murottal Al-Qur’an irama *nahawand* untuk perubahan tekanan darah pada lansia hipertensi di Bangsal Akar Wangi RSUD Pandan Arang Boyolali?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penerapan jurnal ini dilakukan untuk mengetahui hasil implementasi “Penerapan Relaksasi Nafas Dalam dan Murottal Al-Qur’an Irama *Nahawand* Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Bangsal Akar Wangi RSUD Pandan Arang Boyolali”

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mendiskripsikan tekanan darah sebelum pemberian relaksasi nafas dalam dan murottal Al-Qur’an irama *nahawand* pada lansia hipertensi di Bangsal Akar Wangi RSUD Pandan Arang Boyolali.
- b. Untuk mendiskripsikan tekanan darah lansia setelah diberikan relaksasi nafas dalam dan murottal Al-Qur’an irama *nahawand* pada lansia hipertensi di Bangsal Akar Wangi RSUD Pandan Arang Boyolali.
- c. Mendiskripsikan perkembangan tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan relaksasi nafas dalam dan murottal Al-Qur’an irama *nahawand* pada lansia hipertensi di Bangsal Akar Wangi RSUD Pandan Arang Boyolali.
- d. Mendiskripsikan perbandingan hasil akhir antara 2 responden.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Masyarakat

Penerapan ini dapat digunakan dalam pengelolaan pasien hipertensi karena relaksasi nafas dalam dan murottal Al-Qur'an irama *nahawand* dengan cara tindakan secara mandiri.

2. Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan

- a. Hasil penerapan digunakan sebagai pendahuluan untuk mengawali penelitian lebih lanjut tentang tindakan relaksasi nafas dalam dan murottal Al-Qur'an irama *nahawand* secara tepat dalam memberikan asuhan keperawatan pasien hipertensi.
- b. Hasil penerapan dapat menjadi sumber informasi bagi pelaksanaan penerapan bidang keperawatan tentang tindakan relaksasi nafas dalam dan murottal Al-Qur'an irama *nahawand* pada klien hipertensi pada masa yang akan datang dalam rangka peningkatan ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan.

3. Bagi Penulis

Hasil penerapan ini dapat menambah pengalaman dalam melaksanakan aplikasi riset keperawatan ditatanan pelayanan keperawatan, khususnya penelitian tentang pelaksanaan tindakan relaksasi nafas dalam dan murottal Al-Qur'an irama *nahawand* pada klien hipertensi

