

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi atau yang sering disebut dengan tekanan darah tinggi merupakan suatu kondisi dimana tekanan darah mengalami peningkatan yang persisten. Setiap kali jantung berdetak, maka jantung akan memompa darah ke pembuluh darah, kemudian membawa darah ke seluruh tubuh. Pada orang dewasa, tekanan darah normal yaitu 120 mmHg sistolik dan 80 mmHg diastolik. Seseorang dikatakan hipertensi apabila tekanan darah sistolik sama dengan lebih dari 130 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 80 mmHg (American Heart Association's, 2017).

Menurut WHO (2018) Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah kondisi yang dapat meningkatkan risiko serius jantung, ginjal, otak dan sebagainya. Tekanan yang berlebihan dapat mengeraskan arteri, menurunkan aliran darah dan oksigen ke jantung dan jika menyumbat arteri yang membawa darah dan oksigen ke otak dapat menyebabkan stroke.

Berdasarkan data World Health Organization (WHO) pada tahun 2020 mengestimasikan saat ini penderita hipertensi diperkirakan mencapai 1 milyar di dunia, dan dua pertiga diantaranya berada di negara berkembang. Angka tersebut kian hari kian mengawatirkan yaitu sebanyak 972 juta (26%) orang dewasa di dunia menderita hipertensi. Angka ini terus meningkat tajam, dan diprediksi pada tahun 2025 sekitar 29% orang dewasa di seluruh dunia menderita hipertensi.

Hipertensi adalah penyakit tidak menular yang dapat menjadi penyebab utama kematian di dunia. Prevalensi secara global sebanyak 22% dari penduduk dunia menderita hipertensi. Asia tenggara merupakan urutan ketiga tertinggi dengan prevalensi sebesar 25% pada total penduduk (Kemenkes RI, 2019).

Berdasarkan data dari departemen kesehatan Indonesia bahwa jumlah penderita hipertensi di dunia terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,15 miliar orang mengalami hipertensi dan 9,4 juta orang meninggal setiap tahunnya akibat hipertensi serta komplikasinya (Departemen Kesehatan Indonesia., 2018). Hasil laporan Riset Kesehatan bahwa hipertensi merupakan masalah utama di negara maju dan berkembang. Prevalensi hipertensi yang berusia diatas 18 tahun di Indonesia mencapai 34,1 % (Departemen Kesehatan Indonesia., 2018).

Hipertensi telah mengakibatkan kematian sekitar 8 juta orang setiap tahun, dimana 1,5 juta kematian terjadi di asia tenggara yang 1/3 populasinya menderita hipertensi sehingga dapat menyebabkan peningkatan beban biaya kesehatan. Berdasarkan hasil RISKESDAS (Riset Kesehatan Dasar) tahun 2018, menunjukkan prevelensi penyakit tidak menular mengalami kenaikan jika dibandingkan dengan RISKESDAS tahun 2013, antara lain seperti : kanker, stroke, penyakit ginjal kronis, diabetes melitus dan hipertensi. Selain itu hipertensi banyak terjadi pada umur 35-44 tahun dengan presentase 6,3%, pada umur 45-54 tahun sebanyak 11,9% dan umur 55-64 tahun yaitu sebanyak 17,2%.

Hipertensi di Kalimantan Timur berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah adalah 31,3% dan hanya berdasarkan diagnosis oleh tenaga kesehatan. Menurut Kabupaten/Kota, prevalensi hipertensi berdasarkan tekanan darah berkisar 25,1%-39,7% dan prevalensi tertinggi di temukan di kutai barat, sedangkan terendah di kutai timur. Sementara prevalensi hipertensi berdasarkan diagnosis oleh tenaga kesehatan dan atau minum obat hipertensi berkisar antara 6%-18%. Memperhatikan angka prevalensi hipertensi berdasarkan diagnosis atau minum obat dengan prevalensi pengukuran tekanan darah di setiap kabupaten/Kota di Kalimantan Timur, pada umumnya nampak perbedaan prevalensi yang cukup besar. Data ini menunjukkan banyak kasus hipertensi di wilayah Kalimantan Timur belum di tanggulasi dengan baik. (Risesdas, 2014). Hipertensi penyakit terbanyak di derita di samarinda. sejak januari hingga Agustus 2016, terdapat 23.412 penderita hipertensi. Hipertensi berada pada daftar penyakit yang paling banyak di derita, sudah tersemat di hipertensi sejak 2015. Saat itu jumlah penderita penyakit hipertensi sudah mencapai 37.163 orang. (Dinkes Kaltim, 2016)

Hipertensi merupakan masalah utama di negara maju dan berkembang dimana 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 (W. Widyastuti, 2015). 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 (W. Widyastuti, 2015). Hipertensi sering disebut sebagai masalah utama dalam kesehatan masyarakat, yang pada umumnya dialami oleh lanjut usia dan bahkan tidak menutup kemungkinan usia muda pun rentan terkena karena berhubungan dengan perilaku penyakit ini sering tidak menampakkan gejala. Begitu penyakit ini diderita tekanan darah pasien akan membentuk perilaku yang baik dan memiliki tingkat kepatuhan yang tinggi untuk berobat (Sumantra et al., 2017). Salah satu tindakan yang dapat dilakukan untuk mengurangi risiko terjadi peningkatan tekanan darah yakni dengan melakukan teknik distraksi.

Salah satu tehnik distraksi yang digunakan untuk mengatasi hipertensi adalah dengan murotal (mendengarkan bacaan ayat-ayat Suci Al-Qur'an) (Ropei & Luthfi, 2017). Teknik ini membuat seluruh tubuh menjadi tenang, tentram, dan mengurangi stres sehingga tekanan darah stabil. Terapi distraksi dalam mengatasi stres secara Islami dapat dilakukan dengan terapi Murottal (Susilawati, 2019). Lantunan suara Al-Qur'an ini mempunyai manfaat yang dapat berpengaruh terhadap kesehatan karena memiliki unsur meditasi, autosugesti, dan relaksasi (Mulyadi et al., 2018).

Murottal Al-Qur'an dapat menstimulus hormone endorpin didalam tubuh dengan ritme yang lambat dan haronis (Mulyadi et al., 2018). Stimulan dari murottal Al- Qur'an dapat dijadikan suatu alternatif terapi relaksasi bahkan lebih baik dibandingkan terapi audio laninnya karena murottal Al-Qur'an dapat memunculkan gelombang delta sebesar 63% (Lukito, 2018). Suara bacaan Al-

Quran yang mengandung unsur suara manusia merupakan sebuah instrumen penyembuh, suara tersebut dapat menurunkan hormon stres, mengaktifkan hormon endorfin, meningkatkan rileks, mengalihkan rasa takut, cemas dan tegang. Mendengarkan murotal Al-Quran dapat menurunkan tekanan darah, hal tersebut dibuktikan dalam penelitian yang dilakukan oleh Kartini tahun 2016 bahwa pengaruh mendengarkan murotal Al-Quran menunjukkan terdapat pengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada ibu hamil preeklamsi di Tangerang. Terapi murotal memberikan dampak positif bagi psikologis individu. Efek suara dari audio berkaitan dengan proses impuls suara yang di transmisikan kedalam tubuh dan mempengaruhi sel-sel tubuh. Suara yang diterima oleh telinga kemudian diterima oleh saraf pusat kemudian di transmisikan ke seluruh bagian tubuh. Selanjutnya saraf vagus dan *system limbic* membantu kecepatan denyut Jantung, dan pengaturan pernapasan. Terapi audio murotal dapat memunculkan gelombang delta di daerah frontal dan sentral di sebelah kanan dan kiri otak. Daerah frontal yaitu sebagai pusat intelektual umum dan pengatur emosi (Lukito, 2018). Berdasarkan fenomena dan uraian diatas, maka penulis tertarik untuk mengetahui pengaruh terapi murotal Al-Quran dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan berbagai fenomena diatas, peneliti menentukan rumusan masalah dalam penelitian yakni bagaimanakah pengaruh terapi murotal Al-Quran terhadap perubahan tekanan darah?

C. Tujuan Penelitian

a. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah menganalisis efektifitas terapi murottal Al-Qur'an terhadap perubahan tekanan darah pada pasien hipertensi.

b. Tujuan Khusus

a. Menganalisis kasus kelolaan pada klien dengan hipertensi yang meliputi pengkajian sampai evaluasi dalam pasien yang mengalami hipertensi.

b. Menganalisis keefektifan terapi murottal Al-Qur'an terhadap perubahan tekanan darah pada pasien hipertensi

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat bagi berbagai pihak antara lain:

a. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi informasi baru bagi mahasiswa pada umumnya tentang pentingnya mengetahui terapi murottal Al-Quran dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai bahan masukan bagi Institusi Pendidikan dalam memberikan meningkatkan proses pembelajaran dengan lebih memperdalam terkait terapi murottal Al-Quran dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi

c. Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi pedoman, menambah wawasan yang terbaru serta dapat untuk diteliti kembali terkait terapi murotal Al-Quran dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.