

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 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 (Suherly, Ismonah dan Meikawati, 2011). 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). Menurut *The Seventh Report of The Joint National Commite on Prevention, Detection, Evaluation and Treathment of High Blood Pressure (JNC VII)*, seseorang dapat dinyatakan hipertensi bila tekanan darah sistolik lebih dari atau sama dengan 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari atau sama dengan 90 mmHg.

Seiring bertambahnya usia, kepekaan terhadap hipertensi akan semakin meningkat. Individu yang berumur diatas 60 tahun 50-60% mempunyai tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg (Puspita dan Haskas, 2014). Data Dinas Kesehatan Kota Pontianak pada tahun 2012 terdapat 2391 kasus hipertensi, meningkat pada tahun 2013 menjadi 4049 kasus hipertensi dan menurun pada tahun 2014 menjadi 3190 kasus hipertensi. Dari data tersebut menunjukkan bahwa masih banyak kasus hipertensi di Kota Pontianak. Dari sebagian besar penderita hipertensi yang ada di Kota Pontianak pada tahun 2014 yaitu sebanyak 1116 kasus hipertensi dialami oleh lansia yang berusia >60 tahun.

Hipertensi yang terjadi pada lansia apabila tidak dikendalikan dapat menimbulkan komplikasi dan kerusakan organ tubuh baik secara langsung maupun tidak langsung, diantaranya hipertrofi ventrikel kiri, angina atau infark miokard dan gagal jantung. Hipertensi juga berpotensi

mengakibatkan stroke, penyakit ginjal kronis, penyakit arteri perifer dan juga dapat menyebabkan retinopati. Maka, lansia dengan hipertensi perlu mendapatkan terapi hipertensi. Terapi hipertensi dapat dikelompokkan dalam terapi farmakologis dan terapi nonfarmakologis (Sudoyo, Setiyohadi, Alwi, Simadibrata & Setiati, 2009).

Terapi farmakologis pada hipertensi merupakan terapi yang menggunakan obat-obatan untuk mempertahankan tekanan darah dalam batas normal, namun pada terapi ini memiliki efek samping yang berbeda-beda pada setiap golongannya. Untuk terapi farmakologis golongan diuretik jenis *thiazid* sebagian besar digunakan pada lansia yang memiliki efek samping keletihan, kram kaki, peningkatan gula darah, terutama pada penderita diabetes dan seringnya urinasi (buang air kecil) menjadikan obat ini mengganggu kualitas hidup lansia (Purbashinta, 2014). Namun, ada terapi nonfarmakologis yang merupakan terapi tanpa menggunakan obat-obatan sehingga menimbulkan efek samping yang lebih kecil. Terapi nonfarmakologis harus dilaksanakan oleh semua pasien hipertensi dengan tujuan menurunkan tekanan darah dan mengendalikan faktor-faktor risiko serta penyakit penyerta lainnya. Terapi nonfarmakologis bisa dilakukan dengan cara mengurangi asupan garam, meningkatkan konsumsi buah dan sayur, mengurangi lemak jenuh dengan mengkonsumsi susu rendah lemak, menurunkan berat badan berlebih, olahraga secara teratur, hindari mengkonsumsi alkohol serta berhenti merokok (Aronow, 2013).

Selain upaya tersebut, ada suatu upaya pengobatan yang termasuk dalam terapi nonfarmakologis yaitu terapi komplementer (pelengkap) yang bisa mempercepat proses penyembuhan. Pengobatan komplementer bersifat terapi pengobatan alami. Umumnya pengobatan kedokteran diutamakan untuk menangani gejala penyakit, sedangkan pengobatan alami menangani penyebab penyakit serta memacu tubuh sendiri untuk menyembuhkan penyakit yang diderita (Vitahealth, 2006).

Beberapa penelitian tentang terapi komplementer untuk mendukung penurunan hipertensi pada lansia telah banyak dilakukan.

Beberapa contoh diantaranya penelitian yang dilakukan oleh Kenia dan Taviyanda (2013) untuk melihat pengaruh aromaterapi mawar terhadap perubahan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi dan didapatkan hasil bahwa terapi relaksasi (aromaterapi mawar) yang dilakukan selama 10 menit dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan tekanan darah diastolik pada lansia dengan hipertensi. Penelitian lain dilakukan oleh Valentine (2013) tentang pengaruh teknik relaksasi otot progresif terhadap tekanan darah lansia penderita hipertensi di Kelurahan Pringhapus yang dilakukan kepada 15 lansia kelompok intervensi dan 15 lansia kelompok kontrol, didapatkan hasil bahwa terjadi penurunan tekanan darah pada lansia yang telah diberikan teknik relaksasi otot progresif, namun tidak ada perubahan tekanan darah pada kelompok kontrol. Penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Tage (2014) yang meneliti tentang hipertensi pada lansia di Panti Sosial Budi Agung Kupang dengan menggunakan terapi tertawa, didapatkan hasil bahwa terjadi penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi setelah dilakukan terapi tertawa selama 6 kali dalam waktu 30-40 menit.

Selain itu, penelitian lain oleh Jasmarizal, Sastra dan Yunita (2011) yang dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Kecamatan Koto Tangah Padang untuk melihat penurunan tekanan darah sistolik pada lansia dengan hipertensi setelah diberikan terapi musik klasik (Mozart) yang diperdengarkan dengan menggunakan 3 musik klasik karya Mozart dan didapatkan hasil bahwa terjadi penurunan tekanan darah sistolik rata-rata 6 mmHg setelah diberikan terapi musik klasik (Mozart). Mendengarkan musik klasik Mozart secara rutin bagi lansia tidak hanya untuk menurunkan tekanan darah, namun sangat diperlukan untuk mempertahankan derajat kesehatan lansia agar dapat memenuhi kebutuhannya secara mandiri.

Terapi musik klasik telah banyak diterapkan sebagai terapi pendamping untuk mempercepat penyembuhan, namun belum banyak yang mengetahui bahwa Terapi Murottal ternyata juga dapat membantu

proses penyembuhan. Murottal merupakan rekaman suara Al-Qur'an yang dilagukan oleh seorang Qori' (pembaca Al-Qur'an) (Purna, 2006 dalam Sadriyah, 2014). Lantunan Al-Qur'an secara fisik mengandung unsur suara manusia, suara manusia merupakan instrumen penyembuhan yang menakjubkan dan alat yang paling mudah dijangkau. Suara dapat menurunkan hormon-hormon stres, mengaktifkan hormon *endorfin* alami, meningkatkan perasaan rileks, dan mengalihkan perhatian dari rasa takut, cemas dan tegang, memperbaiki sistem kimia tubuh sehingga menurunkan tekanan darah serta memperlambat pernafasan, detak jantung, denyut nadi dan aktivitas gelombang otak (Siswantinah, 2011).

Terapi Murottal Surah *Ar-Rahman* telah di teliti sebelumnya oleh Ernawati (2013) tentang pengaruh terapi murottal surah *Ar-Rahman* terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi, didapatkan hasil bahwa terapi murottal surah *Ar-Rahman* efektif untuk menurunkan tekanan darah pada pasien dengan hipertensi. Dikarenakan di dalam surah *Ar-Rahman* ini terdapat ayat yang dijadikan acuan oleh para dokter muslim untuk menangani masalah kesehatan yang dinyatakan sebagai "*state of equilibrium*" dan merupakan sumber terbaik pada prinsip sehat menurut islam (Ernawati, 2013).

Untuk saat ini belum ada durasi yang direkomendasikan dalam pemberian terapi musik. Lama dan sesi yang digunakan dalam penelitian-penelitian sebelumnya bermacam-macam, seringkali dilakukan setiap hari, tiga kali perminggu, atau satu kali perminggu dengan durasi berbeda mulai dari 10 menit hingga 30 menit atau beberapa jam (Mayrani & Hartati, 2013). Namun, menurut Potter & Perry (2006) dalam Sadriyah (2014) mengemukakan bahwa waktu yang dibutuhkan dalam *auditory therapy* (terapi pendengaran) agar dapat memberikan efek terapeutik adalah minimal selama 10 menit.

Surah *Ar-Rahman* memiliki durasi 11 menit 19 detik dengan tempo 79,8 *beats per minute* (bpm). Tempo 79,8 bpm merupakan tempo yang lambat. Tempo yang lambat mempunyai kisaran antara 60 sampai 120

bpm. Tempo lambat itu sendiri merupakan tempo yang seiring dengan detak jantung manusia, sehingga jantung akan mensinkronkan detaknya sesuai dengan tempo suara (Mayrani dan Hartati, 2013). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Salim (2013) tentang pengaruh tempo musik cepat dan lambat terhadap tekanan darah dan denyut jantung, yang didapatkan hasil bahwa tempo yang cepat dapat meningkatkan tekanan darah dan frekuensi denyut jantung, sedangkan musik bertempo lambat mempunyai efek yang berlawanan yaitu dapat menurunkan tekanan darah dan frekuensi denyut jantung. Selain itu, terapi murottal surah *Ar-Rahman* juga merupakan terapi tanpa efek samping yang aman dan mudah dilakukan (Mayrani dan Hartati, 2013).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di Dinas Kesehatan Kota Pontianak didapatkan data bahwa dari 6 Kecamatan yang ada di Kota Pontianak, Kecamatan Pontianak Utara merupakan kecamatan yang menempati urutan pertama kasus hipertensi pada lansia. Kasus hipertensi pada lansia yang terjadi di Kecamatan Pontianak Utara pada tahun 2012 berjumlah 175 kasus, meningkat menjadi 477 kasus pada tahun 2013 dan 379 kasus pada tahun 2014. Sedangkan UPK Puskesmas Siantan Hulu adalah salah satu puskesmas yang berada di Kecamatan Pontianak Utara yang merupakan puskesmas yang memiliki angka tertinggi pada kasus hipertensi pada lansia yaitu sebanyak 137 kasus pada tahun 2014.

Di wilayah kerja UPK Puskesmas Siantan Hulu tersebut terdapat Posyandu Khusus Lansia yaitu Posyandu Lansia Kenanga yang terletak tidak jauh dari puskesmas tersebut. Berdasarkan buku catatan posyandu, didapatkan data bahwa penyakit hipertensi menempati urutan pertama sebesar 65%. Untuk itu peneliti melakukan wawancara kepada 7 orang lansia dengan hipertensi dan didapatkan hasil bahwa usaha yang selama ini mereka lakukan untuk mengatasi hipertensi adalah dengan sedikit mengurangi konsumsi garam dan 5 dari 7 lansia penderita hipertensi tersebut mengaku rutin mengkonsumsi obat-obatan antihipertensi untuk

menurunkan tekanan darahnya yang diberikan saat posyandu. Namun mereka tidak mengetahui bahwa ada beberapa terapi komplementer (pendamping) yang juga dapat menurunkan tekanan darah, salah satunya adalah dengan terapi musik murottal. Berdasarkan fenomena tersebut, maka peneliti memilih Posyandu Lansia Kenanga di wilayah kerja UPK Puskesmas Siantan Hulu sebagai wilayah yang akan dilakukan penelitian.

Berdasarkan uraian diatas, ada beberapa terapi komplementer yang murah dan mudah serta dapat menurunkan tekanan darah terutama pada lansia, antara lain terapi Tertawa, Teknik Relaksasi Otot Progresif, Aromaterapi dan Terapi Musik Klasik. Namun, belum banyak yang mengetahui bahwa terapi musik Murottal Surah *Ar-Rahman* juga dapat menjadi salah satu terapi yang bisa dilakukan secara mandiri oleh lansia di rumah. Terapi Murottal Surah *Ar-Rahman* juga merupakan terapi yang tidak memiliki efek samping bagi siapapun yang mendengarkannya, selain dapat memberikan kesembuhan fisik, terapi murottal juga dapat menenangkan fikiran orang yang mendengarkannya. Di Kota Pontianak sendiri kelompok usia yang menempati urutan pertama kasus hipertensi adalah kelompok lansia yang berumur ≥ 60 tahun. Untuk itu perlu dilakukannya penelitian tentang Pengaruh Terapi Murottal Surah *Ar-Rahman* Terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi di Posyandu Lansia Kenanga Wilayah Kerja UPK Puskesmas Siantan Hulu Kecamatan Pontianak Utara.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah ada Pengaruh Terapi Murottal Surah *Ar-Rahman* terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi di Posyandu Lansia Kenanga Wilayah Kerja UPK Puskesmas Siantan Hulu Kecamatan Pontianak Utara?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh Terapi Murottal Surah *Ar-Rahman* terhadap perubahan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Posyandu Lansia Kenanga Wilayah Kerja UPK Puskesmas Siantan Hulu Kecamatan Pontianak Utara.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Mengetahui nilai tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dilakukan Terapi Murottal Surah *Ar-Rahman* di Posyandu Lansia Kenanga Wilayah Kerja UPK Puskesmas Siantan Hulu Kecamatan Pontianak Utara.

1.3.2.2 Mengetahui nilai tekanan darah sistolik dan diastolik sesudah dilakukan Terapi Murottal Surah *Ar-Rahman* di Posyandu Lansia Kenanga Wilayah Kerja UPK Puskesmas Siantan Hulu Kecamatan Pontianak Utara.

1.3.2.3 Menganalisis pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan Terapi Murottal Surah *Ar-Rahman* terhadap perubahan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Posyandu Lansia Kenanga Wilayah Kerja UPK Puskesmas Siantan Hulu Kecamatan Pontianak Utara.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai informasi tentang terapi komplementer dalam keperawatan untuk asuhan keperawatan pada pasien lansia penderita hipertensi.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi Institusi

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi asuhan keperawatan pada lansia penderita hipertensi.

1.4.2.2 Bagi Peneliti

Dengan adanya penelitian ini diharapkan peneliti dapat menambah pengetahuan mengenai terapi komplementer khususnya dalam penanganan hipertensi pada lansia.

1.4.2.3 Bagi Masyarakat

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat menjadi bukti ilmiah mengenai manfaat Terapi Murottal Surah *Ar-Rahman* dalam menangani penyakit hipertensi khususnya pada lansia. Sehingga masyarakat dapat menggunakan Terapi Murottal Surah *Ar-Rahman* sebagai terapi mandiri untuk menurunkan tekanan darah.

1.4.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi sumber informasi untuk melakukan penelitian selanjutnya, sehingga informasi yang didapat dari penelitian ini juga dapat digunakan sebagai acuan maupun literatur penelitian selanjutnya.