

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar belakang

Lanjut usia merupakan bagian proses dari tumbuh kembang. Secara umum menjadi tua atau menua (*ageing process*), ditandai oleh kemunduran-kemunduran biologis yang terlihat sebagai gejala-gejala kemunduran fisik dan kemunduran kemampuan kognitif yang seringkali menimbulkan masalah sistem tubuh (Ma'rifatul. L, 2011:22). Contoh masalah yang banyak terjadi adalah pada sistem kardiovaskuler yaitu penyakit hipertensi.

Hipertensi adalah proses degenerative sistem sirkulasi yang dimulai dengan atherosclerosis, yakni gangguan struktur anatomi pembuluh darah perifer yang berlanjut dengan kekakuan pembuluh darah/arteri. Kekakuan dan kelambanan aliran darah menyebabkan beban jantung bertambah berat yang akhirnya dikompensasi dengan peningkatan upaya pemompaan jantung yang berdampak pada peningkatan tekanan darah dalam sistem sirkulasi (Bustan N, 2015:79). Di Indonesia terjadi peningkatan prevalensi hipertensi. Secara keseluruhan prevalensi hipertensi usia lebih dari 18 tahun yaitu 34,1 % (RISKESDAS, 2018:80). Di Jawa Timur

Hipertensi juga menjadi penyakit terbanyak kedua di Kota Malang, prevalensinya sebanyak 56.612 kasus (Profil Kesehatan Kota Malang, 2014:20). Hipertensi di kota Malang juga terjadi pada lansia dan tersebar merata diseluruh wilayah kota Malang. Berdasarkan studi pendahuluan yang sudah dilakukan di

Puskesmas Mulyerejo pada tahun 2016 penderita hipertensi 881 jiwa, tahun 2017 449 jiwa. Munculnya hipertensi ini dipengaruhi banyak faktor.

Menurut faktor-faktor pemicu kemunculan hipertensi dapat dibedakan menjadi dua kelompok. Kelompok pertama adalah faktor-faktor tak dapat dikontrol (genetik, jenis kelamin dan umur). Kelompok kedua adalah faktor-faktor yang dapat dikontrol (kegemukan, kurang beraktivitas, merokok, pola konsumsi garam dan tingkat stress) (Hariwijaya & Sutanto, 2007:49). Sedangkan berdasarkan faktor penyebabnya hipertensi ada dua jenis menurut Bustan N ( 2015: 80) yaitu hipertensi primer dan sekunder. Dalam penatalaksanaan hipertensi, dibagi menjadi pengobatan farmakologi dan non-farmakologi.

Pengobatan farmakologis merupakan tindakan yang dilakukan oleh tim medis berupa pemberian obat antihipertensi, akan tetapi tindakan nonfarmakologis dapat dilakukan secara mandiri oleh perawat dalam mengupayakan lansia menjadi lebih tenang sehingga tekanan darah dapat berkurang. Salah satunya dengan pemberian terapi relaksasi pada lansia hipertensi. Salah satu teraapi yang dapat diberikan adalah terapi relaksasi mendengar murottal Al-Qur'an surat Ar-Rahman. Terapi relaksasi mendengar murottal Al-qur'an merupakan pengembangan metode respon relaksasi dengan melibatkan faktor keyakinan terhadap ayat-ayat al-qur'an yang dibawakan oleh seorang qori (Purna,2016:1). Namun pengembangan teknik relaksasi yang berkaitan dengan faktor keyakinan seseorang (Faith) belum dikaji secara mendalam apalagi yang mengarah pada keyakinan religious tertentu (Purwanto, 2006:40). Respon relaksasi yang melibatkan keyakinan yang dianut akan mempercepat terjadinya keadaan relaks, dengan kata lain kombinasi respon

relaksasi dengan melibatkan keyakinan akan meliapt gandakan manfaat yang didapat dari respon relaksasi (Benson, 2000 dalam Purwanto, 2006:43).

Penelitian Dr. Andri tentang suara bacaan Al-Qur'an yang dikutip dalam Arif, (2017:1) mengatakan bacaan Al-Qur'an memiliki efek relaksasi terbaik turunkan stres dibandingkan relaksasi lainnya. Terapi Murottal Al-Qur'an ini juga merupakan terapi tanpa efek samping yang aman dan mudah dilakukan. Dr. Al Qadhi, melalui penelitiannya yang panjang dan serius di Klinik Besar Florida Amerika Serikat, berhasil membuktikan dengan mendengarkan bacaan ayat-ayat Al-Qur'an, dapat merasakan perubahan fisiologis yang sangat besar seperti, menurunkan ketegangan urat saraf reflektif, dan hasil ini tercatat dan terukur secara kuantitatif dan kualitatif oleh sebuah alat berbasis komputer (Haesodo, 2008:1).

Hasil penelitian dari Sri Puji dkk (2016) dengan judul penelitian pengaruh terapi murottal Al-Qur'an terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi ruang cempaka RSUD dr. H. Soewondo Kendal. Jumlah total responden 26 orang. Lima belas orang kategori hipertensi berat, 4 orang mengalami hipertensi sedang dan 7 orang mengalami hipertensi ringan. Setelah dilakukan terapi murottal Al-Qur'an, penderita hipertensi berat dan sedang sudah tidak ada, 12 responden hipertensi ringan dan 14 responden menjadi normal. Hasil ini menunjukkan terdapat pengaruh terapi murottal Al-Qur'an pada penderita hipertensi di RSUD dr. H. Soewondo Kendal.

Berdasarkan penelitian-penelitian diatas, terapi dengan murottal Al-Quran ada yang dilakukan dengan cara mendengar dan membaca Al-Qur'an. Terapi murottal Al-Qur'an dengan cara mendengarkan bisa dilakukan dalam posisi dan situasi apapun. Berhubungan dengan kondisi biologis dari lansia yang sudah

mengalami berbagai penurunan fungsi, oleh karenanya bagaimana lansia yang mengalami tekanan darah tinggi bisa menurunkan tekanan darah tingginya dengan mendengarkan murottal Al-Qur'an. Surat yang digunakan dalam penelitian ini adalah surat Ar-Rahman yang memiliki arti Yang Maha Pemurah (Babacaca, 2018:1).

Dalam penatalaksanaan pada penyakit hipertensi dengan terapi relaksasi mendengar murottal Al-Qur'an surat Ar-Rahman, perawat memiliki peran, yaitu sebagai pendidik karena meningkatkan tingkat pengetahuan kesehatan sehingga terjadi perubahan perilaku dan sebagai konsultan karena perawat membantu memilih pengobatan alternative serta membantu memberikan terapi secara langsung ( Widyatuti, 2008: 54)

Oleh karena itu peneliti tertarik untuk mengambil judul penelitian “gambaran tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi sebelum dan sesudah melakukan terapi relaksasi mendengar murottal Al-Qur'an (surat Ar-Rahman)”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Rumusan masalah yaitu berupa beberapa pertanyaan yang relevan dengan permasalahan pokoknya (setiadi,2013:29).

Rumusan masalah penelitian ini adalah bagaimana gambaran tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi sebelum dan sesudah melakukan terapi relaksasi mendengar Murottal Al-Qur'an Surat Ar-Rahman ?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian adalah suatu indikasi ke arah mana atau apa yang dicari melalui penelitian itu, yang dirumuskan dalam bentuk pernyataan konkret dapat diamati dan dapat diukur (Setiadi,2013:31).

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui gambaran tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi sebelum dan sesudah melakukan terapi relaksasi mendengar Murottal Al-Qur'an Surat Ar-Rahman.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian adalah kegunaan hasil penelitian nanti, baik bagi kepentingan pengembangan program maupun kepentingan ilmu pengetahuan (Notoatmodjo, 2010:81).

#### **1.4.1 Manfaat teoritis**

Manfaat teoritis adalah manfaat penelitian dari aspek teoretis, yakni manfaat penelitian bagi pengembang ilmu (Notoadmotjo, 2010:81).

##### **1.4.1.1 Bagi Institusi**

Sebagai bahan pertimbangan tentang gambaran tekanan darah pada lansia dengan hipertensi sebelum dan sesudah melakukan terapi relaksasi mendengar Murottal Al-Qur'an surat Ar-Rahman.

##### **1.4.1.2 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Sebagai data dasar untuk penelitian selanjutnya khususnya yang terkait dengan gambaran tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi sebelum

dan sesudah melakukan terapi relaksasi mendengar Murottal Al-Qur'an surat Ar-Rahman.

#### **1.4.2 Manfaat Praktik**

Manfaat praktik adalah penelitian dari aspek praktis atau aplikatif, yakni manfaat bagi program (Notoadmotjo, 2010:81).

##### 1.4.2.1 Bagi Masyarakat

Sebagai salah satu metode pengobatan alternative dalam menurunkan tekanan darah.

##### 1.4.2.2 Bagi peneliti

Sebagai pengalaman dalam mengaplikasikan atau menerapkan ilmu yang sudah didapat selama pendidikan.