

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Tekanan darah itu mirip cuaca, setiap orang membicarakannya tetapi tidak cukup banyak orang yang melakukan sesuatu mengenainya. Tekanan darah tinggi atau hipertensi disebut juga pembunuh diam-diam, karena pada sebagian kasus tidak menunjukkan gejala apapun. Kita ketahui hipertensi sebagai salah satu faktor resiko utama yang menyebabkan serangan jantung dan stroke. Setiap kali kita mendatangi keruang praktik dokter, tekanan darah kita ukur, namun yang menyedihkan meskipun tekanan darah jutaan orang cukup tinggi hingga menjerumuskan mereka kedalam resiko penyakit jantung. Banyak diantaranya yang tidak mengontrol tekanan darah mereka dengan benar (Robert, 2010).

Tekanan darah adalah tekanan dari aliran darah dalam pembuluh nadi (arteri). Ketika jantung kita berdetak, lazimnya 60 hingga 70 kali dalam 1 menit pada kondisi istirahat (duduk atau berbaring), darah dipompa menuju dan melalui arteri. Tekanan darah paling tinggi ketika Jantung berdetak memompa darah, ini disebut tekanan sistolik. Tekanan darah menurun saat jantung relaks diantara dua denyut nadi, ini disebut tekanan diastolik (Robert, 2010).

Tekanan darah sistolik adalah jumlah tekanan dipembuluh darah saat jantung berkontraksi memompa darah. Tekanan darah sistolik angka yang berada di atas. Tekanan sistolik maupun diastolik akan meningkat seiring dengan bertambahnya usia. Tekanan darah sistolik akan meningkat secara terus menerus hingga usia 70-80 tahun (Rita, 2010).

Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2013 kejadian hipertensi mengakibatkan 4 juta kematian setiap tahunnya dan terdapat satu dari tiga orang dewasa di seluruh dunia memiliki tekanan darah tinggi. Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 prevalensi hipertensi di

Indonesia yang dapat melalui pengukuran pada umur ≥ 18 tahun sebesar 25,8% sedangkan provinsi Kalimantan Selatan 30,8% (Kemenkes RI, 2013).

Menurut data Dinas Kesehatan Kota Banjarmasin tahun 2014 jumlah kasus baru penyakit hipertensi yaitu 78.503 orang dan tahun 2015 terjadi peningkatan menjadi 81.742 orang sedangkan pada tahun 2016 diperoleh data jumlah penderita hipertensi sebanyak 80.850 orang (Dinkes Kota Banjarmasin, 2017).

Hipertensi sampai sekarang masih menjadi penyakit pembunuh nomor satu di Indonesia. Penyakit tersebut tak hanya menyerang orang lanjut usia karena faktor degeneratif tapi usia produktif seiring dengan perubahan gaya hidup (Herlambang, 2013).

Hipertensi dapat berakibat fatal jika tidak dikendalikan, apalagi kondisi ini sering kali tidak menimbulkan gejala pada penderitanya sehingga tidak disadari sampai terjadi kerusakan fatal pada organ tubuh seperti gangguan pada otak, gangguan mata, gagal jantung, serangan jantung dan penyakit jantung koroner serta dapat menyebabkan penyakit ginjal kronik dan gagal ginjal terminal, oleh karena itu pengobatan hipertensi sangat penting untuk diperhatikan (Indriyani, 2009).

Gejala yang ditandai dengan tingginya tekanan darah seseorang sehingga mengakibatkan zat-zat gizi dan oksigen yang dibutuhkan oleh tubuh tidak dapat dipenuhi dengan sempurna. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Khasanah (2012) bahwa hipertensi adalah gejala peningkatan tekanan darah yang mengakibatkan suplai oksigen dan nutrisi yang dibawa oleh darah terhambat sampai ke jaringan tubuh yang membutuhkan.

Untuk terapi nonfarmakologi bisa dilakukan dengan cara mengurangi asupan garam, meningkatkan konsumsi buah dan sayur, mengurangi lemak jenuh dengan mengonsumsi susu rendah lemak, menurunkan berat badan berlebih,

olahraga secara teratur, hindari mengonsumsi alkohol serta berhenti merokok (Aronow, 2013).

Selain upaya tersebut, ada suatu upaya pengobatan yang termasuk dalam terapi nonfarmakologi yaitu terapi komplementer (pelengkap) yang bisa mempercepat proses penyembuhan. Ada beberapa terapi komplementer yang murah dan mudah serta dapat menurunkan tekanan darah terutama pada lansia penderita hipertensi, antara lain terapi tertawa, teknik relaksasi otot progresif, aromaterapi dan terapi musik klasik. Namun belum banyak yang mengetahui terapi musik murottal surah Ar-Rahman juga dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Terapi murottal surah Ar-Rahman ini juga merupakan terapi tanpa efek samping yang aman dan mudah dilakukan (Mayrani dan Hartati, 2013).

Terapi murottal Al-Qur'an atau bacaan Al-Qur'an dengan keteraturan irama dan bacaan yang benar juga merupakan sebuah musik Al-Qur'an mampu mendatangkan ketenangan dan meminimalkan kecemasan 97% bagi mereka yang mendengarkan 65% mendapatkan ketenangan dari bacaan Al-Qur'an dan 35% mendapatkan ketenangan dari bacaan dalam bahasa arab bukan Al-Qur'an (Ghofar A and Ningsih L. The Influence of Therapy and music Therapy: Listening Al-Qur'an Juz Amma to Anxiety Responden at Todler).

Hal tersebut sejalan dengan pernyataan Ernawati (2013) bahwa suara Al-Qur'an (Murottal) ibarat gelombang suara yang memiliki ketukan dan gelombang tertentu, menyebar dalam tubuh kemudian menjadi getaran yang bisa mempengaruhi fungsi gerak sel otak dan membuat keseimbangan didalamnya.

Loomba dkk (2012) dalam Kuhlmann dkk (2016: 1-2) juga menjelaskan bahwa intervensi musik telah ditemukan untuk mempengaruhi hasil klinis dalam berbagai situasi, termasuk efek jangka pendek pada tekanan darah selama prosedur medis seperti pembedahan dan untuk efek jangka

panjang dalam pengobatan gangguan tidur atau depresi. Sebuah studi metaanalisis terbaru menunjukkan bahwa intervensi musik menyebabkan penurunan yang signifikan pada tekanan darah sistolik, tekanan diastolik darah dan denyut jantung yang berhubungan bermacam penyakit yang menyertainya. Ulasan lain juga menemukan bahwa mendengarkan musik dapat memiliki efek menguntungkan pada kecemasan, tekanan darah sistolik, denyut jantung, laju pernapasan, kualitas tidur dan nyeri pada pasien dengan penyakit jantung koroner (Bradt J dkk, 2013).

Murottal secara fisik mengandung unsur suara manusia yang dapat menstimulasi tubuh untuk menurunkan hormon-hormon stress, mengaktifkan hormon endorfin secara alami, meningkatkan perasaan rileks, mengalihkan perhatian dari rasa takut, cemas dan tegang, memperbaiki metabolisme tubuh sehingga menurunkan tekanan darah serta memperlambat pernafasan, denyut jnadi dan aktifitas gelombang otak (Siswantinah, 2011).

Hal ini sejalan dengan pernyataan Abdurrochman, Perdana dan Andhika (2008) menjelaskan bahwa komponen gelombang otak pada stimulan terapi musik dan stimulan Al-Qur'an (Murottal) mempunyai kesamaan yaitu didominasi oleh gelombang delta. Adanya gelombang delta ini mengindikasikan bahwa kondisi seseorang dalam keadaan sangat rileks, sehingga stimulan Al-Qur'an ini dapat memberikan ketenangan, ketentraman dan kenyamanan seseorang.

Menurut Potter & Perry (2009) dalam Rofacky (2014) kegelisahan, ketakutan, nyeri dan stress emosional dapat mengakibatkan stimulasi simpatis yang meningkatkan frekuensi denyut jantung, curah jantung dan resistensi vaskular. Efek simpatis ini dapat meningkatkan tekanan darah sebesar 30 mmHg.

Hal ini sejalan dengan pernyataan Ernawati (2013) bahwa mendengarkan Al-Qur'an akan memberikan efek ketenangan dalam tubuh sebab adanya unsur

meditasi, autosugesti dan relaksasi yang terkandung didalamnya. Didalam Al-Qur'an telah diturunkan ayat sebagai berikut yang artinya “Dan apabila dibacakan Al-Qur'an maka dengarkanlah baik-baik dan perhatikanlah dengan tenang agar kamu mendapat rahmat (Al-A'raf: 204).

Penelitian yang dilakukan oleh Sadriyah (2014) tentang pengaruh terapi murottal terhadap penurunan tingkat stress pada pasien hipertensi dan didapatkan hasil bahwa surah Ar-Rahman terbukti efektif untuk menurunkan tingkat stress sehingga terjadi penurunan tekanan darah. Banyak penelitian yang sudah membuktikan bahwa mendengarkan murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman dapat mempengaruhi keadaan fisiologi dan psikologis seseorang. Angka kejadian hipertensi di wilayah Puskesmas Gedang Hanyar Banjarmasin pada tahun 2014 terdapat 3.650 kasus, sedangkan pada tahun 2015 sebanyak 4.197 kasus, dan pada tahun 2016 mengalami peningkatan sebanyak 4.790 kasus. Maka dari itu peneliti ingin menindak lanjuti penelitian ini dalam sebuah karya tulis ilmiah (Skripsi). Apakah memang benar terapi audio murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman ada pengaruhnya terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah Puskesmas Gedang Hanyar Banjarmasin Tahun 2017. Ini dibuktikan juga hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti. Di dapat 5 orang yang menderita hipertensi dan bersedia melakukan tindakan terapi audio murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman, selama 11 menit 19 detik ada pengaruh yang signifikan dengan hasil penurunan 10 mmHg.

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan tersebut dari manfaat dari terapi audio murottal Qur'an surah Ar-Rahman dan memperhatikan perlunya penambahan wawasan bagi peneliti dan masyarakat akan manfaat dari terapi audio murottal Al-Qur'an, terutama murottal Qur'an surah Ar-Rahman merupakan salah satu upaya terapi pengobatan yang termasuk dalam terapi nonfarmakologi yaitu terapi komplementer (pelengkap) yang bisa mempercepat proses penyembuhan mayoritas masyarakat Kalimantan Selatan agama Islam. Sehingga peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh terapi audio

murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman terhadap penurunan tekanan darah sistol pada pasien hipertensi di wilayah Puskesmas Gedang Hanyar Banjarmasin Tahun 2017.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah yang dilakukan pada penelitian ini adalah Pengaruh Terapi Audio Murottal Qur'an Surah Ar-Rahman Terhadap Penurunan Tekanan Darah Sistol pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Gedang Hanyar Banjarmasin Tahun 2017.

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah:

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh terapi audio murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman terhadap penurunan tekanan darah sistol pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gedang Hanyar Banjarmasin Tahun 2017.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Mengidentifikasi tekanan sistol pada pasien hipertensi sebelum diberikan terapi audio murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman di Wilayah Puskesmas Gedang Hanyar Banjarmasin tahun 2017.

1.3.2.2 Mengidentifikasi tekanan sistol pada pasien hipertensi sesudah diberikan terapi audio murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman di Wilayah Puskesmas Gedang Hanyar Banjarmasin tahun 2017.

1.3.2.3 Menganalisis pengaruh terapi audio murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman terhadap penurunan tekanan darah sistol pada pasien hipertensi di Wilayah Puskesmas Gedang Hanyar Banjarmasin tahun 2017.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini adalah:

1.4.1 Manfaat Bagi Pasien Hipertensi

Penelitian ini dapat memberi masukan kepada pasien hipertensi untuk menurunkan tekanan darah sistol dan mencegah komplikasi dari hipertensi dengan pengobatan non medis.

1.4.2 Manfaat Bagi Peneliti

Penulis berharap dari penelitian ini akan mampu menambah, mengembangkan pengetahuan dan penelitian ini dapat memberikan pengalaman yang berharga bagi peneliti dan sebagai sarana khazanah keilmuan peneliti dalam bidang praktik keperawatan. Hasil penelitian ini juga menjadi syarat dalam menyelesaikan Pendidikan S1 Keperawatan.

1.4.3 Manfaat Bagi Akademis

Penulis berharap penelitian ini menjadi bahan informasi untuk Universitas Muhammadiyah Banjarmasin dalam praktik keperawatan terhadap penanggulangan masalah tekanan darah tinggi. Hasil penelitian ini dapat menjadi masukan untuk menambah wawasan bagi pasien hipertensi bagi semua mahasiswa keperawatan sebagai sumber ilmu dan informasi.

1.4.4 Manfaat Penelitian Akan Datang

Penelitian ini dapat digunakan sebagai data dasar bagi ruang lingkup yang sama dan penelitian ini bisa dijadikan sebagai bahan rujukan atau referensi untuk penelitian selanjutnya.

1.5 Penelitian Terkait

Penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya yang berhubungan dengan penelitian ini adalah:

- 1.5.1 Dilakukan oleh dari hasil penelitian Yogi Adhiatma (Mahasiswa Stikes Muhammadiyah Banjarmasin) tahun 2014 dengan judul pengaruh mendengarkan ayat Al-Qur'an terhadap penurunan tekanan darah pada lansia yang hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Budi

Sejahtera Banjarbaru. Tujuan untuk mengetahui pengaruh mendengarkan ayat Al-Qur'an terhadap penurunan tekanan darah pada lansia yang hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Sejahtera Banjarbaru tahun 2014.

Desain dalam penelitian ini adalah Quasi Eksperiment Design dengan menggunakan rancangan Non Equivalent Control Group Design. Populasi dalam penelitian ini adalah 42 lansia (>60 tahun) muslim penderita hipertensi yang berada di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Sejahtera Banjarbaru Kalimantan Selatan. Setelah dilakukan penelitian didapat 20 sampling dengan 10 sampel pada kelompok kontrol dan 10 sampel pada kelompok eksperimen.

Instrumen penelitian yang digunakan pada penelitian ini berupa Mp3 Player yang dilengkapi dengan Loud Speaker pada variabel independen mendengarkan ayat Al-Qur'an yang populer dikalangan kaum muslim yang berada di daerah tempat penelitian tujuannya adalah agar mudah diterima oleh pasien. Sehingga diharapkan pengaruh dari eksperimen bisa lebih efektif dan efisien. Peneliti mengambil ayat yang populer berdasarkan hasil pertimbangan dari penelitian yang dilakukan oleh Herbert Benson, seorang ahli ilmu kedokteran dari Harvard dalam Sholeh (2008). Benson menunjukkan bahwa ternyata formula-formula tertentu yang dibacakan berulang-ulang mempunyai efek menyembuhkan berbagai penyakit, khususnya tekanan darah tinggi dan penyakit jantung.

Karena di daerah tempat penelitian surah Al-Baqaroh: 225 atau yang biasa disebut ayat kursi merupakan salah satu yang populer dan sering didengarkan oleh pasien di daerah penelitian. Maka peneliti memutuskan untuk menggunakan ayat tersebut dalam variabel independen (mendengarkan ayat Al-Qur'an). Ayat Kursi yang dipakai berasal dari youtube yang dibacakan oleh Qari Mishary Al-Rashid Al-

Afasy yang berdurasi 11,26 menit dengan judul “Ayat Al-Kursi 10 Different” dan untuk variabel dependen mengukur tekanan darah pada penderita hipertensi menggunakan tensimeter digital yaitu Automatic Blood Pressure monitor model HEM-7111. Pengukuran ini dilakukan selama 3 hari berturut-turut dikedua kelompok.

Berdasarkan data diatas diketahui bahwa uji t berpasangan yang dilakukan pada tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah diberikan terapi ayat Al-Qur'an yaitu Ayat Kursi mempunyai nilai $p=0,000$ ($<0,05$). Sedangkan pada tekanan darah diastolik sebelum dan sesudah diberikan terapi ayat Al-Qur'an yaitu Ayat Kursi yang di uji menggunakan uji Wilcoxon didapatkan hasil bahwa nilai $p=0,000$ ($<0,05$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan terapi ayat Al-Qur'an yaitu Ayat Kursi yang berarti H_0 ditolak H_1 diterima.

- 1.5.2 Dilakukan oleh dari hasil penelitian Widyastuti, Hastuti, Adiningsih tahun 2015 dengan judul Pengaruh Terapi Murottal Surah Ar-Rahman Terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Lanjut Usia (Lansia) Penderita Hipertensi di Posyandu Lansia Kenanga Wilayah Kerja Upk Puskesmas Siantan Hulu Kecamatan Pontianak. Tujuan untuk mengetahui Pengaruh Terapi Murottal Surah Ar-Rahman Terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Lanjut Usia (Lansia) Penderita Hipertensi di Posyandu Lansia Kenanga Wilayah Kerja Upk Puskesmas Siantan Hulu Kecamatan Pontianak Utara.

Metode desain penelitian Kuantitatif dengan metode Quasi Eksperimental dengan rancangan one group pre test posttest design tanpa adanya kelompok kontrol. Jumlah sampel 24 responden dengan teknik Non Probability Sampling dan metode Purposive Sampling.

Analisa menggunakan uji t berpasangan pada tekanan darah sistolik dan uji Wilcoxon pada tekanan darah diastolik.

Hasil uji statistik dengan uji t berpasangan didapatkan bahwa nilai p tekanan darah sistolik sebelum dan setelah diberikan terapi murottal surah Ar-rahman adalah 0.000 dan hasil uji wilcoxon didapatkan bahwa nilai p tekanan darah diastolik sebelum dan setelah dilakukan terapi murottal surah Ar-rahman adalah 0.000. Hasil menunjukkan bahwa nilai p tekanan darah sistolik dan diastolik lebih kecil dari 0.05. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan setelah diberikan terapi murottal surah Ar-rahman, yang berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima.

- 1.5.3 Penelitian yang dilakukan oleh dari hasil penelitian Hidayaturofiah, Pratiwi, Hasneli, Ernawaty tahun 2015 dengan judul pengaruh teknik relaksasi benson dan murottal Al-Qur'an terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi primer. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh teknik relaksasi benson dan murottal Al-Qur'an terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi primer di Puskesmas Harapan Raya.

Penelitian ini termasuk penelitian kuantitatif dengan menggunakan rancangan penelitian Quasi Eksperiment dengan pendekatan non-equivalent control group yang dibagi menjadi kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Populasi pada penelitian ini adalah semua pasien yang menderita hipertensi primer di wilayah kerja Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru. Sedangkan sampel yang digunakan sebanyak 30 responden, yaitu 15 responden kelompok eksperimen dan 15 responden kelompok kontrol.

Tekanan darah responden pada kelompok intervensi diukur sebelum dan sesudah diberikan intervensi sedangkan tekanan darah responden pada kelompok kontrol diukur tanpa pemberian perlakuan kemudian hasilnya dicatat pada lembar hasil pengukuran dan menggunakan sebuah handphone peneliti untuk mendengarkan rekaman murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman ayat 1-78 selama ± 10 menit yang dibacakan oleh Ahmad Al-Shalabi melalui aplikasi MP3 Al-Qur'an digital dengan volume suara standar.

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya penurunan tekanan darah yang signifikan pada kelompok eksperimen dengan $p \text{ value} < \alpha (0,05)$. Pengukuran diperoleh dari nilai mean tekanan darah pre test sistol pada kelompok eksperimen sebesar 165,53 mmHg, pretest diastol sebesar 91,60 mmHg dan posttest sistol sebesar 147,93 mmHg, posttest diastol sebesar 87,27 mmHg. Dapat disimpulkan bahwa teknik relaksasi benson dan murottal Al-Qur'an efektif dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi primer.

Perbedaan dengan penelitian yang dilakukan yaitu variabel penelitian, populasi, tempat penelitian, rancangan penelitian, serta sampel. Variabel bebasnya adalah terapi audio murottal Al-Qur'an surah Ar-rahman terhadap penurunan tekanan darah sistol pada pasien hipertensi. Populasinya adalah seluruh responden yang menderita hipertensi.