

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang hingga saat ini masih menjadi masalah kesehatan utama di dunia. Hipertensi adalah kondisi ketika tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg yang diukur secara berulang dalam keadaan istirahat. Hipertensi dikenal sebagai silent killer karena sering kali tidak menimbulkan gejala yang khas, namun dapat menyebabkan berbagai komplikasi serius seperti stroke, penyakit jantung koroner, gagal jantung, dan gagal ginjal apabila tidak ditangani dengan baik (Agustina & Pradana, 2022).

Berdasarkan data World Health Organization, sekitar 1,28 miliar orang dewasa usia 30–79 tahun di dunia mengalami hipertensi. Sebagian besar penderita hipertensi berada di negara berkembang, termasuk Indonesia. Tingginya angka kejadian hipertensi di desa Rowotantu menjadikan perhatian karena penyakit ini merupakan faktor risiko utama terjadinya penyakit kardiovaskular yang menjadi penyebab kematian tertinggi di dunia, berdasarkan hasil pengkajian data, ditemukan mayoritas keluarga memiliki penyakit Hipertensi (Nurochman et al., 2024).

Di Indonesia, hipertensi masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang terus meningkat setiap tahun. Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi hipertensi pada penduduk usia ≥ 18 tahun masih tergolong tinggi. Peningkatan angka kejadian hipertensi dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti usia,

pola makan tinggi garam, kurang aktivitas fisik, merokok, konsumsi alkohol, obesitas, stres, serta faktor genetik. Selain itu, perubahan gaya hidup masyarakat yang semakin modern turut berkontribusi terhadap meningkatnya kejadian hipertensi (Rahmawati et al, 2022).

Hipertensi menjadi salah satu masalah kesehatan yang sering ditemukan pada tingkat keluarga dan komunitas. Keluarga memiliki peran penting dalam upaya pencegahan, perawatan, pengobatan, serta pengendalian hipertensi. Dukungan keluarga yang baik dapat meningkatkan kepatuhan penderita dalam menjalankan terapi, mengontrol pola makan, melakukan aktivitas fisik, dan mengelola stres. Sebaliknya, kurangnya dukungan keluarga dapat menyebabkan ketidakpatuhan dalam pengobatan sehingga meningkatkan risiko komplikasi (Syukur et al, 2022).

Secara fisiologis, hipertensi terjadi akibat peningkatan resistensi pembuluh darah perifer dan peningkatan curah jantung yang menyebabkan tekanan darah meningkat secara terus-menerus. Kondisi tersebut dapat dipengaruhi oleh aktivasi sistem saraf simpatis yang berlebihan, peningkatan hormon stres seperti kortisol, serta gangguan sistem renin-angiotensin-aldosteron. Apabila tekanan darah tidak terkontrol dalam jangka panjang, maka dapat menyebabkan kerusakan organ target seperti jantung, ginjal, otak, dan pembuluh darah (Shelmo, 2023).

Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan melalui terapi farmakologis maupun nonfarmakologis. Terapi farmakologis dilakukan dengan pemberian obat antihipertensi sesuai anjuran tenaga kesehatan. Sementara itu, terapi nonfarmakologis meliputi modifikasi gaya hidup seperti diet rendah garam, berhenti merokok, olahraga teratur, pengelolaan berat badan, serta terapi relaksasi. Salah satu terapi

nonfarmakologis yang dapat diterapkan pada penderita hipertensi adalah terapi murottal Al-Qur'an (Wina et al., 2025).

Terapi murottal merupakan terapi yang menggunakan lantunan ayat suci Al-Qur'an yang diperdengarkan kepada individu dengan tujuan memberikan efek relaksasi, ketenangan, dan kenyamanan psikologis. Gelombang suara yang dihasilkan dari bacaan Al-Qur'an dapat memberikan stimulasi pada sistem saraf pusat sehingga meningkatkan aktivitas sistem saraf parasimpatis dan menurunkan aktivitas sistem saraf simpatis. Kondisi tersebut dapat menyebabkan penurunan denyut jantung, penurunan hormon stres, vasodilatasi pembuluh darah, serta penurunan tekanan darah (Selfia et al, 2024).

Salah satu surah yang sering digunakan dalam terapi murottal adalah Surah Ar-Rahman. Surah Ar-Rahman memiliki kandungan makna yang menjelaskan berbagai nikmat Allah SWT kepada manusia sehingga mampu meningkatkan rasa syukur, ketenangan batin, dan kenyamanan psikologis. Bacaan Surah Ar-Rahman yang diperdengarkan secara berulang dapat membantu menciptakan kondisi relaksasi yang berdampak pada penurunan tekanan darah penderita hipertensi (Arum & Imamah, 2024).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa terapi murottal Surah Ar-Rahman efektif dalam membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Penelitian yang dilakukan oleh berbagai peneliti menunjukkan adanya penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik setelah pemberian terapi murottal secara teratur. Hal tersebut terjadi karena terapi murottal mampu mengurangi tingkat kecemasan dan

stres yang merupakan salah satu faktor pencetus peningkatan tekanan darah (Maulana et al., 2024) .

Dalam praktik keperawatan keluarga, perawat memiliki peran penting dalam memberikan edukasi, pendampingan, serta intervensi keperawatan yang sesuai dengan kondisi keluarga. Penerapan terapi murottal Surah Ar-Rahman merupakan salah satu bentuk intervensi keperawatan keluarga yang mudah dilakukan, tidak memerlukan biaya besar, aman, serta dapat dilakukan secara mandiri oleh keluarga di rumah. Dengan keterlibatan keluarga, diharapkan terapi ini dapat dilakukan secara berkelanjutan sehingga membantu mengontrol tekanan darah penderita hipertensi.

Berdasarkan hasil survei pengkajian di Desa Rowotantu, Kabupaten Jember didapatkan 30 anggota keluarga dari 70 Kk, anggota keluarga yang mengalami hipertensi dengan tekanan darah yang masih berada di atas batas normal. Selain itu, keluarga belum mengetahui secara optimal mengenai terapi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk membantu mengontrol tekanan darah. Oleh karena itu, diperlukan suatu intervensi keperawatan keluarga berupa penerapan terapi murottal Surah Ar-Rahman sebagai upaya membantu menurunkan tekanan darah dan meningkatkan kemampuan keluarga dalam merawat anggota keluarga yang mengalami hipertensi.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam karya ilmiah akhir ini yaitu Bagaimanakah penerapan terapi murottal Surah Ar-Rahman dalam asuhan keperawatan keluarga dengan hipertensi di Desa Rowotantu, Kabupaten Jember.

1.3 Tujuan Penelitian

1.1.1 Tujuan Umum

Melaksanakan penerapan terapi murottal Surah Ar-Rahman sebagai upaya pengendalian tekanan darah oleh keluarga dengan klien hipertensi di Desa Rowotamtu.

1.1.2 Tujuan Khusus

1. Mendeskripsikan pengkajian keperawatan keluarga dengan hipertensi di Desa Rowotamtu.
2. Mendeskripsikan penerapan terapi murottal sebagai upaya pengendalian tekanan darah oleh keluarga dengan klien hipertensi di Desa Rowotamtu
3. Mendeskripsikan hasil evaluasi pre post penerapan terapi murottal sebagai upaya pengendalian tekanan darah oleh keluarga dengan klien hipertensi di Desa Rowotamtu.

1.4 Manfaat Penelitian

1.1.3 Bagi Responden

Hasil karya ilmiah akhir ini diharapkan dapat membantu penderita hipertensi dalam mengontrol tekanan darah melalui terapi murottal Surah Ar-Rahman. Selain itu, keluarga diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam merawat anggota keluarga yang mengalami hipertensi secara mandiri di rumah.

1.1.4 Bagi Masyarakat

Hasil karya ilmiah akhir ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi masyarakat mengenai manfaat terapi murottal Surah Ar-Rahman sebagai salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk membantu mengontrol tekanan darah pada penderita hipertensi.

1.1.5 Bagi Institusi Pendidik

Hasil karya ilmiah akhir ini diharapkan dapat menjadi referensi tambahan dalam pengembangan ilmu keperawatan, khususnya keperawatan keluarga dan komunitas terkait penerapan terapi murottal Surah Ar-Rahman pada penderita hipertensi

1.1.6 Bagi Pelayanan Kesehatan

Hasil karya ilmiah akhir ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi tenaga kesehatan dalam mengembangkan intervensi keperawatan nonfarmakologis yang mudah, aman, dan efektif untuk membantu mengontrol tekanan darah pada penderita hipertensi.

1.1.7 Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil karya ilmiah akhir ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan dasar pertimbangan bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan penelitian terkait terapi murottal Surah Ar-Rahman maupun intervensi nonfarmakologis lainnya dalam penatalaksanaan hipertensi pada tingkat keluarga dan komunitas.