

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Hipertensi (tekanan darah tinggi) terjadi ketika tekanan di pembuluh darah terlalu tinggi (140/90 mmHg atau lebih tinggi). Diperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi, sebagian besar (dua pertiga) tinggal di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah. Diperkirakan 46% orang dewasa penderita hipertensi tidak menyadari bahwa mereka mengidap penyakit tersebut. Kurang dari separuh orang dewasa (42%) penderita hipertensi didiagnosis dan diobati. Sekitar 1 dari 5 orang dewasa (21%) dengan hipertensi dapat mengendalikannya. Hipertensi merupakan penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Salah satu target global untuk penyakit tidak menular adalah mengurangi prevalensi hipertensi sebesar 33% antara tahun 2010 dan 2030 (WHO, 2023).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan penyebab kematian nomor satu di dunia, dengan 90-95% kasus didominasi oleh hipertensi esensial. Di Indonesia, menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 dan studi kohor penyakit tidak menular (PTM) 2011-2021, hipertensi merupakan faktor risiko tertinggi penyebab kematian keempat dengan persentase 10,2%. Data SKI 2023 menunjukkan bahwa 59,1% penyebab disabilitas (melihat, mendengar, berjalan) pada penduduk berusia 15 tahun ke atas adalah penyakit yang didapat, di mana 53,5% penyakit tersebut adalah PTM, terutama hipertensi (22,2%) (Kemenkes RI, 2024).

Berdasarkan data dari Pemerintah Provinsi Jawa Tengah tahun 2024 jumlah penderita hipertensi tahun 2023 sebanyak 8.554.672 orang dengan rincian laki-laki sebanyak 4.139.161 orang dan perempuan sebanyak 4.415.511 orang, sedangkan untuk Kabupaten Sragen tahun 2023 sebanyak 267.509 orang dengan rincian laki-laki sebanyak 137.553 orang dan perempuan 129.956 orang (Pemprov Jateng, 2024). Berdasarkan data dari bagian rekam medis RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen pada bulan Februari 2025 sebanyak 126 pasien yang di rawat di ruang melati barat RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen.

Salah satu fenomena hipertensi yang paling kompleks serta rumit banyak dialami oleh lansia, dampaknya dapat menimbulkan berbagai komplikasi antara lain penyakit jantung, stroke, gagal ginjal dan dapat mengakibatkan kematian apabila tidak ditangani dengan baik. Dampak tekanan darah tinggi menyebabkan 45% kematian akibat penyakit jantung (51%) kematian akibat stroke (Kemenkes RI, 2020).

Penderita hipertensi memiliki banyak tanda gejala dalam aspek psikologis maupun fisik. Salah satu gangguan psikologis pada pasien dengan hipertensi adalah kecemasan yang akan mempengaruhi kualitas tidur penderita hipertensi menjadi lebih buruk (Sulkarnaen *et al.*, 2022). Kecemasan merupakan respon emosional yang ditandai dengan kekhawatiran yang tidak jelas dan meluas terkait dengan perasaan tidak berdaya dan ketidakpastian (Stuart, 2018).

Intervensi keperawatan dalam penanganan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologis melalui pemberian obat antihipertensi seperti Captopril dan Amlodipine. Namun, dalam praktiknya, efektivitas pemberian obat sering kali terhambat oleh ketidakpatuhan masyarakat dalam mengonsumsi obat secara teratur serta kurangnya pemahaman mengenai dampak dari ketidakpatuhan terhadap pengobatan (Yusuf *et al.*, 2023). Terapi non farmakologis menjadi alternatif dalam manajemen hipertensi untuk menjaga kestabilan tekanan darah (Iqbal & Handayani, 2022).

Penatalaksanaan non farmakologis pasien hipertensi salah satunya kombinasi relaksasi benson dan murottal Al-Qur'an. Mekanisme yang mengatur konstiksi dan relaksasi pembuluh darah terletak di vasomotor pada medulla otak. Rangsangan saraf simpatis dan parasimpatis memberikan efek pada pembuluh darah sistemik dan tekanan darah arteri. Pembuluh darah sistemik berkonstriksi bila terdapat rangsangan. Respon relaksasi erat kaitannya dengan *Axis Hypothalamus Pituitary Adrenal (HPA)* jika seseorang dalam keadaan relaksasi, *axis HPS* akan menurunkan kadar kortisol, epineprin dan norepineprin sehingga terjadi penurunan tekanan darah (Ratri, 2024).

Benson dan murottal memiliki efek terhadap aspek fisiologis, psikologis dan spiritual pada manusia. Faktor lingkungan, kepribadian, pendidikan dan budaya sangat mempengaruhi respon individu. Murottal dapat menimbulkan perubahan pada hormone stress. Pada saat murottal didengarkan dan ditangkap oleh serabut sensori kemudian disampaikan ke korteks serebri akan terjadi penurunan aktivitas lobus frontal yang

menyebabkan sekresi hormon kortisol sehingga meningkatkan rasa nyaman dan sensasi menyenangkan karena pasien dapat memfokuskan perhatiannya kepada murottal daripada pikiran-pikiran yang menegangkan (Warsono *et al.*, 2019). Hipertensi merupakan suatu kondisi yang seringkali tidak menunjukkan gejala yang jelas, dengan tekanan darah yang mencapai 140/90 mmHg atau lebih. Salah satu metode pengobatan nonfarmakologis yang dapat dipertimbangkan untuk menurunkan hipertensi adalah terapi relaksasi Benson yang dikombinasikan dengan murottal Al-Quran (Mustika, 2025).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh penulis di ruang Melati Barat RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen pada tanggal 20 Februari 2024 terhadap 10 orang pasien hipertensi, ditemukan bahwa sebagian besar pasien mengalami berbagai keluhan yang berkaitan dengan tekanan darah tinggi. Hasil wawancara dan observasi, diketahui bahwa 6 dari 10 pasien mengeluhkan pusing, 4 pasien mengalami sesak napas ringan, dan 3 pasien melaporkan adanya keluhan nyeri kepala sebelum diberikan terapi obat. Hasil pengukuran tekanan darah menunjukkan bahwa 7 pasien memiliki tekanan darah di atas 140/90 mmHg, sedangkan 3 pasien lainnya memiliki tekanan darah yang relatif lebih stabil, namun tetap dalam kategori hipertensi ringan sebelum diberikan terapi obat. Hasil wawancara dengan 4 orang perawat di ruang melati barat saat ini intervensi untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi masih sebatas tindakan farmakologi atau pemberian obat

sedangkan intervensi non farmakologi seperti kombinasi terapi benson dan terapi murottal Al-Qur'an belum dilakukan.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan ini saat ini kombinasi terapi benson dan murottal Al-Qur'an belum dilakukan, sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian kombinasi terapi benson dan murottal Al-Qur'an menjadi alternatif terapi non-farmakologis yang dapat membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Efektivitas intervensi ini secara lebih mendalam perlu untuk dilakukan dengan melakukan penelitian.

B. Perumusan masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat di rumuskan :
“Apakah ada pengaruh kombinasi terapi benson dan murrotal Al-Quran terhadap tekanan darah penderita hipertensi di RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen?”.

C. Tujuan penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh kombinasi terapi benson dan murrotal Al-Quran terhadap tekanan darah penderita hipertensi di RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan karakteristik responden di RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen berdasarkan usia, lama menderita hipertensi, jenis kelamin, pendidikan dan pekerjaan.

- b. Mendeskripsikan tekanan darah pada penderita hipertensi sebelum dilakukan intervensi kombinasi terapi benson dan murrotal Al-Quran di RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen.
- c. Mendeskripsikan tekanan darah pada penderita hipertensi sesudah dilakukan intervensi kombinasi terapi benson dan murrotal Al-Quran di RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen.
- d. Menganalisis pengaruh kombinasi terapi benson dan murrotal al-quran terhadap tekanan darah penderita hipertensi di RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen.

D. Manfaat penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan literatur khususnya tentang pengaruh kombinasi terapi benson dan murrotal Al-Quran terhadap tekanan darah penderita hipertensi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Responden

Bagi penderita hipertensi dapat dimanfaatkan sebagai salah satu terapi non farmakologi komplementer untuk mengatasi masalah peningkatan tekanan darah dengan menerapkan kombinasi terapi benson dan murrotal Al-Quran.

b. Bagi tempat penelitian

Bagi tempat penelitian dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam menentukan kebijakan tentang intervensi

penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen dengan menerapkan kombinasi terapi benson dan murrotal Al-Quran.

c. Bagi Universitas Sahid Surakarta

Bagi Universitas Sahid Surakarta hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber literatur atau bahan pembelajaran dan referensi bagi yang akan melakukan penelitian lebih lanjut tentang faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat tekanan darah pada penderita hipertensi.

d. Bagi Peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber literatur atau bahan pertimbangan untuk melakukan penelitian lebih lanjut dengan topik yang berhubungan dengan judul penelitian di atas.

e. Bagi peneliti

Bagi peneliti agar memperoleh pengalaman dalam melakukan penelitian dan meningkatkan pemahaman tentang pengaruh kombinasi terapi benson dan murrotal Al-Quran terhadap tekanan darah penderita hipertensi di RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen.

E. Keaslian penelitian

Penelitian tentang pengaruh kombinasi terapi benson dan murrotal Al-Quran terhadap tekanan darah penderita hipertensi di RSUD dr. Soehadi

Prijonegoro Sragen sepengetahuan penulis belum pernah dilakukan, tetapi ada beberapa penelitian yang mendukung penelitian ini :

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Nama	Judul	Metode	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan
1	(Nugroho <i>et al.</i> , 2023)	Aplikasi terapi dzikir untuk menurunkan kecemasan pada pasien hipertensi di ruang penyakit dalam RSUD Kardinah Kota Tegal.	Penelitian ini berjenis <i>Quasy experiment</i> dengan <i>pre test dan post test with control grup design</i> . Dua puluh orang responden terbagi menjadi kelompok perlakuan dan kelompok kontrol dengan masing-masing 10 responden. Alat ukur yang digunakan adalah DASS 42. Analisis data menggunakan <i>pair t test</i> untuk mengetahui perbedaan rerata kecemasan pasien sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok intervensi dan <i>wilcoxon</i> pada kelompok kontrol. Untuk mengetahui signifikansi perbedaan rerata antara kelompok perlakuan dan kontrol menggunakan uji <i>Mann Whitney</i>	Hasil uji statistik menunjukkan ada perbedaan rerata signifikan antara kelompok perlakuan dengan kelompok kontrol, dengan <i>p value</i> : 0,00. Terapi Dzikir Berpengaruh Secara Signifikan Untuk Menurunkan Kecemasan Pasien Hipertensi di Ruang Penyakit dalam RSUD kardinah Kota Tegal.	Persamaan : variabel hipertensi Perbedaan : Jenis penelitian pra eksperimen dengan desain penelitian <i>one group pre-test dan post-test</i> , tempat, waktu, populasi, uji sampel, uji <i>wilcoxon test</i> untuk mengetahui pengaruh kombinasi terapi benson dan murrotal Al-Quran terhadap tekanan darah penderita hipertensi di RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen.
2	(Putri & Nurhidayati , 2022)	Penerapan slow deep breathing dan dzikir terhadap tingkat kecemasan penderita hipertensi pada lansia.	Metode penelitian ini menggunakan desain <i>descriptive study</i> , dimana menggambarkan pengelolaan kasus dalam mengaplikasikan <i>evidence based nursing</i> dengan	Hasil penelitian ini menunjukkan terapi relaksasi slow deep breathing dan dzikir dengan lafadz istighfar efektif untuk dilakukan	Persamaan : variabel dzikir Perbedaan : Jenis penelitian pra eksperimen dengan desain penelitian <i>one group pre-test dan post-test</i> , tempat, waktu,

No	Nama	Judul	Metode	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan
			pendekatan proses asuhan keperawatan yang dilakukan pada 2 responden yang dilakukan terapi relaksasi Slow Deep Breathing dengan dzikir meliputi pengkajian, diagnosa keperawatan, intervensi keperawatan, implementasi dan evaluasi. Subjek studi kasus adalah lansia dengan tingkat kecemasan pada penderita hipertensi. Subjek studi kasus berjumlah 2 orang, didapatkan secara purposive sampling. Instrumen yang digunakan kuesioner GAS (<i>Geriatric Anxiety Scale</i>) terdapat 30 pertanyaan. Data hasil studi disajikan dalam bentuk tabel intervensi rerata penurunan tingkat kecemasan pre dan post terapi slow deep breathing dan dzikir selama 4 hari.	menurunkan tingkat kecemasan pada lansia. Hasil kedua kasus diatas rata-rata tingkat kecemasan responden mengalami penurunan dengan skor 6-7 dengan kategori (kecemasan ringan).	populasi, sampel, uji wilcoxon test untuk mengetahui pengaruh kombinasi terapi benson dan murrotal Al-Quran terhadap tekanan darah penderita hipertensi di RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen
3	(Basuki & Barnawi, 2021)	Pengaruh Senam Hipertensi terhadap Tekanan Darah pada Komunitas Lansia Desa Petir Kecamatan Kalibagor, Banyumas	Penelitian ini merupakan kuantitatif eksperimental dengan memberikan perlakuan senam kepada sampel penelitian. Perubahan tekanan darah diukur dengan	Hasil penelitian menunjukkan bahwa Senam hipertensi memberi pengaruh terhadap penurunan tekanan darah sistolik dibuktikan dengan P value	Persamaan : Variabel tekanan darah Perbedaan : Jenis penelitian pra eksperimen dengan desain penelitian one group pre-test dan post-test, tempat, waktu, populasi,

No	Nama	Judul	Metode	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan
			menggunakan alat <i>Sphygmomanometer</i> air raksa.	sebesar 0,002 dimana P-Value <0,05 pada komunitas lansia perempuan desa Petir kecamatan Kalibagor, Banyumas. Ada pengaruh penurunan tekanan darah diastolik sebelum dan sesudah diberikan <i>treatment</i> selama tiga kali pada lansia perempuan desa Petir kecamatan Kalibagor, Banyumas.	sampel, uji wilcoxon test untuk mengetahui pengaruh kombinasi terapi benson dan murrotal Al-Quran terhadap tekanan darah penderita hipertensi di RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen

