

ANALISIS PRAKTIK KLINIK KEPERAWATAN PASIEN HIPERTENSI DENGAN INTERVENSI INOVASI TERAPI MUROTTAL AL - QUR'AN KOMBINASI DENGAN TERAPI GENGAM JARI PADA WARGA PRA LANSIA DENGAN PENYAKIT DEGERATIF TERHADAP PENCEGAHAN KEJADIAN STROKE DI RT 05 KELURAHAN AIR PUTIH SAMARINDA

Muhammad Iqbal, Bachtiar Safrudin

Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Indonesia

*Corresponding Author:
shiqbal06@gmail.com

Abstract.

Background: There are 25.8% or 65.2 million people with hypertension in Indonesia aged ≥ 18 years (RI Ministry of Health, 2018). One of the triggering factors for stroke that can be modified is hypertension, if this does not get serious attention it will trigger a stroke incidence 6 times higher than patients with a history of other diseases (Miftahul, 2019). Patients with high blood pressure can also experience negative effects, one of which is an increased risk of cardiovascular disease. Objective: This Nurse's Final Scientific Work aims to manage community and family emergency nursing care through innovative interventions of murottal Al-Qur'an therapy combined with finger-holding therapy for residents of RT 05 in the Air Putih subdistrict, Samarinda. Methods: This study uses a descriptive method in the form of a case study that explores the problem of nursing care at the community level. Results: Based on data from the six clients, it can be seen that doing murottal Al-Qur'an therapy in combination with finger grip therapy every day decreases blood pressure by 10 mmHg. Conclusion: Based on the results of the evaluation, there is a more significant decrease in blood pressure in residents who do it regularly and independently. Problem factors in the community access to health services, lack of information related to disease, and the economy.

Keywords: Hypertension Patients, Innovational Intervention of Murottal Al - Qur'an, Al - Qur'an Therapy

PENDAHULUAN

Menjadi tua merupakan siklus kehidupan yang terjadi di dalam kehidupan manusia. Lansia bukan suatu penyakit, namun tahap usia lanjut dari suatu proses kehidupan yang ditandai dengan penurunan kemampuan tubuh untuk beradaptasi dari stress lingkungan. Lansia secara biologis secara terus menerus mengalami proses penuaan yang ditandai dengan menurunnya daya tahan fisik yaitu semakin rentannya terhadap penyakit yang dapat menyebabkan kematian. Lansia erat kaitannya dengan empat penyakit yakni gangguan metabolik hormonal, gangguan persendian, gangguan sirkulasi darah, seperti kelainan pembuluh darah, gangguan pembuluh darah di otak (koroner), ginjal dan hipertensi (Azizah 2018).

Hipertensi merupakan salah satu penyebab utama kematian prematur di dunia. Prevalensi hipertensi menurut estimasi WHO sebesar 22% dari total penduduk dunia. Menurut American Heart Association (AHA), penduduk Amerika berusia diatas 20 tahun menderita hipertensi telah mencapai 74,5 juta jiwa, Sekitar 95% kasus tidak diketahui penyebabnya. Menurut data WHO, 50% hingga 70% pasien tidak mematuhi obat hipertensi yang diresepkan. Kepatuhan yang buruk terhadap pengobatan hipertensi dapat menjadi hambatan untuk mencapai tekanan darah normal (Saputri, 2023)

Penderita hipertensi di Indonesia pada usia ≥ 18 tahun sebesar 25,8% atau 65,2 juta jiwa (Kemenkes RI, 2018.) Provinsi Kalimantan selatan memiliki angka prevalensi tertinggi sebesar 44,13% diikuti Jawa Barat sebesar 39,4% dan Kalimantan Timur 39,3%. Kejadian hipertensi yang tercatat di provinsi Kalimantan Timur pada tahun 2018 didapatkan proporsi sebesar 8.975 jiwa penderita hipertensi, adapun kabupaten kota yang menyumbang penderita terbanyak hipertensi ialah kota Samarinda dengan cakupan sebanyak 2.658 jiwa, Kutai Kartanegara 2.299 jiwa dan Balikpapan 2.000 jiwa, dari pemaparan diatas dapat tarik kesimpulan bahwa cakupan penderita hipertensi di provinsi Kalimantan Timur tinggi (Risksdas, 2018).

Menurunkan risiko komplikasi penyakit hipertensi dapat dilakukan dengan penatalaksanaan non farmakologis salah satunya ialah terapi murotal Al - Qur'an bisa dijadikan sebagai salah satu alternatif untuk mengurangi kecemasan dan stress yang berfungsi untuk mempercepat penurunan tekanan darah. Ketika seseorang sedang mendengarkan lantunan ayat suci Al - Qur'an mempunyai dampak relevan untuk mengurangi suatu ketakutan pada saraf otot refleksif (Irmachatsalihah & Armiyati, 2019). Terapi murotal ini bekerja pada otak, dimana ketika didorong oleh rangsangan dari luar (terapi musik dan Al - Qur'an), maka otak akan memproduksi zat kimia yang disebut neuropeptide. Molekul ini akan menyangkut ke dalam reseptor – reseptor mereka yang ada di dalam tubuh dan akan memberikan umpan balik berupa kenikmatan atau kenyamanan (Aini, Wulandari, & Astuti, 2018).

Salah satu tindakan yang dapat menurunkan tekanan darah selain terapi murottal Al – Qur'an yaitu teknik relaksasi genggam jari. Teknik ini memberikan stimulus atau rangsangan pada titik-titik tubuh dengan menggunakan jari-jari tangan yang bertujuan untuk mempengaruhi organ tubuh tertentu dengan mengaktifkan aliran energi tubuh dan sirkulasi darah menjadi lancar. Teknik relaksasi genggam jari mudah dilakukan, tidak beresiko, tidak membutuhkan biaya, dapat dilakukan secara mandiri, bisa dilakukan kapan saja, dimana saja dan siapa saja (Dewi, 2018).

Penelitian yang telah dilakukan (Agustin et al., 2019) menyatakan sesuai dengan jurnal yaitu Pengaruh Terapi Relaksasi Genggam Jari Dan Nafas Dalam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kartasura didapatkan hasil sebagian besar responden memiliki tekanan darah sistolik 140-145 dan diastolik 90-95 mmHg. Sesudah diberikan terapi genggam jari dan nafas dalam pada penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas Kartasura sebagian besar responden memiliki tekanan darah sistolik turun menjadi stadium I yaitu 130-135 dan diastolik 80-85 mmHg.

METODE PENELITIAN

Pendekatan keperawatan yang komprehensif dilakukan kepada 6 pasien binaan dengan keluhan hipertensi yaitu Tn. RE 64 tahun, Ny. P 60 tahun, Tn. AN 65 tahun, Tn. AD 70 tahun, Ny. A 60 Tahun, dan Ny. Z 62 tahun tinggal di daerah pemukiman penduduk lingkungan RT 05 kelurahan Air Putih. Dilakukan pengkajian dengan metode *Windshield Survey* yang mencantumkan biodata dan kondisi lingkungan hidup pasien yang ditinggali. Daerah tempat tinggal penduduk termasuk area yang padat dengan bangunan semi permanen yang menjadi tipe bangunan utama. Kondisi lingkungan dan sanitasi sekitar tempat tinggal penduduk kurang terjaga, banyak terdapat sampah di sekitar lingkungan rumah, serta terdapat banyak sekali sampah seperti puntung rokok dan kaleng minuman di lingkungan rumah penduduk. b. Di daerah tempat tinggal penduduk, terdapat layanan fasilitas kesehatan yang mencakup posyandu untuk ibu dan anak. Sebagai sumber layanan kesehatan pertama, penduduk di daerah tersebut menggunakan puskesmas. Keenam warga binaan jarang menggunakan fasilitas kesehatan, seperti tidak memeriksakan diri secara rutin, hanya berkunjung jika merasakan sakit yang sudah tidak nyaman, akan tetapi untuk mengatasi tekanan darah hanya meminum obat secara mandiri ketika merasa ada gangguan seperti nyeri pada kepala, dan dada berdebar.

Dari data inti komunitas dan pengkajian 8 sub sistem komunitas ditemukan bahwa ke 6 pasien binaan yang berumur dari 60-70 tahun memiliki risiko tinggi terkena hipertensi, pasien binaan juga mengatakan bahwa mereka jarang sekali memeriksakan kesehatan mereka di fasilitas kesehatan dikarenakan keterbatasan dalam transportasi dan hanya bisa memeriksakan kesehatan mereka apabila ada anggota keluarga yang mendampingi mereka ke fasilitas kesehatan. Mereka juga menyatakan

bahwa mereka cenderung mengabaikan tanda dan gejala sakit yang mereka alami dan hanya mengkonsumsi obat-obatan tertentu sambil beristirahat untuk menurunkan gejala sakit yang mereka alami.

Dari hasil pengukuran tekanan darah pada ke 6 pasien binaan menunjukkan hasil sistolik rata-rata pasien berada pada nilai 150-160 dan diastolik berada pada nilai 80-100 mmHg. Dari hasil skoring prioritas diagnosis keperawatan komunitas, di dapatkan hasil masalah utama yang terjadi pada 6 pasien binaan, yaitu: Defisit Kesehatan Komunitas b.d Hambatan akses ke pemberi pelayanan kesehatan (D.0110), Pemeliharaan Kesehatan Tidak Efektif b.d Ketidacukupan sumber daya (D.0003) dan Manajemen Kesehatan Tidak Efektif b.d Kurang terpapar informasi (D. 0116).

Salah satu intervensi inovasi untuk mengatasi hipertensi pasien binaan adalah terapi murottal Al - Qur'an kombinasi dengan Terapi Genggam Jari. Dalam pemberian terapi inovasi, pasien binaan dilakukan penilaian sebelum dan sesudah untuk menemukan hasil penurunan tekanan darah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil interaksi terdapat penurunan tekanan darah pada enam klien tersebut setelah dilakukannya terapi yang dilakukan selama tiga kali pertemuan yang bersifat kontinu, terapi tersebut juga dianjurkan untuk dilakukan secara mandiri, pada Ny. P, Tn. AN, dan Ny. Z merupakan klien yang tiap hari menerapkan terapi tersebut, sedangkan Tn. RE, Tn. AD, Ny. A terkadang terlewat melakukan terapi karena lupa.

Tindakan yang diberikan berupa terapi langsung murottal dan genggam jari serta edukasi yang memandirikan masyarakat binaan sehingga masyarakat nantinya dapat melakukan secara mandiri dan meningkatkan pengetahuan untuk memelihara kesehatan komunitas.

Masalah pemeliharaan kesehatan dan manajemen kesehatan cenderung muncul dikarenakan sumber daya manusia, dalam hal ini ialah individu dari komunitas tersebut yang minim pengetahuan terkait pencegahan penyakit hipertensi. Setelah dilakukan implementasi terapi murottal dan terapi genggam jari menjadi sesuatu kegiatan baru yang menarik perhatian masyarakat binaan sehingga masyarakat lebih aktif dalam kegiatan dan tindakan pencegahan stroke pada lansia dengan hipertensi.

Hipertensi bila tidak ditangani dengan baik dapat menimbulkan masalah lain berupa komplikasi organ jantung, ginjal, otak, mata. Hipertensi juga dapat menimbulkan cacat permanen dan kematian mendadak. Penyakit hipertensi pada lansia memerlukan penanganan tanpa menimbulkan efek samping yang bertujuan untuk mencegah terjadinya morbiditas dan mortalitas serta mempertahankan tekanan darah normal.

Penerapan intervensi memberikan kontribusi terhadap penurunan tekanan darah, hasil evaluasi Pre dan Post terdapat penurunan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang mengatakan respon relaksasi bekerja lebih dominan pada sistem syaraf parasimpatik dan mengendalikan denyut jantung untuk tubuh menjadi rileks, dan pada saat yang bersamaan ketika tubuh menjadi rileks maka akan memperlambat detak jantung dan membuat proses memompa darah ke seluruh tubuh menjadi lebih efektif.

Pemberian terapi murottal Al – Qur'an selama 15 menit dapat memberikan sensasi relaksasi melalui lantunan suara murottal. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan pada tahun 2018 dimana pemberian terapi murottal Al – Qur'an surah Ar – Rahman selama kurang lebih 15 menit mengaktifkan persepsi positif sebagai terapi relaksasi. Saat otak diberikan stimulus berupa suara dan suara berbanding lurus dengan frekuensi natural sel maka sel akan beresonansi kemudian memberikan sinyal kepada kelenjar sehingga mengsekresikan hormon endorphine, kondisi inilah yang membuat tubuh menjadi rileks (Fitria,2018).

KESIMPULAN DAN SARAN

Setelah proses implementasi keperawatan pada 6 pasien binaan dengan diagnosa defisit kesehatan komunitas, evaluasi menunjukkan adanya prognosis yang cukup memuaskan. Tindakan intervensi inovatif berupa terapi murottal kombinasi dengan terapi genggam jari digunakan untuk menurunkan tekanan darah yang terjadi karena efek relaksasi yang dihasilkan dari kedua kombinasi dari terapi

tersebut. 3. Tindakan terapi murottal Al – Qur'an dan terapi genggam jari dapat digunakan sebagai tindakan preventif dalam mencegah kejadian stroke pada lansia yang dilakukan secara langsung dan dilakukan secara mandiri oleh masyarakat binaan di wilayah RT.05, Kelurahan Air Putih, Kota Samarinda berdasarkan pada penurunan tekanan darah pada keenam masyarakat binaan. Berikut ini saran dalam penelitian ini, sebagai berikut:

1. Bagi Masyarakat

Masyarakat dapat memanfaatkan fasilitas kesehatan yang telah ada, aktif dalam kegiatan baik menjadi peserta maupun terlibat menjadi kader dalam pelaksanaan kesehatan, sehingga terjadi timbal balik menuju arah yang pro aktif dan memaksimalkan pencapaian.

2. Bagi Penderita Hipertensi di Komunitas

Penderita hipertensi di komunitas dapat mengambil bagian pada fasilitas kesehatan terutama dalam menggerakkan lingkungan seperti keikutsertaan kader pada posyandu yang berfungsi sebagai pencegahan dan penyuluhan di tingkat lingkungan, serta peningkatan kepatuhan minum obat anti hipertensi dan terapi alternatif dalam mengontrol hipertensi.

REFERENSI

- How high blood pressure can lead to stroke.* www.heart.org. (2023). <https://www.heart.org/en/health-topics/high-blood-pressure/health-threats-from-high-blood-pressure/how-high-blood-pressure-can-lead-to-stroke>
- Apriliani, E., Basri, B., & Mulyadi, E. (2021). Aplikasi Terapi Murottal Al-Quran Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Nagrak Cianjur. *Lentera: Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Keperawatan*, 4(1), 17-27.
- Apriliyani, K. P., Suratini, S. K., & Sudyasih, T. (2021). *Pencegahan Stroke Pada Lansia Dengan Hipertensi: Literature Review* (Doctoral Dissertation, Universitas' Aisyiyah Yogyakarta).
- Astuti, S. P., Aini, D. N., & Wulandari, P. (2018). Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Tekanandarah Pada Pasien Hipertensidi Ruang Cempaka RSUD Dr. H. Soewondo Kendal. *Jurnal Ners Widya Husada*, 3(2).
- Azizah, L. M. R. (2011). Keperawatan Lanjut Usia. *Yogyakarta: Graha Ilmu*, 45.
- Fadhilah, G. N., & Maryatun, M. (2022). Penerapan Terapi Genggam Jari Dan Nafas Dalam Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi. *ASJN (Aisyiyah Surakarta Journal Of Nursing)*, 3(2), 89-95.
- Fadhilah, G. N., & Maryatun, M. (2022). Penerapan Terapi Genggam Jari Dan Nafas Dalam Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi. *ASJN (Aisyiyah Surakarta Journal Of Nursing)*, 3(2), 89-95.
- Fitriyadi, M., & Setyawati, D. (2021). Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Dengan Menggunakan Terapi Murotal. *Holistic Nursing Care Approach*, 1(2), 49-54.
- Hajri, Z., & Suprayitna, M. (2022). Faktor Resiko Terjadinya Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwifery, Environment, Dentist)*, 17(1), 82-88.
- Hakim, A. R., Saputri, R., Zulliati, Z., & Mustaqimah, M. (2023, January). P Peningkatan Pengetahuan Dan Keterampilan Mengedukasi Dari Kader Kesehatan Tentang Penyakit Hipertensi: Peningkatan Pengetahuan Dan Keterampilan Mengedukasi Dari Kader Kesehatan Tentang Penyakit Hipertensi. In *Prosiding Seminar Nasional Masyarakat Tangguh* (Vol. 2, No. 1, Pp. 1-9).
- Hartiningsih, S. N., Nurhayati, P., Oktavianto, E., & Setyorini, A. (2022). Terapi Murottal Berpengaruh Terhadap Tekanan Darah Dan Kecemasan Pada Lansia Penderita Hipertensi. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 4(4), 1129-1134.
- Kemkes RI. (2023). Cara Mengatasi Hipertensi. Direktorat Promosi Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Maryam, R. S., Hartini, T., & Rosidawati, R. (2015). Hubungan Minum Obat Anti Hipertensi Dengan Melakukan Kontrol Tekanan Darah Rutin Pada Lansia. *Jpk: Jurnal Proteksi Kesehatan*, 4(1).

- Oktarosada, D., & Pangestu, N. A. (2021). Pengaruh Terapi MurotAl - Qur'an Surah Ar-Rahman Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Bernung Kabupaten Pesawaran Tahun 2020: Indonesia. *Jurnal Manajemen Pendidikan Islam Al-Idarah*, 6(1), 32-38.
- Pramana, K. D., Okatiranti, O., & Ningrum, T. P. (2016). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kejadian Hipertensi Di Panti Sosial Tresna Werdha Senjarawi Bandung. *Jurnal Keperawatan BSI*, 4(2).
- Ropei, O., & Luthfi, M. (2017). Pengaruh Terapi Psikoreligi Murottal Al-Quran Terhadap Tekanan Darah Pada Klien Dengan Hipertensi. *Jurnal Keperawatan'Aisyiyah*, 4(1), 1-12.
- Suratri, M. A. L., Jovina, T. A., Andayasari, L., Edwin, V. A., & Ayu, G. A. K. (2020). Pengaruh Hipertensi Terhadap Kejadian Penyakit Jaringan Periodontal (Periodontitis) Pada Masyarakat Indonesia (Data Riskesdas 2018). *Buletin Penelitian Kesehatan*, 48(4), 228.
- Susilawati, A. (2019). Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di PSTW Budi Luhur Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 8(2), 145-151.