

# BAB 1 PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang

Menurut *World Health Organization* (WHO) mendefinisikan lansia sebagai individu berusia 60 tahun ke atas, yang mengalami suatu proses dengan *aging process* yang biasa disebut dengan sebutan penuaan. Indonesia saat ini berada dalam fase *Aging Population*, dengan lebih dari 7% penduduk berusia lanjut. Pertumbuhan populasi lansia di Indonesia diprediksi akan terus meningkat pesat, terutama karena angka kematian yang rendah (Paende, 2019).

Pada masa globalisasi ini banyak masyarakat yang kurang peduli dengan kesehatan nya. Di kalangan lansia, penyakit degeneratif yang paling sering terjadi adalah penyakit hipertensi yaitu sebanyak (63,5%) selain diabetes mellitus 57%, masalah gigi 53,6%, penyakit jantung 4,5%. Hipertensi merupakan faktor risiko utama yang mengarah kepada penyakit kardiovaskuler seperti serangan jantung, gagal jantung, stroke dan penyakit ginjal yang mana pada tahun 2016 penyakit jantung iskemik dan stroke menjadi dua penyebab kematian utama di dunia (Amalia & Hendayani, 2022).

Prevalensi hipertensi pada lansia di dunia menurut data *World Health Organization* (WHO) terdapat sebanyak 26,4%, yang kemungkinan angka tersebut akan terus mengalami peningkatan di tahun 2025 menjadi 29,2%. Prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan diagnosis Dokter 638.178 dan hipertensi berdasarkan hasil pengukuran 598.983 (Kemenkes, 2023). Menurut data dari Dinas Kesehatan Provinsi Lampung (2021), ada 661.651 orang di Provinsi Lampung yang menderita hipertensi, Lampung Utara menduduki peringkat ke empat dengan 58.8541 orang yang menderita hipertensi (Hernanda, Ardinata, & Enggani 2023).

Data dari Puskesmas Kotabumi 1 pada tahun 2024 terdapat jumlah penderita hipertensi mencapai 2.456 orang termasuk kedalam penyakit terbanyak dari penyakit lainnya. Hipertensi termasuk urutan ke 5 penyakit terbanyak di Puskesmas Kotabumi 1.

Indrawati dan Andriyati, (2018) menunjukkan hasil penelitian pada lansia yang mengalami hipertensi memiliki gejala, seperti sering terbangun pada malam hari, kesulitan untuk tidur kembali, bangun terlalu awal dipagi hari dan merasa lelah setelah bangun. Kurangnya tidur dapat memicu peningkatan tekanan darah. Gangguan pola tidur tidak hanya menjadi keluhan umum pada individu dengan tekanan darah tinggi, akan tetapi berpotensi memperburuk kondisi hipertensi dan meningkatkan resiko komplikasi kesehatan lainnya. Oleh karena itu, masalah gangguan pola tidur pada lansia harus segera ditangani.

Upaya untuk mengatasi gangguan pola tidur pada lansia hipertensi dapat dilakukan dengan cara melakukan terapi farmakologi dan terapi non farmakologi. Selama ini pelayanan yang diberikan di Puskesmas lebih berfokus pada edukasi mengenai penyakit hipertensi dan pemberian obat sementara ada terapi non farmakologi lain seperti terapi audio murottal Al-Qur'an yang terbukti dapat memberikan manfaat yang signifikan dan dapat menjadi pilihan alternatif yang aman serta efektif bagi pasien untuk mengatasi gangguan pola tidur.

Penggunaan terapi non farmakologi audio murottal Al-Qur'an aman, murah, dan tanpa efek samping terhadap sistem tubuh lansia. Terapi komplementer yang dilakukan oleh Sari & Ramadhani (2022) untuk meningkatkan kualitas tidur adalah terapi audio murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman. Hal ini akan meningkatkan mekanisme relaksasi, mengurangi perasaan takut, cemas, tegang serta memperbaiki sistem kimia tubuh sehingga menurunkan tekanan darah, memperlambat pernafasan dan aktivitas gelombang otak.

Menjaga kualitas tidur agar tetap baik termasuk bagian dari pola hidup yang sehat bagi lansia, kelebihan dari kualitas tidur yang baik yaitu tidur memberi manfaat dalam menjaga kekebalan tubuh lansia yang mulai melemah, tidur yang cukup dapat membantu metabolisme tubuh berjalan dengan baik, tidur juga membantu dan mencegah penurunan fungsi otak lansia (Yahya & Nurrohmah, 2023).

Peran perawat sangatlah penting dalam meningkatkan kualitas tidur pada lansia yang mengalami gangguan pola tidur agar tidak terjadi komplikasi lebih lanjut, salah satunya yaitu pemberi asuhan keperawatan dengan memperhatikan keadaan kebutuhan dasar manusia yang dibutuhkan. Perawat berperan sebagai *care giver* dengan memberikan asuhan keperawatan sebagai upaya menurunkan tekanan darah, salah satunya dengan mengatasi gangguan pola tidur dan meningkatkan kualitas tidur lansia.

Terapi dengan pendekatan spiritual berupa mendengarkan murottal Al-Qur'an diharapkan akan memberikan manfaat dampak positif terhadap regulasi tekanan darah dan kualitas tidur. Oleh karena itu penulis tertarik untuk melakukan studi kasus dengan judul “Penerapan Terapi Audio Murottal Al-Qur'an pada Lansia Hipertensi yang Mengalami Masalah Keperawatan Gangguan Pola Tidur di Wilayah Kerja Puskesmas Kotabumi 1”.

## **B. Rumusan Masalah**

Bagaimana gambaran Penerapan Terapi Audio Murottal Al-qur'an pada Lansia Hipertensi yang Mengalami Masalah Keperawatan Gangguan Pola Tidur di Wilayah Kerja Puskesmas Kotabumi 1?

### **C. Tujuan Studi Kasus**

#### **1. Tujuan Umum**

Memperoleh gambaran umum dalam melakukan penerapan terapi audio murottal Al-Qur'an pada lansia hipertensi yang mengalami masalah keperawatan gangguan pola tidur di Wilayah Kerja Puskesmas Kotabumi 1 Kabupaten Lampung Utara.

#### **2. Tujuan Khusus**

- a. Menggambarkan data pasien lansia hipertensi yang mengalami masalah keperawatan gangguan pola tidur di Wilayah Kerja Puskesmas Kotabumi 1 Kabupaten Lampung Utara.
- b. Melakukan penerapan terapi audio murottal Al- Qur'an pada pasien hipertensi yang mengalami masalah keperawatan gangguan pola tidur di Wilayah Kerja Puskesmas Kotabumi 1 Kabupaten Lampung Utara.
- c. Melakukan evaluasi penerapan terapi audio murottal Al- Qur'an pada pasien hipertensi yang mengalami masalah keperawatan gangguan pola tidur di Wilayah Kerja Puskesmas Kotabumi 1 Kabupaten Lampung Utara.
- d. Menganalisis penerapan terapi audio murottal Al- Qur'an pada pasien hipertensi yang mengalami masalah keperawatan gangguan pola tidur di Wilayah Kerja Puskesmas Kotabumi 1 Kabupaten Lampung Utara.

### **D. Manfaat Studi Kasus**

#### **1. Manfaat Teoritis**

Manfaat hasil studi kasus secara teoritis diharapkan dapat memberikan sumbangan untuk memperbaiki dan mengembangkan kualitas pendidikan ataupun kualitas asuhan keperawatan, khususnya yang berkaitan dengan penerapan terapi audio murottal Al- Qur'an pada pasien lansia hipertensi yang mengalami masalah keperawatan gangguan pola tidur, sebagai kajian Pustaka bagi peneliti yang akan melaksanakan studi kasus dalam bidang yang sama.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Manfaat Bagi Peneliti/Mahasiswa

Hasil dari studi kasus ini diharapkan dapat mengaplikasikan pengetahuan yang didapat dari pengalaman nyata dalam penerapan terapi audio murottal Al- Qur'an pada pasien lansia hipertensi yang mengalami masalah keperawatan gangguan pola tidur serta dapat meningkatkan wawasan dan keterampilan khususnya bagaimana merawat pasien lansia dengan hipertensi yang mengalami masalah keperawatan gangguan pola tidur.

### b. Manfaat Bagi Instansi Terkait (Puskesmas Kotabumi 1)

Hasil dari studi kasus ini dapat memberikan manfaat khususnya menambah referensi bagi perawat/pelaksana dalam merawat pasien lansia hipertensi dengan tindakan terapi audio murottal Al- Qur'an.

### c. Manfaat Bagi Pasien dan Keluarga

Studi kasus ini bermanfaat untuk pasien hipertensi dan keluarga dalam meningkatkan pengetahuan, keterampilan, untuk mengatasi masalah keperawatan gangguan pola tidur sehingga dapat mengendalikan tekanan darah pada pasien hipertensi. Selain itu, memberikan manfaat spiritual bagi pasien dan keluarga dengan meningkatkan ketenangan jiwa, memperkuat iman, serta menciptakan suasana yang penuh harapan dan ketentraman. Selain itu, terapi ini dapat mempererat ikatan keluarga melalui pengalaman spiritual bersama, memberikan dukungan emosional, dan membantu mengurangi stress serta kecemasan, yang akan mendukung proses penyembuhan.