

PENGARUH TERAPI MUROTTAL AL-QUR'AN TERHADAP TINGKAT HIPERTENSI PADA LANSIA DI RW 001 KAMPUNG GURUDUG DESA MEKAR JAYA KABUPATEN TANGERANG

Adinda Intan Safitri¹, Siti Rochmani², Lastri Mei Winarni³

¹Mahasiswi Program Studi S1 Keperawatan Universitas Yatsi Madani

²Dosen Prodi Keperawatan Universitas Yatsi Madani

³Dosen Prodi Kebidanan Universitas Yatsi Madani

Email: intansafitri2802@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Hipertensi merupakan penyakit penyebab kematian kedua setelah stroke dari populasi kematian di Indonesia, Angka kejadian hipertensi mencapai 30% dengan insiden penyakit jantung Hipertensi dapat ditangani dengan dua jenis terapi yaitu farmakologi dan non farmakologi. Peneliti menggunakan terapi yang berkaitan dengan ritual pada agama Islam yakni mendengarkan Al-Qur'an. Terapi murottal dapat meningkatkan penyembuhan dan menurunkannya tekanan darah pada pasien hipertensi. Murottal bisa membaca Al-Qur'an pada kebenaran bacaan Al-Qur'an. Tujuan penelitian: Untuk mengetahui pengaruh terapi murottal Al-Qur'an terhadap tingkat hipertensi pada lansia di RW 001 kampung Gurudug. Metode: penelitian kuantitatif penelitian ini menggunakan desain penelitian pre-eksperimental design rancangan one group pretest-posttest design. Penelitian ini dilakukan dalam seminggu dan melakukan pengukuran tekanan darah yang pertama intervensinya yaitu mendengarkan terapi murottal Al-Qur'an lalu melakukan pengukuran tekanan darah yang kedua. Instrumen data berupa wawancara dengan populasi 87 lansia di RW 001 Kampung Gurudug Desa Mekar Jaya Kabupaten Tangerang. Sample yang berjumlah 64 lansia dengan menggunakan analisa Uji regresi sederhana. Hasil: hasil menunjukkan dengan nilai signifikansi sebesar $0,001 < 0,05$, hal ini menyatakan bahwa adanya pengaruh terapi murottal Al-Qur'an terhadap tingkat hipertensi. Kesimpulan dan saran : maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang nyata antara tekanan darah sebelum dan sesudah terapi murottal Al-Qur'an pada lansia.

Kata kunci : terapi murottal Al-Qur'an, hipertensi, lansia

ABSTRACT

Background: Hypertension is the second leading cause of death after stroke from the death population in Indonesia. The incidence of hypertension reaches 30% with the incidence of heart disease. Hypertension can be treated with two types of therapy, namely pharmacological and non-pharmacological. Researchers use therapy related to rituals in Islam, namely listening to the Qur'an. Murottal therapy can improve healing and lower blood pressure in hypertensive patients. Murottal can read the Qur'an on the truth of reading the Qur'an. The purpose of the study: To determine the effect of murottal Al-Qur'an therapy on the level of hypertension in the elderly in RW 001, Gurudug village. Methods: this research is quantitative research using pre-experimental research design, one group pretest-posttest design. This study was conducted in a week and performed the first blood pressure measurement, the intervention was listening to murottal Al-Qur'an therapy and then taking the second blood pressure measurement. The data instrument is in the form of interviews with a population of 87 elderly people in RW 001 Kampung Gurudug, Mekar Jaya Village, Tangerang Regency. The sample is 64 elderly using simple regression analysis. Results: the results show a significance value of $0.001 < 0.05$, this indicates that there is an effect of murottal Al-Qur'an therapy on the level of hypertension. Conclusions and suggestions: it can be concluded that there is a significant difference between blood pressure before and after murottal Al-Qur'an therapy in the elderly.

Keywords: Al-Qur'an murottal therapy, hypertension, elderly

PENDAHULUAN

Tekanan darah merupakan kekuatan yang dapat diberikan pada darah ke dinding pembuluh darah yang disebabkan oleh tekanan pada dinding arteri saat darah dipompa dari jantung ke jaringan. Besarnya tekanan tergantung pada pembuluh darah dan detak jantung. Tekanan darah tertinggi saat ventrikel berkontraksi (sistolik) dan terendah saat ventrikel berelaksasi (diastolik) (Nur, 2017).

Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah akan dapat menimbulkan gejala yang dapat menetap di organ sasaran, seperti stroke, dan penyakit jantung. Kondisi ini yang disebut tekanan darah tinggi adalah risiko yang paling pertama penyakit pada jantung dan stroke. Tekanan darah tinggi bisa disebut diam karena tidak terlihat tanda dan gejala dari luar. Tekanan darah tinggi memang lambat tapi sangat berbahaya (Annisa, 2017).

Secara umum, tekanan darah tinggi bisa diobati dengan metode farmakologi dan non farmakologi. Secara farmakologi tekanan darah tinggi diobati dengan obat-obatan. Gunakan obat hipertensi modern yaitu obat-obatan golongan diuretik. Sementara itu penduduk lanjut usia diperkirakan akan meningkat sekitar 30-40 juta pada tahun 2020 yaitu 11,2% dari total penduduk Indonesia (Ikbal & Sari, 2021).

Berdasarkan penelitian (Afriyani & Firmansyah, 2021), bahwa didapatkan hasil nilai signifikan terhadap tekanan darah tinggi telah disimpulkan yaitu bahwa mendengarkan murottal Al-Qur'an berpengaruh pada pola tekanan darah dengan pasien hipertensi. Terapi dapat diberikan kepada penderita hipertensi secara umum terdapat dibagi dua jenis yakni pengobatan farmakologis dan pengobatan nonfarmakologis. Terapi nonfarmakologis meliputi penurunan berat badan pada orang gemuk, diet tinggi kalium dan diet kaya kalsium untuk menghentikan tekanan darah tinggi, diet rendah natrium, dan pengurangan konsumsi alkohol. Pengobatan farmakologis menggunakan obat antihipertensi yang dapat dimulai dengan pengobatan (Annisa, 2017).

Terapi nonfarmakologi memiliki efek relaksasi pada tubuh dan dapat menurunkan kadar natrium darah untuk membantu mengontrol tekanan darah. Salah satunya terapi nonfarmakologi yang digunakan untuk menurunkan tekanan darah ialah terapi murottal Al-Qur'an. Cara untuk mengembalikan tekanan darah adalah dengan terapi murottal Al-Qur'an. Terapi murottal dapat meningkatkan penyembuhan dan menurunkannya tekanan darah pada pasien hipertensi. Murottal bisa membaca Al-Qur'an pada kebenaran bacaan Al-Qur'an (Apriliani et al., 2021).

Al-Qur'an adalah pengobatan non-farmakologis dapat melenyapkan stres dan menaiki kesejahteraan pada manusia. Indikator perubahan yaitu depresi, kecemasan, kesedihan berkurang, dan ketenangan pikiran, yang dapat menyembuhkan berbagai penyakit. Mekanisme murottal al-Qur'an yang didalam tubuh dapat mengaktifkan kepada gelombang positif sebagai terapi relaksasi. Ini merangsang relaksasi yang telah dihasilkan oleh Murottal Al Qur'an. Ketika otak dirangsang dalam bentuk suara dengan suara frekuensi alami sel, Dan sel mengalir menjadi aktif memberi sinyal pada kelenjar. Selain itu tubuh melepaskan endorfin, suatu kondisi yang membuat tubuh rileks dan menurunkan tekanan darah (Susilawati, 2019).

METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan oleh peneliti ialah penelitian kuantitatif. Penelitian ini menggunakan desain penelitian pre-eksperimental design rancangan one group pretest-

posttest design. Penelitian ini dilakukan dalam seminggu dan melakukan pengukuran tekanan darah yang pertama intervensinya yaitu mendengarkan terapi murottal Al-Qur'an lalu melakukan pengukuran tekanan darah yang kedua. Populasi penelitian ini ialah seluruh lansia di wilayah kampung Gurudug dengan berjumlah populasi yaitu 87 orang dan didapatkan sampel 64 lansia. Dalam Analisa Univariat ini menggunakan distribusi frekuensi. Pada analisa Bivariat ini menggunakan Uji regresi sederhana. penelitian ini instrumen yang digunakan ialah berupa wawancara kepada responden dan menggunakan pengukuran tekanan darah berupa tensimeter dan stetoskop. Pemeriksaan tekanan darah dilakukan sebelum dan sesudah mendengarkan terapi murottal. Pengukuran tekanan darah dilakukan 2 kali pengukuran dan diambil rata-ratanya, sebagai penetapan responden tekanan darah diukur 5 menit sebelum terapi murottal kemudian 15 menit diberikan terapi murottal setelah dilakukan terapi responden diberikan waktu 5 menit untuk merasakan relaksasi setelah itu melakukan pemeriksaan tekanan darah yang ke dua selama 5 menit sesudah terapi murottal. Kemudian hasilnya dicatat pada lembar hasil pengukuran. Pada perlakuan terapi murottal peneliti menggunakan earphone untuk mendengarkan rekaman murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman selama 15 menit melalui aplikasi Al-Qur'an digital sesuai dengan SOP terapi murottal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 5.2

Distribusi frekuensi Tekanan Darah Sebelum Dilakukan Terapi Pada Lansia Yang Mengalami Hipertensi

TD SEBELUM TERAPI	N	PERSENTASE
BERAT	10	15,6 %
SEDANG	35	54,7 %
RINGAN	19	29,7 %
TOTAL	64	100 %

Berdasarkan tabel diatas didapatkan bahwa tekanan darah sebelum tindakan terapi murottal Al-Qur'an yang memiliki hipertensi berat yaitu 10 orang (15,6%), hipertensi sedang yaitu 35 orang (54,7%), hipertensi ringan yaitu 19 orang (29,7%).

Tabel 5.3

Distribusi frekuensi Tekanan Darah Sesudah Dilakukan Terapi Pada Lansia Yang Mengalami Hipertensi

TD	N	Persentase
SESUDAH TERAPI SEDANG	15	23,4 %
RINGAN	49	76,6 %
TOTAL	64	100 %

Berdasarkan tabel diatas didapatkan bahwa tekanan darah sesudah tindakan terapi murottal Al-Qur'an yang memiliki hipertensi sedang yaitu 15 orang (23,4%), hipertensi ringan yaitu 49 orang (76,6%).

Tabel 5.4

Tabel 5.4 pengaruh terapi murottal terhadap tingkat hipertensi pada lansia

Terapi Murottal	Hipertensi						Jumlah	F	Sig
	Sedang		Ringan		F	%			
Berat	F	%	F	%			F	%	64
Sebelum	10	15,6%	35	54,7%	19	29,7%			
Sesudah	0	0	15	23,4%	49	76,6%			

Diketahui pada tabel 5.4 bahwa nilai Sig. (2-tailed) sebesar $0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang nyata antara tekanan darah sebelum dan sesudah. Berdasarkan analisa bivariate dengan menggunakan Uji regresi sederhana bahwa p-value $0,001 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa H_a terdapat pengaruh dan H_o

tidak ada pengaruh sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara pengaruh terapi murottal Al-Qur'an terhadap tingkat hipertensi pada lansia di RW 001 Kampung Gurudug Desa Mekar Jaya Kabupaten Tangerang. Berdasarkan data yang diperoleh dapat dinyatakan bahwa lansia yang belum melakukan terapi murottal Al-Qur'an dengan lansia yang sudah melakukan terapi murottal Al-Qur'an mengalami penurunan sistol dan diastol.

ISI HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan berdasarkan tabel diatas didapatkan bahwa tekanan darah sebelum tindakan terapi murottal Al-Qur'an yang memiliki hipertensi berat yaitu 10 orang (15,6%), hipertensi sedang yaitu 35 orang (54,7%), hipertensi ringan yaitu 19 orang (29,7%).

hasil analisis didapatkan dari 16 responden terlihat dari nilai mean perbedaan antara sebelum dan sesudah dilakukan terapi adalah 12.188 dengan standar deviasi 3.953. Hasil uji statistik didapatkan nilai 0,000 maka dapat disimpulkan ada pengaruh terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi sebelum dan sesudah dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Kota Jambi Tahun 2019 (Susilawati, 2019).

Penelitian Ernawati, yang menunjukkan hasil rata-rata pengukuran tekanan darah sistol dan diastol pada kelompok eksperimen sesudah diberi perlakuan selama 3 kali sehari selama 7 hari berturut-turut hasilnya lebih baik daripada kelompok kontrol masing-masing adalah 148.88 dan 86.70.8 Pernyataan ini diperkuat oleh penelitian Erlina, dengan hasil penelitiannya dengan tema terapi murottal surat Ar Rahman terhadap perubahan tekanan darah pasien hipertensi yang dilakukan selama 7 hari berturut-turut, menunjukkan hasil yang positif bahwa mendengarkan ayat suci Al-Qur'an memiliki pengaruh yang signifikan dalam menurunkan tekanan darah dengan nilai rata-rata 139.5 dan 89.00.9 (Luluk Rahmawati, Casendar, Dwi, 2020).

Hasil ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Mahatidanar dan Nisa (2017), Skor penurunan tekanan darah sistolik adalah 4,06 mmHg dan tekanan darah diastoliknya 2,54 mmHg yang menunjukkan penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi dengan skor rata-rata sebelum terapi adalah 149/90,8 mmHg, sedangkan skor rata-rata setelah terapi adalah 145,2/86,4mmHg (Wahyuni, Yuwono,GA,Salim MA, 2020).

Penelitian oleh (Susilawati, 2019) didalam jurnalnya berjudul "Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di PSTW Budi Luhur Kota Jambi", didapatkan dengan hasil yaitu pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di PSTW Budi Luhul Kota Jambi. Analisis t-test untuk tekanan darah sistolik menunjukkan p-value $0,000 < (0,05)$ dan t-test untuk tekanan darah diastolik adalah $0,000 < (0,05)$. (Apriliani et al., 2021).

Dari hasil signifikansi klinis berdasarkan hasil perhitungan didapatkan pengaruh yang besar besarnya pengaruh tekanan darah diastolik sebesar 0,013, hal ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Erlina dengan hasil penelitian menunjukkan nilai $\text{mean} \pm \text{SD}$ 149.5 ± 13.945 dengan p nilai=0,000 yang berarti ada perubahan tekanan darah diastolik pada klien hipertensi dari perhitungan effect size adalah 0,007 yang berarti pengaruhnya sangat lemah jika dibandingkan dengan penelitian ini, yaitu 0.013.11(Grenage M, Kulaksizoglu, Cilingiroglu, 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Widyastuti (2015) Pengaruh Terapi Murottal Surat Ar-Rahman Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi dari Posyandu Kenanga di Wilayah UPK Puskesmas Siantan Hulu. Pengujian statistik dengan uji t berpasangan menunjukkan bahwa nilai p-value tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah terapi murottal Surat Ahrahman adalah 0,000, dan dari hasil uji Wilcoxon diperoleh nilai-p untuk tekanan darah diastolik sebelum dan sesudah terapi Surat Ahrahman. Terapi mulotal adalah 0,000. Hasilnya menunjukkan bahwa nilai p untuk tekanan darah sistolik dan diastolik kurang dari 0,05 (Oktarosada & Pangestu, 2020).

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian pengaruh terapi murottal Al-Qur'an terhadap tingkat hipertensi pada lansia di RW 001 Kampung Gurudug Desa Mekar Jaya Kabupaten Tangerang, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut.

1. Berdasarkan hasil penelitian terdapat sebelum terapi murottal dan sesudah terapi murottal dikategorikan hipertensi sedang lebih banyak (54,7%) , dari pada kategori hipertensi berat (15,6%), dan hipertensi ringan yaitu (29,7%).
2. Terdapat pengaruh yang signifikan antara terapi murottal Al-Qur'an terhadap tingkat hipertensi pada lansia di RW 001 Kampung Gurudug Desa Mekar Jaya Kabupaten Tangerang, dengan nilai signifikasinya $0,001 < 0,05$.

1. Bagi lansia

Pada lansia di kampung gurudug Dapat disarankan lansia yang menderita tekanan darah tinggi sebaiknya menggunakan terapi Murottal Al-Qur'an karena dapat menenangkan lansia dan membuat mereka lebih rileks dan menggunakan pengobatan non farmakologis

2. Bagi Universitas Yatsi Madani

Diharapkan sebagai penambahan pengetahuan tentang masalah kesehatan penyakit hipertensi yang sering dialami pada lansia.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Ada kemungkinan bagi peneliti tambahan untuk menggunakan desain studi yang dapat mempengaruhi pelaksanaan eksperimen. Dan penelitian lebih lanjut dengan jumlah sampel yang sangat besar diharapkan dapat mengembangkan penelitian lebih lanjut.

4. Bagi keperawatan

Untuk menambah informasi dalam ilmu keperawatan yang berfokus pada asuhan keperawatan pada pasien hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

Afriyani, R., & Firmansyah, M. R. (2021). *Murottal Surat Ar-Rahman Terhadap Penurunan Tekanan*. 12(23), 84–91.

Annisa, T. (2017). Pengaruh mendengarkan dan membaca al quran terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi di panti sosial tresna werdha mabaji gowa. *Skripsi*, 81–82.

Apriliani, E., Basri, B., & Mulyadi, E. (2021). Aplikasi Terapi Murottal Al-Quran Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Nagrak Cianjur. *Jurnal Lentera*, 4(1), 17–27. <https://doi.org/10.37150/jl.v4i1.1395>

- Ikbal, R. N., & Sari, R. P. (2021). Terapi Murrotal Dalam Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia. *Jurnal Abdidas*, 2(5), 1086–1091.
<https://doi.org/10.31004/abdidas.v2i5.436>
- Luluk Rahmawati, & Dwi Mulianda. (2020). Penerapan Mendengarkan Murottal Q.S. Ar Rahman Terhadap Pola Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Rsud Ungaran. *Jurnal Keperawatan Sisthana*, 5(2), 52–58.
<https://doi.org/10.55606/sisthana.v5i2.68>
- Nur, A. D. (2017). Pengaruh Terapi Murottal Al-Quran terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Ruang Cempaka RSUD dr. H. Soewondo Kendal. *Journal Ners*, 1, 1–10.
- Oktarosada, D., & Pangestu, A. N. (2020). Pengaruh Terapi Murottal Qur ' an Surah Ar - Rahman Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Bernung Kabupaten Pesawaran. *Jurnal Manajemen Pendidikan Islam Al Idarah*, 6, 32–39.
- Sari, D. N., & Pujiastuti, R. S. E. (2021). Murottal Al-Qur'an Therapy with Wet Cupping Therapy on Blood Pressure, in Hypertension Clients. *Journal of Health Science Community*, 2(1), 1–10.
<https://thejhsc.org/index.php/jhsc/article/view/127%0Ahttps://thejhsc.org/index.php/jhsc/article/download/127/8>
- 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), 1–5.
<https://doi.org/10.36565/jabj.v8i2.5>
- Wahyuni, W., Sinatrya, A., Utami, D., & Indarwati, I. (2020). *Effectiveness of Classical Music and Qur 'an Murottal Therapies on Patients With Hypertension in Middle Adulthood for Work Area of Sibela Surakarta Health Center*. 27(ICoSHEET 2019), 347–349. <https://doi.org/10.2991/ahsr.k.200723.088>