



PENERAPAN TERAPI MUROTTAL AR-RAHMAN AYAT 1-7 UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI RSUD KARANGANYAR

Kinasih Atmajaya¹, Ida Nur Imamah², Sutarwi³

Universitas 'Aisyiyah Surakarta^{1,2}

RSUD Karanganyar³

Email Korespondensi: Kinasihatmajaya35@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi didefinisikan sebagai peningkatan tekanan darah sistolik lebih besar atau sama dengan 140 mmHg, dan peningkatan tekanan diastolik lebih besar atau sama dengan 90 mmHg. Terapi murottal dapat mengurangi tekanan darah, nyaman dan tenang dengan lantunan ayat suci Al-Qur'an. Tujuan : Mengetahui hasil implementasi pemberian terapi murottal ar-rahman ayat 1-7 untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi di RSUD Karanganyar. Metode : Penerapan dilakukan dengan metode studi kasus kepada 2 responden, sesuai kriteria inklusi dan eksklusi, instrumen penelitian menggunakan pengukuran tekanan darah dan SOP terapi murottal, selama 3 hari berturut-turut dalam sehari selama 15 menit pada waktu pagi dan siang hari. Hasil : Berdasarkan hasil penerapan yang sudah dilakukan, terdapat penurunan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan penerapan terapi murottal pada 2 responden dengan rata-rata sistolik 30 mmHg dan untuk diastolik 15 mmHg. Kesimpulan : Adanya perbedaan penurunan tekanan darah pada pasien dengan hipertensi sebelum dan sesudah penerapan terapi murottal terhadap tekanan darah pada pasien.

Kata Kunci : *Terapi Murottal, Tekanan Darah, Hipertensi*

ABSTRACT

Hypertension is defined as an increase in systolic blood pressure greater than or equal to 140 mmHg, and an increase in diastolic pressure greater than or equal to 90 mmHg. Murottal therapy can reduce blood pressure, be comfortable and calm with the recitation of the holy Koran. Objective: To find out the results of the implementation of murottal ar-rahman verses 1-7 to reduce blood pressure in hypertensive patients at Karanganyar Hospital. Method: Implementation was carried out using the case study method to 2 respondents, according to the inclusion and exclusion criteria, the research instrument used blood pressure measurements and SOP for murottal therapy, for 3 consecutive days a day for 15 minutes in the morning and afternoon. Results: Based on the results of the application that has been carried out, there was a decrease in blood pressure before and after the application of murottal therapy was carried out in 2 respondents with an average systolic of 30 mmHg and for a diastolic of 15 mmHg. Conclusion: There is a difference in blood pressure reduction in patients with hypertension before and after the application of murottal therapy to blood pressure in patients.

Keywords: *Murottal Therapy, Blood Pressure, Hypertension.*

PENDAHULUAN

Hipertensi jika tidak segera ditangani, bisa menyebabkan munculnya penyakit-penyakit serius yang mengancam nyawa penderita, seperti gagal jantung, gagal ginjal, dan stroke. Hipertensi perlu mendapatkan perhatian khusus dan penanganan yang komprehensif mulai dari usaha preventif, promotif, kuratif, dan rehabilitatif. Penanganan hipertensi yang komprehensif bertujuan untuk menurunkan tekanan darah, meliputi terapi konvensional dan terapi non konvensional. Terapi non konvensional merupakan terapi dengan pemberian obat-obatan yaitu obat anti hipertensi, sedangkan terapi non 3 konvensional merupakan terapi komplementer yang dapat dilakukan dengan bekam, akupunktur, tanaman tradisional, akupresur, dan pijat (massage) (Andiani, 2020).

Prevelensi Hipertensi Menurut WHO dan *the international society hypertension* (ISH), saat ini terdapat 600 juta penderita Hipertensi diseluruh dunia dan 3 juta diantaranya meninggal dunia setiap tahunnya. Prevalensi hipertensi di Indonesia pada kelompok umur 55-64 tahun sebesar 45,9%, umur 65-74 tahun sebesar 57,6% dan umur 75 tahun keatas sebesar 63,8% (Kemenkes, 2019). Prevalensi penduduk di Provinsi Jawa Tengah dengan penderita Hipertensi sebesar 37,57 %. Berdasarkan prevalensi data Hipertensi di Jawa Tengah Kabupaten dengan kasus Hipertensi tertinggi adalah Karanganyar, dibandingkan Jepara 7.208 jiwa, Magelang 6.631 jiwa dan Kabupaten terendah yaitu tegal 1.959 jiwa (Dinkes Jateng, 2019). Berdasarkan prevalensi data Hipertensi di Kabupaten Karanganyar pada tahun 2021 terdapat penderita Hipertensi sebanyak 123.290 jiwa (Dinkes Karanganyar, 2021). Salah satu rumah sakit di Kabupaten Karanganyar yaitu RSUD Karanganyar dengan kasus pasien dengan hipertensi dari bulan April sampai mei 2023 sebanyak 400 jiwa.

Terapi murottal Al-Quran dengan bacaan yang benar dan keteraturan irama akan mampu mendatangkan ketenangan dan meminimalkan kecemasan bagi mereka yang mendengarnya. Terapi ini juga dapat memberi motivasi dan memberi kekuatan untuk menghadapi masalah yang sedang dihadapi sehingga terapi ini dapat menurunkan ketegangan, menstabilkan tekanan darah dan membuat pasien menjadi lebih tenang dalam menghadapi kecemasannya (Zulkahfi, Ilham, & Safitri, 2020)

Hasil penelitian Sukri (2020) disimpulkan bahwa latihan terapi murottal Al-Quran dapat berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan tekanan darah diastolik pada pasien hipertensi. Disarankan kepada pasien hipertensi khususnya yang beragama Islam untuk dapat memanfaatkan terapi murottal Alqur'an sebagai pola hidup untuk mengontrol tekanan darahnya sehingga dapat mencegah komplikasi seperti stroke, gagal jantung, gagal ginjal dan kerusakan pada mata.

Berdasarkan kasus hipertensi di RSUD Karanganyar cukup tinggi yaitu 400 jiwa. Maka peneliti mewawancarai salah satu bangsal di RSUD Karanganyar yaitu dengan kepala ruang Mawar 2 RSUD Karanganyar. Didapatkan hasil bahwa terapi murottal Al-Qur'an untuk menurunkan tekanan darah pada pasien dengan hipertensi belum pernah dilakukan. Pada tanggal 12 Juni 2023 diperoleh jumlah pasien dengan hipertensi adalah 24 pasien. Setelah dilakukan wawancara peneliti kepada pasien hipertensi, semua mengatakan saat ini hanya minum obat anti hipertensi yang didapat dari puskesmas, pasien belum mengetahui terapi lain seperti terapi murottal Al-Qur'an untuk menurunkan tekanan darah.berdasarkan pembahasan diatas, penulis tertarik untuk melakukan pemberian terapi murottal Al-Qur'an selain untuk membantu menurunkan tekanan darah, Ketika penulis memutar surat ar-rahman membuat hati menjadi tenang dan nyaman sehingga penulis mencari jurnal terkait murottal surat ar-rahman dan menemukan peneliti yang mengatakan bahwa murottal ar-rahman dapat memberi motivasi dan memberi kekuatan untuk menghadapi masalah yang sedang dihadapi

sehingga terapi ini dapat menurunkan ketegangan, menstabilkan tekanan darah dan membuat pasien menjadi lebih tenang.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan menggunakan rancangan studi kasus. Pelaksanaan ini dilaksanakan pada tanggal 14 Juni 2023-17 Juni 2023. Lokasi penelitian ini yaitu Ruang Mawar 2 RSUD Karanganyar. Teknik pengumpulan data menggunakan hasil bulan Mei 2023.

HASIL PENELITIAN

Subyek dalam penelitian ini adalah RSUD Karanganyar yang berjumlah 2 responden. Klien Ny.K usia 74 tahun dengan jenis kelamin Perempuan. Kemudian Ny.W usia 57 tahun. Proses penelitian yang dilakukan oleh peneliti yaitu Penerapan Terapi Murottal Ar-Rahman Ayat 1-7 dengan durasi 15 menit. Dilakukan sehari 2 kali selama 3 hari berturut-turut di ruang Mawar 2. Proses penerapan yang dilakukan oleh peneliti yaitu melakukan pengukuran tekanan darah sebelum penerapan, memutar murottal ar-rahman ayat 1-7, selanjutnya melakukan pengukuran tekanan darah setelah diberikan murottal ar-rahman 1-7.

a. Hasil tekanan darah sebelum dilakukan terapi Murottal Surah Ar-Rahman ayat 1-7.

Tabel 4. 1 tekanan darah sebelum dilakukan terapi Murottal Surah Ar-Rahman ayat 1-7.

No.	Nama	Tekanan darah	Keterangan
1.	Ny.K	179/91 mmHg	Hipertensi derajat 2
2.	Ny.W	182/106 mmHg	Hipertensi derajat 3

Berdasarkan tabel 4.1 sebelum dilakukan terapi murottal surah Ar-Rahman ayat 1-7 didapatkan hasil Ny.K tekanan darah 179/91 mmHg termasuk kategori Hipertensi derajat 2 sedangkan Ny. W 182/106 mmHg termasuk kategori Hipertensi derajat 3.

b. Hasil tekanan darah sesudah dilakukan terapi Murottal Surah Ar-Rahman ayat 1-7.

Tabel 4. 2 tekanan darah sesudah dilakukan terapi Murottal Surah Ar-Rahman ayat 1-7.

No.	Nama	Tekanan darah	Keterangan
1.	Ny.K	149/81 mmHg	Hipertensi derajat 1
2.	Ny.W	150/83 mmHg	Hipertensi derajat 1

Berdasarkan tabel 4.2 sesudah dilakukan terapi murottal surah Ar-Rahman ayat 1-7 didapatkan hasil Ny.K tekanan darah 149/81 mmHg termasuk kategori Hipertensi derajat 1 sedangkan Ny. W 150/83 mmHg termasuk kategori Hipertensi derajat 1.

c. Hasil perkembangan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan penerapan terapi Murottal Surah Ar-Rahman ayat 1-7.

Tabel 4. 3 perkembangan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan penerapan terapi Murottal Surah Ar-Rahman ayat 1-7.

No.	Nama	Hari	Sebelum	Keterangan	Sesudah	Keterangan
1.	Ny.K	Ke 1	179/91 mmHg	Hipertensi derajat 2	157/71 mmHg	Hipertensi derajat 1
		Ke 2	160/87 mmHg	Hipertensi derajat 2	152/78 mmHg	Hipertensi derajat 1
		Ke 3	180/89 mmHg	Hipertensi derajat 3	149/81 mmHg	Hipertensi derajat 1

2.	Ny.W	Ke 1	182/106 mmHg	Hipertensi derajat 3	158/83 mmHg	Hipertensi derajat 2
		Ke 2	170/98 mmHg	Hipertensi derajat 2	155/80 mmHg	Hipertensi derajat 1
		Ke 3	170/90 mmHg	Hipertensi derajat 2	150/83 mmHg	Hipertensi derajat 1

Berdasarkan tabel 4.3 pada hari ke 1 didapatkan hasil tekanan darah sebelum penerapan terapi murottal surah Ar-Rahman ayat 1-7 sebesar 179/91 mmHg pada Ny.K dan 182/106 mmHg pada Ny.W sedangkan setelah dilakukan penerapan 157/71 mmHg pada Ny.K dan 158/83 mmHg pada Pasien Ny.W. Pada hari ke 2 didapatkan hasil sebelum dilakukan penerapan sebesar 160/87 mmHg pada Ny.K dan 170/98 mmHg pada Ny.W sedangkan setelah dilakukan penerapan 152/78 mmHg pada Ny.K dan 155/80 mmHg pada Pasien Ny.W. Pada hari ke 3 didapatkan hasil sebelum dilakukan penerapan sebesar 180/90 mmHg pada Ny.K dan 170/90 mmHg pada Ny.W sedangkan setelah dilakukan penerapan 149/81 mmHg pada Ny.K dan 150/83 mmHg pada Pasien Ny.W.

d. Hasil akhir perbandingan dari penerapan terapi Murottal Surah Ar-Rahman ayat 1-7 di RSUD Karanganyar antara 2 responden.

Tabel 4. 4 Hasil akhir perbandingan dari penerapan terapi Murottal Surah Ar-Rahman ayat 1-7

No.	Nama	Hasil pengukuran	Keterangan	Tekanan Darah	Selisih
1.	Ny. K	Sebelum	Hipertensi derajat 2	179/91 mmHg	Terjadi penurunan
		Sesudah	Hipertensi derajat 1	149/81 mmHg	Sistolik 30 dan Diastolik 10
2.	Ny.W	Sebelum	Hipertensi derajat 3	182/106 mmHg	Terjadi penurunan
		Sesudah	Hipertensi derajat 1	150/83 mmHg	Sistolik 32 dan Diastolik 23

Berdasarkan tabel 4.4 dari hasil terapi murottal surah Ar-Rahman ayat 1-7 diperoleh hasil penurunan tekanan darah sistolik maupun diastolik yang dilakukan dalam 3 hari berturut-turut pada Ny.K mengalami penurunan sistolik 30 dan diastolik 10, sedangkan pada Ny.W penurunan sistolik 32 dan diastolik 23. Penurunan tekanan darah yang diperoleh mulai dari hari pertama sampai hari terakhir penerapan pada Ny.K lebih lambat dibandingkan dengan Ny.W dikarenakan Ny.K merasa sedih tidak kunjung sembuh dan pulang sehingga pasien susah tidur yang mengakibatkan tekanan darah meningkat pada hari ke 3 penerapan.

PEMBAHASAN

1. Pengukuran tekanan darah sebelum dilakukan terapi Murottal Surah Ar-Rahman ayat 1-7.

Berdasarkan hasil penerapan terapi Murottal Surah Ar-Rahman ayat 1-7 didapatkan hasil Ny.K tekanan darah 179/91 mmHg termasuk kategori Hipertensi derajat 2 sedangkan Ny.W 182/106 mmHg termasuk kategori Hipertensi derajat 3. Adanya beberapa faktor yang

mempengaruhi besarnya tekanan darah setiap orang berbeda secara umum faktor resiko terjadinya dua antara lain faktor yang dapat dimodifikasi seperti merokok, obesitas, stres dan pola Hidup. Kedua faktor yang tidak dapat dimodifikasi, seperti umur, keturunan dan jenis kelamin (Wahyuni *et.al* 2020).

Pasien Ny.K mengalami hipertensi selama 8 tahun. Hipertensi yang dialami oleh Ny.K adalah hipertensi derajat 2 akan tetapi pasien mengatakan bahwa merasa sedih dan berputus asa karena sudah berobat lama setiap bulan kontrol di rumah sakit. Stres menyebabkan peningkatan aktivitas saraf simpatis dapat memicu peningkatan kerja jantung yang berakibat peningkatan curah jantung. Kelainan pada pembuluh darah berperan terhadap total resistensi perifer. Vasokonstriksi dapat disebabkan peningkatan aktivitas saraf simpatis, gangguan regulasi faktor lokal (nitrit oxide, faktor natriuretik, dan endothelin) yang berperan dalam pengaturan tonus vascular (Ramdani, 2019).

Pasien Ny.W mengalami hipertensi selama 6 tahun. Hipertensi yang dialami oleh Ny.W adalah hipertensi derajat 3 yang disebabkan oleh pola hidup. Ny.W mengatakan bahwa jarang kontrol rutin karena malas untuk mengantri. Pasien mengatakan pola makan yang tidak pernah diatur. pasien hipertensi diperlukan adanya kepatuhan perawatan diri mereka untuk meningkatkan derajat kesehatan. Perawatan diri hipertensi meliputi diet rendah garam, mengurangi konsumsi alkohol, tidak merokok, olahraga atau latihan fisik, dan konsumsi obat hipertensi. Salah satu komponen yang mempengaruhi perawatan diri pasien hipertensi yaitu self efficacy. Penderita hipertensi yang memiliki self efficacy baik dapat menghasilkan manfaat dalam penanganan hipertensi contohnya kepatuhan dalam mengkonsumsi obat anti hipertensi (Situmorang, 2019)

Penelitian ini sejalan dengan setiyawan (2021) mendengarkan murotal melalui Mp3 yang dilantunkan dengan headphone menutup seluruh telinga, kemudian responden tidur berbaring rileks mata terpejam mendengarkan lantunan ayat suci selama 15 menit selama 3 hari setelah sebelumnya minum obat amlodipin 10 mg jeda waktu 2 jam dan tekanan darah diukur sebelum dan sesudahnya dan mendapatkan hasil penurunan tekanan darah sistolik 56 mmHg dan diastolik 36 mmHg. Simpulan studi ini adalah terapi murotal dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi

Teori tersebut menunjukkan kesesuaian dengan fakta yang diperoleh saat pengkajian pada kedua responden Ny. K hipertensi yang dialami terjadi karena factor usia dan stres, Sedangkan pada Ny. W kondisi hipertensi dialami terjadi karena pola hidup yang tidak sehat dan tidak patuh sehingga kedua responden mengalami peningkatan pada tekanan darahnya.

Sebelum dilakukan terapi murotal ar-rahman 2 responden mengeluhkan pusing dan susah tidur.

2. Pengukuran tekanan darah sesudah dilakukan terapi Murottal Surah Ar-Rahman ayat 1-7.

Berdasarkan hasil penerapan terapi Murottal Surah Ar-Rahman ayat 1-7 didapatkan hasil Ny.K tekanan darah 149/81 mmHg termasuk kategori Hipertensi derajat 1 sedangkan Ny. W 150/83 mmHg termasuk kategori Hipertensi derajat 1. Lantunan Al Quran secara fisik mengandung unsur suara manusia yang merupakan instrumen penyembuh dan memiliki manfaat yaitu mengalihkan rasa takut, cemas, tegang dan menurunkan tekanan darah (Susilawati, 2019).

Penelitian ini sejalan dengan fitriyadi (2021) Terapi murotal Al Quran merupakan terapi bacaan Al Quran yang merupakan terapi religi dimana seseorang dibacakan ayat-ayat Al Quran selama beberapa menit atau jam sehingga memberikan dampak positif bagi tubuh seseorang. Penelitian ini sejalan dengan Yanto *et al.*, (2020) bahwa Terapi murotal Al Qur'an adalah terapi bacaan Al Qur'an yang merupakan terapi religi dimana seseorang dibacakan ayat-ayat Al Qur'an selama beberapa menit atau jam sehingga memberikan dampak positif bagi tubuh seseorang. Adapun pengaruh terapi pembacaan Al Qur'an berupa adanya perubahan-perubahan

arus listrik di otot, perubahan sirkulasi darah, perubahan detak jantung, dan kadar darah pada kulit. Perubahan tersebut menunjukkan adanya relaksasi atau penurunan ketegangan urat saraf reflektif yang mengakibatkan terjadinya pelonggaran pembuluh nadi dan penambahan kadar darah dalam kulit, diiringi dengan penurunan frekuensi detak jantung. Terapi murottal ini bekerja pada otak, dimana ketika didorong oleh rangsangan dari luar (terapi murottal Al Qur'an), maka otak akan memproduksi zat kimia yang disebut neuropeptide. Molekul ini akan menyangkutkan ke dalam reseptorreseptor mereka yang ada di dalam tubuh dan akan memberikan umpan balik berupa kenikmatan atau kenyamanan. Dukungan empati perawat juga merupakan salah satu faktor yang mampu meningkatkan kepuasan pasien.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Erlina, 2019) Hasil penelitian didapatkan ada perbedaan sebelum dan sesudah pemberian terapi murottal surat Ar-Rahman terhadap perubahan tekanan darah sistol pada pasien hipertensi ($p\text{-value} = 0.000$) dan ada perbedaan sebelum dan sesudah pemberian terapi murottal surat Ar-Rahman terhadap perubahan tekanan darah diastol pada pasien hipertensi ($p\text{-value} = 0.019$). Diharapkan perawat mengevaluasi dan monitoring terhadap pelaksanaan tersebut sangat penting untuk melihat efek membaca dan mendengarkan Al-quran terhadap penurunan tekanan darah.

Pasien mengatakan belum pernah melakukan terapi murottal ar-rahman setelah diberikan terapi pasien yang dilakukan dengan cara mendengarkan lantunan ar-rahman ayat 1-7 menggunakan handset ditelinga selama 15 menit ini sangat berpengaruh terhadap 2 responden terhadap penurunan derajat hipertensi. Setelah dilakukan penerapan terapi kepada 2 respon mengatakan bahwa merasa tenang dan rileks, dengan lantunan ar-rahman ayat 1-7 membuat pusing berkurang.

3. Perkembangan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan penerapan terapi Murottal Surah Ar-Rahman ayat 1-7.

Berdasarkan hasil penerapan terapi Murottal Surah Ar-Rahman ayat 1-7 didapatkan hasil tekanan darah sebelum penerapan terapi murottal surat Ar-Rahman ayat 1-7 sebesar 179/91 mmHg pada Ny.K dan 182/106 mmHg pada Ny.W sedangkan setelah dilakukan penerapan 157/71 mmHg pada Ny.K dan 158/83 mmHg pada Pasien Ny.W. Pada hari ke 2 didapatkan hasil sebelum dilakukan penerapan sebesar 160/87 mmHg pada Ny.K dan 170/98 mmHg pada Ny.W sedangkan setelah dilakukan penerapan 152/78 mmHg pada Ny.K dan 155/80 mmHg pada Pasien Ny.W. Pada hari ke 3 didapatkan hasil sebelum dilakukan penerapan sebesar 180/90 mmHg pada Ny.K dan 170/90 mmHg pada Ny.W sedangkan setelah dilakukan penerapan 149/81 mmHg pada Ny.K dan 150/83 mmHg pada Pasien Ny.W.

Hasil penlitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Narasari (2021) diperoleh hasil pemberian terapi murottal Al-Qur'an : Ar-Rahman dengan irama nahawand dapat mempengaruhi tekanan darah. Besarnya pengaruh terapi murottal surat ar-rahman terhadap perubahan tekanan darah dapat diketahui dari nilai R Square sebesar 0,075 untuk teknan darah sistolik sebelum dan sesudah terapi murottal surat ar-rahman, yang berarti pengaruh terapi terapi murottal surat ar-rahman terhadap perubahan tekanan darah sebesar 7,5%. Adapun untuk tekanan diastolik sebelum dan sesudah terapi murottal surat ar-rahman nilai R Square sebesar 0,327, yang berarti pengaruh terapi murottal surat ar-rahman terhadap perubahan tekanan darah sebesar 32,7%.

Terapi murottal surat Ar-rahman memberikan pengaruh berupa adanya perubahan-perubahan arus listrik di otot, perubahan sirkulasi darah, perubahan detak jantung, dan kadar darah pada kulit. Perubahan tersebut menunjukan adanya relaksasi atau penurunan ketegangan urat saraf reflektif yang mengakibatkan terjadinya pelonggaran pembuluh nadi dan penambahan kadar darah dalam kulit, diiringi dengan penurunan frekuensi detak jantung. Terapi murottal bekerja pada otak, yaitu memberikan rangsangan pada otak untuk memproduksi zat kimia yang disebut neuropeptide. Molekul ini akan menyangkutkan ke dalam reseptor-

reseptor mereka yang ada di dalam tubuh dan akan memberikan umpan balik berupa kenikmatan atau kenyamanan, perasaan nyaman dan rileks, kondisi ini akan memperlambat denyut jantung dan menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi (Amelia *et.al.*, 2022).

4. Perbandingan hasil akhir dari penerapan terapi Murottal Surah Ar-Rahman ayat 1-7 di RSUD Karanganyar antara 2 responden.

Berdasarkan hasil penerapan terapi Murottal Surah Ar-Rahman ayat 1-7 didapatkan hasil penurunan tekanan darah sistolik maupun diastolik yang dilakukan dalam 3 hari berturut-turut pada Ny.K mengalami penurunan sistolik 30 dan diastolik 10, sedangkan pada Ny.W penurunan sistolik 32 dan diastolik 23. Penurunan tekanan darah yang diperoleh mulai dari hari pertama sampai hari terakhir penerapan pada Ny.K lebih lambat dibandingkan dengan Ny.W dikarenakan Ny.K merasa sedih tidak kunjung sembuh dan pulang sehingga pasien susah tidur yang mengakibatkan tekanan darah meningkat pada hari ke 3 penerapan.

Penatalaksanaan untuk menurunkan tekanan darah salah satunya yaitu dapat dilakukan dengan memperdengarkan lantunan surat Al-Qur'an yaitu surah ar-rahman. Terapi murottal surah ar-rahman dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi melalui diturunkannya hormon-hormon stres dan diaktifkannya hormon endorphen, dialihkan perhatian dari rasa takut, cemas dan tegang, sehingga menimbulkan perasaan rileks yang dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Terapi murottal surah ar-rahman berpengaruh dalam memperbaiki sistem biokimiawi tubuh yaitu menurunkan tekanan darah serta memperlambat pernafasan, detak jantung, denyut nadi dan aktivitas gelombang otak. Pemberian terapi murottal surah ar-rahman baik kepada mereka yang berbahasa Arab maupun bukan, dapat merasakan perubahan fisiologis yang sangat besar. Indikator perubahan fisiologis ditunjukkan dengan menurunnya tingkat depresi, kecemasan, dan kesedihan dengan diakhiri adanya ketenangan jiwa sehingga dapat menurunkan tekanan darah. mendengarkan Al-Qur'an akan memberikan perubahan arus listrik diotot, perubahan sirkulasi darah, perubahan detak jantung, dan perubahan kadar darah pada kulit. Mendengarkan murottal surah ar-rahman selama ± 15 menit sebanyak 2 kali sehari selama 3 hari terbukti efektif menurunkan tekanan darah sistol dan diastol dengan signifikan (Aida dan Imam, 2021).

SIMPULAN

Hasil penelitian yang dilakukan oleh penulis pada Ny.K dan Ny.W dengan penerapan terapi murottal Al-Qur'an surat Ar-Rahman ayat 1-7 terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi RSUD Kab. Karanganyar dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Tekanan darah sebelum dilakukan terapi murottal surah Ar-rahman ayat 1-7 pasien Ny.K termasuk kategori hipertensi derajat 2 dan Ny.W termasuk kategori hipertensi derajat 3.
2. Tekanan darah setelah dilakukan terapi murottal surah Ar-rahman ayat 1-7 kedua responden termasuk kategori hipertensi derajat 1
3. Terdapat penurunan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan penerapan terapi murottal surah Ar-rahman ayat 1-7 pada pasien Ny.K dari derajat 2 menjadi derajat 1, sedangkan pada pasien Ny.W dari derajat 3 menjadi derajat 1.
4. Adanya perbedaan penurunan tekanan darah pada kedua responden setelah dilakukan intervensi terapi murottal surah Ar-rahman ayat 1-7 selama tiga hari berturut-turut dimana penurunan tekanan darah pada Ny.K lebih lambat dibandingkan pada Ny.W.

SARAN

Berdasarkan Analisa dan kesimpulan peneliti, maka peneliti menyampaikan beberapa saran diantaranya :

1. Saran bagi mahasiswa.

Diharapkan sebagai acuan dan gambaran untuk profesi keperawatan dalam pemberian asuhan keperawatan medical bedah 1 terutama dengan kasus Hipertensi dengan terapi Murottal Surah Ar-Rahman ayat 1-7.

2. Saran bagi Institusi

Diharapkan dapat digunakan sebagai bahan bacaan dan referensi yang dapat membantu proses pembelajaran serta menambah wawasan tentang pengaruh terapi Murottal Surah Ar-Rahman ayat 1-7 terhadap penurunan tekanan darah pada pasien dengan Hipertensi.

3. Saran bagi Pasien

Diharapkan pasien mampu menerapkan terapi Murottal Surah Ar-Rahman ayat 1-7 ini apabila terjadi masalah tekanan darah tinggi sehingga dapat menurunkan tekanan darah.

4. Saran bagi Rumah Sakit

Diharapkan dapat menjadi acuan bagi perawat di RSUD Karanganyar dalam melaksanakan asuhan keperawatan dalam mengatasi masalah tekanan darah tinggi yang berbasis non farmakologi.

DAFTAR PUSTAKA

- Ainurrafiq, A., Risnah, R., & Ulfa Azhar, M. (2019). Terapi Non Farmakologi dalam Pengendalian Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi: Systematic Review. MPPKI (Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia): The Indonesian Journal of Health Promotion
- Andiani, D. N. 2020. Nilai Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Di Rsud Kesehatan Kerja Provinsi Jawa Barat Tahun 2020. Skripsi. Universitas Bhakti Kencana. Bandung
- Amelia, S., Kartika, I. R., & Apriliani, Y. (2022). Efektifitas Terapi Musik Klasik dan Murotal Al-Quran terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi. *Media Karya Kesehatan*, 5(1).
- Anggoro. S. (2023). Edukasi Pentingnya Senam Ergonomis untuk Hipertensi Lansia. *Perawat Mengabdikan (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*. 2 (1): 21-28.
- 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).
- 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).
- Budiyanto. D., Agustinaa. W., Susantia. N. (2023). Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Hipertensi Di Dusun Danurojo Desa Gondoruso Kabupaten Lumajang. *Profesional Health Journal*. 4(2): 148-157.
- Fitriyadi, M., & Setyawati, D. (2021). Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Dengan Menggunakan Terapi Murotal. *Holistic Nursing Care Approach*, 1(2), 49-54.
- Fitriyadi. M., Setyawati. D. (2021). Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Dengan Menggunakan Terapi Murotal. *Holistic Nursing Care Approach*. 50-54.
- Harnawati, R. A., & Nisa, J. (2023). Manajemen Pencegahan Hipertensi dengan Pemanfaatan Pemeriksaan Tekanan Darah pada Lansia. *Jurnal Surya Masyarakat*, 5(2), 261-263.
- Hastuti, A. P., & Mufarokhah, H. (2019). Pengaruh health coaching berbasis teori health belief model terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. *Journal of Islamic Medicine*, 3(2), 1-8.

- Iryani, E. S., & Firdaus, R. (2023). The Effect of Al-Quran Murottal Therapy on Pain and Anxiety Scores in Preoperative Patients in Inpatient Rooms. *Formosa Journal of Science and Technology*, 2(5), 1263-1284.
- Manurung, N. (2018). Keperawatan Medikal Bedah, Konsep, Mind Mapping dan Nanda Nic Noc. Cv. Trans Info Media.
- Mubarok, A. S., & Daryani, L. N. (2023). Pengabdian Masyarakat: Aksi Cegah Penderita Hipertensi Di Dusun Jeruk Arum Rt 01/Rw 06 Kelurahan Kemuning, Kecamatan Ngargoyoso, Kabupaten Karanganyar, Provinsi Jawa Tengah. *Jurnal Pengabdian Komunitas*, 2(01), 64-70.
- 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.
- Rachmawati, A. S., & Baehaki, I. (2021). Pengaruh Terapi Murottal Surah Ar-Rahman Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien. *Healthcare Nursing Journal*, 3(2), 132-135.
- Rahmawati, L., & Mulianda, D. (2020). Penerapan Mendengarkan Murottal Qs Ar Rahman Terhadap Pola Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Rsud Ungaran: The Application Of Qs Ar Rahman Murottal Therapy In The Blood Pressure Pattern Of Patients With Hypertension In Rsud Ungaran. *Jurnal Keperawatan Sisthana*, 5(2), 52-58.
- Rahmayani, S. T. (2019). Faktor-faktor risiko kejadian hipertensi primer pada usia 20-55 tahun di poliklinik penyakit dalam RSUD 45 Kuningan. 45(45), 95–98.
- Ramdani., Erlina. (2019). Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Hipertensi Di Dusun Danurojo Desa Gondoruso Kabupaten Lumajang. *PROFESIONAL HEALTH JOURNAL*, 4(2), 148-157.
- Setiawan. (2021). Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Dengan Menggunakan Terapi Murotal. *Holistic Nursing Care*. 5(2), 50.
- Silvitasari, I. (2020). Menurunkan Tekanan Darah dengan Terapi Murotal Al-Quran pada Pasien Hipertensi Dewasa di Wilayah Kerja Puskesmas Bendosari. *Profesi (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian*, 18(2), 124-131.
- Suling, F. R.W. (2018). BUKU REFERENSI HIPERTENSI. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia.
- Sumartini, N. P., Zulkifli, Z., & Adhitya, M. A. P. (2019). Pengaruh Senam Hipertensi Lansia Terhadap Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Cakranegara Kelurahan Turida Tahun 2019. *Jurnal Keperawatan Terpadu (Integrated Nursing Journal)*, 1(2), 47. <https://doi.org/10.32807/jkt.v1i2.37>
- 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.
- WHO. (2019). Ageing. https://www.who.int/health-topics/ageing#tab=tab_1. Diakses pada tanggal 20 Juni 2023 pukul 16.00
- WHO. (2021). Hypertension. <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/hypertension#:~:text=Hypertension is diagnosed if%2C when,days is ≥90 mmHg>. Diakses pada tanggal 18 Juni 2023 pukul 16.00.
- William. (2022). Anatomi, Pembuluh Darah. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK470401/>. Diakses pada tanggal 07 Agustus 2023 pukul 09.54