

EFEKTIFITAS PENERAPAN TERAPI MENDENGARKAN MURROTAL TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI PERUMAHAN KELAPA GADING DUSUN II KERAMAT SAKTI

Dwi Elka Fitri⁽¹⁾, Awaliyah Ulfah Ayudytha⁽²⁾, Aulya Akbar⁽³⁾, Diana Zulfana⁽⁴⁾

⁽¹⁾STIKes Pekanbaru Medical Center ; nersiwiek@gmail.com

⁽²⁾STIKes Pekanbaru Medical Center ; ditarhman@gmail.com

⁽³⁾STIKes Pekanbaru Medical Center ; aulya.akbar28@gmail.com

⁽⁴⁾STIKes Pekanbaru Medical Center ; dianazulfana8@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Hipertensi adalah keadaan seseorang yang mengalami peningkatan tekanan darah diatas normal yaitu sama dengan atau lebih dari 140/90 mmHg. Penatalaksanaan hipertensi dibagi menjadi dua bagian yaitu farmakologis dan non farmakologis. Penatalaksanaan non farmakologi salah satunya adalah terapi murottal Qur'an. Suara yang dihasilkan dalam terapi murottal Qur'an dapat membuat perasaan rileks dan mempengaruhi tekanan darah pada hipertensi. Surah Al-Qur'an yang digunakan dalam penelitian ini adalah surah Ar-Rahman. **Metode** : penerapan ini melibatkan 5 orang subjek dengan kriteria Bersedia menjadi responden, beragama islam , laki laki maupun perempuan, usia dewasa tua (35-45 tahun), tidak memiliki gangguan pendengaran, dan hipertensi primer dengan tekanan darah sistolik > 140 mmHg dan tekanan darah diastolik > 90 mmHg. **Tujuan Penelitian** : Untuk mengetahui Terapi Mendengarkan Murrotal dapat menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. **Pembahasan** : Penerapan terapi murottal Qur'an terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi dapat terjadi karena suara yang dihasilkan dalam bacaan Al Qur'an. **Kesimpulan** : Berdasarkan hasil penerapan terapi murottal Qur'an terhadap penurunan tekanan darah pada penderita Hipertensi penulis mengambil kesimpulan adanya perubahan penurunan tekanan darah terapi murrotal terhadap 5 penderita hipertensi, yang di lakukan selama 7 hari di perumahan kelapa gading dusun keramat sakti II, Kubang Jaya.

Kata kunci : Hipertensi, Terapi Murrotal, Tekanan Darah

ABSTRACT

Background: Hypertension is the condition of a person who experiences an increase in blood pressure above normal, namely equal to or more than 140/90 mmHg. Management of hypertension is divided into two parts, namely pharmacological and non-pharmacological. One of the non-pharmacological treatments is murottal Qur'an therapy. The sound produced in murottal Qur'an therapy can make you feel relaxed and affect blood pressure in hypertension. The Qur'anic surah used in this research is the Ar-Rahman surah. **Method:** This application involved 5 subjects with the criteria of being willing to be respondents, Muslim, male and female, older adults (35-45 years), no hearing loss, and primary hypertension with systolic blood pressure > 140 mmHg and blood pressure diastolic > 90 mmHg. **Research Objective:** What is the Effectiveness of the Application of Murrotal Listening Therapy on Blood Pressure in Hypertension Sufferers. **Discussion:** The application of murottal Qur'an therapy to blood pressure in hypertension sufferers can occur because of the sounds produced when reading the Qur'an. **Conclusion:** Based on the results of the application of Murrotal Qur'an therapy to reduce blood pressure in hypertension sufferers, the author concluded that there was a change in blood pressure reduction of Murrotal therapy in 5 hypertension sufferers, which was carried out for 7 days in the Kelapa Gading housing complex, Keramat Sakti II village, Kubang Jaya.

Keywords : Hypertension, Murrotal Therapy, Blood Pressure

PENDAHULUAN

Prevalensi menurut *World Health Organization*, hampir 1 milyar orang diseluruh dunia memiliki tekanan darah tinggi Hipertensi adalah salah satu penyebab utama kematian dini diseluruh dunia. Hipertensi membunuh hampir 8 milyar orang setiap tahun di dunia dan hampir 1,5 juta orang setiap tahunnya di kawasan Asia Timur-Selatan. Menurut American Heart Assosiation, penduduk Amerika yang berusia diatas 20 tahun menderita hipertensi sebanyak 74,5 juta jiwa, namun hampir sekitar 90-95% kasus tidak diketahui penyebabnya (Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI, 2014).

Kematian terjadi akibat dari dampak hipertensi itu sendiri atau penyakit lain yang diawali oleh hipertensi. Oleh sebab itu, penderita berusaha melakukan kepatuhan mendisiplinkan diri terhadap makanan maupun gaya hidupnya. Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan utama setiap negara. Penderita hipertensi sudah mencapai seperempat jumlah populasi penduduk dunia data *World Health Organization (WHO)* dan The International Society of Hipertensi memuat saat ini terdapat 600 juta. penderita hipertensi di seluruh dunia. Penatalaksanaan hipertensi dapat dibagi menjadi dua bagian yaitu farmakologis dan non farmakologis. Untuk terapi non farmakologis biasanya penderita dianjurkan untuk mengubah pola hidup sehat dengan cara mengatur pola makan serta olahraga (Septianingsih, Dea Gita 2018).

Prevalensi hipertensi yang berusia diatas 18 tahun di Indonesia mencapai 34,1 %. Membaca AlQuran merupakan salah satu bentuk dzikir yang memberikan manfaat positif bagi tubuh. Dunia kesehatan dan banyak para ilmuwan baik muslim maupun non muslim yang akhirnya menemukan banyak manfaat yang didapat bagi tubuh

setelah melakukan suatu ibadah seperti sholat, puasa, dzikir, membaca Al-Quran, dan lain-lain (Lukito, 2018).

Berdasarkan hasil pengumpulan data di wilayah kerja perumahan kelapa gading dusun keramat sakti II, Kubang Jaya di dapatkan dari hasil wawancara terhadap beberapa warga mengalami hipertensi dan mengatakan tekanan darahnya sering tinggi, kepala sering sakit, dan pusing. Sehubungan dengan hal tersebut, maka peneliti melakukan penelitian dengan judul "Penerapan Terapi Mendengarkan Murrotal Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi

GAMBARAN KASUS

Berdasarkan data yang didapatkan penderita hipertensi di Perumahan Kelapa Gading Dusun II Keramat Sakti yaitu 5 pasien. Hasil pengkajian yang dilakukan tanggal 6 Juli 2023 pada data subjektif pasien mengatakan Ny.E mengeluh sering merasa pusing beraktivitas, Ny.W mengeluh sering merasa pusing, Ny.Y mengeluh sering merasa tengkuk berat dan sering pusing, Ny.S mengeluh sering mengkonsumsi makanan asin dan sering pusing, Tn.A mengeluh pusing dan tengkuk berat, klien juga sering mengkonsumsi makanan asin seperti ikan asin. Data Objektif pasien adalah Ny.E adalah P : adanya tekanan darah yang tinggi, Q : seperti ditusuk-tusuk, R : sering merasa pusing, S : skala 5, T : saat beraktifitas, TD : 157/100, N : 88, RR: 20, S : 35,8, Ny.W adalah P : adanya tekanan darah yang tinggi, Q : seperti ditusuk-tusuk, R : sering merasa pusing, S : skala 6, T : hilang timbul, TD : 162/102, N : 87, RR : 20, S : 35,8, Ny.Y adalah Klien tampak lemah, P : adanya tekanan darah yang tinggi, Q : seperti ditusuk-tusuk, R : pundak terasa berat dan pusing, S : skala 5, T : saat hilang timbul, TD : 151/113, N : 89, RR : 20, S : 36,1, Ny.S adalah Klien tampak kliyengan, P : adanya tekanan darah yang tinggi, Q :

seperti ditusuk-tusuk, R : sering merasa pusing, S : skala 7, T : kadang-kadang, TD : 174/112, N : 90, RR : 20, S : 36, 1, Tn.A adalah P : adanya tekanan darah yang tinggi, Q : seperti ditusuk-tusuk, R : sering merasa pusing dan pundak terasa berat, S : skala 5, T : hilang timbul, TD : 162/99, N : 89, RR : 18, S : 36.

Hasil asuhan keperawatan terhadap Ny.E, Ny.W, Ny.Y, Ny.S, Tn.A dengan nyeri akut berhubungan dengan agen pencederaan fisiologi. Pada tanggal 06 Juli 2023 selama 1 minggu dengan melakukan asuhan keperawatan gerontik dimulai dari pengkajian, analisa data, diagnosa keperawatan, intervensi keperawatan, implementasi keperawatan, dan evaluasi keperawatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Studi kasus ini yakni dengan melakukan asuhan keperawatan dimulai tanggal 6 Juli 2023. Hasil pengkajian dalam studi kasus ini menunjukkan bahwa 5 responden mengeluh nyeri pada hipertensi.

Tabel 1. Hasil Pengkajian Nyeri

Nama pasien	Provokatif (P)	Qualit y (Q)	Region (R)	Scale (S)	Time (T)
Ny.E	Adanya tekanan darah yang tinggi	Seperti ditusuk-tusuk	Sering merasa pusing	Skala 5	Saat beraktifitas
Ny.W	Adanya tekanan darah yang tinggi	Seperti ditusuk-tusuk	Sering merasa pusing	Skala 6	Hilang timbul
Ny.Y	Adanya tekanan darah yang tinggi	Seperti ditusuk-tusuk	Pundak terasa berat dan pusing	Skala 5	Hilang timbul
Ny.S	Adanya tekanan darah yang tinggi	Seperti ditusuk-tusuk	Sering merasa pusing	Skala 7	Kadang-kadang

Tn.A	Adanya tekanan darah yang tinggi	Seperti ditusuk-tusuk	Sering merasa pusing dan pundak terasa berat	Skala 5	Hilang timbul
------	----------------------------------	-----------------------	--	---------	---------------

PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis dari hasil pengkajian pada kelima kasus terkait penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi yang bentuk penanggulangan dan pencegahan difokuskan untuk mencegah terjadinya peningkatan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Hal ini sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Ega Apriliani (2021) mengenai Aplikasi Terapi Murrotal Al Qur’an Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Nagrak Cianju bahwa adanya pengaruh terapi murrotal Al Qur’an terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi.

Pada kasus pertama yaitu Ny. E saat sebelum dilakukan terapi murrotal peneliti melakukan pemeriksaan fisik terlebih dahulu dengan mengukur tekanan darah menggunakan sphygmomanometer didapatkan nilai tekanan darah Ny. E adalah 157/100 mmHg dengan adanya keluhan pundak sering merasa pusing saat beraktifitas Setelah dilakukan intervensi terapi murrotal dengan media heandphone dan headseat sebanyak 1 kali sehari dan dilakukan selama 7 hari implementasi berturut-turut selama 15 menit, dilakukan kembali pemeriksaan fisik dengan mengukur tekanan darah menggunakan sphygmomanometer/ tensi digital didapatkan hasil nilai tekanan darah Ny.E saat kunjungan terakhir post terapi menjadi 128/82 mmHg.

Pada kasus kedua yaitu Ny.W saat sebelum dilakukan terapi Murrotal peneliti melakukan pemeriksaan fisik terlebih dahulu dengan mengukur tekanan darah

menggunakan sphygmomanometer didapatkan nilai tekanan darah Ny.W 162/102 mmHg dengan adanya keluhan kepala sering terasa pusing. Setelah dilakukan intervensi terapi murrota dengan media headphone dan headseat sebanyak 1 kali sehari dan dilakukan selama 7 hari implementasi berturut-turut selama 15 menit, dilakukan kembali pemeriksaan fisik dengan mengukur tekanan darah menggunakan sphygmomanometer/ tensi digital didapatkan hasil nilai tekanan darah Ny.W saat kunjungan terakhir post terapi menjadi 132/85 mmHg, kepala sering terasa pusing menjadi berkurang intensitasnya dan Ny.W merasa rileks.

Pada kasus ketiga yaitu Ny.Y saat sebelum dilakukan terapi terapi murrotal peneliti melakukan pemeriksaan fisik terlebih dahulu dengan mengukur tekanan darah menggunakan sphygmomanometer didapatkan nilai tekanan darah Ny.Y 151/113mmHg dengan adanya keluhan kepala pusing dan tengkuk terasa berat. Setelah dilakukan intervensi terapi murrotal dengan media headphone dan headseat sebanyak 1 kali sehari dan dilakukan selama 7 hari implementasi berturut-turut selama 15 menit, dilakukan kembali pemeriksaan fisik dengan mengukur tekanan darah menggunakan sphygmomanometer/ tensi digital didapatkan hasil nilai tekanan darah Ny.Y saat kunjungan terakhir post terapi menjadi 130/80 mmHg, kepala pusing dan tengkuk terasa berat menjadi berkurang intensitasnya dan Ny.Y merasa nyaman dan rileks.

Pada kasus keempat yaitu Ny.S saat sebelum dilakukan terapi terapi murrotal peneliti melakukan pemeriksaan fisik terlebih dahulu dengan mengukur tekanan darah menggunakan sphygmomanometer didapatkan nilai tekanan darah Ny.S 174/112 mmHg dengan adanya keluhan kepala pusing. Setelah dilakukan intervensi terapi murrotal dengan media headphone

dan headseat sebanyak 1 kali sehari dan dilakukan selama 7 hari implementasi berturut-turut selama 15 menit, dilakukan kembali pemeriksaan fisik dengan mengukur tekanan darah menggunakan sphygmomanometer/ tensi digital didapatkan hasil nilai tekanan darah Ny.S saat kunjungan terakhir post terapi menjadi 126/89 mmHg, kepala pusing dan tengkuk terasa berat menjadi berkurang intensitasnya dan Ny.S merasa nyaman dan rileks.

Pada kasus ketlima yaitu Tn. A saat sebelum dilakukan terapi terapi murrotal peneliti melakukan pemeriksaan fisik terlebih dahulu dengan mengukur tekanan darah menggunakan sphygmomanometer didapatkan nilai tekanan darah Tn. A 162/99 mmHg dengan adanya keluhan kepala pusing dan tengkuk terasa berat. Setelah dilakukan intervensi terapi murrotal dengan media headphone dan headseat sebanyak 1 kali sehari dan dilakukan selama 7 hari implementasi berturut-turut selama 15 menit, dilakukan kembali pemeriksaan fisik dengan mengukur tekanan darah menggunakan sphygmomanometer/ tensi digital didapatkan hasil nilai tekanan darah Tn. A saat kunjungan terakhir post terapi menjadi 135/87 mmHg, kepala pusing dan tengkuk terasa berat menjadi berkurang intensitasnya dan Tn. A merasa nyaman dan rileks.

Analisa kasus pada 5 pasien tersebut ditemukan bahwa rata-rata sebelum dan setelah melakukan terapi murrotal pada tekanan darah pasien sistolik dan diastolik dalam waktu 7 hari, yaitu :

Tabel 2. Evaluasi total rata-rata sebelum dan setelah melakukan terapi murrotal pada tekanan darah pasien sistolik dan diastolik dalam waktu 7 hari

Tekanan Darah	Terapi Murrotal	
	Sebelum	Setelah
Sistolik	28,6	142
Diastolik	21	20

Berdasarkan tabel 2. Diatas menunjukkan bahwa evaluasi total rata-rata 5 pasien selama 7 hari adalah tekanan darah sistolik sebelum terapi murrotal adalah 28,6 dan setelah terapi murrotal adalah 142. Sedangkan tekanan diastolik rata-ratanya sebelum terapi murrotal adalah 21 dan setelah terapi murrotal 20.

Pada analisa ini juga penulis mendapatkan fakta bahwa penduduk warga Perumahan Kelapa Gading Dusun Keramat Sakti II hampir seluruh masyarakat kurang melakukan kegiatan aktivitas fisik untuk menjaga kesehatan, dan mengonsumsi makanan asin. Dari awal kunjungan ke rumah klien, klien sangat kooperatif dan tidak takut untuk diperiksa oleh peneliti.

SIMPULAN

Pada saat melakukan pengkajian keperawatan pada klien, klien sangat kooperatif dalam memberikan berbagai informasi yang dibutuhkan untuk membantu penulis melengkapi data dalam menegakkan diagnosa yang tepat. Berdasarkan pengkajian yang dilakukan peneliti mengangkat diagnosa keperawatan yaitu Nyeri akut b.d agen pencederaan fisiologis. Selama perencanaan, dibuat prioritas pemecahan masalah terhadap intervensi kepada Ny. E, Ny. W, Ny. Y, Ny. S, Tn.A . Hasil yang diharapkan dirumuskan berdasarkan SDKI, SLKI, dan SIKI dengan

asaran spesifik masing-masing diagnosa dan perencanaan tujuan dengan membuat implementasi berdasarkan intervensi yang sudah ditetapkan. Intervensi keperawatan disusun berdasarkan standar intervensi keperawatan (SDKI) untuk diagnosa keperawatan dengan kombinasi diberikan terapi mendengarkan murrotal al qu'an. dengan Evidence Based Nursing (EBN) yang telah dikumpulkan yaitu penelitian Khoirul Umam, dkk (2023) Penerapan Terapi Murrotal Al-Qur'an Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi". Implementasi dilakukan selama 7 hari dengan frekuensi 1 kali sehari 15 menit setiap pelaksanaan yang berdasarkan dari perencanaan keperawatan. peneliti melakukan komunikasi setiap tindakan dan kegiatan yang dilakukan seperti pada saat melakukan terapi murrotal untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Pada penulisan ini dapat disimpulkan bahwa adanya perubahan penurunan tekanan darah saat sebelum dilakukan terapi murrotal dan setelah diberikan terapi murrotal.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriliani, E., Basri, B., & Mulyadi, E. (2021). Aplikasi Terapi Murrotal Al-Qur'an Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Nagrak Cianjur. *Lentera: Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Keperawatan*, 4(1), 17-27.
- Fitriani, I. M., & Yanti, S. (2020). Efektivitas Mendengarkan Dan Membaca Surah Ar-Rahman Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Ensiklopedia of Journal*, 2(4), 10-17
- Susilawati, Agus. "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 (2019): 145-151.
- 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.
- Umam, K., Ayubbana, S., & Utami, I. T. (2023). Penerapan Terapi Murottal Qur'An terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di RSUD Jend. Ahmad Yani Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(3), 378-385.
- DPP PPNI. (2017). *Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia*. Jakarta Selatan: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- DPP PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia*. Jakarta Selatan: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- DPP PPNI. (2019). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia*. Jakarta Selatan: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.