

PENGARUH TERAPI MUROTTAL AL-QUR'AN SURAH AR-RAHMAN TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI PSTW BUDI LUHUR KOTA JAMBI

Agus Susilawati

Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Baiturrahim Jambi

Email : agus.susi18@gmail.com

ABSTRACT

Hypertension is a condition where a person experiences an increase in blood pressure above normal which is indicated by a figure of 140 mmHg systolic and 90 mmHg diastolic. One of the management of non-pharmacological hypertension is the therapy of murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman. This study aimed to determine the effect of therapeutic Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman toward decreased blood pressure in elderly hypertensive patients in PSTW Budi Luhur Jambi City. This study was conducted on April 9th-20th 2019 with total samples were 16 people. Sample used purposive sampling technique. The instrument used sphygmomanometer digital and observation sheet. After being given the intervention of therapeutic Murottal Al-Qur'an, the mean value of systole blood pressure was obtained 157 mmHg, on the statistical test was obtained score p-value 0,000 (<0,05), the mean value of diastole blood pressure after intervention is 88,19 mmHg, on the statistical tests was obtained score p-value 0,000 (<0,05) it means there is the effect of therapeutic Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman toward decreased blood pressure in elderly hypertensive patients in PSTW Budi Luhur Jambi City. It is concluded that respondents who were given therapeutic murottal Al-Qur'an experienced a decrease in blood pressure. It is expected to PSTW Budi Luhur Jambi City to applying non-pharmacological therapies such as the therapeutic Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman to reduce blood pressure in elderly people with hypertension.

Keywords : elderly, blood pressure, hypertension, murottal, therapeutic

ABSTRAK

Hipertensi adalah suatu keadaan seseorang mengalami peningkatan tekanan darah diatas normal yang ditunjukkan oleh angka sistolik ≥ 140 mmHg dan diastolik ≥ 90 mmHg. Salah satu penatalaksanaan hipertensi nonfarmakologi adalah terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman. Tujuan penelitian ini melihat adanya pengaruh terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman terhadap tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di PSTW Budi Luhur Kota Jambi. Penelitian dilaksanakan tanggal 09-20 April 2019 dengan jumlah sampel 16 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling. Instrumen penelitian menggunakan sphygmomanometer digital dan lembar observasi. Setelah diberikan intervensi terapi murottal Al-Qur'an didapatkan nilai mean tekanan darah sistol 157.00 mmHg, hasil uji statistik didapatkan nilai p-value 0,000 (<0,05), nilai mean tekanan darah diastol setelah dilakukan intervensi adalah 88.19 mmHg, hasil uji statistik didapatkan nilai p-value 0,000 (<0,05) yang berarti ada pengaruh pemberian terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di PSTW Budi Luhur Kota Jambi. Kesimpulan penelitian ini responden yang diberi terapi murottal Al-Qur'an mengalami penurunan tekanan darah. Diharapkan kepada PSTW Budi Luhur Kota Jambi untuk menerapkan terapi non

farmakologi seperti terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman untuk menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi

Kata Kunci : hipertensi, lansia, murottal, tekanan darah, terapi,

PENDAHULUAN

Data populasi lansia di Provinsi Jambi tahun 2017 telah mencapai 6,93% dari keseluruhan jumlah penduduk. Hal ini menunjukkan bahwa Provinsi Jambi termasuk Provinsi dengan struktur penduduk menuju tua (*Ageing population*) (Badan Pusat Statistik Provinsi Jambi, 2017). Berdasarkan data dari Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Kota Jambi diketahui bahwa jumlah lansia tahun 2018 sebanyak 70 orang, 31 diantaranya berjenis kelamin laki-laki dan 39 orang lainnya berjenis kelamin perempuan dengan rentang usia sekitar 60-87 tahun (Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Kota Jambi, 2018).

Hipertensi dapat didefinisikan sebagai tekanan darah persisten dengan tekanan sistolik di atas 140 mmHg dan tekanan darah diastolik di atas 90 mmHg (Aspiani, 2016). Menurut penelitian Raharjo, S. E (2016) tentang pengobatan untuk penyakit hipertensi ini biasa dilakukan dengan 2 cara yaitu secara farmakologi dan non farmakologi. Pengobatan secara farmakologi biasanya dengan diberikan obat-obatan jenis diuretik seperti HCT, alpha, beta dan alpha-beta bloker seperti propranolol, penghambat simpatetik seperti metildopa, vasodilator seperti hidralasin dan banyak lainnya yang memberikan efek yang cepat terhadap penyembuhan. Sedangkan pengobatan secara non farmakologi

biasanya dapat dilakukan terapi relaksasi terbukti dapat mencegah akibat stres pada diri manusia dengan menurunkan denyut jantung dan tekanan darah serta memberikan rasa tenang. Rileksasi dapat dilakukan dengan meditasi, latihan pernapasan dalam, pemijatan dan doa (Widyarini, 2009). Terapi rileksasi dalam mengatasi stres secara islami dapat dilakukan dengan menggunakan terapi murottal.

Lantunan Al-Qur'an berpengaruh pada sistem anatomi fisiologi manusia baik mereka yang berbahasa Arab maupun bukan, dimana mereka dapat merasakan perubahan fisiologis yang sangat besar. Indikator perubahan adalah menurunkannya tingkat depresi, kecemasan, dan kesedihan jiwa sehingga mampu menangkal berbagai macam penyakit (Al Kaheel, 2011). Al-Qur'an yang dibaca secara murottal atau pelan mempunyai irama yang konstan, teratur dan tidak ada perubahan. Lantunan ayat-ayat Al-Qur'an secara tartil akan menimbulkan gelombang suara yang akan diterima oleh auricular ekstrena atau telinga bagian luar lalu diteruskan ke membran timpani yang berfungsi mengubah gelombang udara menjadi gelombang mekanik kemudian ke tulang-tulang pendengaran yakni maleus, inkus dan stapes untuk diteruskan ke foramen ovale pada koklea yang menyebabkan organ kokti terangsang sehingga timbul potensial aksi yang akan diteruskan

oleh nervus auditorius (N. VIII) sebagai implus elektrik ke otak (Al-Kaheel, 2011).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian yaitu *pre eksperiment* dengan bentuk desain eksperiment yaitu *one group pretest-posttest design* dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan lembar observasi pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan intervensi terapi murottal Surah Ar-Rahman.

Menurut Suprpto (2017) untuk penelitian eksperimen yang sederhana jumlah anggota sampel masing-masing antara 10-20 sampel. Jadi, peneliti mengambil sampel

sebanyak 16 orang lansia yang menderita hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Kota Jambi Tahun 2019 dengan kriteria inklusi sebagai berikut :

1. Lansia berumur ≥ 60 tahun
2. Lansia yang terdiagnosa hipertensi primer dan mengkonsumsi obat antihipertensi namun masih mengalami peningkatan tekanan darah.
3. Lansia dengan tekanan darah diatas 140/80 mmHg
4. Bersedia menjadi responden
5. Beragama Islam
6. Kooperatif dan dapat berkomunikasi dengan baik
7. Tidak mengalami gangguan pendengaran
8. Tidak dalam keadaan sakit saat penelitian dilakukan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian dilaksanakan pada tanggal 09-20 April 2019 di Aula PSTW Budi Luhur Kota Jambi.

Tabel 1. Gambaran tekanan darah sistol sebelum dan sesudah terapi murottal

No	Variabel	Mean	SD	Minimal-Maksimal	95% CI
1.	TD Sistol pre	169.19	9.745	149-183	163.99-174.38
2.	TD Sistol post	157.00	11.524	138-174	150.86-163.14

Berdasarkan tabel 1 hasil analisis didapatkan dari 16 responden mengalami penurunan tekanan darah sistol setelah dilakukan terapi

murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman dengan nilai mean (rata-rata) 157.00 dengan standar deviasi 11.524.

Tabel 2. Gambaran tekanan darah diastol sebelum dan sesudah terapi murottal

No	Variabel	Mean	SD	Minimal-Maksimal	95% CI
1.	TD Diastol pre	96.94	3.087	91-102	95,29-98.58
2.	TD Diastol post	88.19	2.664	81-91	86.77-89.61

Berdasarkan tabel 2 hasil analisis didapatkan dari 16

responden mengalami penurunan tekanan darah diastol setelah

dilakukan terapi murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman dengan nilai mean (rata-rata) 88.19 dengan standar deviasi 3.087. Jika dilakukan pengukuran tekanan darah per hari selama 6 hari, tekanan darah sistol di hari I-IV semua berkisar 68,75%-93,75% dengan persentase di hari pertama 68,75%, di hari kedua dengan persentase 93,75%, di hari

ketiga 100%, dan di hari ke empat dengan persentase 93,75% dan baru stabil turun 100% di hari ke V-VI. Sedangkan tekanan darah diastol di hari pertama dengan persentase 62,5%, di hari kedua 87,5%, di hari ketiga 81,25%, di hari ke empat dan kelima dengan persentase 93,75% dan di hari ke enam dengan persentase 100%.

Tabel 3 Pengaruh terapi murottal terhadap penurunan tekanan darah

Variabel	Mean	SD	SE	P-Value	N
TD Sistol Pre	169.19	9.745	2.436	0,000	16
TD Sistol Post	157.00	11.524	2.881		

Berdasarkan tabel 3 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.

Tabel 4 Pengaruh terapi murottal terhadap penurunan tekanan darah

Variabel	Mean	SD	SE	P-Value	N
TD Diastol Pre	96.94	3.087	0.772		
TD Diastol Post	88.19	2.664	0.666	0,000	16

Berdasarkan tabel 4 hasil analisis didapatkan dari 16 responden terlihat dari nilai mean perbedaan antara sebelum dan sesudah dilakukan terapi adalah 8.750 dengan standar deviasi 2.745. Hasil uji statistik didapatkan nilai 0,000 maka dapat disimpulkan ada pengaruh terapi 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.

surah Ar-Rahman terhadap perubahan tekanan darah pasien hipertensi di RSUDZA Banda Aceh didapatkan hasil bahwa ada perbedaan sebelum dan sesudah pemberian terapi murottal surah Ar-Rahman terhadap perubahan tekanan darah sistol pada pasien hipertensi (*p value*= 0.000) dan ada perbedaan sebelum dan sesudah pemberian terapi murottal terhadap perubahan tekanan darah diastol pada pasien hipertensi (*p value*= 0.019). Pengukuran diperoleh dari nilai *mean* tekanan darah *pretest* sistol pada kelompok eksperimen sebesar 149.5 mmHg, *pretest* diastol sebesar 95.00 mmHg dan *posttest*

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Erlina & Raharjo, S. B (2016) tentang terapi murottal

sistol sebesar 139.0 mmHg, *posttest* diastol sebesar 89.00 mmHg. Dapat disimpulkan bahwa terapi murottal Al-Qur'an efektif dalam menurunkan tekanan darah pada pasien dengan hipertensi.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 16 responden tentang pengaruh terapi murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Kota Jambi maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Nilai rata-rata (mean) tekanan darah sistol sebelum pemberian terapi murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman adalah 169,19 mmHg dan rata-rata pada tekanan darah sistol setelah dilakukan terapi murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman adalah 157,00 mmHg dengan selisih sebesar 12,187 mmHg
2. Nilai rata-rata (mean) tekanan darah diastol sebelum pemberian terapi murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman adalah 96,94 mmHg dan rata-rata pada tekanan darah diastol setelah dilakukan terapi murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman adalah 88,19 mmHg dengan selisih sebesar 8,75 mmHg.
3. Ada pengaruh terapi murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di PSTW Budi Luhur Kota Jambi. Hasil uji analisis *t-test* pada tekanan darah sistol didapatkan *p-value* $0,000 < \alpha$

(0,05) dan hasil *t-test* pada tekanan darah diastol adalah $0,000 < \alpha$ (0,05)

SARAN

Berdasarkan hasil kesimpulan penelitian, maka dapat dikemukakan beberapa saran sebagai berikut :

1. Disarankan bagi lansia yang menderita hipertensi sebaiknya dapat menerapkan terapi murottal Al-Qur'an ini karena dapat membuat lansia menjadi lebih rileks sehingga dapat menstabilkan tekanan darah sehingga lansia dapat menurunkan tekanan darah yang tinggi dengan pengobatan nonfarmakologi.
2. Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Kota Jambi sebagai salah satu alternatif intervensi dalam mengatasi masalah terhadap penderita hipertensi pada lansia dengan menerapkan terapi non farmakologi menggunakan terapi murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman dan dijadikan kegiatan rutin di PSTW Budi Luhur Kota Jambi.
3. Disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk mengambil judul yang lain dan lebih aplikatif, atau dapat juga dengan terapi yang sama yaitu terapi murottal Al-Qur'an namun dengan variabel pengukuran yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

1. Aini, D, N. Wulandari, P & Astuti, S, P. (2017). *Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Ruang Cempaka RSUD dr. H. Soewondo Kendal*. [diakses pada tanggal 30 Desember 2018, pada pukul 08.47 WIB].
2. Al-Aidan, S, Abdullah. (2014). *Kisah-Kisah Sembuh dengan Al-Qur'an*. Nabawi Publishing. Solo.
3. Al-Kaheel, A., D. (2013). *Pengobatan Qur'ani Manjurnya Berobat Dengan Al-Qur'an*. Amzah. Jakarta.
4. Al-Sadhan, A.B.M (2016). *Cara Penyembuhan Dengan Al-Qur'an*. Ruqyah Learning Center Indonesia.
5. Amalia, A., S. (2014). *Keajaiban 5 Obat Hati*. Abata Press. Jogja.
6. Andora, N. (2015). *Pengaruh Murottal Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi di Posyandu Lansia Kabupaten Lampung Tengah*. *Jurnal Sripsi*. [diakses pada tanggal 30 Desember 2018, pada pukul 09.25 WIB].
7. Darmojo. (2015). *Buku Ajar Geriatrik*. Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia. Semarang.
8. Dermawan, D. (2012). *Proses Keperawatan Penerapan Konsep & Kerangka Kerja*. Gosyen Publishing. Yogyakarta.
9. Dilianti. (2017). *Efektivitas Hidroterapi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Panti Wreda Al-Islah Malang*.
10. Erlina & Raharjo, S, Budi . (2016). *Terapi Murottal Surat Ar-Rahman Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di RSUDZA Banda Aceh*. [Diakses pada tanggal 30 Desember 2018, pada pukul 11.28 WIB].
11. Halim, S.A., et al. (2015). *Ensiklopedia Sains Islami Biologi 1*. Kamil Pustaka. Tangerang.
12. Hernawan, A, D. Alamsyah, D & Sari, M, M. *Efektifitas Terapi Murottal Qur'an Terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di UPT Panti Sosial Tresna Werdha Mulia Dharma Kabupaten Kubu Raya*. [diakses pada tanggal 30 Desember 2018, pada pukul 14.00 WIB].
13. Kementerian Kesehatan RI. (2017). *Pusat Data dan Informasi*. Jakarta.
14. Majid, A. (2018). *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Gangguan Sistem Kardiovaskular*. Pustaka Baru. Yogyakarta.
15. Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Kota Jambi. (2018). *Daftar Lansia Yang Disantun Di PSTW "Budi Luhur" Jambi Bulan Desember Tahun Anggaran 2018*. Jambi.
16. Potter, P. A & Perry, A. G. (2010). *Fundamental Keperawatan Buku 2 Edisi 7*. Salemba Medika. Jakarta.
17. Pratiwi, L. Hasneli, Y & Ernawaty, J. (2015). *Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an*

- Terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Primer. Program Studi Ilmu Keperawatan. Universitas Riau. JOM Vol 2 No 2: 1212-1220 [diakses pada tanggal 30 Desember 2018, pada pukul 14.15 WIB].*
18. Rubai, A. (2018). *Pengaruh Pemberian Murottal Al-Qur'an Terhadap Tekanan Darah dan Frekuensi Denyut Jantung Pasien Pre Operasi di Ruang Tunggu Klien (Holding Room) Rumah Sakir Islam Sultan Agung Semarang. Jurnal Skripsi. Universitas Muhammadiyah Semarang, Semarang.[Diakses pada tanggal 15 Februari 2019, pada pukul 20.00 WIB].*
19. World Population Ageing. (2017). *World Population Ageing Report 2017*. United Nations. New York.