MUROTAL SURAH AR-RAHMAN TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI DI PUSKESMAS MERDEKA

Setiawan¹, Apriani², Rahmalia Afriyani³, M. Ramadhani Firmansyah⁴

^{1,2,3,4} Program Studi Ilmu Keperawatan STIK Siti Khadijah Palembang
Jalan Demang Lebar Daun Lorok Pakjo Palembang, 30137

Email : Setiawanlingga14@gmail.com¹, rahmaliaapriyani@gmail.com³

Abstrak

Hipertensi adalah keadaan seseorang yang mengalami peningkatan tekanan darah diatas normal yaitu sama dengan lebih dari 140/90 mmHg. Upaya untuk menangani hipertensi dapat dilakukan dengan cara non farmakologis yaitu dengan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman.. Desain penelitian ini menggunakan metode Pre-eksperimen dengan pendekatan one group pretest- posttest. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien hipertensi yang berobat di Puskesmas Merdeka Palembang dengan jumlah sampel sebanyak 25 responden. Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa rerata tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman adalah 150,00 mmHg untuk sistolik dan 93,00 mmHg distolik sedangkan setelah perlakuan adalah 145,00 mmHg untuk sistolik dan 90,00 mmHg diastolik. Pada analisa bivariat digunakan terdapat perbedaan yang signifikan tekanan darah sistolik $p\text{-value} = 0,000 < \alpha 0,05$ dan diastolik sebelum sedangkan sistolik dan diastolik setelah perlakuan mendapatkan nilai $p\text{-value} = 0,000 < \alpha 0,05$. Disimpulkan bahwa terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Merdeka Palembang.

Kunci : Hipertensi, Terapi murottal Al-Qur'an, Tekanan Darah

Abstract

Hypertension is a condition in which a person has an increase in blood pressure above normal, which is equal to or more than 140/90 mmHg. Efforts to deal with hypertension can be done in a non-pharmacological way, namely by using the Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman therapy. This study aims to determine the effect of murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman therapy on reducing blood pressure in hypertensive patients. This research design uses a pre-eksperimen method with a one group pretest-posttest approach. The population in this study were hypertensive patients who were treated in the working area of the Palembang Merdeka Health Center with a sample of 25responden. Data were analyzed by univariate analysis and bivariate analysis. The results of the univariate analysis showed that the mean systolic and diastolic blood pressure before the Surat Ar- Rahman murottal therapy was 150,00 mmHg for systolic and 93,00 mmHg for diastolic while after treatment was 145,00 mmHg for systolic and 90,00 mmHg diastolic. In the bivariate analysis a nonparametric test was used namely thewilcoxon test with the results of $p\text{-value} = 0,000 < \alpha 0,05$ for systolic and diastolicbefore while systolic and diastolic after treatment obtained $p\text{-value} = 0,000 < \alpha 0,05$. So it can be concluded that there is an effect of murottal Al-Qur'an therapy Surah Ar-Rahman on reducing blood pressure in hypertension sufferers in the working area of the Palembang Merdeka Health Center

Keyword : Hypertension, Murottal Al-Qur'an Therapy, Blood Pressure

PENDAHULUAN

Di Indonesia menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018 yaitu menunjukkan angka prevalensi hipertensi pada penduduk > 18 tahun berdasarkan pengukuran secara nasional sebesar 34,11%, dari prevalensi tersebut diketahui bahwa sebesar 13,33% orang yang terdiagnosa hipertensi tidak minum obat. (Riskesdas, 2018)

Prevalensi Hipertensi berdasarkan data pada Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) di Sumatera Selatan pada Tahun 2018 prevalensi sebesar 30,44% (Riskesdas, 2018). Prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 pada penduduk umur > 18 Tahun menurut kabupaten / kota di provinsi Sumatera Selatan Khususnya Palembang adalah 31,19% dengan jumlah penderita hipertensi yaitu 4.408. Prevalensi ini mengalami peningkatan di dibandingkan pada tahun 2017 yaitu sebesar 23% dengan jumlah penderita hipertensi yaitu 31,804 ((Dinkes Prov Sumsel, 2018).

Berdasarkan data yang didapatkan dari Puskesmas Merdeka Palembang penderita hipertensi 3 tahun terakhir yaitu pada tahun 2018 berjumlah 1891 pasien. Lalu pada tahun 2019 terjadi penurunan yaitu berjumlah 588 pasien. Pada tahun 2020 terjadi peningkatan kembali yaitu berjumlah 1328 pasien. Sedangkan pada tahun 2021 pasien yang menderita hipertensi dari bulan Januari sampai dengan tanggal 18 Mei berjumlah 763 pasien (Puskesmas Merdeka, 2021).

Penatalaksanaan klien hipertensi dapat diberikan dengan terapi farmakologi dan nonfarmakologi. Terapi farmakologi adalah terapi dengan menggunakan obat-obat antihipertensi sementara pengobatan nonfarmakologis yang dapat diberikan pada penderita hipertensi meliputi : Terapi herbal, terapi nutrisi, relaksasi progresif, meditasi, akupunktur, akupresur, homeoterapi, aroma terapi, refleksologi dan

salah satunya adalah terapi murottal yang bersumber dari Al-Qur'an (Andora, 2015)

Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Oktarosada & Pangestu, (2020) menunjukkan bahwa terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi, rata-rata tekanan darah sebelum dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman adalah sistolik 185,30 mmHg dan diastolik 105,60 mmHg dan setelah dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman adalah sistolik 105,10 mmHg dan diastolik 87,60 mmHg. Hal ini berarti terdapat pengaruh terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. Sedangkan menurut Erlina hasil data tekanan darah sistolik diastolik sebelum dan setelah diberikan perlakuan menunjukkan p value = 0.000, berarti ada pengaruh yang signifikan pada terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan yaitu metode kuantitatif dengan *eksperimen* rancangan *non designs (Pre eksperimen)* yang bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Merdeka Palembang

Desain penelitian yang digunakan adalah pendekatan *One Group Pretest- Posttest Design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien yang berobat di Puskesmas Merdeka Palembang Tahun 2021. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan *total sampling*. Jadi sampel dalam penelitian ini sebanyak 25 responden. Pada penelitian ini peneliti menggunakan rerata skor tekanan darah sebelum dilakukan intervensi tekanan darah setelah dilakukan intervensi. Hasil ukur dalam penelitian ini berdasarkan hasil dari lembar observasi.

HASIL PENELITIAN

1. Analisis Univariat

a. Tekanan darah Sistolik Sebelum Dilakukan Terapi Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman

Rerata tekanan darah sistolik sebelum diberikan terapi terdapat pada tabel 1.

Tabel 1. Nilai Rata-Rata Tekanan Darah Sistolik Sebelum ilakukan Terapi Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman

Variabel	Median	Min-Max	95% CI
Tekanan Darah Sistolik sebelum dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman.	151,00	141-154	148,24-151,60

Pada tabel 1 diperoleh hasil analisis yang sudah dilakukan pada 25 responden adalah 151,00 mmHg dengan nilai *Minimum* adalah 141 mmHg dan nilai *maximum* adalah 154 mmHg. Dari estimasi diyakini bahwa rata-rata tekanan darah sistolik sebelum dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman diantara 148,24mmHg sampai dengan 151,60 mmHg.

b. Tekanan darah Sistolik Sebelum Dilakukan Terapi Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman

Rerata tekana diastolic sebelum diberikan terapi terdapat pada tabel 2.

Tabel 2. Nilai Rata-Rata Tekanan Darah Diastolik Sebelum Dilakukan Terapi Murottal Al-Qur'an Surah Ar- Rahman

Variabel	Median	Min-Max	95% CI
Tekanan Darah Diastolik sebelum dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman.	93,00	87-97	91,64-93,72

Pada tabel 2 diperoleh hasil analisis yang sudah dilakukan pada 25 responden adalah 93,00 mmHg dengan nilai *Minimum* adalah 87 mmHg dan nilai *maximum* adalah 97 mmHg. Dari estimasi diyakini bahwa rata-rata tekanan darah sistolik sebelum dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman diantara 91,64mmHg sampai dengan 93,72mmHg.

c. Tekanan Darah Sistolik Setelah Dilakukan Terapi Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman

Tekanan darah sistolik setelah terapi terdapat pada tabel 3

Tabel 3. Nilai Rerata Tekanan Darah Sistolik Setelah Dilakukan Terapi Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman

Variabel	Median	Min-Max	95% CI
Tekanan Darah Sistolik setelah dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman.	146,00	125-158	143,32-148,84

Pada tabel 3 diperoleh hasil analisis yang sudah dilakukan pada 25 responden adalah 146,00 mmHg dengan nilai *Minimum* adalah 125 mmHg dan nilai *maximum* adalah 158 mmHg. Dari estimasi diyakini bahwa rerata tekanan darah sistolik sebelum dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman diantara 143,32mmHg sampai dengan 148,84 mmHg.

d. Tekanan Darah Diastolik Setelah Dilakukan Terapi Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman

Tekanan darah sistolik setelah terapi terdapat pada tabel 4

Tabel 4. Nilai Rerata Tekanan Darah Sistolik Setelah Dilakukan Terapi Murottal Al-Qur'an Surah Ar- Rahman

Variabel	Median	Min-Max	95% CI
Tekanan Darah Sistolik setelah dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman.	146,00	125-158	143,32-148,84

Pada tabel 4 diperoleh hasil analisis yang sudah dilakukan pada diperoleh hasil analisis yang sudah dilakukan pada 25 responden adalah 146,00 mmHg dengan nilai *Minimum* adalah 125 mmHg dan nilai *maximum* adalah 158 mmHg. Dari estimasi diyakini bahwa rerata tekanan darah sistolik sebelum dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman diantara 143,32mmHg sampai dengan 148,84mmHg.

Tabel 5. Nilai Rerata Tekanan Darah Diastolik Setelah Dilakukan Terapi Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman

Variabel	Median	Min-Max	95% CI
Tekanan Darah Diastolik setelah dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman	90,00	82-95	88,28-90,68

Pada tabel 4.5 diperoleh hasil analisis yang sudah dilakukan pada 25 responden adalah 90,00 mmHg dengan nilai *Minimum* adalah 82 mmHg dan nilai *maximum* adalah 95 mmHg. Dari estimasi diyakini bahwa rerata tekanan darah sistolik sebelum dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman diantara 88,28mmHg sampai dengan 90,68mmHg.

2. Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Merdeka Palembang Tahun 2021

Tabel 6. Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Merdeka Palembang Tahun 2021

Variabel	Median	SD	P-Value
Tekanan Darah Sistolik sebelum dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman	151,00	4,061	0,001
Tekanan Darah sistolik setelah dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman	146,00	6,695	
Tekanan Darah diastolik sebelum dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman	93,00	2,529	0,000
Tekanan Darah Diastolik setelah dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman	90,00	2,903	

Hasil analisis tabel 6 diatas

menunjukkan nilai rerata tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Merdeka Palembang. Nilai rerata tekanan darah sistolik sebelum dan setelah dilakukan terapi murottal adalah 151,00 mmHg dengan standar deviasi 4,061 dan tekanan darah sistolik setelah dilakukan terapi murottal adalah 146,00 mmHg dengan standar deviasi 6,695. Kemudian nilai rerata tekanan darah diastolik sebelum dan setelah dilakukan terapi murottal adalah 93,00 mmHg dengan standar deviasi 2,529 dan tekanan darah diastolik setelah dilakukan terapi murottal adalah 90,00 mmHg dengan standar deviasi 2,903. Hasil uji dengan menggunakan uji *Wilcoxon* didapatkan *p-value* = 0,001 yang berarti *p-value* < α 0,05 untuk sistolik sebelum dan setelah dilakukan terapi murottal, sedangkan diastolik sebelum dan setelah dilakukan terapi murottal mendapatkan nilai *p-value* = 0,000 yang berarti *p-value* < α 0,05. maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pada nilai rerata tekanan darah sebelum dan setelah dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman. Dengan demikian Ha dapat diterima, yaitu adanya pengaruh terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Merdeka Palembang.

PEMBAHASAN

1 Tekanan Darah Sistolik Sebelum Dilakukan terapi murottal

Al-Qur'an Surah Ar-Rahman

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti terhadap 25 responden. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tekanan darah sistolik sebelum dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman mendapatkan nilai median 151,00 mmHg dengan nilai *Minimum* adalah 141 mmHg dan nilai *maximum* adalah 154 mmHg. Dari hasil estimasi interval dapat

diperoleh bahwa 95% diyakini bahwa rerata tekanan darah sistolik sebelum dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman berada di antara 148,24 sampai dengan 151,60.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Susilawati, (2019) mengenai pengaruh terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman terhadap penurunan tekanan darah pada penderita lansia dengan hipertensi yang mendapatkan nilai rerata tekanan darah sistolik sebelum dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman adalah 157,00 mmHg.

Menurut Prasetyaningrum, Y. I., & Gz, (2014) Tekanan darah sistolik adalah tekanan saat jantung berdenyut atau berkontraksi memompa darah ke sirkulasi. Tekanan darah merupakan kekuatan atau tenaga yang yang digunakan oleh darah untuk melawan dinding pembuluh arteri dan biasa diukur dalam satuan millimeter air raksa (mmHg).

Berdasarkan faktor resiko kondisi dan kebiasaan seseorang dapat meningkatkan risiko terjadinya hipertensi yaitu usia, ras, jenis kelamin, obesitas, kurang aktivitas fisik, pola makan yang kurang baik, kebiasaan merokok dan konsumsi minuman beralkohol dan faktor lainnya ((Prasetyaningrum, Y. I., 2014).

Berdasarkan hasil penelitian, penelitian terkait dan teori penunjang maka peneliti berasumsi bahwa rerata tekanan darah sistolik sebelum dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Merdeka Palembang adalah 151,00 mmHg yang mana masuk kedalam kategori hipertensi derajat 1. Maka pasien yang mengalami hipertensi diharapkan dapat mengatur pola hidup sehat dengan selalu menjaga pola makan yang baik, melakukan aktifitas olahraga secara rutin.

2 Tekanan Darah Diastolik Sebelum Dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman.

Berdasarkan hasil penelitian yang

telah dilakukan oleh peneliti terhadap 25 responden. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tekanan darah diastolik sebelum dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman mendapatkan nilai median 93,00 mmHg dengan nilai *Minimum* adalah 87 dan nilai *maximum* adalah 97. Dari hasil estimasi interval dapat diperoleh bahwa 95% diyakini bahwa rerata tekanan darah sistolik sebelum dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman berada di antara 91,64 mmHg sampai dengan 93,72 mmHg.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Susilawati, (2019) mengenai pengaruh terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi lansia, yang mendapatkan nilai rerata tekanan darah diastolik sebelum dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman adalah 96,94 mmHg.

Berdasarkan hal tersebut maka peneliti berasumsi bahwa rerata tekanan darah diastolik sebelum dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Merdeka Palembang adalah 93,00 mmHg berada dalam kategori hipertensi derajat 1. Hal ini disebabkan karena terapi murottal Al-Qur'an ini bermanfaat untuk menurunkan tekanan darah, menurunkan denyut nadi, memperlambat pernafasan, dan memperlambat aliran darah ke otak akan mempercepat waktu pulih sadar.

3. Tekanan Darah Sistolik Setelah Dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti terhadap 25 responden. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tekanan darah sistolik setelah dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman mendapatkan nilai median 146,00 mmHg dengan nilai *Minimum* adalah 125 dan nilai *maximum* adalah 158. Dari hasil estimasi interval dapat diperoleh bahwa 95% diyakini bahwa rerata tekanan

darah sistolik sebelum dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman berada di antara 143,32 mmHg sampai dengan 148,84 mmHg.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Susilawati, 2019) yang mendapatkan nilai rerata tekanan darah sistolik setelah dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman adalah 157 mmHg

Terapi murottal Al-Qur'an adalah suatu terapi religi yang akan memberikan efek terapeutik bagi orang yang mendengarkannya. Rangsangan yang diberikan pada audio murottal memiliki dampak dari distraksi yaitu peningkatan pembentukan hormone endorphin pada sistem control desenden. Kenaikan pada total hormone endorphin akan mengakibatkan otot relaksasi (Rahayu et al., 2018).

Berdasarkan hasil penelitian, teori, penelitian terkait maka peneliti berasumsi bahwa rerata tekanan darah sistolik setelah dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Merdeka Palembang adalah 146,00 mmHg. Hal ini disebabkan bahwa ketika suara diterima oleh otak sehingga mempengaruhi dan merelaksasi organ-organ seperti jantung dan otot-otot, melancarkan sirkulasi di dalam darah sehingga menimbulkan efek ketenangan.

4. Tekanan Darah Diastolik Setelah Dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti terhadap 25 responden. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tekanan darah diastolik setelah dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman mendapatkan nilai median 90,00 mmHg dengan nilai *Minimum* adalah 82 mmHg dan nilai *maximum* adalah 95 mmHg. Dari hasil estimasi interval dapat diperoleh bahwa 95% diyakini bahwa rerata tekanan darah sistolik sebelum dilakukan

terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman berada di antara 88,28 sampai dengan 90,68.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Susilawati, 2019) mendapatkan nilai rerata tekanan darah setelah dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman adalah 88, 19 mmHg.

Mendengarkan Al-Qur'an merupakan pengobatan non farmakologis yaitu dengan menghilangkan stress, meningkatkan rasa kebahagiaan dalam hidup dan meningkatkan rasa kebahagiaan dalam tubuh manusia dikarenakan mendengarkan Al-Qur'an mampu meningkatkan perasaan rileks, memperbaiki sistem kimia didalam tubuh sehingga menurunkan tekanan darah (Al-Kaheel, 2010).

Sebagian besar dari responden mengatakan bahwa setelah mendengarkan terapi murottal Surah Ar-Rahman ini mereka merasakan tenang, damai dalam hati dan rileks, perasaan merasa tenang itu dapat dijelaskan bahwa komponen gelombang otak pada stimulan terapi musik dan stimulan Al-Qur'an (murottal) mempunyai kesamaan yaitu didominasi oleh gelombang delta. Adanya gelombang delta ini mengindikasikan bahwa kondisi seseorang dalam keadaan rileks, sehingga stimulant Al-Qur'an ini dapat memberikan ketenangan, ketentrangan dan kenyamanan seseorang (Widyastuti, 2015).

Berdasarkan hasil penelitian, penelitian terkait dan teori maka peneliti berasumsi bahwa rerata tekanan darah diastolik setelah dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Merdeka Palembang adalah 90,00 mmHg terjadinya penurunan pada tekanan darah diastolik. Hal ini disebabkan bahwa penggunaan terapi murottal Al-Qur'an sebagai terapi dengan memperdengarkan audio murottal surat Ar-rahman sebagai sarana relaksasi pada pasien hipertensi, terapi diperdengarkan kepada pasien, efek suara dari audio berkaitan dengan proses

impuls suara yang di transmisikan kedalam tubuh dan mempengaruhi sel-sel tubuh.

5. Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman Terhadap Penurunan Tekanan Darah

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan pada 25 responden, pada analisa univariat di dapatkan nilai median tekanan darah sistolik sebelum dan sistolik setelah dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman adalah 151,00 mmHg untuk sistolik sebelum dan 146,00 mmHg sistolik setelah, sedangkan nilai median tekanan darah diastolik sebelum dan distolik setelah dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman adalah 93,00 mmHg untuk diastolik sebelum dan 90,00 mmHg diastolik setelah, Pada analisa bivariat penelitian ini dilakukan dengan menggunakan uji *wilcoxon* dan didapatkan $p\text{-value} = 0,001$ yang berarti $p\text{-value} < \alpha 0,05$ untuk sistolik sebelum dan sistolik setelah dilakukan terapi murottal, sedangkan diastolik sebelum dan diastolik setelah perlakuan mendapatkan nilai $p\text{-value} = 0,000$ yang berarti $p\text{-value} < \alpha 0,05$. Nilai $p\text{-value}$ digunakan untuk menentukan apakah hipotesis dapat diterima atau ditolak. Berdasarkan hasil bivariat yang sudah dilakukan maka peneliti ini dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Merdeka Palembang.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Hendriana, 2019) ada pengaruh terapi murottal surah ar-rahman terhadap perubahan tekanan darah sistolik. lebih lanjut menurut Erlina & Raharjo, (2016) terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman dapat memberikan efek ketenangan kepada responden yang mendengarkan di lingkungan yang tenang dan tanpa suara yang mengganggu, hal ini memberikan respon terhadap hipotalamus

untuk mengeluarkan hormone endorphin yang membuat seseorang merasa bahagia, sehingga dapat menurunkan tekanan darah.

Efek ketenangan didapatkan dari ketika suara diterima oleh otak sehingga mempengaruhi dan merelaksasi oegan-organ seperti jantung dan otot-otot melancarkan sirkulasi didalam darah sehingga menimbulkan efek ketenangan (Ganong, 2014)

Berdasarkan hasil penelitian, penelitian terkait, dan teori maka peneliti berasumsi bahwa terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahma ini efektif untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi karena terapi murottal Surah Ar-Rahman ini juga terapi tanpa efek samping yang aman dan sangat mudah dilakukan.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Merdeka Palembang Tahun 2021 dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Merdeka Palembang dengan nilai sistolik $p\text{-value} 0,001$ dan diastolik $p\text{-value} 0,000$ Sehingga Ha diterima.

SARAN

Diharapkan petugas kesehatan di Wilayah Kerja Puskesmas Merdeka Palembang untuk dapat memberikan informasi kepada pasien atau keluarga khususnya tentang terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman pada penderita hipertensi derajat 1 untuk membantu mengontrol tekanan darah. Dan dilakukan 3 kali dalam 1 minggu dengan waktu 10 menit.

Daftar Pustaka

- Al-Kaheel, A. (2010). *Al-Qur'an The Healing Book*. Tarbawi Press.
- Andora, N. (2015). Pengaruh Murattal Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi di Posyandu Lansia Kabupaten

- Lampung Tengah. *Muhammadiyah Journal Of Nursing*, 1, 169–176.
- Dinkes Prov Sumsel. (2018). Profil Kesehatan Tahun 2018. *Dinas Kesehatan Palembang*, 72, 10–13.
- Erlina, & Raharjo, S. budi. (2016). *Terapi Murottal Surat Ar-Rahman Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Rsudza Banda Aceh Therapy Murottal Ar-Rahman Letter of Changes in Blood Pressure in Hypertension Patients in Rsudza Banda Aceh*.
- Ganong, W. (2014). *Buku Ajar Fisiologis Kedokteran*. EGC.
- Hendriana, Y. (2019). Efektivitas Terapi Audio Murottal Surah Ar-Rahman Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Poskesdes Kedungarum Uptd Pkm Kuningan Kab. Kuningan Jawa Barat Tahun 2016. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, 5(1). <https://doi.org/10.35974/jsk.v5i1.777>
- 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.
- Prasetyaningrum, Y. I., (2014). (2014). *Hipertensi bukan untuk ditakuti*. FMedia.
- Puskesmas Merdeka. (2021). *DATA PROFIL PUSKESMAS MERDEKA*.
- Rahayu, D. A., Hidayati, T. N., & Imam, T. A. (2018). The Effect of Murottal Therapy in Decreasing Depression of Patients Undergoing Hemodialysis. *Media Keperawatan Indonesia*, 1(2). <https://doi.org/10.26714/mki.1.2.2018.6-10>
- Riskesdas. (2018). Hasil Utama Riskesdas 2018 Kementerian. *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*.
- 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>