

TERAPI MURROTAL QUR'AN PADA PENDERITA HIPERTENSI DENGAN KELUHAN NYERI LEHER

Mujahidin, Ayu Lestari

Program Studi Ilmu Keperawatan STIK Bina Husada Palembang

Jl. Syech Abdul Somad No 28 Kel. 22 Ilir Palembang

Email : mujahidin@binahusada.ac.id

Abstrak

Hipertensi merupakan kondisi dimana terjadi peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan diastolik lebih dari 90 mmHg. Hipertensi yang terjadi menimbulkan beberapa keluhan dan salah satunya adalah keluhan nyeri pada area leher. Beberapa terapi digunakan dalam tatalaksana nyeri leher pada penderita hipertensi ini, baik menggunakan terapi farmakologi ataupun menggunakan non farmakologi. Murrotal Qur'an dari hasil kajian terlihat telah banyak digunakan sebagai alternatif terapi non farmakologi pada berbagai kasus yang berkaitan dengan nyeri. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui bagaimana pengaruh dari Murrotal Qur'an terhadap nyeri leher pada penderita hipertensi. Penelitian ini merupakan penelitian *pre eksperimental one group pre test-post test design*. Sampel berjumlah 34 orang penderita hipertensi yang dipilih menggunakan tehnik *purposive sampling*. Penelitian dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Lumpatan Kabupaten Musi Banyuasin Provinsi Sumatera Selatan. Hasil uji statistik menggunakan uji T Berpasangan didapatkan nilai *p value* 0,000. Berdasarkan hasil tersebut maka disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan Murrotal Qur'an terhadap nyeri leher pada penderita hipertensi.

Kata Kunci : Murrotal Qur'an, Nyeri Leher, Hipertensi

Abstract

Hypertension is a condition where there is an increase in systolic blood pressure of more than 140 mmHg and diastolic blood pressure of more than 90 mmHg. Hypertension that occurs causes several complaints and one of them is complaints of pain in the neck area. Several therapies are used in the management of neck pain in hypertensive sufferers, either using pharmacological or non-pharmacological therapy. Murrotal Qur'an from the results of the study appears to have been widely used as an alternative non-pharmacological therapy in various cases related to pain. The aim of this research is to find out the effect of the Murrotal Qur'an on neck pain in hypertension sufferers. This research is a pre-experimental one group pre test-post test design research. The sample consisted of 34 people with hypertension who were selected using purposive sampling technique. The research was carried out in the work area of the Lumpatan Community Health Center, Musi Banyuasin Regency, South Sumatra Province. The results of statistical tests using the Paired T test obtained a p value of 0.000. Based on these results, it was concluded that there was a significant influence of Murrotal Qur'an on neck pain in hypertension sufferers

Keywords: Murrotal Qur'an, Neck Pain, Hypertension

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit non infeksi yang berkaitan dengan sistem kardiovaskular yang cukup banyak dijumpai dilingkungan masyarakat. Angka kejadiannya selalu menempati posisi 10 besar angka kunjungan terbanyak di unit unit layanan kesehatan pertama seperti Puskesmas dan Klinik Pratama, (Thaha et al., 2016). Ada banyak faktor yang menjadi penyebab tingginya angka kejadian hipertensi, salah satu faktor yang dicurigai mempunyai kontribusi kuat adalah gaya hidup, (Sartik et al., 2017). Angka kejadian hipertensi di dunia cukup tinggi, sudah mencapai lebih dari 1,3 milyar orang, (Arum, 2019) dan hal ini diperkirakan akan terus mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Di Indonesia angka kejadian hipertensi dari data Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 menyebutkan bahwa sebanyak 55,2 % kejadian hipertensi terjadi pada usia 55-64 tahun, (History et al., 2021). Di Sumatera Selatan berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik Provinsi Sumatera Selatan pada tahun 2020 tercatat sebanyak 645.104, pada tahun 2021 sebanyak 987.295 dan pada tahun 2022 sebanyak 1.497.736. Dari data tersebut dapat dilihat bahwa angka kejadian hipertensi cukup tinggi, hal ini harusnya menjadi perhatian serius. Tatalaksana hipertensi yang cukup umum dilakukan selama ini adalah dengan menggunakan terapi obat-obatan anti hipertensi atau terapi farmakologi dan terapi non farmakologi seperti menurunkan berat badan, diet hipertensi, mengontrol asupan natrium, melakukan aktivitas fisik dan tidak mengkonsumsi alkohol, (Yulanda & Lisiswanti, 2017). Terapi non farmakologi lain yang juga sudah mulai banyak diterapkan pada penderita hipertensi yaitu dengan Murrotal Qur'an. Beberapa kajian penelitian tentang penerapan Murrotal Qur'an pada penderita hipertensi seperti yang pernah dilakukan oleh (Novianita, 2020) yang mengkaji tentang lima artikel terkait Murrotal Qur'an terhadap nyeri

kepala penderita hipertensi. Penelitian lain dilakukan oleh (Kusuma et al., 2019) yang meneliti tentang terapi Murrotal terhadap nyeri kepala, hasil penelitiannya menunjukkan nilai *p value* 0.001. Penelitian lain pernah dilakukan oleh (Nurhakim et al., 2018) yang meneliti tentang pengaruh terapi *Qur'anic Healing* terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi, hasil penelitiannya diperoleh nilai *p value* 0.001. Begitu pula dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh Agus tahun 2019 yang meneliti tentang pengaruh terapi Murrotal Qur'an Surat Arrahman terhadap penurunan tekanan darah, hasil penelitiannya didapat nilai *p value* 0.000 yang berarti bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari pemberian Murrotal Qur'an Surat Arrahman terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. Dari beberapa hasil kajian penelitian yang telah dikemukakan di atas, Murrotal Qur'an diyakini dapat memberikan efek positif yang baik khususnya terhadap penderita yang mengalami hipertensi, namun dari kajian penelitian yang telah peneliti telusuri itu pula peneliti belum melihat secara spesifik tentang bagaimana teknis penerapan Murrotal Qur'an yang nantinya dapat memberikan efek terhadap penurunan keluhan nyeri leher pada penderita hipertensi.

TUJUAN PENELITIAN

Tujuan Umum

Diketahui efek Murrotal Qur'an terhadap keluhan nyeri leher pada penderita hipertensi

Tujuan Khusus

Diketahui intensitas nyeri leher penderita hipertensi sebelum diberikan Murrotal Qur'an

Diketahui intensitas nyeri leher penderita hipertensi sesudah diberikan Murrotal Qur'an

Diketahui efek Murrotal Qur'an terhadap keluhan nyeri leher pada penderita hipertensi

METODE PENELITIAN

Penelitian menggunakan rancangan penelitian *one grup pre test post test design*. Dalam penelitian ini dilakukan pengukuran intensitas nyeri leher pada penderita hipertensi sebelum mendengarkan Murrotal Qur'an, kemudian diberikan perlakuan berupa mendengar Murrotal Qur'an selama 7 hari dengan durasi 10 menit sebelum tidur malam hari. Pada hari ke 7 dilakukan pengukuran intensitas nyeri leher kembali menggunakan dua instrumen pengukur intensitas nyeri yaitu *Numeric Rating Scale* (NRS) dan *Visual Analogue Scale* (VAS). Dua instrumen ini mempunyai sensitivitas yang baik dalam mengukur intensitas nyeri, (Vitani, 2019).

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh penderita hipertensi yang terdapat di wilayah kerja Puskesmas Lumpatan Kabupaten Musi Banyuasin Provinsi Sumatera Selatan. Sampel dipilih dengan menggunakan tehnik *purposive sampling* serta memenuhi beberapa kriteria yaitu penderita hipertensi yang tidak sedang mengkonsumsi obat hipertensi, usia > 45 tahun, mampu berkomunikasi dan mendengar dengan baik, beragama islam, aktivitas sehari hari bekerja di lingkungan rumah tangga sendiri sendiri. Besaran sampel dihitung dengan menggunakan rumus besaran sampel dan didapat jumlah sampel sebanyak 34 orang sampel yang memenuhi kriteria.

Teknik Analisa data yang digunakan dalam menganalisis data dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan uji T Berpasangan jika memenuhi syarat, namun jika tidak memenuhi syarat digunakan uji alternatif yaitu uji *wilcoxon*. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni 2023, bertempat di wilayah kerja Puskesmas Lumpatan Kabupaten Musi Banyuasin

Provinsi Sumatera Selatan.

Alat dan bahan yang digunakan yaitu rekaman bacaan Murrotal Qur'an Surah Arrahman dengan durasi 10 menit. Formulir pengukuran intensitas nyeri NRS dan VAS.

Prosedur pelaksanaan penelitian dimulai dengan menghubungi sampel. Sebanyak 34 orang sampel yang telah memenuhi kriteria selanjutnya dihubungi secara langsung dan secara tidak langsung melalui HP selanjutnya dijelaskan kepada sampel terkait teknis dan jadwal akan dilaksanakannya kegiatan penelitian. Setelah sampel memahami selanjutnya dilakukan prosedur penelitian dengan mengukur intensitas nyeri leher sebelum diberikan Murrotal Qur'an. Setelah 34 orang sampel diukur intensitas nyeri leher nya, selanjutnya dijelaskan terkait mendengar Murrotal Qur'an yang dilakukan selama 7 hari selama 10 menit sebelum tidur. Pada hari ke 7 dilakukan pengukuran kembali intensitas nyeri leher. Setelah semua sampel diukur selanjutnya dilakukan rangkaian prosedur pengolahan dan analisis data menggunakan program SPSS.

HASIL PENELITIAN ANALISA UNIVARIAT

1. Umur Sampel Penelitian

Tabel 1
Umur Sampel Penelitian

Umur	Frekuensi	%
45-60 tahun	16	47,1
61-70 tahun	15	44,1
> 70 tahun	3	8,8
Total	34	100.0

Tabel 1 di atas menunjukkan usia sampel 45-60 tahun sebanyak 16 orang sampel (47.1%). Umur 61-70 sebanyak 15 orang sampel (44.1%) dan umur di atas 70 tahun sebanyak 3 orang sampel (8.8%).

2. Jenis Kelamin Sampel Penelitian

Tabel 2
Jenis Kelamin Sampel Penelitian

Jenis Kelamin	Frekuensi	%
Laki-laki	4	11,8
Perempuan	30	88,2
Total	34	100.0

Tabel 2 di atas menunjukkan jenis kelamin sampel yang berpartisipasi dalam penelitian yaitu sebanyak 4 orang sampel (11.8%) berjenis kelamin laki laki dan sebanyak 30 orang sampel (88.2%) berjenis kelamin Perempuan.

3. Nyeri Sebelum

Tabel 3
Rata rata nyeri sebelum diberikan Murrotal Qur'an

Skala Nyeri	Mean	Median	SD	Min - Maks	95 % CI
Sebelum terapi	7,06	7,0	1,127	4-9	6,67 - 7,45

Tabel 3 di atas menunjukkan rerata nilai nyeri leher pada penderita hipertensi sebelum diberikan Murrotal Qur'an yaitu nilai mean 7.06, nilai median 7.0 dan nilai standar deviasi 1.127. Nilai minimum 4 dan nilai maksimum 9 dan nilai CI 6,67-7.45.

4. Nyeri sesudah

Tabel 3
Rata rata nyeri sesudah diberikan Murrotal Qur'an

Skala Nyeri	Mean	Median	SD	Min - Maks	95 % CI
Sesudah terapi	4,94	5,0	1,278	2-7	4,5-5,39

Tabel 4 di atas menunjukkan rerata nilai nyeri leher pada penderita hipertensi sesudah diberikan Murrotal Qur'an yaitu nilai mean 4.94, nilai median 5.0 dan nilai standar deviasi 1.128. Nilai minimum 2 dan nilai maksimum 7 dan nilai CI 4,5-5.39.

5. Hasil Uji Wilcoxon

Tabel 5
Uji Wilcoxon

Uji Wilcoxon Sebelum – Sesudah Range of Motion	
Z	-5,229
p value	0.000

Tabel 5 di atas menunjukkan hasil analisis dengan menggunakan uji Wilcoxon, dari hasil uji diperoleh nilai *p value* 0.000.

PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan juni tahun 2023 bertempat di Desa Lumpatan wilayah kerja Puskesmas Lumpatan Kabupaten Musi Banyuasin Provinsi Sumatera Selatan. Dalam penelitian terdapat 34 orang sampel yang berpartisipasi dalam kegiatan penelitian. Sampel yang dipilih untuk ikut berpartisipasi sebelumnya diinformasikan dulu terkait kesediaannya untuk ikut dalam kegiatan penelitian. Di jelaskan pula hal hal apa dan bagaimana nanti teknis pelaksanaan penelitian yang akan diikuti oleh sampel penelitian. Dari 34 orang sampel yang berpartisipasi terdapat 16 orang sampel dengan rentang usia 45-60 tahun (47,1%), terdapat 15 orang sampel (44.1%) dengan rentang usia 61-70 tahun dan terdapat 3 orang sampel dengan rentang usia di atas 70 tahun (8.8%). Rentang usia tersebut dipilih atas dasar rentang usia yang cukup banyak ditemukan pada kasus hipertensi. Sedangkan untuk jenis kelamin sampel yang berpartisipasi dalam penelitian paling banyak adalah jenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 30 orang sampel

(88.2%) dan sisanya sebanyak 4 orang sampel (11.8%) berjenis kelamin laki laki. Pemilihan jenis kelamin perempuan didasarkan pada kriteria sampel penelitian yang telah ditentukan sebelumnya bahwa salah satu kriteria sampel yaitu memiliki pekerjaan sehari hari di lingkungan rumah tangga, sebagian besar sampel perempuan yang dipilih bekerja di lingkungan rumah tangga. Pemilihan kriteria ini didasarkan pada kajian penelitian yang pernah dilakukan oleh (Makawekes et al., 2020). Dalam artikel penelitiannya disebutkan bahwa aktivitas fisik akan berpengaruh terhadap perubahan nilai tekanan darah. Atas dasar ini peneliti melihat perlu adanya penyamaan aktivitas dari masing masing sampel yang berpartisipasi agar nantinya diharapkan bias dalam penelitian dapat bisa lebih diminimalisir.

Hasil analisis menggunakan uji Wilcoxon didapat nilai *p value* 0.000, nilai menunjukkan Murrotal Qur'an memberikan dampak yang cukup signifikan terhadap penurunan keluhan nyeri leher pada penderita hipertensi.

Hasil penelitian yang telah dilakukan sejalan dengan beberapa penelitian yang akan dikemukakan berikut ini. Saputri pada tahun 2019 pernah melakukan penelitian penerapan Murrotal pada penderita hipertensi yang mengalami nyeri, hasil penelitiannya menyebutkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari penerapan Murrotal Qur'an terhadap penurunan intensitas nyeri pada penderita hipertensi, (Saputri, 2019). Penelitian selanjutnya juga pernah dilakukan oleh (Nur et al., 2017) yang meneliti tentang pengaruh terapi Murrotal Qur'an terhadap tekanan darah pada penderita pasien hipertensi, hasil penelitiannya menyebutkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan terapi Murrotal Qur'an terhadap tekanan darah pada penderita pasien hipertensi. Ada pula penelitian yang pernah dilakukan oleh (Wulandini & Retnaningsih, 2022) yang meneliti tentang penerapan terapi Murrotal

Qur'an terhadap tekanan darah pada lansia, hasil penelitiannya menyebutkan bahwa terapi Murrotal Qur'an efektif dalam menurunkan tekanan darah. Penelitian lain yang pernah dilakukan terkait penerapan Murrotal Qur'an dan efeknya terhadap nyeri leher pada penderita hipertensi pernah dilakukan oleh (Novianita, 2020). Hasil penelitian Novianita menyebutkan bahwa dari hasil kajian yang didapat diketahui jika Murrotal Qur'an memberikan efek yang signifikan dalam menurunkan intensitas nyeri leher pada penderita hipertensi.

Murrotal Qur'an surat Ar Rahman yang dilakukan dengan cara mendengarkan kepada sampel dengan durasi 10 menit sebelum tidur dan diatur dengan volume sedang sehingga tidak terlalu bising dan tidak pula terlalu kecil akan menjadi media relaksasi dan akan berdampak pada proses transmisi suara ke dalam tubuh sehingga nantinya akan mempengaruhi sel sel yang ada di dalam tubuh. Suara yang terdengar melalui indera pendengaran selanjutnya akan diteruskan ke otak. Otak akan memberikan respon dengan mensekresikan beberapa hormon seperti hormon epinefrin, norepinefrin sehingga akan memberikan efek berupa penurunan tingkat stress, menurunkan tekanan darah, menurunkan frekuensi denyut nadi, mengatur pernafasan, irama jantung, (Nur et al., 2017). Selain itu juga otak juga akan memberikan respon dengan mensekresikan hormon endorfin yang berperan dalam mengikat reseptor opioid di system saraf dan juga berfungsi sebagai penghambat protein yang berperan sebagai sinyal rasa nyeri,

KESIMPULAN

Murrotal Qur'an memberikan efek positif terhadap keluhan nyeri leher pada penderita hipertensi.

SARAN

Murrotal Qur'an dapat dijadikan pelengkap dalam tatalaksana keluhan nyeri leher yang berkaitan dengan hipertensi.

Murrotal Qur'an dapat dilakukan dengan cara mendengarkan Surat Arrahman ataupun surat surat lain di dalam Al Qur'an dengan pengaturan volume audio yang sedang tidak terlalu keras dan tidak juga terlalu kecil. Durasi mendengar Murrotal dapat dilakukan selama 10 menit sebelum tidur. Selain itu pengaturan makanan, asupan natrium, tingkat stress, aktifitas fisik dan konsumsi obat hipertensi juga tetap harus dipertimbangkan untuk dilakukan guna melengkapi keberhasilan terapi keluhan nyeri leher akibat dari kenaikan tekanan darah atau hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

<https://sumsel.bps.go.id/indicator/30/368/1/jumlah-kasus-penyakit-menurut-jenis-penyakit.html>

- Arum, Y. T. G. (2019). Hipertensi pada Penduduk Usia Produktif (15-64 Tahun). *Higeia Journal of Public Health Research and Development*, 1(3), 84-94.
- History, A., Astuti, V. W., Amri, L. F., Keperawatan, J., Kemenkes, P., & Barat, S. (2021). *Prevalensi*. 9(1), 1-9.
- Kusuma, A. H., Setiawan, A., & Azzam, R. (2019). Pengaruh Terapi Murotal Terhadap Skala Nyeri Kepala Pada Klien Cedera Kepala Di Rsu Prof. Dr. Margono Soekarjo Dan RSUD Banyumas. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 1(2), 119-122. <https://doi.org/10.37294/jrkn.v1i2.60>
- Makawekes, E., Suling, L., & Kallo, V. (2020). Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Tekanan Darah Pada Usia Lanjut 60-74 Tahun. *Jurnal Keperawatan*, 8(1), 83. <https://doi.org/10.35790/jkp.v8i1.28415>
- Novianita, R. (2020). - Pasien Lansia Hipertensi. *Jurnal Kesehatan*, 8(2), 12-21.
- Nur, aini dwi, Priharyati, W., & puji, astuti sri. (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.

- Nurhakim, A. I., Dewi, I. P., & Nurohmah. (2018). Pengaruh Terapi Qur'anic Healing Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lanjut Usia Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan 'Aisyiyah*, 5(1), 7-15.
- Saputri, D. (2019). Penerapan Terapi Murotal Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri pada Pasien Hipertensi Dwi. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan (JIKK)*, 3(8), 122-126. <http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/591/577>
- Sartik, S., Tjekyan, R. S., & Zulkarnain, M. (2017). Risk Factors and the Incidence of Hipertension in Palembang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 8(3), 180-191. <https://doi.org/10.26553/jikm.2017.8.3.180-191>
- Thaha, I. L. M., A, W. A., & A, D. S. (2016). Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sigeri Kabupaten Pangkep. *Jurnal MKMI*, 12.2, 104-110.
- Vitani, R. A. I. (2019). Tinjauan Literatur: Alat Ukur Nyeri Untuk Pasien Dewasa. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 3(1), 1-7. <http://jurnal.d3per.uwhs.ac.id/index.php/mak/article/view/51/45>
- Wulandini, D. ayu, & Retnaningsih, D. (2022). Penerapan Terapi Murottal Terhadap Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi: Case Study. *Proceeding Widya Husada ...*, 19-25. <http://journal.uwhs.ac.id/index.php/whnc/article/view/439>
- Yulanda, G., & Lisiswanti, R. (2017). Penatalaksanaan Hipertensi Primer. *Jurnal Majority*, 6(1), 25-33.