

Efektivitas Terapi Murotal Qur'an Surah Ar-Rahman terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Desa Sungai Rangas Wilayah Kerja Puskesmas Martapura Barat

Evi Novianti¹, Hery Wibowo^{2*}

^{1,2} Program Studi Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Lambung Mangkurat, Jl. A. Yani Km. 36, Banjarbaru, Kalimantan Selatan, Indonesia, 70714

*Email korespondensi: hery.wibowo@ulm.ac.id

ABSTRAK

Hipertensi merupakan keadaan di mana tekanan darah yang mengalami peningkatan diatas normal. Seseorang bisa dikatakan hipertensi apabila tekanan darah sistoliknya melebihi 120 mmHg dan atau tekanan diastoliknya diatas 80 mmHg. Salah satu intervensi yang dapat dilakukan secara mandiri oleh perawat dalam penatalaksanaan hipertensi adalah dengan terapi komplementer. Pemberian intervensi mendengarkan murotal qur'an surah ar-rahman menjadi solusi alternatif untuk menangani dari masalah hipertensi. Metode yang digunakan adalah studi kasus asuhan keperawatan kepada pasien kelolaan yang dilakukan dengan terapi selama 7 hari berturut-turut yaitu dengan menerapkan terapi murotal Qur'an surah Ar-Rahman Terdapat penurunan tekanan darah setelah dilakukan terapi murotal Qur'an. Hasil evaluasi di hari ketujuh tekanan darah sebelum dilakukannya terapi adalah 160/110 mmHg. Sedangkan, tekanan darah setelah diterapi mengalami penurunan menjadi 140/110 mmHg. Berdasarkan hasil evaluasi selama 7 hari dilakukannya intervensi terapi Murotal Qur'an, terjadi adanya penurunan tekanan darah yang signifikan, yaitu dengan skor rata-rata sebelum terapi adalah 150/105,7 mmHg dan setelah terapi menjadi 147,1/104,2 mmHg.

Kata Kunci: Hipertensi, Terapi Murotal

ABSTRACT

Hypertension was a condition where blood pressure increases above normal. A person can be said to be hypertensive if their systolic blood pressure exceeds 120 mmHg and/or their diastolic pressure is above 80 mmHg. One of the interventions that can be carried out independently by nurses in the management of hypertension was complementary therapy. Providing interventions was listening to the murotal Qur'an surah ar-rahman was an alternative solution to dealing with the problem of hypertension. The method used is a case study of nursing care for managed patients which is carried out with therapy for 7 consecutive days, namely by applying murotal therapy of the Qur'an surah Ar-Rahman. There was a decrease in blood pressure after the Qur'an murotal therapy. The results of the evaluation on the seventh day of blood pressure before therapy was 160/110 mmHg. Meanwhile, blood pressure after being treated decreased to 140/110 mmHg. Based on the results of the 7-day evaluation of the Murotal Qur'an intervention therapy, there was a significant decrease in blood pressure, with the average score before therapy being 150/105.7 mmHg and after therapy being 147.1/104.2 mmHg

Keywords: Hypertension, Murotal Therapy

Cite this as: Novianti E dan Wibowo H. (2024). Efektivitas Terapi Murotal Qur'an Surah Ar-Rahman terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Desa Sungai Rangas Wilayah Kerja Puskesmas Martapura Barat. Nerspedia; 6(6): 635-639.

PENDAHULUAN

Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO), ada sebanyak 1,13 miliar jiwa di dunia yang mengalami penyakit hipertensi. Pada tahun 2025 diprediksi akan ada sekitar

1,5 miliar jiwa yang akan mengalami penyakit hipertensi, kemudian diperkirakan pertahunnya 10,44 juta jiwa akan meninggal dunia yang disebabkan karena penyakit hipertensi serta komplikasinya (1). Data yang didapatkan di wilayah kerja Puskesmas

Martapura Barat menunjukkan hipertensi masuk urutan tertinggi penyakit tidak menular. Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang sering ditemui terutama di warga Desa Sungai Rangas, Kecamatan Martapura Barat. Pada bservasi dan pengkajian saat stase keperawatan kesehatan lahan basah (KKLB) didapatkan hasil bahwa klien kelolaan yang berada di Desa Sungai Rangas kebanyakan warga sering mengonsumsi gorengan, ikan asin, dan makanan yang mengandung santan.

Hipertensi atau penyakit tekanan darah merupakan keadaan dimana tekanan darah yang mengalami peningkatan diatas normal 120/80 mmHg (2). Penataksanaan hipertensi dapat dilakukan dengan menggunakan terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Namun, terapi farmakologis jangka panjang memiliki efek samping seperti resistensi obat dan masalah obat yang dapat menyebabkan kerusakan organ. Oleh karena itu, diperlukan pilihan terapi yang lebih efektif dan aman untuk pasien hipertensi. Salah satu terapi yang dapat dilakukan secara mandiri dalam penatalaksanaan hipertensi oleh perawat adalah terapi komplementer.

Menurut Udani (2022), beberapa terapi komplementer yang murah dan mudah sebagai alternatif untuk membantu penurunan tekanan darah diantaranya hidroterapi, terapi berkebun, senam serta terapi meditasi dan murotal surah Ar-Rahman (3). Adapun juga seperti aroma terapi, relaksasi otot progresif, terapi tertawa, yoga, akupresure, bekam, masase kaki menggunakan minyak esensial lavender dan terapi musik (4).

Terapi murotal merupakan salah satu penyembuhan spiritual yang dapat dilakukan sebagai terapi komplementer yang efisien dan mudah diterapkan pada setiap individu. Pemberian intervensi mendengarkan murotal qur'an surah ar-

rahman menjadi solusi alternatif untuk menangani dari masalah hipertensi. Intervensi perawatan dengan mendengarkan murotal al-quran menjadi intervensi karena dapat dilakukan mandiri oleh klien dirumah. Penelitian yang dilakukan oleh Oktarosada (2021) bahwa secara signifikan terapi murotal Qur'an dapat berpengaruh terhadap penurunan darah tinggi (5). Selain itu, didukung dalam penelitian Wahyuni dkk (2019) terapi murotal Al-Quran surah Ar-Rahman lebih efektif dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi di dibandingkan terapi musik klasik (6).

Terapi murotal Al-Qur'an memiliki unsur meditasi, sugesti, dan relaksasi yang akan menimbulkan ketenangan dan respon emosi positif yang sangat berpengaruh dalam membangkitkan persepsi positif dan berpengaruh pada tekanan darah (5). Berdasarkan teori diatas terapi murotal Qur'an surah Ar-Rahman dilakukan untuk mengatasi kondisi klien kelolaan Ny. R yang selain memiliki tekanan darah tinggi juga disertai memiliki persepsi negatif seperti kecemasan.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian berupa studi kasus dengan melakukan pendekatan berupa asuhan keperawatan yang komprehensif yaitu meliputi pengkajian, penegakkan diagnosis keperawatan, perencanaan, implementasi, dan evaluasi keperawatan. Pengkajian pada klien dilakukan pada tanggal 3 Mei 2023. Setelah dilakukan pengkajian, penulis dapat menegakkan diagnosis keperawatan. Selanjutnya penulis merencanakan intervensi yang akan diberikan pada klien untuk mengatasi masalah keperawatan yang dialami klien, pada studi ini penulis menggunakan intervensi unggulan berupa mendengarkan murotal Qur'an surah Ar-Rahman. Penatalaksanaan

selama 7 hari dengan frekuensi satu kali sehari sebelum untuk menurunkan tekanan darah. Sebelum diberikan intervensi diperlukan persetujuan dari klien kemudian dilakukan pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah intervensi. Adapun alat dan bahan yaitu stetoskop, sphygmomanometer (tensimeter), stopwatch, lembar observasi pengukuran tekanan darah, handphone, earphone, murotal surah Ar-Rahman. Implementasi dan evaluasi dilakukan sebanyak 7 kali dengan frekuensi 1 kali perhari dari tanggal 04-10 Mei 2023.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengkajian yang dilakukan pada Rabu, 03 Mei 2023 jam 14.00 WITA, didapatkan bahwa Ny. R mengeluhkan cemas dan gelisah. Saat ini Tekanan darah Ny. R 140/100 mmHg, dan dan Ny. R terlihat sedikit gelisah. Hal itu dikarenakan Ny. R khawatir terhadap suaminya yang bekerja dan tidak mendapat kabar tentang kepulangan suaminya, Ny. R cemas

karena sebelumnya suaminya tidak pernah pergi jauh jika bekerja. Setiap malam Ny. R tidak bisa tidur karena mengkhawatirkan suaminya. Oleh karena itu peneliti memberikan intervensi dengan memberikan terapi murotal Al-Qur'an untuk membantu menurunkan tekanan darah.

Stress atau kecemasan juga merangsang kelenjar ginjal dan melepaskan hormol adrenalin yang menyebabkan jantung akan berdenyut menjadi lebih cepat serta lebih kuat, hal itu menyebabkan tekanan darah meningkat. Apabila stress tersebut berlangsung dengan cukup lama, tubuh akan menjadi berusaha untuk menyesuaikan sehingga akan menimbulkan kelainan organis atau perubahan patologis, dan gejala yang muncul yakni adalah tekanan darah tinggi (hipertensi). Pada beberapa faktor tersebut menunjukkan bahwa intervensi terapi murotal Qur'an penting diberikan dengan tujuan tekanan darah dapat terkontrol dan tercapainya kesehatan yang optimal pada klien Ny. R dengan hipertensi.

Tabel 1. Hasil Pengukuran Tekanan Darah

Hari/Tanggal	Jam	Tekanan Darah (mmHg)	
		Sebelum Intervensi	Setelah Intervensi
Kamis, 4 Mei 2023	17.07 WITA	160/100 mmHg	160/100 mmHg
Jumat, 5 Mei 2023	09.49 WITA	140/110 mmHg	150/110 mmHg
Sabtu, 6 Mei 2023	18.00 WITA	140/100 mmHg	140/100 mmHg
Minggu, 7 Mei 2023	14.47 WITA	150/100 mmHg	150/110 mmHg
Senin, 8 Mei 2023	16.20 WITA	150/110 mmHg	150/100 mmHg
Selasa, 9 Mei 2023	11.18 WITA	150/110 mmHg	140/100 mmHg
Rabu, 10 Mei 2023	15.45 WITA	160/110 mmHg	140/110 mmHg
Rata-rata		150/105,7 mmHg	147,1/104,2 mmHg

Intervensi terapi murotal Qur'an ini dipilih menjadi intervensi karena dapat dilakukan mandiri oleh klien di rumah, mudah diaplikasikan, dan bisa dilakukan diberbagai tempat. Murotal Al-Qur'an ini diberikan untuk menurunkan tekanan darah.

Berdasarkan hasil pengkajian sampai dengan hasil evaluasi selama 7 hari, dengan dilakukannya intervensi murotal Qur'an didapatkan hasil penurunan tekanan darah yang signifikan dengan skor rata-rata sebelum terapi adalah 150/105,7 mmHg dan setelah terapi menjadi 147,1/104,2 mmHg.

KETERBATASAN

Keterbatasan yang didapatkan saat pelaksanaan tindakan pemberian terapi murotal surah Ar-Rahman selama 7 hari ini yaitu kesibukan Ny. R yang sambil menjaga dan mengurus anak. Perbedaan waktu dalam pelaksanaan tindakan implementasi. Aktivitas Ny. R yang aktif mengurus anak dan rumah setiap hari dan kurangnya istirahat menjadi faktor yang tidak dapat dihindari. Ny. R mengatakan akan merubah pola hidup dan rutin mendengarkan murotal surah Ar-Rahman.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang tak terhingga dan sebesar-besarnya kepada kedua orang tua dan adik saya yang tidak henti-hentinya memberikan dukungan, doa, dan semangat. Kepada keluarga Ny. R yang telah bersedia menjadi subjek penelitian ini. Kepada pembimbing saya Bapak Hery Wibowo, Ns., M.Kep. yang telah meluangkan banyak waktu, memberikan bimbingan, motivasi, pengetahuan dan juga nasihat selama penelitian dan pada penulisan karya tulis ilmiah ners ini. Semua teman diskusi, teman kelompok dan teman-

teman profesi Ners angkatan 21, bagian Administrasi Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran dan untuk semua pihak yang terkait dalam membantu menyelesaikan tugas akhir ini.

PENUTUP

Penatalaksanaan intervensi mendengarkan murotal surah Ar-Rahman didapatkan adanya penurunan pada tekanan darah Ny. R. Dengan demikian terdapat pengaruh murotal surah Ar-Rahman terhadap penurunan tekanan darah sehingga dapat membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Diharapkan klien dapat memaksimalkan hasil yang didapat untuk menurunkan tekanan darah dan mengurangi kecemasan. Kemudian diharapkan perawat dapat menggunakan intervensi murotal Qur'an surah Ar-Rahman sebagai terapi komplementer. Selanjutnya Instansi kesehatan diharapkan dapat mengembangkan terapi komplementer berupa murotal Qur'an surah Ar-Rahman ini sebagai referensi tambahan dalam menurunkan tekanan darah.

DAFTAR PUSTAKA

1. Ashari Y, Nuriyah, Ima Maria I. Hubungan tingkat pengetahuan, sikap, dan dukungan keluarga terhadap perilaku pengendalian hipertensi di Puskesmas Kebun Handil Kota Jambi. JOMS. 2021.
2. Nadia EA. Efek pemberian jahe terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi. J Med Utama. 2020;2(1).
3. Udani G, Yulyuswarni, Lendawati. Pengaruh hidroterapi rendam kaki air hangat garam magnesium terhadap kadar magnesium darah dan tekanan darah lansia dengan hipertensi. J Kesehat Metro Sai Wawai. 2022;15(1):12-20.

4. Aulia PT, Wijayanti D, Acang N. Scoping review: efek musik sebagai terapi tambahan terhadap pengendalian tekanan darah pada penderita hipertensi. *J Integr Kesehat Sains*. 2021;3(1).
5. Oktarosada D, Pangestu NA. Pengaruh latihan terapi murotal Qur'an surah Ar-Rahman terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja UPT Puskesmas Bernung Kabupaten Pesawaran tahun 2020. *J Manaj Pendidik Islam Al-Idarah*. 2021;6(1):32-8.
6. Wahyuni W, Sinatrya A, Utami D. Effectiveness of classical music and Qur'an murottal therapies on patients with hypertension in middle adulthood for work area of Sibela Surakarta Health Center. 2020;2:347-9.
7. Tim Penyusun Rencana Induk Penelitian ULM. Rencana induk penelitian 2020-2024. Banjarmasin: Universitas Lambung Mangkurat; 2020.