



Pengaruh terapi murottal Al-Qur'an melalui media audio visual terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan *hipertensi* di Panti Sosial Tresna Wherda Minaula Kendari.

Nur Fitriah Jumatrin<sup>1</sup>, Andi Hikmah Jum.As<sup>2</sup>, Mustika Dewi Pane<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>STIKES Karya Kesehatan

### *Correspondensi Author*

Nur Fitriah Jumatrin

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Karya Kesehatan

Jl. AH.Nasution No. G 87 Andunohu, Kota Kendari

Email: fitriah.nur78@yahoo.com

### **Kata Kunci:**

**Murottal Al-Qur'an, Hipertensi, Tekanan Darah, Lansia.**

**Keywords :**

***Al-Qur'an Murottal, Hypertension, Blood Pressure, Geriatric.***

---

**Abstrak :** Lansia merupakan bagian kelompok rentan yang mudah terkena berbagai masalah kesehatan seperti penyakit seperti hipertensi. Pengobatan dari penyakit hipertensi dapat dilakukan dengan tehnik farmakologis dan non farmakologis. Tehnik non farmakologis yang dapat digunakan untuk menurunkan tekanan darah tinggi salah satunya adalah terapi murottal Al\_Qur'an. Pemberian terapi bacaan Al-Qur'an yang diperdengarkan dapat memberikan efek penyembuhan penyakit jasmani dan rohani. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi murottal Al-Qur'an melalui media audio visual terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di PSTW Minaula Kendari. Penelitian ini menggunakan desain penelitian quasi eksperiment dengan rancangan control group pretest-posttest design. Populasi dalam penelitian ini adalah Lansia dengan hipertensi sebanyak 28 orang, sampel dalam penelitian ini adalah 24 responden beragama islam dengan menggunakan tehnik total sampling. Variable dalam penelitian ini adalah besarnya tekanan darah. Data dikumpulkan dengan menggunakan sphygmomanometer digital. Pengaruh terapi Murottal Al-Qur'an diambil dari data penghitungan sphygmomanometer digital. Analisis penelitian menggunakan uji statistic non parametric (Uji wilcoxon) dengan signifikasi  $\alpha < 0,05$ . Hasil penelitian menunjukkan tekanan darah sistol dan diastole pada kelompok intervensi mengalami penurunan yang signifikan ( $p$  sistolik = 0.002,  $p$  diastolic = 0.002) sementara pada kelompok control menunjukkan ( $p$  sistol = 0.317,  $p$  diastole = 1.000). kesimpulan dari penelitian ini adalah ada pengaruh terapi Murottal Al-Qur'an melalui media audio visual terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Kecamatan Ranomeeto Kendari.

**Abstract:** *The elderly are part of a vulnerable group who are susceptible to various health problems such as diseases such as hypertension. Treatment of hypertension can be done with pharmacological and non-pharmacological techniques. Non-pharmacological techniques that can be used to reduce high blood pressure, one of which is murottal Al-Qur'an therapy. Providing therapy for reading the Qur'an that is heard can have a healing effect on physical and spiritual*

**Nur Fitriah Jumatrin<sup>1</sup>, Andi Hikmah Jum.As<sup>2</sup>, Mustika Dewi Pane<sup>3</sup>**, Pengaruh terapi murottal Al-Qur'an melalui media audio visual terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Panti Sosial Tresna Wherda Minaula Kendari.

*diseases. The purpose of this study was to determine the effect of murottal Al-Qur'an therapy through audio-visual media on reducing blood pressure in the elderly with hypertension at PSTW Minaula Kendari. This study used a quasi-experimental research design with a pretest-posttest control group design. The population in this study were the elderly with hypertension as many as 28 people, the sample in this study were 24 respondents who were Muslim by using total sampling technique. The variable in this study is the amount of blood pressure. Data were collected using a digital sphygmomanometer. The therapeutic effect of Murottal Al-Qur'an is taken from digital sphygmomanometer calculation data. The research analysis used non-parametric statistical test (Wilcoxon test) with a significance of  $< 0.05$ . The results showed that systolic and diastolic blood pressure in the intervention group experienced a significant decrease ( $p$  systolic = 0.002,  $p$  diastolic = 0.002) while in the control group it showed ( $p$  systolic = 0.317,  $p$  diastolic = 1,000). The conclusion of this study is that there is an effect of Murottal Al-Qur'an therapy through audio-visual media on reducing blood pressure in the elderly with hypertension at the Tresna Werdha Social Institution, Ranomeeto District, Kendari.*

## PENDAHULUAN

Memasuki masa lansia sangat diperlukan peran dari keperawatan untuk mempertahankan derajat kesehatan pada lansia dengan taraf yang setinggi tingginya supaya terhindar dari penyakit atau gangguan agar lansia dapat memenuhi kebutuhan dengan mandiri (Mubarak, 2005 dalam Jasmazarizal, 2011).

World Health Organization (WHO) mencatat bahwa terdapat 600 juta jiwa lansia pada tahun 2012 di seluruh dunia dan terdapat 142 juta jiwa lansia di wilayah regional Asia Tenggara. Sedangkan menurut Badan Pusat Statistik (BPS), tercatat jumlah lansia Indonesia mencapai jumlah 28 juta jiwa pada tahun 2012 dari yang hanya 19 juta jiwa pada tahun 2006.

Hipertensi lansia di dunia didapatkan pada tahun 2010 menunjukkan penderita hipertensi berkisar satu miliar. Di bagian Asia tercatat 38,4 juta penderita hipertensi pada tahun 2000 dan diprediksi akan menjadi 67,4 juta orang pada tahun 2025 (Muhammadun, 2010).

Dampak dari hipertensi terhadap lansia bila tidak segera di atasi bisa mengakibatkan kelainan yang fatal. Kelainan itu misalnya, kelainan pembuluh darah, jantung (kardiovaskuler) dan gangguan ginjal, bahkan pecahnya pembuluh darah kapiler di otak atau lebih biasa disebut dengan stroke dan berakhir dengan kematian (Nissonline, 2007 dalam Jasmazarizal, 2011).

Melihat kejadian dan dampak dari hipertensi, maka dilakukan penatalaksanaan hipertensi yang terdiri dari terapi farmakologis

dan terapi non farmakologis. Dalam terapi farmakologis misalnya *reserprine* yaitu obat yang paling luas digunakan dalam terapi hipertensi, tapi obat-obatan itu menghambat aktifitas sistem *sipatikoadrenergik* dengan menghilangkan sebagian dari *noradrenalin* yang tersimpan pada dinding arteri, menyebabkan *reuwolvina* bekerja aman dan cenderung lambat. Namun jika diminum terlalu banyak dapat menyebabkan depresi (Delta 2010 dalam Jasmazarizal 2011).

Obat-obat farmakologis dapat menghambat sistem *simpatis adrenergik*. Penatalaksanaan hipertensi umumnya dengan mengatasi gaya hidup seperti pengurangan berat badan, pengaturan diet makanan, olah raga teratur umumnya telah terbukti dapat menurunkan tekanan darah. Terapi musik efektif dapat menurunkan nyeri fisiologis, stres, dan kecemasan dengan mengalihkan perhatian seseorang dari nyeri. Musik terbukti menunjukkan efek yaitu, menurunkan tekanan darah dan mengubah persepsi waktu. Perawat dapat menggunakan musik dengan kreatif diberbagai situasi klinik, pasien umumnya lebih senang melakukan suatu kegiatan memainkan alat musik, menyanyikan lagu atau mendengarkan musik (Potter dan Perry, 2006).

Alternatif lain selain terapi musik menurut (Remolda, 2009 dalam Faradisi, 2012) adalah terapi religi. Terapi religi dapat mempercepat penyembuhan, hal ini telah dibuktikan oleh berbagai ahli seperti yang telah dilakukan Ahmad al Qhadi, direktur utama Islamic Medicine Institute for Education and

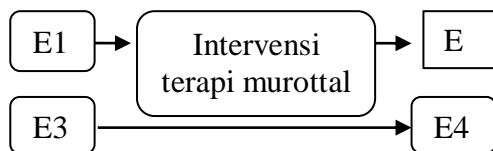
*Nur Fitriah Jumatrin<sup>1</sup>, Andi Hikmah Jum.As<sup>2</sup>, Mustika Dewi Pane<sup>3</sup>*, Pengaruh terapi murottal Al-Qur'an melalui media audio visual terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Panti Sosial Tresna Wherda Minaula Kendari.

Research di Florida Amerika Serikat, Penggunaan terapi murottal Al-Qur'an sebagai tatalaksanaan nonfarmakologik yakni dengan mendengarkan ayat Al-Qur'an seseorang akan mendapatkan ketenangan jiwa dan penyembuhan penyakit.

**METODE**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode Quasi Experiment. Rancangan penelitian yang digunakan adalah control group pretest-posttest design. Subyek diukur tekanan darahnya sebelum dan sesudah diberikan intervensi pada waktu penelitian, dan kelompok control diukur tekanan darahnya pada hari pertama dan hari terakhir tanpa diberi perlakuan. Setelah diberikan intervensi diharapkan terjadi suatu perubahan atau pengaruh pada variable ini. Secara sederhana penelitian ini dapat dilihat dengan gambaran sebagai berikut :

Bagan 1.2 Desain penelitian Pre-Post Test Control Group



Dibandingkan:

$$\begin{aligned}
 E1 - E2 &= X1 \\
 E3 - E4 &= X2 \\
 E1 - E3 &= X3 \\
 E2 - E4 &= X4 \\
 X1 - X2 &= X5
 \end{aligned}$$

Keterangan :

- E1 = Nilai tekanan darah sebelum terapi murottal Al-Qur'an pada lansia hipertensi
- E2 = Nilai tekanan darah setelah terapi murottal Al Qur'an pada lansia hipertensi.
- E3 = Nilai tekanan darah hari pertama lansia hipertensi pada kelompok kontrol.
- E4 = Nilai tekanan darah hari terakhir lansia hipertensi pada kelompok kontrol.
- X1 = Deviasi/perubahan nilai tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan intervensi terapi murottal Al Qur'an

- X2 = Deviasi/perubahan nilai tekanan darah tidak terapi murottal Al-Qur'an hari pertama dan hari terakhir pada kelompok kontrol.
- X3 = Perbedaan nilai tekanan darah sebelum dilakukan terapi murottal Al Qur'an pada kelompok intervensi dan kelompok control.
- X4 = Perubahan nilai tekanan darah sesudah dilakukan terapi murottal Al-Qur'an pada kelompok intervensi dan kontrol.

Populasi dalam penelitian ini adalah lansia yang menderita hipertensi di PSTW Minaula Kendari sebanyak 24 orang. Teknik pengambilan sampling yaitu total sampling.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**a. Hasil**

**1. Analisis Univariat**

Tabel 1.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Variabel	Mean	Median	Min-Max
<b>*Usia</b>			
Intervensi	64.50	67	7.477
Kontrol	69.67	70	2.605

Tabel 1.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis kelamin dan Indeks Massa Tubuh (IMT)

Variabel	Intervensi (n=12)	Kontrol (n=12)	Total	%
<b>*Jenis Kelamin</b>				
Laki-laki	0	0	0	0
perempuan	12	12	24	100
<b>*IMT</b>				
Kurus (17.0-18.5)	0	0	0	0
Normal (18.5-25.0)	8	9	17	75
Gemuk (25.0-27.0)	4	3	7	25
<b>Total</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>24</b>	<b>100</b>

**2. Hasil Penelitian**

Table 1.3

*Nur Fitriah Jumatrin<sup>1</sup>, Andi Hikmah Jum.As<sup>2</sup>, Mustika Dewi Pane<sup>3</sup>*, Pengaruh terapi murottal Al-Qur'an melalui media audio visual terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Panti Sosial Tresna Wherda Minaula Kendari.

Rata-rata nilai tekanan darah sistol dan diastole sebelum dan sesudah intervensi pada lansia dengan hipertensi

Hari Ke-	Variabel TD	Mean	Median	Min-Max
1	<b>*Sistol</b>			
	Pre Intervensi	154.17	155.00	140-170
	Post Intervensi	154.17	155.00	140-170
	<b>*Diastol</b>			
	Pre Intervensi	95.00	95.00	90-100
	Post Intervensi	84.17	80.00	80-90
2	<b>*Sistol</b>			
	Pre Intervensi	153.33	155.00	140-170
	Post Intervensi	153.33	155.00	140-170
	<b>*Diastol</b>			
	Pre Intervensi	95.00	95.00	90-100
	Post Intervensi	84.17	80.00	80-90
3	<b>*Sistol</b>			
	Pre Intervensi	153.33	155.00	140-170
	Post Intervensi	153.33	155.00	140-170
	<b>*Diastol</b>			
	Pre Intervensi	85.00	85.00	80-90
	Post Intervensi	77.50	80.00	70-80
4	<b>*Sistol</b>			
	Pre Intervensi	152.50	155.00	140-170
	Post Intervensi	152.50	155.00	140-170
	<b>*Diastol</b>			
	Pre Intervensi	81.67	80.00	70-90
	Post Intervensi	75.00	75.00	70-80
5	<b>*Sistol</b>			
	Pre Intervensi	150.00	150.00	140-160
	Post Intervensi	150.00	150.00	140-160
	<b>*Diastol</b>			
	Pre Intervensi	81.67	80.00	70-90
	Post Intervensi	76.67	80.00	70-80
6	<b>*Sistol</b>			
	Pre Intervensi	150.00	150.00	140-160
	Post Intervensi	149.17	150.00	140-160
	<b>*Diastol</b>			
	Pre Intervensi	78.33	80.00	70-90
	Post Intervensi	73.33	70.00	70-80
7	<b>*Sistol</b>			
	Pre Intervensi	146.67	150.00	130-160
	Post Intervensi	146.67	150.00	130-160
	<b>*Diastol</b>			
	Pre Intervensi	85.83	85.00	70-100
	Post Intervensi	78.33	80.00	70-90
8	<b>*Sistol</b>			
	Pre Intervensi	145.00	150.00	130-160
	Post Intervensi	145.00	150.00	130-160
	<b>*Diastol</b>			
	Pre Intervensi	81.60	80.00	70-90
	Post Intervensi	76.67	75.00	70-90
9	<b>*Sistol</b>			
	Pre Intervensi	143.33	140.00	130-160
	Post Intervensi	143.33	140.00	130-160
	<b>*Diastol</b>			
	Pre Intervensi	83.33	80.00	70-90
	Post Intervensi	75.83	80.00	70-80

10	<b>*Sistol</b>			
	Pre Intervensi	141.67	140.00	130-150
	Post Intervensi	141.67	140.00	130-150
	<b>*Diastol</b>			
	Pre Intervensi	83.33	80.00	80-90
	Post Intervensi	75.83	80.00	70-80
11	<b>*Sistol</b>			
	Pre Intervensi	140.00	140.00	130-150
	Post Intervensi	140.00	140.00	130-150
	<b>*Diastol</b>			
	Pre Intervensi	76.67	80.00	70-80
	Post Intervensi	71.57	70.00	70-80
12	<b>*Sistol</b>			
	Pre Intervensi	136.67	135.00	130-150
	Post Intervensi	136.67	135.00	130-150
	<b>*Diastol</b>			
	Pre Intervensi	82.50	80.00	70-100
	Post Intervensi	74.17	70.00	70-90
13	<b>*Sistol</b>			
	Pre Intervensi	135.00	135.00	120-150
	Post Intervensi	134.17	135.00	120-150
	<b>*Diastol</b>			
	Pre Intervensi	78.33	80.00	70-90
	Post Intervensi	72.50	70.00	70-80
14	<b>*Sistol</b>			
	Pre Intervensi	132.13	130.00	120-140
	Post Intervensi	131.67	130.00	120-140
	<b>*Diastol</b>			
	Pre Intervensi	76.67	75.00	70-90
	Post Intervensi	71.67	70.00	70-80
15	<b>*Sistol</b>			
	Pre Intervensi	130.00	130.00	120-140
	Post Intervensi	130.00	130.00	120-140
	<b>*Diastol</b>			
	Pre Intervensi	82.50	80.00	70-90
	Post Intervensi	70.00	70.00	70-70

Table 1.4  
Rata-rata nilai tekanan darah sistol dan diastole kelompok intervensi dan control pada evaluasi awal dan evaluasi akhir lansia hipertensi

Evaluasi	Mean	Median	Min-Max
<b>Evaluasi awal</b>			
<b>*Intervensi</b>			
Sistol	154.17	155.00	140-170
Diastole	95.00	95.00	90-100
<b>*Control</b>			
Sistol	145.83	150.00	140-150
Diastole	86.67	90.00	80-90
<b>Evaluasi Akhir</b>			
<b>*Intervensi</b>			
Sistol	130.00	130.00	120-140
Diastole	70.00	70.00	70-70
<b>*Control</b>			
Sistol	146.67	150.00	140-150
Diastole	86.67	90.00	80-90

*Nur Fitriah Jumatrin<sup>1</sup>, Andi Hikmah Jum.As<sup>2</sup>, Mustika Dewi Pane<sup>3</sup>*, Pengaruh terapi murottal Al-Qur'an melalui media audio visual terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Panti Sosial Tresna Wherda Minaula Kendari.

**2. Analisis Bivariat**

Table 1.5  
Analisa Hasil Uji Normalitas Data Responden Intervensi dan Control

Variable	Pengukuran	Kelompok	Nilai signifikansi
TD Sistol	Pertemuan pertama	Intervensi	0.176
		Control	0.000
	Pertemuan terakhir	Intervensi	0.027
		Control	0.000
TD Diastol	Pertemuan pertama	Intervensi	0.001
		Control	0.000
	Pertemuan terakhir	Intervensi	0.000
		Control	0.000

Table 1.6  
Analisa kesetaraan kelompok control dan intervensi lansia dengan hipertensi berdasarkan Usia

Variable	Kelompok	n	Mean	P Value
Usia	Intervensi	12	64.50	0.318
	Control	12	69.67	
TD sistol kunjungan awal	Intervensi	12	154.17	0.301
	Control	12	145.83	
TD diastole kunjungan akhir	Intervensi	12	130.00	0.090
	Control	12	86.67	

Table 1.7  
Analisa hasil uji wilcoxon pada kelompok intervensi dan control pada evaluasi awal dan akhir

Kelompok	Pemeriksaan	Variable	n	Mean	P value	
Intervensi	Sistol	Evaluasi awal	12	154.17	0.002	
		Evaluasi akhir	12	130.00		
	Diastole	Evaluasi awal	12	95.00	0.002	
		Evaluasi akhir	12	70.00		
	Control	Sistol	Evaluasi awal	12	145.83	0.317
			Evaluasi akhir	12	146.67	

Diastole	Evaluasi awal	12	86.67	1.000
	Evaluasi akhir	12	86.67	

**b. Pembahasan**

**1. Karakteristik Responden**

Data karakteristik responden dalam penelitian ini disusun berdasarkan usia, jenis kelamin dan indeks massa tubuh. Rentang usia kelompok intervensi antara 50 hingga 75 tahun. Sedangkan untuk responden control, rentang usia antara 65 hingga 75 tahun. Untuk jenis kelamin, pada penelitian ini kelompok responden intervensi dan control semua berjenis kelamin perempuan. Untuk indeks massa tubuh (IMT) untuk responden intervensi dan control 17 orang memiliki IMT normal dan 7 gemuk.

Responden lansia dipilih karena tubuh lansia telah mengalami penurunan baik fungsi maupun strukturnya seperti aterosklerosis, berkurangnya elastisitas, dan penurunan relaksasi otot polos pembuluh darah dapat menurunkan curah jantung dan meningkatkan tahanan perifer sehingga terjadi hipertensi (Smeltzer & Bare, 2002). Secara insidensi usia lebih dari dan sama dengan 55 tahun 90% memiliki resiko terserang hipertensi. Dan usia 55-74 tahun perempuan atau yang telah menopause beresiko lebih tinggi terserang hipertensi dibandingkan laki-laki (Depkes, 2006). Selain itu, pemilihan responden perempuan dimaksudkan untuk menghomogenkan karakteristik responden.

**2. Analisa kesetaraan usia dan tekanan darah kelompok intervensi dan kelompok control.**

Untuk hasil analisa kesetaraan usia, dan nilai tekanan darah pada penelitian ini, menunjukkan bahwa usia dan nilai tekan darah sistol maupun diastole pada responden intervensi dan responden control setara (varian sama). Hal ini dikuatkan dengan nilai P value yang lebih dari 0.05 ( $P > 0.05$ ). secara statistic berarti usia dan nilai tekanan darah responden dalam penelitian ini homogen.

**3. Pengaruh terapi murottal Al-Qur'an terhadap penurunan tekanan darah pada**

*Nur Fitriah Jumatrin<sup>1</sup>, Andi Hikmah Jum.As<sup>2</sup>, Mustika Dewi Pane<sup>3</sup>*, Pengaruh terapi murottal Al-Qur'an melalui media audio visual terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Panti Sosial Tresna Wherda Minaula Kendari.

**lansia dengan hipertensi.**

Distribusi nilai tekanan darah sistol dan diastole setiap pertemuan menunjukkan adanya penurunan rata-rata nilai tekanan darah sistol dan diastole setelah dilakukan intervensi dari pertemuan awal hingga pertemuan terakhir yakni dari 12 orang responden intervensi dilakukan pengukuran awal kemudian dilanjutkan dengan pemberian terapi murottal setelah itu dilakukan pengukuran kembali didapatkan sebanyak 9 orang mengalami penurunan tekanan darah selama proses terapi. Sedangkan untuk perbandingan rata-rata tekanan darah kelompok intervensi dan control menunjukkan adanya perbedaan rata-rata nilai tekanan darah pertemuan awal dan pertemuan akhir.

Hasil analisa pengaruh terapi murottal Al-Qur'an terhadap penurunan tekanan darah secara statistic menunjukkan adanya penurunan tekanan darah sistol dan diastole yang signifikan setelah dilakukan intervensi selama 15 hari pertemuan. Hal ini dibuktikan dengan nilai P value yang kurang dari 0.05 ( $P < 0.05$ ) pada uji beda dua mean tekanan darah sistol dan diastole antara evaluasi awal dan evaluasi akhir kelompok intervensi. Sedangkan untuk kelompok control hasil P value uji beda dua mean tekanan darah sistol dan diastole antara evaluasi awal dan akhir lebih dari 0.05 ( $P > 0.05$ ).

Hal ini jelas bisa terjadi karena pada saat seseorang menerima stressor yang menimbulkan ketegangan dan kecemasan, saraf-saraf simpatis dalam tubuh akan bekerja dan memicu penyempitan pembuluh darah perifer dan akan menimbulkan peningkatan tekanan darah. Kemudian apabila seseorang tersebut melakukan relaksasi, akan terjadi aktifasi saraf parasimpatis yang memiliki fungsi berlawanan dengan saraf simpatis. Yang berarti dalam hal ini relaksasi dapat menjadi active coping skill pada saat seseorang menerima stressor (Purwanto, 2006). Mendengarkan Al-Qur'an atau sambil ikut membaca dengan tenang dan penuh rasa yakin atas Allah SWT, akan menimbulkan proses pemasrahan diri kepada Sang Pencipta yang akan membawa kondisi pasif bagi tubuh si pendengar. Selain itu, bacaan Al-Qur'an juga akan menimbulkan efek placebo yang menyehatkan dan dapat menjadi salah satu

relaksasi yang disebut dengan metode meditasi transendensi. Dari hasil pengamatan saat melakukan intervensi, rata-rata lansia yang mengalami penurunan tekanan darah adalah mereka yang mendengarkan dengan sangat tenang dan ikut membaca surah-surah yang diperdengarkan melalui mp3 player bahkan ada beberapa lansia yang nampak terharu saat diberikan intervensi. Hal ini sesuai dengan firman Allah Swt dalam surah Al-A'raaf ayat 204 yang artinya "dan apabila dibacakan Al-Qur'an, maka dengarkanlah ia (Baik-baik) dan perhatikanlah dengan tenang agar kamu mendapat rahmat."

Relaksasi ini tidak berfokus pada proses pengenduran otot atau proses pelepasan fisik lainnya, melainkan pada frase yang diucapkan atau yang didengarkan berulang dengan ritme yang teratur disertai kepasrahan diri pada Allah Swt. Pada saat dilakukan pengulangan frase tersebut, tubuh akan terjadi proses relaksasi yang pada dasarnya ialah mengaktifkan saraf-saraf parasimpatis yang akan menurunkan semua respon tubuh yang telah dinaikan oleh saraf simpatis (Purwanto, 2006). Saat melakukan relaksasi, ketegangan pikiran akan berkurang dan mengurangi respon "fight or flight", sehingga jumlah adrenalin yang dilepas ikut berkurang dan sirkulasi darah pun ikut membaik (Vitahealth,2006).

Hasil penelitian ini sesuai dengan hipotesis penelitian. Data statistic menunjukkan bahwa mendengarkan murottal Al-Qur'an yang dilakukan terhadap responden selama 5 hari dalam satu minggu selama 3 minggu dapat menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. Intervensi dilakukan pagi hari saat ketika lansia belum banyak melakukan kegiatan yang dapat memacu kerja jantung sehingga bekerja lebih cepat yang akan berpengaruh pada tekanan darah lansia. Hal ini serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh Imam Maulana fikri (2012) tentang pengaruh membaca Al-Qur'an terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi di wilayah kerja puskesmas ciputat. Secara umum tujuan dari dua penelitian diatas tercapai yakni untuk mengetahui pengaruh intervensi yang diberikan terhadap penurunan tekanan darah.

*Nur Fitriah Jumatrin<sup>1</sup>, Andi Hikmah Jum.As<sup>2</sup>, Mustika Dewi Pane<sup>3</sup>*, Pengaruh terapi murottal Al-Qur'an melalui media audio visual terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Panti Sosial Tresna Wherda Minaula Kendari.

Banyak factor yang dapat mempengaruhi nilai tekanan darah selain factor usia dan stress psikososial antara lain diet garam dan kebiasaan berolahraga. Bagi penderita hipertensi, keteraturan minum obat pun akan mempengaruhi nilai tekanan darah serta keberhasilan pengobatan Bare & Smeltzer. (2002).

Hal yang perlu diperhatikan oleh penderita hipertensi dalam menjalankan terapi ialah kualitas minum obat anti hipertensi yang diberikan. Kepatuhan pasien berpengaruh terhadap keberhasilan suatu pengobatan. Konsumsi obat anti hipertensi yang baik dapat menurunkan tekanan darah serta dapat menurunkan resiko komplikasi yang ditimbulkan oleh hipertensi Bare & Smeltzer. (2002).

## SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil uji statistik didapatkan bahwa ada pengaruh terapi murottal Al-Qur'an terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

Terapi murottal Al-Qur'an dapat dijadikan salah satu alternatif pengobatan non farmakologi untuk pasien hipertensi. Diharapkan petugas kesehatan dapat membuat program rehabilitasi dan promosi terapi murottal Al-Qur'an pada pasien dengan hipertensi.

## DAFTAR RUJUKAN

- Bare & Smeltzer. (2002). Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner & Suddart (Alih bahasa Agung Waluyo). Edisi 8 vol.3. Jakarta :EGC.
- Depkes RI. 2013. *Gambaran Kesehatan Lanjut Usia Di Indonesia*, Publikasi Bulletin Jendela Data Dan Informasi Kesehatan, diakses 4 April 2015, pukul 09.22 <http://www.depkes.go.id/folder/view/01/structure-publikasi-pusdatin-info-datinlansia.html>
- Faradisi, Firman. (2012). *Efektifitas terapi murottal dan terapi music klasik terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien Pra Operasi di Pekalongan*.

<http://www.journal.stikesmuh-pkj.ac.id.html> diakses tanggal 4 maret 2015.

- Jasmarizal, Leni. S (2011). *Pengaruh terapi music klasik (mozart) terhadap penurunan tekanan darah sistolik pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja puskesmas air dingin kecamatan koto tengah*. Padang: jurnal penelitian.
- Muhammadun, (2010). *Hidup Bersama Hipertensi, Seringai darah tinggi sang pembunuh sekejap*. Yogyakarta: In Books.
- Potter,P.A., & Perry, A. G. (2005). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses dan Praktik (terjemah : Komlasari et.al)*. Jakarta: EGC