

PENGARUH TERAPI MUROTTAL SURAT AL-KAHFI TERHADAP PENURUNAN
TEKANAN DARAH PADA LANSIA YANG MENGALAMI HIPERTENSI DI PANTI
SOSIAL TRESNA WERDHA PAGAR DEWA KOTA BENGKULU

Fernalia¹, Loren Juksen², Exwan Aryanto³, Buyung Keraman⁴

¹Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu
Email: lia_fernalia@yahoo.com

²Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu
Email: juksenloren@yahoo.com

³Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu
Email: E-mail: exwan14@gmail.com

⁴Universitas Bengkulu
Email: keramanbuyung@gmail.com

ABSTRACT: *The Effects of Al- Kahfi Murottal Therapy on Blood Pressure Decreasing in Elderly People Who Have Hypertension in Social Institution of Tresna Werdha Pagar Dewa in Bengkulu*

Background: Hypertension is a disease that is a major risk factor for mortality in the Southeast Asian region and is a cause of early death in the world, it needs a preventive measure to overcome one of them by non-pharmacological management. Al-Kahfi murottal therapy that can reduce blood pressure in hypertensive patients non-pharmacologically.

Purpose: The purpose of this study to determine the effect of murottal Al-Qur'an therapy with a decrease in blood pressure in elderly people who have hypertension at PSTW Pagar Dewa.

Method: This study used pre-test and post-test one group design. The population in this study were all elderly people who were in PSTW Pagar Dewa in Bengkulu who had hypertension as many as 27 people. The sampling technique in this study was taken in total sampling and obtained a sample of 27 respondents. The data collection in this study using primary data obtained from observations was conducted twice, before and after the experiment. The data processed and analyzed using normality data analysis, univariate and bivariate

The results: The result of study showed: (1) from 27 samples before murottal therapy there were 19 elderly people who had hypertension stage 1 and 8 elderly hypertensive people in stage 2. (2) after murottal therapy there were 11 prehypertensive elderly people, there were 12 elderly stage 1 hypertension and 4 hypertensive elderly people in stage 2. (3) there was a significant effect between the administration of murottal therapy to the reduction of blood pressure in elderly people who had hypertension on PSTW Pagar Dewa in Bengkulu.

Conclusion: Conclusion is there is effects of Murottal Therapy on Decreasing Blood Pressure in Elderly People Who Have Hypertension in Social Institution of Tresna Werdha Pagar Dewa in Bengkulu

Keywords: *Murottal Therapy, Decreased Blood Pressure, Elderly*

INTISARI: PENGARUH TERAPI MUROTTAL SURAT AL-KAHFI TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA YANG MENGALAMI HIPERTENSI DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA PAGAR DEWA KOTA BENGKULU

Latar belakang: Hipertensi merupakan penyakit yang menjadi faktor resiko utama kematian di wilayah Asia Tenggara dan menjadi penyebab kematian dini didunia, perlu suatu tindakan preventif untuk menanggulangnya salah satunya dengan pengeelolaan non farmakologis. Terapi murotal Al-Kahfi merupakan terapi yang dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi secara non farmakologis.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mempelajari apakah ada pengaruh terapi murottal Al-Qur'an dengan penurunan tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi di PSTW Pagar Dewa.

Metode: Jenis penelitian ini menggunakan *pre-test and post-test one group design*. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh lansia yang berada di PSTW Pagar Dewa kota Bengkulu yang mengalami hipertensi sebanyak 27 orang. Tehnik pengambilan sampel dalam penelitian ini diambil secara *total sampling* dan diperoleh sampel sebanyak 27 responden. Pengumpulan data dalam peneitian ini dengan menggunakan data primer yang diperoleh dari observasi yang dilakukan secara dua kali yaitu sebelum dan sesudah eksperimen. Data kemudian diolah dan dianalisis menggunakan analisis normalitas data, univariat dan bivariat.

Hasil: penelitian didapatkan : (1) dari 27 sampel sebelum terapi murottal terdapat 19 orang lansia yang mengalami hipertensi tahap 1 dan 8 orang lansia hipertensi tahap 2. (2) setelah dilakukan terapi murottal terdapat 11 orang lansia prehipertensi, terdapat 12 orang lansia hipertensi tahap 1 dan 4 orang lansia hipertensi tahap 2. (3) ada pengaruh yang signifikan antara pemberian terapi murottal terhadap penurunan tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi di PSTW Pagar Dewa Kota Bengkulu.

Kesimpulan: terdapat pengaruh terapi murottal terhadap penurunan tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi di panti sosial tresna werdha pagar dewa kota bengkulu

Kata Kunci: Terapi Murottal, Penurunan Tekanan Darah, Lansia

PENDAHULUAN

Keberhasilan pembangunan adalah cita-cita suatu bangsa yang terlihat dari peningkatan taraf hidup dan Umur Harapan Hidup (UHH)/Angka Harapan Hidup (AHH). Namun peningkatan UHH ini dapat mengakibatkan terjadinya transisi epidemiologi dalam bidang kesehatan akibat meningkatnya jumlah angka kesakitan karena penyakit degeneratif. Perubahan struktur demografi ini diakibatkan oleh peningkatan populasi lanjut usia (lansia) dengan menurunnya angka kematian serta penurunan jumlah kelahiran. Begitu pula dengan laporan Badan Pusat Statistik (BPS) terjadi peningkatan UHH pada tahun 2000 UHH di Indonesia adalah 64,5 tahun dengan persentase populasi lansia adalah 7,18%. Angka ini meningkat menjadi 69,43 tahun pada tahun 2010 dengan persentase populasi lansia adalah 7,56% dan pada tahun 2011 menjadi 69,65 tahun dengan persentase populasi lansia adalah 7,58% (Kemenkes RI, 2013).

Menurut undang-undang nomor 13 tahun 1998 tentang kesejahteraan lanjut usia pada bab 1 pasal 1 ayat 2, yang dimaksud lanjut usia adalah seorang yang mencapai usia 60 tahun keatas.

Bertambahnya umur fungsi fisiologis mengalami penurunan akibat proses degeneratif (penuaan) sehingga penyakit tidak menular banyak muncul diusia lanjut. Selain itu masalah degeneratif menurunkan daya tahan tubuh sehingga rentan terkena infeksi penyakit menular. Penyakit tidak menular pada lansia diantaranya hipertensi, stroke, diabetes melitus, dan radang sendi atau rematik. Sedangkan penyakit yang menular diantaranya tuberculosis, diare, pneumonia, dan hepatitis (Kemenkes RI, 2013).

Hipertensi merupakan gangguan sistem peredaran darah yang

menyebabkan kenaikan tekanan darah diatas 140/90 mmHg. Berdasarkan etiologi, hipertensi dibagi menjadi dua, yaitu hipertensi primer atau suatu kondisi dimana penyebab skunder dari hipertensi tidak diketahui dan hipertensi skunder adalah penyakit *renovaskuler*, *aldosteronism* *pheochromocytoma*, gagal ginjal dan penyakit lainnya (Triyanto, 2014).

Gambaran ditahun 2013 dengan menggunakan unit analisis individu menunjukkan bahwa secara nasional 25,8% penduduk Indonesia menderita penyakit hipertensi. Jika saat ini penduduk Indonesia sebesar 252.124.458 jiwa maka terdapat 65.048.110 jiwa yang menderita hipertensi. Suatu kondisi yang cukup mengejutkan. Terdapat 13 provinsi yang persentasenya melebihi angka nasional, dengan tertinggi di Provinsi Bangka Belitung (30,9%) atau secara absolut sebanyak $30,9\% \times 1.380.762$ jiwa = 426.655 jiwa (Kemenkes 2013).

Jumlah Penduduk Kota Bengkulu yang berusia diatas 18 tahun berjumlah 225,729 orang, melakukan pemeriksaan tekanan darah berjumlah 11,628 atau (5,15%). Penduduk yang didiagnosa hipertensi berjumlah 3,647 orang atau 31,36 %. Dibanding tahun 2014 terjadi peningkatan jumlah penduduk yang terdeteksi menderita hipertensi sebesar 3,12 % karena tahun 2014 penduduk penderita hipertensi hanya 28,24 % (Dinkes Kota Bengkulu, 2015).

Berdasarkan penelitian awal di PSTW kota Bengkulu terdapat 85 lansia yang tinggal di sana dan terdapat 29 lansia yang mengalami hipertensi. Hal ini menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi di PSTW Pagar Dewa cukup tinggi. Mengingat tingginya pasien dengan hipertensi di PSTW Pagar dewa Kota Bengkulu dan keinginan mereka untuk sembuh dengan tanpa obat, maka penulis

tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Terapi Murottal terhadap penurunan tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi di Panti Sosial Tresna Werda Pagar Dewa Kota Bengkulu”.

Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan dengan cara pengobatan non farmakologis yaitu penurunan berat badan, olahraga, mengurangi asupan garam, tidak merokok, hindari stress dan pengobatan farmakologis ada beberapa golongan obat anti hipertensi yaitu diuretik, penghambat simpatetik, betabloker, vasodilator, penghambat enzim konversi angiotensin, antagonis kalsium dan penghambat Reseptor angiotensin II (Wahdah dalam Dafriani, 2016).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Pagar Dewa Kota Bengkulu, sedangkan objek penelitian ini adalah seluruh lansia yang mengalami hipertensi yang tinggal di PSTW kota Bengkulu.

HASIL PENELITIAN

1. Analisis Univariat

Digunakan untuk memperoleh gambaran distribusi frekuensi dari

Penelitian ini dilakukan pada bulan Mei 2019.

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre-experimental* dengan *pre-test and post-test one group design* yaitu dalam desain ini observasi yang dilakukan secara dua kali yaitu sebelum dan sesudah experiment. Sampel pada penelitian ini diambil secara *total sampling* yaitu dengan cara mengambil subjek sesuai dengan tujuan tertentu dan memenuhi kriteria inklusi. kriteria inklusi adalah karakteristik umum subjek penelitian dari suatu populasi target dan terjangkau yang akan diteliti. Jumlah sampel dalam penelitian ini berjumlah 27 orang lansia.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan data primer yang diperoleh dari observasi yang dilakukan secara dua kali yaitu sebelum dan sesudah eksperimen. Tehnik analisa data dalam penelitian ini menggunakan uji normalitas, analisis univariat dan analisis bivariat dengan uji *wilcoxon signed rank test*.

variabel independen dan variabel dependen.

Tabel 1
Kategori Tekanan Darah Sebelum Perlakuan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
valid Hipertensi Derajat 1	19	70,4	70,4	70,4
Hipertensi Derajat 2	8	29,6	29,6	100,0
Total	27	100,0	100,0	

Dari tabel diatas dapat diketahui sebelum perlakuan terapi murattal terdapat 19 orang (70,4%) lansia

hipertensi derajat 1 dan 8 orang (29,6%) lansia hipertensi derajat 2.

Tabel 2
Kategori Tekanan Darah Sesudah Perlakuan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
valid	Pre Hipertensi	11	40,7	70,4	40,7
	Hipertensi Derajat 1	12	44,4	44,4	85,2
	Hipertensi Derajat 2	4	14,8	14,8	100,0
Total		27	100,0	100,0	

Dari tabel diatas dapat diketahui sesudah perlakuan terapi murattal terdapat 11 orang (40,7 %) lansia pre

hipertensi, 12 orang (44,4%) lansia hipertensi derajat 1 dan 4 orang (14,8 %) lansia hipertensi derajat 2.

2. Uji Normalitas Data

Dilakukan untuk mengetahui apakah ada normal atau tidak

dengan uji kasus sampel kecil atau *Shapiro Wilk*

Tabel 3
Hasil Uji Normalitas Data

			Statisti c	Df	Sig
Tekanan Darah	Sistolik	Sebelum Perlakuan	0,757	27	0,000
Tekanan Darah	Sistolik	Sesudah Perlakuan	0,831	27	0,000
Tekanan Darah	Diastolik	Sebelum Perlakuan	0,872	27	0,003
Tekanan Darah	Diastolik	Sesudah Perlakuan	0,869	27	0,003
a. Lilliefors Significance Correction					

Hasil uji normalitas data dengan uji *Shapiro-Wilk* didapat nilai : P-value=0,000<0,05 untuk tekanan darah sistolik sebelum perlakuan, berarti data tdk normal. P-value=0,000<0,05 untuk tekanan darah sistolik sesudah perlakuan, berarti data tidak normal. P-value=0,003<0,05 untuk tekanan darah diastolik sebelum perlakuan,

berarti data tidak normal. P-value=0,003<0,05 untuk tekanan darah diastolik sesudah perlakuan, berarti data tidak normal. Sehingga tidak memenuhi syarat untuk uji statistik *Paired sample t-test*. Selanjutnya akan digunakan uji statistik *Wilcoxon sign Rank Test*.

3. Analisis Bivariat

Dilakukan untuk mengetahui pengaruh terapi murottal terhadap

penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di PSTW Pagar Dewa Kota Bengkulu.

Tabel 4
Kategori Tekanan Darah Sebelum Perlakuan dan kategori tekanan darah sesudah Perlakuan Crosstabulation

		Kategori Tekanan Darah Sesudah Perlakuan			Total
		Pre Hipertensi	Hipertensi Derajat 1	Hipertensi Derajat 2	
Kategori Tekanan Darah Sebelum Perlakuan	Hipertensi Derajat 1	11	8	0	19
	Hipertensi Derajat 2	0	4	4	8
Total		11	12	4	27

Dari 19 orang lansia hipertensi tahap 1 sebelum perlakuan terdapat 11 orang pre hipertensi dan 8 orang hipertensi tahap 1, dan dari 8 orang

hipertensi tahap 2 sebelum terapi terdapat 4 orang hipertensi tahap 1 dan 4 orang hipertensi tahap 2.

Tabel 5
Uji Statistik Wilcoxon Signed Ranks Test

Tekanan Darah	Ranks	Z	P-Value (Asymp. Sig. 2-tailed)
Beda Tekanan Darah Sistolik sesudah -sebelum perlakuan	Negative Ranks : 17 Positive Ranks : 0 Ties : 10 Total : 27	-3,758	0,000
Beda tekanan darah diastol sesudah - sebelum perlakuan	Negative Ranks: 10 Positive Ranks : 0 Ties : 17 Total : 27	-3,051	0,002

Dari tabel Test Statistik *Wilcoxon Signed Rank Test* yang sudah dilakukan, diketahui Nilai p-value = $0,000 < 0,05$ untuk tekanan darah sistolik, berarti signifikan, artinya terdapat perbedaan tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah perlakuan (terapi murottal). Nilai p-value = $0,002 < 0,05$ untuk tekanan darah diastolik, berarti signifikan, artinya terdapat perbedaan tekanan

darah diastolik sebelum dan sesudah perlakuan (terapi murottal).

Jadi dapat diambil kesimpulan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, jadi ada pengaruh terapi murottal terhadap penurunan tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi di PSTW Pagar Dewa Kota Bengkulu.

PEMBAHASAN

1. Gambaran Tekanan Darah Sebelum perlakuan terapi murottal pada lansia dengan hipertensi Di PSTW Pagar Dewa Kota Bengkulu

Dari 27 lansia diperoleh rata-rata tekanan darah sistolik sebelum terapi murottal adalah 152,22 mmHg, sedangkan nilai rata-rata tekanan darah diastolik sebelum perlakuan adalah 87,78. terapi murottal Al-Qur'an adalah terapi mendengarkan bacaan Al-Qur'an yang merupakan terapi religi dimana seseorang dibacakan ayat-ayat Al-Qur'an dengan menggunakan handset selama beberapa menit atau jam sehingga memberikan dampak positif dan memberikan kenyamanan bagi tubuh seseorang.

Dengan melakukan terapi murottal efek yang ditimbulkan adalah memberikan rasa nyaman saat dilantunkan diruangan yang tidak ada suara bising dari luar sehingga berdampak untuk mengurangi stress dan secara otomatis tekanan darah pada seseorang akan mengalami penurunan. Mendengarkan musik spiritual khususnya mendengarkan ayat suci Al-Quran (murottal) sangat baik untuk kesehatan (Mulyadi, 2016).

2. Gambaran tekanan darah sesudah perlakuan terapi murottal pada lansia dengan hipertensi di PSTW Pagar Dewa Kota Bengkulu

Dari 27 lansia diperoleh rata-rata tekanan darah sistolik setelah terapi murottal adalah 144,44 mmHg. Dan dari 27 lansia diperoleh rata-rata tekanan darah diastolik setelah terapi murottal adalah 83,70 mmHg.

3. Pengaruh Terapi Murottal Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia di PSTW Pagar Dewa

Dari 27 lasia diperoleh rata-rata tekanan darah sistolik sebelum terapi murottal adalah 151,85 mmHg, sedangkan rata-rata tekanan darah sistolik setelah terapi murottal adalah 144,44 mmHg. Dan dari 27 lansia diperoleh rata-rata tekanan darah diastolik sebelum terapi murottal adalah 87,78 mmHg, sedangkan rata-rata tekanan darah diastolik setelah terapi murottal adalah 83,70 mmHg.

Hal ini menunjukkan kontrol tekanan darah pada lansia sebelum dan sesudah terapi murottal mengalami penurunan. Dengan rutin melakukan terapi murottal efeknya tidak hanya menghilangkan rasa stress dan meningkatkan pelepasan endorfin yang menimbulkan efek rasa nyaman tetapi mampu mengurangi kadar kortisol, epinefrin, nonepinefrin, dopa dan hormon pertumbuhan di dalam serum.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada bulan Mei 2019 di PSTW Pagar Dewa Kota Bengkulu terdapat 15 orang lansia yang mengalami penurunan tekanan darah, hal ini dikarenakan lansia mampu memfokuskan pikirannya dan sedang tidak melakukan aktifitas apapun (Juliyanto, 2014).

Terdapat 12 orang lansia yang tidak mengalami penurunan tekanan darah, hal ini dapat terjadi karena lansia kurang memfokuskan pikirannya terhadap perlakuan terapi yang dilakukan, faktor lingkungan yang kurang mendukung misalnya lingkungan yang berisik

dan terdapat suara-suara bising dari luar, posisi yang kurang tepat pada saat dilakukan terapi. Hal ini didukung oleh Rochman dalam Julianto (2014), yang mengatakan terapi murottal tidak menimbulkan efek penurunan tekanan darah pada lansia karena, lansia mengalami kecemasan dan ketegangan sehingga berdampak tidak bisa memfokuskan pikirannya (konsentrasi) terhadap tindakan yang dilakukan, kurang konsentrasi menyebabkan stress dan posisi yang kurang nyaman.

Dari hasil uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* dan didapat keeratan antara pengaruh terapi murottal terhadap penurunan tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi dengan kategori hubungan sangat erat, hal ini berarti bahwa terapi murottal merupakan faktor yang membuat jiwa menjadi tenang dan mempengaruhi psikologis seseorang sehingga menyebabkan penurunan pada tekanan darah.

Implikasi Keperawatan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti mengambil kesimpulan bahwa pemberian terapi murottal benar-benar terbukti bisa memberikan efek relaksasi dan mengontrol stres yang menyebabkan terjadinya penurunan tekanan darah. Oleh karena itu diharapkan terapi murottal bisa dipergunakan untuk memberikan pelayanan keperawatan terkhusus pada lansia yang mempunyai masalah hipertensi agar tekanan darah bisa dikontrol.

Kesimpulan

1. Sebelum dilakukan perlakuan terapi murottal dari 27 sampel jumlah lansia yang mengalami hipertensi tahap 1 adalah 19 orang (70.4%) dan jumlah lansia yang hiperensi tahap 2 berjumlah 8 orang (29.6%).
2. Setelah dilakukan perlakuan terapi murottal dari 27 sampel jumlah lansia yang mengalami prehipertensi adalah 11 orang (40.7%), jumlah lansia yang mengalami hipertensi tahap 1 adalah 12 orang (44.4%), dan jumlah lansia yang mengalami hipertensi tahap 2 adalah 4 orang (14.8%).
3. Ada pengaruh yang signifikan antara terapi murottal terhadap penurunan tekanan darah lansia dengan hipertensi di PSTW Pagar Dewa Kota Bengkulu.

DAFTAR PUSTAKA

- Dafriani, putri. (2016). *Pengaruh rebusan daun salam terhadap tekanan darah pasien hipertensi di sungai bungkal kerinci*. Padang. Stikes Syedza Sainika Padang. Diakses dari: [file:///C:/Users/Acer/Downloads/56-97-1-SM%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Acer/Downloads/56-97-1-SM%20(1).pdf), diakses tanggal 5 November 2018, jam 04.30 WIB.
- Dinas Kesehatan kota Bengkulu. (2013). *Profil kesehatan kota bengkulu tahun 2013*. Kota Bengkulu.
- Dinas Kesehatan kota Bengkulu. (2015). *Profil kesehatan kota bengkulu tahun 2015*. Kota Bengkulu. Diakses dari: http://www.depkes.go.id/resources/download/profil/PROFIL_KES_PROVINSI_2015/07_Bengkulu_2015.pdf, diakses pada 11 November 2019 jam 14.00 WIB.

Julianto, veri. Riski. Siti. (2014). *Pengaruh Mendengarkan Murattal Al-Qur'an Terhadap Peningkatan Kemampuan Konsentrasi*. Bandung. UIN sunan Gunung Djati Bandung. Diakses dari: <http://journal.uinsgd.ac.id/index.php/psy/article/viewFile/473/482>, diakses tanggal 2 Februari 2019, jam 00.52 WIB.

Kementrian Kesehatan RI. (2013). *Gambaran Kesehatan Lanjut Usia di Indonesia*. Jakarta.

Mulyadi, Agus. Triyana & Faisal. (2016). *Terapi Murottal Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Panti Sosial Rehabilitasi Lanjut Usia Mulia Dharma Kabupaten Kubu Raya*. Pontianak. Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Tanjungpura Diakses dari: <http://jurnal.untan.ac.id/index.php/jmkeperawatanFK/article/view/30431/75676579595>. diakses tanggal 3 Mei 2019, jam 20:28 WIB.

Triyanto, Endang.(2014). *pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu*. Graha Ilmu