



## **Penerapan Terapi Murrotal Al-Qur'an Surat Ar- Rahman Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi Di Desa Pelem Kecamatan Gabus Kabupaten Grobogan**

*Application of Murrotal Al-Qur'an Surat Ar-Rahman Therapy Against Lowering Blood Pressure in Nursing Care for Hypertension Patients in Pelem Village, Gabus District, Grobogan Regency*

**Defi Ariyanti<sup>1</sup>, Chanif<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup> Program Studi Keperawatan Universitas Muhammadiyah Semarang, Semarang

Dosen Keperawatan Universitas Muhammadiyah Semarang, Semarang

Corresponding author: [defiariyanti279@gmail.com](mailto:defiariyanti279@gmail.com)

### **Abstrak**

Hipertensi Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana tekanan darah sistolik lebih dari 120 mmHg dan diastolik lebih dari 80 mmHg. Intervensi keperawatan untuk menurunkan tekanan darah dan nyeri yaitu dengan nonfarmakologi dengan menggunakan terapi murrotal Al-Qur'an surat Ar-Rahman. Murrotal merupakan rekaman Al-Qur'an yang dibaca dan dilantunan oleh seorang Qori, hal tersebut menunjukkan hasil yang positif bahwa mendengarkan ayat suci Al-Qur'an memiliki pengaruh yang signifikan dalam menurunkan ketegangan urat saaf reflektif. Untuk mengaplikasikan pemberian terapi murrotal Al-Qur'an surat Ar-Rahman terhadap penurunan tekanan darah pada suhan keperawatan pasien hipertensi. Desain studi kasus ini adalah *descriptive studi*, dengan menggunakan proses keperawatan. Sampel studi kasus ini adalah pasien hipertensi di Desa Pelem Kecamatan Gabus Kabupaten Grobogan. Sampel studi kasus ini terdiri dari 3 responden berjenis kelamin perempuan, dengan usis 45-60 tahun, menderita hipertensi primer. Terapi murrotal Al-Qur'an surat- Ar-Rahman dilakukan selama 3 hari dengan waktu masing masing 10-15 menit yang dilantunan oleh Muzzamil Hasballah dan didengarkan dengan menggunakan Headphone. Terjadi penurunan tekanan darah setelah dilakukan terapi murrotal Al-Qur'an dengan penurunan rata-rata *Mean Arterial Pressure (MAP)* adalah 121,8 mmHg. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pemberian terapi murrotal Al-Qur'an surat Ar-Rahman efektif menurunkan tekanan darah. Terapi murrotal dapat dijadikan intervensi asuhan keperawatan pada pasien hipertensi.

**Kata Kunci:** Hipertensi, terapi murrotal Al-Qur'an surat Ar-Rahman.

### **Abstract**

*Hypertension Hypertension is a condition in which systolic blood pressure is more than 120 mmHg and diastolic is more than 80 mmHg. Nursing interventions to reduce blood pressure and pain are non-pharmacological by using the murrotal Al-Qur'an Surah Al-Rahman therapy. Murrotal is a recording of the Al-Qur'an that is read and recited by a Qori, it shows a positive result that listening to the holy Qur'an has a significant effect in reducing tension in reflective veins. To apply the therapy of murrotal Al-Qur'an Surat Ar-Rahman to decrease blood pressure in the nursing temperature of hypertensive patients. The design of this case study is a descriptive study, using the nursing process. The sample of this case study was hypertension patients in Pelem Village, Gabus District, Grobogan Regency. The sample of this case study consisted of 3 female respondents, aged 45-60 years, suffering from primary hypertension. The murrotal therapy of Al-Qur'an Surat-Ar-Rahman was carried out for 3 days with 10-15 minutes each chanted by Muzzamil Hasballah and listened to using headphones. There was a decrease in blood pressure after murrotal Al-Qur'an therapy with a decrease in the mean mean arterial pressure (MAP) of 121.8 mmHg. These results indicate that the administration of murrotal Al-Qur'an Surat Ar-Rahman therapy is effective in reducing blood pressure. Murrotal therapy can be used as a nursing care intervention in hypertensive patients.*



*Keywords: Hypertension, murrotal therapy Al-Qur'an Surat Ar-Rahman.*

## PENDAHULUAN

Hipertensi adalah tekanan darah yang dikarenakan adanya gangguan yang terjadi pada pembuluh darah untuk menyalurkan oksigen dan nutrisi keseluruh tubuh sampai jaringan yang membutuhkan (Nurachmah & Gayatri, 2013). Hipertensi merupakan penyebab kematian nomer 7 didunia dari satu juta penduduk setiap tahunnya. Badan penelitian kesehatan WHO tahun 2015 menunjukan sekitar 1,13 milliard orang didunia menderita hipertensi. Hasil Riskesdas 2013 menunjukan angka prevalensi hipertensi secara nasional adalah 28,5%. Berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah, prevalensi hipertensi pada penduduk 18 tahun keatas pada tahun 2007 di Indonesia adalah sebesar 31,7. Menurut provinsi, prevalensi tertinggi di Kalimantan Selatan (39,6 %) dan terendah di Papua Barat (20,1%). Sedangkan provinsi Jawa Tengah sebanyak 12,98%. Sedangkan di Kecamatan Gabus sebanyak 331 kasus dan untuk Desa Pelem sebanyak 44 kasus dihitung dari periode januari- juni tahun 2020.

Terapi yang biasanya diberikan pada penderita hipertensi secara garis besar terbagi menjadi dua yaitu terapi farmakologi dan terapi non farmakologi. Untuk terapi non farmakologi sendiri biasanya penderita hipertensi dianjurkan untuk bergaya hidup sehat dan mengatur pola makan. Selain itu tidak jarang juga penderita hipertensi dianjurkan untuk tidak mudah mengalami stres (Dalimarta, 2008). cara yang dapat dilakukan untuk mengelola stres yaitu dengan cara olahraga, rekreasi dan relaksasi. Terapi relaksasi dalam mengatasi stres secara islami dapat dilakukan dengan terapi musik yaitu menggunakan terapi murrotal.

Adapun pengaruh terapi murrotal yaitu berupa adanya perubahan-perubahan arus listrik di otot, perubahan sirkulasi darah, perubahan detak jantung, dan kadar darah dalam kulit. Perubahan tersebut dapat menunjukan adanya relaksasi atau penurunan ketegangan urat saraf reflektif yang mengakibatkan terjadinya pelonggaran pembuluh nadi dan penambahan kadar darah dalam kulit, diiringi dengan penurunan frekuensi detak jantung. Terapi murrotal ini bekerja pada otak akan memproduksi zat kimia yang disebut neuropeptide. Molekul ini akan menyangkutkan kedalam reseptor-reseptor mereka yang ada didalam tubuh dan akan memberikan umpan balik yaitu kenikmatan dan kenyamanan.

Terapi murrotal yang digunakan dalam penulisan ini adalah Surah Ar-Rahman, karena surat ini memiliki makna mengenai kemurahan dan sifat kasih sayang Tuhan kepada hambaNya serta terdapat 31 ayat yang diulang yang artinya "maka nikmat mana yang kau dustakan". Ayat ini mengajarkan rasa syukur yang harus kita lakukan setiap saat (Qadhi, 2013).

## METODE

Desain Studi kasus yang akan digunakan adalah descriptive Study, dimana penulis menggambarkan pengelolaan pasien dalam menerapkan *Evidence Based Nursing Practice* terapi Murrotal Al-Qur'an terhadap tekanan darah pada Asuhan keperawatan Pasien Dengan Hipertensi dengan menggunakan pendekatan proses keperawatan. Subyek yang digunakan dalam karya tulis ilmiah ini adalah Pasien yang dipilih adalah pasien berjenis kelamin perempuan, berusia 45-60 tahun yang menderita hipertensi primer, bersedia untuk dilakukan terapi murrotal, tidak mengalami gangguan pendengaran, dan beragama islam. Sampel yang diambil sebanyak 3 responden yang dikelola selama 3 hari, setiap responden dengan pemberian tindakan keperawatan terapi murrotal. Penerapan dilakukan dirumah responden masing-

masing. Instrument studi kasus yang digunakan dalam penerapan ini yaitu sphygmomanometer, stetoskop earphone dan MP3.

## HASIL STUDI DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil Studi

#### 1. Karakteristik responden

Tabel 1  
Data demografi klien hipertensi.

Data	Klien 1	Klien 2	klien 3
Inisial	SM	S	SR
Usia	57 th	51 th	53 th
Jenis kelamin	P	P	P
Suku	Jawa	Jawa	Jawa
Pendidikan	Tidak sekolah	SD	SD
Agama	Islam	Islam	Islam
Pekerjaan	IRT	Toko	IRT

Responden yang dipilih adalah sebanyak 3 responden, masing-masing berjenis kelamin perempuan dengan usia 45-60 tahun dan beragama islam

Tabel 2  
Data yang berhubungan dengan hipertensi

Data	Ny. SM	Ny. S	Ny. SR
Keluhan utama	Pusing	Pusing	Pusing
Riwayat genetic	Ibu	Ibu	Ibu
Riwayat alcohol	Tidak	Tidak	Tidak
Riwayat perokok pasif	Iya	Iya	Iya
Obesitas IMT > 22,5	Tidak	Tidak	Iya
Konsumsi obat saat ini	Tidak	Tidak	Tidak
Stress	Iya	Iya	Iya

Dari hasil pengkajian didapatkan data pada masing masing responden memiliki riwayat genetic hipertensi, riwayat perokok pasif, dan faktor stress.

#### 2. Pengaruh terapi murrotal terhadap penurunan tekanan darah

Tabel 3  
Hasil pengukuran tekanan darah pre test terapi murrotal

Nama	Hari ke-1	Hari ke-2	Hari ke-3
Ny. SM	150/90 mmHg	160/90 mmHg	150/100 mmHg
Ny. S	160/100 mmHg	150/90 mmHg	160/90 mmHg
Ny. SR	140/90 mmHg	160/90 mmHg	140/100 mmHg

Tabel 4

Hasil pengukuran tekanan darah post test terapi murrotal

Nama	Hari ke-1	Hari ke-2	Hari ke-3
Ny. SM	140/90 mmHg	150/80 mmHg	140/80 mmHg
Ny. S	140/90 mmHg	140/90 mmHg	130/90 mmHg
Ny. SR	130/90 mmHg	150/90 mmHg	130/80 mmHg

Tabel 5

Hasil pengukuran MAP pre test terapi murrotal

Nama	Hari ke-1	Hari ke-2	Hari ke-3
Ny. SM	110 mmHg	113 mmHg	116 mmHg
Ny. S	120 mmHg	110 mmHg	116 mmHg
Ny. SM	106 mmHg	113 mmHg	113 mmHg

Tabel 6

Hasil pengukuran MAP post test terapi murrotal

Nama	Hari ke-1	Hari ke-2	Hari ke-3
Ny. SM	106 mmHg	103 mmHg	100 mmHg
Ny. S	106 mmHg	106 mmHg	103 mmHg
Ny. SR	97 mmHg	110 mmHg	103 mmHg

Pada studi kasus ini tindakan keperawatan dilakukan selama 3 terbukti mampu menurunkan tekanan darah. Untuk responden pertama terjadi penurunan tekanan darah dengan rata-rata sistole 148,3 mmHg, diastole 88,3 mmHg dan MAP 106 mmHg. Untuk responden kedua terjadi penurunan tekanan darah dengan rata-rata sistole 146,6 mmHg, diastole 91,6 mmHg dan MAP 110,1 mmHg. Untuk responden ketiga terjadi penurunan tekanan darah dengan rata-rata sistole 141,6 mmHg, diastole 90 mmHg dan MAP 107 mmHg.

## B. Pembahasan

Beberapa faktor yang mempengaruhi tekanan darah tinggi responden diantaranya adalah faktor genetic, jenis kelamin, usia dan faktor psikologi ( stress). Faktor-faktor tersebut mempengaruhi tekanan darah dari hari ke hari. Adanya faktor genetic pada keluarga tertentu akan mengakibatkan keluarga tersebut menderita hipertensi. Individu dengan orang tua yang memiliki riwayat hipertensi mempunyai resiko dua kali lebih besar untuk menderita hipertensi daripada orang yang tidak mempunyai keluarga dengan riwayat penyakit hipertensi. Sedangkan pada ketiga responden studi kasus mempunyai riwayat keluarga dengan hipertensi yaitu pada ibu. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sapitri (2016), menunjukkan bahwa keluarga yang mempunyai hipertensi dan penyakit jantung meningkatkan risiko hipertensi 2 sampai 5 kali lipat.

Faktor usia , hipertensi terjadi akibat seiring bertambahnya usia. Hal ini merupakan pengaruh dari degenerasi yang terjadi pada orang yang bertambah usianya. Dengan bertambahnya usia maka tekanan darah juga meningkat. Setelah usia 45 tahun, dinding arteri akan menebal oleh karena adanya penumpukan zat kolagen pada lapisan otot sehingga pembuluh darah lama-kelamaan akan menyempit dan akan menjadi kaku (corwin, 2000). Sedangkan pada responden, usia masing masing responden sudah melebihi 45 tahun. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Raihan (2014), bahwa 52,3% orang yang berusia  $\geq 35$  tahun yang menderita hipertensi. Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa hipertensi sering dijumpai pada orang yang berusia 35 tahun atau lebih. Hal ini disebabkan oleh



perubahan alami pada jantung, pembuluh darah dan hormone, apabila perubahan tersebut disertai faktor-faktor lain maka bisa memicu hipertensi.

Jenis kelamin, wanita cenderung lebih berisiko menderita hipertensi. Sebelum masa menopause wanita dilindungi oleh hormone yaitu hormone estrogen yang berfungsi untuk meningkatkan HDL (*High Density Lipoprotein*). Kadar HDL yang tinggi adalah faktor pelindung terjadinya aterosklerosis. Wanita mulai kehilangan sedikit demi sedikit hormone estrogen yang melindungi pembuluh darah dari kerusakan pada premenopause. Proses ini berlanjut sampai dimana hormone estrogen berubah kuantitasnya sesuai dengan umur wanita secara alami, yang pada umumnya mulai terjadi usia 45-55 tahun (Anggraini, 2008).

Faktor psikologi (stress), stress diyakini memiliki hubungan dengan hipertensi. Syarat simpatis dapat meningkatkan tekanan darah secara intermiten. Stress juga merangsang kelenjar anak ginjal untuk melepaskan hormone adrenalin dan memacu jantung agar berdenyut lebih cepat, sehingga tekanan darah meningkat. Dalam studi kasus ini, ketiga responden mengalami stress. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sapitri (2016), bahwa terdapat hubungan yang bermakna secara statistic antara stress dengan kejadian hipertensi diperoleh nilai OR =0.19 dan artinya orang yang memiliki riwayat stress berisiko terkena hipertensi sebesar 0,19 kali dibandingkan dengan orang yang tidak memiliki riwayat stress. Maka disimpulkan bahwa stress merupakan faktor risiko kejadian hipertensi. Berdasarkan pembahasan diatas, ketiga responden mengalami hipertensi disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya faktor genetic, jenis kelamin, usia dan faktor psikologi stress.

Pada studi kasus ini tindakan keperawatan yang dilakukan selama 3 hari pada 3 responden, terbukti mampu menurunkan tekanan darah. Untuk responden pertama terjadi penurunan tekanan darah dengan rata-rata pada sistole 148,3 mmHg, diastole 88,3 mmHg dan MAP 106 mmHg. Untuk responden kedua terjadi penurunan tekanan darah dengan rata-rata sistole 146,6 mmHg, diastole 91,6 mmHg dan MAP 110,1 mmHg. Untuk responden ketiga terjadi penurunan tekanan darah dengan rata-rata pada sistole 141,6 mmHg, diastole 90 mmHg dan MAP 107 mmHg. Penerapan ini menunjukkan adanya perbedaan hasil sebelum dan sesudah diberikan terapi murrotal terhadap penurunan tekanan darah pada asuhan keperawatan pasien hipertensi di Desa Pelem Kecamatan Gabus Kabupaten Grobogan.

Penurunan tekanan darah pada studi kasus ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Aini, Wulandari, Astuti (2018) menunjukkan adanya penurunan atau perubahan setelah dilakukan terapi murrotal. Ketika klien mendengarkan terapi audio maka sistem saraf mengkomunikasikan hipotalamus untuk meningkatkan hormone endofrin dikelenjar pituary dan menekan hormone stress, epineprin dan norepinefrin dikelenjar adrenal sehingga terapi murrotal dapat menurunkan tekanan darah, menurunkan denyut nadi, memperlambat detak jantung dan aktivitas gelombang otak.

## KESIMPULAN

Berdasarkan pembahasan diatas, ketiga klien mengalami hipertensi disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya faktor genetic, jenis kelamin, usia dan faktor psikologi stress. Pada studi kasus ini hanya mendapatkan terapi murrotal untuk menurunkan tekanan darah. Pada studi kasus ini tindakan keperawatan dilakukan selama 3 hari terbukti mampu menurunkan tekanan darah. Untuk responden pertama terjadi penurunan tekanan darah dengan rata-rata pada sistole 148,3 mmHg, diastole 88,3 mmHg dan MAP 106 mmHg. Responden kedua terjadi



penurunan tekanan darah dengan rata-rata sistole 146,6 mmHg, diastole 91,6 mmHg dan MAP 110,1 mmHg. Responden ketiga terjadi penurunan tekanan darah dengan rata-rata pada sistole 141,6 mmHg, diastole 90 mmHg dan MAP 107 mmHg.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini D.A, W. A. (2009). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Pasien yang Berobat di Poliklinik Dewasa Puskesmas Bangkinang Priod Januari sampai Juni 2008. *Riau: Universitas Riau*.
- Astuti, S.P., Aini, D. N., & Wulandari, P. (2018). Pengaruh Terapi Murrotal Al-Qur'an Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Ruang Cempaka Rsud Dr. H. Soewondo Kendal. *Jurnal Ners Widya Husada Semarang*, 3(2).
- Corwin, Elizabeth. (2000). *Buku Saku Patofisiologi*. Jakarta: ECG.
- Dinas kesehatan kota semarang. (2019). *Pertemuan Pemegang Program Penyakit Tidak Menular Puskesmas Bersama BPJS*. Semarang: Dinkes Semarang. <http://dinkes.semarangkota.go.id/index.php/content/post/197>
- Departemen kesehatan. (2018). *Hipertensi Pembunuh Diam-diam, Ketahui Tekanan Darah Anda*. Jakarta: Departemen Kesehatan. <http://www.depkes.go.id/article/view/18051600004/hipertensi-membunuh-diam-diam-ketahui-tekanan-darah-anda.html>
- Departemen kesehatan. (2019). *Hipertensi Penyakit Paling Banyak Diidap Masyarakat*. Jakarta: Departemen Kesehatan. <http://www.depkes.go.id/article/view/19051700002/hipertensi-penyakit-paling-banyak-diidap-masyarakat.html>
- Dalimarta, Setiawan. (2008). *Care you self hipertensi*. Jakarta : Penebar Plus.
- Ernawati, (2013). Pengaruh Mendengarkan Murrotal Q.S Ar Rahman Terhadap pola Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Rumah Sakit Nur Hidayah Yogyakarta. *Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (KTI)*
- Endrawatingsih, S.E (2012). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Grogol Limo Depok Jawa Barat.
- Heru, (2008). *Ruqyah Syar'I Berlandaskan Kearifan Lokal*. Jakarta: PT Dian Rakyat.
- Izzat, A. M. & Arif, M. 2011. *Terapi Ayat Al-Qur'an Untuk Kesembuhan : Keajaiban Al-Qu'an Menyembuhkan Penyakit*. Solo: Kafilah Publishing.
- Kementrian Agama. (2011). *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. Semarang: Toha.
- Korneliani & Meida. (2012). Obesitas Dan Stress Dengan Kejadian Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 118-119.
- Kowalak, J.P. Welsh, W, & Mayer, B. (2012). *Buku Ajar Patofisiologi*. Jakarta: ECG.
- Muttaqqin, A. (2009). *Asuhan Keperawatan klien dengan gangguan system kardiovaskuler*. Jakarta : Salemba medika.
- Mustamir, P. (2009). *Metodologi Supernal Menaklukkan Stres*. Jakarta: Hikmah.



- Manurung, Nixson. (2018). *Keperawatan Medikal Bedah, Konsep Mind Mapping Dan Nanda Nic Nic, Solusi Cerdas Lulus Ukom Bidang Keperawatan jilid 2*. Jakarta: CV. Trans Info Media.
- PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia: Definisi dan Tindakan Keperawatan*, Edisi 1. Jakarta: DPP PPNI.
- PPNI. (2016). *Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnosa*, Edisi 1. Jakarta: DPP PPNI.
- Pratiwi, L., Hasneli, Y., & Ernawaty, J. (2015). Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Dan Murrotal Al-Qur'an Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Primer (*Doctoral Dissertation, Riau University*).
- Purna. (2006). Murrotal. Diperoleh tanggal 30 November 2014.
- Qadhi, (2013). *Pengaruh Al-Qur'an Pada Manusia dalam Perspektif Fisiologi dan Psikologi*. Diakses tanggal 05 Januari 2017
- Remolda, P. (2009). *Pengaruh Al-Qur'an pada manusia dalam perspektif fisiologi dan psikologi*. Diakses pada tanggal 05 Januari 2017.
- Sapitri, N., Suyanto, S., & Butar-Butar, W.R. (2016). *Analisis faktor risiko kejadian hipertensi pada masyarakat di pesisir sungai siak kecamatan rumbal kota pekan baru* (Doktoral dissertation, Riau University).

