



Laporan Kasus

Penerapan Terapi Murottal Al-Qur'an (Al-Kahfi) Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi

Setyawati Setyawati¹, Siti Aisah¹

¹ Program Studi Profesi Ners, Universitas Muhammadiyah Semarang, Indonesia

Informasi Artikel

Riwayat Artikel:

- Submit 7 November 2022
- Diterima 30 Maret 2023
- Diterbitkan 28 April 2023

Kata kunci:

Hipertensi, Lansia, Murottal Al-Qur'an (Al-Kahfi)

Abstrak

Hipertensi mempunyai angka prevalensi yang tinggi di negara Indonesia. Pencegahan hipertensi diperlukan untuk untuk mencegah terjadinya peningkatan angka prevalensi. Terapi murottal Al-Qur'an terbukti banyak digunakan untuk menurunkan tekanan darah pada kasus hipertensi. Tujuan dari studi kasus ini adalah mengetahui penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi menggunakan terapi murottal Al-Qur'an. Studi kasus ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan proses asuhan keperawatan dengan penerapan terapi murottal Al-Qur'an (surah Al-Kahfi) yang diputar melalui headphone dan dilantunkan oleh Ali abdur rahman al - huthaify selama 31 menit 27 detik yang dilakukan pada 2 lansia yang terdiagnosa hipertensi dengan pelaksanaan terapi dilakukan selama 3 hari. Hasil studi kasus ini menunjukkan rerata tekanan darah kedua klien sebelum terapi 152/92,5 mmHg dan sesudah terapi menjadi 145,5/89,5 mmHg. Kedua klien mengalami rerata penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik, rerata penurunan sistolik 6,5 mmHg dan rerata penurunan diastolik 3 mmHg. Berdasarkan hasil studi kasus ini dapat disimpulkan bahwa terapi murottal Al-Qur'an dapat menurunkan tekanan darah pada 2 lansia dengan hipertensi. Diharapkan terapi murottal Al-Qur'an (Al-Kahfi) dapat diterapkan oleh masyarakat untuk menurunkan tekanan darah.

PENDAHULUAN

Hipertensi mempunyai angka prevalensi yang tinggi di negara Indonesia, dimana tekanan darah mengalami peningkatan, untuk nilai tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg sedangkan nilai tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg (Ardiastuti & Rejeki, 2021). Keadaan seperti ini bisa menjadi beresiko, dikarenakan beban jantung yang semakin berat dalam memompa darah ke seluruh tubuh, hal ini mengakibatkan terjadinya gagal jantung, stroke serta gagal ginjal (Wahyuni, 2020). Hipertensi menjadi masalah kesehatan global yang telah diakui sebagai penyebab utama penyakit kardiovaskuler di berbagai negara, serta

menjadi pemicu kematian utama di dunia setiap tahunnya (Mulyadi et al., 2018).

Hipertensi di dunia merupakan masalah kesehatan yang besar dan masih banyak ditemukan khususnya pada lansia. Kasus hipertensi di seluruh dunia pada tahun 2018 menyerang penduduk sebanyak 22% dan di kawasan Asia Tenggara sebanyak 36% (WHO, 2018). Pada tahun 2018 data dari riset kesehatan dasar diperoleh bahwa terjadi peningkatan data penderita hipertensi dibandingkan dari tahun 2013. Kasus hipertensi tahun 2018 sebesar 34,1%, kejadian tersebut lebih tinggi dari 2013 dengan prevalensi 25,8%. Hasil riset peristiwa peningkatan darah yang terjadi

Corresponding author:

Siti Aisah

aisah@unimus.ac.id

Ners Muda, Vol 4 No 1, April 2023

e-ISSN: 2723-8067

DOI: <https://doi.org/10.26714/nm.v4i1.10790>

pada masyarakat yang berumur usia 18 tahun lebih Indonesia (Kemenkes RI, 2018)

Berdasarkan data tahun 2019 menurut Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, menunjukkan angka hipertensi masih dalam posisi yang tinggi dari seluruh penyakit tidak menular (PTM), yaitu sebanyak 68,6%. Hipertensi mengalami peningkatan mencapai 11,5% dari tahun 2018 hingga 2019. Tahun 2018 hipertensi menunjukkan angka kejadian sebanyak 57,10% dan tahun 2019 menunjukkan angka kejadian sebesar 68,6% (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2019). Kota atau kabupaten di Jawa Tengah yang menduduki tingkatan kedua dengan kasus hipertensi terbanyak adalah Kabupaten Demak mencapai 76,7% (Kemenkes RI, 2018). Berdasarkan data dari Puskesmas Mranggen 1 di Kabupaten Demak pada tahun 2022 lansia yang mengidap hipertensi di Desa Mranggen yang masih aktif mengikuti kegiatan prolanis terdapat 29 orang. Untuk itu, masalah hipertensi masih menjadi kasus kesehatan utama di Kabupaten Demak dan belum teratasi sepenuhnya.

Peningkatan angka kejadian hipertensi setiap tahun menunjukkan bahwa penyakit ini harus ditangani dengan tepat. Pencegahan penyakit hipertensi sangat diperlukan guna mengendalikan tekanan darah serta menghambat adanya komplikasi dampak dari hipertensi. Terapi untuk menurunkan tekanan darah tinggi ada 2 jenis yaitu farmakologi dan non farmakologi (Nur, 2017). Terapi Farmakologi ialah suatu terapi dengan penggunaan obat antihipertensi seperti *Diuretik Thiazid*, *ACE-Inhibitor (ACEI)*, *Beta Bloker*, *Calcium Canal Bloker (CCB)*, dan *Angiotensin II Receptor Bloker (ARB)* (Susilowati & Risnawati, 2017). Terapi non farmakologi ialah suatu terapi yang dipakai untuk menurunkan gejala tanpa menggunakan obat sehingga menimbulkan

efek samping yang lebih ringan sampai tidak terjadi (Fernalia et al., 2020).

Teknik atau terapi non farmakologi untuk menurunkan tekanan darah menurut penelitian dapat menggunakan terapi murottal Al-Qur'an (Wahyuni, 2020). Kegunaan dari murottal Al-Qur'an yaitu bisa digunakan untuk mengurangi kecemasan, stress, serta dapat digunakan untuk terapi dalam menurunkan tekanan darah secara cepat (Irmachatshalihah & Armiyati, 2019). Bacaan Al-Qur'an mengandung sebuah instrumen yang bisa menyembuhkan suatu sakit, hal tersebut dikarenakan suara tersebut mengandung unsur positif yang dapat mengaktifkan hormon endorfin, membuat rileks, menghilangkan rasa takut, serta mengalihkan rasa cemas dan gelisah (Hafifa Transyah, 2019).

Lanjutan Al-Qur'an juga sangat berpengaruh terhadap tubuh manusia dikarenakan mampu mengaktifkan hormon endorfin secara alami, sehingga tekanan darah dapat menurun dan memperlambat denyut nadi, pernafasan, dan detak jantung (Wahyuni, 2020). Terapi murottal akan bekerja pada otak saat ada dorongan dari luar yang merangsang sehingga otak dapat menghasilkan senyawa kimia berupa neuropeptide, kemudian molekul akan disalurkan ke reseptor didalam tubuh manusia serta menumbuhkan rasa kenyamanan (Hafifa Transyah, 2019).

Efek yang ditimbulkan dari murottal Al-Quran adalah rasa nyaman sehingga mampu mengurangi tekanan darah pada penderita hipertensi. Pendapat tersebut didukung oleh penelitian (Ropei & Luthfi, 2017) bahwa adanya hubungan dari pemberian teknik Terapi Psikorelegi Murottal Al-Quran terhadap penurunan tekanan darah yang ditunjukkan dengan hasil $P\ value = 0,0001$ hal tersebut banyak digunakan oleh masyarakat sebagai upaya untuk menyembuhkan penyakit



hipertensi (Wahyuni, 2020). Banyak manfaat lain yang ditimbulkan oleh terapi ini, selain untuk penurunan tekanan darah, manfaat yang lainnya adalah sebagai penenang hati sehingga saat mendengarkannya seseorang merasa lebih tenang dengan sang penciptaNya. Penelitian lain membuktikan bahwa murottal Al-Qur'an dapat menjadikan jiwa menjadi lebih tenang serta sangat berpengaruh terhadap psikologis seseorang sehingga mampu menurunkan tekanan darah (Fernalia et al., 2020).

Berdasarkan fenomena yang telah dijelaskan serta penelitian dari peneliti terdahulu maka penulis tertarik untuk melakukan studi kasus penerapan terapi murottal Al-Qur'an (Al-Kahfi) untuk menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi.

METODE

Studi kasus ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan proses asuhan keperawatan yang dilakukan pada 2 klien dengan diberikan terapi murottal Al - Qur'an (Al - Kahfi) yang diputar melalui youtube dan didengarkan lewat headphone dengan durasi 31 menit 27 detik selama 3 hari, pemberian terapi Al - Kahfi ini dilantunkan oleh seorang qori' yang bernama Ali abdur rahman al huthaify. Adapun proses asuhan keperawatannya yaitu melakukan pengkajian, menentukan diagnosa keperawatan, penyusunan intervensi keperawatan, memberikan implementasi keperawatan kemudian melakukan evaluasi. Pengukuran hasil tekanan darah dilakukan sebelum dan sesudah terapi murottal Al-Qur'an (Al-Kahfi) selama 3 hari. Klien adalah lansia perempuan terkontrol prolans yang terdiagnosa medis hipertensi dengan

kriteria inklusi yaitu penderita hipertensi tipe 1 (tekanan sistolik 140-159 mmHg dan tekanan diastolik 90-99 mmHg), beragama Islam, menandatangani *informed consent*, tidak memiliki masalah pendengaran, dan rentan usia 60 tahun-61 tahun. Adapun kriteria eksklusinya adalah responden yang mengalami gangguan jiwa.

Studi kasus ini dilakukan di Mranggen pada rumah masing - masing klien. Variabel yang diukur pada studi kasus ini adalah tekanan darah. Tekanan darah diukur sebelum dan sesudah intervensi. Pada kasus ini klien akan dipilih berdasarkan kriteria inklusi. Pada tahap berikutnya klien akan diberikan pemahaman terkait tujuan dan manfaat dari murottal Al - Qur'an (Al-Kahfi). Klien harus terlebih dahulu menandatangani lembar persetujuan yang sudah penulis siapkan. Sebelum dilakukan tindakan penulis akan mengukur tekanan darah klien menggunakan sphignomanometer digital dengan merek tensi one 1A *Onemed* yang dapat mengukur tekanan darah dengan rentang pengukuran 0 - 300 mmHg dengan akurasi ± 3 mmHg. Selanjutnya klien akan diberikan intervensi terapi murottal Al-Qur'an (Al-Kahfi) selama 31 menit 27 detik. Sesudah dilakukan terapi murottal Al-Qur'an selang waktu 10 menit tekanan darah diukur kembali. Hasil data studi kasus yang didapatkan akan dianalisis dan dipresentasikan untuk mendapatkan hasil penurunan tekanan darah klien sesudah pemberian terapi. Data hasil studi kasus penulis menyajikan data dalam bentuk gambar dan tabel.

HASIL

Pengkajian

Pengkajian pada kedua klien dilakukan pada tanggal 29 Agustus 2022 - 31 Agustus 2022 dirumah masing - masing klien. Hasil pengkajian menunjukkan, kedua klien beragama Islam, kedua klien berjenis kelamin perempuan serta sama - sama lansia. Klien 1 berusia 60 tahun, klien 2



berusia 61 tahun, klien 1 memiliki keluhan utama yaitu klien mengatakan pusing kepala serta kaku pada bagian tengkuk. Klien mengatakan memiliki riwayat hipertensi sejak 6 tahun yang lalu. Setelah dilakukan pemeriksaan tanda – tanda vital didapatkan hasil yang tinggi. Klien 1 saat dikaji tekanan darahnya 159/99 mmHg, nadi 105 x/menit, pernafasan 23 x/menit, suhu 36,3°C, untuk klien 1 rutin untuk mengecek kondisinya di puskesmas namun dalam memilih makanan klien 1 masih sering makan – makanan yang asin, dikarenakan menurut klien 1 jika tidak asin kurang nikmat.

Tabel 1

Karakteristik klien

Identitas	Kien 1	Klien 2
Usia	60 Tahun	61 Tahun
Jenis Kelamin	Perempuan	Perempuan
Suku	Jawa	Jawa
Agama	Islam	Islam
Pendidikan	SD	SD
Keluhan utama	Kepala pusing	Kepala pusing berputar-putar
Riwayat penyakit	Riwayat hipertensi ± 6 tahun	Riwayat hipertensi ± 7 tahun

Keluhan utama yang dirasakan klien 2 mengala mi sakit kepala sampai berputar – putar dan cemas akan keadaannya saat dilakukan pemeriksaan tanda – tanda tekanan darahnya 158/99 mmHg, nadi 104 x/menit, pernafasan 23x/ menit, suhu 36,3°C, dan menderita hipertensi sejak 7 tahun yang lalu, klien 2 juga rutin mengecek kondisinya setiap satu bulan sekali dan namun masuk suka mengkonsumsi makanan yang asin dan sayur yang bersantan. Kedua klien mengkonsumsi obat amlodipine 5mg yang dikonsumsi pada malam hari.

Dari data pengkajian yang dilakukan terdapat analisa data yang harus segera dilakukan oleh perawat dengan memprioritaskan masalah utama, dari hasil analisa data yang telah disebutkan terdapat

masalah utama pada kedua klien mengarah pada risiko perfusi serebral tidak efektif yang berhubungan dengan masalah hipertensi.

Diagnosa Keperawatan

Diagnosa keperawatan utama kedua klien yang diambil penulis yaitu risiko perfusi serebral tidak efektif berhubungan dengan hipertensi (D.0017), hal tersebut dikarenakan klien beresiko mengalami penurunan sirkulasi darah ke otak yang didukung oleh kondisi klinis klien yang terkait yaitu hipertensi (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2017) Maka dari itu masalah tersebut harus segera diatasi dan penulis berfokus untuk pada penurunan tekanan darah klien hipertensi.

Intervensi Keperawatan

Intervensi keperawatan pada kedua klien tersebut sesuai dengan buku standart intervensi keperawatan Indonesia (Tim Pokja SIKI DPP PPNI, 2018) yaitu dengan pemberian tindakan utama dengan manajemen peningkatan tekanan intrakranial (I.06194) yang meliputi monitor tanda atau gejala peningkatan TIK dengan pemantauan tanda – tanda vital yang meliputi observasi tekanan darah, nadi, suhu, pernafasaan dikarenakan tindakan tersebut dapat mengetahui keadaan tanda-tanda vital klien terutama pada sistem kardiovaskuler, serta terdapat penambahan spesifikasi intervensi pengelolaan hipertensi dengan cara diberikan terapi murottal Al-Qur'an (Al-Kahfi) untuk penurunan tekanan darah klien.

Implementasi Keperawatan

Implementasi keperawatan klien 1 pada pertemuan pertama dilakukan pada 29 Agustus 2022 jam 09.00 sampai selesai dimulai dengan mengukur tekanan darah klien menggunakan spignomanometer digital sebelum diberikan terapi. Sebelum



diberikan terapi hasil pengukuran tekanan darah klien yaitu tekanan darahnya 159/99 mmHg, nadi 105 x/menit, pernafasan 23 x/menit, suhu 36,5°C. Kemudian dilakukan terapi murottal Al - Qur'an (Al Kahfi) yang diputar melalui youtube yang dilantunkan oleh Ali abdur rahman al huthaify selama 31 menit 27 detik dan selanjutnya mengukur tekanan darahnya kembali dan didapatkan penurunan dengan hasil pengukuran tekanan darahnya 155/95 mmHg, nadi 103 x/menit, pernafasan 20 x/menit, suhu 36,7°C. Respon klien setelah diberikan terapi ini yaitu merasa lebih tenang dan nyaman.

Pertemuan kedua dilakukan pada tanggal 30 Agustus 2022 jam 09.00 sampai selesai dan dilakukan hal yang sama dengan mengukur tekanan darah menggunakan alat spignomanometer sebelum dilakukan terapi, Sebelum pemberian terapi tekanan darah klien yaitu 155/93 mmHg, nadi 100x/menit, pernafasan 19 x/menit, suhu 36,7°C. Kemudian memberikan terapi murottal Al - Qur'an (Al Kahfi) yang diputar melalui youtube yang dilantunkan oleh Ali abdur rahman al huthaify selama 31 menit 27 detik dan selanjutnya mengukur tekanan darahnya kembali dan didapatkan penurunan dengan hasil pengukuran tekanan darahnya 147/90 mmHg, nadi 99 x/menit, pernafasan 18 x/menit, suhu 36,6°C. Respon klien setelah diberikan terapi ini yaitu merasa lebih rileks dari hari kemarin.

Pertemuan ketiga dilakukan pada tanggal 31 Agustus 2022 jam 09.00 sampai selesai dan dilakukan hal yang sama yaitu mengukur tekanan darah menggunakan alat spignomanometer sebelum dilakukan terapi, Sebelum diberikan terapi hasil tekanan darahnya 145/87 mmHg, nadi 90 x/menit, pernafasan 18 x/menit, suhu 36,5°C. Kemudian pemberian terapi murottal Al-Qur'an (Al-Kahfi) yang diputar melalui youtube yang dilantunkan oleh Ali abdur rahman al huthaify selama 31 menit

27 detik dan selanjutnya mengukur tekanan darahnya kembali dan didapatkan penurunan dengan hasil pengukuran tekanan darahnya 135/85 mmHg, nadi 85 x/menit, pernafasan 17 x/menit, suhu 36,5°C. Respon klien setelah diberikan terapi ini yaitu merasa nyaman.

Implementasi keperawatan klien 2 pada pertemuan pertama dilakukan pada 29 Agustus 2022 jam 10.00 sampai selesai dimulai dengan mengukur tekanan darah klien menggunakan spignomanometer sebelum diberikan terapi. Sebelum diberikan terapi hasil pengukuran tekanan darahnya 158/99 mmHg, nadi 104 x/menit, pernafasan 21 x/menit, suhu 36,7°C. Kemudian pemberian intervensi terapi murottal Al - Qur'an (Al Kahfi) yang diputar melalui youtube yang dilantunkan oleh Ali abdur rahman al huthaify selama 31 menit 27 detik dan selanjutnya mengukur tekanan darahnya kembali dan didapatkan penurunan dengan hasil pengukuran tekanan darahnya 154/96 mmHg, nadi 100 x/menit, pernafasan 18 x/menit, suhu 36,7°C. Respon klien setelah diberikan terapi ini yaitu merasa lebih tenang dan nyaman.

Pertemuan kedua dilakukan pada tanggal 30 Agustus 2022 jam 10.00 sampai selesai dan dilakukan hal yang sama dengan pengukuran tekanan darah menggunakan alat spignomanometer sebelum dilakukan terapi, Sebelum diberikan terapi hasil pengukuran tekanan darahnya 153/93 mmHg, nadi 95 x/menit, pernafasan 18 x/menit, suhu 36,8°C. Kemudian diberikan terapi murottal Al - Qur'an (Al Kahfi) yang diputar melalui youtube yang dilantunkan oleh Ali abdur rahman al huthaify selama 31 menit 27 detik dan selanjutnya mengukur tekanan darahnya kembali dan didapatkan penurunan dengan hasil pengukuran tekanan darahnya 148/90 mmHg, nadi 90 x/menit, pernafasan 17 x/menit, suhu 36,6°C. Respon klien setelah diberikan



terapi ini yaitu merasa lebih rileks dari hari kemarin.

Pertemuan ketiga dilakukan pada tanggal 31 Agustus 2022 jam 10.00 sampai selesai dan dilakukan hal yang sama dengan pengukuran tekanan darah menggunakan alat spignomanometer sebelum dilakukan terapi, Sebelum diberikan terapi hasil pengukuran tekanan darahnya 143/85 mmHg, nadi 85 x/menit, pernafasan 17 x/menit, suhu 36,8°C. Selanjutnya pemberian intervensi terapi murottal Al-Qur'an (Al-Kahfi) yang diputar melalui youtube yang dilantunkan oleh Ali abdur rahman al huthaify selama 31 menit 27 detik dan selanjutnya mengukur tekanan darahnya kembali dan didapatkan penurunan dengan hasil pengukuran tekanan darahnya 136/980mmHg, nadi 80 x/menit, pernafasan 17 x/menit, suhu 36,8°C. Respon klien setelah diberikan terapi ini yaitu merasa nyaman serta klien mengatakan sudah tidak merasa cemas dikarenakan sudah tau akan kondisinya.

Faktor pendukung dalam pelaksanaan implementasi keperawatan pada kedua klien adalah semangat serta antusiasnya klien dalam menerima pelaksanaan keperawatan, serta kemauan klien dalam mengikuti jadwal yang sudah dibuatkan oleh penulis. Faktor penghambat implementasi ini yaitu terkadang pada pelaksanaan terdapat kebisingan yaitu suara anak kecil sehingga harus mencari tempat yang sepi dari suara yang mengganggu konsentrasi klien dalam melakukan pelaksanaan keperawatan.

Evaluasi Keperawatan

Berdasarkan tabel 1 rerata tekanan darah pada klien 1 sebelum pemberian terapi 153/93 mmhg, dan sesudah pemberian terapi 145/90, sedangkan pada klien 2

rerata tekanan darah sebelum pemberian terapi 151/92 mmHg, dan sesudah pemberian terapi 146/89 mmHg.

Berdasarkan gambar 1 terjadi penurunan selisih rerata tekanan darah sistolik pada kedua klien dengan terapi murottal Al - Qur'an (Al - Kahfi) durasi 31 menit 27 detik selama tiga hari. Pada klien 1 penurunan selisih rerata tekanan darah sistoliknya 8 mmHg. Pada klien 2 penurunan selisih rerata tekanan darah sistoliknya 5 mmHg.

Berdasarkan gambar 2 terjadi penurunan selisih rerata tekanan darah diastolik pada kedua klien dengan terapi murottal Al - Qur'an (Al - Kahfi) durasi 31 menit 27 detik selama tiga hari. Pada klien 1 penurunan selisih rerata tekanan darah diastoliknya 3 mmHg. Pada klien 2 penurunan selisih rerata tekanan darah diastoliknya 3 mmHg.

Berdasarkan tabel 2 terdapat penurunan rerata tekanan darah sistolik dan diastolik pada kedua klien, sebelum pemberian terapi rerata tekanan darah sistolik kedua klien 152 mmHg dan sesudah pemberian terapi 145,5 mmHg, sedangkan rerata tekanan darah diastolik sebelum pemberian terapi 92,5 mmHg dan sesudah pemberian terapi 89,5 mmHg.

Berdasarkan gambar 3 menunjukkan bahwa kedua klien mengalami penurunan rerata tekanan darah sistolik dan diastolik sesudah pemberian terapi murottal Al-Qur'an (Al Kahfi) selama 3 hari dengan rerata penurunan tekanan darah sistolik kedua klien 6,5 mmHg dan rerata penurunan tekanan darah diastolik kedua klien 3 mmHg.

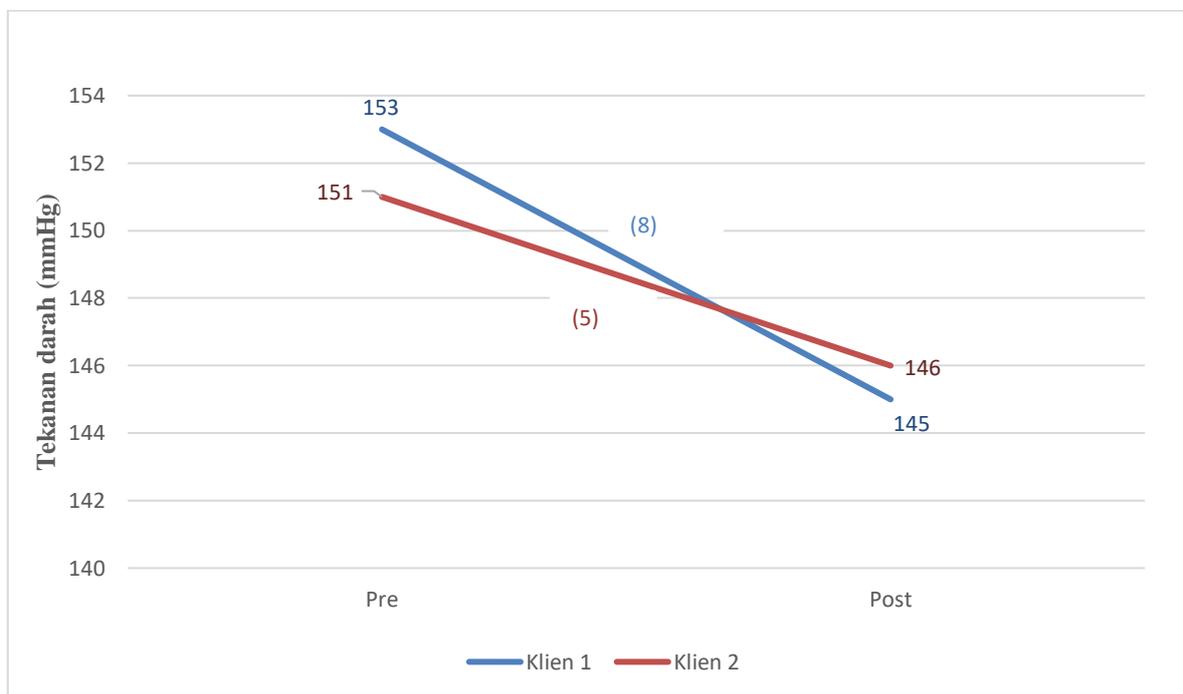


Tabel 1
Tekanan Darah Klien Sebelum dan Sesudah Terapi Murottal Al – Qur'an (Al Kahfi)

Subyek Studi	Tekanan darah (mmHg)	Hari 1		Hari 2		Hari 3		Rerata tekanan darah		Selisih rerata tekanan darah
		Pre	Post	Pre	Post	Pre	Post	Pre	Post	
Klien 1	Sistolik	159	155	155	147	145	133	153	145	8
	Diastolik	99	95	93	90	87	85	93	90	3
Klien 2	Sistolik	158	154	153	148	143	136	151	146	5
	Diastolik	99	96	93	90	85	80	92	89	3

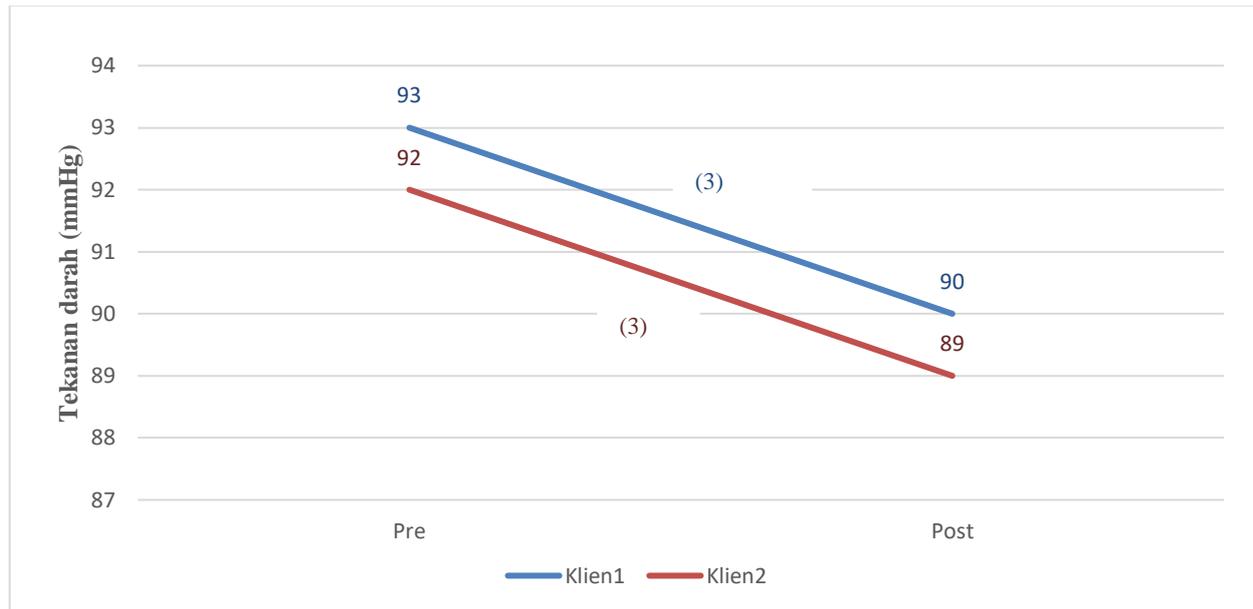
Tabel 2
Rerata tekanan darah pada kedua klien sebelum dan sesudah pemberian terapi murottal Al-Qur'an (Al-Kahfi)

Tekanan darah (mmHg)	Pemberian Terapi Murottal Al-Qur'an (Al-Kahfi)		Selisih rerata penurunan tekanan darah
	Pre	Post	
Sistolik	152	145,5	6,5
Diastolik	92,5	89,5	3



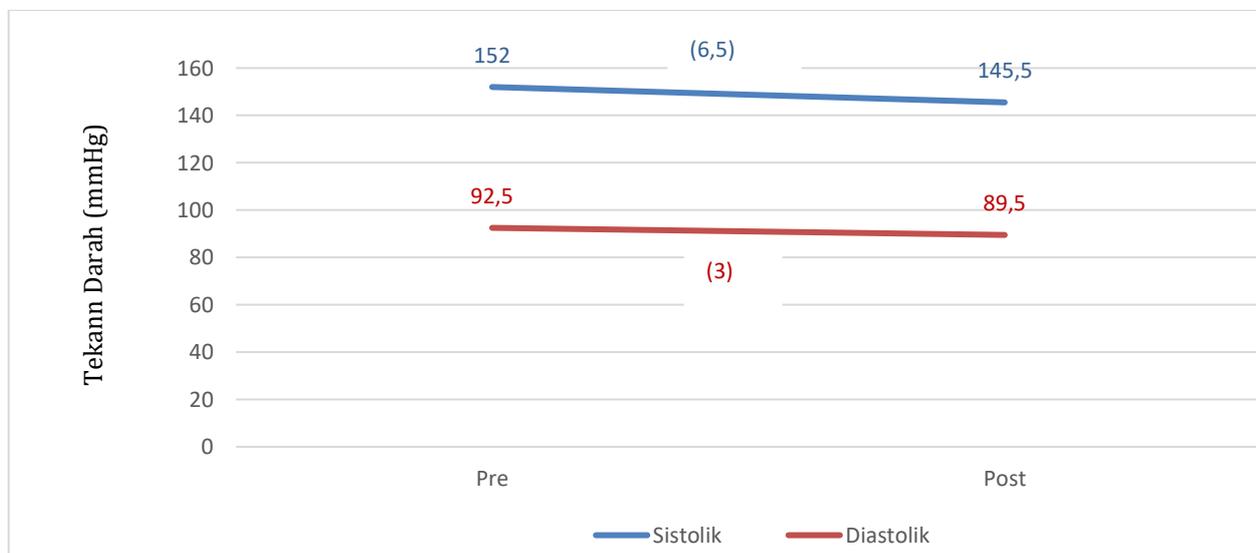
Gambar 1
Selisih rerata tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah terapi Murottal Al – Qur'an (Al – Kahfi)





Gambar 2

Selisih rerata tekanan darah diastolik sebelum dan sesudah terapi Murottal Al - Qur'an (Al - Kahfi)



Gambar 3

Rerata penurunan tekanan darah kedua klien sebelum dan sesudah pemberian terapi

PEMBAHASAN

Pengkajian

Berdasarkan hasil pengkajian didapatkan bahwa pada kedua klien ini sama - sama berjenis kelamin perempuan. Penjelasan tersebut selaras dengan hasil penelitian yaitu pasien hipertensi mayoritas adalah wanita dengan angka (51,54 %) sedangkan

pria (38,46 %) (Syamsu et al., 2021). Peningkatan peristiwa hipertensi pada wanita disebabkan oleh berbagai faktor yaitu faktor hormonal yang terjadi karena penurunan hormon estrogen pada wanita, hal itu yang dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah pada wanita setelah menopause (Chasanah & Syarifah, 2017). Produksi hormone estrogen



menurun saat menopause, sebelum mengalami menopause, hormon yang berperan dalam peningkatan kadar HDL dan merupakan faktor pelindung untuk mencegah arteriosklerosis sehingga dapat menurunkan penyakit kardiovaskuler adalah hormon estrogen (Akbar et al., 2020). Pendapat tersebut didukung oleh hasil penelitian bahwa insiden hipertensi wanita sangat tinggi dibanding pria, masing-masing 9,0% dan 6,1%, karena kurangnya hormon estrogen sehingga terjadi pembuluh darah sempit membuat tekanan darah menjadi naik (Hafifa Transyah, 2019). Penelitian lain membuktikan bahwa tekanan darah tinggi pada wanita sering terjadi karena hormon estrogen meningkatkan perlindungan *high-density lipoprotein* pada wanita non-menopause, sehingga terjadi peningkatan tekanan darah setelah menopause (Anwar, 2019).

Kedua klien berusia 60 tahun dan 61 tahun hal itu sesuai dengan penelitian (Suharto et al., 2020) bahwa meningkatnya tekanan darah selaras dengan usia yang semakin bertambah. Peningkatan tekanan sistolik pada lansia berhubungan dengan elastisitas pembuluh darah yang menurun, hal itu yang membuat lumen menyempit serta dinding pembuluh darah mengalami kekakuan (Irmachatsalihah & Armiyati, 2019). Sistem kardiovaskuler pada lansia pada katup jantung menjadi kaku dan tebal, keelastisitasan dinding aorta juga menurun, hal tersebut yang mengakibatkan resistensi pembuluh darah perifer sehingga menyebabkan tekanan darah menjadi meningkat (Simbolon et al., 2020).

Diagnosa Keperawatan

Berdasarkan hasil pengkajian pada kedua klien penulis merumuskan masalah keperawatan prioritas yang muncul yaitu risiko perfusi serebral tidak efektif berhubungan dengan hipertensi (D.0017). Hal tersebut juga sejalan dengan teori Tim Pokja SDKI (PPNI, 2017) yang menyatakan

bahwa risiko perfusi jaringan serebral merupakan suatu keadaan yang berisiko mengalami penurunan sirkulasi darah ke otak. Keluhan utama yang dirasakan kedua klien adalah sakit kepala serta pegal pada tengkuk. Hal tersebut selaras dengan penelitian (Prasetya & Chanif, 2020) yang menyebutkan bahwa manifestasi klinis pada penderita hipertensi adalah sakit kepala, pusing, dan pegal pada tengkuk bagian belakang. Ketika hal tersebut dibiarkan dalam jangka yang lama maka dapat menyebabkan suatu komplikasi yaitu otak mengalami perdarahan karena aterosklerosis yang dapat menimbulkan masalah risiko perfusi serebral tidak efektif. Saat perfusi jaringan serebral mengalami gangguan maka hal tersebut dapat mengakibatkan hipertensi hingga penyakit komplikasi seperti stroke (Widiyani et al., 2021).

Intervensi Keperawatan

Intervensi keperawatan pada kedua klien tersebut sesuai dengan buku standart intervensi keperawatan Indonesia (Tim Pokja SIKI DPP PPNI, 2018) yaitu dengan pemberian tindakan utama dengan manajemen peningkatan tekanan intrakranial (I.06194) yang meliputi monitor tanda atau gejala peningkatan TIK dengan pemantauan tanda-tanda vital yang meliputi observasi tekanan darah, nadi, suhu, pernafasan dikarenakan hal tersebut berguna untuk memantau tanda - tanda vital pada pasien hipertensi, serta terdapat penambahan spesifikasi intervensi pengelolaan hipertensi dengan cara diberikan terapi murottal Al - Qur'an (Al - Kahfi) untuk menurunkan tekanan darah klien. Pada waktu pasien yang menderita hipertensi mendengarkan lantunan Al - Qur'an maka dapat menimbulkan peningkatan hormon endorphin yang menghasilkan efek distraksi, serta mengakibatkan relaksasi pada otot sehingga keluhan sakit kepala yang disebabkan oleh peningkatan tekanan



darah teralihkan (Nuraeni, 2020). Tidak hanya menghasilkan hormon endorphin, akan tetapi efek dari terapi tersebut juga dapat menyebabkan otak untuk memproduksi zat neuropeptide sehingga dapat menimbulkan efek nyaman dalam diri seseorang (Mulyadi et al., 2018).

Implementasi Keperawatan

Implementasi yang telah digunakan untuk mengatasi masalah hipertensi pada kedua klien yaitu pemberian murottal Al-Qur'an dengan surah Al-Kahfi yang dilantunkan oleh Ali abdur rahman Al Huthaify dengan durasi 31 menit 27 detik selama tiga hari, dengan tekanan darah diukur dengan spigmomanometer digital 10 menit sebelum terapi, setelah itu dilakukan terapi murottal kemudian diukur kembali tekanan darah setelah 10 menit dengan alat spigmomanometer digital.

Pada kedua klien tekanan darah menurun sesudah pemberian terapi murottal Al-Qur'an hal ini sejalan dengan penelitian (Fernalia et al., 2020) yang membuktikan bahwa terapi murottal Al-Qur'an (Al-Kahfi) efektif untuk menurunkan tekanan darah sistole dan diastole pada lansia hipertensi. Murottal Al-Qur'an merupakan suatu terapi religi yang pelaksanaannya dengan pembacaan ayat-ayat Al-Qur'an selama beberapa saat yang dapat memberikan efek positif bagi individu (Hafifa Transyah, 2019). Hal tersebut sesuai dengan pendapat (Irmachatshalihah & Armiyati, 2019) bahwa terapi murottal ayat suci Al - Quran surah Al-Kahfi efektif terhadap penurunan tekanan darah dikarenakan suara dapat membuat rileks, menurunkan stres, dan mengaktifkan hormon endorphin. Penelitian lain juga membuktikan bahwa terdapat adanya pengaruh dari mendengarkan Al- Qur'an untuk menurunkan tekanan darah, selain itu terapi ini memiliki manfaat lain yaitu untuk mempercepat penurunan tekanan darah (Despitari, 2019). Berdasarkan penelitian

yang ada membaca atau mendengarkan Al-Qur'an dapat memberikan rangsangan pada hipotalamus sehingga mampu meningkatkan hormone adrenalin yang berfungsi menurunkan stres dan tekanan darah (Irawati & Lestari, 2017).

Mekanisme terapi murottal Al-Qur'an (Al-Kahfi) untuk penurunan tekanan darah terjadi karena saat pemberian terapi ini gelombang suara akan ditimbulkan dan masuk melewati indra pendengaran setelah itu dibelokkan ke saluran pendengaran bagian luar kemudian gelombang suara yang dihasilkan dapat memberikan getaran pada gelombang thympani, getaran yang dihasilkan akan menyebabkan tulang ditengah telinga seperti maleus - incus - staper bergetar setelah itu hipotalamus dapat mempengaruhi struktur basal forebrain yang termasuk sistem saraf limbik (Irmachatshalihah & Armiyati, 2019). Pemberian murottal al-qur'an ini akan bekerja pada otak, saat mendapat rangsangan dari luar otak memproduksi zat neuropeptide yang akan mengangkut reseptor-reseptor dalam tubuh sehingga membuat perasaan menjadi rileks serta mampu untuk penurunan tekanan darah (Mulyadi et al., 2018). Pendapat tersebut sama dengan hasil suatu penelitian yang menyebutkan bahwa terdapat selisih penurunan tekanan darah antara systole dan diastole pada responden sebelum dan sesudah pelaksanaan murottal Al-Qur'an (Wahyuni, 2020). Surat Al-Kahfi memiliki keutamaan yaitu Allah memberikan ketentraman hidup. Abi Saïd al- Khudriy Rasulullah bersabda "Barang siapa membaca surat Al-Kahfi dimalam Jumat, niscaya Allah akan meneranginya dengan cahaya antara dia dan rumah yang penuh dengan keindahan dan Allah menjauhkan berbagai macam penyakit, serta akan dijauhkan dari fitnah dan tipu daya setan (Ardiastuti & Rejeki, 2021).



Evaluasi Keperawatan

Sesudah pemberian terapi murottal Al-Qur'an (Al-Kahfi) selama 3 hari dengan durasi 31 menit 27 detik, menunjukkan bahwa kedua klien mengalami penurunan rerata tekanan darah kedua klien sebelum terapi 152/92,5 mmHg dan sesudah terapi menjadi 145,5/89,5 mmHg. Kedua klien mengalami rerata penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik, rerata penurunan sistolik 6,5 mmHg dan rerata penurunan diastolik 3 mmHg. Efek positif yang dihasilkan dari pemberian murottal Al-Quran mampu merangsang hipotalamus sehingga mampu mengeluarkan hormon endorfin yang dapat membuat individu merasa lebih rileks sehingga mampu mempengaruhi tekanan darah seseorang (Nur, 2017).

Kedua klien juga mengatakan bahwa sakit kepala yang dirasakan berkurang serta sudah tidak cemas dikarenakan sudah mengetahui tentang kondisinya. Hal itu sesuai dengan standar luaran keperawatan Indonesia (Tim Pokja SLKI DPP PPNI, 2019) yang menyebutkan bahwa kriteria hasil sesudah pemberian asuhan keperawatan selama 3 hari keluhan sakit kepala menurun, gelisah menurun, cemas menurun, serta tekanan darah membaik. Terapi murottal Al-Qur'an mampu menurunkan tekanan darah dikarenakan terapi tersebut dapat menimbulkan atau mengaktifkan hormon endorpin dalam tubuh sehingga mampu perasaan menjadi lebih tenang serta menghilangkan rasa cemas dan takut, saat seseorang merasa rileks hal tersebut dapat membuat tekanan darah menurun serta memperlambat pernafasan, detak jantung dan denyut nadi (Ropei & Luthfi, 2017). Hal tersebut didukung oleh penelitian yang menyebutkan bahwa tindakan terapi murottal Al-Qur'an akan memberikan efek terapeutik bagi orang yang mendengarkannya dan rangsangan yang diberikan auditori murottal Al-Qur'an

memiliki dampak distraksi sebagai pengubahan perhatian dari rasa sakit sehingga dapat menurunkan tekanan darah pada pasien yang mengalami hipertensi (Hafifa Transyah, 2019).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil studi kasus ini dapat ditarik kesimpulan bahwa terapi murottal Al-Qur'an (Al-Kahfi) dapat menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi, hal ini ditunjukkan pada penurunan rerata tekanan darah sistolik dan diastolik pada kedua klien sebelum dan sesudah pemberian terapi murottal Al-Qur'an (Al-Kahfi) selama tiga hari dengan rerata penurunan tekanan darah sistolik kedua klien 6,5 mmHg dan rerata penurunan tekanan darah diastolik kedua klien 3 mmHg. Intervensi terapi murottal Al-Qur'an (Al-Kahfi) dapat dijadikan suatu intervensi untuk menurunkan tekanan darah. Diharapkan perawat dalam melakukan asuhan keperawatan dapat menerapkan terapi murottal Al-Qur'an (Al-Kahfi) untuk menurunkan tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis bersyukur kepada Allah SWT dan mengucapkan terimakasih kepada kampus Universitas Muhammadiyah Semarang terutama pada program studi profesi ners serta dosen pembimbing, penulis juga mengucapkan terimakasih kepada kedua klien dan kedua orang tua yang telah membantu dalam penyelesaian karya ilmiah akhir ners ini.

REFERENSI

- Akbar, F., Nur, H., & Humaerah, U. I. (2020). Karakteristik Hipertensi Pada Lanjut Usia Di Desa Buku (Characteristics of Hypertension in the Elderly). *Wawasan Kesehatan*, 5(2), 35-42.
- Anwar, K. (2019). Hubungan Kepatuhan Minum Obat Antihipertensi dengan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja



Siti Aisah - Penerapan Terapi Murottal Al-Qur'an (Al-Kahfi) Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi

- Puskesmas Air Putih Samarinda. *Borneo Student Research*, 494–501.
- Ardiastuti, A. P., & Rejeki, H. (2021). Penerapan Terapi Murottal Surat Al-Kahfi Untuk Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*, 1(2020), 715–720. <https://doi.org/10.48144/prosiding.v1i.740>
- Chasanah, S. U., & Syarifah, N. (2017). Hubungan Karakteristik Individu Penderita Hipertensi Dengan Derajat Hipertensi di Puskesmas Depok II Sleman Yogyakarta. *Jurnal Formil (Forum Ilmiah) KesMas Respati*, 2(1), 1–9.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. (2019). Profil Kesehatan Provinsi Jateng Tahun 2019. *Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah*, 3511351(24), 61.
- Fernalia, F., Juksen, L., Aryanto, E., & Keraman, B. (2020). Pengaruh Terapi Murottal Surat Al-Kahfi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Yang Mengalami Hipertensi Di Panti Sosial Tresna Werdha Pagar Dewa Kota Bengkulu. *Malahayati Nursing Journal*, 2(1), 19–27. <https://doi.org/10.33024/manuju.v2i1.2354>
- Hafifa Transyah, C. (2019). Pengaruh Terapi Murottal Al Quran Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi. *Jik : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 3(1), 54–60. <https://doi.org/10.33757/jik.v3i1.142>
- Irmachatshalihah, R., & Armiyati, Y. (2019). Murottal Therapy Lowers Blood Pressure in Hypertensive Patients. *Media Keperawatan Indonesia*, 2(3), 97. <https://doi.org/10.26714/mki.2.3.2019.97-104>
- Kemenkes RI. (2018). Riset Kesehatan Dasar. In *Kemenkes RI*.
- Mulyadi, A., Putri, T. H., & Fahdi, F. K. (2018). Terapi Murottal Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Panti Sosial Rehabilitasi Lanjut Usia Mulia Dharma Kabupaten Kubu Raya. *Jurnal ProNers*, 1(3), 0–8.
- Nur, A. D. (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.
- PPNI, T. P. D. (2017). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia Definisi dan Indikator Diagnostik Edisi 1. In *Dewan Pengurus Pusat PPNI*. <https://doi.org/10.1093/molbev/msj087>
- Prasetya, K. S., & Chanif, C. (2020). Penatalaksanaan Resiko Penurunan Perfusi Jaringan Cerebral pada Pasien Hipertensi Emergency. *Ners Muda*, 1(1), 34. <https://doi.org/10.26714/nm.v1i1.5484>
- Ropei, O., & Luthfi, M. (2017). Pengaruh Terapi Psikoreligi Murottal Al - Quran Terhadap Tekanan Darah pada Klien dengan Hipertensi. *Jurnal Keperawatan 'Aisyiyah*, 4(1), 37–45.
- Simbolon, P., Simbolon, N., Siringo-ringo, M., & A.Sihotang, V. (2020). Hubungan Karakteristik dengan Peningkatan Tekanan Darah di Sumbul, Sumatera Utara. *Jurnal Dunia Kesmas*, 9(2), 175–184. <https://doi.org/10.33024/jdk.v9i2.2870>
- Suharto, S., Jundapri, K., & Pratama, M. Y. (2020). Faktor Risiko Hipertensi pada Lansia di Desa Limau Manis Kecamatan Tanjung Morawa. *Jurnal Kesehatan Global*, 3(1), 41. <https://doi.org/10.33085/jkg.v3i1.4590>
- Susilowati, A., & Risnawati, C. (2017). *Gambaran Pola Pengobatan Hipertensi Di Puskesmas Berbah Sleman Yogyakarta Bulan Januari*. 2(1), 25–32.
- Syamsu, R. F., Nuryanti, S., Semme, M. Y., Kedokteran, F., Indonesia, U. M., Farmasi, F., Indonesia, U. M., Kedokteran, F., Indonesia, U. M., & Info, A. (2021). *Karakteristik Indeks Massa Tubuh dan Jenis Kelamin Pasien Hipertensi di RS Ibnu Sina Makassar*. 07(2), 64–74.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017). *Standart Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik*.
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). *Standart Intervensi Keperawatan Indonesia : Definisi dan Tindakan Keperawatan (1st ed.)*. DPP PNI.
- Wahyuni, I. (2020). Menurunkan Tekanan Darah dengan Terapi Murottal Al-Quran pada Pasien Hipertensi Dewasa di Wilayah Kerja Puskesmas Bendosari. *MPPKI (Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia): The Indonesian Journal of Health Promotion*, 18(2), 124–131.
- WHO. (2018). *World health statistics 2018: monitoring health for the SDGs, sustainable development goals*. (Vol. 15, Issue 29). Geneva : World Health Organization.
- Widiyani, E., Muti, R. T., & Siwi, A. S. (2021). Asuhan Keperawatan Risiko Perfusi Jaringan Serebral Tidak Efektif pada Ny . S dengan Hipertensi di Desa Pengalusan Purbalingga. *Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat (SNPPKM)*, 992–998.



