



Laporan Kasus

Penerapan Terapi *Murottal* Pada Lansia Dengan Hipertensi

Sefti Yollanda uli Pandiangan¹, Mariyam Mariyam¹

¹ Program Studi Profesi Ners, Universitas Muhammadiyah Semarang, Indonesia

Informasi Artikel

Riwayat Artikel:

- Submit 7 September 2021
- Diterima 5 Oktober 2023
- Diterbitkan 14 Oktober 2023

Kata kunci:

Hypertension; Elderly;
Murrotal Al-Qur'an

Abstrak

Penyakit kardiovaskuler ialah penyebab angka satu kematian pada dunia dengan 17,9 juta orang meninggal mewakili 31% seluruh kematian didunia dan 85% disebabkan serangan jantung dan stroke. Salah satu distraksi yang mereka gunakan untuk mengobati tekanan darah tinggi adalah *Murottal* (mendengarkan bacaan Al-Qur'an). Studi kasus ini bertujuan untuk mengetahui rerata penurunan tekanan darah dengan pemberian terapi *Murottal* Al-quran pada responden lansia dengan hipertensi. Metode studi kasus ini menggunakan Deskriptif dengan pendekatan proses asuhan keperawatan. Subjek studi kasus adalah lansia dengan hipertensi. Subjek studi kasus berjumlah 2 orang, yang didapatkan secara purposive sampling. Subjek studi kasus telah menandatangani informed consent sebelum dilakukan pengambilan data. Data hasil studi disajikan dalam bentuk tabel intervensi rerata penurunan tekana darah pre dan post terapi *Murottal* selama 3 hari. Rata- rata tekanan darah kedua responden menagalami penurunan, tekanan darah sistolik turun sebesar 8 mmHg dan diastolik turun sebesar 7,7 mmHg. Reaksi positif surah *Murottal* Al-Kahfi mempengaruhi sekresi endorfin di hipotalamus, melemaskan dan menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Terapi *Murottal* juga merupakan terapi tanpa efek samping, bagi penderita hipertensi merupakan terapi mandiri yang aman dan mudah dilakukan secara rutin di rumah.

PENDAHULUAN

Tekanan darah tinggi ialah penyakit yang relatif berbahaya. Tekanan darah tinggi berarti bahwa tekanan darah lebih tinggi dari umumnya. Tekanan darah yang secara konsisten di atas normal dapat didiagnosis menjadi hipertensi (CDC, 2020). Umumnya, tekanan darah diartikan normal jika nilai 120 mmHg sistolik serta 80 mmHg diastolik. seorang dikatakan hipertensi apabila tekanan darah sistolik sama dengan lebih berasal 130 mmHg serta tekanan darah diastolik lebih berasal 80 mmHg (American Heart Association's, 2017).

Berdasarkan World Health Organization (WHO) tahun 2019 mengungkapkan penyakit kardiovaskuler ialah penyebab angka satu kematian pada dunia dengan 17,9 juta orang meninggal mewakili 31% seluruh kematian didunia dan 85% disebabkan serangan jantung dan stroke. Menurut data tahun 2015 pada orang dewasa berusia 18 tahun keatas lebih kurang 24,1% laki-laki serta 20,1 % perempuan menggunakan sebagian besar di negara - negara berpenghasilan rendah serta menengah. Orang dengan penyakit kardiovaskuler seperti hipertensi perlu skrinning serta konseling dan rutin pada pengobatan (Organization, 2019).

Corresponding author:

Sefti Yollanda Uli Pandiangan

seftiyollanda999@gmail.com

Ners Muda, Vol 4 No 2, Oktober 2023

e-ISSN: 2723-8067

DOI: <https://doi.org/10.26714/nm.v4i2.8131>

Berdasarkan data World Health Organization (WHO) pada tahun 2020 mengestimasi saat ini penderita hipertensi diperkirakan mencapai 1 milyar di dunia, dan dua pertiga diantaranya berada di negara berkembang. Penyakit tekanan darah tinggi di Republik Rakyat Demokratik Korea sampai 19% serta 42% di Myanmar. Di India meningkat berasal 5% pada tahun 1960 menjadi 12% pada tahun 1990 setelah itu lebih dari 30% pada tahun 2008. Persentase tekanan darah tinggi di Indonesia meningkat 8% di tahun 1995 menjadi 32% di tahun 2008. Data terakhir Riskesdas 2018, 4.444 orang pada Indonesia menderita tekanan darah tinggi 34,1% (Kesehatan, 2018).

Berdasarkan data dari departemen kesehatan Indonesia jumlah penderita hipertensi didunia terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,15 miliar orang mengalami hipertensi dan 9,4 juta orang meninggal setiap tahunnya akibat hipertensi serta komplikasinya. Angka kejadian hipertensi pada tahun 2018 menunjukkan 34,11%. Prevelensi penyakit tekanan darah tinggi di pulau Jawa 41,9%. Penderita hipertensi berdasarkan kelompok usia 55-64 menunjukkan angka 55,2 %, kelompok usia 65-74 tahun menunjukkan angka 63,2%. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin bertambahnya usia maka semakin beresiko mengalami hipertensi (Kesehatan k, 2018).

Lanjut usia (lansia) adalah sekelompok orang yang berusia 60 tahun ke atas yang mengalami peningkatan usia yang disertai dengan penurunan fungsi fisik yang ditandai dengan penurunan massa dan kekuatan otot, penurunan denyut jantung maksimal dan fungsi otak. Seiring bertambahnya usia, sensitivitas tekanan darah mulai menurun. Gejala yang paling umum adalah nyeri di leher, pusing dan pembengkakan kapiler. Oleh karena itu, jika tidak ditangani dengan baik, dapat menyebabkan komplikasi seperti gagal jantung, stroke, aneurisma, penyakit mata

dan ginjal, serta sindrom metabolik yang mematikan, yang menyebabkan tekanan darah meningkat seiring bertambahnya usia. Kebanyakan orang dengan tekanan darah tinggi tidak memiliki gejala, meskipun beberapa gejala mungkin tidak diinginkan atau tidak terduga (Carolina et al., 2019).

Hipertensi merupakan masalah utama yang perlu segera ditangani agar tidak mempengaruhi perkembangan penyakit maju dan berkembang lainnya. Hipertensi dapat diobati dengan terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Terapi farmakologis adalah penggunaan obat antihipertensi. Dalam terapi nonfarmakologis, mengurangi asupan garam, mengurangi lemak, berolahraga, dan sebagainya (W. Widyastuti, 2015). Selain upaya tersebut, terdapat upaya terapeutik yang meliputi terapi nonfarmakologi yaitu terapi komplementer (pelengkap) yang dapat mempercepat laju pemulihan, seperti terapi tawa, terapi musik, terapi relaksasi dan terapi distraksi (Sumantra, Kumaat, & Bawotong, 2017).

Salah satu distraksi yang mereka gunakan untuk mengobati tekanan darah tinggi adalah *Murottal* (mendengarkan bacaan Al-Qur'an) (Ropei & Luthfi, 2017). Hal ini membantu seluruh tubuh untuk tenang dan mengurangi stres sehingga tekanan darah stabil. Terapi distraksi untuk mengatasi stress islami dapat dilakukan dengan terapi *Murottal* (Susilawati, 2019). Membaca Al-Qur'an memiliki manfaat kesehatan, karena ada bagian dari meditasi sendiri dan relaksasi (A. Mulyadi, Putri, & Fahdi, 2018).

Murottal Al-Quran memicu munculnya endorfin dalam tubuh dengan lantunan yang lambat dan harmonis. (O. D. Mulyadi et al., 2018). Lantunan *Murottal* Al-Quran dapat digunakan sebagai terapi relaksasi alternatif yang lebih baik dibandingkan perawatan akustik lainnya karena *Murottal* Al-Quran dapat menghasilkan gelombang delta rata-rata sebesar 63%. (Lukito, 2018).



Lantunan Al-Qur'an yang mengandung unsur suara manusia merupakan alat penyembuhan yang dapat menurunkan hormon stres, memicu endorfin, rileks, mengubah rasa takut, cemas dan stres. Mendengarkan *Murottal* al-Qur'an dapat menurunkan tekanan darah, dan penelitian menunjukkan bahwa efek *Murottal* dalam Tangangin telah terbukti menurunkan tekanan. Selain itu perawatan ini memiliki efek positif pada jiwa individu. Efek audio berkaitan dengan proses tekanan suara yang ditransmisikan ke tubuh dan mempengaruhi sel-sel tubuh. Suara dari telinga kemudian diterima oleh sistem saraf pusat dan ditransmisikan ke seluruh bagian tubuh. Mereka juga membantu sistem saraf dan sistem limfatik untuk mengatur detak jantung dan pernapasan. Lantunan Al-Qur'an dapat menghasilkan gelombang delta di bagian depan dan tengah otak di sisi kanan dan kiri. Area wajah adalah pusat mental umum dan pengontrol emosi (Lukito, 2018). Tujuan studi kasus ini adalah mengetahui rerata penurunan tekanan darah dengan pemberian terapi *Murottal* Alquran pada responden lansia dengan hipertensi.

METODE

Studi kasus dilakukan dengan metode deskriptif dengan pendekatan proses asuhan keperawatan yang dilakukan pada 2 responden yang dilakukan terapi *Murottal* meliputi pengkajian, diagnosa keperawatan, intervensi keperawatan, implementasi dan evaluasi. Studi kasus ini mengukur tekanan darah pada lansia dengan tekanan darah tinggi. Pengukuran tekanan darah dilakukan pre-post test terapi *Murottal* sebanyak 3x pertemuan selama 3 hari setiap sesi dilakukan 31 menit 26 detik (Irmachatshalihah & Armiyati, 2019).

Subjek studi kasus ini adalah lansia berjumlah 2 responden dengan tekanan darah tinggi. Teknik pengambilan

sampelnya menggunakan purposive sampling. Kriteria inklusi subjek studi kasus adalah responden yang bersedia diberikan terapi *Murottal*, lansia dengan hipertensi primer. Instrumen yang digunakan dalam studi kasus ini adalah Sphymanometer digital untuk mengukur tekanan darah, Instrumen untuk mendengarkan *Murottal* yaitu MP3 *Player* surah Al-Kahfi yang dilantunkan oleh Ali Abdurahman Al Hutaify dan *headphone* yang menutup seluruh telinga dengan diameter 7 cm. Pengambilan data sebelum dan sesudah dilakukan terapi *Murottal*.

Subjek studi kasus dimintai menandatangani lembar persetujuan untuk dilakukan terapi *Murottal* untuk menurunkan tekanan darah. Peneliti tidak menampilkan identitas subjek studi kasus dalam laporan maupun naskah publikasi yang dibuat oleh peneliti. Pengelolaan data studi kasus yang diperoleh dianalisis untuk mengetahui penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi setelah dilakukan terapi *Murottal*. Data hasil studi disajikan dalam bentuk tabel intervensi rerata penurunan tekanan darah pre dan post terapi *Murottal* selama 3 hari.

HASIL

Hasil pengkajian menunjukkan, responden 1 usia 62 tahun dengan jenis kelamin perempuan dan responden 2 usia 69 tahun dengan jenis kelamin laki-laki. Subjek studi kasus pertama memiliki riwayat hipertensi kurang lebih 3 tahun dan subjek kedua mempunyai riwayat hipertensi kurang lebih 6 tahun. Subjek studi kasus ini gemar mengkonsumsi makanan tinggi garam, tidak melakukan diet hipertensin dan tidak melakukan olahraga dengan rutin. Kedua responden memiliki tekanan darah yang tinggi tetapi tidak merasakan gejala apapun. Responden pertama memiliki tekanan darah 170/100 mmHg, frekuensi nadi 82x/menit, suhu tubuh 36oC dan frekuensi napas 19x/menit. Responden kedua pertama memiliki tekanan darah 180/90



mmHg, frekuensi nadi 70x/menit, suhu tubuh 36oC dan frekuensi napas 20x/menit.

Subjek studi kasus kedua responden mengatakan mengkonsumsi obat jika kepala pusing dan memeriksakan tekan darah jika saat gejala muncul di apotik terdekat dan responden mengatakan kurang pengetahuan mengenai penyakitnya hipertensi, responden tidak mengetahui kalau punya penyakit hipertensi harus minum obat secara terus menerus. Kedua responden mengatakan kurang terpapar informasi tentang hipertensi. Diagnosa keperawatan yang muncul pada kedua kasus adalah manajemen kesehatan tidak efektif berhubungan dengan kompleksitas program perawatan/ pengobatan (D.0116). Intervensi keperawatan kedua kasus yaitu, edukasi program pengobatan (1.12441) identifikasi pengetahuan tentang pengobatan yang direkomendasikan, berikan dukungan untuk menjalani program pengobatan dengan baik dan benar, libatkan keluarga untuk memberikan dukungan pada responden selama pengobatan, ajarkan kemampuan melakukan pengobatan mandiri (selfmedication. misal *Murottal*) (PPNI, 2018).

Implementasi yang diberikan pada responden dengan cara memberikan pengetahuan tentang pengobatan yang baik dan benar dengan melibatkan keluarga untuk memberikan dukungan dan menjelaskan manfaat diberikan terapi dengan *Murottal*. Mengobservasi tanda-tanda vital dengan pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan terapi *Murottal* dengan menggunakan surah Al-Kahfi yang dilantunkan oleh Ali Abdurahman Al Hutaify dan *headphone* yang menutup seluruh telinga dengan diameter 7 cm yang dilakukan selama 3 hari dengan frekuensi 1 kali sehari selama 31 menit 26 detik. Mengajarkan responden untuk melakukan terapi mandiri (*self-medication* misal *Murottal*).

Evaluasi kedua kasus menunjukkan rerata perbedaan setelah diberikan terapi *Murottal* yang meliputi tekanan darah pre dan post dilakukan terapi *Murottal* menggunakan surah Al-Kahfi selama 31 menit 26 detik. Rata-rata tekanan darah kedua responden mengalami penurunan, tekanan darah sistolik turun sebesar 8 mmHg dan diastolik turun sebesar 7,7 mmHg, bisa dilihat di tabel.

Tabel 1

Distribusi Tekanan Darah Responden dengan Hipertensi <i>Pre</i> dan <i>Post</i> dilakukan Terapi <i>Murottal</i>							
Indikator	Responden 1			Responden 2			
Tekanan darah (<i>pre</i>)	Hari 1	Hari 2	Hari 3	Hari 1	Hari 2	Hari 3	
	Sistolik	163	152	148	168	178	164
	Diastolik	89	92	88	100	116	98
Tekanan darah (<i>post</i>)	Hari 1	Hari 2	Hari 3	Hari 1	Hari 2	Hari 3	
	Sistolik	142	148	138	149	168	156
	Diastolik	79	81	79	86	99	88

PEMBAHASAN

Berdasarkan pengkajian didapatkan bahwa lansia berjumlah 2 responden dan jenis kelamin perempuan dan laki-laki, lansia berusia 62 tahun dan 69 tahun. Penderita penyakit darah tinggi lebih banyak dialami oleh perempuan (57%) sedangkan pada laki-laki (43%) (Trisnawati, Azizah, & Jenie, 2021). Pada usia 50 tahun, wanita tidak

dapat memproduksi estrogen, dan mereka yang belum mengalami menopause dilindungi oleh estrogen yang berperan dalam meningkatkan kadar high-density lipoprotein (HDL). Kadar kolesterol high-density lipoprotein yang tinggi merupakan faktor protektif untuk mencegah proses aterosklerotik. Efek perlindungan dari estrogen diyakini menjadi alasan mengapa wanita memiliki kekebalan pada usia



premenopause. Sebelum menopause, wanita secara perlahan akan mulai kehilangan estrogen yang melindungi pembuluh darah dari kerusakan. Proses ini akan terus berlanjut, dan jumlah estrogen akan berubah secara alami seiring dengan bertambahnya usia wanita, biasanya terjadi pada wanita berusia antara 45 dan 55 tahun. Hal ini menempatkan wanita pascamenopause pada risiko tinggi hipertensi. Secara umum, ada dua faktor risiko hipertensi, antara lain merokok, obesitas, stres, dan aktivitas fisik yang dapat dimodifikasi dan faktor resiko usia, genetika, dan jenis kelamin yang tidak dapat dimodifikasi (Udjianti, 2011).

Menurut data pengkajian kedua responden tidak mengkonsumsi obat hipertensi secara rutin dan hanya meminum obat jika kepala terasa pusing. Faktor yang mempengaruhi tidak mengkonsumsi obat hipertensi antara lain: usia, status sosial ekonomi, riwayat hipertensi, dukungan keluarga, dan faktor eksternal lainnya. Hal tersebut merupakan faktor yang mempengaruhi tidak mengkonsumsi obat (Nade & Jeanny, 2020).

Menurut penelitian, kedua responden memiliki riwayat tekanan darah tinggi selama 3 tahun dan 6 tahun. Dalam survei tersebut, kedua responden mengatakan mereka suka makan makanan tinggi garam dan terkadang makan junkfood bersama anak-anak mereka. Kebiasaan makan yang tidak sehat seperti mengonsumsi garam natrium dapat menyebabkan tekanan darah tinggi. Mengonsumsi makanan tinggi garam, mengonsumsi banyak sodium dapat menahan air dan meningkatkan volume darah. Akibatnya jantung harus bekerja lebih keras untuk memompa darah sehingga menyebabkan tekanan darah meningkat. Telah disebutkan bahwa antara lain penyebab hipertensi adalah makan makanan penyebab hipertensi, antara lain makan makanan asin, makan manis, makan makanan berlemak (Adriaansz, Rottie, & Lolong, 2016).

Terapi *Murottal* adalah terapi musik religi yang memiliki efek penyembuhan bagi yang mendengarkannya. Saat mendengarkan rekaman Al-Qur'an, impuls suara ditransmisikan dari telinga ke otak dan kemudian ke saraf vagus. Saraf ini bekerja untuk mengatur detak jantung dan pengaturan pernapasan untuk efek relaksasi yang mengarah pada penurunan detak jantung dan denyut nadi saat mendengarkan Al-Qur'an. Hasil uji wilcoxon tekanan darah sistole kelompok perlakuan didapatkan $p = 0,000$ dan kelompok kontrol didapatkan $p = 0,01$. Sedangkan, hasil uji wilcoxon tekanan darah diastole kelompok perlakuan didapatkan $p = 0,01$ dan kelompok kontrol didapatkan $p = 0,32$. p value $< \alpha (0,05)$, berarti terdapat perbedaan tekanan darah sistole dan diastole sebelum dan sesudah diberikan terapi (A. Mulyadi et al., 2018).

Hasil studi kasus penerapan terapi *Murottal* Al-Qur'an surah Al-Kahfi yang telah dilakukan pada kedua responden hipertensi diperoleh hasil adanya penurunan tekanan darah, sebelum dan sesudah dilakukan terapi *Murottal* selama 3 hari, dengan hasil kedua kasus rata-rata tekanan darah kedua responden mengalami penurunan, tekanan darah sistolik turun sebesar 8 mmHg dan diastolik turun sebesar 7,7 mmHg. Mendengarkan bacaan Al-Qur'an dapat mengantarkan kepada penggiatan kerja jantung, menstabilkannya, dan menghilangkan kegelisahan serta kegundahannya, sehingga dapat menenangkan jantung. Selain itu mendengarkan bacaan Al-Qur'an dapat mengobati penyakit kulit dan penyakit-penyakit kronis salah satunya penyakit hipertensi (Al-Kaheel, 2016).

Intervensi dalam terapi *Murottal* ini telah dilakukan oleh beberapa peneliti sebelumnya dan telah menunjukkan penurunan tekanan darah setelah intervensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi *Murottal* dapat menurunkan tekanan darah responden dari rata-rata



tekanan darah 150/90 mmHg menjadi 136/85 mmHg setelah dilakukan intervensi (Hafifa Transyah, 2019). Penelitian lainnya menunjukkan bahwa terapi *Murottal* sambil mendengarkan surat Al-Kahfi menunjukkan penurunan tekanan darah responden dari rerata tekanan darah sistolik dari 153,50 mmHg menjadi 129,50 mmHg dan diastolik dari 106,95 mmHg menjadi 83,80 mmHg (Irmachatshalihah & Armiyati, 2019).

Mendengarkan *Murottal* surah Al-Kahfi termasuk dalam intervensi untuk meningkatkan ritual keagamaan, yaitu teknik relaksasi penghilang stres yang menggabungkan unsur agama dan spiritual (Bluecheck, 2015). Kondisi relaks dapat menyebabkan rangsangan saraf simpatis hingga menimbulkan vasospasme, karena dalam kondisi stres perfusi darah meningkat. Makna yang tersirat pada surah Al-Kahfi yaitu sebagai bimbingan yang lurus, untuk memperingatkan akan siksa yang sangat pedih dari sisi-Nya dan memberikan kabar gembira kepada orang-orang mukmin yang mengerjakan kebajikan bahwa mereka akan mendapat balasan yang baik (Laitupa & Amin, 2019).

Menurut hasil penelitian, terapi *Murottal* Surah Al-Kahfi efektif dalam menurunkan tekanan darah karena memberikan efek ketenangan orang yang diwawancarai untuk mendengarkan dalam lingkungan yang tenang dan tidak ada suara bising yang dapat mengganggu. Reaksi positif surah *Murottal* Al-Kahfi mempengaruhi sekresi endorfin di hipotalamus, melemaskan dan menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Terapi *Murottal* juga merupakan terapi tanpa efek samping, bagi penderita hipertensi merupakan terapi mandiri yang aman dan mudah dilakukan secara rutin di rumah (Irmachatshalihah & Armiyati, 2019).

SIMPULAN

Terapi nonfarmakologi pemberian terapi *Murottal* dengan surah Al-Kahfi yang

dilakukan sebanyak 3x pertemuan selama 3 hari, setiap sesi dilakukan 31 menit 26 detik menunjukkan rerata penurunan tekanan darah pada lanjut usia dengan hipertensi. Perawat diharapkan dapat mengaplikasikan pemberian terapi *Murottal* dengan surah Al-Kahfi pada responden hipertensi pada lansia. Berdasarkan kedua responden ini dapat disimpulkan bahwa terapi *Murottal* dengan surah Al-Kahfi efektif untuk dilakukan pada lansia dengan tekanan darah tinggi. Hasil kedua kasus didapatkan rerata tekanan darah kedua responden mengalami penurunan, tekanan darah sistolik turun sebesar 8 mmHg dan diastolik turun sebesar 7,7 mmHg.

UCAPAN TERIMAKASIH

Alhamdulillah puji syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT atas limpahan rahmat, taufiq, iinayah-Nya saya dapat menyelesaikan tugas akhir ners berupa Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN). Sholawat serta salam tidak lupa saya haturkan kepada junjungan Nabi Besar Muhammad SAW, yang kita tunggu syafaatnya di yaumil akhir. Saya mengucapkan terimakasih banyak kepada responden dan keluarga yang telah kooperatif dalam melaksanakan penerapan studi kasus ini, sehingga penulis dapat menyelesaikan KIAN dengan baik. Semoga hasil penerapan studi kasus ini dapat menjadi referensi pembuatan asuhan keperawatan.

REFERENSI

- Adriaansz, P., Rottie, J., & Lolong, J. (2016). Hubungan Konsumsi Makanan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmasranomuut Kota Manado. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 4(1), 108574.
- Al-Kaheel. (2016). *Al-Qur'an The Healing Book*. Tarbawi PressHakim.
- American Heart Association's. (2017). *Hypertension Guidelines Programming*. American Heart Association's Annual Scientific Sessions. american.



- Bluecheck, & D. (2015). Nursing intervention classification. Mosliever.
- Carolina, P., Tarigan, Y. U., Novita, B., Indriani, D., Efriadi, E., Yangan, E. P., ... Afiana, M. (2019). Pengabdian Masyarakat Pendidikan Kesehatan Menjaga Kesehatan dan Kebugaran melalui Olahraga bagi Lansia di Posyandu Eka Harapan Kelurahan Pahandut Palangka Raya. *Jurnal Surya Medika*, 4(2), 88-94. <https://doi.org/10.33084/jsm.v4i2.609>
- CDC. (2020). High Blood Pressure : Know Your Risk for High Blood Pressure. Centers for Disease Control and Prevention.
- 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>
- Kesehatan, K. (2018). Prevalensi hipertensi di Indonesia"Hasil utama riskesdas 2018".
- Kesehatan k. (2018). Prevalensi hipertensi di Indonesia"Hasil utama riskesdas 2018.
- Laitupa, A. A., & Amin, M. (2019). Ventilasi dan Perfusi, serta Hubungan antara Ventilasi dan Perfusi. *Jurnal Respirasi*, 2(1), 29. <https://doi.org/10.20473/jr.v2-i.1.2016.29-34>
- Lukito, A. (2018). ARTIKEL PENELITIAN Pengaruh Membaca Al-Quran terhadap Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Kisaran - Rantau Prapat Tahun 2017 The Effect of Reading Al-Quran on Blood Pressure in the Elderly with Hypertension *Perf*. 1(3).
- 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 (Vol. 1).
- Mulyadi, O. D., Ag, M., Hidayah, R., Si, M., Mahfur, M., & Si, M. (2018). KECEMASAN DAN PSIKOTERAPI ISLAM (Model Psikoterapi Al-Qur'ān dalam Menaggulangi Kecemasan Santri Lembaga Tinggi Pesantren Luhur dan Pondok Pesantren Baiturrahmah di Kota Malang). *El-QUDWAH*, 0(0).
- Nade, M. S., & Jeanny, R. (2020). Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Minum Obat Tuberculosis Paru Di Wilayah Kerja Puskesmas Gading Rejo. *JURNAL DUNIA Kesmas*, 5.
- Organization, W. H. (2019). A global brief on Hypertension: silent killer, global public health crises. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- PPNI, T. P. D. (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia. Dewan Pengurus Pusat PPN.
- Ropei, O., & Luthfi, Mu. (2017). Volume 4 | Nomor 1 | Juni 2017. *Jurnal Keperawatan 'Aisyiyah*, 4(1), 1-12.
- Sumantra, I., Kumaat, L., & Bawotong, J. (2017). Hubungan Dukungan Informatif Dan Emosional Keluarga Dengan Kepatuhan Minum Obat Pada Lansia Hipertensi Di Puskesmas Ranomuut Kota Manado. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 5(1).
- Susilawati, A. (2019). Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi di PSTW Budi Luhur Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 8(2), 1-5. <https://doi.org/10.36565/jabj.v8i2.5>
- Trisnawati, E., Azizah, I. Al, & Jenie, I. M. (2021). Al-Qur ' an Murottal Therapy to Reduce Cardiovascular Reactivity to Handgrip in Hypertensive Pre-Elderly Subjects. *Advances in Health Sciences Research*, 33(ICoSIHSN 2020), 365-370.
- Udjianti, W. J. (2011). *Keperawatan Kardiovaskular*. Jakarta: Salemba Medika.
- Widyastuti, W. . (2015). Pengaruh Terapi Murottal Surah Ar-Rahman Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lanjut Usia (Lansia) Penderita Hipertensi di Posyandu Lansia Kenanga Wilayah Kerja Upk Puskesmas Siantan Hulu Kecamatan Pontianak Utara.

