



**PENGARUH TERAPI MUROTAL AL-QURAN TERHADAP STRES
PASIEN HIPERTENSI DI RUANG PENYAKIT DALAM RSUD WALED
CIREBON**

*EFFECTS OF MUROTAL AL-QURAN AUDIO THERAPY IN STRESS OF
HYPERTENSION PATIENTS IN WALED GENERAL HOSPITAL*

Sri Susilawati¹, Sri Nurcahyati², Ahmad Syaripudin³

¹Program Studi SI Keperawatan, STIKes Mahardika Cirebon

^{2,3}Dosen STIKes Mahardika Cirebon

Email : susilawatis099@gmail.com

ABSTRACT

Hypertension or high blood is where the occurrence of disorders of the blood vessels that cause oxygen supply in the blood to be slow down to the body tissues that need. Symptoms of increased blood pressure are characterized by dizziness, neck muscle aches and breathing difficulties (Mansjoer, 2010). Symptoms of such hypertension cause discomfort and insecurity that responded to the individual as a threat, causing stress and become the trigger of the occurrence of essential hypertension. One effective distraction technique used to treat stress in patients is to use murottal Koranic therapy, because murottal therapy of the Qur'an is an act of distraction.

This research is a kind of quantitative research with quassy experiment research design. The research design used is Pretest-Posttest, Non-Equivalent Control Group Design. Sample selection using Quota sampling method. There are 2 groups: the intervention group and the control group. The sample size is 44 respondents.

The result of the research with independent t test statistic test showed that there was a significant difference of the average stress level of hypertensive patient in the intervention group and the control group.

Keywords: Hypertension, Stres Level, Murottal Al-Quran Audi

PENDAHULUAN

Hipertensi atau darah tinggi adalah penyakit yang sebagian besar adalah penyakit yang di derita oleh lanjut usia, dimana hipertensi atau darah tinggi adalah dimana terjadinya gangguan pada pembuluh darah yang menyebabkan suplay oksigen dalam darah menjadi lambat sampai ke jaringan tubuh yang membutuhkan.

Stres adalah respon tubuh yang tidak spesifik terhadap setiap kebutuhan tubuh yang terganggu, suatu fenomena universal yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari dan tidak dapat di hindari, setiap orang mengalaminya. stres dapat berdampak secara total pada individu yaitu terhadap fisik, psikologis, intelektual, sosial, dan spiritual, stres dapat mengancam keseimbangan fisiologis. (Nugroho & Purwanti, 2010).

Salah satu teknik distraksi yang efektif digunakan untuk mengatasi stres pada pasien adalah menggunakan terapi murottal Al-Quran, karena terapi murottal Al-Qur'an merupakan tindakan untuk mengalihkan perhatian.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian lebih lanjut tentang pengaruh terapi murottal Al-Quran terhadap stres pasien Hipertensi di ruang penyakit dalam RSUD Waled Cirebon.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian lebih lanjut tentang pengaruh terapi murottal Al-Quran terhadap stres pasien Hipertensi di ruang penyakit dalam RSUD Waled Cirebon.

METODE DAN MATERIAL

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah *quassy experiment* atau disebut juga eksperimen semu. Pendekatan yang digunakan menggunakan pendekatan Pretest-Posttest, Non-Equivalent Control Group Design. Populasi adalah seluruh subyek yang mempunyai karakteristik tertentu yang akan diteliti. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien hipertensi yang dirawat di ruang penyakit dalam RSUD Waled

Kabupaten Cirebon pada bulan Juni 2018 yaitu sebanyak 44 pasien. Tehnik pengambilan sampel ini dilakukan dengan tehnik *Quota sampling*. Sampel penelitian ini terbagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok perlakuan dan kelompok control.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisa univariat pengaruh terapi relaksasi audio murottal Al-Quran terhadap perubahan tingkat stres pasien Hipertensi di ruang penyakit dalam RSUD Waled Cirebon, tertera pada tabel berikut ini:

1. Tingkat Stres

Tabel. 1

Tingkat Stres Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi Murottal Al-Qur'an pada Kelompok Intervensi dan Kontrol

Tingkat Stres	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol					
	Pre		Post		Pre		Post	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Normal	2	9,2	9	40,9	7	31,3	7	31,3
Ringan	7	31,3	5	22,7	2	9,2	3	13,6
Sedang	9	40,9	7	31,3	8	36,4	8	36,4
Berat	4	18,2	1	4,6	2	9,2	3	13,6
Sangat Berat	0	0	0	0	3	13,6	5	22,7
Total	2	10	2	10	2	10	2	10
	2	0	2	0	2	0	2	0

Hasil analisis menunjukkan bahwa tingkat stres sebelum diberikan Terapi Murottal Al-Qur'an pada kelompok intervensi paling banyak pada kategori sedang sebanyak 9 responden (40,9%) dan tingkat stres setelah diberikan Terapi Murottal Al-Qur'an paling banyak pada kategori normal sebanyak 9 responden (40,9%).

Sedangkan tingkat stres sebelum dan sesudah diberikan Terapi Murottal Al-Qur'an pada kelompok kontrol paling banyak masing-masing pada kategori sedang sebanyak 8 responden (36,3%).

2. Kelompok Intervensi

Tabel. 2

Tingkat stress pasien Hipertensi di ruang penyakit dalam RSUD Waled Cirebon

Variabel	Mean	Median	SD	Min - Max
- Sebelum pemberian murottal Al-Quran	21,18	21,00	5,413	13 - 33
- Sesudah pemberian murottal Al-Quran	16,23	16,50	5,255	9 - 27

Hasil analisis menunjukkan bahwa rata-rata tingkat stres responden kelompok intervensi sebelum diberikan audio murottal al-Quran adalah 21,18.

Sedangkan hasil analisis rata-rata tingkat stres responden kelompok intervensi sesudah diberikan audio murottal al-Quran adalah 16,23 termasuk dalam kategori tingkat stres ringan, dengan standar deviasi 5,255. Skor tingkat stress paling rendah sebesar 9 (termasuk dalam kategori normal) dan skor tingkat stres paling tinggi sebesar 27 (termasuk dalam stress berat).

3. Tingkat Stres Kelompok Kontrol

Tabel. 3
 Tingkat stres pasien Hipertensi di ruang penyakit dalam RSUD Waled Cirebon

Variabel	Mean	Median	SD	Min - Max
Sebelum	20,23	20,00	10,240	7 - 41

Hasil analisis menunjukkan bahwa rata-rata tingkat stres responden kelompok kontrol pada hari pertama adalah 20,23.

Tabel 4
 Perbedaan tingkat stres pasien hipertensi di ruang penyakit dalam RSUD Waled Cirebon

tingkat Stres	ean	∩	∫	value	N
kelompok	16,23	5,255	1,120		22
Intervensi				0,01	
Kelompok Kontrol	19,27	7,877	7,701	7	22

Rata-rata tingkat stres pasien hipertensi yang diberikan terapi murottal al-quran adalah 16,23 dengan standar deviasi 5,255, sedangkan untuk pasien hipertensi yang tidak diberikan terapi murottal al-quran adalah 19,27 dengan standar deviasi 7,877. Hasil uji statistic didapatkan nilai p sebesar 0,017, yang berarti terdapat perbedaan tingkat stres pasien hipertensi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

Hasil analisis menunjukkan bahwa rata-rata tingkat stres responden kelompok intervensi sebelum diberikan audio murottal al-Quran adalah 21,18, termasuk dalam kategori tingkat stres sedang dan rata-rata tingkat stres responden kelompok intervensi sesudah diberikan audio murottal al-Quran adalah 16,23 termasuk dalam kategori tingkat stress ringan

PEMBAHASAN

1. Tingkat Stres Kelompok Intervensi

Hasil analisis menunjukkan bahwa rata-rata tingkat stress responden kelompok intervensi sebelum diberikan audio murottal al-Quran adalah 21,18. Stres dapat menimbulkan respon fisiologis dan biokimia yang unik pada setiap orang tergantung pada intensitas dan durasi stres yang ditimbulkan. Respon psikofisiologi akibat stres dapat mengaktifasi hipotalamus, hipofisis, adrenal dan system saraf simpatik yang dapat ditandai dengan peningkatan denyut jantung, tekanan darah, dan output jantung. Respon dari stres tersebut dapat meningkatkan beban kerja pada sistem kardiovaskuler yang dapat mengancam kehidupan (Bally, 2010).

Peningkatan stres fisik dan mental juga dapat menyebabkan terjadinya miokard infark dan kematian mendadak. Perubahan haemodinamik

sistem kardiovaskuler akibat kecemasan akan mengaktifasi saraf sympatis sehingga meningkatkan produksi noreepinephrine yang menyebabkan peningkatan tahanan perifer, dan dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah (Aronson & Jeremy, 2008).

2. Tingkat Stres Kelompok Kontrol

Hasil analisis menunjukkan bahwa rata-rata tingkat stres responden kelompok kontrol pada hari pertama adalah 20,23. Pada saat responden mengalami stres, hormone adrenalin akan dilepaskan dan kemudian akan meningkatkan tekanan darah melalui kontraksi arteri (vasokonstriksi) dan peningkatan denyut jantung. Apabila stres berlanjut, tekanan darah akan tetap tinggi sehingga orang tersebut akan mengalami hipertensi (South, 2014).

Pada pasien hipertensi, gejala yang dialami menimbulkan rasa tidak nyaman dan rasa tidak aman yang direspon individu sebagai suatu ancaman sehingga menimbulkan stres dan menjadi pemicu terjadinya hipertensi esensial (Ogden, 2010). Beberapa gejala yang sering dialami oleh pasien seperti naiknya tekanan darah ditandai dengan pusing, nyeri otot leher sesak nafas dan dada berdebar-debar (Mansjoer, 2010).

3. Pengaruh terapi murottal Al-Quran terhadap tingkat stres pada pasien hipertensi.

Hasil uji statistik didapatkan nilai p sebesar 0,017 yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan rata-rata tingkat stres pasien hipertensi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Murottal merupakan salah satu musik dengan intensitas 50 desibel yang membawa pengaruh positif bagi pendengarnya (Wijaya, 2009). murottal diperdengarkan dan sampai ke otak, maka murottal ini akan diterjemahkan oleh otak. Persepsi kita ditentukan oleh semua yang telah

Terakumulasi, keinginan, hasrat, kebutuhan dan pra anggapan. Hasil penelitian dari Al-Kaheel (2010) menyebutkan membaca atau mendengarkan Alquran akan memberikan efek relaksasi, sehingga pembuluh darah nadi dan denyut jantung mengalami penurunan. Terapi bacaan Al-quran ketika diperdengarkan pada orang atau pasien akan membawa gelombang suara dan mendorong otak untuk memproduksi zat kimia yang disebut neuropeptide. Molekul ini akan memengaruhi reseptor di dalam tubuh sehingga hasilnya tubuh merasa nyaman. Pemberian murottal surah Ar Rahman akan menimbulkan rasa percaya diri, rasa optimisme (harapan kesembuhan), mendatangkan ketenangan, damai dan merasakan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa sehingga mengakibatkan rangsangan ke hipotalamus untuk menurunkan produksi CRF (*Corticotropin Releasing Factor*). CRF akan merangsang kelenjar pituitary

anterior untuk menurunkan produksi ACTH (Adreno Cortico Tropin Hormon). Hormon ini akan merangsang korteks adrenal untuk menurunkan sekresi kortisol di mana menekan sistem imun tubuh sehingga mengurangi tingkat kecemasan dan nyeri (Oken, 2004).

KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

- Rata-rata tingkat stres responden kelompok intervensi sebelum diberikan murrotal al-Quran adalah 21,18. Rata-rata tingkat stres responden kelompok intervensi sesudah diberikan audio murrotal al-Quran adalah 16,23.
- Rata-rata tingkat stres responden kelompok kontrol pada hari pertama adalah 20,23.
- Terdapat perbedaan yang signifikan rata-rata tingkat stres pasien hipertensi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

2. Saran

i. Bagi perawat

Bagi perawat yang bertugas di ruang rawat inap diharapkan dapat memberikan informasi kepada pasien untuk memahami pentingnya mengontrol tekanan darah melalui penyuluhan dan edukasi.

ii. Bagi Responden

Pasien hipertensi dapat mengaplikasikan terapi murottal Alquran dengan bantuan perawat maupun keluarganya sendiri di ruang rawat inap untuk mengatur tekanan darahnya..

iii. Bagi Peneliti Lain

Sebelum melakukan penelitian disarankan untuk lebih memperkecil ruang dari variabel pengganggu seperti jenis obat yang dikonsumsi, jenis penyakit yang diderita responden dan lingkungan (pencahayaan dan suara bising). Selain itu, pada saat melakukan pelaksanaan terapi murottal peneliti disarankan untuk mengkondusifkan ruangan disekitar responden yang diteliti sehingga responden lebih berkonsentrasi dan memberikan kenyamanan.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Quran* Terjemahan. 2015. Departemen Agama RI. Bandung: CV Darus.
- Corwin. E. J., (2009). *Handbook of pathophysiology*. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran
- Damanik, S. (2008) Riset keperawatan sejarah dan metodologi. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC
- Effendi, F & Makhfudli. 2009. Keperawatan Kesehatan Komunitas: Teori dan Praktek Dalam Keperawatan. Jakarta: Salemba medika.
- Hastono Sutanto Priyo dan Sabri Luknis. (2010). *Statistik Kesehatan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Hawari, Dadang. (2008). Manajemen Stres Cemas dan Depresi. Jakarta : Balai Penerbit FKUI.
- Nadia, Silvia (2015). Pengaruh Terapi Mendengarkan Murotal Al-Quran terhadap Tingkat Kecemasan Anak Presirkumsisi di Rumah Sunatan Bintaro. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta: Skripsi yang tidak dipublikasikan.
- Nugroho, Wahjudi dan Purwanti. 2010. Keperawatan Gerontik & Geriatrik. Edisi 3. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Notoatmodjo S. (2012). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam, S. (2013). Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta : Salemba Medika Karta
- Pedak, M. (2009). Metode Supernol Menaklukkan Stres. Jakarta : Hikmah
- Pinel, J.P.J. (2009). Stres dan Kesehatan Dalam: Biopsikologi Edisi ke-7. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Price SA, Wilson LM. 2011. Disfungsi Mekanis Jantung dan Bantuan Sirkulasi. Dalam: Hartanto H, Susi N, Wulansari P, Maharani DA, editor. Patofisiologi : Konsep Klinis Proses-Proses Penyakit Edisi 6. Jakarta: EGC
- Rumah Sakit Umum Daerah Waled. (2018). Data Jumlah Pasien Hipertensi. Cirebon : tidak dipublikasikan.
- Sastroasmoro, S. (2011). Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Klinis. Jakarta : CV Sagung Seto.
- Smeltzer, S. C., Bare, B. G., Hinkle, J. L., & Cheever, K. H. (2010). Textbook of Medical surgical Nursing Brunner & Suddarth. Philadelphia: Lippincott William & Wilkin
- Sani, Aulia dkk. (2008). Diagnosis dan tatalaksana hipertensi, syndrome koroner akut dan gagal jantung. Jakarta : Medya care
- Sugiyono. (2011). Statistika untuk Penelitian. Bandung : Alfabeta

Udjianti, W.J. 2011. *Keperawatan kardiovaskular*.
Jakarta :Penerbit Salemba Medika

Utami, Risni,S. (2016). Pengaruh Terapi Murottal Al-
Qur'an Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien

Hemodialisis Di Rumah Sakit Pku
Muhammadiyah Gamping. Universitas
Muhammadiyah Jogjakarta : Skripsi yang
tidak dipublikasikan.