



## EFEKTIVITAS TERAPI AUDIO MUROTTAL TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI

Eli Yana<sup>1</sup>, Meutia Chaizuran<sup>2\*</sup> and Zeva Juwita<sup>3</sup>

Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKes Darussalam Lhokseumawe, Aceh<sup>2</sup>

Dosen Program Studi D3 Ilmu Kebidanan, STIKes Darussalam Lhokseumawe<sup>3</sup>

Mahasiswa Ilmu Keperawatan, STIKes Darussalam Lhokseumawe, Aceh<sup>1</sup>

[Yanae9883@gmail.com](mailto:Yanae9883@gmail.com)<sup>1</sup>; [mchaizuran@gmail.com](mailto:mchaizuran@gmail.com)<sup>2</sup>; [zevajuwita86@gmail.com](mailto:zevajuwita86@gmail.com)<sup>3</sup>

\*)Correspondence Author

### Abstract

Management of hypertension can be done pharmacologically and non-pharmacologically. Murottal Al-Quran therapy, namely listening to the chanting of the holy verses of the Koran, is one of the non-pharmacological treatment efforts that can reduce blood pressure by eliminating stress and increasing the feeling of happiness in human life. The aim of this study was to determine the effectiveness of murottal audio therapy on changes in blood pressure in elderly people with hypertension at the Makmur Community Health Center, Makmur District, Bireuen Regency. The research used a pre-experimental design with a one group pre test post test design. This research was carried out from 27 March 2023 to 08 August 2023. The population of this research was all elderly people aged 60-74 years at the Makmur Community Health Center, Makmur District, Bireuen Regency and the total population sampling technique was 63 elderly people. Data processing by editing, coding, processing, tabulating and using the T paired test. Univariate test results showed that the majority of respondents' blood pressure before being given murottal audio therapy was in hypertension category II with a frequency of 44 people (69.8%) and after being given murottal audio therapy was in hypertension category I with a frequency of 29 people (46%). The results of the normality test using Kolmogrov Smirnov showed that the  $p$  value for pre-test blood pressure ( $0.125$ )  $> \alpha$  ( $0.05$ ) and the  $p$  value for post-test blood pressure ( $0.106$ )  $> \alpha$  ( $0.05$ ), so that the blood pressure data was normally distributed. The results of the bivariate analysis showed that the  $p$  value ( $0.000$ )  $< \alpha$  ( $0.05$ ),  $H_0$  was accepted, meaning that murottal audio therapy was effective in changing blood pressure in elderly people with hypertension at the Makmur Community Health Center, Makmur District, Bireuen Regency. It is hoped that seniors can increase their information and knowledge in lowering blood pressure non-pharmacologically and without incurring costs.

**Keywords :** Murottal Audio Therapy, Blood Pressure, Elderly, Hypertension



### Abstrak

Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologi dan non farmakologi. Terapi Murottal Al-Quran, yaitu mendengarkan lantunan ayat suci Al-Quran, merupakan salah satu dari upaya pengobatan non farmakologi yang dapat menurunkan tekanan darah dengan menghilangkan stres dan meningkatkan rasa kebahagiaan dalam hidup manusia. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui efektivitas terapi audio murottal terhadap perubahan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Puskesmas Makmur Kecamatan Makmur Kabupaten Bireuen. Penelitian menggunakan desain *pra-eksperimen* dengan rancangan *one group pre test post test design*. Penelitian ini telah dilaksanakan mulai 27 Maret 2023 sampai dengan 08 Agustus 2023. Populasi penelitian ini adalah semua lansia yang berusia 60-74 tahun di Puskesmas Makmur Kecamatan Makmur Kabupaten Bireuen dan teknik pengambilan sampel *total populasi* berjumlah 63 lansia. Pengolahan data dengan *editing, coding, processing, tabulating* dan menggunakan uji *T paired test*. Hasil uji univariat diperoleh mayoritas tekanan darah responden sebelum diberikan terapi audio murottal berada pada kategori hipertensi II dengan frekuensi 44 orang (69,8%) dan sesudah diberikan terapi audio murottal berada pada kategori hipertensi I dengan frekuensi 29 orang (46%). Hasil uji normalitas dengan *kolmogrov smirnov* diperoleh nilai  $p$  tekanan darah *pre-test* (0,125)  $>$   $\alpha$  (0,05) dan nilai  $p$  tekanan darah *post-test* (0,106)  $>$   $\alpha$  (0,05), sehingga data tekanan darah terdistribusi normal. Hasil analisis bivariat didapatkan nilai  $p$  (0,000)  $<$   $\alpha$  (0,05), ha diterima, berarti pemberian terapi audio murottal efektif terhadap perubahan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Puskesmas Makmur Kecamatan Makmur Kabupaten Bireuen. Diharapkan lansia dapat menambah informasi dan pengetahuan dalam menurunkan tekanan darah secara non-farmakologi dan tanpa mengeluarkan biaya.

**Kata Kunci :** *Terapi Audio Murottal, Tekanan Darah, Lansia, Hipertensi*

### PENDAHULUAN

Berdasarkan *The International Society of Hypertension (ISH)*, mengungkapkan dari 600 juta kasus hipertensi, 3 juta diantaranya meninggal setiap tahunnya, dan 7 dari setiap 10 penderita tidak mendapatkan pengobatan secara adekuat. Hipertensi merupakan penyakit asimtomatika, dimana tanda dan gejala tidak dapat dilihat dari luar, sehingga penyakit hipertensi seringkali menyebabkan kematian, tanpa sebelumnya menunjukkan tanda dan gejala apapun

*silent killer*. Hipertensi merupakan salah satu penyebab kematian terbesar di dunia dari satu juta penduduk setiap tahunnya. (Rachmawati, 2021).

Data dari WHO (2018) menyatakan bahwa hipertensi merupakan penyakit nomor sebelas penyebab kematian tertinggi di dunia yaitu sebanyak 1.153.308 jiwa. Hipertensi merupakan salah satu penyakit paling mematikan di dunia. Sebanyak 1 milyar orang di dunia atau 1 dari 4 orang dewasa menderita penyakit ini. Hipertensi secara tidak langsung membunuh penderitanya,

*Efektivitas Terapi Audio Murottal Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi*



melainkan memicu terjadinya penyakit lain yang tergolong kelas berat dan mematikan serta memberi gejala yang berlanjut untuk organ tubuh, seperti stroke untuk otak, penyakit jantung koroner untuk pembuluh darah dan otot jantung (Hendriyana, 2019).

Dari hasil riskesdas yang terbaru tahun 2018 di Indonesia prevalensi kejadian hipertensi sebesar 34,1%, angka ini meningkat cukup tinggi dibandingkan hasil riskesdas tahun 2013 yang menyampaikan kejadian hipertensi berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah pada masyarakat Indonesia berusia 18 tahun ke atas adalah 25,8%, sedangkan prevalensi hipertensi menurut propinsi di Indonesia terdapat 8 propinsi yang kasus penderita hipertensi melebihi rata-rata nasional yaitu: Sulawesi Selatan 27%, Sumatra Barat 27%, Jawa Barat 26%, Jawa Timur 25%, Sumatra Utara 24%, Riau 23%, dan Kalimantan Timur 22% (Kemenkes RI, 2018).

Berdasarkan data Dinkes Aceh diperoleh jumlah kasus penyakit tidak menular (PTM) tahun 2018 untuk hipertensi berjumlah 172.213 kasus dan tahun 2020 meningkat menjadi 184.842 (Dinkes Aceh, 2020). Berdasarkan data Dinkes Aceh (2020) Aceh utara menduduki peringkat pertama jumlah penderita hipertensi yaitu 26.373 dengan jumlah penderita laki-laki 9.112 dan penderita perempuan 17.261.

Hal ini menandakan bahwa sebagian besar kasus hipertensi di masyarakat belum terdiagnosis dan terjangkau pelayanan kesehatan. Dampak lanjutan yang didapatkan adalah meningkatnya komplikasi karena hipertensi yang terjadi dalam jangka

waktu lama dan terus menerus bisa memicu stroke, serangan jantung, gagal jantung, dan merupakan penyebab utama gagal ginjal kronik (Sari, 2020).

Lansia penderita hipertensi diharuskan mengkonsumsi obat secara rutin untuk mengendalikan tekanan darah dalam jangka waktu panjang, membuat lansia khawatir akan efek samping, seperti batuk, kelelahan, pusing, sering buang air kecil, retensi cairan, disfungsi seksual, aritmia jantung dan reaksi alergi. Terapi yang diberikan bagi lansia penderita hipertensi ada dua yaitu farmakologi (obat-obatan) dan non farmakologi (salah satunya meditasi spiritual) (Sukmalara, 2021).

Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologi dan non farmakologi. Penatalaksanaan secara farmakologi dilakukan melalui pemberian obat antihipertensi, yang dapat menimbulkan berbagai efek samping. Penatalaksanaan non farmakologi yaitu dengan mengubah gaya hidup sehari-hari, dilakukan untuk mendukung terapi farmakologi, dengan mengurangi garam, menurunkan berat badan berlebih, berolahraga, mengubah pola makan, menghindari stres, tidak merokok dan mengkonsumsi alkohol. Terapi Murottal Al-Quran, yaitu mendengarkan lantunan ayat suci Al-Quran, merupakan salah satu dari upaya pengobatan non farmakologi yang dapat menurunkan tekanan darah dengan menghilangkan stres dan meningkatkan rasa kebahagiaan dalam hidup manusia (Rachmawati, 2021).

Lantunan Al-Qur'an secara fisik mengandung unsur suara manusia, suara manusia merupakan instrument penyembuhan yang menakjubkan dan alat



yang paling mudah dijangkau. Suara dapat menurunkan hormon-hormon stres, mengaktifkan hormon endorfin alami, meningkatkan perasaan rileks, dan mengalihkan perhatian dari rasa takut, cemas dan tegang, memperbaiki sistem kimia tubuh sehingga menurunkan tekanan darah serta memperlambat pernafasan, detak jantung, denyut nadi dan aktivitas gelombang otak (Hendriyana, 2019).

Terapi Murottal dengan memperdengarkan salah satu ayat suci Al Qur'an bertujuan mengurangi kecemasan dan mempercepat proses penyembuhan. Terapi murottal menunjukkan pengaruh dalam menurunkan tekanan darah dengan menurunkan ketegangan urat saraf reflektif (Rachmawati, 2021).

Penelitian Hendriana (2019) tentang Efektivitas Terapi Audio Murottal Surah Ar-Rahman Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Poskesdes Kedungarum UPTD PKM Kuningan Kab. Kuningan Jawa Barat menunjukkan ada pengaruh terapi murottal surah Ar-Rahman terhadap perubahan tekanan darah sistol pada lansia dengan hipertensi sebelum dan sesudah terapi dengan p value 0,025 ( $p < 0,05$ ).

Menurut Mulyadi (2020) tentang Terapi Murottal Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Panti Sosial Rehabilitasi Lanjut Usia Mulia Dharma Kabupaten Kubu Raya. Setelah dianalisis dengan uji Wilcoxon terdapat perubahan tekanan darah setelah diberikan terapi murottal pada lansia dengan hipertensi di Panti Sosial Rehabilitasi Lanjut Usia Mulia Dharma Kabupaten Kubu Raya. Terapi murottal dapat digunakan dalam

mengatasi tekanan darah tinggi sebagai bentuk terapi komplementer yang mudah untuk dilakukan secara mandiri.

Berdasarkan hasil survei awal pada tanggal 29 April 2023 di Puskesmas Makmur Kecamatan Makmur Kabupaten Bireuen diperoleh jumlah lansia sebanyak 93 orang lansia usia 60-74 tahun yang melakukan kunjungan ke Puskesmas dan lansia yang menderita hipertensi sebanyak 63 orang. Hasil wawancara dengan 10 lansia diperoleh 7 lansia mengalami peningkatan tekanan darah diatas 140/90 mmHg hanya mengkonsumsi obat antihipertensi dan belum pernah menggunakan terapi audio murottal, sedangkan 3 lansia dengan tekanan darah 120/90 mmHg dan belum pernah menggunakan terapi audio murottal.

Hal inilah yang melatarbelakangi penulis melakukan penelitian tentang "Efektivitas Terapi Audio Murottal Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia dengan Hipertensi di Puskesmas Makmur Kecamatan Makmur Kabupaten Bireuen".

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain *pra-eksperimen*, dengan rancangan *one group pre test post test design* yaitu penelitian yang terdiri dari *pre test* sebelum dilakukan intervensi dan *post test* setelah dilakukan intervensi (Setiana, 2018). Populasi adalah seluruh subjek penelitian atau obyek yang diteliti (Notoatmodjo, 2015).



### Populasi dan Sampel

Adapun populasi dalam penelitian ini adalah semua lansia yang berusia 60-74 tahun di Puskesmas Makmur Kecamatan Makmur Kabupaten Bireuen berjumlah 63 orang (data bulan April 2023). Sampel adalah sebagian dari populasi yang merupakan wakil dari semua populasi (Notoatmodjo, 2015). Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *total sampling*

yaitu seluruh populasi dijadikan sampel berjumlah 63 orang lansia. Metode pengumpulan data pada penelitian ini adalah dengan menggunakan data primer dan sekunder. Teknik pengumpulan data: pemeriksaan data (*editing*), pemberian kode (*coding*), pemrosesan data (*processing*), penyusunan data (*tabulating*). Analisa data dilakukan secara univariat dan bivariat.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil pengumpulan data yang dilakukan pada tanggal 6 Agustus sampai dengan 8 Agustus 2023 di Puskesmas Makmur Kecamatan Makmur Kabupaten Bireuen diperoleh data sebagai berikut:

**Tabel. 1 Karakteristik Responden**

No	Karakteristik	Frekuensi	Persentase
1	Umur		
	a. 60-64 tahun	22	34,9
	b. 65-69 tahun	36	57,1
	c. 70-74 tahun	5	7,9
	Jumlah	63	100
2	Jenis Kelamin		
	a. Laki-laki	29	46
	b. Perempuan	34	54
	Jumlah	63	100
3	Pendidikan		
	a. SD	10	15,9
	b. SMP	25	39,7
	c. SMA	24	38,1
	d. Perguruan Tinggi	4	6,3
	Jumlah	63	100
4	Pekerjaan		
	a. Bekerja	23	36,5
	b. Tidak Bekerja	40	63,5
	Jumlah	63	100
5	Tipe Keluarga		
	a. Inti	41	65,1



No	Karakteristik	Frekuensi	Persentase
b.	Besar	22	34.9
	Jumlah	63	100

Sumber: Data Primer (2023)

Berdasarkan tabel di atas diperoleh bahwa mayoritas umur responden penelitian adalah 65-69 tahun dengan frekuensi sebanyak 36 orang (57,1%), jenis kelamin perempuan dengan frekuensi sebanyak 34 orang (54%), responden berpendidikan SMP dengan frekuensi sebanyak 25 orang (39,7%), responden tidak bekerja dengan frekuensi sebanyak 40 orang (63,5%), tipe keluarga inti dengan frekuensi sebanyak 41 orang (65,1%).

**Tabel. 2 Tekanan Darah *Pre-test* pada Lansia Penderita Hipertensi**

No	Tekanan Darah <i>Pre-test</i>	Frekuensi	Persentase
1.	Normal	0	0
2.	Prehipertensi	0	0
3.	Hipertensi I	19	30,2
4.	Hipertensi II	44	69,8
	<b>Jumlah</b>	<b>63</b>	<b>100</b>

Sumber: Data Primer (2023)

Berdasarkan tabel di atas didapatkan bahwa mayoritas tekanan darah responden sebelum diberikan terapi audio murottal berada pada kategori hipertensi II dengan frekuensi 44 orang (69,8%).

**Tabel 3. Tekanan Darah *Post-test* pada Lansia Penderita Hipertensi**

No	Tekanan Darah <i>Post-test</i>	Frekuensi	Persentase
1.	Normal	0	0
2.	Prehipertensi	22	35
3.	Hipertensi I	29	46
4.	Hipertensi II	12	19
	<b>Jumlah</b>	<b>63</b>	<b>100</b>

Sumber: Data Primer (2023)

Berdasarkan tabel di atas didapatkan bahwa mayoritas perilaku *Personal hygiene* responden berada pada kategori negatif dengan frekuensi 20 orang (52,6%).

**Tabel 4. Uji Normalitas Tekanan Darah *Pre-test Post-test* Pemberian Terapi Audio Murrotal pada Lansia Penderita Hipertensi**

Variabel	<i>Pre-test</i>			<i>Post-test</i>		
	Mean	Standar Deviasi	$\rho$	Mean	Standar Deviasi	$\rho$
Tekanan Darah	169,19	18,946	0,125	145,43	12,925	0,106

Sumber: Data Primer (2023)

*Efektivitas Terapi Audio Murottal Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi*





Berdasarkan tabel di atas diperoleh nilai  $p$  tekanan darah *pre-test* (0,125) >  $\alpha$  (0,05) dan nilai  $p$  tekanan darah *post-test* (0,106) >  $\alpha$  (0,05), sehingga data tekanan darah terdistribusi normal dengan menggunakan uji *kolmogrov smirnov* dikarenakan sampel 63 orang.

**Tabel 5. Efektivitas Terapi Audio Murottal Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi**

Variabel	Pre-test			Post-test			Selisih	
	Mean Sistolik	Mean Diastolik	SD	Mean Sistolik	Mean Diastolik	SD	Mean	SD
Tekanan Darah Sistolik	169,19	102	18,946	145,43	90,24	12,925	23,762	9,881
<i>P</i> value	0,000							
$\alpha$	0,05							

Sumber: Data Primer (2023)

Berdasarkan tabel di atas didapatkan tekanan darah *pre-test* yaitu mean 169,19/102 mmHg dengan SD 18,946, pada tekanan darah *post-test* diperoleh mean 145,43/90,24 mmHg dengan SD 12,925. Terlihat selisih nilai mean antara pengukuran pertama dan kedua adalah 23,762 mmHg dengan SD 9,881. Hasil uji statistik didapatkan nilai  $p$  0,000 <  $\alpha$  0,05 sehingga ha diterima, berarti pemberian terapi audio murottal efektif terhadap perubahan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Puskesmas Makmur Kecamatan Makmur Kabupaten Bireuen.

## B. PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel di atas didapatkan tekanan darah *pre-test* yaitu mean 169,19 mmHg dengan SD 18,946, pada tekanan darah *post-test* diperoleh mean 145,43 mmHg dengan SD 12,925. Terlihat nilai mean perbedaan antara pengukuran pertama dan kedua adalah 23,762 mmHg dengan SD 9,881. Hasil uji statistik didapatkan nilai  $p$  (0,000) <  $\alpha$  (0,05), ha diterima, berarti pemberian terapi audio murottal efektif terhadap perubahan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Puskesmas

Makmur Kecamatan Makmur Kabupaten Bireuen.

Peneliti berasumsi bahwa setelah diberikan terapi audio murrotal responden mengalami penurunan tekanan darah ditandai dengan jantung tidak lagi bergetar, rasa takut dan cemas sudah tidak lagi. Hal ini dikarenakan mendengarkan audio murrotal memberikan efek ketenangan dalam tubuh sebab adanya unsur meditasi dan relaksasi yang terkandung didalamnya.

Penatalaksanaan hipertensi untuk pencegahan komplikasi dapat dengan berbagai cara antara lain terapi baik secara terapi farmakologis ataupun non



farmakologis. Terapi farmakologi atau obat kimia yang biasa diberikan antara lain ialah obat-obatan jenis diuretik seperti HCT, alpha, beta dan alpha-beta blocker seperti propranolol, penghambat simpatetik seperti metildopa, vasodilator seperti hidralasin, dan masih banyak jenis lainnya. Untuk terapi non farmakologis biasanya penderita dianjurkan untuk mengubah pola hidup sehat dengan cara mengatur pola makan serta olahraga. Selain hal yang sudah dijelaskan sebelumnya, penderita Hipertensi juga dilarang untuk stress atau lebih tepatnya mengatur tingkat stress (Suddarth, 2019). Pengobatan non farmakologi bagi mereka yang muslim dapat dilakukan dengan terapi musik Al Quran yaitu menggunakan terapi murottal Al Quran doa (Pratiwi, 2019).

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Faridah (2019) tentang “Terapi Murottal Al Quran mampu Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Laparatomi” di RSUD dr. Soegiri Lamongan didapatkan hasil bahwa terdapat penurunan tingkat cemas pasien setelah diberikan terapi murottal Al Quran diketahui dari tingkat cemas sedang menjadi tingkat cemas ringan.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ernawati, 2018) bahwa terjadi penurunan tekanan darah dari sistolik dan diastolic setelah diberikan terapi murottal Ar-Rahman selama 11 menit 56 detik terjadi penurunan tekanan darah sistolik maupun diastolik pada semua lansia yang berjumlah 24 orang. Sebagian besar dari responden bahwa setelah mendengarkan terapi murottal

surah Ar-Rahman mereka merasakan tenang, damai dalam hati dan rileks.

Terapi murottal al-qur’an adalah suatu pengobatan terapi kesehatan menggunakan lantunan ayat suci alqur’an dengan tujuan untuk meningkatkan kemampuan penderita secara lahir dan batin. Terapi murottal al-qur’an dapat berdampak positif untuk mengatasi stress/kecemasan. Terapi murottal alqur’an merupakan teknik yang sangat mudah dilakukan dan terjangkau, tetapi efeknya menunjukkan betapa besar murottal dalam mempengaruhi ketegangan atau kondisi rileks pada diri seseorang, karena dapat merangsang pengeluaran endorphine dan serotonin yaitu sejenis morfin alami tubuh dan juga melatonin sehingga bisa merasa lebih rileks pada tubuh seseorang yang mengalami stress/kecemasan (Suhartini, 2018).

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa Tekanan darah lansia di Puskesmas Makmur Kecamatan Makmur Kabupaten Bireuen sebelum diberikan terapi audio murottal berada pada kategori hipertensi II. Tekanan darah lansia di Puskesmas Makmur Kecamatan Makmur Kabupaten Bireuen sesudah diberikan terapi audio murottal berada pada kategori hipertensi I. Pemberian terapi audio murottal efektif terhadap perubahan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Puskesmas Makmur Kecamatan Makmur Kabupaten Bireuen.





## SARAN

Bagi Tenaga Kesehatan, diharapkan dapat dijadikan salah satu bahan evaluasi kebijakan institusi pelayanan kesehatan dalam menurunkan tekanan darah pada lansia dengan memberikan edukasi terkait pemberian terapi audio murottal pada lansia dengan hipertensi. Bagi Mahasiswa, diharapkan menjadi sumber informasi dan menambah bahan kepustakaan dalam meningkatkan perkembangan ilmu keperawatan secara nyata khususnya mengenai penatalaksanaan hipertensi pada lansia dan dapat merencanakan tindakan keperawatan yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah tersebut. Bagi

Responden, hasil penelitian ini dapat menjadi sumber informasi dan masukan bagi responden dalam menurunkan tekanan darah tanpa mengeluarkan biaya dengan menggunakan terapi audio murottal sebagai bentuk terapi komplementer yang mudah untuk dilakukan secara mandiri. Bagi Peneliti Selanjutnya, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam melakukan penelitian selanjutnya, agar melakukan penelitian tentang penurunan tekanan darah dengan menggunakan terapi non farmakologi selain terapi audio murottal.

## BIBLIOGRAPHY

- Anggara, FHD., dan Prayitno, N. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tekanan Darah Di Puskesmas Telaga Murni, Cikarang Barat Tahun 2012. Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat STIKes MH. Thamrin. Jakarta. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*. 5 (1):20-25.
- Aini, D.N. (2020). Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Tekanandarah Pada Pasien Hipertensi di Ruang Cempaka RSUD dr. H. Soewondo Kendal. *Jurnal Keperawatan*.
- Artianingrum. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Tidak Terkendali Pada Penderita Yang Melakukan Pemeriksaan Rutin. *PHP Journal Vol. 1 No. 2*.
- Elvivin, Lestari H, Ibrahim K. (2019). *Risk Factor Analysis Consumption Ofsalt, Consumption Of Alcohol, Drinkingcoffee And Smoking Habits Of Hypertensi Occurrence Of Fishermen Bajo Interest On The Island Tasipi Muna District West 2015*.
- Ernawati. (2018). Pengaruh Mendengarkan Murottal Q.S ArRahman Terhadap Pola Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Rumah Sakit Nur Hidayah Yogyakarta. *Jurnal Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta*
- Faridah. (2019). Terapi Murottal (Al-Qur'an) Mampu Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Laparotomi. *Jurnal Ansietas 1 Volume 6, Nomor 1*.
- Hendriyana, Y. (2019). Efektivitas Terapi Audio Murottal Surah Arrahman Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Poskesdes



- Kedungarum UPTD PKM Kuningan Kab. Kuningan Jawa Barat. *Jurnal Skolastik Keperawatan Vol, 5, No. 1 Januari - Juni 2019*
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia (2018). *Penyajian Pokok-Pokok Hasil Riset Kesehatan Dasar 2018*. Jakarta: Badan Litbangkes, Kemenkes RI
- Melati. (2021). Efektivitas Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Tekanan Darah Ibu Hamil Dengan Hipertensi. *Jurnal Ners Indonesia*, Vol.11 No.2, Maret 2021
- Mulyadi, A. (2020). Terapi Murottal Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Panti Sosial Rehabilitasi Lanjut Usia Mulia Dharma Kabupaten Kubu Raya. *Jurnal Keperawatan*
- Pratiwi L, Hasneli Y, Ernawaty J. (2019). Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Primer. *JOM UNRI 2019;2(2): 1212-20*
- Rachmawati, A. (2021). Pengaruh Terapi Murottal Surah Ar-Rahman Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien. *Healthcare Nursing Journal - vol. 3 no. 2 (2021) Hal 132-135*
- Riskesdas. (2018). *Riset Kesehatan Dasar. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*
- Riyanto. (2020). *Metode Riset Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta: Deepublisher.
- Sangadji, NW & Nurhayati (2019). Hipertensi Pada Pramusaji Bus Transjakarta Di Pt.Bianglala Metropolitan Tahun 2018. *BIMKMI, Vol.2 no.2, Januari-Juni 2019, hlm.110*
- Sari, N.W. (2020). Efektifitas Metode Self-Help Group (SHG) terhadap Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Volume 03 Nomor 03 Maret 2020*
- Shafi T, Shafi ST. (2019). A Survey of Hypertension Prevalence, Awareness, Treatment, and Control in Health Screening Camps of Rural Central Punjab, Pakistan. *Journal of Epidemiology and Global Health. 2019;7(2):135-140.*
- Syifa H, Nur A. (2021). Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Surah Ar- Rahman terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi. *E-Journal STIKES YPIB Majalengka 2021;9(1):41-54*
- Sukmalara, D. (2021). Efektifitas Terapi Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi pada Lansia. *Jurnal Afiat : Kesehatan dan Anak Vol. 7 No. 1 2021*
- Suhartini. (2020). Effectiveness Of Music Therapy Toward Reducing Patient's Anxiety In Intensive Care Unit. *Jurnal ilmiah kesehatan Vol 2 . No 1.*
- Susilawati, Agus. (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. 2019;1(2):1-5.*