

ABSTRAK

Pengaruh Pemberian Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Puskesmas Kedungwuni I

Retno Widyanti, Dafid Arifianto

Latar belakang : hipertensi merupakan penyakit kronis yang tidak dapat disembuhkan, tetapi dapat dikendalikan. Salah satu penanganan untuk mengontrol tekanan darah pada pasien hipertensi dengan pemberian terapi murottal Al-Quran. Terapi murottal Al-Qur'an dapat memberikan ketenangan hati, menurunkan depresi, stres dan mengendalikan tekanan darah. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pemberian terapi murottal Al-Qur'an terhadap tekanan darah pasien hipertensi di Puskesmas Kedungwuni I

Metode : penelitian ini adalah penelitian *Quasy experiment* dengan pendekatan *pretest-posttest with control group design*. Penelitian menggunakan 30 responden yang terdiri dari 15 responden pada kelompok intervensi dan 15 responden pada kelompok kontrol. Pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*.

Hasil : Pengaruh terapi murottal Al-Qur'an pada kelompok intervensi dengan menggunakan dengan uji *Wilcoxon* diperoleh hasil tekanan darah sistol *p-value* nya 0,001 dan diastol *p-value* nya 0,001 yang artinya pada sistol dan diastol kelompok intervensi ($p \text{ value} \leq 0,05$) yang berarti ada perbedaan rata – rata tekanan darah pada kelompok intervensi. Hasil uji *Mann-Whitney* pada kedua kelompok diperoleh *p-value* 0,001 pada tekanan darah sistol dan 0,001 pada tekanan darah diastole 0,009 ($p \leq 0,05$) yang berarti ada perbedaan rata – rata tekanan darah antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah diberikan terapi murottal Al-Qur'an.

Simpulan : Terapi murottal Al-Qur'an mampu mengontrol tekanan pada pasien hipertensi. Oleh karena itu, pada pasien hipertensi selain melakukan terapi farmakologis juga disarankan untuk melakukan terapi murottal Al-Qur'an untuk mengontrol tekanan darah.

Kata kunci : Terapi murottal Al-Qur'an, Tekanan Darah, Hipertensi,
Daftar Pustaka : 24 (2017-2023)

Internship Program in Nursing
Faculty of Health Science
University of Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan
August, 2024

ABSTRACT

The Effect of Giving Al-Qur'an Murottal Therapy on Blood Pressure of Hypertensive Patients at Kedungwuni I Health Center

Retno Widyanti, Dafid Arifianto

Background: hypertension is a chronic disease that cannot be cured, but can be controlled. One of the treatments to control blood pressure in hypertensive patients is by giving Al-Qur'an murottal therapy. Al-Qur'an murottal therapy can provide peace of mind, reduce depression, stress and control blood pressure. The purpose of this study was to determine the effect of giving Al-Qur'an murottal therapy on blood pressure of hypertensive patients at Kedungwuni I Health Center.

Methods: This research is a Quasy experiment with a pretest-posttest approach with control group design. The study used 30 respondents consisting of 15 respondents in the intervention group and 15 respondents in the control group. Sampling using purposive sampling.

Results : The effect of Al-Qur'an murottal therapy on the intervention group using the Wilcoxon test obtained the results of systole blood pressure p -value 0.001 and diastole p -value 0.001 which means in systole and diastole of the intervention group (p value ≤ 0.05) which means there is a difference in average blood pressure in the intervention group. The Mann-Whitney test results in both groups obtained a p -value of 0.001 in systole blood pressure and 0.001 in diastole blood pressure 0.009 ($p \leq 0.05$) which means there is a difference in average blood pressure between the intervention group and the control group after being given Al-Qur'an murottal therapy.

Conclusion: Al-Qur'an murottal therapy is able to control pressure in hypertensive patients. Therefore, in addition to pharmacological therapy, hypertensive patients are also advised to do Al-Qur'an murottal therapy to control blood pressure.

Keywords: *Al-Qur'an murottal therapy, Blood Pressure, Hypertension,*

Bibliography: 24 (2017-2023)

LATAR BELAKANG

Hipertensi merupakan penyakit kronis yang tidak dapat disembuhkan tetapi dapat dikendalikan (Suparti & Handayani, 2019). Hipertensi dijuluki *silent killer* karena tidak memiliki gejala spesifik, dapat menyerang kapan saja dan menyebabkan penyakit degeneratif hingga kematian (Meliansyah, 2018). Jumlah penderita hipertensi di dunia pada tahun 2022 sebanyak 1,28 miliar dan menyebabkan 7,5 juta kematian di dunia (*World Health Organization*, 2023). Prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 34,1% dan di Jawa Tengah mencapai 37,6% pada tahun 2018 (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Kasus Hipertensi di Kabupaten Pekalongan sebanyak 296.411 kasus pada tahun 2023 (Dinas Kesehatan Kabupaten Pekalongan, 2023).

Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah sistolik diatas 140 mmHg dan tekanan darah diastolik diatas 90 mmHg (Furngili & Kustriyani, 2023). Penyebab hipertensi yaitu peningkatan kerja jantung dalam memompa darah untuk memenuhi kebutuhan oksigen dan nutrisi dalam tubuh. Faktor risiko hipertensi meliputi faktor risiko yang tidak dapat dikendalikan dan yang dapat dikendalikan. Faktor risiko yang tidak dapat dikendalikan meliputi jenis kelamin, usia, riwayat keluarga dan genetik. Faktor risiko yang dapat dikendalikan meliputi pola makan, aktifitas, rokok, alkohol, stres dan obesitas (Garwahusada & Wirjatmadi, 2020). Hipertensi dapat meningkatkan risiko penyakit jantung, ginjal, pembuluh darah dan persyarafan (stroke) (Seli & Harahap, 2021).

Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan dengan terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Terapi farmakologis dengan menggunakan obat-obatan anti hipertensi, namun pengobatan ini juga menimbulkan efek samping antara lain sakit kepala, pusing, lemas dan mual. Pemakaian obat dalam jangka waktu panjang dan terus menerus juga dapat menyebabkan stres oksidatif yang bersifat toksik dan meningkatkan keparahan penyakit degeneratif (Suryarinilsih et al., 2021). Terapi non farmakologis yang dapat dilakukan untuk menangani hipertensi antara lain modifikasi gaya hidup (aktivitas fisik secara teratur dan menghindari stres), rebusan daun salam, terapi pernapasan dalam (*slow deep breathing*), terapi relaksasi genggaman jari dan terapi muottal dengan mendengarkan ayat – ayat suci Al-Qur'an (Suryarinilsih et al., 2021).

Konsep Islam mengajarkan bahwa Al-Qur'an sebagai penyembuh yang tertuang dalam surat Al-Isra' ayat 82. Muottal merupakan membaca Al-Qur'an dengan memfokuskan pada kebenaran bacaan dan lagu Al-Qur'an. Membaca atau mendengarkan ayat – ayat suci Al-Qur'an dapat menghilangkan stres dan meningkatkan kebahagiaan dalam kehidupan manusia. Mekanisme Muottal Al-Qur'an akan mengaktifkan gelombang positif sebagai terapi relaksasi, yang membantu menstimulasi otak dalam bentuk suara, dimana suara tersebut berbanding lurus dengan frekuensi natural sel. Sel akan bersonasi menjadi aktif dan akan mengirimkan sinyal ke kelenjar yang akan merangsang produksi hormon *endorphin*. Hal tersebut membuat tubuh menjadi rileks, sehingga terjadi penurunan kadar hormon *epinephrine* dan tekanan darah (Apriliani et al., 2021). Hasil penelitian Safitri et al (2022) menyatakan bahwa ada pengaruh terapi muottal Al-Qur'an terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi.

Hasil studi pendahuluan diperoleh jumlah pasien hipertensi di Puskesmas Kedungwuni I pada tahun 2023 sebanyak 19.230 pasien dan menduduki peringkat 1 di Kabupaten Pekalongan. Jumlah pasien hipertensi pada bulan Februari 2024 di Puskesmas Kedungwuni I sebanyak 631 pasien. Berdasarkan keterangan dari petugas PTM Puskesmas Kedungwuni I bahwa penatalaksanaan pasien hipertensi dilakukan dengan pemberian obat – obatan anti hipertensi seperti Captropil dan Nifedipin, pasien

disarankan untuk kontrol rutin 1 bulan sekali, kegiatan posbindu PTM di desa dan kegiatan PROLANIS setiap bulan. Petugas mengatakan di Puskesmas Kedungwuni I belum pernah dilakukan penerapan murottal Al-Qur'an sebagai terapi bagi penderita hipertensi. Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul "Pengaruh Pemberian Murottal Al-Qur'an Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Puskesmas Kedungwuni I".

METODE

Penelitian ini adalah penelitian *Quasy-experiment* dengan *pretest-posttest design*. Populasi penelitian semua pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kedungwuni I tahun 2024 sebanyak 631 orang. Sampel penelitian adalah pasien hipertensi yang memenuhi kriteria inklusi yaitu pasien hipertensi grade 1 dan 2, berusia ≥ 60 tahun, dapat berkomunikasi dengan baik dan bersedia menjadi responden. Jumlah sampel sebanyak 30 responden (15 responden pada kelompok intervensi dan 15 responden pada kelompok kontrol) yang dipilih secara *random sampling*. Penelitian dilaksanakan pada bulan Maret – Juli 2024 di wilayah kerja Puskesmas Kedungwuni I. Intervensi penelitian berupa pemberian Murrotal-Al’Quran dengan surat Al-Fatihah yang diberikan secara *live* oleh peneliti sebanyak 1 kali sehari dengan durasi 15 menit selama 7 hari. Tekanan darah diukur dengan *sphygmomanometer aneroid* dan lembar observasi. Analisis data menggunakan univariat, *Wilcoxon* dan *Mann-Whitney*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin, pendidikan dan pekerjaan

Tabel 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin,

Karakteristik	Distribusi frekuensi (f)	%
Usia		
Lanjut usia	30	100
Jenis kelamin		
Perempuan	20	66,7
Laki – laki	10	33,3
Pendidikan		
Tamat SD	15	50
Tamat SMP	3	10
Tamat SMA	12	40
Pekerjaan		
IRT	9	30
wiraswasta	21	70

Hasil penelitian menunjukkan bahwa semua responden pada kategori usia lansia sebanyak 30 responden (100%), sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak 20 responden (66,7%), tamat SD sebanyak 15 responden (50%) dan bekerja sebagai wiraswasta sebanyak 21 responden (70%).

Lansia merupakan kelompok umur risiko tinggi terhadap kejadian hipertensi yang disebabkan penurunan fungsi kerja sistem kardiovaskuler dan pembuluh darah. Proses penuaan menyebabkan dinding pembuluh menjadi kaku yang meningkatkan tekanan pada arteri (Islamy et al., 2023). Penelitian Putri et al (2023) menunjukkan bahwa ada hubungan usia lanjut dengan kejadian hipertensi. Risiko peningkatan tekanan darah pada wanita terjadi setelah menopause yang disebabkan menurunnya hormon estrogen. Hormon estrogen berfungsi untuk meningkatkan kadar HDL yang berperan penting dalam menjaga kesehatan pembuluh darah. Penurunan kadar estrogen pada wanita menopause akan diikuti dengan penurunan kadar HDL, sehingga memicu peningkatan kadar LDL dalam darah dan mempengaruhi terjadinya aterosklerosis yang menyebabkan hipertensi (Islamy et al., 2023). Penelitian

Putri et al (2023) menunjukkan bahwa ada hubungan jenis kelamin wanita dengan kejadian hipertensi.

Tingkat pendidikan mempengaruhi kemampuan seseorang dalam menerima informasi dan tingkat pemahaman yang akan mempengaruhi perilaku kesehatannya. Hipertensi cenderung lebih banyak terjadi pada seseorang yang berpendidikan rendah. Hal ini disebabkan karena pendidikan cenderung mempengaruhi gaya hidup seseorang, termasuk pola konsumsi makanan yang kurang sehat dan kurangnya aktivitas sehari – hari, sehingga memicu terjadinya hipertensi (Rahmadhani, 2021). Penelitian Ledoh et al (2024) menunjukkan bahwa ada hubungan tingkat pendidikan dengan kejadian hipertensi. Pekerjaan dipengaruhi oleh berat ringannya beban kerja yang dilakukan saat bekerja. Pekerjaan yang berat cenderung memicu kerja jantung yang lebih berat, sehingga kontraksi jantung juga lebih keras. Semakin keras dan sering otot jantung harus memompa darah, maka semakin besar tekanan yang diberikan ke arteri, sehingga beresiko terjadi hipertensi (Rahmadhani, 2021). Penelitian Ledoh et al (2024) menunjukkan bahwa ada hubungan pekerjaan dengan kejadian hipertensi.

2. Hasil rata – rata tekanan darah sistol dan diastol *pretest* dan *posttest* pada kelompok intervensi

Tabel 2 Gambaran Tekanan Darah pretest dan posttest Pemberian Murottal Al-Qur'an Pada Kelompok Intervensi

Kelompok intervensi	Mean	Median	SD	Min-Max
<i>Pre</i> sistol	146	140	11,212	130-170
<i>Post</i> sistol	125,33	130	8,338	110-140
<i>Pre</i> diastol	94,67	100	7,432	80-100
<i>Post</i> diastol	80,67	80	7,037	70-90

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan murottal Al-Qur'an rata – rata tekanan darah sebesar 146/94,67 mmHg dan setelah diberikan terapi murottal Al-Qur'an sebesar 125,33/ 80,67 mmHg.

Bacaan Al-Qur'an merupakan obat untuk segala jenis penyakit, baik penyakit hati maupun penyakit fisik. Al-Qur'an juga bermanfaat untuk menjadi obat penawar dan penyembuhan dari berbagai persoalan hidup manusia. Mendengarkan bacaan Al – Qur'an dapat memberikan ketenangan jiwa, menurunkan kecemasan, kegelisahan dan kesedihan, serta meningkatkan nilai spiritual dalam mendekatkan diri kepada Allah SWT (Setyowati, 2021). Surat Al- Fatihah dipercaya sebagai penyembuh berbagai macam penyakit, seperti nama lain yang disandangnya yaitu *Asy-Syifa* yang artinya penyembuh, hadist yang diriwayatkan oleh Ad-Darimin menyebutkan: Rasulullah berkata "Al-Fatihah itu adalah obat dari segala racun". Selain itu, Al-Fatihah dapat mengatasi segala keresahan, melindungi dari segala keburukan dalam menghadapi kesulitan (Twistiandayani & Prabowo, 2021).

3. Hasil rata – rata tekanan darah sistol dan diastol *pretest* dan *posttest* pada kelompok kontrol

Tabel 3 Gambaran Tekanan Darah Pretest dan Posttest Pemberian Murottal Al-Qur'an Pada Kelompok Kontrol

Kelompok kontrol	Mean	Median	SD	Min-Max
Pre sistol	148	140	15,213	130-170
Post sistol	148	150	12,071	130-170
Pre diastol	90	90	6,547	80-100
Post diastol	88,67	90	6,399	80-100

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan murottal Al-Qur'an rata – rata tekanan darah sebesar 148/90 mmHg dan setelah diberikan terapi murottal Al-Qur'an sebesar 148/88,67 mmHg.

Peningkatan tekanan darah pada pasien hipertensi dapat disebabkan berbagai faktor, seperti hormonal, pengaturan elektrolit dalam tubuh dan faktor psikologis yaitu kecemasan dan ketakutan. Perasaan cemas dan takut dapat meningkatkan vasokonstriksi pembuluh darah. Peningkatan tekanan darah dimulai saat saraf parasimpatis mendapatkan stimulus yang mempengaruhi sekresi kelenjar *adrenal*. *Medula adrenal* akan mensekresikan *epinefrin* dan menyebabkan vasokonstriksi, sedangkan korteks *adrenal* akan mensekresikan *steroid* dan *cortisol* yang semakin memperkuat respon vasokonstriksi pembuluh darah (Harmawati et al., 2020).

4. Pengaruh terapi murottal Al-Qur'an pada tekanan darah sistol dan diastol pada kelompok intervensi dan tekanan darah sistol dan diastol pada kelompok kontrol

Tabel 4 Hasil Uji Wilcoxon Pengaruh Murottal Al-Qur'an Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Kedungwuni I

Kelompok	Variabel	Min-max	SD	P-value wilcoxon	n
Intervensi	Pre sistol	130-170	11,212	0,001	15
	Post sistol	110-140	8,338		
Kontrol	Pre sistol	130-170	15,213	0,971	15
	Post sistol	130-170	12,071		
Intervensi	Pre diastol	80-100	7,432	0,001	15
	Post diastol	70-90	7,037		
kontrol	Pre diastol	80-100	6,543	0,527	15
	Post diastol	80-100	6,399		

Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi diperoleh *p-value* pada tekanan darah sistol sebesar 0,001 dan *p value* pada tekanan diastol sebesar 0,001 (*p-value* < 0,05), maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan rata – rata tekanan darah *pretest* dan *posttest* pada kelompok intervensi. Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan bahwa pada kelompok kontrol diperoleh *p-value* pada tekanan darah sistol sebesar 0,971 dan *p-value* pada tekanan diastol sebesar 0,527 (*p-value* > 0,05), maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan rata-rata tekanan darah *pretest* dan *posttest* pada kelompok kontrol.

Lantunan ayat suci Al-Qur'an berpengaruh pada sistem anatomi fisiologi manusia, sehingga orang yang mendengarkan dapat merasakan perubahan fisiologis yang sangat besar. Indikator perubahan adalah menurunkannya tingkat depresi, kecemasan, dan kesedihan jiwa, sehingga mampu menangkal berbagai macam penyakit. Al-Qur'an yang dibaca secara murottal atau pelan mempunyai irama yang konstan, teratur dan tidak ada perubahan (Susilawato, 2019).

Lantunan ayat-ayat Al-Qur'an secara tartil akan menimbulkan gelombang suara yang akan diterima oleh *auricular externa*, lalu diteruskan ke membran timpani yang berfungsi mengubah gelombang udara menjadi gelombang mekanik kemudian ke tulang-tulang pendengaran yakni *maleus*, *incus* dan *stapes* untuk diteruskan ke *foramen ovale* pada koklea yang menyebabkan organ kokti terangsang, sehingga timbul potensial aksi yang akan diteruskan oleh *nervus auditorius* (N. VIII) sebagai impuls elektris ke otak (Wahyuni, Ika Silvitasari, 2020).

5. Perbedaan pengaruh terapi muottal Al-Qur'an pada tekanan darah sistol dan diastol pada kelompok intervensi dan tekanan darah sistol dan diastol pada kelompok kontrol

Tabel 5 Hasil Uji *Mann-Whitney* Pengaruh Muottal Al-Qur'an Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Kedungwuni I

Tekanan darah	n	Mean	P value	Kesimpulan
Sistol				
Intervensi vs	15	130	0,001	Ada perbedaan
Kontrol	15	150		
Diastol				
Intervensi vs	15	80	0,009	Ada perbedaan
Kontrol	15	90		

Hasil *Mann-Whitney* diperoleh *p-value* pada tekanan darah sistol sebesar 0,001 dan *p-value* pada tekanan darah diastol sebesar 0,009 (*p-value* < 0,05), maka dapat disimpulkan terdapat perbedaan tekanan darah antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

Murotal Al-Qur'an mempunyai nada persepsi positif yang akan merangsang *hipotalamus* untuk mengeluarkan hormon *endorphin* untuk membuat seseorang senang dan bahagia. Amigdala akan merangsang pengaktifan dan pengendalian saraf otonom yang terdiri dari saraf *simpatis* dan *parasimpatis*. Saraf *parasimpatis* berfungsi untuk mempersarafi jantung dan memperlambat denyut jantung, sedangkan saraf *simpatis* sebaliknya. Rangsangan saraf otonom yang terkendali akan menyebabkan sekresi *epinefrin* dan *norepinefrin* oleh *modula adrenal* juga menjadi terkendali. Hormon *epinefrin* dan *norepinefrin* yang terkendali akan menghambat pembentukan *angiotensin* yang dapat menurunkan tekanan darah (Susilawato, 2019). Penelitian Suryadi et al (2024) menyatakan bahwa ada pengaruh signifikan muottal Al-Qur'an terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

1. Seluruh responden adalah lanjut usia (100%), sebagian besar berjenis kelamin wanita (66,7%), pendidikan tamat SD (50%) dan bekerja sebagai wiraswasta (70%).
2. Rata – rata tekanan darah sebelum diberikan terapi murottal Al-Qur'an pada kelompok intervensi sebesar 146/94,67 mmHg dan sesudahnya sebesar 125,33/ 80,67 mmHg.
3. Rata – rata tekanan darah sebelum diberikan terapi murottal Al-Qur'an pada kelompok kontrol sebesar 148/90 mmHg dan sesudahnya sebesar 148/88,67 mmHg
4. Ada perbedaan rata – rata tekanan darah sistol (*p-value* = 0,001) dan diastole (*p-value* = 0,001) sebelum dan sesudah pemberian terapi murottal Al-Qur'an pada kelompok intervensi. Tidak ada perbedaan rata – rata tekanan darah sistol (*p-value* = 0,971) dan diastol (*p-value* = 0,527) sebelum dan sesudah pemberian terapi murottal Al-Qur'an pada kelompok kontrol
5. Ada perbedaan signifikan rata – rata tekanan darah sistol (*p-value* = 0,000) dan diastol (*p-value* = 0,009) antara kelompok inetervensi dan kelompok kontrol.

Saran

Hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan wawasan pada pasien hipertensi untuk menurunkan tekanan darah, khususnya dengan terapi non farmakologis yaitu dengan murottal Al-Qur'an setiap hari. Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan kajian/referensi untuk penyusunan program pelayanan kesehatan bagi pasien hipertensi di Puskesmas, serta dapat menjadi tambahan referensi untuk meningkatkan pelayanan asuhan keperawatan, terutama pada pasien hipertensi. Hasil penelitian ini juga dapat dijadikan referensi tambahan untuk peneliti lainnya untuk dikembangkan pada penelitian dengan variabel yang lebih luas

REFERENSI

- Apriliani, E., Basri, B., & Mulyadi, E. (2021). Aplikasi Terapi Murottal Al-Quran Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Nagrak Cianjur. *Jurnal Lentera*, 4(1), 17–27. <https://doi.org/10.37150/jl.v4i1.1395>
- Furngili, B., & Kustriyani, M. (2023). Penerapan Jus Semangka Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Ners Widya Husada*, 10(1), 1–14.
- Garwahusada, E., & Wirjatmadi, B. (2020). Hubungan Jenis Kelamin, Perilaku Merokok, Aktivitas Fisik dengan Hipertensi Pada Pegawai Kantor. *Media Gizi Indonesia*, 15(1), 60–65. <https://e-journal.unair.ac.id/MGI/article/view/12314/9068>
- Harmawati, Hardini, S., & Patricia, H. (2020). Pengaruh Pemberian Terapi Murottal Surat Ar-Rahman Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi di Puskesmas Tanah Kampung. *Prosiding Seminar Nasional Stikes Syedza Saintika*.
- Islamy, I. El, Simamora, L., Syahri, A., Zaini, N., Sagala, N. A., & Dwi, A. (2023). Faktor Determinan Kejadian Hipertensi di Desa Sikeben Kecamatan Sibolangit Kabupaten Deli Serdang. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 23(1), 601. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v23i1.2808>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Hasil Utama Riskesdas 2018*. Kemenkes RI.
- Ledoh, K., S. Tira, D., Landi, S., & Purnawan, S. (2024). Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia (60-74 tahun). *Jurnal Kesehatan*, 13(1), 27–36. <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v13i1.301>
- Meliansyah, P. A. (2018). *Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tingkat Tekanan darah Pada Lansia Hipertensi di PSTW Budhi Luhur Kasongan Bantul Yogyakarta*. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah Yogyakarta.
- Putri, L. M., Mamesah, M. M., Iswati, I., & Sulistyana, C. S. (2023). Faktor Risiko Hipertensi Pada Masyarakat Usia Dewasa & Lansia Di Tambaksari Surabaya. *Journal of Health Management Research*, 2(1), 1. <https://doi.org/10.37036/jhmr.v2i1.355>
- Rahmadhani, M. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Hipertensi Pada Masyarakat Di Kampung Bedagai Kota Pinang. *Jurnal Kedokteran STM (Sains Dan Teknologi Medik)*, 4(1), 52–62. <https://doi.org/10.30743/stm.v4i1.132>
- Safitri, A. I., Rochmani, S., & Winarni, L. M. (2022). Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Tingkat Hipertensi Pada Lansia Di RW 001 Kampung Gurudug Desa Mekar Jaya Kabupaten Tangerang. *Jurnal Kesehatan*, 11(2), 1–23. <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v11i2.464>
- Setyowati, A. (2021). *Aplikasi Terapi Murottal Surah Maryam Untuk Mengurangi Kecemasan pada Ibu Hamil Trimester III*. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas

Muhammadiyah Mahelang.

- Suparti, S., & Handayani, D. Y. (2019). Screening Hipertensi pada Lansia Di Wilayah Puskesmas Banyumas. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 2(2), 84. <https://doi.org/10.24269/ijhs.v2i2.875>
- Suryadi, M. S., Hidayat, M., Muwanni, H. M., & Hasina, S. N. (2024). Effect Of Murottal Al-Quran Letter Asy-Syu'ara Therapy On Blood Pressure In Hypertension Patients. *Journal for Quality in Public Health*, 7(2), 138–144. <https://doi.org/10.30994/jqph.v7i2.487>
- Suryarinilsih, Y., Fadiyanti, & Hidayatullah. (2021). Rebusan Seledri Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi. *Menara Ilmu*, 15(2), 134–140. <https://jurnal.umsb.ac.id/index.php/menarailmu/article/view/2423>
- Susilawato, A. (2019). Pengaruh Terapi Murottal Al - Quran Surah Ar Rahman Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi di PSTW Budi Luhir Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 8(2), 145–151.
- Twistiandayani, R., & Prabowo, A. R. (2021). Terapi Mendengarkan Murottal Al-Qur'an Surat Al-Fatiyah dan Surah Ar-Rahman terhadap Stres, Kecemasan, dan Depresi pada Pasien CKD V yang Menjalani Hemodialisis. *Journals of Ners Community*, 12(1), 95–104.
- Wahyuni, Ika Silvitasari, I. (2020). Menurunkan Tekanan Darah dengan Terapi Murotal 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.
- Wordl Health Organization. (2023). *Hypertension*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>