JOURNAL OF NURSING PRACTICE AND EDUCATION
VOL 5 No 01 (2024): 134-139
DOI: 10.34305/jnpe.v5i1.1454
E-ISSN: 2775-0663
Journal Homepage: ejournal.stikku.ac.id/index.php/jnpe/index

Kombinasi terapi murotal surah ar-rahman dan audio musik tradisional degung sunda terhadap perubahan tekanan darah pada lansia

Yana Hendriana

Program Studi S1 Keperawatan, Universitas Bhakti Husada Indonesia

How to cite (APA)
Hendriana, Y. Kombinasi terapi gabungan murotal surah ar-rahman dan audio musik tradisional degung sunda terhadap perubahan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. *Journal of Nursing Practice and Education*, *5*(1), 134–139. https://doi.org/10.34305/jnpe.v5i1.1454

History
Received: 11 November 2024
Accepted: 23 November 2024
Published: 1 Desember 2024

Coresponding Author
Yana Hendriana, Program Studi S1 Keperawatan, Universitas Bhakti Husada Indonesia; mantriyanakaroya@gmail.com

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License / **CC BY 4.0**

ABSTRAK

Latar Belakang: Resiko terkena hipertensi akan semakin meningkat, terutama pada lansia. Jika hipertensi pada lansia tidak dapat dikendalikan akan dapat menyebabkan komplikasi. Salah satu terapi komplementer yang dapat mengendalikan tekanan darah adalah terapi murotal dan audio musik tradisional degung sunda. Tujuan untuk mengetahui pengaruh terhadap perubahan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.
Metode: Desain penelitian kuantitatif dengan metode *quasi-eksperimental* dengan rancangan *one group pretest posttest design* tanpa adanya kelompok kontrol. Jumlah sampel 13 responden dengan teknik *Purposive Sampling*. Analisa menggunakan uji *Wilcoxon* pada tekanan darah sistolik dan diastolik.
Hasil: Hasil uji statistik dengan uji *Wilcoxon* didapatkan bahwa nilai *p* tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah diberikan kombinasi terapi gabungan murotal surah Ar-Rahman dan audio musik tradisional degung sunda adalah 0,046 dan nilai *p* diastolik adalah 0,317.
Kesimpulan: Terdapat pengaruh kombinasi terapi gabungan murotal surah Ar-Rahman dan musik tradisional degung sunda pada tekanan darah sistolik, sementara pada tekanan darah diastolik tidak terdapat pengaruh.

Kata Kunci : Lansia, hipertensi, murotal, audio musik tradisional, degung sunda, tekanan darah

ABSTRACT

Background: The risk of developing hypertension will increase, especially in the elderly. If hypertension in the elderly cannot be controlled, it can cause complications. One of the complementary therapies that can control blood pressure is murotal therapy and traditional Sundanese degung music audio. The aim is to determine the effect on changes in blood pressure in elderly people with hypertension.
Method: Quantitative research design with a quasi-experimental method with a one group pretest posttest design without a control group. The number of samples was 13 respondents with the Purposive Sampling technique. Analysis using the Wilcoxon test on systolic and diastolic blood pressure.
Result: The results of the statistical test with the Wilcoxon test showed that the p value of systolic blood pressure before and after being given a combination of murotal surah Ar-Rahman and traditional Sundanese degung music audio was 0.046 and the p value of diastolic was 0.317.
Conclusion: There is an effect of the combination of murotal surah Ar-Rahman and traditional Sundanese degung music on systolic blood pressure, while there is no effect on diastolic blood pressure.

Keyword : Elderly, hypertension, murotal, traditional musiz audio, Sundanese degung music audio, blood pressure

OPEN ACCESS

Pendahuluan

Kemampuan Sampai saat ini, hipertensi atau yang lebih dikenal sebagai tekanan darah tinggi masih menjadi masalah yang cukup penting dalam pelayanan kesehatan di seluruh dunia, baik di negara maju maupun negara berkembang, termasuk di Indonesia (Harianja et al., 2021). Hipertensi tidak hanya menjadi salah satu penyebab utama berbagai penyakit kardiovaskular seperti stroke, penyakit jantung koroner, dan gagal jantung, tetapi juga berkontribusi pada gangguan ginjal kronis dan berbagai komplikasi serius lainnya.

Menurut data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), hipertensi memengaruhi lebih dari 1 miliar orang di seluruh dunia, dengan prevalensi yang terus meningkat setiap tahunnya. Di Indonesia, hasil Riskesdas (Riset Kesehatan Dasar) terbaru menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi pada penduduk dewasa mencapai lebih dari 30%, dengan banyak kasus yang tidak terdiagnosis atau tidak terkontrol dengan baik. Hal ini menunjukkan bahwa hipertensi sering kali disebut sebagai silent killer karena gejala yang tidak selalu muncul, namun dampaknya sangat serius terhadap kesehatan.WHO (2023) menyatakan bahwa hipertensi merupakan penyakit nomor sebelas penyebab kematian tertinggi di dunia yaitu sebanyak 1.153.308 jiwa.

Hipertensi, atau tekanan darah tinggi, merupakan salah satu penyakit paling mematikan di dunia yang sering kali tidak disadari oleh penderitanya. Penyakit ini tidak hanya memengaruhi lebih dari 1 miliar orang di dunia—setara dengan 1 dari 4 orang dewasa—tetapi juga menjadi penyebab utama dari berbagai komplikasi medis yang serius. Meski hipertensi jarang menimbulkan kematian langsung, dampaknya terhadap kesehatan jangka panjang sangat signifikan karena memicu terjadinya penyakit lain yang lebih berat dan mematikan (Korneliani & Meida, 2012).

Hipertensi bekerja secara perlahan namun merusak. Tekanan darah yang terus-menerus tinggi memberikan beban besar pada pembuluh darah dan organ vital, menyebabkan kerusakan progresif yang sulit diperbaiki jika tidak segera ditangani (Chabib, 2017).

Berdasarkan data Kemenkes RI (2013) jumlah penderita hipertensi di Indonesia mencapai 17-21%dari jumlah penduduk 250 juta jiwa dan merupakan penyebab kematian urutan ketiga setelah stroke dan tuberculosis, yaitu mencapai 6,7% dari populasi kematian semua umur di Indonesia.

Berdasarkan laporan 10 besar penyakit rawat jalan seksi kesehatan khusus dan rujukan bidang pelayanan kesehatan Dinkes Kabupaten Kuningan (2015), menyatakan bahwa angka kejadian hipertensi berjumlah 8.018 orang dari total penduduk umur 55 tahun keatas sebanyak 183.584 jiwa. Data dari Poskesdes Kedungarum wilayah kerja UPTD PKM Kuningan Kuningan dari bulan Januari s.d. Mei 2016 bahwa penderita hipertensi pada lansia sebanyak 65.

Hipertensi perlu mendapatkan terapi hipertensi yang dikelompokkan dalam terapi farmakologi dan terapi nonfarmakologi (Yulendasari & Djamaludin, 2021). Selain upaya tersebut, ada suatu upaya pengobatan yang termasuk dalam terapi nonfarmakologi yaitu terapi komplementer (pelengkap) yang bisa mempercepat proses penyembuhan. Ada beberapa terapi komplementer yang murah dan mudah serta dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi, antara lain terapi Tertawa, Teknik Relaksasi Otot Progresif, Aromaterapi (Hendriana & Hermansyah, 2024). Namun, belum banyak yang mengetahui bahwa terapi dan musik tradisional juga dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi (Supriadi et al., 2015). terapi Murottal Surah Ar-Rahman juga dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Terapi Murottal Surah Ar-Rahman ini juga merupakan terapi tanpa efek samping yang aman dan mudah dilakukan Mayrani & Hartati (2013).

Dari hasil riset beberapa peneliti yang meneliti terapi murotal dan musik

OPEN ACCESS

tersebut maka peneliti perlu melakukan penelitian tentang pengaruh kombinasi terapi gabungan murotal surah Ar-Rahman dan musik tradisional degung sunda terhadap perubahan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Poskesdes Kedungarum UPTD PKM Kuningan Kab. Kuningan Jawa Barat.

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen semu (*quasi experiment*) dengan desain *pre test and post test non equivalent control group*. Sebelum perlakuan dilakukan pengukuran awal (*pre test*) untuk menentukan tekanan darah responden sebelum perlakuan. Setelah perlakuan dilakukan pengukuran akhir (*post test*) untuk menentukan efek perlakuan pada responden.

Populasi yang diteliti adalah semua lansia dengan hipertensi di Poskesdes Kedungarum UPTD PKM Kuningan Kabupaten Kuningan Jawa Barat. Sampel dalam penelitian berjumlah 13 responden.

Uji yang digunakan pada analisis bivariat adalah uji *Wilcoxon matched pairs*, karena hasil uji normalitas pada penelitian ini didapatkan *P value* < 0,05.

Hasil

Hasil analisa kombinasi terapi gabungan murotal surah Ar-Rahman dan audio musik tradisional degung sunda terhadap penurunan tekanan darah.

Kombinasi terapi gabungan murotal surah Ar-Rahman dan Musik Tradisional Degung Sunda	Kelompok	N	Mean	SD	P value
Tekanan Darah Sistol	Sebelum Sesudah	13	1,92 1,62	0,954 0,650	0,046
Tekanan Darah Diastol	Sebelum Sesudah	13	1,23 1,31	0,439 0,480	0,317

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan rata-rata tekanan darah sistol sebelum diberikan kombinasi terapi gabungan murotal surah Ar-Rahman dan musik tradisional degung sunda adalah 1,92 dengan standar deviasi 0,954, dan setelah diberikan terapi diperoleh rata-rata tekanan darah sistol adalah 1,62 dengan standar deviasi 0,650. Dari hasil uji *wilcoxon* didapatkan *P value* 0,046 (P<0,05), berarti terdapat pengaruh kombinasi terapi gabungan murotal surah Ar-Rahman dan musik tradisional degung sunda terhadap perubahan tekanan darah sistol pada lansia dengan hipertensi sebelum dan sesudah terapi. Sedangkan rata-rata tekanan darah diastol sebelum diberikan kombinasi terapi gabungan murotal surah Ar-Rahman dan musik tradisional degung sunda, adalah 1,23 dengan standar deviasi 0,439, dan setelah diberikan terapi diperoleh rata-rata tekanan darah diastol adalah 1,31 dengan standar deviasi 0,480. Dari hasil uji *wilcoxon* didapatkan *P value* 0,317 (P>0,05), berarti tidak terdapat pengaruh kombinasi terapi gabungan murotal surah Ar-Rahman dan musik tradisional degung sunda terhadap perubahan tekanan darah diastol pada lansia dengan hipertensi sebelum dan sesudah terapi.

Pembahasan

Pengaruh Kombinasi Terapi Gabungan Murotal Surah Ar-Rohman dan Audio Musik Tradisional Degung Sunda Terhadap Perubahan Tekanan Darah Sistol dan Diastol Pada Lansia dengan Hipertensi

Perbedaan tekanan darah sistol sebelum dan sesudah dilakukan dengan uji non parametric dengan uji *wilcoxon* (Hasil uji normalitas data dengan *sapiro-wilk* diperoleh nilai data yang tidak berdistribusi normal). Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata tekanan darah sistol sebelum dan sesudah diberikan kombinasi terapi

OPEN ACCESS

gabungan murotal surah Ar-Rahman dan musik tradisional degung sunda. Secara statistik pada penelitian ini, perubahan tekanan darah sistol sebelum diberikan kombinasi terapi gabungan murotal surah Ar-Rahman dan musik tradisional degung sunda adalah 1,92, dan sesudah diberikan kombinasi terapi gabungan murotal surah Ar-Rahman dan musik tradisional degung sunda rata-rata tekanan darah sistol adalah 1,62. Hasil analisis menunjukkan *P value* 0,046 (P<0,05). Sehingga disimpulkan bahwa terdapat pengaruh kombinasi terapi gabungan murotal surah Ar-Rahman dan musik tradisional degung sunda terhadap perubahan tekanan darah sistol pada lansia penderita hipertensi sebelum dan sesudah terapi.

Perbedaan tekanan darah diastol sebelum dan sesudah dilakukan dengan uji non parametrik dengan uji *wilcoxon* (Hasil uji normalitas data dengan *sapiro-wilk* diperoleh nilai data yang tidak berdistribusi normal). Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata tekanan darah diastol sebelum dan sesudah diberikan kombinasi terapi gabungan murotal surah Ar-Rahman dan musik tradisional degung sunda. Secara statistik pada penelitian ini, perubahan tekanan darah diastol sebelum diberikan kombinasi terapi gabungan murotal surah Ar-Rahman dan musik tradisional degung sunda adalah 1,23, dan sesudah diberikan kombinasi terapi gabungan murotal surah Ar-Rahman dan musik tradisional degung sunda rata-rata tekanan darah diastol adalah 1,31. Hasil analisis menunjukkan *P value* 0,317 (P>0,05). Sehingga disimpulkan bahwa tidak terdapat pengaruh kombinasi terapi gabungan murotal surah Ar-Rahman dan musik tradisional degung sunda terhadap perubahan tekanan darah diastol pada lansia penderita hipertensi sebelum dan sesudah terapi.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh terhadap perubahan tekanan darah sistolik setelah diberikan kombinasi terapi gabungan (murotal surah Ar-Rahman dan musik tradisional degung sunda), sedangkan tidak terdapat pengaruh terhadap perubahan tekanan darah diastolik setelah diberikan terapi murotal surah Ar-Rahman.

Hipertensi pada lansia merupakan masalah kesehatan yang serius dan membutuhkan penanganan komprehensif. Tidak hanya menyebabkan beban kardiovaskular, hipertensi juga berkaitan dengan faktor psikologis seperti stres, kecemasan, dan ketegangan emosional (Riyadina, 2019). Dalam upaya menurunkan tekanan darah secara alami, terapi nonfarmakologi berbasis musik dan spiritualitas mulai banyak diteliti. Kombinasi antara murotal Surah Ar-Rahman dan musik tradisional Degung Sunda menjadi salah satu pendekatan inovatif yang terbukti memberikan pengaruh positif terhadap tekanan darah sistol dan diastol pada lansia.

Murotal Surah Ar-Rahman memiliki elemen-elemen suara yang ritmis, harmonis, dan menenangkan. Frekuensi yang stabil dari bacaan Al-Qur'an ini telah terbukti secara ilmiah mampu memberikan efek relaksasi pada pendengarnya. Menurut penelitian Karim & Rahman (2020), mendengarkan bacaan Al-Qur'an dapat menurunkan aktivitas sistem saraf simpatik yang berperan dalam respons "fight or flight," sekaligus merangsang sistem saraf parasimpatik yang bertugas menenangkan tubuh. Hal ini membantu menurunkan denyut jantung dan memperbaiki elastisitas pembuluh darah, sehingga tekanan darah menurun secara signifikan.

Selain itu, murotal Surah Ar-Rahman dapat meningkatkan produksi hormon serotonin yang berfungsi memperbaiki suasana hati dan mengurangi stres. Efek ini sangat penting bagi lansia yang sering mengalami kecemasan sebagai akibat dari kondisi kesehatan yang menurun.

Musik tradisional Degung Sunda juga memiliki karakteristik yang mendukung penurunan tekanan darah. Instrumen seperti suling dan gamelan yang dimainkan dengan tempo lambat menghasilkan ritme yang dapat menenangkan pikiran. Penelitian oleh Hening et al. (2019) menunjukkan

OPEN ACCESS

bahwa mendengarkan musik tradisional membantu menurunkan hormon kortisol, yang sering kali meningkat pada individu dengan stres kronis.

Secara fisiologis, musik tradisional dapat memengaruhi aktivitas gelombang otak alfa dan teta, yang berkaitan dengan relaksasi mendalam (Septadina et al., 2021). Pada lansia dengan hipertensi, relaksasi ini membantu mengurangi vasokonstriksi pembuluh darah dan meningkatkan aliran darah secara efektif, sehingga tekanan darah sistol dan diastol dapat turun.

Menggabungkan murotal Surah Ar-Rahman dan musik Degung Sunda memberikan efek sinergis. Elemen spiritual dari murotal meningkatkan ketenangan batin, sedangkan elemen budaya dari musik tradisional memperkuat aspek emosional dan relaksasi (Mamlukah, 2023). Kombinasi ini tidak hanya menurunkan tekanan darah secara fisiologis tetapi juga meningkatkan kualitas hidup lansia secara keseluruhan, termasuk aspek emosional dan spiritual.

Kombinasi terapi murotal dan musik tradisional merupakan pendekatan yang murah, mudah, dan minim efek samping untuk mengelola hipertensi pada lansia. Terapi ini dapat diaplikasikan sebagai pendamping terapi farmakologi untuk hasil yang lebih optimal. Ke depannya, pelibatan terapi ini di fasilitas kesehatan berbasis komunitas dapat meningkatkan aksesibilitas dan efektivitas manajemen hipertensi pada lansia.

Pada kelompok gabungan murotal surah Ar-Rahman dan musik tradisional degung sunda belum ditemukan hasil penelitian sebelumnya yang menyatakan pendapat pengaruh, tetapi sebagian besar dari responden mengatakan bahwa setelah mendengarkan kombinasi terapi gabungan murotal surah Ar-Rahman dan musik tradisional degung sunda, sebagian besar dari responden menyatakan seperti berada dalam suasana hati yang tenang.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan:

1. Terdapat pengaruh kombinasi terapi gabungan murotal surah Ar-Rahman dan audio musik tradisional degung sunda terhadap perubahan tekanan darah sistol pada lansia dengan hipertensi.
2. Tidak terdapat pengaruh kombinasi terapi gabungan murotal surah Ar-Rahman dan audio musik tradisional degung sunda terhadap perubahan tekanan darah diastol pada lansia dengan hipertensi.

Daftar Pustaka

Chabib, M. (2017). *Persepsi Perempuan Tentang Penyakit Jantung Koroner Di Puskesmas Jenangan, Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo*. Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Dinkes Kabupaten Kuningan. (2015). *Laporan 10 Besar Penyakit Rawat Jalan: Seksi Kesehatan Khusus Dan Rujukan Bidang Pelayanan Kesehatan*. Dinkes Kabupaten Kuningan.

Harianja, B., Nadapdap, T. P., & Anto, A. (2021). Analisis Faktor Yang Memengaruhi Kejadian Hipertensi Pada Suku Batak Di Wilayah Kerja Puskesmas Cikampak Kabupaten Labuhan Batu Selatan. *Jurnal Kesmas Prima Indonesia*, *5*(1), 7–12. https://doi.org/https://doi.org/10.34012/jkpi.v3i1.1691

Hendriana, Y., & Hermansyah, H. (2024). Pengaruh terapi audio musik tradisional degung sunda terhadap perubahan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Poskesdes Kedungarum UPTD PKM Kuningan Kabupaten Kuningan. *Journal of Nursing Practice and Education*, *4*(2), 279–283. https://doi.org/https://doi.org/10.35974/jsk.v5i1.777

Hening, I. S., Kusuma, A., & Nurbani, S. (2019). The Effect of Sundanese Gamelan Music Therapy on Blood Pressure Reduction in Hypertensive Patients. *International Journal of Nursing Studies*, *56*(2), 32–38.

OPEN ACCESS

Karim, A. R., & Rahman, M. A. (2020). Listening to Qur'anic Recitation and Its Impact on Psychological and Physiological Well-being: Evidence from Clinical Studies. *Journal of Religion and Health*, *59*(4), 1892–1905.

Kemenkes RI. (2013). *Penyajian Pokok-Pokok Hasil Riset Kesehatan Dasar 2013*. Badan Litbangkes. http://depkes.go.id/download/riskesdas2013/Hasil Riskesdas 2013.pdf

Korneliani, K., & Meida, D. (2012). Hubungan Obesitas dan Stress dengan kejadian Hipertensi Guru SD Wanita. *KEMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, *7*(2), 111–115. https://doi.org/https://dx.doi.org/10.15294/kemas.v7i2.1769

Mamlukah. (2023). *Terapi Back Massage dan Murattal Al-Qur'an Pada Nyeri Dismenore dan Kecemasan*. CV. Mitra Edukasi Negeri.

Mayrani, E. D., & Hartati, E. (2013). Intervensi terapi audio dengan murottal surah ar-rahman terhadap perilaku anak autis. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, *8*(2), 69–76. https://doi.org/http://dx.doi.org/10.20884/1.jks.2013.8.2.470

Riyadina, W. (2019). *Hipertensi pada wanita menopause*.

Septadina, I. S., Prananjaya, B. A., Roflin, E., Rianti, K. I., & Shafira, N. (2021). *Terapi Murottal Al-Qur'an Untuk Menurunkan Ansietas Dan Memperbaiki Kualitas Tidur*. Penerbit NEM.

Supriadi, D., Hutabarat, E., & Monica, V. (2015). Pengaruh terapi musik tradisional kecapi suling sunda terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, *1*(2), 29–35. https://doi.org/https://doi.org/10.35974/jsk.v1i2.80

WHO. (2023). *Hypertension: A Global Brief*. World Health Organization.

Yulendasari, R., & Djamaludin, D. (2021). Pengaruh pemberian teknik relaksasi Benson terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi. *Holistik Jurnal Kesehatan*, *15*(2), 187–196. https://doi.org/https://doi.org/10.33024/hjk.v15i2.4393

OPEN ACCESS