

Pengaruh Kombinasi Murotal Al-Quran Surah Al-Mulk Ayat 1-30 dan Aromaterapi Jasmine terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi

Nurul Siti Handini^{1*}, Indri Sarwili², Nining Rukiah³

¹⁻³Program Studi Sarjana Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Indonesia Maju, Jakarta

*Korespondensi:

Nurul Siti Handini, Program Studi Sarjana Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Indonesia Maju, Jakarta, Jl. Harapan No.50 Lenteng Agung – Jakarta Selatan, DKI Jakarta 12610

E-mail:

nurul.handini185@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.70304/jmsi.v4i01.35>

Copyright © 2025, Jurnal Masyarakat Sehat Indonesia

E-ISSN: 2828-1381

P-ISSN: 2828-738X

Abstrak: Tekanan darah tinggi berarti bahwa tekanan darah lebih tinggi dari umumnya. Tekanan darah yang secara konsisten di atas normal dapat didiagnosis menjadi hipertensi. Umumnya, tekanan darah diartikan normal jika nilai 120 mmHg sistolik serta 80 mmHg diastolik. Seseorang dikatakan hipertensi apabila tekanan darah sistolik sama dengan lebih berasal 130 mmHg serta tekanan darah diastolik lebih berasal 80 mmHg (Pandiangan dan Mariyam 2023). Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh kombinasi murotal al-quran surah al-mulk ayat 1-30 dan aromaterapi jasmine terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di RSUD Cengkareng ruang mangga. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan metode penelitian *Quasy Experiment* dengan rancangan “*One Grup Pretest-Post test*”. Teknik sampling yang digunakan yaitu *purposive sampling* dengan jumlah sampel 30 responden. Penelitian dilakukan selama 3 hari menggunakan lembar Observasi. Peneliti sebelumnya melakukan pengukuran tekanan darah sebelum pemberian terapi, kemudian kombinasi Murotal Al-Quran Surah Al-Mulk ayat 1-30 dan Aromaterapi Jasmine diberikan selama 15 menit, dan peneliti melakukan pengukuran Tekanan Darah ulang 30 menit setelah pemberian terapi. Analisa data menggunakan Hasil uji statistic *Wilcoxon Signed Ranks Test*. Didapatkan hasil *p value* = 0,000 atau < 0,05. Sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat Pengaruh Kombinasi Murotal Al-Quran Surah Al-Mulk ayat 1-30 dan Aromaterapi Jasmine Terhadap Tekanan Darah pada Pasien. Terdapat Pengaruh Kombinasi Murotal Al-Quran Surah AL-Mulk ayat 1-30 dan Aromaterapi Jasmine Terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di RSUD Cengkareng Ruang Mangga.

Kata Kunci: Murotal Al-Quran Surah Al-Mulk Ayat 1-30, Aromaterapi jasmine, Tekanan darah, Pasien hipertensi

Abstract: High blood pressure means that blood pressure is higher than normal. Blood pressure that is consistently above normal can be diagnosed as hypertension. Generally, blood pressure is defined as normal if the value is 120 mmHg systolic and 80 mmHg diastolic. A person is said to be hypertensive if the systolic blood pressure is equal to more than 130 mmHg and the diastolic blood pressure is more than 80 mmHg (Pandiangan and Mariyam 2023). The purpose of this study was to determine the effect of the combination of murotal al-quran surah al-mulk verses 1-30 and jasmine aromatherapy on blood pressure in hypertensive patients at the Cengkareng Hospital, Mangga Room. The study used a quantitative method with the *Quasy Experiment* research method with a “*One Group Pretest-Post test*” design. The sampling technique used was *purposive sampling* with a sample size of 30 respondents. The study was conducted for 3 days using an *Observation sheet*. Previous researchers measured blood pressure before giving therapy, then a combination of Murotal Al-Quran Surah Al-Mulk verses 1-30 and Jasmine Aromatherapy was given for 15 minutes, and researchers re-measured Blood Pressure 30 minutes after giving therapy. Data analysis using the *Wilcoxon Signed Ranks Test* statistical test results. The results obtained *p value* = 0.000 or <0.05. So it can be said that there is an Effect of the Combination of Murotal Al-Quran Surah Al-Mulk verses 1-30 and Jasmine Aromatherapy on Blood Pressure in Patients. There is an Effect of the Combination of Murotal Al-Quran Surah AL-Mulk verses 1-30 and Jasmine Aromatherapy on Blood Pressure in Hypertension Patients at Cengkareng Hospital, Mangga Room.

Keywords: Murotal Al-Quran Surah Al-Mulk Verse 1-30, Jasmine aromatherapy, Blood pressure, Hypertension patients

Pendahuluan

Tekanan darah tinggi ialah penyakit yang relatif berbahaya. Tekanan darah yang secara konsisten di atas normal dapat didiagnosis menjadi hipertensi ⁽¹⁾. Umumnya, tekanan darah diartikan normal jika nilai 120 mmHg sistolik serta 80 mmHg diastolik. Seseorang dikatakan hipertensi apabila tekanan darah sistolik sama dengan lebih berasal 130 mmHg serta tekanan darah diastolik lebih berasal 80 mmHg ⁽²⁾.

Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi dilakukan melalui pemberian obat anti-hipertensi yang dapat menimbulkan berbagai efek samping. Terapi non farmakologi dilakukan untuk mendukung terapi farmakologi yaitu dengan mengubah gaya hidup sehari-hari, dengan mengurangi garam dan mengubah pola makan ⁽³⁾.

Salah satu terapi yang mampu mengontrol tekanan darah tinggi pada pasien Hipertensi ialah Terapi murotal Al-Quran. Terapi murotal Al-Quran merupakan terapi religi dimana seseorang dibacakan ayat-ayat Al-Quran sehingga memberikan dampak positif bagi tubuh seseorang. Adapun pengaruh terapi murotal Al-Quran berupa adanya perubahan-perubahan arus listrik di otot, perubahan sirkulasi darah, diiringi dengan penurunan frekuensi detak jantung ⁽⁴⁾. Mendengarkan murottal Al-Quran mampu mengurangi ketegangan. Dengan menerapkan terapi murottal Al-Quran ini sangat mempengaruhi terhadap penurunan tekanan darah dan menormalkan detak jantung ⁽⁵⁾. Selain terapi murotal Al-Quran, terapi non farmakologis yang dapat dilakukan untuk mengontrol tekanan darah tinggi yaitu pemberian aromaterapi jasmine. Aromaterapi jasmine merupakan essensial oil yang dapat menurunkan vasokonstriksi simpatis pada otot dan mampu menurunkan tekanan darah serta memperlambat detak jantung.

Peneliti merasa dibutuhkan inovasi dalam pemberian terapi non farmakologis untuk membantu mengatasi tekanan darah tinggi pada pasien hipertensi. Salah satu inovasi intervensi non farmakologis yang dapat dilakukan ialah kombinasi murotal Al-Quran Surah Al-Mulk ayat 1-30 dan Aromaterapi Jasmine. Terapi non farmakologis ini belum pernah diterapkan di RSUD Cengkareng sebelumnya. Berdasarkan uraian permasalahan tersebut di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh kombinasi murotal al-quran surah al-mulk ayat 1-30 dan aromaterapi jasmine terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di rsud cengkareng ruang mangga.

Metode

Jenis penelitian yang digunakan adalah menggunakan metode kuantitatif dengan metode penelitian *Quasy Experiment* dengan rancangan "*One Grup Pretest-Post test*". Teknik sampling yang digunakan yaitu teknik purposive sampling dengan jumlah sampel 30 responden. Pengumpulan data dilakukan menggunakan lembar observasi, mencatat tekanan darah sebelum dan setelah pemberian intervensi. Analisis data dilakukan secara *univariat* dan *bivariat* dan *bivariat*. Hasil uji statistic dengan *Wilcoxon Signed Ranks Test*.

Langkah-langkah penelitian dimulai melakukan studi pendahuluan, dilanjutkan dengan studi pustaka telaah literatur. Peneliti merumuskan dan menentukan judul, membuat desain penelitian sesuai dengan masalah dan tujuan penelitian disusun dalam proposal penelitian. Tahapan selanjutnya peneliti meminta surat pengantar dari UIMA Jakarta yang berisi ijin studi pendahuluan dan ijin penelitian ditujukan kepada PPID (Pejabat Pengelola Informasi dan Dokumentasi) Dinas Kesehatan DKI Jakarta dan Direktur RSUD Cengkareng. Kemudian setelah mendapatkan ijin dari PPID (Pejabat Pengelola Informasi dan Dokumentasi) Dinas Kesehatan DKI Jakarta kemudian mengajukan surat permohonan ijin penelitian kepada pihak RSUD Cengkareng melalui bidang Diklat. Setelah itu, peneliti melanjutkan ke tahap penelitian. Pada tahap akhir peneliti menyusun laporan hasil penelitian. Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan dari Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indonesia Maju (STIKIM) dengan nomor No.11753/Sket/Ka-Dept/RE/UIMA/XII/2024.

Hasil

Tabel 1. Tekanan Darah Pasien Hipertensi Sebelum dan Setelah Pemberian Kombinasi Murottal Al-Quran Surah Al-Mulk Ayat 1-30 dan Aromaterapi Jasmine

<i>Pre-Test</i> (Sebelum Pemberian Kombinasi Terapi)			<i>Post-Test</i> (Setelah Pemberian Kombinasi Terapi)			Nilai p
Kategori Hipertensi	n	%	Kategori Hipertensi	n	%	
Hipertensi Stadium 1 (140-159/90-99)	20	66,7	Pre-Hipertensi	28	93,3	0,000
Hipertensi Stadium 2 (>160/>100)	10	33,3	Hipertensi Stadium 1 (140-159/90-99)	2	6,7	

Berdasarkan tabel 1 pada tahap awal penelitian sebelum pemberian kombinasi terapi dengan ayat alquran, diketahui bahwa dari 30 responden, mayoritas dalam kategori Hipertensi stadium 1 yaitu 20 responden (66.7%). Namun, setelah diberikan kombinasi terapi, mayoritas responden dalam kategori Pre-Hipertensi yaitu 28 responden (93.3%). Hasil analisis t-test dependen menyatakan bahwa nilai signifikansi menunjukkan nilai sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan tekanan darah pasien antara sebelum dan setelah diberikan kombinasi terapi.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan mayoritas responden dalam kategori Hipertensi Stadium 1. Hal ini sejalan dengan penelitian Maulidia, dkk yang menunjukkan mayoritas responden penelitian mengalami kejadian hipertensi stadium 1 sebanyak 43 (39.1%), 30 (27.3%) lainnya mengalami pre-hipertensi, 26 (23.6%) tergolong normal. Responden dengan hipertensi stadium 1 dibuktikan dengan tekanan darah sistolik 140-159 mmHg dan tekanan darah diastolic 90-99 mmHg⁽⁶⁾.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Wulandari & Sukendra, yang menyatakan bahwa ada hubungan *Life style* dengan kejadian hipertensi. *Life style* yang tidak baik yaitu tidak melakukan aktivitas fisik/ olahraga, mengkonsumsi makanan asin, berlemak serta mempunyai kebiasaan merokok dan mengkonsumsi kafein yang berlebihan dapat menyebabkan masalah tubuh pada usia dewasa⁽⁷⁾.

Peneliti berpendapat bahwa kejadian hipertensi stadium I sering terjadi di RSUD Cengkareng khususnya pada responden penelitian saat ini ialah dikarena *Life style* atau pola hidup yang kurang sehat. responden kurang mampu mengontrol faktor resiko penyebab hipertensi. *Life style* adalah rutinitas sehari-hari yang dilakukan setiap orang. Rutinitas masing-masing individu sangat beragam, seperti mengatur pola makan, makanan yang dikonsumsi dan pola istirahat yang kurang baik, kebiasaan merokok dan begadang maupun kurang olahraga menjadi kebiasaan buruk yang tanpa sadar sebenarnya menjadi salah satu faktor resiko munculnya hipertensi stadium 1.

Pola hidup sehat adalah bagian terpenting dalam penanganan hipertensi. Pola hidup sehat yang dapat dilakukan diantaranya yaitu berolahraga, menjaga pola makan sehat serta istirahat yang cukup. Selain mengkonsumsi obat anti hipertensi, diharapkan dengan menjaga pola hidup sehat disertai dengan terapi kombinasi Murottal Al-Quran Surah Al-Mulk ayat 1-30 dan aromaterapi jasmine dapat membantu mengontrol tekanan darah pada pasien Hipertensi.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden dalam kategori Pre-Hipertensi setelah diberikan kombinasi terapi. Pre-hipertensi ialah nilai tekanan darah menunjukkan peningkatan namun belum tergolong hipertensi. Prehipertensi ditandai dengan tekanan darah sistolik (angka atas) 120-139 mmHg dan tekanan darah diastolik (angka bawah) 80-89 mmHg. Pre-hipertensi adalah tanda peringatan bahwa tubuh mungkin mengalami tekanandarah tinggi di masa mendatang. Pre-hipertensi dapat dideteksi antara usia 10-30 tahun.

Penyebabnya biasanya peningkatan curah jantung. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Hamzah yang menyebutkan bahwa sebagian besar responden menderita hipertensi dengan pola makan yang kurang baik serta ada hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi⁽⁹⁾. Peneliti berasumsi bahwa pre-hipertensi dapat dicegah dengan penerapan gaya hidup sehat dan pola makan yang seimbang. Memperbanyak konsumsi sayuran dan buah, mengurangi konsumsi garam dan berolahraga secara teratur dapat memperbaiki kejadian pre-hipertensi agar tidak sampai ke hipertensi stadium lanjut.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan tekanan darah pasien hipertensi antara sebelum dan setelah terapi kombinasi murottal Al-Quran Surah Al-Mulk Ayat 1-30 dan aromaterapi jasmine. Hasil Analisa data menunjukkan bahwa ada perubahan yang signifikan antara pre dan post pemberian kombinasi terapi Murottal Al-Quran Surah Al-Mulk ayat 1-30 dan aromaterapi jasmine terhadap tekanan darah pasien dengan Hipertensi. Pada proses penelitian ini, peneliti memberikan kombinasi terapi pada pasien Hipertensi dengan terapi anti hipertensi yang dimana sebelumnya pasien mengkonsumsi obat anti hipertensi dan selanjutnya peneliti memberikan kombinasi terapi Murottal Al-Quran Surah Al-Mulk ayat 1-30 dan Aromaterapi Jasmine. Diharapkan dengan any kombinasi terapi yang diberikan dapat mengoptimalkan terapi dan membantu mengontrol tekanan darah tinggi pada pasien Hipertensi. Penelitian sebelumnya menjelaskan bahwa efek yang ditimbulkan dari mendengarkan murottal Al Qur'an adalah memberikan rasa nyaman sehingga berdampak terhadap tekanan darah pada seseorang yang di harapkan akan mengalami penurunan Tekanan darah pada pasien Hipertensi⁽⁹⁾.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyebutkan bahwa terapi murottal Al Qur'an surah Ar-Rahman dapat menurunkan tekanan sistolik dan distolik pada penderita hipertensi. Sebelum dilakukan terapi murottal tekanan darah sistolik 151,00 mmHg dan setelah terapi murottal tekanan darah 146,00 mmHg. Tekanan darah diastolik sebelum terapi murottal 93,00 dan setelah terapi murottal tekanan darah diastolic menjadi 90,00 mmHg, dengan nilai p value 0,000 sehingga terapi murottal al Qur'an surat Ar Rahman dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi⁽¹¹⁾.

Delayanti dalam penelitiannya menyatakan bahwa pemberian aromaterapi jasmine dilakukan selama dua hari. Sebelum dan sesudah intervensi dilakukan pemeriksaan tekanan darah. Dengan hasil sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi jasmine terdapat penurunan tekanan darah diperoleh hasil *pre* 138/82mmhg dan *post* 134/74mmhg, kemudian pada hari kedua dengan pemberian aromaterapi jasmine diperoleh hasil Pre TD 141/97mmhg dan Post test TD 129/80mmhg, yang berarti terdapat penurunan tekanan darah setelah pemberian aromaterapi jasmine⁽¹¹⁾. Dari hasil penelitian didapatkan kesimpulan tindakan pemberian aromaterapi jasmine mampu menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi yang dibuktikan dengan adanya penurunan tekanan darah.

Pemberian intervensi murottal Al Qur'an Surah Al-Mulk ayat 1-30 dan Aromatherapi jasmine diharapkan dapat dijadikan sebagai penanganan non farmakologi dalam penatalaksanaan hipertensi di RSUD Cengkareng. Peneliti berasumsi bahwa dengan kombinasi terapi murottal Al Qur'an Surah Al-Mulk ayat 1-30 dan Aromatherapi Jasmine selama 30 menit selama 3 hari berturut-turut dapat menciptakan rasa tenang dan rileks. Perasaan tenang dan rileks akan membuat penurunan hormon-hormon stress dan meningkatkan hormon endorphine alami yang dapat menciptakan rasa nyaman dan dapat menurunkan tekanan darah. Selain itu peneliti juga merasa bahwa kombinasi terapi ini aman dilakukan dan dijadikan terapi non farmakologis karena tidak menimbulkan efek samping maupun sesuatu yang membahayakan bagi responden, serta dari sesi biaya yang murah dan pelaksanaannya yang mudah untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Kesimpulan

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pemberian kombinasi Murotal Al-Qur-an Surat Al Mulk ayat 1-30 dan aromaterapi jasmine dapat menurunkan tekanan darah pasien Hipertensi di Ruang Mangga.

Ucapan Terimakasih

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Direktur RSUD Cengkareng atas dukungan, izin, dan fasilitas yang telah diberikan selama pelaksanaan penelitian ini.

Daftar Pustaka

1. Lee CJ, Kim HL, Kim HM, Kwon CH, Shin JH, Jung MH, et al. Blood pressure levels and cardiovascular risk according to age in patients with diabetes mellitus: a nationwide population-based cohort study. *Cardiovasc Diabetol*. 2020;19:181. Available from: <https://www.e-jcpp.org/journal/view.php?number=84>
2. Whelton PK, Carey RM, Aronow WS, Casey DE, Collins KJ, Dennison Himmelfarb C, et al. 2017 ACC/AHA/AAPA/ABC/ACPM/AGS/APhA/ASH/ASPC/NMA/PCNA guideline for the prevention, detection, evaluation, and management of high blood pressure in adults: a report of the American College of Cardiology/American Heart Association Task Force on Clinical Practice Guidelines. *Circulation*. 2018;138(17):e484–e594. Available from: <https://doi.org/10.1161/CIR.0000000000000596>
3. Rachmawati AS, Baehaki I. Pengaruh terapi murottal Surah Ar-Rahman terhadap penurunan tekanan darah pada pasien. *Healthcare Nursing Journal*. 2021;3(2):132–135.
4. Transyah CH. Pengaruh terapi murotal Al Quran terhadap penurunan tekanan darah pasien hipertensi. *Jurnal Ilmu Kesehatan*. 2019;3(1):54–60. Available from: <https://doi.org/10.33757/jik.v3i1.142>
5. Iksan RR, Hastuti E. Terapi murotal dalam upaya meningkatkan kualitas tidur lansia. *J Keperawatan Silampari*. 2020;3(2):597–606. Available from: <https://doi.org/10.31539/jks.v3i2.1091>
6. Maulidia Septimar Z, Program Studi Ilmu Keperawatan M, Yatsi Madani U, Keperawatan D. Volume 2 ; Nomor 2. Agustus. 2024;245–51.
7. Wulandari DP, Sukendra DM. Gaya hidup yang memengaruhi kejadian hipertensi usia produktif (15–59 tahun) di Puskesmas Toroh I. *Higeia J Public Health Res Dev*. 2023;8(2):123–34. Available from: <https://doi.org/10.15294/higeia.v8i2.79007>
8. Hamzah B. Analisis hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia. *J Health Sci*. 2021;5(1). Available from: <https://jurnal.suryanusantara.ac.id/index.php/jurkessutra/article/view/193>
9. Barkah FN. Pengaruh murottal Al-Qur'an terhadap peningkatan memori jangka pendek pada lanjut usia [Internet]. Bekasi: STIKES Bani Saleh; 2020. Available from: https://repo.stikesbanisaleh.ac.id/index.php?p=show_detail&id=1206
10. Setyawan A, Hasnah K, Purnamasari V, Livana PH. Efektivitas murottal Ar-Rahman terhadap penurunan tingkat kecemasan mahasiswa keperawatan dalam menghadapi OSCE. *Jurnal Keperawatan Jiwa*. 2021 Feb;9(1):27–34.
11. Delayanti MC. Efektivitas aromaterapi jasmine terhadap tekanan darah pada pasien dengan diagnosa hipertensi di ruangan Intensive Coronary Care Unit (ICCU) Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta: studi kasus [skripsi]. Yogyakarta: STIKES Bethesda Yakkum; 2023. Tersedia dari: <https://repo.stikesbethesda.ac.id/3110/>