

# **PENERAPAN TERAPI MUROTTAL AL-QURAN UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI**

Tirai Shella Safira  
Universitas 'Aisyiyah Surakarta  
[tiraishella00@gmail.com](mailto:tiraishella00@gmail.com)

## **ABSTRAK**

**Latar Belakang;** Hipertensi masih menempati kasus dalam penyakit tidak menular sebagai salah satu penyebab utama dari kematian di dunia. Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah berupa tekanan sistolik yang melebihi 140 mmHg dan tekanan diastolik melebihi 90 mmHg. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) prevalensi hipertensi di Indonesia sebanyak 31,7 % yang artinya 1 dari 3 penduduk yang berusia dari 18 tahun ke atas menderita hipertensi. Berdasarkan data dari Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2020, Prevalensi Penduduk Jawa Tengah yang menderita hipertensi sebesar 37,57 %. Salah satu penatalaksanaan nonfarmakologi untuk menurunkan tekanan darah adalah terapi murottal Al-Quran Surah Ar-Rahman. **Tujuan;** Mendeskripsikan hasil penerapan terapi murottal Al-Quran Surah Ar-Rahman terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. **Metode;** Penelitian ini menggunakan metode deskriptif yaitu menggambarkan secara sistematis dan akurat fakta dan karakteristik mengenai populasi bidang tertentu. **Hasil;** Terdapat penurunan tekanan darah setelah dilakukan penerapan terapi murottal Al-Quran surah Ar-Rahman selama 15 menit 1 kali dalam sehari selama 7 hari berturut-turut. **Kesimpulan;** Pemberian terapi murottal Al-Quran surah Ar-Rahman efektif untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

**Kata Kunci:** Hipertensi, tekanan darah, terapi murottal Al-Quran Surah Ar-Rahman