

UPAYA TERAPI MUROTTAL MENURUNKAN KECEMASAN PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DENGAN MENGGUNAKAN MEDIA AUDIO VISUAL

Okta Wahyu Prasetyo, Zulfa Mahdiatur Rasyida

oktanew26@gmail.com

Program Studi Diploma III Keperawatan
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

INTISARI

Latar Belakang : Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular dengan prevalensi tinggi, khususnya pada lansia, dan kerap disertai masalah psikologis seperti kecemasan. Kecemasan yang tidak ditangani dapat memperburuk kondisi hipertensi melalui peningkatan aktivitas saraf simpatis dan sekresi hormon endorphine. **Tujuan :** membuat media informasi yang dapat membantu meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai penyakit skabies, terutama bagi kelompok yang memiliki keterbatasan dalam membaca. **Metode :** media yang digunakan yaitu media video yang disusun berdasarkan alur pembuatan yaitu pra produksi, produksi dan pasca produksi **Hasil :** secara garis besar tanda dari hipertensi dan kecemasan dapat diketahui dan durasi audiovisual yang dibuat yaitu 4 menit 47 detik dengan ukuran file 124,6 MB **Kesimpulan :** Media audio visual terapi murottal Al-Qur'an dapat dijadikan sarana edukasi dan terapi komplementer yang efektif untuk mengurangi kecemasan pada lansia penderita hipertensi. Media ini mudah diakses melalui platform digital seperti YouTube dan berpotensi diterapkan lebih luas dalam promosi kesehatan berbasis spiritual.

Kata Kunci:

Hipertensi, Lansia, Kecemasan, Terapi Murottal, Media Audio Visual