

P-ISSN: 2774-4574 ; E-ISSN: 2774-4582
TRILOGI, 5(2), April-Juni 2024 (222-231)
@2020 Lembaga Penerbitan, Penelitian,
dan Pengabdian kepada Masyarakat (LP3M)
Universitas Nurul Jadid Paiton Probolinggo
DOI: [10.33650/trilogi.v5i2.8313](https://doi.org/10.33650/trilogi.v5i2.8313)

JURNAL
TRILOGI
Ilmu Teknologi, Kesehatan, dan Humaniora

Penerapan Teknik Relaksasi Murottal Al Qur'an Penurunan Nyeri Hipertensi pada Lansia RSUD Sidoarjo

Abdur Rahman

Universitas Nurul Jadid, Indonesia
ar9307294@gmail.com

Handono Fathur Rahman

Universitas Nurul Jadid, Indonesia
Handono.hfc@unuja.ac.id

Husnul Khotimah

Universitas Nurul Jadid, Indonesia
husnulhotimah@unuja.ac.id

Abstract

According to data from the Ministry of Health in 2022, Indonesia ranks 5th in the world for the number of hypertension sufferers. Hypertension is a condition where a person experiences an increase in blood pressure above normal, with systolic blood pressure above 160 mmHg. Various efforts can be made to reduce hypertension, one of which is through non-pharmacological interventions such as progressive muscle relaxation techniques. This study aims to provide nursing care to Mr. D with the primary nursing diagnosis of ineffective peripheral perfusion (hypertension) using murottal Al-Quran therapy in the Mawar Kuning Inpatient Room of RSUD Sidoarjo. The method used is the administration of murottal Al-Quran therapy to a client with hypertension. The nursing care was provided from April 11, 2023, to April 13, 2023, in the Mawar Kuning Inpatient Room of RSUD Sidoarjo. The results of this study indicate that after the intervention of murottal Al-Quran therapy, the client's high blood pressure decreased, and the client appeared calm and relaxed. In conclusion, based on the case evaluation results for the client with hypertension, the author identified the nursing diagnosis of ineffective peripheral perfusion related to physiological injuring agents, as indicated by high blood pressure.

Keywords: Hypertension; Ineffective Peripheral Perfusion; Murottal Al-quran.

Abstrak

Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan tahun 2022, Indonesia berada di urutan ke-5 negara dengan penderita hipertensi terbanyak. Hipertensi adalah kondisi di mana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah di atas normal, yaitu tekanan darah sistolik di atas 160 mmHg. Banyak upaya yang dapat dilakukan untuk menurunkan

hipertensi, salah satunya secara nonfarmakologi berupa intervensi teknik relaksasi otot progresif. Penelitian ini bertujuan untuk melaksanakan asuhan keperawatan pada Tn. D dengan diagnosa keperawatan utama perfusi perifer tidak efektif (hipertensi) menggunakan terapi murottal Al-Quran di Ruang Rawat Inap Mawar Kuning RSUD Sidoarjo. Metode yang digunakan adalah pemberian terapi murottal Al-Quran kepada klien dengan hipertensi. Waktu pemberian asuhan keperawatan dilakukan pada tanggal 11 April 2023 sampai dengan 13 April 2023 di Ruang Rawat Inap Mawar Kuning RSUD Sidoarjo. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa setelah dilakukan intervensi terapi murottal Al-Quran, tekanan darah tinggi klien menurun dan klien terlihat tenang serta rileks. Kesimpulannya, berdasarkan hasil evaluasi kasus pada klien dengan hipertensi, penulis mengangkat diagnosa keperawatan perfusi perifer tidak efektif berhubungan dengan agen pencedera fisiologis ditandai dengan tekanan darah tinggi.

Katakunci: Nyeri; Perfusi Perifer Tidak Efektif; Relaksasi Otot Progresif.

1 Pendahuluan

Hipertensi merupakan bagian dari penyakit tidak menular yang sering terjadi di dunia termasuk Indonesia. Hipertensi disebut sebagai *silent killer* karena pada sebagian besar kasus tidak menunjukkan tanda dan gejala apapun, sehingga penderita tidak mengetahui jika dirinya terkena hipertensi (Lisiswanti et al., 2019). Prevalensi hipertensi menurut catatan *World Health Organization* (WHO), Diperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi, sebagian besar (dua pertiga) tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah, WHO juga memperkirakan Prevalensi hipertensi akan terus meningkat, dan diprediksi pada tahun 2025 sebanyak 29% orang dewasa di seluruh dunia menderita hipertensi (World Health Organization, 2023).

Berdasarkan Risesdas (2018) prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia 18 tahun sebesar 34,1%, tertinggi di Kalimantan Selatan (44,1%), sedangkan terendah di Papua sebesar (22,2%). Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%). Dari prevalensi hipertensi sebesar 34,1% diketahui bahwa sebesar 8,8% terdiagnosis hipertensi dan 13,3% orang yang terdiagnosis hipertensi tidak minum obat serta 32,3% tidak rutin minum obat. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar penderita Hipertensi tidak mengetahui bahwa dirinya Hipertensi sehingga tidak mendapatkan pengobatan(Risesdas,2018).

Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 120 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 80 mmHg. Hipertensi

sering menyebabkan perubahan pada pembuluh darah yang dapat mengakibatkan semakin tingginya tekanan darah (Muttaqin, 2019).

Penyebab pasti dari hipertensi esensial sampai saat ini masih belum dapat diketahui. Berbagai faktor diduga turut berperan sebagai penyebab hipertensi primer, seperti bertambahnya umur, stress psikologis, dan hereditas (keturunan). Hipertensi sekunder hipertensi yang penyebabnya dapat diketahui, antara lain kelainan pembuluh darah ginjal, gangguan kelenjar tiroid (hipertiroid), penyakit kelenjar adrenal (hiperaldosteronisme), dan lain sebagainya (Apriliana, et al 2021).

Masalah utama yang sering dialami oleh penderita hipertensi yaitu nyeri kepala belakang. Nyeri kepala pada Klien hipertensi disebabkan oleh kerusakan vaskuler pada seluruh pembuluh *perifer*. Perubahan arteri kecil dan *arteola* menyababkan penyumbatan pembuluh darah, yang mengakibatkan aliran darah akan terganggu. Sehingga suplai oksigen akan menurun dan peningkatan karbondioksida kemudian terjadi *metabolisme anaerob* di dalam tubuh mengakibatkan peningkatkan asam laktat dan menstimulasi peka nyeri kapiler pada otak. Akibat dari suhu tubuh yang mengalami kenaikan dapat mengakibatkan gangguan *metabolisme* otak, keseimbangan sel otak menjadi terganggu, Gangguan keseimbangan sel otak bisa mengakibatkan otak menjadi kaku sehingga mengakibatkan kejang demam (Dismiantoni, 2019). Pengobatan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologis dan non farmakologis. Pengobatan farmakologis merupakan pengobatan dengan menggunakan obat-obatan yang dapat membantu menurunkan serta menstabilkan tekanan darah. Selain efek yang menguntungkan, efek samping yang mungkin

timbul adalah sakit kepala, pusing, lemas, dan mual. Oleh karena itu, alternatif yang tepat untuk mengurangi tekanan darah tanpa ketergantungan obat dan efek samping adalah dengan menggunakan non farmakologis (Babesari, 2020).

Relaksasi akan merangsang Tindakan mandiri merupakan rangkaian tindakan yang dapat dilakukan oleh perawat dalam rangka mengatasi masalah Klien dan berdasarkan aspek legal etis mendapatkan perlindungan berdasarkan perundang-undangan. Salah satu tindakan mandiri dalam mengurangi nyeri dikepala secara nonfarmakologis dapat dilakukan dengan cara terapi murottal Al-Qur'an (Dewi, 2021). Suara dapat menurunkan hormone-hormon stres, mengaktifkan hormone endorphin alami, meningkatkan perasaan rileks, dan mengalihkan perhatian dari rasa takut, cemas, dan tegang, memperbaiki sistim kimia tubuh sehingga menurunkan tekanan darah serta memperlambat pernafasab, detak jantung, denyut nadi, dan aktifitas gelombang otak. Laju pernafasan yang lebih dalam atau lebih lamabat tersebut sangat baik menimbulkan ketenangan, kendali emosi pemikiran yang lebih dalam dan *metabolisme* yang lebih baik. Sehingga mempunyai efek relaksasi jika di perdengarkan pada Klien yang sedang dalam perawatan di rumah sakit (Juksen, 2020).

Masalah yang terjadi di lahan praktik menunjukkan bahwa klien dengan hipertensi yang datang ke ruang rawat inap memiliki riwayat hipertensi yang cukup lama, bahkan ada yang sudah lebih dari 10 tahun. Klien yang mengalami hipertensi ini sering kali menderita karena komplikasi dari penyakit lain yang tidak terkontrol, sehingga menyebabkan kekambuhan (Buranakitjaroen, 2020). Berdasarkan data di ruang rawat inap Mawar Kuning, diagnosa klien hipertensi dari bulan Januari hingga Februari 2022 berjumlah 228 orang yang terkena hipertensi (Data Laporan Klien Ruang Rawat Inap Mawar Kuning di RSUD Sidoarjo Tahun 2023).

Masalah ini menunjukkan pentingnya pengelolaan hipertensi yang efektif dan pencegahan komplikasi terkait. Pengelolaan yang tidak memadai dapat menyebabkan kekambuhan dan peningkatan angka kasus, seperti yang terlihat pada data dari ruang rawat inap Mawar Kuning. Hal ini menggarisbawahi kebutuhan akan intervensi yang lebih baik dan lebih holistik dalam menangani klien dengan hipertensi, termasuk pendekatan non-farmakologi seperti terapi relaksasi atau murottal Al-Quran, yang telah terbukti efektif dalam beberapa studi untuk

membantu menurunkan tekanan darah dan meningkatkan kesejahteraan klien.

2 Hasil dan Pembahasan

Pengkajian

Pada tahap pengumpulan data, penulis tidak mengalami kesulitan karena telah mengadakan perkenalan dan menjelaskan maksud penelitian yaitu untuk melaksanakan asuhan keperawatan pada klien. Hal ini membuat klien terbuka, mengerti, dan kooperatif selama proses pengkajian. Berdasarkan data hasil pengkajian, pasien berusia 45 tahun mengeluhkan nyeri di bagian kepala belakang. Pemeriksaan fisik menunjukkan bahwa kondisi umum pasien cukup baik dengan kesadaran composmentis dan GCS 4-5-6. Tanda-tanda vital pasien adalah tekanan darah 160/80 mmHg, nadi 88 x/menit, suhu 36,5°C, pernapasan 20 x/menit, berat badan 70 kg, dan tinggi badan 160 cm.

Tekanan darah tinggi atau hipertensi merupakan kondisi medis yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah melebihi batas normal. Hipertensi didefinisikan sebagai keadaan di mana tekanan sistolik secara terus-menerus berada di atas 140 mmHg dan/atau tekanan diastolik di atas 90 mmHg. Menurut data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2015), hipertensi adalah penyakit tertinggi yang diderita oleh lansia. Tanda dan gejala yang umum terjadi pada penderita hipertensi antara lain pusing, lemas, kelelahan, dan sering merasa gelisah. Dalam kasus ini, klien juga mengeluhkan nyeri lutut di kaki kanan dan kiri.

Penulis menyimpulkan bahwa hasil pengkajian pada klien hipertensi ini sesuai dengan teori yang ada. Klien mengalami gejala-gejala yang lazim ditemukan pada penderita hipertensi, seperti pusing dan nyeri kepala. Tanda-tanda vital yang menunjukkan tekanan darah tinggi mendukung diagnosa hipertensi. Selain itu, gejala tambahan seperti nyeri lutut dapat disebabkan oleh komplikasi atau kondisi medis lain yang menyertai hipertensi.

Penulis juga mencatat bahwa klien telah mengalami hipertensi dalam jangka waktu yang cukup lama, bahkan lebih dari 10 tahun. Riwayat hipertensi yang panjang ini memperbesar risiko komplikasi dan kekambuhan, terutama jika penyakit lain yang mendasari tidak terkontrol

dengan baik. Data dari ruang rawat inap Mawar Kuning menunjukkan bahwa dari bulan Januari hingga Februari 2022, terdapat 228 orang yang didiagnosis dengan hipertensi. Hal ini menunjukkan prevalensi yang tinggi dan pentingnya pengelolaan yang efektif.

Melalui pengumpulan data yang komprehensif, penulis mampu mengidentifikasi kebutuhan klien secara lebih spesifik. Pengelolaan hipertensi yang efektif memerlukan pendekatan yang holistik, termasuk intervensi non-farmakologi seperti terapi relaksasi atau murottal Al-Quran, yang telah terbukti efektif dalam beberapa studi untuk menurunkan tekanan darah dan meningkatkan kesejahteraan klien. Dengan demikian, penulis menegaskan pentingnya pendekatan yang terintegrasi dalam penanganan hipertensi untuk mengurangi komplikasi dan meningkatkan kualitas hidup pasien.

Diagnosa Keperawatan

Berdasarkan data hasil diagnosa keperawatan, diagnosa yang diangkat adalah Nyeri Akut (D. 0077). Menurut Tim Pokja SDKI DPP PPNI (2017), hipertensi merupakan penyakit yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah melebihi normal. Dalam menegakkan diagnosa ini, terdapat kriteria mayor dan minor yang harus dipenuhi. Kriteria mayor adalah tanda dan gejala yang ditemukan sekitar 80% hingga 100% untuk validasi diagnosa, yaitu pasien tampak meringis, bersikap protektif (misalnya, waspada atau menghindari posisi yang menyebabkan nyeri), gelisah, frekuensi nadi meningkat, dan mengalami kesulitan tidur. Kriteria minor adalah tanda dan gejala yang tidak harus selalu ditemukan tetapi dapat mendukung penegakan diagnosa. Kriteria minor ini meliputi tekanan darah yang meningkat, pola napas yang berubah, nafsu makan yang berubah, proses pikir yang terganggu, menarik diri, dan fokus yang berlebihan pada diri sendiri.

Berdasarkan hasil pengkajian keperawatan yang telah dilakukan, peneliti dapat menegakkan diagnosa keperawatan pada hipertensi sesuai dengan panduan dari Tim Pokja SDKI DPP PPNI (2019). Diagnosa keperawatan yang muncul pada Tn. D adalah Nyeri Akut (D. 0077). Diagnosa ini ditetapkan setelah mengidentifikasi tanda dan gejala yang sesuai dengan kriteria mayor dan minor. Tanda dan gejala mayor seperti tampak meringis, bersikap protektif,

gelisah, frekuensi nadi yang meningkat, dan kesulitan tidur, ditemukan pada Tn. D, sementara beberapa tanda dan gejala minor juga mendukung diagnosa tersebut. Dengan demikian, penetapan diagnosa Nyeri Akut pada Tn. D berdasarkan hipertensi yang dialaminya telah didukung oleh bukti klinis yang sesuai.

Implementasi Keperawatan

Implementasi keperawatan pada klien sudah diberikan sesuai dengan intervensi yang ada, yang membedakan hanya pemberian terapi medis yaitu Amlodipin dan ibuprofen, terapi Non-farmakologi dengan teknik relaksasi otot progresif. Dari hasil yang didapatkan sebelum dilakukan terapi non-farmakologi dengan Teknik relaksasi otot progresif Tn.D merasakan nyeri dibagian kepala belakang dengan skala sedang dan didapat rata-rata tekanan darah pada Tn.D sebelum diberikan intervensi non-farmakologi relaksasi otot progresif yaitu systole 160 mmHg dan diastole 80 mmHg. Sesudah dilakukan terapi non-farmakologi dengan Teknik relaksasi otot progresif Tn.D mengatakan nyeri menurun dan rata-rata tekanan darah setelah diberikan intervensi relaksasi otot progresif yaitu sistole 120 mmHg dan diastole 90 mmHg, dari hasil tersebut didapatkan rata-rata tekanan darah pada Tn.D mengalami penurunan. maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara nyeri dan tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan sesudah diberikan intervensi non-farmakologi dengan relaksasi otot progresif pada Tn.D. Keunggulan dari terapi murottal Al Qur'an ini dibuktikan pada penelitian yang dilakukan oleh (Habibi, 2020) yang mengatakan bahwa ada pengaruh terapi terapi murottal Al Qur'an terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Desa Kadipuro Kecamatan Banjarsari Kabupaten Solo. Hasil yang sama juga diperlihatkan dalam penelitian yang dilakukan oleh (Fitriyatun, 2022). yang mengatakan relaksasi otot progresif efektif dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

Menurut opini peneliti, implementasi yang diberikan pada Tn.D yaitu mengidentifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, intensitas nyeri, mengidentifikasi skala nyeri, mengidentifikasi respons nyeri non verbal, mengidentifikasi factor yang memperberat dan memperringankan nyeri, memberikan Teknik non-farmakologi untuk mengurangi rasa nyeri, mengontrol lingkungan yang memperberat nyeri, memberikan fasilitasi istirahat dan tidur, menjelaskan penyebab, periode, dan pemicu

nyeri, menjelaskan strategi meredakan nyeri, menganjurkan monitor nyeri secara mandiri, menajarkan Teknik non-farmakologi Teknik relaksasi otot progresif.

Evaluasi Keperawatan

Dari evaluasi selama 3 hari, dapat disimpulkan dengan masalah keperawatan Nyeri Akut (D. 0077). teratasi sebagian ditandai dengan klien mengatakan bahwa nyeri klien terlihat tenang dan tidak meringis lagi. Setelah diberikan farmakologi dan non-farmakologi tekanan darah klien di hari ke 3 sudah menurun dengan kesadaran composmentis, GCS 4-5-6, tekanan darah:120/90mmHg, pernafasan: 20xpermenit, nadi: 28xpermenit.

Dari hasil evaluasi didapatkan sebelum dilakukan terapi non-farmakologi dengan Teknik relaksasi otot progresif Tn.D merasakan nyeri dibagian kepala belakang dengan skala sedang dan didapat rata-rata tekanan darah pada Tn.D sebelum diberikan intervensi non-farmakologi relaksasi otot progresif yaitu systole 160 mmHg dan diastole 80 mmHg. Sesudah dilakukan terapi non-farmakologi dengan Teknik relaksasi otot progresif Tn.D mengatakan nyeri menurun dan rata-rata tekanan darah setelah diberikan intervensi relaksasi otot progresif yaitu sistole 120 mmHg dan diastole 90 mmHg, dari hasil tersebut didapatkan rata-rata tekanan darah pada Tn.D mengalami penurunan. maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara nyeri dan tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan sesudah diberikan intervensi non-farmakologi dengan relaksasi otot progresif pada Tn.D.

Menurut Siatava (2017), evaluasi memuat cerita/catatan keberhasilan proses dan tindakan keperawatan. Keberhasilan proses dapat dilihat dengan jalan membandingkan antara proses dengan pedoman/rencana proses tersebut. Sedangkan keberhasilan tindakan dapat dilihat dengan membandingkan antara tingkat kemandirian pasien dalam kehidupan sehari-hari dan tingkat kemajuan kesehatan pasien dengan tujuan yang telah dirumuskan sebelumnya.

Kriteria hasil yang ingin dicapai pada nyeri akut yaitu keluhan nyeri menurun, meringis menurun, sikap protektif menurun, gelisah menurun, kesulitan tidur menurun, frekuensi nadi membaik (D. 0077) ditemukan, namun dapat mendukung penegakan diagnosis yaitu tekanan darah meningkat, pola nafas berubah, nafsu makan berubah, proses pikir terganggu, menarik diri, berfokus pada diri sendiri.

Berdasarkan hasil pengkajian keperawatan yang telah dilakukan peneliti dapat menegaskan diagnose keperawatan pada Hipertensi. diagnosa keperawatan yang muncul pada Ny.S yaitu Nyeri Akut (D. 0077).

Intervensi Keperawatan

Berdasarkan data hasil intervensi keperawatan, intervensi yang akan diberikan kepada partisipan dengan Nyeri Akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis ditandai dengan tanda mayor tampak meringis, sulit tidur dan gelisah sedangkan tanda minor tekanan darah meningkat (D.0077). Tujuan yang diharapkan setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 3x24 jam dengan kriteria hasil keluhan nyeri menurun, meringis menurun, sikap protektif menurun, gelisah menurun, kesulitan tidur menurun, frekuensi nadi membaik. Dan konsentrasi membaik dengan memberikan Teknik Otot Progresif (peregangan otot). Terapi murottal Al Quran adalah terapi bacaan Al Quran yang merupakan terapi religi dimana seseorang dibacakan ayat-ayat Al Quran selama beberapa menit atau jam sehingga memberikan dampak positif bagi tubuh seseorang. Berdasarkan penelitian yang dilakukan

Relaksasi Otot Progresif adalah latihan terinstruktur yang meliputi pembelajar untuk mengerutkan dan merilekskan kelompok otot. secara sistemik dimulai dengan kelompok otot wajah dan berakhir pada otot kaki. Tindakan ini biasa memerlukan waktu 10-15 menit dapat disertai dengan intruksi yang mengarahkan individu untuk individu memperhatikan kelompok otot direlaksasikan. Manfaat teknik relaksasi progresif bagi pasien diantaranya mengurangi ketegangan dan kecemasan.

Hasil penelitian lain didukung oleh Risnawati. (2019), di dapatkan hasil bahwa dengan terapi murottal Al-Qur'an terbukti tekanan darah pada penderita hipertensi dapat menurun. Penelitian lain oleh Heni (2020) juga menunjukkan adanya penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi essensial dengan dilakukannya terapi murottal Al-Qur'an.

Menurut opini peneliti, Teknik Relaksasi Otot Progresif dapat menurunkan tekanan darah tinggi dan nyeri akut pada klien. intervensi yang diberikan pada pasien Ny.S dengan hipertensi sudah sesuai dengan teori SOP yaitu memberikan teknik relaksasi otot progresif setiap hari selama 10-15 menit

3 Kesimpulan

Berdasarkan data pengkajian diatas didapatkan data keluhan utama klien dengan hipertensi. Dan klien sering sakit kepala dibagian belakang dan nyeri dikaki sebelah kiri seperti kesemutan dan cekot-cekot, klien merasa tidak nyaman dengan keadaan klien saat ini. Pada pemeriksaan tanda-tanda vital ditemukan Tekanan Darah: 160/80mmHg, Pernafasan: 22xpermenit, Suhu: 36,5 °C, Nadi: 88xpermenit.

Penulis ngangkat diagnose keperawatan Nyeri Akut berhubungan dengan agen pencedera fisik ditandai dengan tanda mayor tampak meringis, sulit tidur dan gelisah sedangkan tanda minor tekanan darah meningkat (D.0077). Hasil penelitian ynung dilakukan oleh Siti Eka Yanti (2020) terhadap 20 lansia perempuan dengan hipertensi esensial di Puskesmas Simpang Ilawal Kota Jambi didapatkan adanya perbedaan penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik dengan p-Value - 0.000 (P< 0,05) (Siti Eka Yanti, 2020).

Menurut SDKI (PPNI, 2017), intervensi yang dilakukan pada klien dengan hipertensi dan nyeri akut melibatkan berbagai langkah komprehensif. Langkah-langkah tersebut mencakup identifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, dan intensitas nyeri. Selain itu, penting juga untuk mengidentifikasi skala nyeri, respons nyeri non-verbal, serta faktor-faktor yang memperberat dan memperingankan nyeri. Pemahaman tentang pengetahuan dan keyakinan pasien mengenai nyeri sangat penting untuk membantu mereka mengelola nyeri dengan lebih efektif. Pemantauan keberhasilan terapi komplementer yang sudah diberikan juga diperlukan. Intervensi ini mencakup pemberian teknik non-farmakologi untuk mengurangi rasa nyeri, kontrol terhadap lingkungan yang memperberat nyeri, serta fasilitasi istirahat dan tidur. Penjelasan mengenai penyebab, periode, dan pemicu nyeri, serta strategi untuk meredakan nyeri harus diberikan kepada pasien. Pasien juga dianjurkan untuk memonitor nyeri secara mandiri dan diajarkan teknik non-farmakologi. Kolaborasi dalam pemberian analgesik, jika diperlukan, merupakan bagian dari intervensi ini. Kesimpulannya, pendekatan komprehensif

dalam menangani nyeri akut pada pasien hipertensi sangat penting untuk memastikan manajemen nyeri yang efektif. Langkah-langkah ini dimulai dari identifikasi dan penilaian nyeri yang mendetail, baik secara verbal maupun non-verbal. Penerapan teknik non-farmakologi, kontrol lingkungan, dan edukasi pasien mengenai nyeri serta strategi untuk mengelolanya adalah bagian integral dari intervensi. Dengan melibatkan pasien dalam pemantauan dan pengelolaan nyeri, serta kolaborasi dalam pemberian analgesik sesuai kebutuhan, diharapkan nyeri dapat dikelola dengan optimal. Pendekatan holistik ini tidak hanya bertujuan untuk meredakan nyeri secara efektif tetapi juga untuk meningkatkan kualitas hidup pasien secara keseluruhan, memungkinkan mereka untuk menjalani kehidupan sehari-hari dengan lebih nyaman dan produktif.

4 Referensi

- Amelia, S., Kartika, I. R., Apriliani, Y., & Kesehatan, F. (2019). Efektifitas Terapi Musik Klasik dan Murottal Al-Quran terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi.
- Apriliani1, 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).
- Azizah, A. R., Raharjo, A. M., Kusumastuti, I., Abrori, C., & Wulandari, P. (2021). Risk Factors Analysis of Hypertension Incidence at Karangtengah Public Health Center. *Journal of Agromedicine and Medical Sciences*. 2021, 7(3), 136-140. <https://doi.org/10.19184/ams.v7i3.2397>
- Hartiningsih, S. N., Nurhayati, P., Oktavianto, E., Setyorini, A., Surya, S., Yogyakarta, G., & Selatan, J. R. (2022). Terapi Murottal Berpengaruh Terhadap Tekanan Darah Dan Kecemasan Pada Lansia Penderita Hipertensi. [Http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP](http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP)

<https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.435>

Juksen, L., Aryanto, E., Keraman, B., & Studi Ilmu Keperawatan STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu, P. (2020). Pengaruh Terapi Murottal Surat Al-Kahfi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Yang Mengalami Hipertensi Di Panti Sosial Tresna Werdha Pagar Dewa Kota Bengkulu Abstract: The Effects of Al-Kahfi Murottal Therapy on Blood Pressure Decreasing in Elderly People Who Have Hypertension in Social Institution of Tresna Werdha Pagar Dewa in Bengkulu (Vol. 2).

Kadir Bagian, A., Faal, I., Kedokteran, F., Wijaya, U., & Surabaya, K. (2021). Hubungan Patofisiologi Hipertensi Dan Hipertensi Renal. In Ilmiah Kedokteran (Vol. 5).

World Health Organization. (2023). <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension.WHO>

Riskesmas. (2021). *Prevalensi Hipertensi* <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilismedia/20210506/3137700/hipertensi-penyebab-utama-penyakit-jantung-gagal-ginjal-dan-stroke>.

Muttaqin, Arif. 2020. Buku Ajar Asuhan Keperawatan Klien Dengan Gangguan Sistem Pernafasan. Jakarta : Salemba Medika

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)

Kemendes. (2018). Health Statistics. In Science as Culture (Vol. 1, Issue 4). <https://doi.org/10.1080/09505438809526230>

Lisiswanti, R., Nur, D., & Dananda, A. (2021). Upaya Pencegahan Hipertensi (Vol. 5, Issue 3).

Widasmara, D., Sanata, P., & Tamadi, V. R. (2020). Hubungan Antara Prestasi Belajar Dengan Skabies Pada Santriwati Di Pondok Pesantren an-Nur 2 Putri Al-Murtadlo, Malang. *Majalah Kesehatan*, 7(2), 118–125.

<https://doi.org/10.21776/ub.majalahkesehatan.2020.07.02.6>

fact-sheets/detail/hypertension. WHO.

Yusrizal, M., Indarto, D., & Akhyar, M. (2021). Risk of Hypertension in Adolescents with Over Nutritional Status in Pangkalpinang, Indonesia. *Multilevel Analysis on the Bio-Psychosocial and Environment Factors Affecting the Risk of Pneumonia in Infants*, 01(01), 27–36. <https://doi.org/10.26911/jepublichealth.2021.01.01.04>

Erthiana. (2019). Hubungan motivasi kerja perawat dengan ketepatan pengisian dokumentasi asuhan keperawatan di Ruang Rawat inap RSUD Buntok. <http://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JMK/article/view/950/1002>

Aminuddin, Sudarman, Y., & Syakib, M. (2020). Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Setelah Diberikan Terapi Akupresur. *Jurnal Kesehatan Manarang*, 6(1), 57– 61. Retrieved from <http://jurnal.poltekkesmamuju.ac.id/index.php/m>

Dafriani, P., & Prima, B. (2019). Pendekatan Herbal Dalam Mengatasi Hipertensi. <https://doi.org/10.31227/osf.io/x6mbn>

Nurarif & Kusuma, 2021 Hubungan Pengetahuan Penderita Hipertensi Dengan Kepatuhan Minum Obat di Poli Penyakit Dalam RSUP H. Adam Malik Tahun 2019. *Journal of Chemical Information and Modeling*

Ismalia, N., & Zuraida, R. 2021. Efek Tomat (*Lycopersion esculentum* Mill) dalam Menurunkan Tekanan Darah Tinggi. *Jurnal Majority*, 5(4), 107-111.

Handayani. 2022. Pengaruh Terapi Murottal Al Qur'an untuk penurunan Nyeri Persalinan dan Kecemasan pada Ibu Bersalin Kala I fase Aktif. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, Vol 5 No. 2 Edisi Desember 2022. hal 1-15

Al-Malawi, Romadhon. 2021. The Living Qur'an Ayat-ayat Pengobatan untuk Kesembuhan Berbagai Penyakit. Yogyakarta: Araska

I-Kaheel, A., D. (2019). Pengobatan Qur'ani Manjurnya Berobat dengan Al Qur'an. Jakarta : Amzah.

- Heni, & Syifaa, A. N. (2021). Pengaruh Terapi Murotta IAI-Qur'an Surah ArRahman terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi. *EJournal STIKES YPIB Majalengka*, 41 - 54 .
- Apriliani1, 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).
- Apriliani, A.L. 2022, 'Terapi Murottal dan Hidroterapi Rendam Kaki Air Hangat Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Wilayah Sronдол Kulon', *Jurnal Universitas Muhammadiyah Surakarta*, vol. 1, no. 1.
- Hidayati. (2021). Kajian Sistematis Terhadap Faktor Risiko Hipertensi di Indonesia A Systematic Review on Hypertension Risk Factors in Indonesia. In *Journal of Health Science and Prevention* (Vol. 2, Issue 1)
- Husada, S., Riview, L., & Puspitasari, P. N. (2020). Hubungan Hipertensi Terhadap Kejadian Stroke Association Between Hypertension and Stroke Artikel info Artikel history. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.435>
- Irawan, D., Siwi, A. S., & Susanto, A. (2020). Analisis Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Kejadian Hipertensi. In *Jurnal of Bionursing* (Vol. 3, Issue 2).
- Kemenkes. (2021). Health Statistics. In *Science as Culture* (Vol. 1, Issue 4). <https://doi.org/10.1080/09505438809526230>
- Lisiswanti, R., Nur, D., & Dananda, A. (2019). Upaya Pencegahan Hipertensi (Vol. 5, Issue 3).
- Sinaga, J., & Sembiring, E. (2021). Self Efficacy dan Gaya Hidup Pasien Hipertensi. In *Jurnal Kesehatan* (Vol. 9, Issue 3). Online. <http://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JK>
- Azam, M. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Tidak Terkendali Pada Penderita Yang Melakukan Pemeriksaan Rutin. *Public Health Perspective Journal*, 1(1), 12–20
- Dismiantoni, N., Triswanti, N., & Kriswiastiny, R. (2019). Hubungan Merokok Dan Riwayat Keturunan Dengan Kejadian Hipertensi Relationship between Smoking and Hereditary History with Hypertension Artikel info Artikel history. Juni, 11(1), 683036<https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.214>
- David dan Yerizal. (2021). Anatomi dan fisiologi kompleks mitral. *Jurnal Kesehatan Andalas*. Vol.7
- Haryani, S., & Misniarti. (2020). Efektifitas Akupresur dalam Menurunkan Skala Nyeri Pasien Hipertensi Diwilayah Kerja Puskesmas Perumnas. *Jurnal Keperawatan Raflesia*, 2(1), 21–30. <https://doi.org/10.33088/jkr.v2i1.491>
- Imelda, I., Sjaaf, F., & Puspita, T. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Air Dingin Lubuk Minturun. *Health & Medical Journal*, 2(2), 68–77. <https://doi.org/10.33854/heme.v2i2.532>
- Kaplan, N. M., & Victor, R. G. (2020). Kaplan's clinical hypertension: Eleventh edition. In *Kaplan's Clinical Hypertension: Eleventh Edition*.
- Yonata, A., & Pratama, A. S. P. 2020. Hipertensi sebagai faktor pencetus terjadinya stroke. *Jurnal Majority*, 5(3), 17-21
- Alivian, G. N. (2020). Pengaruh Light Massage dan Murottal Terhadap Perubahan Hemodinamik pada Pasien dengan Gagal Jantung di RSUD Prof. Dr. Margono Soekardjo Purwokerto (Doctoral dissertation, Universitas Airlangga)
- Erlina & Raharjo, S. B. (2021). Terapi Murottal Surat Ar-Rahman Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Rsdzda Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*.
- Fitria, R. L. (2021). Pengaruh Murottal Al-Qur'an Surah Arrahman Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Intradialisis. *Repository Unimus*.
- Sudarsono, E. K. R., dkk (2019). Peningkatan Pengetahuan Terkait Hipertensi Guna Perbaikan Tekanan Darah pada Pemuda di

- Dusun Japanan, Margodadi, Seyegan, Sleman, Yogyakarta. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (Indonesian Journal of Community Engagement)*, 3(1), 26–38. <https://doi.org/10.22146/jpkm.25944>
- Sundari, L., & Bangsawan, M. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi. *Jurnal Keperawatan*, 11(2), 216–223.
- Adrian, S. J. 2019. Hipertensi Esensial: Diagnosis dan Tatalaksana Terbaru pada Dewasa. *Cermin Dunia Kedokteran*, 46(3), 172-178
- Azhari, M. H. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Makrayu Kecamatan Ilir Barat II Palembang. *Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(1), 23–30. Retrieved from <http://ejournal.stikesaisyah.ac.id/index.php/leja>
- radono, J. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Hipertensi Di Daerah Perkotaan. *Gizi Indonesia*, 33(1), 59–66.
- Nuraini B, 2020, Risk Factors Of Hypertension, diakses tanggal 12 September 2019 (<http://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/602>)
- Handayani, T. W., & Asnindari, L. N. 2019. Studi Komparasi Pemberian Jus Semangka Dan Jus Belimbing Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Dusun Gamping Kidul Sleman Yogyakarta
- Abdurrachman Dkk. 2021. Murottal Al-Qur'an: Alternatif Terapi Suara Baru. Universitas Lampung. Seminar Nasional Sains Dan Teknologi-Ii Universitas Lampung
- Nurjamiah, (2019). Aplikasi Terapi Murottal Al-Qur'an dalam Askep Pasien Pre Operasi Fraktur dengan Kecemasan. Prodi Ners Fakultas Keperawatan. Univesitas Sumatera Utara Medan
- Risnawati. 2019. Efektif Murottal Dan Terapi Music Terhadap Tingkat Kecemasan, Uin Alaudin Makassar.
- Laras, P., Hasneli, Y., & Ernawati, J. (2020). Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Dan Murottal Al-Qur'an Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Primer. *JOM, Vol.2(No.2)*.
- Hanifullah, Jahdan. 2020. Perbedaan Efektifitas Terapi Musik Religi dan Murottal Al-Qur'an terhadap Kecemasan karena Kematian pada Lansia. Purwokerto: Skripsi tidak diterbitkan.
- Lestari, Dian. 2020. Pengaruh Terapi Murottal terhadap Tingkat Kecemasan Pasien dengan Penyakit Jantung Koroner di Ruang ICCU RSUD Dr. Soedarso Pontianak. Pontianak:Jurnal Tidak Diterbitkan.
- I-Kaheel, A., D. (2020). Pengobatan Qur'ani Manjurnya Berobat dengan Al Qur'an. Jakarta : Amzah.
- Suwardi, A. R., & Rahayu, D. A. (2019). Efektifitas Terapi Murottal terhadap Penurunan Tingkat Nyeri pada Pasien Kanker. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 7(1), 27-32.
- Al-Kaheel, A., D. (2020). Pengobatan Qur'ani Manjurnya Berobat dengan Al Qur'an. Jakarta : Amzah.
- Alivian, G. N. (2021). Pengaruh Light Massage dan Murottal Terhadap Perubahan Hemodinamik pada Pasien dengan Gagal Jantung di RSUD Prof. Dr. Margono Soekardjo Purwokerto (Doctoral dissertation, Universitas Airlangga)
- Rachmania, D. (2019). Pengembangan Instrument Diagnosis & Intervensi Keperawatan Berbasis Standardized Nursing Language . *Jurnal Ners*, 11(2), 157-163
- Sanjaya, H. (2021). Pengaruh Kompetensi Dan Motivasi Terhadap Kinerja Perawat Pada Dokumentasi Asuhan Keperawatan Di Ruang Rawat Inap Rsu Wisata Universitas Indonesia Timur Makassar. 1(2), 446-461
- Bebasari, E., & Nugraha, D. P. (2020). Perbandingan Indeks Massa Tubuh Pada Pasien Hipertensi Dengan Tekanan Darah Yang Terkontrol dan Tidak Terkontrol di RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau. *Jurnal Ilmu Kedokteran*, 11(2), 30. <https://doi.org/10.26891/jik.v11i2.2017.30-33>
- Dewi (2021) 'Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Persepsi Nyeri

Pada Lansia Dengan Arthritis Reumatoid', *The Soedirman Journal of Nursing*), 4(2).

Buranakitjaroen, P., Wanthong, S(2020). Asian management of hypertension: Current status, home blood pressure, and specific concerns in Thailand. *Clinical Hypertension*.