

PENGARUH MEMBACA AL-QURAN TERHADAP TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI DI POSYANDU LANSIA PUNDUNG GAMPING SLEMAN YOGYAKARTA

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan Guna Melengkapi Sebagian Syarat Mencapai Gelar Sarjana Pada
Program Studi Ilmu Keperawatan di Universitas 'Aisyiyah
Yogyakarta



Disusun oleh:
RIA RIZKI SAHPUTRI
201310201048

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS AISYIYAH
YOGYAKARTA
2017**

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH MEMBACA AL-QURAN TERHADAP TEKANAN
DARAH PENDERITA HIPERTENSI DI POSYANDU LANSIA
PUNDUNG GAMPING SLEMAN YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI

**Disusun oleh:
RIA RIZKI SAHPUTRI
201310201048**

Telah disetujui oleh pembimbing

Pada tanggal:



Pembimbing,

Edy Suprayitno, M.Kep.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirobbil'alamin, puji syukur kehadiran Allah SWT, karna rahmat dan hidayah-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Pengaruh Membaca Al-Qur'an Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Posyandu Pundung Gamping Sleman Yogyakarta".

Skripsi ini dibuat sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan pada Program Pendidikan Ners-Program Studi Ilmu Keperawatan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. Dalam proses penyusunan skripsi ini, peneliti menerima banyak dukungan, bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini peneliti menyampaikan terima kasih kepada

1. Ibu Warsiti, S.Kp., Sp.Mat. selaku Rektor Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.
2. Ibu Ismawarti, S.K.M., S.S.T.,M.P.H. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta yang telah memfasilitasi seluruh mahasiswa dalam penyelesaian proposal penelitian.
3. Bapak Ruhyana, MAN. Selaku ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta yang telah memberikan motivasi dalam penyelesaian proposal penelitian.
4. Bapak Edy Suprayitno, M.Kep. selaku pembimbing dalam pembuatan proposal penelitian ini.
5. Ibu Diyah Candra A.K, M.Sc. selaku penguji yang telah berkenan menyempatkan diri untuk menguji dan memberikan masukan kepada penulis untuk menyempurnakan skripsi penelitian ini.
6. Seluruh dosen Program Studi Ilmu Keperawatan yang telah membagikan ilmu pengetahuannya kepada saya.
7. Teman-teman seangkatan yang selalu mendukung dan berjuang bersama-sama.

Ucapan terimakasih juga penulis tunjukkan kepada pihak-pihak lain yang tidak mungkin saya sebutkan satu persatu yang juga telah banyak memberikan dukungan dalam penulisan skripsi ini. Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan baik dalam materi maupun penulisan. Oleh karenanya, penulis mengharapkan masukan, saran dan ide untuk perbaikan skripsi penelitian.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakaatuh

Yogyakarta, 2017

Peneliti

PENGARUH MEMBACA AL-QUR'AN TERHADAP TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI DI POSYANDU LANSIA PUNDUNG GAMPING SLEMAN YOGYAKARTA¹

Ria Rizki Sahputri², Edy Suprayitno³

INTISARI

Latar Belakang: Terapi penderita hipertensi dapat diberikan secara farmakologis dan non farmakologis. Terapi non farmakologi bagi penderita hipertensi dianjurkan untuk mengurangi stres dengan berelaksasi. Membaca Al-Qur'an dapat menjadi sarana relaksasi religius yang bermanfaat untuk kesehatan.

Tujuan: Untuk mengetahui pengaruh membaca Al-Qur'an terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Posyandu Lansia Pundung, Gamping, Sleman Yogyakarta.

Metode: *Quasi experimental* dengan rancangan *nonequivalent control group pretest-posttest*, teknik pengambilan sampel *total sampling* dengan uji statistik parametrik (*independent sampel t-test*). Responden penelitian 22 orang.

Hasil: Penurunan tekanan darah sistol dan diastol pada kelompok intervensi $P\text{-value} < 0,05$ (0,000 untuk sistol) dan (0,001 untuk diastol) dan tekanan darah sistol dan diastol pada kelompok kontrol $P\text{-value} > 0,05$ (0,104 untuk sistol) dan (0,588 untuk diastol). Perbedaan nilai tekanan darah yang signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol $P\text{-value} < 0,05$ (0,000 untuk sistol) dan (0,001 untuk diastol).

Simpulan: Ada pengaruh membaca Al-Qur'an terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di posyandu lansia Pundung, Gamping, Sleman Yogyakarta.

Saran: Responden disarankan untuk melanjutkan terapi pendamping nonfarmakologi (membaca Al-Qur'an) sebagai terapi pendamping menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Kata kunci : membaca Al-Qur'an, lansia, tekanan darah, hipertensi

Kepustakaan : 31 buku (2007-2016), 8 jurnal, 7 internet

Jumlah halaman : ix, 51 halaman, 5 gambar, 8 tabel, 16 lampiran

¹Judul Skripsi

²Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

³Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

PENDAHULUAN

Lansia adalah usia yang beresiko tinggi terhadap penyakit-penyakit degeneratif, seperti penyakit jantung koroner, hipertensi, diabestes melitus, gout (rematik) dan kanker. Salah satu penyakit yang sering di alami tinggi garam atau kandungan lemak sehingga dapat berkembangnya penyakit hipertensi (Muhamad, 2012).

Hipertensi merupakan salah satu faktor paling berpengaruh sebagai penyebab penyakit jantung. Penderita penyakit jantung kini mencapai 800 juta orang di seluruh dunia. Lebih dari 10-30% penduduk dewasa di hampir semua negara mengalami penyakit hipertensi, dan sekitar 50-60% penduduk dewasa akan menjadi lebih baik bila dapat mengontrol tekanan darahnya (Adib Muhammad, 2009).

Hipertensi dapat dicegah dengan beberapa cara, antara lain dengan mengkonsumsi obat-obatan penurunan tekanan darah, pengaturan pola makan, olahraga, mengurangi stres, merokok, menghindari alkohol (Kowalsiki,2010). Konsep keperawatan holistik dapat juga digunakan untuk menurunkan tekanan darah. Keperawatan holistik tersebut terdapat empat kelompok besar modalitas penyembuhan, seperti terapi sentuhan (masase, akurpresur, refleksologi kaki

dan reiki), terapi pikiran-tubuh (relaksasi progresif, yoga, tertawa, berdoa, meditasi, imajinasi, hayati, hipnosis, dan aroma terapi), terapi pengobatan alternatif (akupuntur dan pengobatan oriental, kiropatik, pengobatan herbal, hemopati dan naturopati), dan terapi transpersonal (sentuhan terapeutik nonkontak dan doa perantara) (Kozier, Erb, Berman, dkk 2010).

Salah satu terapi komplementer yang bisa dilakukan adalah terapi yang bersumber dari Al-Qur'an. Menurut Kaheel (2013) dari berbagai pengobatan yang paling baik adalah Al-Qur'an. Al-Qur'an memiliki semua jenis program dan data yang diperlukan untuk mengobati beragam sel yang terganggu, bahkan pada jenis penyakit yang sulit untuk disembuhkan bagi kalangan medis. Pengobatan dalam Islam seharusnya sudah ada sejak 40-247 Hijriyah atau 661-861 sesudah masehi sebelum kemunculan Ibnu sina.

Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada pengaruh membaca Al-Qur'an terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Posyandu Lansia Pundung, Gamping, Sleman Yogyakarta?

Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketuinya pengaruh antara membaca Al-Qur'an terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Posyandu Lansia Pundung, Gamping, Sleman Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuinya karakteristik responden: umur, jenis kelamin, dan IMT.
- b. Diketuinya rata-rata tekanan darah sebelum dan sesudah membaca Al-Qur'an pada kelompok intervensi.
- c. Diketuinya rata-rata tekanan darah sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol yang tidak membaca Al-Qur'an.
- d. Diketuinya pengaruh tekanan darah pada kelompok intervensi.
- e. Diketuinya pengaruh tekanan darah pada kelompok kontrol.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah *Quasi Experimental Design*. Rancangan penelitian yang digunakan adalah *Nonequivalent Control Group pretest-posttest design*. Desain ini dilakukan dengan cara memberikan pretest terlebih dahulu sebelum diberikan intervensi, setelah itu diberikan intervensi, kemudian dilakukan posttest.

Pengambilan sample pada penelitian ini adalah *total sampling*.

Populasi dan sampel penelitian ini adalah Lansia yang menderita hipertensi dengan usia 46-65 tahun sebanyak 22 orang berdasarkan data yang diperoleh dari buku penimbangan lansia di Posyandu Lansia Pundung, Gamping, Sleman Yogyakarta pada 1 tahun terakhir. sampel yang digunakan pada penelitian ini yaitu 22 orang responden yang di distribusikan ke dalam 2 kelompok, masing-masing 11 orang. Penelitian ini menggunakan teknik *total sampling*, yaitu teknik penentuan sampel dengan semua anggota populasi digunakan sebagai sampel (Sugiyono, 2012).

Pada penelitian alat dan metode pengumpulan data dengan cara kerumahnya (*door to door*). Uji normalitas data pada penelitian menggunakan *Shapiro-wilk*. Rumusan ini digunakan untuk menentukan data normal atau tidak normal. Data sudah normal, maka dilakukan pengujian hipotesis dengan menggunakan uji statistik parametrik *independent sample t-test*.

HASIL PENELITIAN

1. Gambaran umum tempat penelitian

Penelitian ini dilakukan di Dusun Pundung Kecamatan Gamping Kabupaten Sleman Yogyakarta. Penelitian ini dilakukan selama 7 hari mulai tanggal 28 Maret 2017. Pengukuran untuk kelompok kontrol dilakukan pada hari pertama dan hari terakhir penelitian. Intervensi yang diberikan adalah membaca Al-Qur'an selama minimal 15 menit kepada masing-masing responden sebanyak (11 orang) yang dilakukan 1 kali sehari selama 7 hari berturut-turut pada sore hari pukul 16.00 wib.

2. Karakteristik responden

Penelitian ini dilakukan pada bulan Maret 2016 di Posyandu Lansia Pundung, Gamping Sleman Yogyakarta. Karakteristik responden meliputi:

a. Umur

Tabel 1.1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan umur

Usia (thn)	intervensi	(%)	kontrol	(%)
49-55	4	36,4	4	27,3
56-65	7	63,6	7	63,6
≥65	0	0	0	0
Total	11	100	11	100

Berdasarkan tabel 1.1 diatas dapat diketahui usia responden yang paling banyak pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol adalah lansia akhir (56-65 tahun) masing-masing dengan jumlah 7 orang (63,6%).

a. Jenis kelamin

Tabel 1.2 Distribusi frekuensi karakteristik jenis kelamin

Jenis kelamin	intervensi	(%)	kontrol	(%)
Laki-laki	1	9,1	1	9,1
Perempuan	10	90,9	10	90,9
Total	11	100	11	100

Berdasarkan tabel 1.2 frekuensi jenis kelamin terbanyak pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol adalah perempuan yaitu 10 orang (90,9%).

b. Indeks massa tubuh (IMT)

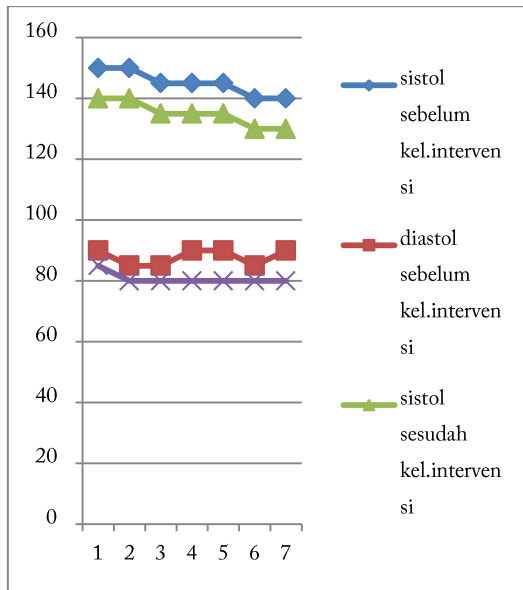
Tabel 1.3 Distribusi frekuensi IMT responden

	intervensi	(%)	kontrol	(%)
Kurus	1	9,1	3	27,3
Normal	8	72,7	8	72,7
Gemuk	2	18,2	0	0
Total	11	100	11	100

Berdasarkan tabel 1.3 responden yang memiliki IMT kurus pada kelompok intervensi yaitu 1 orang (9,1%) sedangkan pada kelompok kontrol 3 orang (27,3). Responden yang memiliki IMT normal yaitu berjumlah 8 Orang (72,7%) pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

c. Distribusi frekuensi rata-rata tekanan darah sistol dan diastol pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol

Gambar 1.1 Rata-rata tekanan darah sistol dan diastol responden sebelum & setelah intervensi pada kelompok intervensi



Berdasarkan gambar 1.1 menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah sistol sebelum dan sesudah pada kelompok intervensi mengalami penurunan sebesar 20 point yaitu dari 150 mmHg sampai 130 mmHg. Tekanan darah diastol sebelum dan sesudah mengalami penurunan sebesar 10 point dari 90 mmHg sampai 80 mmHg.

d. Hasil uji normalitas data

Tabel 1.4 Hasil uji normalitas data tekanan darah pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol

Variabel	Sig	Keterangan
Sistol intervensi	0,600	Normal
Diastol intervensi	0,889	Normal
Sistol kontrol	0,299	Normal
Diastol kontrol	0,126	Normal

Berdasarkan tabel 1.4 didapatkan bahwa hasil uji normalitas data yaitu data terdistribusi normal dengan nilai sig >0,05 yaitu (sistol dan diastol) kelompok intervensi dan (sistol dan diastol) kelompok kontrol. Berdasarkan hasil uji

normalitas data diatas maka untuk analisa data variabel kelompok intervensi dan kelompok kontrol akan dianalisis menggunakan statistik parametrik karena data terdistribusi normal.

e. Data hasil uji *paired t-test*

Tabel 1.5 Data hasil Uji *paired t-test* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol

Variabel	N	p-value
Sistol Kel.intervensi sebelum*setelah	11	0,000
Diastol Kel.intervensi sebelum*setelah	11	0,001
Sistol Kel.kontrol hari 1* hari 7	11	0,104
Diastol Kel.kontrol hari 1* hari 7	11	0,588

Berdasarkan tabel 1.5 dapat dilihat bahwa pada kelompok intervensi (sistol dan diastol) yang dihasilkan nilai P-value <0,05 (0,000<0,05 untuk sistol) dan (0,001<0,05 untuk diastol) menunjukkan bahwa H_a diterima yang artinya ada pengaruh membaca Al-Qur'an terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di Posyandu Lansia Pundung, Gamping Sleman Yogyakarta, sedangkan pada kelompok kontrol (sistol dan diastol) yang dihasilkan nilai P-value >0,05 (0,104>0,05 untuk sistol) dan (0,588>0,05 untuk diastol).

f. Data Hasil Uji *independen sampel t-test*

g. Tabel 1.6 Data hasil Uji *independen sampel t-test* antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol

Variabel		N	P-value
Sistol	Kel.intervensi* kel.kontrol	22	0,000
Diastol	Kel.intervensi * kel.kontrol	22	0,001

Berdasarkan tabel 1.5 dapat diketahui bahwa P value variabel sistol dan diastol adalah P-value <0,05 yang artinya bahwa membaca Al-Qur'an dapat menurunkan tekanan darah.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat diketahui usia responden terbanyak adalah kelompok lansia akhir (56-65 tahun) masing-masing dengan jumlah 7 orang (63,6%) dan kelompok lansia awal (49-55 tahun) masing-masing yaitu 4 orang (36,4%). kelompok lansia dipilih sebagai responden karena kelompok lansia banyak mengalami hipertensi, secara insiden usia lebih dari 55 tahun 90% memiliki resiko terserang hipertensi (Depkes, 2006).

Berdasarkan hasil penelitian jenis kelamin yang terbanyak adalah perempuan masing-masing berjumlah 10 orang (90,9%) pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Perempuan akan mengalami kenaikan resiko terserang hipertensi setelah mengalami masa menopause, hal ini dipengaruhi juga oleh masalah psikologis (Soenanto, 2009). IMT pada penelitian ini terdapat responden yang memiliki IMT gemuk,

namun sebagian normal. Orang yang obesitas telah dibuktikan memiliki kaitan erat dengan terjadinya hipertensi di kemudian hari dan daya pompa jantung. Sirkulasi volume darah penderita obesitas dengan hipertensi lebih tinggi dibandingkan dengan penderita hipertensi dengan berat badan normal (Dalmartha dkk, 2008).

Hasil tersebut menunjukkan bahwa orang yang membaca Al-Qur'an tekanan darah dapat menurun. Hal ini disebabkan karena ayat-ayat Al-Qur'an yang dibaca dapat menurunkan hormon stress, mengaktifkan hormon endorfin alami, meningkatkan perasaan rileks dan mengalihkan perhatian dan rasa takut, cemas dan tegang, memperbaiki sistem kimia tubuh sehingga menurunkan tekanan darah serta memperlambat pernapasan, detak jantung, denyut nadi, tekanan darah dan aktifitas gelombang otak. Laju pernapasan lebih dalam atau lebih lambat tersebut sangat baik menimbulkan ketenangan kendali emosi pemikiran lebih dalam dan metabolisme yang lebih baik (Abdel-Khalek, 2007).

Seseorang yang membaca Al-Qur'an sinyal akan ditangkap oleh daun telinga. Selanjutnya impuls bacaan Al-Qur'an akan diteruskan sampai ke thalamus (batang otak). Selanjutnya makna dari membaca Al-Qur'an akan memberikan efek ketenangan dalam

tubuh sebab adanya unsur meditasi, autosugesti dan relaksasi. Rasa tenang ini akan memberikan respon emosi positif yang sangat berpengaruh dalam mendatangkan persepsi positif. Persepsi positif yang di dapat dari membaca Al-Qur'an selanjutnya akan merangsang hipotalamus untuk mengeluarkan hormon endrofin. Amigdala akan merangsang pengaktifan sekaligus pengendalian saraf otonom yang terdiri dari saraf simpatis dan parasimpatis. Saraf simpatis berfungsi untuk memperlambat denyut jantung, sedangkan saraf parasimpatis sebaliknya yaitu mempercepat denyut jantung . Rangsang saraf otonom yang terkendali akan menyebabkan sekresi epinefrin dan norepineprin oleh medula adrenal menjadi terkendali pula. Terkendalnya hormon epinefrin dan norepinefrin akan menghambat pembentukan angiotensin yang selanjutnya dapat menurunkan tekanan darah (Mustamir,2009).

Hasil analisa statistik tentang pengaruh membaca Al-Qur'an terhadap penurunan tekanan darah pada lansia menunjukkan adanya penurunan tekanan darah setelah dilakukan intervensi selama 7 hari berturut-turut. Hal ini dibuktikan dengan nilai P-value yang kurang dari 0,05 yaitu ($0,000 < 0,05$ untuk sistol) dan ($0,001 < 0,05$ untuk diastol) pada uji beda dua mean tekanan darah evaluasi awal

yaitu sebelum dilakukan intervensi pada pertemuan pertama dan evaluasi akhir yaitu setelah dilakukan intervensi selama 7 hari pertemuan. sedangkan pada kelompok kontrol hasip P-value yang didapatkan lebih besar dari 0,05 yaitu ($0,104 > 0,05$ untuk sistol) dan ($0,588 > 0,05$ untuk diastol).

Hasil ini menunjukkan adanya pengaruh membaca Al-Qur'an terhadap tekanan darah pada lansia. Membaca Al-Qur'an dengan dipenuhi rasa yakin kepada Allah SWT, akan menimbulkan proses pamasrahan diri kepada Allah SWT yang akan menimbulkan kondisi rileks pada tubuh orang yang membaca. Selain itu membaca Al-Qur'an merupakan salah satu bentuk relaksasi yang disebut dengan metode relaksasi transendensi yaitu relaksasi berfokus pada frase yang diucapkan secara berulang dengan ritme yang teratur disertai kepasrahan diri kepada Allah SWT. Pada saat pengulangan frase tersebut, tubuh akan terjadi proses relaksasi yang pada dasarnya ialah mengaktifkan saraf-saraf simpatis yang akan menurunkan respon tubuh yang telah dinaikan oleh saraf simpatis (Purwanto,2006).

Pengaruh proses obat farmakologi dapat menurunkan tekanan darah dibagi menjadi dua yaitu diuretic dan inhibitor ACE. Diuretic untuk menangani efek

peningkatan volume natrium karena menurunnya fungsi ginjal. Menangani efek peningkatan volume natrium karena menurunnya fungsi ginjal dierutic bekerja dengan cara mendepelsi natrium tubuh untuk menurunkan volume darah dan menurunkan tekanan darah. Inhibitor ACE menghambat konversi angiotensi I menjadi angiotensin II. Meningkatkan output jantung dan cardiac index resistensi renovakulerlenih rendah. Menyebabkan meningkatnya eksresi natrium dalam urin menggunakan inhibitor ACE efek dari angiotensin II dapat menurunkan tekanan darah (Primadita, 2012).

SIMPULAN DAN SARAN

1. Simpulan

- a. Karakteristik responden: umur responden yang paling banyak berumur 56-65 tahun sebanyak 63,6%, umur 49-55 tahun sebanyak 36,4%. Jenis kelamin terbanyak pada perempuan sebanyak 90,9%, laki-laki sebanyak 9,1%. IMT responden yang normal sebanyak 72,7%, gemuk sebanyak 18,2%.
- b. Rata-rata tekanan darah pada kelompok intervensi sebelum dan sesudah (membaca Al-Quran) mengalami penurunan.
- c. Rata-rata tekanan darah pada kelompok kontrol yang tidak

membaca Al-Quran mengalami kenaikan.

- d. Ada pengaruh membaca Al-Quran terhadap tekanan darah pada kelompok intervensi.
- e. Ada pengaruh membaca Al-Quran terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di Posyandu lansia Pundung, Gamping, Sleman, Yogyakarta.

2. Saran

- a. Bagi ilmu pengetahuan
Penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi dalam menangani pasien hipertensi khususnya tentang perawatan hipertensi untuk menurunkan tekanan darah menggunakan terapi membaca Al-Qur'an.
- b. Bagi Pasien Hipertensi
Diharapkan hasil penelitian ini, penderita hipertensi dapat menjadikan membaca Al-Qur'an sebagai terapi pendamping nonfarmakologis sehari-hari dan sarana mendekatkan diri kepada Allah SWT.
- c. Bagi kader posyandu
Kader posyandu hendaknya mengajak dan memotivasi penderita hipertensi dan masyarakat umum untuk membaca Al-Qur'an setiap hari.

- d. Bagi perawat
Diharapkan dapat menambah pengetahuan perawat sehingga asuhan keperawatan yang dilakukan pada pasien hipertensi lebih berkualitas khususnya tentang pengaruh membaca Al-Quran terhadap penderita hipertensi.
- e. Bagi peneliti selanjutnya
Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian sejenis dan mengontrol variabel pengganggu seperti stres, asupan makanan dan obat antihipertensi.

Kowalsik, R.E.(2010). *Terapi Hipertensi: Program 8 Minggu Menurunkan Tekanan Darah Tinggi dan Mengurangi Risiko Serangan Jantung dan Stroke Secara Alami*. Bandung: Qonita.

Kozier, B, et al.(2009). *Buku Ajar Praktik Keperawatan Klinis Kozier Erb*. Jakarta: EGC

Mustamir, P.(2009). *Metode Supernol menaklukan stress*. Jakarta: Hikmah.weraw

diakses 21 Desember 2016

Purwanto, S. 2006. *Relaksasi dzikir. Suhuf vol XVII PT Gramedia Pustaka Utama Jakarta*

DAFTAR PUSTAKA

Abdel-Khalek, A. M., & Lester, D., 2007, Religiosity, Health, And Psycophatologi in Two Cultures: Kuwait and USA. *Mental Health, Religion & Culture*, 10. 537-550

Adib Muhammad, 2009. *Cara Mudah Memahami dan Menghindari Hipertensi, Jantung dan Stroke*. Dianloka Pustaka, Yogyakarta

Ade Primadita, 2012, Efektifi Tas Intervensi Terapi Musik Klasik Terhadap Stress Dalam Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa PSIK UNDIP Semarang.

Al Kaheel, A. (2013). *Pengobatan Qur'ani manjurnya berobat dengan Al-Qur'an*. Jogjakarta: Laras Media Prima.

Dalimartha, S., Basuri T., Nora S., Mahendra, Rahmay D., 2008. *Care Your Self Hipertensi*, Penebar Plus⁺, Jakarta

Depkes RI. 2006. *Pedoman Penyelenggaraan dan prosedur rekam medis Rumah Sakit di Indonesia*. Jakarta: Depkes RI