

SKRIPSI

**PENGARUH KOMBINASI TERAPI BENSON DAN MURROTAL AL-QURAN
TERHADAP TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI
DI RSUD dr. SOEHADI PRIJONEGORO SRAGEN**

Disusun Guna Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
Dalam Program Studi Keperawatan
Universitas Sahid Surakarta



Di susun oleh :
SUPRIYATI
2024121068

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS SAINS, TEKNOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA
2025**

**SURAT PERNYATAAN
ORSILITAS KARYA ILMIAH**

Saya Mahasiswa Program Studi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta
yang bertanda tangan dibawah ini :

NAMA : Supriyati

NIM : 2024121068

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul
"PENGARUH KOMBINASI TERAPI BENSON DAN MURROTAL AL-
QURAN TERHADAP TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI DI
RSUD dr. SOEHADI PRIJONEGORO SRAGEN" Adalah benar-benar karya
yang saya susun sendiri. Apabila terbukti bahwa saya melakukan tindakan
menyalin dan atau meniru tulisan karya orang lain, seolah- olah hasil pemikiran
saya sendiri, saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku di
Universitas termasuk pencabutan gelar yang saya peroleh.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan
apabila dikemudian hari terbukti melakukan kebohongan, maka saya sanggup
menanggung segala konsekuensinya.

Surakarta, 7 Juli 2025



Yang menyatakan

Supriyati

NIM. 2024121068

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai Civitas Akademik Universitas Sahid Surakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Supriyati
NIM : 2024121068
Program Studi : Keperawatan
Fakultas : Fakultas Sains, Teknologi, dan Kesehatan
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Sahid Surakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-Eksklusive Royalti Free Right*) atas skripsi saya yang berjudul : “PENGARUH KOMBINASI TERAPI BENSON DAN MURROTAL AL-QURAN TERHADAP TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI DI RSUD dr. SOEHADI PRIJONEGORO SRAGEN”.

Berhak menyimpan, mengalihkan bentuk, mengalih mediakan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat serta mempublikasikan karya ilmiah saya selam tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis (*author*) dan pembimbing sebagai *co author* atau pencipta dan sebagai pemilik hak cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya secara sadartanpa paksaan dari pihak manapun.

Surakarta, 7 Juli 2025

Yang menyatakan



Supriyati

NIM. 2024121068

LEMBAR PERSETUJUAN

**PENGARUH KOMBINASI TERAPI BENSON DAN MURROTAL
AL-QURAN TERHADAP TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI
DI RSUD dr. SOEHADI PRIJONEGORO SRAGEN**

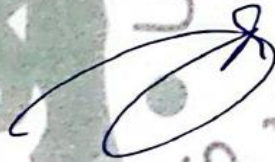
Diajukan oleh :

Supriyati

2024121068

Telah Mendapat Persetujuan Untuk Diuji

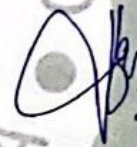
Pembimbing I



Indriyati, S.Kep., Ns., M.Psi

NIDN : 0624108702

Pembimbing II



Atik Aryani, S.Kep., Ns., M.Kep

NIDN : 0613018701

Mengetahui

Ketua Program Studi Keperawatan



Widiyono, S.Kep., Ns., M. Kep.

NIDN : 0602048902

LEMBAR PENGESAHAN

**PENGARUH KOMBINASI TERAPI BENSON DAN MUROTTAL AL-QURAN
TERHADAP TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI
DI RSUD dr. SOEHADI PRIJONEGORO SRAGEN**

Di Susun Oleh:

Supriyai
2024 121 068

Tugas akhir ini telah dipertahankan dan disahkan oleh Dosen Penguji Tugas Akhir
Program Studi Keperawatan
Fakultas Sains, Teknologi, dan Kesehatan
Universitas Sahid Surakarta

Pada Tanggal : 07 Juli 2025

Dosen Penguji :

1. Indriyati, S.Kep., Ns., M.Psi :

2. Atik Aryani, S.Kep., Ns., M.Kep :

3. Fajar Alam Putra, S.Kep., Ns., MKM :

Mengetahui,

Ketua
Program Studi Keperawatan

Dekan
Fakultas Sains, Teknologi dan Kesehatan


(Widiyono, S.Kep., Ns., M.Kep)
NIDN : 0602048902


(apt. Ahwan, S.Farm., M.Sc)
NIDN : 0626088401

MOTTO

“Doa adalah senjata orang beriman.” (HR. Al-Hakim)

“Berdoa tanpa usaha adalah sia-sia, dan berusaha tanpa doa adalah sombong.”

“Jika kamu bersyukur, maka Aku akan menambah nikmat kepadamu.” (QS. Ibrahim: 7)

“Ketika kamu telah berusaha, serahkan hasilnya kepada Allah, karena Dia sebaik-baik penolong.”



PERSEMBAHAN

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan berkat dan karunianya, serta kemudahan sehingga karya sederhana ini dapat terselesaikan.

Kupersembahkan karya sederhana ini kepada :

1. Skripsi ini saya persembahkan sepenuhnya kepada dua orang hebat dalam hidup saya, Keduanya lah yang membuat segalanya menjadi mungkin sehingga saya bisa sampai pada tahap di mana skripsi ini akhirnya selesai. Terima kasih atas segala pengorbanan, nasihat dan doa baik yang tidak pernah berhenti kalian berikan kepadaku.
2. Skripsi ini saya persembahkan untuk suami dan anak-anakku, terima kasih telah menjadi penyemangat dalam mengerjakan skripsi ini.

PRAKATA

Puji syukur kepada Allah SWT, karena atas berkat dan rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan Proposal Skripsi ini. Penulisan proposal skripsi ini dalam rangka memenuhi salah satu syarat mencapai gelar (Sebagai Salah Satu Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan (S-1) pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Sains, Teknologi dan Kesehatan Universitas Sahid Surakarta. Proposal Skripsi ini terwujud atas bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu. Dan pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

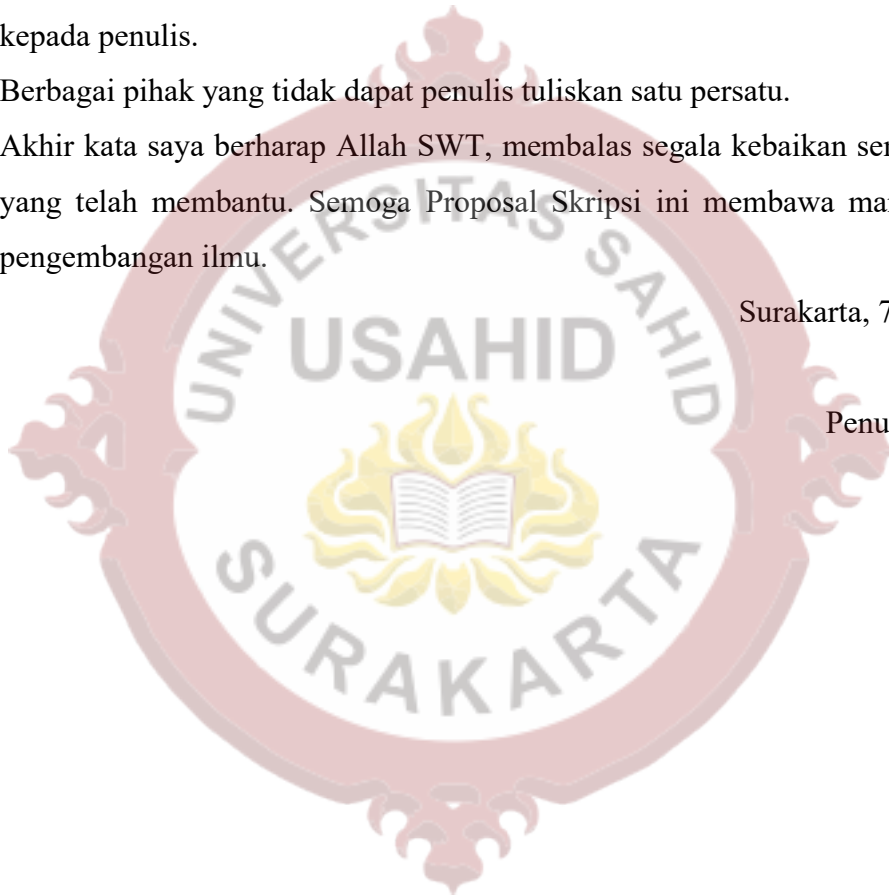
1. Ibu Dr. Sri Huning Anwariningsih, ST.,M.Kom selaku Rektor Universitas Sahid Surakarta yang telah memberikan ijin penulis untuk menimba ilmu Universitas Sahid Surakarta.
2. Ibu Dr. Erwin Kartinawati, S.Sos.,M.I.Kom selaku Wakil Rektor Bidang Akademik, Kemahasiswaan, Alumni dan Kerjasama (AKAK) Universitas Sahid Surakarta Surakarta yang telah memberikan ijin penulis untuk menimba ilmu Universitas Sahid Surakarta.
3. Ibu Destina Paningrum, SE.,MM selaku Wakil Rektor Bidang SKP Universitas Sahid Surakarta Surakarta yang telah memberikan ijin penulis untuk menimba ilmu Universitas Sahid Surakarta.
4. Bapak Apt. Ahwan, S.Farm.,M.Sc selaku Dekan Fakultas. Sains, Teknologi dan Kesehatan Universitas Sahid Surakarta Surakarta yang telah memberikan ijin penulis untuk menimba ilmu Universitas Sahid Surakarta.
5. Bapak Widiyono, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Ketua Program Studi Keperawatan Fakultas Sains, Teknologi dan Kesehatan Universitas Sahid Surakarta yang telah memberikan ijin penulis untuk menimba ilmu Universitas Sahid Surakarta.
6. Ibu Indriyati, S.Kep.,Ns.,M.Psi selaku Pembimbing Utama yang telah membantu penulis memberikan arahan dan bimbingan kepada penulis.
7. Ibu Atik Aryani, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Pembimbing Anggota yang telah membantu penulis memberikan arahan dan bimbingan kepada penulis.

8. Bapak Fajar Alam Putra, S.Kep.,Ns.,MKM selaku Penguji yang telah memberikan masukan demi perbaikan kepada penulis.
9. Bapak dr. Joko Haryono, M.Kes selaku Direktur RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.
10. Pasien hipertensi di RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.
11. Orang tua dan keluarga yang telah memberikan bantuan material dan moril kepada penulis.
12. Berbagai pihak yang tidak dapat penulis tuliskan satu persatu.

Akhir kata saya berharap Allah SWT, membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Proposal Skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Surakarta, 7 Juli 2025

Penulis



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA ILMIAH	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI ILMIAH.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
MOTO.....	vi
PERSEMBAHAN	vii
PRAKATA	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
INTISARI.....	xv
<i>ABSTRACT</i>	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Perumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian	6
E. Keaslian Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Tinjauan Teori	11
1. Tekanan Darah	11
2. Terapi Benson	25
3. Terapi Benson Terhadap Tekanan Darah.....	33
4. Terapi Murrotal Al-Quran.....	35
5. Murrotal Al-Quran terhadap tekanan darah	37
B. Kerangka Teori.....	39
C. Kerangka Konsep	40

D. Hipotesis.....	40
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian.....	41
B. Tempat dan Waktu Penelitian	42
C. Populasi, Sampel dan Tehnik Sampling.....	42
D. Variabel Penelitian	44
E. Definisi Operasional.....	45
F. Instrument Penelitian.....	46
G. Uji Validitas dan Uji Reliabilitas	49
H. Metode Pengumpulan dan Pengolahan data.....	49
I. Analisa Data	51
J. Jalannya Penelitian.....	53
K. Etika Penelitian	55
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Gambaran Umum Tempat Penelitian.....	58
B. Hasil Penelitian	59
C. Pembahasan.....	63
D. Keterbatasan Penelitian	79
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	80
B. Saran.....	81
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1	Keaslian Penelitian.....	8
Tabel 2.1	Klasifikasi Hipertensi.....	18
Tabel 4.1	Distribusi frekuensi karakteristik responden.....	59
Tabel 4.2	Tekanan darah penderita hipertensi sebelum dan sesudah intervensi kombinasi terapi benson dan murrotal Al-Quran di RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen	60
Tabel 4.3	Hasil uji normalitas	61
Tabel 4.4	Pengaruh kombinasi terapi benson dan murrotal Al-Quran terhadap tekanan darah penderita hipertensi di RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen.....	62



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Kerangka Teori Penelitian.....	39
Gambar 2.2	Kerangka Konsep Penelitian.....	40
Gambar 3.1	Desain Penelitian.....	41



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Jalannya Pelaksanaan
- Lampiran 2. Lembar Persetujuan (*Informed Consent*)
- Lampiran 3. Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 4. Karakteristik Responden
- Lampiran 5. SOP Kombinasi Terapi Benson Dan Murrotal Al-Quran
- Lampiran 6. Permohononan Studi Pendahuluan
- Lampiran 7. Jawaban Studi Pendahuluan
- Lampiran 8. Permohonan *Ethical Clearance*
- Lampiran 9. Surat *Ethical Clearance*
- Lampiran 10. Surat Permohonan Ijin Penelitian
- Lampiran 11. Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 12. Lembar Konsultasi
- Lampiran 13. Tabulasi Penelitian
- Lampiran 14. Dokumentasi

INTISARI

PENGARUH KOMBINASI TERAPI BENSON DAN MURROTAL AL-QURAN TERHADAP TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI DI RSUD dr. SOEHADI PRIJONEGORO SRAGEN

Supriyati¹, Indriyati², Atik Aryani³

Latar Belakang: Hipertensi masih menjadi masalah kesehatan yang berisiko menimbulkan komplikasi serius. Terapi non-farmakologis, seperti relaksasi Benson dan murrotal Al-Qur'an, berperan dalam menurunkan tekanan darah dengan memberikan efek menenangkan serta mengurangi tingkat stres. Pendekatan tersebut dapat diterapkan pada pasien hipertensi.

Tujuan Penelitian : Mengetahui pengaruh kombinasi terapi benson dan murrotal Al-Quran terhadap tekanan darah penderita hipertensi di RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen.

Metode : Jenis penelitian *pre-eksperimental* dengan *one group pre test post test design*. Populasi seluruh penderita hipertensi di RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen sebanyak 54 orang, teknik sampling *purposive sampling*, jumlah sampel sebanyak 32 orang. Instrument penelitian *Spignomanometer Digital*. Uji bivariat *wilcoxon*.

Hasil : Hasil penelitian tekanan darah *sistole* sebelum intervensi mayoritas grade 2 dan grade 3 sebanyak 15 responden (46,9%), *Diastole* mayoritas grade 1 sebanyak 16 responden (50,0%). Tekanan darah *sistole* sesudah intervensi kombinasi terapi benson dan murrotal Al-Quran mayoritas normal sebanyak 27 responden (84,4%). *Diastole* mayoritas normal sebanyak 28 responden (87,5%). Hasil uji *wilcoxon* nilai *p value* $0,001 < 0,05$, ada pengaruh kombinasi terapi benson dan murrotal Al-Quran terhadap tekanan darah penderita hipertensi di RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen.

Kesimpulan : Ada pengaruh kombinasi terapi benson dan murrotal Al-Quran terhadap tekanan darah penderita hipertensi di RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen.

Kata Kunci : terapi benson, murrotal al-quran, tekanan darah, hipertensi

¹ Mahasiswa Keperawatan Universitas Sahid Surakarta

^{2,3} Dosen Keperawatan Universitas Sahid Surakarta

ABSTRACT

THE EFFECT OF A COMBINATION OF BENSON THERAPY AND AL-QURAN MURROTAL ON BLOOD PRESSURE IN HYPERTENSION PATIENTS AT RSUD dr. SOEHADI PRIJONEGORO SRAGEN

Supriyati¹, Indriyati², Atik Aryani³

Background: Hypertension remains a significant health issue with a risk of serious complications. Non-pharmacological therapies, such as Benson relaxation and Quranic recitation, play a role in lowering blood pressure by providing a calming effect and reducing stress levels. This approach can be applied to patients with hypertension.

Objective: To determine the effect of a combination of Benson therapy and Quranic recitation on blood pressure in hypertensive patients at RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen.

Method: This study used a pre-experimental design with a one-group pre-test post-test design. The population of all hypertension patients at Dr. Soehadi Prijonegoro Hospital, Sragen, was 54. The sampling technique used was purposive sampling, with a sample size of 32 individuals. The research instrument was a digital sphygmomanometer. The Wilcoxon bivariate test.

Results: The majority of systolic blood pressure readings before the intervention were grades 2 and 3 in 15 respondents (46.9%), and diastolic blood pressure readings were grade 1 in 16 respondents (50.0%). Systolic blood pressure after the combined intervention of Benson therapy and Quranic recitation was mainly normal in 27 respondents (84.4%). Diastolic blood pressure was mostly normal in 28 respondents (87.5%). The Wilcoxon test results showed a p-value of $0.001 < 0.05$, indicating a significant effect of the combination of Benson therapy and Quranic recitation on the blood pressure of hypertensive patients at RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen.

Conclusion: The combination of Benson therapy and Quranic recitation was significant in the blood pressure of hypertensive patients at RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen.

Keywords: Benson Therapy, Quranic Recitation, Blood Pressure, Hypertension

¹. Students of the Nursing Department of Sahid Surakarta University

^{2, 3} Lecturer of the Nursing Department of Sahid Surakarta University

