



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 3 Nomor 3 Tahun 2023 Page 8724-8736

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Pengaruh Murottal Terhadap Durasi Tidur Pasien Stroke Di Ruang ICU Rumah Sakit Mekar Sari Tahun 2023

Ananda Norhafnita^{1✉}, Sahrudi²

(1) Program Studi Sarjana Keperawatan, STIKes Abdi Nusantara Jakarta

(2) STIKes Abdi Nusantara Jakarta

Email: nurhnanda24@gmail.com^{1✉}

Abstrak

Stroke adalah gangguan fungsional otak yang terjadi secara mendadak dengan tanda klinis fokal atau global yang berlangsung lebih dari 24 jam tanpa tanda-tanda penyebab non vaskuler, termasuk didalamnya tanda-tanda perdarahan subarakhnoid, perdarahan intraserebral, iskemik atau infark serebri. Stroke merupakan penyakit tidak menular yang dikenal dengan *silent killer*. Terapi Murottal Al-Qur'an adalah terapi bacaan Al-Qur'an yang merupakan terapi religi dimana seseorang dibacakan ayat-ayat Al-Qur'an selama beberapa menit atau jam sehingga memberikan dampak positif bagi tubuh seseorang. Tujuan Penulisan : Untuk mengetahui Pengaruh Murottal Terhadap Durasi Tidur Pasien Stroke Di Ruang ICU Rumah Sakit Mekar Sari Tahun 2023. Metode Penelitian : Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain *Quasi experiment* dan pendekatan one grup *pretest-posttest design* yang dilakukan pada bulan April – Juni 2023. Menggunakan uji *Normalitas Shapiro Wilk* dan dilanjutkan dengan *Uji Paired Sample T-Test* karena data berdistribusi normal. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh pasien yang di Rawat di Ruang ICU dengan kasus Stroke di Rumah Sakit Mekar Sari priode Bulan Aparil – Juni 2023 yang dilakukan terapi Murottal sebanyak 26 responden. Alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner dibantu dengan lembar observasi untuk menilai respon dari terapi Murottal yang sudah diberikan. Hasil Penelitian : Berdasarkan hasil penelitian dengan test statistics, nilai Asymp. Sig (2-tailed) pada hubungan Pre Test dan Post Test sebesar 0,000 (< 0,05) atau lebih kecil dari alpha 0,05 maka dapat diambil keputusan bahwa hasil pengujian adalah H0 diterima. Simpulan : Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pada terapi murottal terhadap durasi tidur pasien stoke di ruang ICU Rumah Sakit Mekar Sari Tahun 2023.

Kata kunci : Stroke, Durasi, Tidur, Terapi Murotal

Abstract

A stroke is a sudden functional impairment of the brain with focal or global clinical signs lasting more than 24 hours with no signs of non-vascular causes, including signs of subarachnoid hemorrhage, intracerebral hemorrhage, ischemic or cerebral infarction. Stroke is a non-communicable disease known as the silent killer. Qur'an Murottal Therapy is Qur'an recitation therapy which is religious therapy where a person recites verses of the Qur'an for several minutes or hours so as to have a positive impact on one's body. Purpose of Writing: To determine the effect of murottal on the sleep duration of stroke patients in the ICU room of Mekar Sari Hospital in 2023. Research Methods: This research is a quantitative research with a Quasi experiment design and a one group pretest-posttest design approach conducted in April – June 2023. Using the Shapiro Wilk Normality Test and followed by the Paired Sample T-Test because the data is normally distributed. The population in this study was all patients treated in the ICU Room with stroke cases at Mekar Sari Hospital during the month of April – June 2023 which was carried out Murottal therapy as many as 26 respondents. The tool used in this study was a questionnaire assisted with observation sheets to assess the response of Murottal therapy that had been given. Research Results: Based on the results of research with statistical tests, the value of Asymp. Sig (2-tailed) in the relationship between Pre Test and Post Test of 0.000 (< 0.05) or less than alpha 0.05 then it can be decided that the test result is H_0 accepted. So it is concluded that there is a significant influence on Murottal Therapy on the Sleep Duration of Stroke Patients in the ICU Room of Mekar Sari Hospital in 2023. Conclusion: From the results of the study it can be concluded that there is a significant effect of murottal therapy on the sleep duration of stroke patients in the ICU room of Mekar Sari Hospital in 2023.

Keywords : *Stroke, Duration, Sleep, Murottal Therapy.*

PENDAHULUAN

Stroke adalah suatu sindrom yang ditandai dengan gejala dan atau tanda klinis yang berkembang dengan cepat berupa gangguan fungsional otak fokal maupun global yang berlangsung lebih dari 24 jam atau lebih dapat menyebabkan kematian, yang tidak disebabkan oleh sebab lain selain penyebab vaskuler. Selama ini faktor risiko stroke yang kita ketahui ada dua yaitu, faktor risiko yang tidak dapat dimodifikasi dan faktor risiko yang dapat dimodifikasi. Faktor risiko stroke yang tidak dapat dimodifikasi antara lain: usia, jenis kelamin, TIA, fibrilasi atrium, faktor genetik. Sedangkan, faktor risiko stroke yang dapat dimodifikasi antara lain: hipertensi, diabetes melitus, merokok, konsumsi alkohol, dislipidemia.

Penyakit stroke adalah salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan yang serius. WHO menyatakan bahwa stroke merupakan penyebab 6,7 juta kematian setiap tahun di seluruh dunia. Stroke menyebabkan 6 kematian setiap 60 detik, dan dalam setiap 60 detik terdapat 30 insiden stroke yang baru di seluruh dunia (Rahayu, 2020). Stroke merupakan abnormalitas fungsi dari sistem saraf pusat yang terjadi ketika pasokan aliran darah normal ke otak terganggu yang terjadi secara mendadak dan cepat (Demur & Desriza, 2018).

Gangguan kualitas tidur dalam dekade terakhir ini dipandang sebagai faktor potensial penyebab terjadinya stroke. Berbagai studi epidemiologi telah mengaitkan stroke dengan tidur seperti durasi tidur, dan studi laboratorium dan klinis telah mengusulkan berbagai mekanisme yang mendasarinya. Patofisiologinya multifaktorial, terutama mengingat tidur memengaruhi banyak faktor risiko umum stroke. Kualitas tidur meliputi aspek kuantitatif dan kualitatif tidur, seperti lamanya tidur, waktu yang diperlukan untuk bisa tertidur, frekuensi terbangun dan aspek subjektif seperti kedalaman dan kepulasan tidur.

Selain pola tidur yang harus dijaga dengan baik dan teratur, adapula cara untuk memperbaiki kualitas tidur yakni dengan mendengarkan "lantunan ayat-ayat suci Al-Qur'an" yaitu berupa murottal (Nia Wahyuni Marlina, 2019). Murottal merupakan salah satu dari terapi Al-Qur'an yang dapat memberikan perasaan tenang dan relaksasi pada individu yang mendengarkannya (Masita Aprilini, 2019).

Menurut Widayarti (2011) terapi music murottal merupakan salah satu music yang memiliki pengaruh positif bagi pendengarnya (cit. Handayani, 2014). Untuk membantu klien dalam meningkatkan kualitas tidur maka salah satunya menggunakan terapi non farmakologi yaitu mendengarkan lantunan terapi murottal Alquran. Terapi murottal Alquran tersebut dapat menurunkan hormon-hormon stres dan mengaktifkan hormon endorfin alami serta

meningkatkan perasaan rileks, mengurangi kecemasan, mengalihkan, dan meningkatkan relaksasi, istirahat, dan tidur pada pasien yang dirawat di ruang ICU.

Maka dari itu peneliti bermaksud melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh Murottal terhadap Durasi Tidur Pasien Stroke di Ruang ICU RS. Mekar Sari Tahun 2023"

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain *Quasi experiment* dan pendekatan one grup *pretest-posttest design* yang dilakukan pada bulan April – Juni 2023. Menggunakan uji *Normalitas Shapiro Wilk* dan dilanjutkan dengan *Uji Paired Sample T-Test* karena data berdistribusi normal. Pada penelitian ini variabel dependent adalah durasi tidur pada pasien stroke. Sedangkan yang menjadi variabel independent adalah terapi Murottal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1. Hasil Analisis Univariat

Tabel 1.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi (n)	Presentase (%)
> 60 tahun	9	34,6
< 60 tahun	17	65,4
Total	26	100

Sumber : Pengolahan Data SPSS Versi 26

Berdasarkan table 1.1 diatas menunjukkan bahwa mayoritas responden pasien stroke dengan usia < 60 tahun sebanyak 17 (65,4%) dan minoritas responden pasien stroke dengan usia > 60 tahun sebanyak 9 (34,6%).

Tabel 1.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Laki-laki	18	69,2
Perempuan	8	30,8
Total	26	100

Sumber : Pengolahan Data SPSS Versi 26

Berdasarkan table 1.2 diatas menunjukkan bahwa mayoritas responden pasien stroke dialami jenis kelamin laki-laki sebanyak 18 (69,2%) dan minoritas responden pasien stroke dialami jenis kelamin perempuan sebanyak 8 (30,%).

Tabel 1.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Durasi Tidur Sebelum Diberikan Terapi Murottal

Durasi Tidur Sebelum Diberikan Terapi Murottal	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Kualitas Tidur Baik (< 5)	11	42,3
Kualitas Tidur Buruk (6 -21)	15	57,7
Total	26	100

Sumber : Pengolahan Data SPSS Versi 26

Berdasarkan table 1.3 diatas menunjukkan bahwa mayoritas responden durasi tidur dengan kualitas buruk pada pasien stroke sebelum diberikan terapi murottal sebanyak 15 (57,7%) dan minoritas responden durasi tidur dengan kualitas baik pada pasien stroke sebelum diberikan terapi murottal sebanyak 11 (42,3%).

Tabel 1.4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Durasi Tidur Sesudah Diberikan Terapi Murottal

Durasi Tidur Sesudah Diberikan Terapi Murottal	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Kualitas Tidur Baik (< 5)	21	80,8
Kualitas Tidur Buruk (6 -21)	5	19,2
Total	26	100

Sumber : Pengolahan Data SPSS Versi 26

Berdasarkan table 1.4 diatas menunjukkan bahwa mayoritas responden durasi tidur dengan kualitas baik pada pasien stroke sesudah diberikan terapi murottal sebanyak 21 (80,8%) dan minoritas responden durasi tidur dengan kualitas buruk pada pasien stroke sesudah diberikan terapi murottal sebanyak 5 (19,2%).

2. Uji Normalitas

Tabel 2.1

Uji Normalitas Dengan Menggunakan Shapiro Wilk (n=26)

Kelompok	Statistic	df	Sig.	Hasil
Unstandardized Residual	0,891	26	0,010	Berdistribusi Normal

Sumber : Pengolahan Data SPSS Versi 26

Berdasarkan tabel 2.1 didapatkan hasil bahwa uji normalitas dengan menggunakan Shapiro Wilk pada 26 responden yang dilakukan Terapi Murottal Terhadap Durasi Tidur Pasien Stroke diketahui nilai signifikasinya 0,010 ($>0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa data penelitian berdistribusi normal.

3. Hasil Analisa Bivariat

Tabel 3.1 Pengaruh Terapi Murottal Terhadap Durasi Tidur Pasien Stroke Di Ruang ICU Rumah Sakit Mekar Sari Tahun 2023
Dengan *Uji Paired Sample-Test*

Kelompok	N	Mean	Std Deviation	CI 95%		t	df	P Value
				Lower	Upper			
Pre	26	7.42	1.608	2.120	3.419	8.783	25	0,000
Post	26	4.65						

Sumber : Pengolahan Data SPSS Versi 26

Berdasarkan table 3.1, dari uji parametric didapat hasil sig (2-tailed) pada hubungan Pre Test dan Post Test sebesar 0,000 ($< 0,05$) atau lebih kecil dari alpha 0,05 maka dapat diambil keputusan bahwa hasil pengujian adalah H_0 diterima. Sehingga disimpulkan terdapat pengaruh yang signifikan pada Terapi Murottal Terhadap Durasi Tidur Pasien Stroke Di Ruang ICU Rumah Sakit Mekar Sari Tahun 2023.

PEMBAHASAN

1. Distribusi Responden Berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin Terapi Murottal Terhadap Durasi Tidur Pada Pasien Stroke Di Ruang ICU RS Mekar Sari Tahun 2023

Berdasarkan dari hasil penelitian, dapat diketahui bahwa dari 26 responden yang diteliti, mayoritas responden dengan pasien stroke < 60 tahun sebanyak 17 (65,4%) responden sedangkan minoritas dengan pasien stroke (> 60 tahun) sebanyak 9 (34,6%). Dan dari 26 responden pasien stroke dialami jenis kelamin laki-laki sebanyak 18 (69,2%) dan minoritas responden pasien stroke dialami jenis kelamin perempuan sebanyak 8 (30,%).

Stroke merupakan suatu keadaan dimana sel-sel otak mengalami kerusakan karena kekurangan oksigen yang disebabkan oleh adanya gangguan aliran darah ke otak. Kekurangan oksigen pada beberapa bagian otak dapat menyebabkan gangguan fungsi pada bagian tersebut (Pratiwi et al, 2019).

Penyakit stroke sering dianggap sebagai penyakit yang dimonopoli pada usia tua. Dulu, stroke hanya terjadi pada usia tua mulai 60 tahun, namun sekarang mulai usia 40 tahun seseorang sudah memiliki risiko stroke, meningkatnya penderita stroke usia muda lebih disebabkan pola hidup, terutama pola makan tinggi kolesterol. Berdasarkan pengamatan di berbagai rumah sakit, justru stroke di usia produktif sering terjadi akibat kesibukan kerja yang menyebabkan seseorang jarang olahraga, kurang tidur, dan stres berat yang juga jadi faktor penyebabnya (Dourman, 2013).

Mutmainna dkk (2013) dalam penelitiannya di Kota Makassar menyebutkan bahwa faktor risiko kejadian stroke pada usia muda adalah perilaku merokok, penyalahgunaan obat, riwayat diabetes mellitus, riwayat hipertensi, riwayat hiperkolesterolemia. Hal ini sejalan dengan yang didapat oleh peneliti selama melakukan penelitian selama 3 bulan di Ruang ICU RS. Mekar Sari Bekasi dimana usia mayoritas pasien stroke <60 tahun sebanyak 17 responden dari 26 responden keseluruhan.

Jenis kelamin juga merupakan salah satu factor resiko yang tidak terkendali pada stroke. Pria lebih berisiko terkena stroke dari pada wanita. Insidens stroke menunjukkan lebih banyak pria dibandingkan wanita sebelum menopause (1,3 : 1) namun setelah menopause keduanya memiliki risiko sebanding. Bila dibandingkan menurut subtype stroke yang terjadi adalah, pria lebih banyak terkena infark serebri dibanding wanita. *American Heart Association* mengungkapkan bahwa serangan stroke lebih banyak terjadi pada laki-laki dibandingkan perempuan dibuktikan dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa prevalensi kejadian stroke lebih banyak pada laki-laki (Sofyan et al., 2015).

Hal ini mungkin terkait bahwa laki-laki cenderung lebih banyak perokok. Sedangkan merokok, dapat merusak lapisan dari pembuluh darah bahwa orang-orang yang merokok memiliki kadar fibrinogen darah yang lebih tinggi dibanding orang yang tidak merokok. Peningkatan kadar fibrinogen ini dapat mempermudah terjadinya penebalan pembuluh darah sehingga pembuluh darah menjadi sempit dan kaku. Dengan demikian, dapat menyebabkan gangguan aliran darah ke otak sehingga terjadi stroke (Noviyanti, 2014).

Hal ini sesuai dengan hasil yang didapat oleh peneliti dimana dari 26 responden pasien stroke yang ada di Ruang ICU RS. Mekar Sari mayoritas jenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 18 (69,2%) responden.

2. Distribusi Responden Berdasarkan Durasi Tidur Sebelum Diberikan Terapi Murottal

Berdasarkan dari hasil penelitian, dapat diketahui bahwa dari 26 responden yang diteliti, mayoritas responden dengan durasi tidur dengan kualitas buruk pada pasien stroke sebelum diberikan terapi murottal sebanyak 15 (57,7%) dan minoritas responden durasi tidur dengan kualitas baik pada pasien stroke sebelum diberikan terapi murottal sebanyak 11 (42,3%).

Pasien stroke bisa mengalami gangguan dan masalah tidur. Gangguan tidur ini dapat bermanifestasi dalam beberapa bentuk tergantung pada deficit neurologik spesifik yang ditimbulkan. Penelitian oleh Bassetti (2011) melaporkan bahwa prevalensi gangguan tidur-bangun sebesar 20-40% pada pasien yang terkena stroke. Kualitas tidur yang buruk dapat memengaruhi derajat disabilitas pada pasien stroke. Identifikasi adanya gangguan kualitas tidur pada pasien yang mengalami stroke dan dampaknya terhadap tingkat keparahan stroke perlu untuk dilakukan.

Perubahan perilaku dan emosional berupa syok, kecemasan, kemarahan, penolakan, stress hingga mencapai depresi, hal tersebut merupakan respon psikologis yang umumnya dialami oleh pasien stroke (Arif, 2020). Penyakit stroke dapat menyebabkan gangguan emosional berupa kecemasan yang diakibatkan karena disabilitas fisik yang dialami sehingga meningkatkan kecemasannya, sehingga dapat mempengaruhi durasi tidur atau kualitas tidur pada pasien stroke. Saat terjadi kecemasan, dukungan dari kepercayaan agama berupa terapi psikoreligius (terapi murottal) akan dibutuhkan oleh individu (Setiawati, 2018).

Hal ini dapat terlihat dari hasil yang didapat oleh peneliti pada 26 responden diawal dilakukan pengkajian melalui kuesioner dan observasi, dimana pasien lebih cenderung mengalami kecemasan akan penyakit dan proses pengobatan selama dilakukan di Ruang ICU. Sehingga hasil dari kuesioner didapat 15 responden dengan nilai PSQI lebih

tinggi yang artinya pasien stroke tersebut mengalami gangguan kualitas tidur atau durasi tidur yang tidak baik, dan perlu dilakukan tindak lanjut untuk mengatasi yang salah satunya dengan metode Distraksi atau dengan diberikan terapi Murottal Al-Qur'an.

3. Distribusi Responden Berdasarkan Durasi Tidur Sesudah Diberikan Terapi Murottal

Berdasarkan dari hasil penelitian, dapat diketahui bahwa dari 26 responden yang diteliti, mayoritas responden durasi tidur dengan kualitas baik pada pasien stroke sesudah diberikan terapi murottal sebanyak 21 (80,8%) dan minoritas responden durasi tidur dengan kualitas buruk pada pasien stroke sesudah diberikan terapi murottal sebanyak 5 (19,2%).

Untuk mengatasi masalah kecemasan yang berakibat durasi tidur atau kualitas tidur terganggu dapat dilakukan teknik distraksi salah satunya adalah terapi murottal Al-Qur'an (mendengar dan membaca ayat suci Al Quran). Hal ini dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dr. Al Qadhi, Direktur Utama Islamic Medical Education and Research Institute di Florida, AS, mengenai efek mendengarkan Al-Qur'an pada manusia dari perspektif fisiologis dan psikologis. Didapatkan hasil bahwa hanya dengan memperdengarkan bacaan ayat-ayat Al-Qur'an seseorang dapat merasakan perubahan psikologis yang mendalam. Hasil dari penelitiannya adalah 97% subyek yang diperdengarkan ayat-ayat suci Al-Qur'an memberikan efek ketenangan dan memperbaiki ketegangan pada saraf reflektif (Handayani et al., 2014).

Bacaan ayat Al-Qur'an atau Murottal dapat meningkatkan sistem kimia pada tubuh untuk menurunkan tekanan darah, menurunkan laju pernapasan, menurunkan detak jantung, menurunkan denyut nadi, dan mempengaruhi aktivitas gelombang di otak. Laju pernapasan akan lebih lambat dan lebih dalam sehingga sangat baik untuk memberikan ketenangan, mengendalikan pikiran, berpikir lebih jernih dan memperbaiki metabolisme. Terapi murottal menggunakan tape recorder, kaset untuk membaca Al-Qur'an dan headphone yang didalamnya terdapat surat-surat pendek yang lebih mudah diingat dan familiar bagi semua orang, diperdengarkan murottal Al-Qur'an selama 15-30 menit.

Pemberian murottal mampu mempengaruhi fisik, fisiologis, dan spiritual responden. Hal ini sesuai dengan Purma (2019) yang menyatakan bahwa terapi Murottal Al-Qur'an dapat di definisikan sebagai suatu rekaman suara Al-Qur'an yang dilagukan oleh suatu pelantun yang memiliki suara yang merdu, indah dan menenangkan hati, adanya peningkatan saraf simpatik mengakibatkan perbaikan kualitas tidur, dan sistem parasimpatif berlawanan dengan saraf simpatif. Sehingga terjadi suatu keseimbangan antara sistem saraf simpatif dan sistem parasimpatif, hal ini yang mendasari timbulnya

respon relaksasi.

Hal ini sejalan dengan hasil yang dilakukan oleh peneliti, dimana setelah dilakukan terapi murottal pada 26 responden selama 15-30 menit didapatkan perubahan durasi tidur atau kualitas tidur pada pasien stroke lebih baik dengan dibuktikan hasil dari kuesioner PSQI dengan nilai <5 mencapai 21 responden. Dimana kriteria hasil yang didapat pasien lebih tenang, tanda-tanda vital cenderung turun atau stabil.

4. Uji Paired Sample-Test Terapi Murottal Terhadap Durasi Tidur Pasien Stroke Di Ruang ICU Rumah Sakit Mekar Sari Tahun 2023

Berdasarkan data diatas, dari uji parametric didapat hasil sig (2-tailed) pada hubungan Pre Test dan Post Test sebesar 0,000 ($< 0,05$) atau lebih kecil dari alpha 0,05 maka dapat diambil keputusan bahwa hasil pengujian adalah H_0 diterima. Sehingga disimpulkan terdapat pengaruh yang signifikan pada Terapi Murottal Terhadap Durasi Tidur Pasien Stroke Di Ruang ICU Rumah Sakit Mekar Sari Tahun 2023.

Terapi murottal adalah suatu metode perawatan terkelola yang dikelola secara terorganisir untuk mengoptimalkan efek psikologis dan fisik dari suara dan memberikan melodi musik untuk mengobati berbagai gangguan mental. Musik atau murottal mampu meringankan penyakit fisik dengan menurunkan detak jantung, suhu tubuh, tekanan darah, dan laju pernapasan, oleh karena itu terapi murottal dapat meningkatkan kualitas hidup dan membantu orang untuk mengekspresikan diri secara bebas (Yuliatwati & Dirjo, 2016).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Diana & Yuli, 2018) Kualitas tidur sebelum pemberian terapi audio murottal surah Ar-Rahman memiliki kualitas tidur buruk 100%. Sedangkan kualitas tidur setelah diberikan murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman memiliki hasil kualitas tidur baik (91,7%). Dari uji Wilcoxon di dapat p-value sebesar $0,002 < 0,05$ sehingga pemberian terapi audio murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman berpengaruh terhadap kualitas tidur pada usia lanjut.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Mujamil et al (2017) bahwa dengan mendengarkan murottal selama 10-60 menit selama 7 hari berturut-turut dengan hasil sebelum diberikan terapi murottal didapat kualitas tidur baik 0%, dan setelah diberikan terapi murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman menjadi 61,1% sedangkan yang kualitas tidur buruk hanya 38,9%.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori bahwa murottal Al-Qur'an secara fisik mengandung unsur suara manusia yang dapat menstimulasi tubuh untuk menurunkan hormon-hormon stres, mengaktifkan hormone endorfin secara alami, meningkatkan perasaan rileks, mengalihkan perhatian dari rasa takut, cemas dan tegang, memperbaiki

metabolism tubuh sehingga menurunkan tekanan darah serta memperlambat pernafasan, denyut nadi dan katifitas gelombang otak (Rahmayani et al.,2018). Hal ini tersebut sejalan dengan pernyataan (Raharjo, n.d.) bahwa suara murottal Al-Qur'an ibarat gelombang suara yang memiliki ketukan dan gelombang tertentu, menyebar dalam tubuh kemudian menjadi getaran yang bisa mempengaruhi fungsi gerak sel otak dan membuat keseimbangan didalamnya.

Maka peneliti menyimpulkan bahwa terapi murottal AL-Qur'an sangat efektif untuk memperbaiki durasi tidur atau kualitas tidur pada pasien stroke di Ruang ICU RS. Mekar Sari. Peneliti juga sependapat bahwa lantunan suara Al-Qur'an (Murottal) mempunyai manfaat yang dapat berpengaruh terhadap kesehatan, karena mengandung unsur meditasi, dan relaksasi. Terapi murottal ini juga merupakan terapi tanpa efek samping jadi tentunya sangat aman digunakan dengan mudah dilakukan secara rutin oleh penderita stroke.

SIMPULAN

Berdasarkan dari penelitian yang berjudul Pengaruh Terapi Murottal Terhadap Durasi Tidur Pada Pasien Stroke Di Ruang ICU RS. Mekar Sari, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Frekuensi responden berdasarkan durasi tidur sebelum dilakukan terapi murottal pada pasien stroke di Ruang ICU RS. Mekar Sari mayoritas dengan kualitas tidur buruk, sedangkan setelah diberikan terapi murottal 15-30 menit setiap harinya mayoritas durasi tidur pada pasien stroke meningkat menjadi kualitas baik dengan nilai PSQI <5.
2. Dari data diatas disimpulkan hasil analisis pengukuran dengan Uji Paired Sample T-Test pada durasi tidur sebelum dan sesudah dilakukan terapi Murottal adalah p sebesar 0,000 (< 0,05) atau lebih kecil dari alpha 0,05, yang artinya menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan pada Terapi Murottal Terhadap Durasi Tidur Pasien Stroke Di Ruang ICU Rumah Sakit Mekar Sari Tahun 2023.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, A. A. dan Omar,. (2011). The Effect of Temporal EEG Signals While Listening to Quran Recitation. *International Journal on Advanced Science, Engineering and Information Technology*, 1(4), hal. 372. doi: 10.18517/ijaseit.1.4.77.
- Acciarresi, M., Bogousslavsky, J. dan Paciaroni, M. (2014). Post-stroke fatigue: Epidemiology, clinical characteristics and treatment. *European Neurology*, 72(5-6), hal. 255-261. doi: 10.1159/000363763.

- Becker, K. J. (2016). Inflammation and the Silent Sequelae of Stroke. *Neurotherapeutics*, 13(4), hal. 801–810. doi: 10.1007/s13311-016-0451-5.
- Faradisi F. (2015). Efektivitas terapi murottal dan terapi musik klasik terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien pra operasi di pekalongan. *JIK*. 2012;5(2):1-11.
- Ghiasi, A. dan Keramat, A. (2018). The effect of listening to holy quran recitation on anxiety: A systematic review. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 23(6), hal. 411–420. doi:10.4103/ijnmr.IJNMR_173_17.
- Haryanto, Kardiatus T, Surtikanti AM. (2014). Comparison of murottal and music therapy against people with hypertension. *J Keperawatan dan Kesehatan*. 2014;11(2):12–25.
- Julianto V, Dzulkaidah RP, Salsabila SN. (2014). Pengaruh mendengarkan murattal Al-Qur'an terhadap peningkatan kemampuan konsentrasi. *Psymphatic: J Ilm Psikol*. 2014;1(2):120–9.
- Mahjoob M, Nejati J. (2016). The effect of holy Qur'an voice on mental health. *J Relig Health*. 2016;55(1):38-42.
- Munir, N. W., Najihah, N. dan Lutia, T. (2021). Pengaruh Terapi Alquran Terhadap Penurunan Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan di PSIK UMI Makassar. *Health Information : Jurnal Penelitian*, 13(2). doi: 10.36990/hijp.v13i2.274.
- Murtisari Y, Ismonah S. (2014). Pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap penurunan tingkat depresi pada pasien stroke nonhemoragik di RSUD Salatiga. *JIKK*. 2014.
- Notoatmodjo, Prof.Dr Soekidjo. (2010). Metode Penelitian Kesehatan. Ed.Revisi. Jakarta. Rineka Cipta.
- Nugroho, A. W. dan Kusrohmaniah, S. (2019). Pengaruh Murattal Alquran Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Muslim di Yogyakarta. *Gadjah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 5(2), hal. 108. doi: 10.22146/gamajpp.50354.
- Rahmat, R., Mustikaningsih, D. dan Haryanto, M. (2019). Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Tingkat Stres Kerja Perawat IGD Rumah Sakit Al-Islam Bandung. *Jurnal Keperawatan Profesional*, 7(2), hal. 48–69. doi: 10.33650/jkp.v7i2.600.
- Rahmayani, M. P., Rohmatin, E. dan Wulandara, Q. (2018). The Influence of Murottal Al-Qur'an Therapy on Stress Level of Abortus Patients At Dr . Soekardjo Public Hospital Tasikmalaya in 2018. *Jurnal Bidan "Midwife Journal"*, 4(02), hal. 36–41.
- Roccichelli, J., Sanford, J., and Vandewaa, E. (2010). Managing Sleep Disorder in Elderly. *The journal of nursingcenter*.
- Rutkowski, N. A., Sabri, E. dan Yang, C. (2021). Post-stroke fatigue: A factor associated with

- inability to return to work in patients <60 years—A 1-year follow-up. *PLoS ONE*, 16(8 August), hal. 1–14. doi: 10.1371/journal.pone.0255538.
- Saryono. (2011). Metodologi penelitian keperawatan. Purwokerto: UPT. Percetakan dan Penerbitan Unsoed.
- Siswantinah. (2011). Pengaruh terapi murottal terhadap kecemasan pasien gagal ginjal kronik yang dilakukan tindakan hemodialisa di RSUD kraton kabupaten Pekalongan [Skripsi]. Universitas Muhammadiyah Semarang: Semarang.
- Suryani Sri. (2016). Pengaruh Terapi Audio Murottal Surah Ar-Rahman Terhadap Tingkat Insomnia Pada Lanjut Usia di UPT Panti Wredha Budhi Dharma Ponggalan Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan, Volume 3, Januari 2017*, 1-13.
- Twistiandayani, R. dan Prabowo, A. R. (2021). Terapi Mendengarkan Murottal Al-Qur'an Surat Al-Fatihah dan Surah Ar-Rahman terhadap Stres, Kecemasan, dan Depresi pada Pasien CKD V yang Menjalani Hemodialisis. *Journals of Ners Community*, 12(1), hal. 95–104.
- Upoyo, A.S., Ropi, H., Sitorus R. (2012). Stimulasi murottal Al-Qur'an terhadap nilai glasgow coma scale pada pasien stroke iskemik [Thesis]. Magister Keperawatan Universitas Padjajaran.