

Pengaruh teknik relaksasi nafas dalam dan terapi murottal Al-Qur'an terhadap tekanan darah dan respirasi pada pasien pre operasi

Influence of providing breath relaxation techniques and therapy of Al-Qur'an on blood pressure and respiration in pre operating patients

Asri Bashir^{1,*}, Arlina Dewi², Azizah Khoiriyati³

^{1,2,3}Universitas Muhammadiyah Yogyakarta Indonesia

lasribashir@gmail.com*

* corresponding author

Tanggal Submisi: 10 Agustus 2018, Tanggal Penerimaan: 29 Agustus 2018

Abstrak

Teknik relaksasi nafas dalam dan terapi murottal Al-Qur'an salah satu terapi non farmakologi yang efektif untuk menurunkan tekanan darah dan respirasi pada pasien pre operasi. Desain penelitian ini menggunakan metode pra eksperimen dengan desain pre-test and post-test with control group desain, metode sampling yang digunakan adalah *purposive sampling* yaitu teknik penetapan sampel dengan cara memilih sampel diantara populasi sesuai dengan yang dikehendaki peneliti dengan mendapatkan responden sebanyak 60 pasien. Hasil penelitian ini menunjukkan ada pengaruh yang signifikan terhadap tekanan darah dan respirasi berdasarkan analisis *Wilcoxon test* pada kelompok intervensi rata-rata terjadi pengaruh yang sangat signifikan dengan nilai *p value* sistol 0,000, diastol 0,033 dan respirasi 0,000 artinya data tersebut signifikan *p value* < 0,05. Sedangkan pada kelompok kontrol nilai *p value* untuk sistol 0,139, diastol 0,065 dan respirasi 0,893 data pada kelompok kontrol menunjukkan *p value* > 0,05 artinya tidak terjadi pengaruh yang signifikan sebelum dan setelah penelitian. Kesimpulan Teknik relaksasi nafas dalam dan terapi murottal Al-Qur'an ada pengaruh yang signifikan terhadap tekanan darah dan respirasi pada pasien pre operasi.

Kata kunci: nafas dalam; murottal Al-Qur'an; tekanan darah; respirasi

Abstract

Deep breathing relaxation techniques and murottal Al-Qur'an therapy are effective non-pharmacological therapies to reduce blood pressure and respiration in preoperative patients. The design of this study used a pre-experimental method with a pre-test and post-test with control group design, the sampling method used was *purposive sampling*, namely the sampling technique by selecting samples among the population in accordance with what the researchers wanted by getting respondents of 60 patients. The results of this study indicate that there is a significant influence on blood pressure and respiration based on *Wilcoxon test* analysis in the intervention group. On the average, there was a very significant effect with a systole *p value* of 0,000, diastole of 0.033 and respiration of 0,000, meaning that the data was significant *p value* < 0.05 . Whereas in the control group the *p value* for systole was 0.139, diastole 0.065 and respiration 0.893 data in the control group showed *p value* > 0.05 meaning that there was no significant influence before and after the study. Conclusion Deep breathing relaxation techniques and murottal Al-Qur'an therapy have a significant effect on blood pressure and respiration in preoperative patients.

Keywords: deep breath; murottal Al-Qur'an; blood pressure; respiration



PENDAHULUAN

Pembedahan merupakan suatu tindakan medis untuk mengatasi atau menangani pasien yang mengalami gangguan atau kelainan pada tubuh. Dengan dilakukannya pembedahan maka sangat banyak sekali reaksi fisiologis timbul yang bisa menyebabkan seseorang mengalami perubahan pada tekanan darah dan respirasi pasien (Tomey & Alligood, 2014).

Tekanan darah dan respirasi merupakan tanda-tanda vital yang harus di kontrol pada pasien sebelum dilakukannya operasi, apabila hal tersebut terus terjadi maka bisa menyebabkan pembatalan operasi atau bisa jadi pendarahan pada saat pembedahan. Penatalaksanaan pada pasien dengan peningkatan tekanan darah dan respirasi adalah dengan cara memberikan obat-obatan farmakologi. Cara lain yang dapat digunakan pada pasien dengan peningkatan tekanan darah dan respirasi adalah dengan cara relaksasi nafas dalam dan murottal Al-Qur'an (Tomey & Alligood, 2014).

Teknik relaksasi adalah salah satu metode yang bisa digunakan untuk mengatasi pasien yang mengalami peningkatan tekanan darah dan respirasi, dimana lebih memfokuskan pada latihan nafas abdominal. Sedangkan murottal Al-Qur'an merupakan salah satu terapi musik yang memiliki pengaruh positif bagi pendengarnya yang bisa menurunkan tekanan darah dan respirasi (Sumaryani & Sari, 2015).

Cara lain dapat digunakan untuk mengatasi masalah tekanan darah dan respirasi adalah dengan terapi musik. Murottal merupakan salah satu musik yang memiliki pengaruh positif bagi pendengarnya (Widayarti, 2011). Terapi Murottal Al-Qur'an merupakan lantunan ayat suci Al-Qur'an yang mampu memberikan efek relaksasi karena dapat mengaktifkan hormon endorfin, meningkatkan perasaan rileks, mengalihkan perhatian dari rasa takut, cemas, memperbaiki sistem kimia tubuh sehingga menurunkan tekanan darah, dan memperlambat pernapasan (Sumaryani & Sari, 2015).

Penelitian yang dilakukan oleh Syakir (2014) pada pasien pre operasi, terapi murottal Al-Qur'an dapat mendeteksi adanya perubahan pada tekanan darah, pernafasan dan kekuatan otot dengan menggunakan bantuan elektronik dan dapat berpengaruh hingga 97% terhadap ketenangan jiwa dan kesembuhan penyakit. Penelitian yang dilakukan oleh Faradisi (2012) menunjukkan bahwa terapi murottal Al-Qur'an bisa menurunkan kecemasan pada pasien pre operasi. Hal ini ditunjukkan dengan nilai signifikan $p \text{ value } 0,000 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh yang signifikan terhadap kecemasan setelah diberikan intervensi terapi murottal Al-Qur'an. Pendahuluan harus berisi (secara berurutan) latar belakang umum, kajian literatur sebagai dasar pernyataan kebaruan ilmiah dari naskah, pernyataan kebaruan ilmiah, dan permasalahan penelitian. Pada bagian akhir pendahuluan harus dituliskan tujuan kajian naskah tersebut. Dalam format naskah ilmiah tidak diperkenankan adanya tinjauan pustaka sebagaimana di laporan penelitian, tetapi diwujudkan dalam bentuk kajian literatur terdahulu untuk menunjukkan kebaruan ilmiah naskah tersebut. Seluruh bagian pengantar dijelaskan dalam paragraf terintegrasi, dengan panjang 15-20% dari total panjang artikel.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian *Quasy-Experiment* (penelitian eksperimen semu) dengan *pre-test* dan *post-test* dengan desain kelompok kontrol yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian relaksasi nafas dalam dan terapi murottal Al-Qur'an terhadap tekanan darah dan respirasi pada pasien pre operasi bedah (Nursalam, 2013). Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling* yaitu teknik penetapan sampel dengan cara memilih sampel diantara populasi sesuai dengan yang dikehendaki peneliti (tujuan/masalah dalam penelitian), sehingga sampel tersebut dapat mewakili karakteristik populasi (Nursalam, 2013). Responden yang sesuai dengan kriteria inklusi berjumlah 60 responden. Penelitian dilakukan selama 2 bulan di ruang rawat inap bedah. Peneliti memberikan teknik relaksasi nafas dalam sebanyak 10 kali (2 siklus) dengan diselingi istirahat singkat setiap 5 kali yang dilakukan selama 2-3 menit. Kemudian dilanjutkan dengan pemberian terapi murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman 1 kali selama 10-15 menit oleh Syekh Abdurrahman Al-Ausy dari Timur Tengah yang diperdengarkan melalui *ear phone*. Peneliti memberikan teknik relaksasi nafas dalam dan terapi murottal Al-Qur'an sebanyak 2 kali, pemberian pertama diberikan 4 jam sebelum pasien masuk ruang operasi kemudian diulang kembali 1 jam sebelum pasien masuk ruangan operasi dengan durasi pemberian 15-20 menit. Setelah itu peneliti baru melakukan *post test* untuk mengetahui perbedaan tekanan darah dan respirasi responden.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pelaksanaan kegiatan, berikut ini disajikan karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, umur, pendidikan dan pekerjaan pada pasien pre operasi di RSUD X.

Tabel 1. Karakteristik responden (n=60)

Karakteristik Responden	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol		P Value
	n=30	%	n=30	%	
Jenis Kelamin					
Laki-laki	12	40,0	14	46,7	0,602
Perempuan	18	60,0	16	53,3	
Umur					
Remaja Akhir (17-25)	4	13,3	1	3,3	0,280
Dewasa Awal (26-35)	4	13,3	8	26,7	
Dewasa Akhir (36-45)	9	30,0	10	33,3	
Lansia Awal (46-55)	6	20,0	8	26,7	
Lansia Akhir (56-65)	7	23,3	3	10,0	
Pendidikan					
SD	12	20,0	13	21,7	0,690
SMP	4	6,7	2	3,3	
SMA	14	23,3	15	25,0	
Pekerjaan					
Bekerja	9	15,0	2	3,3	0,021
Tidak bekerja	21	35,0	28	46,7	

Sumber : data primer 2018

Pada tabel 1 dapat diketahui bahwa data karakteristik responden homogen, hal ini ditunjukkan oleh nilai *p value* > 0,05 yang berarti tidak ada perbedaan karakteristik antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Dapat diketahui bahwa usia

terbanyak pada kelompok intervensi adalah usia dewasa akhir 36-45 tahun sebanyak 9 orang dan mayoritas responden merupakan perempuan dengan jumlah 18 orang. Pekerjaan responden penelitian pada kelompok intervensi yang paling banyak adalah tidak bekerja sebanyak 21 orang dan mayoritas responden penelitian dengan tingkat pendidikan SMA sebanyak 9 orang.

Sedangkan pada kelompok kontrol responden terbanyak berusia 36-45 tahun sebanyak 10 orang dan mayoritas responden merupakan perempuan sebanyak 16 orang. Pekerjaan responden penelitian pada kelompok kontrol yang paling banyak adalah tidak bekerja sebanyak 28 orang dan mayoritas responden penelitian dengan tingkat pendidikan SMA sebanyak 15 orang.

Tabel 2. Perbedaan rata-rata tekanan darah dan respirasi sebelum dan sesudah diberikan intervensi

Variabel	Kelompok	Mean \pm SD	Min-Max	P Value
Sistol	Intervensi (n=30)			
	Pre	135,73 \pm 7,768	124-151	0,000
	Post	130,30 \pm 7,530	120-146	
	Kontrol (n=30)			
	Pre	133,47 \pm 7,133	122-150	0,139
	Post	133,77 \pm 6,673	123-149	
Diastol	Intervensi (n=30)			
	Pre	84,10 \pm 8,087	70-105	0,033
	Post	82,87 \pm 5,178	75-100	
	Kontrol (n=30)			
	Pre	85,17 \pm 5,989	70-100	0,065
	Post	85,63 \pm 6,201	72-100	
Respirasi	Intervensi (n=30)			
	Pre	20,90 \pm 1,094	19-23	0,000
	Post	18,90 \pm 0,960	17-21	
	Kontrol (n=30)			
	Pre	20,23 \pm 1,633	17-23	0,893
	Post	20,27 \pm 1,048	18-22	

Sumber : data primer 2018

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat hasil analisis *Wilcoxon Test* menunjukkan bahwa terjadi perbedaan rata-rata tekanan darah dan respirasi pada kelompok yang di berikan nafas dalam dan murottal Al-Qur'an dengan nilai *p value* < 0,05.

Tabel 3. Penurunan tekanan darah dan respirasi responden setelah diberikan intervensi

Aspek	Kelompok	Mean \pm SD	P value
Sistol	Intervensi	5,43 \pm 2,239	0,000
	Kontrol	-0,30 \pm 1,088	
diastol	Intervensi	1,23 \pm 4,569	0,015
	Kontrol	-0,47 \pm 1,408	
Respirasi	Intervensi	2,00 \pm 0,743	0,000
	Kontrol	-0,03 \pm 1,299	

Sumber : data primer 2018

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat bahwa penurunan tekanan darah dan respirasi responden setelah diberikan intervensi nafas dalam dan terapi murottal Al-Qur'an pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi mempunyai nilai yang signifikan dengan *p value* < 0,05.

Tabel 4. Perbandingan tekanan darah dan respirasi responden setelah diberikan intervensi

Aspek		Kelompok	Mean \pm SD	P-value
Sistol	Sesudah	Intervensi	130,3 \pm 7,530	0,034
		Kontrol	133,7 \pm 6,673	
diastol	Sesudah	Intervensi	82,87 \pm 5,178	0,036
		Kontrol	85,63 \pm 6,201	
Respirasi	Sesudah	Intervensi	18,90 \pm 0,960	0,000
		Kontrol	20,27 \pm 1,048	

Sumber: data primer 2018

Pada tabel 2 hasil analisis *Mann Whitney Test* menunjukkan perbedaan tekanan darah dan respirasi responden pada kedua kelompok intervensi dan kontrol setelah (*post*) penelitian dengan nilai *p value* < 0,05.

Berdasarkan hasil yang didapatkan, nilai rata-rata *sistol* dan *diastol* pada kelompok intervensi sebelum dilakukan pemberian teknik relaksasi nafas dalam dan terapi murottal Al-Qur'an adalah 135.73 untuk *sistol* dan 84.10 untuk *diastol*, dan setelah dilakukan pemberian teknik relaksasi nafas dalam dan terapi murottal Al-Qur'an menunjukkan bahwa nilai rata-rata *sistol* dan *diastol* mengalami perubahan yang signifikan yaitu 130.30 untuk *sistol* dan 82.87 untuk *diastol*. Sedangkan pada kelompok kontrol tidak terjadi perubahan yang bermakna sebelum dan setelah penelitian.

Perubahan ini terjadi karena peneliti memberikan teknik relaksasi nafas dalam selama 2-3 menit dengan lambat dan perlahan kemudian peneliti melanjutkan pemberian murottal Al-Qur'an selama kurang lebih 15 menit selama dua kali 4 jam sebelum operasi dan dilanjutkan 1 jam sebelum operasi dengan tempo lambat. Penelitian yang dilakukan oleh Salim (2013) menyatakan relaksasi nafas dalam dan mendengarkan murottal Al-Qur'an bertempo lambat mempunyai respon yang baik terhadap tekanan darah dan denyut nadi.

Teknik relaksasi nafas dalam yang dilakukan secara lambat dan perlahan secara tidak langsung dapat meningkatkan ventilasi paru, meningkatkan oksigenasi darah dan menghilangkan respon fisiologis yang biasanya ditandai dengan kecemasan yang bisa menyebabkan pasien terjadinya peningkatan tekanan darah, nadi dan respirasi (Muttaqin & sari, 2009).

Relaksasi nafas dalam berefek pada peningkatan konsentrasi oksigen pada *alveoli*, difusi oksigen dari *alveoli* ke vena *pulmonalis* meningkat disertai peningkatan oksigen di plasma. Oksigen yang meningkat berefek pada vasodilatasi perifer sehingga resistensi perifer menurun dan tekanan darah juga menurun. Konsentrasi oksigen yang normal plasma menurunkan ditangkap oleh baroreseptor dan kemoreseptor untuk menurunkan frekuensi nafas sehingga nafas menjadi normal (Santoso, 2015)

Penelitian yang dilakukan oleh Anderson, *et al* (2010) menunjukkan bahwa dengan pernafasan dalam dan lambat 6-10 kali permenit pada orang dewasa akan meningkatkan sensitifitas baroreseptor dengan menstimulasi respon saraf otonom melalui pengeluaran *neurotransmitter endorphin* yang berefek pada penurunan respon saraf simpatis dan peningkatan respon parasimpatis sehingga dapat memperlambat dan menyeimbangkan gelombang otak dan pengaruh terhadap kestabilan tekanan darah, nadi dan pernafasan (Bally *et al*, 2010)

Murottal Al-Qur'an yang digunakan dalam penelitian ini mempunyai tempo sebesar 66.18 bpm. Tempo tersebut merupakan tempo lambat yang mempunyai kisaran 60 sampai 90 bpm. Tempo lambat merupakan tempo yang seiring dengan denyut nadi manusia sehingga akan mengsinkronkan detaknya sesuai dengan tempo suara (Dominick et al., 2007 dalam Mayrani, 2013).

Suara murottal Al-Qur'an bertempo lambat akan diterima oleh daun telinga yang dapat menggetarkan *membran timpani*. Setelah itu getaran diteruskan hingga organ *korti* dalam *kokhlea* dimana getaran akan diubah dari sistem konduksi ke sistem saraf melalui *nervus auditorius* sebagai *impuls elektris*. *Impuls elektris* tersebut berlanjut ke *konteks auditorius*. Dari *konteks auditorius* yang terdapat pada *konteks serebri*, pendengaran berlanjut ke sistem limbik melalui *konteks limbik* (Prasetyo, 2005).

Dari *konteks limbik*, jeras pendengaran dilanjutkan ke *hipotalamus*, tempat salah satu ujung *hipotalamus* berbatas dengan *nuclei amigdaloid*. *Amigdala* yang merupakan area perilaku kesadaran yang bekerja pada tingkat bawah sadar, menerima sinyal dari *konteks limbik* lalu menjalarkannya ke *hipotalamus*. Di *hipotalamus* yang merupakan pengaturan sebagian fungsi *vegetatif* dan fungsi *endokrin* tubuh seperti halnya banyak aspek perilaku emosional, jarak pendengaran diteruskan ke *formation retikularis* sebagai penyalur *impuls* menuju serat saraf otonom. Serat saraf tersebut mempunyai dua sistem saraf yaitu sistem saraf simpatis dan sistem saraf parasimpatis. Kedua sistem saraf ini mempengaruhi kontraksi dan relaksasi organ-organ (Guyton & Hall, 2007).

Murottal dapat memacu sistem saraf parasimpatis yang menyebabkan relaksasi (Asti, 2009 dalam Widyastiwi, 2015). Hal ini sebagaimana dikemukakan oleh Istiqomah (2013) bahwa doa, membaca Al-Qur'an, dan mengingat Allah (Dzikir) akan menyebabkan respon relaksasi yang akan menyebabkan penurunan tekanan darah, penurunan oksigen konsumsi, penurunan denyut nadi dan pernafasan.

Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Siswoyo (2017), mendengarkan murottal Al-Qur'an mempunyai respon yang efektif terhadap tekanan darah *sistol* dan *diastol* pada pasien *pre* operasi. Murottal Al-Qur'an terbukti menunjukkan efek yaitu menurunkan frekuensi denyut jantung, tekanan darah dan dapat mengurangi kecemasan (Bally et al, 2010).

Selain tekanan darah peneliti juga melihat respirasi pada pasien didapatkan hasil bahwa terjadi perubahan yang signifikan terhadap respirasi pasien sebelum dan setelah diberikan intervensi. Nilai rata-rata respirasi pasien sebelum dilakukan pemberian teknik relaksasi nafas dalam dan terapi murottal Al-Qur'an adalah 20,90 dan setelah dilakukan pemberian teknik relaksasi nafas dalam dan terapi murottal Al-Qur'an respirasi pasien berubah menjadi 18,90. Sedangkan pada kelompok kontrol tidak terjadi perubahan yang bermakna sebelum dan setelah penelitian.

Terapi murottal Al-Qur'an memberikan dampak positif bagi psikologis. Efek suara dari murottal Al-Qur'an berkaitan dengan proses *implus* suara yang ditransmisikan kedalam tubuh dan mempengaruhi sel-sel tubuh. Suara yang diterima oleh telinga kemudian diterima oleh saraf pusat kemudian ditransmisikan keseluruhan bagian tubuh. Selanjutnya saraf *vagus* dan sistem *limbik* membantu mengontrol kecepatan denyut nadi, respirasi dan mengontrol emosi. Terapi murottal Al-Qur'an dapat memunculkan gelombang *delta* di daerah *frontal* dan *sentral* di sebelah kanan dan

kiri otak. Daerah *frontal* yaitu sebagai pusat intelektual umum dan pengatur emosi (Abdurrahman, 2008).

Ketika pasien mendengarkan terapi murottal Al-Qur'an sistem saraf mengkomunikasikan hipotalamus untuk mensekresi atau meningkatkan hormon endorphin di kelenjar piutary dan menekan hormon stress, epineprin dan norepinefrin di kelenjar adrenal sehingga terapi murottal Al-Qur'an mampu menurunkan tekanan darah, menurunkan denyut nadi, memperlambat pernapasan, detak jantung, dan aktivitas gelombang otak (Heru, 2008).

Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Fayazi (2015), dengan mendengarkan murottal Al-Qur'an pasien yang akan menjalani operasi yang diberikan perlakuan 6 jam sebelum operasi selama 15 menit terjadi perubahan yang signifikan dengan nilai p value < 0.05. Selain murottal Al-Qur'an, teknik relaksasi nafas dalam merupakan suatu asuhan keperawatan yang efektif bagi pasien yang dapat menurunkan frekuensi oksigen, frekuensi pernafasan, frekuensi jantung dan dapat mengurangi ketegangan otot (Kusyati, 2006).

Dengan mengkombinasi teknik relaksasi nafas dalam dan murottal Al-Qur'an yang diberikan kepada pasien pre operasi, maka efek yang dirasakan oleh pasien akan lebih baik. Murottal Al-Qur'an suatu terapi yang bermanfaat bagi kesehatan yang bisa menenangkan jiwa dan menghilangkan rasa takut. Sedangkan relaksasi nafas dalam suatu terapi yang bisa menghilangkan ketegangan otot, menstabilkan frekuensi nafas dan membuat pasien lebih nyaman (Mustamir, 2009).

SIMPULAN

Ada pengaruh signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan teknik relaksasi nafas dalam dan terapi murottal Al-Qur'an terhadap tekanan darah dan respirasi pasien pre operasi di RSUD X. Berdasarkan hasil penelitian bahwa semua responden menggunakan jenis operasi bedah mayor yang berjumlah 60 pasien, 30 kelompok intervensi dan 30 kelompok kontrol. Bedah Mayor merupakan pembedahan di mana secara relatif lebih sulit untuk dilakukan daripada pembedahan minor, membutuhkan waktu, melibatkan risiko terhadap nyawa pasien (Syamsuhidajat, 2010).

SARAN

Adapun saran dalam penelitian ini yakni perawat harus menerapkan teknik relaksasi nafas dalam dan terapi murottal Al-Qur'an sebagai terapi non farmakologi untuk membantu menurunkan tekanan darah dan menormalkan respirasi pada pasien pre operasi. Diharapkan kepada pasien pre operasi bisa menerapkan langsung relaksasi nafas dalam dan murottal Al-Qur'an secara berkala. Hasil penelitian ini diharapkan menambah wawasan dan pengetahuan mahasiswa keperawatan tentang terapi non farmakologi.

DAFTAR PUSTAKA

- Alligood, MR & Tomey AN. (2014) *Nursing Theorist and Their Work, Sixth Edition, St. Louis Mosby*
- Al-Qur'an dan terjemahan. (2015), *Departemen Agama RI. Bandung. CV Darus Sunnah. Surah Ar Ra'du 31 dan Al-A'raf 204*

-
- Amaliah, N. (2015). Pengaruh Terapi Murottal Terhadap Penurunan Kecemasan Pasien Pre Operasi Ca Mammae Di Ruang Bedah Rumah Sakit Ibnu Sina Makassar. *Jurnal keperawatan Pengaruh Terapi Murottal Terhadap Penurunan Kecemasan Pasien Pre Operasi Ca Mammae Di Ruang Bedah Rumah Sakit Ibnu Sina Makassar*, 1–10.
- Aprianto, D, Kristiyawati, S. P, & Purnomo, S. E. C. (2013). Efektifitas Teknik Relaksasi Imajinasi Terbimbing dan Nafas Dalam Terhadap Penurunan Kecemasan pada Pasien Pre Operasi. *Jurnal Keperawatan Vol. 2 No. 2* . Retrieved from ejournal.stikestelogorejo.ac.id
- Debora, O. (2012). *Proses Keperawatan dan Pemeriksaan Fisik*. Jakarta: Salemba Medika
- Effendi.F & Makhfudli. (2005). *Keperawatan Kesehatan Komunitas*. Salemba Medika. Jakarta Guide and Ag Guide. MultSurvivalSurgery.
- Ernawati. (2013). Pengaruh Mendengarkan Murottal Q.S Ar-Rahman Terhadap Pola Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Rumah Sakit Nur Hidayah Yogyakarta *Jurnal Muhammadiyah University of Yogyakarta Vol. 2 No. 1*
- Jundishapur J Chronic Dis Care. (2015) *The Effect of Reciting the Word “Allah” on Vital Signs and SpO2 of Patients After Coronary Artery Bypass Graft Surgery: A Randomized Clinical Trial. Vol. 5*
- Kusyati, (2006) *Metode Supernol Menaklukkan Stres*. Jakarta: Hikmah Publishing House. Sherwood, Laura Iee. 2011. *Fisiologi Manusia*. Jakarta : EGC.
- Nasiri, M., Fayazi, S., & Karimvand, H. K. (2015). The Effect of Reciting the Word “ Allah ” on Vital Signs and SpO 2 of Patients After Coronary Artery Bypass Graft Surgery : A Randomized Clinical Trial. *Jundishapur Journal Chronic Disease Care*, 4(2), 1–7. <https://doi.org/10.5812/jjcdc.28337>
- Nursalam. (2013). *Konsep dan Metodologi Penerapan Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Salim, F. N (2013). *Pengaruh Tempo Musik Cepat dan Lambat Terhadap Tekanan Darah dan Denyut Jantung*. *jurnal*. Universitas Kedokteran Maranatha Bandung. *Jurnal keperawatan Vol. 7 No. 4*
- Sumaryani & Sari. (2015). *Senam Disminorhea Berbasis Ar-Rahman Terhadap Penurunan Nyeri*
- Syakir. (2014). *Islamic Hypnoparenting: Mendidik Anak Masa Kini Ala Rasulullah*. Jakarta: PT. Kawan Pustaka Tomb, David A. (2003). *Buku Saku Psikiatri*. Jakarta: EGC
- Sjamsuhidajat & De Jong. (2010). *Buku Ajar Ilmu Bedah*. Jakarta: EGC
- Vedebeck. (2012). *Buku ajar keperawatan jiwa*. Jakarta: EGC.
- Widayarti, (2012). Efektivitas Terapi Murottal dan Terapi Musik Klasik terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Pra Operasi di Pekalongan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan, V(2)*. <https://doi.org/10.1533/9780857096326.index>
-