

Implementasi Terapi Murotal Al-Qur'an Berbasis Riset Untuk Pengendalian Hipertensi Melalui Pemberdayaan Kader Posyandu Bregas Mulia

Iwan Purnawan^{1*}, Endang Triyanto², Sidik Awaludin³, Ikit Netra Wirakhmi⁴

¹Jurusan Keperawatan, Fakultas Ilmu Ilmu Kesehatan, Universitas Jenderal Soedirman, Purwokerto, Indonesia

²Jurusan Keperawatan, Fakultas Ilmu Ilmu Kesehatan, Universitas Jenderal Soedirman, Purwokerto, Indonesia

³Jurusan Keperawatan, Fakultas Ilmu Ilmu Kesehatan, Universitas Jenderal Soedirman, Purwokerto, Indonesia

⁴Prodi Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Harapan Bangsa, Purwokerto, Indonesia

*e-mail korespondensi: ikitnetrawirakhmi@uhb.ac.id

Abstract

Hypertension is a global health issue due to its asymptomatic nature and potential for fatal complications (*silent killer*). Purwokerto Utara II Health Center area have 1,324 elderly individuals suffer from hypertension, yet adherence to non-pharmacological management remains low. Posyandu Bregas Mulia cadres serve as the frontline of community health services; however, the majority have never received training on accurate early detection or evidence-based non-pharmacological interventions, such as Quranic murottal therapy. This community empowerment program aimed to enhance the knowledge and skills of health cadres in detecting hypertension and implementing research-based Quranic murottal therapy as an alternative approach to blood pressure control. The program was conducted on June 1, 2026 involving 11 cadres. The methods included lectures, demonstrations using digital tensimeters, training on murottal therapy, and educational modules. Evaluation was carried out using questionnaires via pre-test and post-test designs. The average knowledge score improved by 31.36 points. The utilization of visual media, modules, demonstration, and interactive discussion proved effective in accelerating the cadres' information retention. Empowering cadres through research-based training successfully and significantly enhanced their capacity. The cadres of Posyandu Bregas Mulia are now fully equipped to act as agents of change in supporting non-pharmacological hypertension management within the community.

Keywords: Community Empowerment; Health Cadres; Hypertension; Knowledge; Quranic Murottal.

Abstrak

Hipertensi merupakan masalah kesehatan global yang sering terjadi tanpa gejala namun memicu komplikasi fatal (*silent killer*). Wilayah kerja Puskesmas Purwokerto Utara II, tercatat 1.324 lansia menderita hipertensi, namun kepatuhan pengobatan non-farmakologis masih rendah. Kader Posyandu Bregas Mulia merupakan ujung tombak pelayanan kesehatan, tetapi mayoritas belum pernah mendapatkan pelatihan deteksi dini serta intervensi non-farmakologis berbasis bukti, seperti terapi murotal Al-Qur'an. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu dalam mendeteksi hipertensi serta mengimplementasikan terapi murotal Al-Qur'an berbasis riset sebagai variasi pengendalian tekanan darah. Kegiatan dilaksanakan pada 1 Juni 2026 dan diikuti oleh 11 kader Posyandu Bregas Mulia, Kelurahan Sumampir. Metode yang digunakan meliputi ceramah, demonstrasi pengukuran tekanan darah dengan tensimeter digital, pelatihan terapi murotal menggunakan *speaker*, serta pembagian modul. Evaluasi dilakukan menggunakan kuesioner melalui *pre-test* dan *post-test*. Rata-rata skor pengetahuan kader meningkat sebesar 31,36 poin. Penggunaan media visual, modul, serta metode demonstrasi dan diskusi interaktif terbukti efektif dalam mempercepat penyerapan informasi oleh kader. Pemberdayaan kader melalui pelatihan berbasis riset berhasil meningkatkan kapasitas kader secara signifikan. Kader Posyandu Bregas Mulia kini memiliki kesiapan untuk bertindak sebagai agen perubahan dalam membantu mengendalikan hipertensi secara non-farmakologis di masyarakat.

Kata Kunci: Hipertensi; Kader Posyandu; Murotal Al-Qur'an; Pengabdian Masyarakat; Pengetahuan

Accepted: 2026-07-06

Published: 2026-07-30

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan kondisi dimana tekanan darah berada di atas normal. Tekanan darah seseorang normalnya setara atau kurang dari 120/80 mmHg. Jika seseorang memiliki tekanan darah diatas 140/90 mmHg maka ia menderita hipertensi (Ekasari et al., n.d.). Hipertensi atau yang sering dijuluki "*Silent Killer*" menjadi salah satu masalah kesehatan yang membutuhkan perhatian khusus karena tidak di sertai gejala dan tanpa disadari penderita mengalami komplikasi pada organ-organ vital (Mado et al., 2025).

Posyandu Bregas Mulia terletak di Kelurahan Sumampir, Kecamatan Purwokerto Utara, Kabupaten Banyumas, Jawa Tengah. Wilayah ini semi-urban dengan populasi sekitar 5.000 jiwa dan menjadi bagian dari wilayah kerja Puskesmas Purwokerto Utara. Meskipun akses ke fasilitas kesehatan relatif baik, penyakit tidak menular (PTM) seperti hipertensi masih menjadi tantangan besar.

Data Riset Kesehatan Indonesia 2023 menunjukkan data hipertensi di Jawa Tengah berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk ≥ 18 tahun mencapai 32.9 % (Kemenkes RI, 2023). Puskesmas Purwokerto Utara II pada tahun 2020 menunjukkan bahwa sasaran lansia pada usia 60-69 sebanyak 2069 lansia dan usia 70 keatas sebanyak 1575 lansia. Total keseluruhan sasaran lansia adalah 3644 lansia dengan penderita hipertensi sejumlah 1324 lansia dan yang tercatat dalam prolanis di Puskesmas Purwokerto Utara II sebanyak 127 peserta dengan hipertensi (Krismaryani et al., 2022).

Studi yang dilakukan oleh (Marshanda et al., 2023) menemukan bahwa hanya sekitar 50% pasien hipertensi yang mematuhi regimen pengobatan yang diresepkan dan diharapkan untuk lebih ditingkatkan pengetahuan pada penderita hipertensi melalui program edukasi sehingga kepatuhan pengobatan dapat tercapai.

Kader berperan sebagai agen perubahan yang tidak hanya menyampaikan informasi tetapi juga memberdayakan masyarakat untuk mengelola kesehatan mereka sendiri (*self management*) (Syaid & Tursina, 2025). Kader posyandu merupakan ujung tombak pelayanan kesehatan di masyarakat. Selama ini, kegiatan posyandu di Posyandu Bregas Mulia lebih terfokus pada balita dan lansia, sementara pendampingan penderita Penyakit Tidak Menular belum optimal. Kader bertugas memberikan edukasi, melakukan skrining sederhana, dan merujuk warga ke fasilitas kesehatan.

Pentingnya pengendalian tekanan darah agar tetap dalam kondisi terkendali, merupakan tantangan yang harus dihadapi oleh tenaga kesehatan. Melakukan *health education* kepada penderita hipertensi serta secara rutin mengkomunikasikan pentingnya mengkonsumsi obat secara teratur, akan membantu pasien hipertensi untuk teratur mengkonsumsi obat anti hipertensi yang didapatkan dari fasilitas kesehatan. Selain itu, juga dibutuhkan adanya variasi pengobatan yang dapat diaplikasikan kepada pasien hipertensi guna memastikan pasien hipertensi tidak merasa bosan dengan terapi konsumsi obat yang harus mereka lakukan sepanjang usia mereka nantinya (Silvianah & Indrawati, 2024).

Hasil wawancara dengan ketua Posyandu Bregas Mulia menunjukkan bahwa sebagian besar kader belum pernah mendapatkan pelatihan tentang deteksi dini hipertensi dan pengelolaan non-farmakologis. Pengetahuan mereka tentang penggunaan tensimeter digital masih terbatas, sehingga pengukuran tekanan darah sering tidak akurat. Lebih penting lagi, kader tidak memiliki pemahaman tentang intervensi berbasis bukti seperti terapi relaksasi atau terapi audio yang dapat direkomendasikan kepada penderita hipertensi. Materi edukasi yang tersedia di posyandu hanya bersifat umum dan tidak mengacu pada hasil riset terkini. Akibatnya, kader tidak mampu memberikan panduan yang tepat kepada masyarakat mengenai cara mengendalikan tekanan darah di rumah. Padahal, pemberdayaan kader dengan pengetahuan dan keterampilan berbasis riset

terbukti efektif meningkatkan cakupan pengendalian penyakit tidak menular (Wirakhmi, Purnawan, et al., 2018) (Wirakhmi, Utami, et al., 2018). Selain itu menurut WHO (2013) upaya pengendalian hipertensi lebih *cost effective* melalui pendekatan non farmakologis (Fauzi & Efendi, 2020).

METODE

Program pengabdian ini dirancang untuk mengimplementasikan terapi murotal Al-Qur'an berbasis riset melalui pemberdayaan kader Posyandu Bregas Mulya. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi tentang konsep hipertensi, cara pengukuran tekanan darah dan metode terapi hipertensi menggunakan murotal Al Qur'an ditujukan kepada para kader Posyandu Bregas Mulia Kelurahan Sumampir, Kecamatan Purwokerto Utara, Jawa Tengah. Kegiatan dilaksanakan pada hari Sabtu, 1 Juni 2026 dan diikuti oleh 11 orang kader.

Pelaksanaan pelatihan ini dibagi menjadi beberapa tahapan. Pada tahap persiapan, dilakukan koordinasi dengan Ketua Posyandu Bregas Mulia untuk menentukan waktu dan lokasi kegiatan. Tahap selanjutnya adalah *pre test* berupa pertanyaan tertutup tentang konsep hipertensi, cara pengukuran tekanan darah dan metode terapi hipertensi menggunakan murotal Al Qur'an. Pada tahap pelaksanaan, pelatihan diselenggarakan dengan metode ceramah, demonstrasi dan sesi tanya jawab. Materi yang diberikan meliputi definisi, klasifikasi, faktor risiko, komplikasi, pentingnya pengendalian hipertensi dan peran kader, pengukuran tekanan darah menggunakan tensimeter digital serta manajemen nyeri non farmakologis menggunakan terapi murotal Al Qur'an. Tahap terakhir adalah *post test* melalui kuesioner berupa pertanyaan tertutup.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berikut adalah beberapa kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang sudah dilakukan yang ditujukan kepada kader Posyandu Bregas Mulia.



Gambar 1. Kader Mengerjakan Kuesioner



Gambar 2. Ceramah



Gambar 3. Demonstrasi

Pada tahap pelaksanaan, pelatihan diselenggarakan dengan metode ceramah, demonstrasi, latihan dan tanya jawab dengan tujuan dapat meningkatkan pemahaman dan keterampilan kader. Materi yang diberikan meliputi definisi hipertensi, klasifikasi, faktor risiko, komplikasi, pentingnya pengendalian hipertensi, peran kader dan manajemen nyeri non farmakologis menggunakan terapi murotal Al Qur'an. Selain itu juga mendemonstrasikan pengukuran tekanan darah menggunakan tensimeter digital dan terapi murotal Al Qur'an menggunakan speaker. Media yang digunakan untuk pendidikan kesehatan menggunakan power point. Selanjutnya peserta diberi kesempatan untuk bertanya, mengungkapkan pendapat atau pengalaman dan berlatih menggunakan tensimeter digital sesuai prosedur. Setelah selesai kegiatan, kader juga dibekali dengan modul berisi materi.

Tabel 1. Hasil *Pre Test* dan *Post Test*

Variabel	Sebelum Penyuluhan	Setelah Penyuluhan
Pengetahuan	64.09	95.45

Tabel 1 menunjukkan dari 11 peserta rata-rata pengetahuan kader setelah pelatihan mengalami peningkatan sebesar 31.36 point. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan kader yang sangat signifikan.

Hasil ini sesuai dengan hasil PKM yang dilakukan di posyandu lain bahwa terdapat peningkatan skor pre test dan post test pengetahuan kader (Wirakhmi et al., 2025) (Wirakhmi et al., 2023).

Pendidikan kesehatan mempunyai peran yang penting dalam mewujudkan manusia yang sehat. Kesehatan merupakan dambaan setiap manusia. Manusia yang sehat dapat melakukan aktivitasnya dengan optimal. Pendidikan kesehatan dapat diberikan melalui pendidikan formal maupun non formal (Aji et al., 2003).

Menurut asumsi tim pengabdian, peningkatan pengetahuan terjadi karena adanya penggunaan media power point dan modul di dalam pendidikan kesehatan, pengulangan informasi yang diberikan saat berdiskusi dan demonstrasi. Hal ini sesuai dengan teori bahwa salah satu faktor yang berpengaruh terhadap keberhasilan suatu pendidikan kesehatan adalah pemilihan metode pelatihan yang tepat. Melalui metode penyuluhan, kontak antara klien dengan petugas lebih intensif. Setiap masalah yang dihadapi oleh klien dapat diteliti dan dibantu penyelesaiannya (Aji et al., 2003)

KESIMPULAN

Kegiatan ini dilaksanakan dengan hasil yang baik dan responsif dari peserta. Proses persiapan hingga pelaksanaan kegiatan penyuluhan berjalan lancar. Selama penyuluhan dan setelah penyuluhan berlangsung, terdapat perubahan pengetahuan signifikan. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat meningkatkan pengetahuan kader tentang hipertensi, cara menggunakan tensimeter digital dan cara memberikan terapi murotal Al Quran. Penyuluhan dan pelatihan kader posyandu sebaiknya dilakukan secara berkesinambungan.

Terapi murotal Al Qur'an dapat diberikan secara berkala kepada seluruh pasien hipertensi di wilayah tersebut

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada LPPM Universitas Jenderal Soedirman atas pendanaan hibah Pengabdian Kepada Masyarakat dan kepada kader posyandu Bregas Mulia yang sudah berpartisipasi dalam kegiatan PKM.

DAFTAR PUSTAKA

- Aji, S. P., Nugroho, F. S., & Rahardjo, B. (2003). *PROMOSI DAN PENDIDIKAN KESEHATAN DI MASYARAKAT (Strategi dan Tahapannya)*. PT GLOBAL EKSEKUTIF TEKNOLOGI.
- Ekasari, M. F., Suryati, E. S., Badriah, S., Narendra, S. R., & Ishlah, F. A. (n.d.). *Hipertensi: kenali penyebab, tanda gejala dan penanganannya*.
- Fauzi, R., & Efendi, R. (2020). Program Pengelolaan Penyakit Hipertensi Berbasis Masyarakat dengan Pendekatan Keluarga di Kelurahan Pondok Jaya, Tangerang Selatan. *Wikrama Parahita*.
- Kemendes RI. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI)*.
- Krismayani, W., Yudono, D. T., & Hanum, F. (2022). Gambaran Aktivitas Fisik Pada Lansia dengan Hipertensi di Puskesmas Purwokerto Utara II. *Viva Medika*, 15(2), 82–90. <https://doi.org/10.35960/vm.v15i2.876>
- Mado, S. G., Geroda, J. F., & Nayoan, C. R. (2025). Hubungan Tingkat Pengetahuan, Dukungan Keluarga dan Dukungan Tenaga Kesehatan dengan Kepatuhan Minum Obat dan Kontrol Rutin Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Penfui. *PREPOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(2), 6049–6060.
- Marshanda, A., Puteri, P., & Nugraheni, A. Y. (2023). *Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Kepatuhan Pengobatan Pasien Hipertensi di Puskesmas Kotagede II Yogyakarta*. 19(2), 126–142.
- Silvanah, A., & Indrawati. (2024). Hubungan Kepatuhan Minum Obat Hipertensi dengan Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia di Posyandu Lansia. *Jurnal Keperawatan*, 52–61.
- Sya'id, A., & Tursina, H. M. (2025). Inovasi Digital dalam Edukasi Kesehatan : Peran Kader Posyandu dalam Mengendalikan Hipertensi. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 8, 3107–3117.
- Wirakhmi, I. N., Ningrum, E. W., & Kristianto, G. B. (2025). *Pemberdayaan Kader Dalam Penatalaksanaan Tuberculosis Melalui Pemanfaatan Pangan Lokal di Desa Kebocoran*. 4(4), 2335–2341.
- Wirakhmi, I. N., Purnawan, I., & Utami, T. (2018). Hipertensi Effect of Therapy Classic Music Mozart and Murotal Ar Rahman on Decreasing Systolic Blood Pressure in Women Hypertension. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*, 3(2). <https://doi.org/10.31101/jkk.1626>
- Wirakhmi, I. N., Rahmawati, A. N., & Purnawan, I. (2023). Penyuluhan Tentang Tuberculosis (TBC) dan Pengelolaannya Di Masyarakat Pada Kader Dan Penyuluh Agama Di Kecamatan Kedungbanteng. *JPM Bakti Parahita*., 4(2), 28–37.
- Wirakhmi, I. N., Utami, T., & Purnawan, I. (2018). Comparison Of Listening Mozart Music With Murotal Al Quran On The Pain Of Hypertension Patients. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 13(3).