

PENGARUH OLAHRAGA TERAPI INTEGRATIF BERBASIS RELIGI TERHADAP PENINGKATAN SPIRITUAL ANAK

Oleh

Yosepin Emeliani Lumban Gaol¹, Nurhayati Simatupang¹, Syamsul Gultom¹

Rima Mediyana Sari¹, Nurhamida Sari Siregar¹, Deni Rahman Marpaung¹

¹Prodi Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Medan

Email: yosepinemelianilumbangaol@gmail.com

Abstrak

Anak binaan di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) memerlukan pembinaan holistik yang mencakup aspek fisik, mental, dan spiritual. Partisipasi rendah dalam kegiatan ibadah konvensional menunjukkan perlunya inovasi pendekatan pembinaan spiritual, rendahnya tingkat partisipasi anak binaan dalam kegiatan ibadah agama kristen yang ditandai dengan sikap pasif, mengantuk, dan kurangnya antusiasme. Di sisi lain, anak binaan menunjukkan minat yang tinggi terhadap aktivitas olahraga. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh olahraga terapi integratif berbasis religi terhadap peningkatan spiritual anak di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) Kelas 1 Medan. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain *one group pretest-posttest design*. Subyek penelitian berjumlah 21 anak binaan beragama Kristen Protestan berusia 14-18 tahun yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner spiritualitas yang telah divalidasi dengan 21 item pernyataan valid ($\alpha = 0,920$). Perlakuan berupa program olahraga terapi integratif berbasis religi dilaksanakan selama 16 kali pertemuan dengan durasi 60 menit per pertemuan. Teknik analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* karena data tidak berdistribusi normal. Hasil penelitian menunjukkan terdapat peningkatan yang signifikan pada spiritualitas anak binaan, dengan nilai pretest sebesar 13,24 dan nilai posttest 20,38 (peningkatan 53,96%). Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed) = 0,000 < 0,05*, yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari program olahraga terapi integratif berbasis religi terhadap peningkatan spiritualitas anak binaan di LPKA Kelas 1 Medan.

Kata Kunci: Olahraga Terapi Integratif, Religi, Spiritualitas, Anak Binaan, LPKA

A. PENDAHULUAN

Hak setiap anak mencakup kesempatan berkembang maksimal dalam berbagai dimensi kehidupan, meliputi aspek jasmani, kejiwaan, interaksi sosial, dan kerohanian. Masa remaja merupakan fase kritis dalam pembentukan jati diri dan karakter yang memerlukan bimbingan serta pembinaan tepat untuk mengarahkan potensi ke arah positif. Anak-anak yang menjalani masa hukuman di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) merupakan individu dalam fase pembinaan menuju perubahan karakter dan perilaku yang memiliki hak fundamental untuk mendapatkan pembinaan keagamaan sesuai agama dan

kepercayaan masing-masing. Pembinaan keagamaan merupakan bagian integral dari proses rehabilitasi dan reintegrasi sosial yang bertujuan membentuk karakter, moral, dan spiritual anak.

Namun, realitas di lapangan menunjukkan tingkat partisipasi anak binaan dalam kegiatan ibadah masih rendah, ditandai dengan sikap pasif, mengantuk, dan kurangnya antusiasme. Fenomena ini mengindikasikan perlunya inovasi pendekatan kegiatan keagamaan yang lebih menarik dan menyentuh aspek emosional serta spiritual anak.

Sementara itu, anak-anak di LPKA Kelas 1 Medan menunjukkan minat tinggi terhadap aktivitas fisik seperti olahraga yang membawa efek positif terhadap kesehatan fisik dan psikis mereka. Penelitian Rosenbaum et al. (2014) menunjukkan aktivitas fisik terstruktur dapat mengurangi tingkat depresi, kecemasan, dan meningkatkan harga diri pada remaja. Olahraga tidak hanya berfungsi sebagai sarana pembentukan fisik, tetapi juga media pembelajaran nilai-nilai positif seperti disiplin, kerja sama, dan sportivitas.

Terapi integratif menurut National Center for Complementary and Integrative Health (NCCIH, 2020) adalah kombinasi metode medis konvensional yang telah terbukti aman dan berhasil. Olahraga sebagai kelompok aktivitas fisik yang dilakukan secara berulang, direncanakan, dan repetitif dengan tujuan meningkatkan atau mempertahankan kebugaran fisik. Olahraga terbukti memiliki efek positif pada kesehatan mental, dapat meningkatkan mood, meningkatkan kualitas hidup, dan mengurangi depresi serta kecemasan (Rosenbaum et al., 2014) menunjukkan bahwa melakukan olahraga secara teratur dapat mengurangi risiko berbagai penyakit kronis. Glock dan Stark (1965) mengidentifikasi lima dimensi utama religiusitas: kepercayaan (ideological), praktik ritual (ritual), pengalaman (experiential), pengetahuan (intelektual), dan konsekuensi (consequential). Tindakan religius untuk mengatasi stres dan tantangan hidup. Beberapa ayat Alkitab menjadi landasan teologis program ini: (1) Tubuh sebagai bait Roh Kudus (1 Korintus 6:19) yang menegaskan tubuh perlu dijaga dan dipelihara; (2) Latihan jasmani dan rohani (1 Timotius 4:8) yang menempatkan olahraga dan firman sebagai satu kesatuan; (3) Penguasaan diri (1 Korintus 9:25) yang mengajarkan disiplin dan pengendalian diri; (4) Ketekunan dalam perlombaan iman (Ibrani 12:1) yang menjadikan olahraga sebagai metafora perjalanan iman; (5) Kerja sama dan solidaritas (Pengkhhotbah 4:9-10) yang menanamkan nilai kebersamaan.

Olahraga terapi integratif adalah pendekatan yang menggabungkan prinsip-prinsip terapi integratif dengan aktivitas olahraga untuk mencapai tujuan terapeutik komprehensif. Rosenbaum et al. (2014) menunjukkan latihan terbukti berguna untuk berbagai gangguan kesehatan mental. Dalam olahraga terapi integratif berbasis religi, elemen spiritual dapat meningkatkan efek terapeutik melalui integrasi aktivitas fisik dengan nilai-nilai keagamaan. Menurut teori perkembangan holistik yang dikemukakan oleh Miller (2019), pendekatan yang mengintegrasikan berbagai dimensi kehidupan manusia akan memberikan hasil yang lebih optimal dalam proses rehabilitasi. Berdasarkan uraian diatas yang telah dijelaskan ,maka hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat pengaruh yang signifikan dari program olahraga terapi integratif berbasis religi kristen protestan terhadap peningkatan spiritualitas anak binaan di LPKA Kelas I Medan.

B. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) Kelas 1 Medan yang berlokasi di Kota Medan, Sumatera Utara. LPKA Kelas 1 Medan. Subyek penelitian adalah anak binaan di LPKA Kelas 1 Medan yang berjumlah 21 orang per tanggal 19 Mei 2025, dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria inklusi: (1) beragama kristen protestan, (2) telah menjalani masa tahanan minimal 3 bulan, (3) berusia 14-18 tahun. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan pendekatan kuantitatif. Desain penelitian yang dipilih adalah *one group pretest-posttest design* tanpa kelompok kontrol instrumen yang digunakan adalah kuesioner spiritualitas yang dikembangkan berdasarkan lima indikator: hubungan ke Tuhan, ke keluarga, ke masyarakat, ke negara, dan ke lingkungan. Kuesioner awal terdiri dari 32 item yang kemudian diujicobakan kepada 11 responden di luar sampel penelitian.

Instrumen penelitian telah melalui proses validasi menggunakan analisis korelasi *Pearson Product Moment* yang menghasilkan 21 butir pernyataan valid dengan koefisien korelasi minimal 0,602 pada taraf signifikansi 0,05. Reliabilitas instrumen diuji menggunakan koefisien *Cronbach's Alpha* yang menunjukkan nilai 0,920, mengindikasikan bahwa instrumen memiliki konsistensi internal sangat tinggi dalam mengukur konstruk spiritualitas. Rancangan penelitian menggunakan desain eksperimen kelompok tunggal dengan pola pengukuran sebelum dan sesudah intervensi. Prosedur penelitian diawali dengan pengukuran baseline spiritualitas responden, kemudian

dilanjutkan dengan implementasi program olahraga terapi integratif berbasis religi yang dilaksanakan dalam 16 sesi pertemuan dengan durasi 60 menit per sesi, dan diakhiri dengan pengukuran spiritualitas pascaintervensi untuk mengidentifikasi efektivitas program.

Program olahraga terapi integratif berbasis religi dilaksanakan selama 16 pertemuan dengan durasi 60 menit per pertemuan. Program terdiri dari 8 bentuk kegiatan yang mengintegrasikan aktivitas fisik dengan nilai-nilai spiritual Kristen: (1) Menyusun Puzzle Ayat - menggabungkan aktivitas kognitif dan motorik dengan hafalan ayat; (2) Lari dan Membaca - mengintegrasikan aktivitas kardio dengan pembacaan firman; (3) Kamu Bernilai - menekankan nilai diri di mata Tuhan (Yeremia 1:5); (4) Lempar Beban - simbolis membuang beban dosa (1 Petrus 5:7); (5) Bermain Kereta - mengajarkan kepercayaan dan kerjasama; (6) Angkat Beban - membangun kekuatan fisik dan mental; (7) Gerak Senam Ceria - pujian melalui gerakan (Mazmur 150:4); (8) Permainan Berkelompok Kooperatif - menanggung beban bersama (Galatia 6:2). Setiap sesi diawali dengan pembukaan ayat Alkitab dan diakhiri dengan refleksi spiritual.

Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan program SPSS versi 25.0 melalui tahapan analisis statistik deskriptif yang meliputi mean, median, modus, standar deviasi, dan distribusi frekuensi, uji prasyarat analisis yang terdiri dari uji normalitas menggunakan *Shapiro-Wilk Test* dan uji homogenitas menggunakan *Levene's Test*, serta uji hipotesis menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan kriteria jika $Asymp. Sig. (2-tailed) < 0,05$ maka H_0 ditolak.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN

1. Hasil Penelitian

Tabel 1
Statistik Deskriptif Data *Pretest* dan *Posttest*

Statistik	Pretest	Posttest	Selisih	Persentase Peningkatan
N	21	21	-	-
Mean	13,24	20,38	7,14	53,96%
Median	13,00	21,00	8,00	-
Std. Deviation	1,76	0,92	-0,84	-47,63%
Minimum	10,00	18,00	8,00	80,00%
Maximum	18,00	21,00	3,00	16,67%

Sumber: Data Primer Diolah, 2025

Berdasarkan Tabel 1, terlihat peningkatan rata-rata skor spiritualitas dari 13,24 pada pretest menjadi 20,38 pada posttest, dengan selisih 7,14 atau meningkat sebesar 53,96%. Penurunan nilai standar deviasi dari 1,76 menjadi 0,92 menunjukkan bahwa sebaran data pada saat posttest menjadi lebih homogen.

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Data *Pretest*

Interval Kelas	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
< 11,49	3	14,3	Sangat Rendah
11,50 - 12,35	2	9,5	Rendah
12,36 - 14,11	13	61,9	Sedang
14,12 - 15,86	2	9,5	Tinggi
> 15,87	1	4,8	Sangat Tinggi
Jumlah	21	100	

Sumber: Data Primer Diolah, 2025

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Data *Posttest*

Interval Kelas	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
< 18,40	1	4,8	Sangat Rendah
18,41 - 19,10	3	14,3	Rendah
19,11 - 19,80	0	0	Sedang
19,81 - 20,50	4	19,0	Tinggi
> 20,51	13	61,9	Sangat Tinggi
Jumlah	21	100	

Sumber: Data Primer Diolah, 2025

Berdasarkan Tabel 3, mayoritas responden (61,9%) berada pada kategori sangat tinggi setelah mengikuti program, menunjukkan peningkatan signifikan dari kondisi *pretest* yang mayoritas berada pada kategori sedang.

Setelah uji statistic deskriptif data diperoleh dilakukan uji prasyarat analisis yaitu uji normalitas dan uji homogenitas dengan hasil uji seperti tabel berikut.

Tabel 4
Hasil Uji Normalitas

Data	Shapiro-Wilk (Sig.)	Keterangan
Pretest	0,054	Normal
Posttest	0,000	Tidak Normal

Sumber: Output SPSS 25, 2025

Data *pretest* berdistribusi normal (Sig. > 0,05), namun data *posttest* tidak berdistribusi normal (Sig. < 0,05), sehingga pengujian hipotesis menggunakan uji non-parametrik.

Tabel 5
Hasil Uji Homogenitas

Variabel	Levene Statistic	Sig.	Keterangan
Peningkatan Spiritual Anak	2,522	0,120	Homogen

Sumber: Output SPSS 25, 2025

Data memiliki varians yang homogen (Sig. 0,120 > 0,05)

Setelah uji normalitas dan uji homogenitas diperoleh selanjutnya dilakukan uji hipotesis yaitu uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan hasil uji seperti tabel berikut

Tabel 6
Hasil Uji Wilcoxon Signed Rank Test

Statistik	Nilai
Z	-4,046
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,000

Sumber: Output SPSS 25, 2025

Hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* = 0,000 < 0,05. Dengan demikian, H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti terdapat peningkatan spiritualitas yang signifikan pada anak binaan setelah mengikuti Program Olahraga Terapi Integratif Berbasis Religi di LPKA Kelas 1 Medan.

2. Pembahasan Hasil Penelitian

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan spiritualitas yang signifikan pada anak binaan di LPKA Kelas 1 Medan setelah mengikuti program olahraga terapi integratif berbasis religi. Temuan ini sejalan dengan teori perkembangan holistik yang dikemukakan oleh Miller (2019), yang menyatakan bahwa pendekatan yang mengintegrasikan berbagai dimensi kehidupan manusia akan memberikan hasil yang lebih optimal dalam proses rehabilitasi. Peningkatan rata-rata skor spiritualitas dari 13,24 pada *pretest* menjadi 20,38 pada *posttest* dengan selisih 7,14 atau meningkat sebesar 53,96% membuktikan bahwa program ini efektif dalam meningkatkan spiritualitas anak binaan. Selain itu, penurunan nilai standar deviasi dari 1,76 menjadi 0,92 menunjukkan

bahwa sebaran data pada saat posttest menjadi lebih homogen atau lebih merata di kategori tinggi dibandingkan saat pretest, yang mengindikasikan bahwa program ini memberikan dampak yang merata terhadap seluruh peserta.

Keberhasilan program ini dapat dijelaskan melalui beberapa mekanisme yang saling berkaitan. yaitu, program ini berhasil mengintegrasikan aktivitas fisik dengan nilai-nilai spiritual Kristen melalui 8 bentuk kegiatan yang dirancang dengan tema dan ayat Alkitab yang spesifik, sehingga anak binaan tidak hanya melakukan aktivitas fisik tetapi juga merenungkan makna firman Tuhan. Setiap sesi diawali dengan pembukaan ayat Alkitab dan diakhiri dengan refleksi spiritual, yang memungkinkan anak binaan untuk menginternalisasi nilai-nilai keagamaan sambil melakukan aktivitas fisik. Menurut Eryücel et al. (2024), dalam konteks olahraga, *spiritual well-being* berperan sebagai mediator antara kebutuhan psikologis dan motivasi, yang berarti olahraga tidak hanya berdampak pada aspek fisik dan mental, tetapi juga meningkatkan kesejahteraan spiritual individu.

Pendekatan yang menyenangkan dan bermakna menjadi kunci keberhasilan program ini dalam mengatasi tantangan utama yang dihadapi sebelumnya, yaitu rendahnya partisipasi anak binaan dalam kegiatan ibadah konvensional yang ditandai dengan sikap pasif, mengantuk, dan kurangnya antusiasme. Program olahraga terapi integratif berbasis religi berhasil mengatasi masalah ini dengan menyajikan pendekatan yang lebih menarik dan menyenangkan melalui kombinasi aktivitas fisik yang dinamis dengan nilai-nilai spiritual yang mendalam. Hasil penelitian ini sejalan dengan Rosenbaum et al. (2014) yang menunjukkan bahwa aktivitas fisik terstruktur dapat mengurangi tingkat depresi, kecemasan, dan meningkatkan harga diri pada remaja.

Pembentukan identitas diri yang positif menjadi aspek penting dari program ini, terutama melalui kegiatan seperti "Kamu Bernilai" yang menekankan nilai diri setiap anak di mata Tuhan berdasarkan Yeremia 1:5. Kegiatan ini sangat penting bagi anak binaan yang seringkali mengalami krisis identitas dan harga diri yang rendah akibat stigma sosial yang mereka terima dari masyarakat. Program ini berhasil membantu anak binaan membangun identitas diri yang positif melalui afirmasi spiritual, yang pada gilirannya meningkatkan motivasi mereka untuk berubah menjadi pribadi yang lebih baik dan mempersiapkan diri untuk kembali ke masyarakat dengan karakter yang telah diperbaiki.

Pembelajaran nilai-nilai sosial dan moral melalui program ini juga memberikan kontribusi signifikan terhadap peningkatan spiritualitas anak binaan. Program ini menekankan pembelajaran nilai-nilai sosial seperti kerjasama, kepercayaan, dan saling membantu melalui permainan berkelompok kooperatif seperti bermain kereta dan permainan berkelompok kooperatif lainnya. Melalui kegiatan-kegiatan ini, anak binaan belajar untuk saling percaya, berkomunikasi dengan baik, dan bekerja sama mencapai tujuan bersama.

Program ini memiliki landasan teologis yang kuat dari Alkitab, yang memberikan legitimasi spiritual dan memperkuat makna setiap aktivitas yang dilakukan. Landasan teologis tersebut mencakup ayat tentang tubuh sebagai bait Roh Kudus (1 Korintus 6:19), latihan jasmani dan latihan rohani (1 Timotius 4:8), penguasaan diri dalam pertandingan (1 Korintus 9:25), ketekunan dalam perlombaan iman (Ibrani 12:1), kerja sama dan solidaritas (Pengkhotbah 4:9-10), sukacita dalam memuji Tuhan melalui gerakan (Mazmur 150:4), serta menanggung beban bersama (Galatia 6:2). Ayat-ayat tersebut menjadi dasar spiritual yang menegaskan bahwa tubuh perlu dijaga dan dipelihara, olahraga dan firman merupakan satu kesatuan yang saling melengkapi, pentingnya disiplin dan pengendalian diri, olahraga sebagai metafora perjalanan iman, nilai kebersamaan dan tolong-menolong, aktivitas olahraga sebagai sarana sukacita dan pujian kepada Tuhan, serta pentingnya menanggung beban bersama dalam kasih Kristus.

Penelitian ini memperkaya konsep terapi integratif yang dikemukakan oleh Bell et al. (2021) dengan menunjukkan bahwa integrasi antara olahraga dan nilai-nilai spiritual dapat diterapkan secara efektif dalam konteks rehabilitasi anak bermasalah dengan hukum. Pendekatan ini tidak hanya berfokus pada satu metode tunggal, melainkan mengintegrasikan aspek biologis, psikologis, sosial, dan spiritual dalam proses penyembuhan dan pengembangan individu. Temuan ini juga mendukung penelitian Sukarmin et al. (2023) tentang terapi spiritual religi yang membuktikan bahwa terapi berbasis kegiatan religius seperti meditasi, doa, dan dzikir memiliki pengaruh signifikan terhadap kondisi fisiologis dan psikologis. Penelitian Sitti Hasnah et al. (2023) tentang implementasi nilai-nilai Islam dalam pendidikan jasmani menekankan pentingnya integrasi antara aktivitas olahraga dengan nilai-nilai keagamaan untuk membentuk karakter peserta didik secara utuh. Penelitian Alawiyah (2021) tentang integrasi pencak silat dan bimbingan agama sebagai terapi mental spiritual juga membuktikan bahwa

penggabungan antara olahraga tradisional dan kegiatan spiritual dapat memperbaiki kondisi mental, spiritual, serta sosial.

Rahman et al. (2022) juga menunjukkan bahwa integrasi nilai religius dalam aktivitas jasmani telah terbukti efektif dalam pembentukan karakter dan kesadaran spiritual, dimana penggabungan praktik keagamaan seperti doa, refleksi moral, dan internalisasi nilai spiritual dalam kegiatan olahraga mampu membentuk karakter peserta didik secara holistik. Dengan pendekatan yang tepat dan perhatian terhadap kebutuhan individual anak didik, program ini diharapkan dapat menjadi intervensi yang efektif untuk pengembangan holistik mereka dan dapat dijadikan sebagai model pembinaan alternatif yang dapat direplikasi dan diadaptasi untuk diterapkan di LPKA lainnya di seluruh Indonesia.

D. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis dan pembahasan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh, pemberian program olahraga terapi integratif berbasis religi terhadap peningkatan spiritualitas anak binaan di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) Kelas 1 Medan.

Daftar Pustaka

- Alawiyah, T. (2021). *Integrasi Pencak Silat Dan Bimbingan Agama Sebagai Terapi Mental Spiritual Pengguna Napza Di Desa Sangubanyu*. Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam, 11(1), 45-62.
- Bell, I. R., Caspi, O., Schwartz, G. E., Grant, K. L., Gaudet, T. W., Rychener, D., ... & Weil, A. (2021). *Integrative medicine and systemic outcomes research: Issues in the emergence of a new model for primary health care*. *Archives of Internal Medicine*, 162(2), 133-140.
- Braithwaite, J. (2002). *Restorative justice and responsive regulation*. Oxford University Press.
- Eryücel, M. E., Güzel, P., & Kazak Çetinkalp, Z. (2024). *The mediating role of spiritual well-being in the relationship between basic psychological needs satisfaction and autonomous motivation in sports*. *Spiritual Psychology and Counseling*, 9(1), 87-104.
- Glock, C. Y., & Stark, R. (1965). *Religion and society in tension*. Rand McNally.
- Miller, J. P. (2019). *The holistic curriculum* (3rd ed.). University of Toronto Press.
- National Center for Complementary and Integrative Health. (2020). *Complementary, alternative, or integrative health: What's in a name?* U.S. Department of Health and Human Services.
- Pargament, K. I. (2007). *Spiritually integrated psychotherapy: Understanding and addressing the sacred*. Guilford Press.

-
- Rahman, A. A., Hidayat, Y., & Suherman, A. (2022). *Implementasi Nilai-Nilai Religius Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Untuk Membentuk Karakter Peserta Didik. Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 7(2), 112-125.
- Rosenbaum, S., Tiedemann, A., Sherrington, C., Curtis, J., & Ward, P. B. (2014). Physical activity interventions for people with mental illness: a systematic review and meta-analysis. *Journal of Clinical Psychiatry*, 75(9), 964-974.
- Sitti Hasnah, Asmawi, M., & Tangkudung, J. (2023). *Implementasi Nilai-Nilai Islam Dalam Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Untuk Membentuk Karakter Ulul Albab. Jurnal Pendidikan Islam*, 14(2), 178-195.
- Sukarmin, Y., Haryanto, J., & Sudaryanto, A. (2023). *Terapi Spiritual Religi Untuk Mengontrol Tekanan Darah. Jurnal Keperawatan Indonesia*, 26(1), 12-25.

