



PENGARUH TERAPI MUROTTAL AL-QUR'AN SURAT AL-FATIHAH, AL-IKHLAS, AL-FALAQ, DAN AN-NAS TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PASIEN PRE-OPERASI

Syamdarniati

Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKES YARSI Mataram, Jln. TGH Ali Batu Lingkar Selatan, Kota Mataram, NTB, 83115, Indonesia
syamramadhandigon@gmail.com

ABSTRAK

Kecemasan adalah perasaan tidak nyaman, takut, atau tidak berdaya yang biasanya akan muncul pada pasien pre-operasi medis. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi *murottal*, Surat Al-Fatihah, Al-Ikhlash, Al-Falaq, dan An-Nas terhadap tingkat kecemasan pasien pre-operasi di Ruang Zam-Zam RSI Siti Hajar Mataram. Desain penelitian adalah *Pre-eksperimen* dengan menggunakan pendekatan *One Group Pre-Test — Post Test Design*. Ukuran sampel yang layak untuk penelitian *eksperimen pre-eksperimen* adalah antara 10 hingga 20 responden. Dalam penelitian ini, peneliti menetapkan 20 sampel. Data diolah dengan menggunakan teknik *editing, coding, tabulating* dan *cleaning*. Hasil perhitungan dengan menggunakan uji *Wilcoxon Test* sebelum dan sesudah dilakukan terapi religi *murottal*, diperoleh nilai *P-Value* $< \alpha$ 5% ($0,000 < 0,05$). Jadi, ada pengaruh cukup signifikan terapi *murottal* terhadap rasa cemas pasien pre-operasi.

Kata kunci: kecemasan; pre-operasi; terapi *murottal*

THE IMPACT OF THE QUR'AN MUROTTAL THERAPY SURAH AL-FATIHAH, AL-IKHLAS, AL-FALAQ, AND AN-NAS ON THE ANXIETY LEVEL OF PRE-SURGERY PATIENTS

ABSTRACT

Anxiety is a feeling of discomfort, fear, or helplessness that generally seems in pre-surgery patients. This research is aimed to analyze the impact of Al-Qur'an murottal therapy, especially Surah Al-Fatihah, Al-Ikhlash, Al-Falaq, and An-Nas, on the anxiousness degree of pre-surgical patients in the Zam-Zam Room at Siti Hajar Islamic Hospital Mataram. The lookup format is pre-experimental by using One Group Pre Test-Post Test Design approach. A decent measurement for pre-experimental lookup is between 10 and 20, therefore, the researchers examine 20 samples. The data are processed by the use of editing, coding, tabulating and cleaning techniques. The effects of calculations the use of Wilcoxon Test both before and after being given this type of religious therapy, received a P-value $< \alpha$ 5% ($0.000 < 0.05$). Thus, the result shows the significant impact of murottal therapy on the pre-surgical patient's anxiousness level.

Keywords: *anxiety; murottal therapy; pre-surgery*

PENDAHULUAN

Secara definisi, kecemasan adalah keadaan emosi negatif yang ditandai dengan ketegangan somatik, contohnya seperti meningkatnya detak jantung, kesulitan bernapas dan berkeringat. Kecemasan mirip seperti ketakutan namun lebih berfokus kepada rasa khawatir terhadap hal negatif yang menghampiri di masa depan (Dona, 2016). Hal ini meliputi perasaan takut, khawatir yang berlebihan, cemas, terhadap ancaman nyata atau musibah yang akan datang. Salah satu contohnya adalah perasaan cemas yang muncul saat seseorang akan melakukan operasi medis (Saputro dan Fazrin, 2017). Dalam hal ini, tindakan pembedahan atau operasi merupakan suatu stressor yang dapat menimbulkan

kecemasan respon stress fisiologis dan stress psikologis (Sjamsuhidajat dan Jong, 2010). Sekitar 80% dari pasien pre-pembedahan mengalami kecemasan. Prosedur medis ini bertujuan untuk menyelamatkan nyawa, mencegah kecacatan dan komplikasi dengan cara menyayat bagian tubuh (Rokawie dkk, 2017). Hal ini menimbulkan pencederaan jaringan yang berdampak langsung pada perubahan fisiologis maupun psikologis pada tubuh pasien (Rahayu, 2018).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO), setiap tahunnya, jumlah pasien yang mengalami tindakan pembedahan bertambah secara signifikan. Di Indonesia, pasien yang menjalani operasi atau pembedahan mencapai 1,2 juta di 2017 (Sartika, 2018). Lebih lanjut, jumlah pasien operasi di RSI Siti Hajar Mataram di tahun 2019 berjumlah 726 jiwa, pada tahun 2020 berjumlah 925 jiwa dan sampai tahun 2021 berjumlah 1215 jiwa. Kecemasan yang dialami pasien pre-pembedahan terjadi karena ketidakpahaman pasien terhadap keadaan fisik maupun psikis mereka. Dalam hal ini, kecemasan muncul dikarenakan aspek non-fisik yang biasanya belum optimal (Suliswati, 2005). Tindakan operasi yang akan dijalani pasien pre-operasi dapat dipengaruhi dengan adanya efek kecemasan yang muncul pada pasien tersebut. Sebagai contohnya, pasien dengan riwayat hipertensi yang mengalami kecemasan dimungkinkan mengalami kenaikan tekanan darah. Selain itu, kecemasan akan berimbas ke menstruasi wanita. Hal-hal tersebut dapat menunda atau bahkan membatalkan operasi (Indra, 2006). Alhasil, untuk menghindari kecemasan, ada dua jenis pendekatan terapi yang bisa digunakan: terapi farmakologi dan non-farmakologi. Terapi farmakologi dilakukan dengan pemberian obat anti-ansietas atau gangguan kecemasan, sedangkan contoh terapi non-farmakologi adalah terapi religi *murottal* yang sekarang dikembangkan (Budiyarti & Makiah, 2018).

Tetapi *murottal* yang dilakukan dengan benar mampu menimbulkan rasa tenang dan mengurangi tingkat kecemasan. Terapi ini juga dapat memberikan motivasi dan memberikan kekuatan emosi sehingga terapi ini dapat menurunkan ketegangan dan kecemasan yang berlebihan terhadap pasien pre-operasi (Yuliani, 2018). Terapi religius ini lebih efektif menurunkan kecemasan di bandingkan terapi lainnya. Maka dari itu, terapi ini dapat diterapkan sebagai terapi tambahan yang dapat mengurangi kecemasan dan memberikan rasa tenang kepada pasien pre-operasi yang ditandai dengan penurunan frekuensi detak jantung (Farhandika, 2021; Faridah, 2018). *Murottal* mengandung suara yang bisa menekan rasa stres, menimbulkan perasaan tenang, dan mengalihkan perhatian dari rasa tegang, takut, dan cemas. Di tambah lagi, hal ini juga berimbas kepada meningkatnya keadaan psikis dan fisik manusia seperti terkontrolnya pernafasan dan emosi (Faradisi, 2012).

Hasil studi pendahuluan dengan wawancara 20 responden yang menjalani operasi di Ruang Zam-Zam, RSI Siti Hajar Mataram menunjukkan bahwa 15 orang pasien mengatakan khawatir, takut, tegang, tidak tenang dan gelisah. Hal tersebut muncul dikarenakan tindakan operasi yang akan dijalani adalah pengalaman pertama pasien, sehingga mereka tidak memiliki gambaran bagaimana dengan proses yang akan dijalani maupun proses sesudahnya. Di sisi lain, 5 dari 20 orang pasien tidak mengalami kecemasan karena sudah pernah operasi sudah sebelumnya, sehingga hal ini bukanlah pengalaman pertama bagi pasien tersebut. Berdasarkan penjelasan tersebut, terapi religius semacam ini memberikan dampak positif secara fisiologi maupun psikologi. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh dari terapi *murottal* terhadap tingkat kecemasan pasien pre-pembedahan atau pre-operasi di Ruang Zam-Zam, RSI Siti Hajar Mataram.

METODE

Penelitian ini berada di ranah kuantitatif *pre-eksperimen* dengan menggunakan pendekatan *One Group Pre-Test-Post-Test Design* (meneliti uji sebelum dan sesudah terhadap satu kelompok responden), yang menggunakan 20 sampel, dari ukuran sampel antara 10 sampai 20 yang dibutuhkan. Populasi penelitian ini merupakan pasien-pasien yang akan menjalani pembedahan atau operasi medis di Ruang Zam-Zam, RSI Siti Hajar Mataram. Alat ukur dalam penelitian ini menggunakan lembar kuesioner HRS-A. Data diolah dengan menggunakan teknik *editing*, *coding*, *tabulating* dan *cleaning*. Data yang terkumpul dianalisa menggunakan aplikasi Software SPSS untuk mengetahui distribusi persentase responden (variabel pengetahuan dan kualitas hidup) dan Analisis bivariat menggunakan uji *Wilcoxon*.

HASIL

Tabel 1.

Distribusi Kecemasan Responden Sebelum Diberikan terapi *Murottal* Al-Qur'an

| Klasifikasi Kecemasan | f | % |
|-----------------------|----|------|
| Tidak Cemas | 1 | 5.0 |
| Cemas Ringan | 1 | 5.0 |
| Cemas Sedang | 17 | 85.0 |
| Cemas Berat | 1 | 5.0 |

Tabel 2.

Distribusi Kecemasan Responden Sesudah Diberikan terapi *Murottal*

| Klasifikasi Kecemasan | f | % |
|-----------------------|----|------|
| Tidak Cemas | 19 | 95.0 |
| Cemas Ringan | 1 | 5.0 |

Tabel 3.

Hasil Uji Wilcoxon tingkat Kecemasan Sebelum dan Sesudah Diberikan terapi *Murottal* Al-Qur'an

| | Post-Test – Pre-Test |
|------------------------|----------------------|
| Z | -4.264 ^b |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | .000 |

PEMBAHASAN

Tingkat kecemasan responden sebelum diberikan Intervensi terapi *murottal* pada pasien pre-operasi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa saat sebelum menjalani terapi *murottal*, 17 responden (85,0%) mengalami kecemasan dalam tingkat yang sedang dan hanya hanya 1 responden (5,0%) yang mengalami kecemasan ringan. Salah satu penyebab kecemasan pasien pre-operasi tersebut adalah kurangnya keadaan fisik dan psikologi yang ditandai dengan perasaan yang tidak berdaya, tidak kuat, dan tidak nyaman. Kecemasan dapat muncul dalam bentuk ringan sampai berat yang bisa menimbulkan kepanikan yang berlebihan. Intensitas kecemasan tersebut dapat meningkat atau menghilang berdasarkan kemampuan *coping* mereka masing-masing.

Perawatan kepada pasien pre-pembedahan harus mencakup aspek biologi, psikologi, sosiologi dan spiritual yang merupakan bagian integral pelayanan kesehatan (Indra, 2006). 17 dari 20 responden di Ruang Zam-Zam RSI Siti Hajar Mataram tersebut mengalami rasa khawatir, takut, tegang, tidak tenang dan gelisah disebabkan karena operasi tersebut menjadi pengalaman

pertama mereka dan. Sedangkan, 3 dari 20 orang pasien tidak mengalami kecemasan karena sudah pernah mengalami operasi sebelumnya. Sehingga hal ini memperkuat argumentasi bahwa terapi jenis ini mampu mengurangi tingkat kecemasan pasien. Nurul (2014) dalam penelitiannya juga menunjukkan hasil yang mirip, dimana 11 orang (73,3%) mengalami tingkat kecemasan yang sedang saat sebelum dilakukan terapi *Murottal*. Dalam hal ini, pasien-pasien tersebut tidak punya pengalaman operasi sebelumnya sehingga ketakutan akan terjadinya hal yang tidak diinginkan.

Tingkat kecemasan responden sebelum diberikan Intervensi terapi *murottal* pada pasien pre-operasi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa distribusi kecemasan responden setelah mendapatkan terapi *murottal* mencapai 19 (95,0%) tidak mengalami kecemasan, sedangkan 1 (5,0%) mengalami kecemasan ringan. Kejadian ini sangatlah umum pada pasien pre-operasi yang menjalani operasi. Perawat, dalam hal ini, bertanggung jawab untuk menginformasikan dan meyakinkan pasien bahwa operasi tidak dapat dilakukan tanpa *anestesi* sebelumnya. Selama operasi, area yang cedera akan mengalami reaksi nyeri, dan pasien akan takut melakukan gerakan ringan karena nyeri. Faktor-faktor ini akan membuat pasien pre-operasi cemas. Alhasil, terapi *murottal* jika dilakukan dengan benar mampu memberi dampak fisik yang positif kepada pasien pre-pembedahan, seperti turunnya detak jantung dan tekanan darah pasien (Lestasi, 2015).

Efektivitas dampak terapi *murottal* terhadap tingkat kecemasan pasien pre-pembedahan atau pre-operasi

Hasil penelitian menunjukkan selisih tingkat kecemasan saat sebelum dan sesudah menjalani terapi *murottal* yang dapat dilihat dengan nilai *P-Value* 0,000. Hasil *P-Value* dibawah 0,05 memiliki makna bahwa *Ha* diterima atau *Ho* ditolak. Oleh karena itu, ada dampak terapi *murottal* terhadap tingkat kecemasan responden. Sebelum uji *Wilcoxon*, dilakukan uji normalitas data sebagai prasyarat uji parametrik yang menggunakan *Paried Test*. Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa dari kedua variabel tidak berdistribusi normal, setelah itu dilanjutkan dengan uji *Wilcoxon*.

Hasil uji *Wilcoxon* memaparkan perubahan yang cukup signifikan terhadap tingkat kecemasan responden saat sebelum dan sesudah menjalani terapi. Sebelum diberikan terapi 17 (85,0%) responden dalam keadaan yang cemas sedang, setelah diberikan terapi *murottal* adalah 19 (95,0%) responden tidak mengalami kecemasan. Terapi *murottal* memperkuat kualitas kesadaran terhadap Tuhan meningkat yang membuat pasien berada di gelombang alpha. dimana energi otak berada dalam frekuensi 7-14 Hz yang membuat sistem tubuh pasien menjadi optimal. Oleh karena itu, hal ini berpengaruh kepada kondisi tubuh, seperti turunnya tingkat stres dan munculnya rasa tenang. Dalam kondisi seperti ini, otak dalam keadaan jernih dan mampu mendekatkan diri kepada Tuhan yang menghasilkan proses *coping* atau harapan positif pada pasien (Handayani, 2014).

Lebih lanjut, lantunan Al-Qur'an, atau *murottal*, mengandung suara manusia yang bisa dikategorikan sebagai instrumen penyembuhan (Heru, 2008). Dalam hal ini, suara tersebut dapat meningkatkan perasaan tenang, mengalihkan perhatian pasien dari pemikiran-pemikiran negatif dan memperbaiki perkembangan kondisi fisik pasien. Oleh karena itu, sebagai salah satu bagian dari terapi musik, *murottal* merangsang pelepasan endorfin yang berakibat merendahkan tingkat ketergantungan pasien terhadap obat-obatan medis pendukung. Lebih lanjut, pelepasan endorfin tersebut mengalihkan perhatian pasien dari rasa sakit dan memunculkan ketenangan yang dapat mengurangi kadar zat tubuh seperti kortisol, epinefrin-

norepinefrin, dopamin dan sebagainya (Campbell, 2001; Nicholas dan Humenick, 2002). Ini membuktikan jika jenis terapi religi ini berpengaruh secara signifikan kepada pasien pre-operasi. Dari uraian diatas, terapi *murottal* berpengaruh terhadap perubahan tingkat kecemasan pada pasien dan membuktikan hasil uji statistik *Wilcoxon* yang dilakukan oleh Virgianti Nur Faridah. Alhasil, pembacaan Al-Qur'an, atau *murottal*, mampu mengurangi tingkat kecemasan pasien sebelum menjalani proses operasi.

SIMPULAN

Penelitian ini menggarisbawahi bahwa terapi *murottal*, secara signifikan, bisa mengurangi tingkat kecemasan yang terjadi kepada pasien pra-operasi di Ruang Zam-Zam, RSI Siti Hajar Mataram. Hal ini ditandai dari distribusi kecemasan responden setelah mendapatkan terapi *murottal* menunjukkan 19 (95,0%) tidak mengalami kecemasan, sedangkan 1 (5,0%) mengalami kecemasan ringan. Ini membuktikan bahwasanya kondisi kecemasan pasien pre-pembedahan dapat dikurangi dengan menggunakan terapi *murottal* jika terapi ini dilakukan dengan benar.

DAFTAR PUSTAKA

- Budiyarti, Y., & Makiah, M. (2018). Pengaruh terapi murottal al qur'an terhadap tingkat kecemasan ibu hamil primigravida trimester iii di wilayah puskesmas pekauman. *Jurnal Citra Keperawatan*, 6(2), 89-99.
- Faradisi (2012). *Efektifitas Terapi Murottal Dan Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi di RSUD Pekalongan*. www.jaurnalstikesmuh.pdf.ac.id. Di akses pada tanggal 11 April 2015.
- Faridah, V. (2015). *Terapi Murottal (Al-Qur'an) Mampu Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Laparatomi*. Jurnal Keperawatan, P-ISSN 2086-3071 E-ISSN 2443-0900
- Handayani, R., Fajarsari, D., Asih, D. R. T., & Rohmah, D. N. (2014). Pengaruh terapi murottal Al-Qur'an untuk penurunan nyeri persalinan dan kecemasan pada ibu bersalin kala I Fase Aktif. *Jurnal ilmiah kebidanan*, 5(2), 1-15.
- Heru (2008). *Dimensi Religi Dalam Praktik Psikiatri Dan Psikologi*. Jakarta: Balai Penerbit UI. www.mdpi.com/journal/religions. Di akses tanggal 14 April 2015.
- Indra (2006). *Konsep Holistik Dalam Keperawatan Melalui Pendekatan Konsep*.
- Lestari, D. (2015). Pengaruh Terapi Murottal Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien dengan Penyakit Jantung Koroner di Ruang ICCU RSUD DR. Soedarso Pentianak. Jurnal UNTAN. Retrieved Mei 2017, from <http://jurnal.untan.ac.id/index.php/jmkeperawatanFK/article/viewFile/10530/10148>
- Nicholas & Humenick. 2002. Cara Kerja Musik Sebagai Terapi. Jakarta : Salemba Medika.
- Nurul (2014). *Pengaruh Terapi Murattal Al-Qur'an Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Di Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Labuang Baji Provinsi Sulsel*. Fakultas Ilmu Kesehatan UIN Alauddin Makassar
- Rahayu, A. (2018). Buku ajar: kesehatan reproduksi remaja dan lansia.
- Saputro, H., & Fazrin, I. (2017, August). Anak Sakit Wajib Bermain di Rumah Sakit: Penerapan Terapi Bermain Anak Sakit; Proses, Manfaat dan Pelaksanaannya. Forum

Ilmiah Kesehatan (FORIKES).

Sjamsulhidajat dan Jong (2005). *Buku Ajar Ilmu Bedah. (Edisi Revisi)*. EGC: Jakarta

Suliswati (2008). *Konsep Dasar Keperawatan Jiwa*. EGC: Jakarta