

EFEKTIVITAS TERAPI SPIRITUAL MUROTTAL AL-QUR'AN DAN TERAPI DZIKIR TERHADAP PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN PASIEN HEMODIALISA DI RSUD TOTO KABILA

Rendiansyah Taha¹, Firmawati², Harismayanti³
Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu kesehatan
Universitas Muhammadiyah Gorontalo

Alamat: Jl. Prof. Dr. H. Mansoer Pateda No. Desa, Pentadio Tim., Kec. Telaga Biru,
Kabupaten Gorontalo, Gorontalo 96181; Telepon: (0435) 881136
Email korespondensi : rendiansyahtaha@gmail.com

ABSTRAK

Pasien yang menjalani Hemodialisa mengalami masalah fisik dan psikologi. Salah satu masalah psikologi yang timbul yakni kecemasan. Kecemasan yang timbul tidak teratasi dengan baik dapat berdampak buruk pada kualitas hidup seseorang. Salah satu terapi non farmakologi yang efektif dapat mengatasi kecemasan yakni terapi murottal Al-Qur'an dan terapi Dzikir. Tujuan penelitian untuk mengetahui Efektivitas Terapi Spiritual Murottal Al-Qur'an dan terapi dzikir terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien Hemodialisa. Metode penelitian kuantitatif dan menggunakan desain penelitian *Quasy Experimental* dengan rancangan *Pretest-Posttest With Two Group Design*. Jumlah populasi dalam penelitian sebanyak 30 responden yaitu 15 kelompok murottal Al-Qur'an dan 15 kelompok Dzikir. Hasil penelitian didapatkan skor kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi murottal Al-Qur'an dan terapi Dzikir dengan masing-masing nilai $p\text{-value} = < 0,000$. Terapi mendengarkan murottal Al-Qur'an dan terapi Dzikir secara statistik sama-sama mampu menurunkan tingkat kecemasan pada pasien hemodialisa, tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara terapi murottal Al-Qur'an dan Terapi Dzikir. Akan tetapi secara klinis terapi dzikir lebih efektif dibandingkan terapi murottal Al-Qur'an. Maka dapat disimpulkan terdapat efektivitas terapi spiritual murottal Al-Qur'an dan terapi Dzikir terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien hemodialisa di RSUD Toto Kabila. Penelitian ini diharapkan dapat menjadikan sebagai salah satu referensi terapi non farmakologi kepada pasien kecemasan yang menjalani terapi Hemodialisa.

Kata Kunci : Terapi Murottal Al-Qur'an, Dzikir, Kecemasan, Hemodialisa

ABSTRACT

Patients undergoing hemodialysis experience physical and psychological problems. One of the psychological problems that arise is anxiety. Anxiety that arises that is not resolved properly can have a negative impact on a person's quality of life. One of the effective non-pharmacological therapies to overcome anxiety is Al-Qur'an murottal therapy and Dhikr therapy. The aim of the research was to determine the effectiveness of the Al-Qur'an Murottal Spiritual Therapy and dhikr therapy on reducing the anxiety level of Hemodialysis patients. Quantitative research methods and using a Quasy Experimental research design with a Pretest-Posttest With Two Group Design. The total population was 30 respondents, namely 15 groups of murottal Al-Qur'an and 15 groups of Dhikr. The results obtained anxiety scores before and after being given Al-Qur'an murottal therapy and Dhikr therapy with each $p\text{-value} = < 0.000$. Listening therapy to the Al-Qur'an murottal and dhikr therapy are statistically both able to reduce anxiety levels in hemodialysis patients, there is no significant difference between murottal Al-Qur'an therapy and dhikr therapy. However, clinically dhikr therapy is more effective than murottal Al-Qur'an therapy. So it can be concluded that there is the effectiveness of spiritual therapy murottal Al-

Received Januari 02, 2023; Revised Februari 23, 2023; Accepted Maret 08, 2023

* Rendiansyah Taha, rendiansyahtaha@gmail.com

Qur'an and dhikr therapy to reduce anxiety levels in hemodialysis patients at Toto Kabila Hospital. It is hoped that this research can serve as a reference for non-pharmacological therapy for anxiety patients undergoing Hemodialysis therapy.

Keywords: *Al-Qur'an Murottal Therapy, Dhikr, Anxiety, Hemodialysis.*

PENDAHULUAN

Penyakit tidak menular menjadi salah satu perhatian utama dibidang kesehatan. Saat ini diberbagai negara bahkan diberbagai organisasi kesehatan internasional menjadikan penyakit tidak menular sebagai target utama yang harus diselesaikan. Hal ini dikarenakan, lebih dari 36 juta orang meninggal disetiap tahunnya karena penyakit tidak menular dan lebih dari 9 juta diantaranya terjadi pada usia dibawah 60 tahun. Salah satu penyebabnya adalah Gagal Ginjal. (Saleh et al. 2018).

Penyakit Gagal Ginjal sering kali dijuluki sebagai silent disease karena tidak menunjukkan tanda tanda peringatan. Hal tersebut akan memperburuk kondisi penderita dari waktu ke waktu dan akhirnya jatuh kedalam kondisi penyakit chronic kidney disease (CKD) V atau biasa disebut penyakit ginjal kronik tahap akhir. Penyakit ginjal kronik stadium V adalah penyakit yang harus segera dilakukan terapi pengganti ginjal, terapi pengganti ginjal ini harus dilakukan seumur hidup oleh penderitanya. (Twistiandayani and Prabowo 2021).

Gagal ginjal kronis di sebut sebagai suatu penyakit perburukan fungsi ginjal yang lambat, progresif, dan irreversible yang menyebabkan ketidakmampuan ginjal untuk membuang produk sisa dan mempertahankan keseimbangan cairan dan elektrolit. Akhirnya, ini mengarah ke penyakit ginjal stadium akhir (End-Stage Renal Disease/ESRD) dan membutuhkan terapi pengganti ginjal (Hemodialisa) atau transplantasi ginjal untuk mempertahankan hidup. (Rizqiea and Munawaroh 2017).

Alternatif terapi yang dapat dilakukan untuk menggantikan fungsi ginjal diantaranya hemodialisis, peritoneal dialisis dan transplantasi ginjal, diantara penderita PGK paling banyak memilih terapi hemodialisis. Terapi hemodialisa Biasa di sebut sebagai suatu prosedur dimana darah dikeluarkan dari tubuh penderita dan beredar dalam sebuah mesin di luar tubuh yang disebut dialiser. Frekuensi tindakan HD bervariasi tergantung banyaknya fungsi ginjal yang tersisa, rata-rata penderita menjalani tiga kali dalam seminggu, sedangkan lama pelaksanaan hemodialisa paling sedikit tiga sampai empat jam tiap sekali tindakan terapi. (Jeklin 2016).

Pasien dialisis yang mengalami kecemasan apabila tidak teratasi dengan baik dan dapat berakibat buruk pada kualitas hidup pasien. Kecemasan dalam jangka waktu yang lama akan memicu stress dan akan menjadi gangguan depresi. Sekian banyak dari pasien mengalami gangguan kognitif, seperti kehilangan atau penurunan memori daya ingat, konsentrasi menurun, terjadi gangguan fisik, mental, dan kehidupan sosial yang mempengaruhi segala aktivitas sehari-hari . Oleh karena itu dibutuhkan

*EFEKTIVITAS TERAPI SPIRITUAL MUROTTAL AL-QUR'AN DAN TERAPI DZIKIR TERHADAP PENURUNAN
TINGKAT KECEMASAN PASIEN HEMODIALISA DI RSUD TOTO KABILA*

manajemen keperawatan untuk mengatasi kecemasan secara non farmakologi. (Jeklin 2016).

Salah satunya intervensi berbasis spiritual atau psikoreligius yaitu terapi murottal dan Terapi Dzikir untuk menurunkan tingkat kecemasan pada pasien PGK yang menjalani HD. Tingkat kepercayaan dan keimanan seseorang sangat erat hubungannya terhadap kekebalan dan daya tahan dalam menghadapi berbagai macam problem kehidupan yang merupakan stressor psikososial. Oleh karena itu, melalui pendekatan spiritual selain meningkatkan keimanan dan kepercayaan tapi juga dapat menurunkan tingkat kecemasan dan berbagai hal yang dihadapi. (Jeklin 2016).

Berdasarkan data RISKESDAS Provinsi Gorontalo Pada Tahun 2018 menunjukkan bahwa, jumlah pasien Gagal Ginjal Kronis Berdasarkan Diagnosis Dokter Mencapai 0,52% atau berkisar pada 7.792 pasien. Sedangkan Prevalensi yang Menjalani Terapi Hemodialisa mencapai 21,11 % Berdasarkan Kelompok Umur, Jenis kelamin, Pendidikan, dan Tempat Tinggal.

Berdasarkan survey dan studi pendahuluan awal di RSUD Toto Kabila terdapat jumlah pasien yang menjalani terapi Hemodialisa Sesuai Hasil Data Rekam Medik Pada Tahun 2020 berjumlah 1801, dan pada tahun 2021 pada bulan Januari, Februari, Maret Sebanyak 825.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian Kualitatif. Penelitian ini dilakukan di RSUD Toto Kabila, Kabupaten Bonebolango pada bulan Mei - Juni tahun 2022. Populasi dalam penelitian ini yaitu 30 orang. Jumlah Sampel pada penelitian ini adalah 30 orang. Terdiri dari 15 orang dilakukan terapi spiritual Murottal Al-Qur'an dan 15 orang dilakukan terapi Dzikir.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik responden

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, Jenis Kelamin dan Pekerjaan

Karakteristik Responden	n	Presentasi (%)
Umur		
- Dewasa >20-50 Tahun	17	57%
- Pra-Lansia >50-60 Tahun	9	30%
- Lansia >60 Tahun	4	13%
Total	30	100%
Jenis Kelamin		
- Laki-laki	22	73%
- Perempuan	8	27%
Total	30	100%

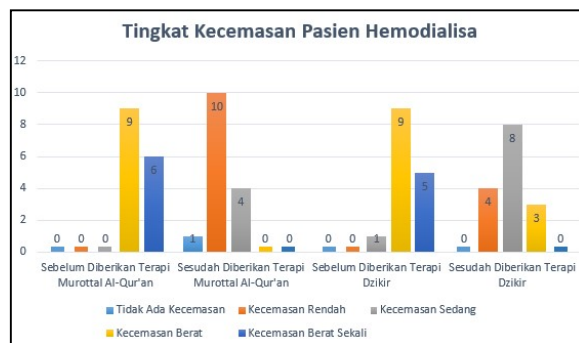
Pekerjaan		
- BPD	1	3%
- Dosen	1	3%
- Guru	2	7%
- IRT	4	14%
- Karyawan Swasta	1	3%
- Pedagang	4	13%
- Pensiunan	2	7%
- PNS	2	7%
- Polri	1	3%
- Tani	5	17%
- Wiraswasta	7	23%
Total	30	100%

Sumber: Data primer 2022

Berdasarkan Tabel 4 diatas dari 30 responden, jumlah responden kelompok umur >20-50 tahun yaitu 17 responden (57%), umur >50-60 tahun sebanyak 9 responden (30%) dan umur >60 tahun sebanyak 4 responden (13%) kelompok jenis kelamin laki-laki sebanyak 22 responden (73%), sedangkan jenis kelamin perempuan sebanyak 8 responden (27%), dan pada kelompok Pekerjaan yang bekerja sebagai BPD sebanyak 1 responden (3%), dosen sebanyak 1 responden (3%), Guru sebanyak 2 responden (7%), IRT sebanyak 4 responden (14%), Karyawan Swasta 1 responden (3%), Pedagang sebanyak 4 responden (13%), Pensiunan sebanyak 2 responden (7%), PNS sebanyak 2 responden (7%), Polri sebanyak 1 responden (3%), Tani sebanyak 5 responden (17%) sedangkan yang pekerjaan wiraswasta sebanyak 7 responden (23%).

Analisis Univariat

Tabel 2. Skor Kecemasan pasien hemodialisa terapi murottal Al-Quran dan terapi dzikir



Sumber: Data primer 2022

Berdasarkan Tabel 4 diatas diketahui dari jumlah 15 responden pada kelompok Murottal Al-Qur'an Sesudah Mendengarkan Murottal Al-Qur'an Mayoritas Pasien mengalami kecemasan Rendah sebanyak

EFEKTIVITAS TERAPI SPIRITUAL MUROTTAL AL-QUR'AN DAN TERAPI DZIKIR TERHADAP PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN PASIEN HEMODIALISA DI RSUD TOTO KABILA

10 orang (67%) dan minoritas pasien mengalami kecemasan sedang sebanyak 4 orang (27%), sedangkan dari jumlah 15 responden pada kelompok Dzikir Sesudah dilakukan terapi dzikir Mayoritas Pasien mengalami kecemasan sedang sebanyak 8 orang (53%), dan minoritas pasien mengalami kecemasan berat sebanyak 3 orang (20%)

Analisis Bivariat

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas Data

Terapi	Kolmogorov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pretest Terapi Murotal Al - Qur'an	0,164	15	0,200	0,928	15	0,254
Posttest Terapi Murotal Al - Quran	0,120	15	0,200	0,932	15	0,290
Pretest Terapi Dzikir	0,160	15	0,200	0,894	15	0,078
Posttest Terapi Dzikir	0,125	15	0,200	0,942	15	0,412

Sumber: Data primer 2022

Berdasarkan Tabel diatas, hasil pengolahan uji normalitas data dengan metode *Shapiro Wilk*, diketahui nilai signifikan untuk posttest terapi Murotal – Al-Qur'an sig. 0,290 dan Untuk Posttest Terapi Dzikir nilai sig. 0,412 yang di mana dasar pengambilan keputusan untuk normalitas data yaitu signifikan karena diperoleh (α) >0,05 maka dapat disimpulkan bahwa nilai residual berdistribusi normal.

Tabel 4. Hasil Uji Sample Paired T Test

	Sebelum		Sesudah		T-test	P
	Mean	SD	Mean	SD		
Murotal Al- Qur'an	39,80	6,026	18,20	4,074	24,178	0,000
Dzikir	36,67	8,287	23,53	4,274	9,015	0,000

Sumber: Data primer 2022

Dari tabel 10 didapatkan bahwa nilai rata-rata (Mean) dari sebelum Pretest Terapi Murotal Al-Quran sebesar 39,80 (SD=6,026) dan sesudah (Posttes) diberikan terapi Murottal Al-Qur'an sebesar 18,20 (SD=4,074) dengan nilai sig. 0,000. Sedangkan nilai rata-rata (Mean) sebelum (Pretest) diberikan terapi Dzikir sebesar 36,67 (SD=8,287) dan Sesudah (Postest) diberikan Terapi Dzikir didapatkan nilai rata-rata sebesar 23,53 (SD=4,274) dengan nilai sig. 0,000. Hasil uji statistik dari kedua terapi nilai sig. (0,000) < α (0,05) yang berarti secara statistik tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok Murottal Al-Qur'an dan Terapi Dzikir. Tetapi secara Klinis menunjukkan adanya perbedaan rerata penurunan

tingkat kecemasan yaitu pada kelompok Dzikir lebih besar penurunan skor dibandingkan dengan kelompok murottal.

Pembahasan

Analisis Univariat

Karakteristik Responden

1. Usia

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti menurut karakteristik usia di dapatkan frekuensi usia responden terbanyak 20-50 tahun sebanyak 17 Orang (57%).

usia diklasifikasikan menjadi beberapa kategori, dalam penelitian ini peneliti menggunakan klasifikasi usia menurut kategori Dewasa yaitu berkisar antara 20-50 tahun, Pra Lansia yaitu berkisar antara 50-60 tahun dan Lansia yaitu berkisar >60 tahun. Menurut Shaddock gangguan kecemasan dapat di alami oleh pasien wanita usia dewasa, begipula sebagian besar kecemasan dialami oleh yang memiliki umur kurang lebih 21-45 tahun. Seperti dijelaskan dalam penelitian yang dilakukan oleh Aditya Puspanegara tentang Pengaruh usia terhadap hubungan mekanisme koping dengan kecemasan ketika menjalani terapi hemodialisa. Dalam penelitiannya itu Aditya mengatakan salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan pada pasien yang menjalani terapi hemodialisa adalah Usia.

Di dukung oleh penelitian sebelumnya Lutfa (2016) pada penelitian ini mayoritas usia paling banyak adalah usia pertengahan (middle age). Menurut lutfa faktor yang sangat berhubungan dengan kecemasan pasien yaitu adalah faktor dari dalam yakni umur, jenis kelamin, dan tingkat pendidikan. Dalam penelitian lutfa juga mengatakan bahwa semakin bertambahnya usia seseorang maka kecemasan cenderung semakin menurun.

Menurut peneliti usia merupakan salah satu faktor penyebab dan mengatasi kecemasan pada pasien yang sedang menjalani terapi hemodialisa.

2. Jenis Kelamin

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh dapat dilihat bahwa persentase karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin pada pasien hemodialisa didapatkan mayoritas berjenis kelamin laki-laki sebanyak 22 orang (73%) dan jenis kelamin perempuan sebanyak 8 orang (27%).

Dalam penelitian dilakukan oleh rahmawati (2016) bahwa jenis kelamin/gender sangat berhubungan dengan terhadap respon penyakit, kecemasan, serta penggunaan koping dalam menghadapi masalah kesehatan pada pasien yang menjalani hemodialisa. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Yeh et al (2016), menunjukkan wanita lebih beresiko tinggi mengalami cemas terhadap respon gangguan psikis, akan tetapi mekanisme koping laki-laki lebih tinggi dalam mengatasi masalah.

EFEKTIVITAS TERAPI SPIRITUAL MUROTTAL AL-QUR'AN DAN TERAPI DZIKIR TERHADAP PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN PASIEN HEMODIALISA DI RSUD TOTO KABILA

Menurut Asumsi peneliti bahwa tidak ada pengaruh yang signifikan antara jenis kelamin perempuan dan laki-laki. Hanya saja yang membedakan perempuan dan laki-laki adalah sikap dalam menghadapi suatu penyakit, perempuan terlalu sensitif dan laki-laki sigap dan aktif dalam menghadapi penyakit.

3. Pekerjaan

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh dapat dilihat bahwa persentase karakteristik responden berdasarkan Pekerjaan pada pasien hemodialisa didapatkan mayoritas bekerja sebagai wiraswasta sebanyak 7 orang (23%).

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Hamonangan Damanik (2020) terdapat responden dengan pekerjaan wiraswasta (35%). bahwa pekerjaan juga merupakan faktor yang dapat mempengaruhi tingkat kecemasan pasien. Pekerjaan berkaitan dengan status ekonomi seseorang, seseorang dengan status ekonomi yang rendah memiliki resiko yang lebih besar dibandingkan dengan mereka yang status ekonomi yang lebih baik.

Menurut asumsi peneliti bahwa ada pengaruh pekerjaan terhadap tingkat kecemasan pasien, karena berpengaruh pada status ekonomi atau penghasilan. seseorang yang mengalami penyakit gagal ginjal dan sudah dalam terapi hemodialisa sangat memerlukan biaya, hal inilah yang menyebabkan seseorang dengan pekerjaan yang berpenghasilan rendah mengalami kecemasan.

Analisis Bivariat

Tingkat Kecemasan Pasien Hemodialisa Sebelum diberikan Terapi Murottal Al-Qur'an

Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa dari 15 responden didapatkan jumlah responden yang mengalami Kecemasan sebelum diberikan terapi Murottal Al-Qur'an sebanyak 15 orang (100%) atau semua responden. Dari Hasil Observasi dan data yang di temukan oleh peneliti bahwa pasien Sebelum diberikan terapi Murottal Al-Qu'an, pasien tampak gelisah, takut akan pikiran sendiri, susah untuk tidur, gelisah, tidak tenang dan secara verbal pasien mengatakan kedua tangan dan kaki pasien bergetar. Hal inilah yang membuat pasien mengalami kecemasan.

Hal ini di perkuat oleh lestari (2015) dalam studi terbarunya menuliskan tandatanda kecemasan yang dirasakan responden seperti sulit tidur di malam maupun siang hari, kedua tangan dan kaki bergetar, merasakan panas meskipun di ruangan dalam keadaan dingin, dan terkadang mengalami sulit bernafas. Hasil tersebut sejalan dengan Penelitian Saleh (2018) hasil observasi peneliti selama menilai tingkat kecemasan sebelum perlakuan. Dimana ketika peneliti mencoba untuk menggali data atau informasi peneliti mendapatkan hasil dari raut wajah responden tampak seperti gelisah, ketakutan dan bahkan responden secara verbal ada yang mengungkapkan susah tidur dikarenakan dada terasa sesak ketika sedang mau istirahat. Sebagian responden merasa seperti ada yang mengejar dan juga merasa pikiran

selalu tidak tenang dan khawatir. Ketika diajak berbicara kebanyakan dari responden hanya berbicara seadanya atau sebisa mereka mengungkapkan apa yang mereka rasakan karena susah bernafas dan rasa sesak di bagian dada yang menyebabkan mereka memilih diam sambil sesekali menahan dada yang terasa sesak.

Tingkat Kecemasan Pasien Hemodialisa Sesudah Diberikan Terapi Murottal Al-Qur'an

Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa dari 15 responden yang diberikan terapi Murottal Al-Qur'an, pasien yang mengalami penurunan tingkat kecemasan secara signifikan sebanyak 15 orang (100%). Hal ini menunjukkan bahwa pemberian terapi Murottal Al-Qur'an Efektif dapat menurunkan tingkat kecemasan.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Lestasi (2015) dimana Murottal berpengaruh dalam penurunan tingkat kecemasan pasien jantung. Kecemasan adalah kondisi emosi yang muncul karena adanya ketidaknyamanan dan pengalaman yang samar disertai dengan perasaan yang tidak berdaya serta tidak menentu yang disebabkan oleh suatu hal yang belum jelas (Annisa & Ifdil, 2016). Tingkat kecemasan pada pasien dengan penyakit jantung cenderung tinggi, karena pengalaman pasien dalam menjalani pengobatan dapat menjadi faktor kecemasan.

Menurut peneliti Murottal, Al-Qur'an memiliki lantunan yang indah sehingga membuat tubuh menjadi rileks menurunkan hormon stres, dapat mengalihkan perhatian dari rasa takut, cemas dan tegang, lebih mendekatkan diri kepada Tuhan, serta dapat memperbaiki sistem kimia tubuh sehingga menurunkan tekanan darah, memperlambat pernapasan, detak jantung, denyut nadi dan aktivasi gelombang otak. Hal ini didukung pula oleh hasil wawancara terhadap responden dimana responden mengungkapkan perasaan lebih nyaman dan tenang ketika mendengarkan Murottal Al-Qur'an.

Tingkat Kecemasan Pasien Hemodialisa Sebelum Diberikan Terapi Dzikir

Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa dari 15 responden didapatkan jumlah responden yang mengalami Kecemasan sebelum diberikan terapi Dzikir sebanyak 15 orang (100%) atau semua responden. Keadaan ketergantungan pada mesin dialisa seumur hidupnya serta untuk menyesuaikan diri terhadap kondisi sakit yang mengakibatkan terjadinya perubahan dalam kehidupan pasien. Perubahan dalam kehidupan tersebut merupakan salah satu pemicu terjadinya Cemas. Cemas dapat menimbulkan perubahan secara fisiologis, psikologis dan perilaku pada individu, karena individu yang menjalani hemodialisa akan membutuhkan waktu yang dapat mengurangi pasien dalam melakukan aktivitas sosial sehingga dapat menimbulkan konflik, frustrasi, rasa bersalah didalam keluarga dan dapat mengakibatkan berkembangnya suatu penyakit.

*EFEKTIVITAS TERAPI SPIRITUAL MUROTTAL AL-QUR'AN DAN TERAPI DZIKIR TERHADAP PENURUNAN
TINGKAT KECEMASAN PASIEN HEMODIALISA DI RSUD TOTO KABILA*

Dalam penelitian Iin Fatimah (2015) Jika seorang selalu berpikiran negatif maka ada beberapa dampak diantaranya: menurunnya status kesehatan, menurunnya fungsi adaptasi seseorang terhadap perubahan lingkungan, sikap pesimistik terhadap masa depan dan kecenderungan depresi serta penurunan kualitas hidup. Selain itu pikiran negatif akan menstimulasi otak bagian prefrontal korteks untuk berusaha memfokuskan terhadap permasalahan yang sedang dihadapi, sehingga seseorang akan lebih berfikir negatif lagi terhadap permasalahan yang dialami. Oleh karena itu diperlukan suatu intervensi yang dapat memutuskan siklus pikiran negatif yang dialami individu yang sedang mengalami cemas. Teknik pemusatan pikiran terhadap kalimat-kalimat positif ternyata mampu untuk memutuskan siklus pikiran negatif seseorang.

Tingkat Kecemasan Pasien Hemodialisa Sesudah Diberikan Terapi Dzikir

Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa dari 15 responden yang diberikan terapi Dzikir, pasien yang mengalami penurunan tingkat kecemasan secara signifikan sebanyak 15 orang (100%). Hal ini menunjukkan bahwa Pemberian terapi Dzikir Efektif dapat menurunkan tingkat kecemasan.

Menurut Scaffer (2015) dalam Siti Romadoni (2016), terdapat beberapa jenis relaksasi. Jenis relaksasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan memasukkan unsur keyakinan yaitu dzikir. Menurut ajaran Islam, dzikir merupakan hal yang biasa dilakukan oleh setiap muslim. Dzikir dapat berfungsi sebagai metode psikoterapi, karena dengan banyak melakukan dzikir akan menjadikan hati merasa tenang, tenteram, dan damai.

Terapi dzikir dapat menimbulkan perasaan tenang dan tenteram dalam jiwa, merupakan terapi bagi kegelisahan manusia ketika dia mendapatkan masalah, merasa dirinya lemah tidak mempunyai penyangga dan penolong menghadapi berbagai tekanan dan bahaya kehidupan. Dengan berdzikir atau mengingat Allah akan memberikan kita perasaan aman dan tenang, ini artinya kita akan terbebas dari gundah, cemas, dan gelisah. Untuk menurunkan tingkat kecemasan dengan cara penanganan nonfarmakologi yaitu dengan relaksasi. Salah satu relaksasi yang efektif untuk menurunkan kecemasan adalah dengan cara terapi dzikir. Terapi dzikir merupakan mengucapkan kata-kata pujian yang mengingat kebesaran Allah SWT.

Efektivitas Terapi Spiritual Murottal Al-Qur'an dan Terapi Dzikir Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Hemodialisa

Hasil Penelitian didapatkan bahwa nilai rata-rata (Mean) dari sebelum Pretest Terapi Murottal Al-Quran sebesar 39,80 (SD=6,026) dan sesudah (Posttest) diberikan terapi Murottal Al-Qur'an sebesar 18,20 (SD=4,074) dengan nilai sig. 0,000. Sedangkan nilai rata-rata (Mean) sebelum (Pretest) diberikan terapi Dzikir sebesar 36,67 (SD=8,287) dan Sesudah (Posttest) diberikan Terapi Dzikir didapatkan nilai rata-rata

sebesar 23,53 (SD=4,274) dengan nilai sig. 0,000. Hasil uji statistik dari kedua terapi nilai sig. (0,000) α (0,05) yang berarti secara statistik tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok Murottal Al-Qur'an dan Terapi Dzikir. Secara klinis menunjukkan adanya perbedaan rerata penurunan tingkat kecemasan yaitu pada kelompok Dzikir lebih besar penurunan skor dibandingkan dengan kelompok murottal. Maka dapat disimpulkan terdapat Efektivitas Terapi yang signifikan antara Pretest dan Posttest terapi Murottal Al-Quran dengan Pretest dan Posttest terapi Dzikir terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien hemodialisa di RSUD Toto Kabila.

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian terdahulu oleh Muhammad Saleh, Muhamad Chairil Ibnu, Dwi Agustina (2018) yang berjudul Pengaruh Murottal Al-Qur'an Terhadap Tingkat Kecemasan pada pasien Jantung di ruang Alamanda RSUD Ulin Banjarmasin. Nilai P value yang didapat dalam penelitian ini dengan nilai 0,000 ($p < 0.05$), sehingga H_a diterima.

Penelitian ini sejalan juga dengan Penelitian Iin Patimah, Suryani, Aan Nuraeni (2015) dengan Judul Penelitian Pengaruh Relaksasi Dzikir Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis yang Menjalani Hemodialisa. Dari Hasil uji statistik perbedaan rerata tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi menunjukkan terdapat perbedaan rerata tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi dengan nilai $p = 0.000$ ($p < 0.05$), yang berarti ada pengaruh positif relaksasi dzikir terhadap kecemasan pasien GGK yang menjalani hemodialisis.

Murottal Al-Qur'an merupakan salah satu musik yang memiliki pengaruh positif bagi pendengarnya. Mendengarkan ayat Al-Qur'an yang dibacakan dengan tartil dan benar akan membawa ketenangan pikiran. Pembacaan Al-Qur'an secara fisik mengandung unsur suara manusia, sedangkan suara manusia adalah alat penyembuhan yang luar biasa dan paling mudah dijangkau. Suara dapat menurunkan hormon cemas, mengaktifkan hormon endorfin alami, meningkatkan perasaan rileks, dan mengalihkan perhatian dari rasa takut, cemas dan tegang, meningkatkan sistem kimiawi tubuh sehingga menurunkan tekanan darah dan memperlambat pernapasan, detak jantung, denyut nadi, dan aktivitas gelombang otak. Surah yang digunakan dalam penelitian ini adalah surah Ar-Rahman. Di putar selama 1 kali dalam setiap pasien yang dilakukan terapi. Surah Ar-Rahman tersebut yang berarti yang Maha Pemurah, surah ini terdiri dari 78 ayat yang tergolong dalam surah makiyah.

Teknik relaksasi yang digabungkan dengan bacaan dzikir mampu menimbulkan respon relaksasi sehingga dapat menurunkan kecemasan. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian ini bahwa dengan intervensi relaksasi dzikir dapat menurunkan kecemasan pasien GGK yang menjalani hemodialisis. Intervensi relaksasi dzikir untuk menurunkan kecemasan klien sangat relevan dengan peran perawat. Dalam melaksanakan peran dalam memberikan asuhan keperawatan, perawat seharusnya melihat dari semua aspek yang dimiliki pasien meliputi: aspek biologi, psikologi, sosial, dan spiritual. Pendekatan relaksasi dzikir terhadap pasien GGK memandang unsur spiritual pasien, dimana seseorang dengan

*EFEKTIVITAS TERAPI SPIRITUAL MUROTTAL AL-QUR'AN DAN TERAPI DZIKIR TERHADAP PENURUNAN
TINGKAT KECEMASAN PASIEN HEMODIALISA DI RSUD TOTO KABILA*

penyakit kronis cenderung berupaya memperkuat aspek spiritualnya. Hal ini akan mendukung keberhasilan teknik relaksasi dzikir untuk pasien penyakit kronis salah satunya penyakit gagal ginjal, dalam hal ini perawat sangat berperan penting dalam memberikan asuhan keperawatan dengan pendekatan spiritual melalui proses keperawatan

Menurut Asumsi Peneliti Bahwa dalam kedua terapi spiritual Murottal Al-Qur'an sangat berpengaruh maupun bermanfaat untuk menurunkan kecemasan pada pasien yang sedang menjalani terapi hemodialisa, karena dari kedua terapi tersebut dapat mengaktifkan hormon endorphin alami, meningkatkan perasaan rileks, dan mengalihkan perhatian dari rasa takut, cemas dan tegang. Sehingga perlu di terapkan terapi non farmakologi pada pasien hemodialisa..

KESIMPULAN DAN SARAN

KESIMPULAN

Berdasarkan tujuan dan hasil penelitian yang berjudul “Efektivitas Terapi Spiritual Murottal Al-Qur'an dan Terapi Dzikir Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Hemodialisa Di RSUD Toto Kabila dengan jumlah 30 responden, dapat disimpulkan bahwa Terdapat Efektivitas pemberian Terapi spiritual Murottal Al-Qur'an dan Terapi Dzikir terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien hemodialisa dengan nilai signifikan yang didapatkan p-value = 0,000 nilai tersebut mempunyai makna p-value < (α) 0,05.

SARAN

1. Bagi Institusi

Diharapkan dapat menjadikan terapi spiritual Murottal Al-qur'an dan Terapi Dzikir sebagai salah satu terapi non farmakologi bagi pasien kecemasan yang menjalani terapi Hemodialisa.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Kiranya dapat melanjutkan penelitian ini dengan ruang lingkup yang lebih luas serta dengan menggunakan intervensi lainnya. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu referensi pendukung dalam melakukan penelitian.

3. Bagi Masyarakat

Dapat dijadikan sebagai bahan informasi yang baru bagi masyarakat khususnya yang memiliki anggota keluarga yang mengalami kecemasan saat menjalani hemodialisa.

DAFTAR PUSTAKA

1. Ainurmaryam Hamsyani, S.Kep. 2017. “Analisis Praktik Klinik Keperawatan Pada Klien Chronic Kidney Disease Dengan Intervensi Inovasi Relaksasi Benson Kombinasi Murottal Al-Qur'an (Qs. An-Naba') Terhadap Kecemasan Di Ruang Hemodialisa RSUD A.W. Sjahranie Samarinda.”

2. Alivian, Galih Noor, Iwan Purnawan, and Danang Setiyono. 2019. "Efektifitas Mendengarkan Murottal Dan Doa Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Hemodialisa Di Rsud Wates." *Jurnal Keperawatan Sriwijaya* 6 (2): 13–17.
3. Damanik, Hamonangan. 2020. "Tingkat Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronik Dalam Menjalani Hemodialisa." *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda* 6 (1): 80–85.
4. Fitri. 2015. "Pengaruh Dzikir Terhadap Kualitas Hidup Pasien Hemodialisa Di RSUD Labuang Baji Makassar."
5. Hastantia, Dias Wisda Hari. 2014. "Pengaruh Bimbingan Spiritual Doa Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Cuci Darah." *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*.
6. Eklin, Andrew. 2016. "Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Kecemasan Pada Pasien PGK Yang Menjalani Hemodialisa."
7. MARTA, RESKI KASISU. 2015. "Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kecemasan Pasien Yang Menjalani Hemodialisis Pada Ruangan Hemodialisa Di Rsud Dr Achmad Muchtar."
8. Maulidia, Zahrah, and Indah Muladiatin. 2018. "Terapi Murottal Al-Quran Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea." *ARTIKEL PENELITIAN Jurnal Kesehatan* 7 (1)
9. Oktaviani, Rizka. 2017. "Hubungan Lamanya Menjalani Terapi Hemodialisa Dengan Tingkat Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronik Di Unit Hemodialisis Rsud Wates."
10. Putri, Eka, Alini, and Indrawati. 2020. "Hubungan Dukungan Keluarga Dan Kebutuhan Spiritual Dengan Tingkat Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronik Dalam Menjalani Terapi Hemodialisis Di RSUD Bangkinang." *JURNAL NERS Research & Learning in Nursing Science* 4 (23): 47–55.
11. Rizqiea, Noerma Shovie, and Munawaroh. 2017. "Terapi Murottal Dan Kualitas Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronik Dengan Hemodialisa Di RSUD Dr. Soediran Mangun Sumarso Wonogiri." *Adi Husada Nursing Journal* 3 (2): 65–70.
12. Saleh, Muhammad Chairil Ibnu, Dwi Martha Agustina, Lukmanul Hakim, Muhamad Afandi, Evi Chamalah, and Oktarina Puspita Wardani. 2018. "Pengaruh Murottal Al-Qur'an Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Jantung." *Perpustakaan Nasional Katalog Dalam Terbitan (KDT)* 001 (2): 148
13. Twistiandayani, R., and A. R. Prabowo. 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): 95–104