



LITERATUR REVIEW : PENGARUH PEMBERIAAN TERAPI MUROTAL TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN DEWASA

Fitri Yanti¹, Wiwik Agustina², M. Biomed³ dan Risma Yekti Mumpuni⁴

^{1,2}Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKes Maharani Malang, Indonesia

Corresponding Author : Fitri Yanti

Email : fitriyantipuratman@gmail.com, wiwiktina26@gmail.com,
mbomed@gmail.com dan rismayemumpu45@gmail.com

Info Artikel :

Diterima : 28 Maret 2022

Disetujui : 05 April 2022

Dipublikasikan : 15 April 2022

ABSTRAK

Kata Kunci:

Tingkat Kecemasan, Terapi Murotal, Pasien

Latar Belakang: Terapi murotal merupakan terapi yang digunakan untuk mengurangi kecemasan pada pasien yang mengalami kecemasan. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh terapi relaksasi audio: Murottal Al Qur'an surah Ar-Rahman (QS: 55, 78 ayat) yang dilantunkan oleh Abi *Tulkhah* dengan durasi 13 menit 55 detik, menggunakan *handphone* dengan Aplikasi Murottal Offline 30 juz yang disambungkan dengan *earphone* atau headset. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode *Literature review*. Pencarian *literatur* dilakukan pada bulan Desember 2021 menggunakan empat *database* dengan kriteria kualitas tinggi dan sedang, yaitu *academia.edu*, *academia microsoft*, *esearchgate*, dan *Google Scholar*. Kata kunci dalam *literature review* ini disesuaikan dengan *Medical Subject Heading* (MeSH) yaitu, "terapi murotal terhadap tingkat kecemasan". **Hasil:** Didapatkan hasil pencarian sesuai tahapan *screening* jurnal yang terbit 2015 – 2021, jurnal open akses dan menyesuaikan *title* (topik), dan jurnal *fulltext* yang disesuaikan dengan tema *literature review Google scholar* (n = 9), *academia.edu* (n=2), *researchgate* (n= 1), dan *academia Microsoft* (n= 4). **Kesimpulan:** Pasien yang mengalami kecemasan dapat mengganggu tindakan yang akan dilakukan sehingga di butuhkan peraran perawat untuk mengatasi kecemasan tersebut untuk kelancaran tindakan. Salah satu terapi yang mudah dan efektif untuk mengurangi kecemasan adalah terapi murotal.

ABSTRACT

Keywords:

Anxiety Level, Murottal Therapy, Patient

Background : Murottal therapy is a therapy used to reduce anxiety in patients who experience anxiety. **Purpose :** This study aims to see the effect of audio relaxation therapy: Murottal Al Qur'an surah Ar-Rahman (QS: 55, 78 verses) sung by Abi *Tulkhah* with a duration of 13 minutes 55 seconds, using a cellphone with the Murottal Offline Application 30 juz which is connected to the earphones or headset. **Method :** This study uses the Literature review method. A literature search was conducted in December 2021 using four databases with high and medium quality criteria, namely *academia.edu*, *academia microsoft*, *esearchgate*, and *Google Scholar*. The keywords in this literature review were adjusted to the *Medical Subject Heading* (MeSH), namely, "therapy murottal on the level of anxiety". **Results :** The search results were obtained according to the stages of screening journals published 2015-2021, open access journals and adjusting titles (topics), and fulltext journals adapted to the theme of *Google scholar literature review* (n = 9), *academia.edu* (n = 2), *esearchgate* (n= 1), and

Microsoft academia (n= 4). **Conclusion** : Patients who experience anxiety can interfere with the actions to be taken so that the role of nurses is needed to overcome this anxiety for smooth action. One of the easy and effective therapies to reduce anxiety is murotal therapy.

PENDAHULUAN

Kecemasan pada orang dewasa semakin meningkat disebabkan banya hal salah satunya adalah jika mengalami sakit dan akan dilakukan tindakan untuk mengetahui penyakitnya tersebut (Faridah, 2015). Kecemasan adalah gangguan perasaan yang di tandai dengan perasaantidak tenang, kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan serta berpikiran kacau dengan disertai banyak penyesalan (Risnawati HR, 2017). Prevalensi kecemasan menurut *Centers for Disease Control and Prevention* pada tahun 2011 sebesar lebih dari 15%. *National Comorbidity Study* melaporkan bahwa satu dari empat orang memenuhi kriteria untuk sedikitnya satu gangguan kecemasan dan terdapat angka prevalensi 12 bulan per 17,7% (Indriyati, Herawati, Sutrisno, & Putra, 2021). *World Health Organization* (WHO) perkiraan bahwa pada tahun 2020 depresi akan menjadi penyebab utama dari ketidak mampuan seorang individu di seluruh dunia dan akan menyumbang sekitar 15% dari angka kesakitan, di Amerika Serikat, terdapat 40 juta orang yang mengalami gangguan kecemasan pada usia 18 tahun hingga lanjut usia (Schenker, 2021).

Kecemasan merupakan perasaan yang tidak menyenangkan sebagai manifestasi dari berbagai perasaan emosi yang terjadi pada saat individu sedang mengalami tekanan perasaan (frustrasi) dan pertentangan batin (konflik). Saat mengalami kecemasan hipotalamus mengeluarkan *hormone kortisol* yang dapat menyebabkan kecemasan terjadi. *Hormone kortisol* dapat menurun dengan cara merangsang *hormone endofrin*. *Hormone edofrin* dapat keluar dengan cara merelaksasi tubuh dengan ransangan suara salah satunya degan mendengar lantunan al quran. Lantunan alquran ditangkap oleh *nerves auditorius* dan di teruskan ke *frontal* dan *parietal cortex cerebri* menghasilkan gelombang *alfa* sehingga merangsang *hipofisi* untuk mengeluarkan *hormone endofrin* sehingga memberikan efek relaksasi, ketenangan dan perubahan suasana hati sehinggga dapat menurunkan kecemasan, didalam Al-Quran banyak ditemui ayat-ayat yang berhubungan dengan dinamika kejiwaan manusia yang secara teoretik dapat dijadikan dasar acuan psikoterapi untuk mengatasi kecemasan. Al-Quran menawarkan solusi bagi jiwa yang sedang cemas untuk mendapatkan ketenangan, baik melalui bacaan maupun tulisan yang diambil dari teks Al-Quran. Berbagai ayat Al-Quran juga banyak yang memuat tuntunan bagaimana menghadapi permasalahan hidup tanpa rasa cemas (Kamila, 2020).

Rumah sakit dr. Saiful Anwar banyak pasien yang mengalami kecemasan karena penyakit yang di alami atau ketidaktahuan tindakan dan tujuan dilakukan tindakan. Pasien yang mengaami kecemasan dapat mengganggu tindakan yang akan dilakukan oleh sebab itu di butuhkan peranan perawat untuk mengatasi kecemasan tersebut unuk kelancara tindakan. Tindakan yang dilakukan perawat untuk mengrangi kecemasan bisa berupa terapi komplementer dan terapi medis yang sesuai *advise* dokter. Salah satu terapi yang mudah dan efektif untuk mengurangi kecemasan adalah terapi murotal.

Terapi murottal merupakan terapi yang digunakan untuk mengurangi kecemasan pada pasien yang mengalami kecemasan. Lantunan al-qur'an secara fisik mengandung unsur suara manusia, sedangkan suara manusia merupakan *instrument* penyembuhan yang menakjubkan dan alat yang paling mudah dijangkau. Suara dapat menurunkan hormon-hormon *stress*, mengaktifkan hormon *endorphin* alami, meningkatkan perasaan

rileks, dan mengalihkan perhatian dari rasa takut, cemas dan tegang, memperbaiki system kimia tubuh sehingga menurunkan tekanan darah serta memperlambat pernafasan, detak jantung, denyut nadi, dan aktifitas gelombang otak. Laju pernafasan yang lebih dalam atau lebih lambat tersebut sangat baik menimbulkan ketenangan, kendali emosi, pemikiran yang lebih dalam dan metabolisme yang lebih baik (Handayani, Fajarsari, Asih, & Rohmah, 2014).

Adapun pengobatan atau penyembuhan dengan menggunakan terapi murottal Al-Qur'an telah banyak diteliti. Seperti halnya yang dilakukan penelitian dengan judul "Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Surat Ar-Rahman Terhadap Kualitas Tidur Pasien Di Ruang ICCU RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto" hasil dari penelitian ini adalah Terapi Murottal Al-Qur'an dengan frekuensi 7-14 hertz selama 10-15 menit berpengaruh terhadap kualitas Tidur pasien yang di rawat di ICCU (Novela, 2018).

Penelitian yang membahas mengenai pemberian terapi murottal terhadap penurunan kecemasan pada pasien dewasa sudah banyak sekali. Setiap penelitian yang dilakukan peneliti memiliki kelebihan dan kekurangan tersendiri. Oleh karena itu perlu untuk dilakukan rangkuman *literature* yang bertujuan untuk menganalisis pemberian terapi murottal terhadap penurunan kecemasan pada pasien dewasa. Berdasarkan latar belakang kecemasan sering terjadi pada orang dewasa karena orang dewasa mempunyai masalah yang lebih tinggi. Kecemasan jika tidak ditangani berdampak besar terhadap kualitas hidup pasien. Pada keperawatan komplementer banyak cara mengatasi salah satunya dengan yang mudah dan murah adalah terapi mendengarkan Murottal Al-Qur'an, maka Dari penjelasan diatas peneliti tertarik melakukan *literature review* dengan judul " pengaruh pemberian terapi murottal terhadap penurunan kecemasan pada pasien dewasa". Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh terapi relaksasi audio: Murottal Al Qur'an surah Ar-Rahman (QS: 55, 78 ayat) yang dilantunkan oleh *Abi Tulkhah* dengan durasi 13 menit 55 detik, menggunakan handphone dengan Aplikasi Murottal Offline 30 juz yang disambungkan dengan *earphone* atau *headset*.

METODE PENELITIAN

Peneliti dalam melakukan penelitian ini menggunakan metode penelitian *literatur review*. Metode *literatur review* adalah mengumpulkan data dari berbagai sumber terpercaya yang berhubungan dengan topik atau tema yang ingin diangkat oleh peneliti. Sumber pengumpulan data ini dapat berupa jurnal, buku dan website resmi. Sumber yang diangkat harus terupdate dan adanya bantasan tahun. Jurnal yang digunakan harus <5 tahun terakhir dari tahun peneliti melakukan penelitian.

Untuk mencari jurnal yang sesuai dengan judul penelitian ini, maka peneliti menggunakan strategi pencarian jurnal dengan menggunakan *Population/problem Intervention Compration Outcome Study design* (PICOS). Strategi yang digunakan mencari artikel menggunakan PICOS *framework* yaitu :

1. *Population/problem* Populasi atau masalah yang akan di analisis sesuai dengan tema yang sudah ditentukan dalam *literature review*.
2. *Intervention* Suatu tindakan penatalaksanaan terhadap kasus perorangan atau masyarakat serta pemaparan tentang penatalaksanaan studi sesuai dengan tema yang sudah ditentukan dalam *literature review*.
3. *Comparison* Penatalaksanaan lain yang digunakan sebagai pembanding, jika tidak ada bisa menggunakan kelompok kontrol dalam studi yang terpilih.
4. *Outcome* Hasil atau luaran yang diperoleh pada penelitian terdahulu yang sesuai dengan tema yang sudah ditentukan dalam *literature review*.

5. Study design Desain penelitian yang digunakan oleh jurnal atau artikel yang akan di *review*.

Database yang digunakan dalam penelitian ini adalah data sekunder yang diperoleh bukan dari pengamatan langsung, akan tetapi diperoleh dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti-peneliti terdahulu. Sumber data sekunder yang didapat berupa artikel atau jurnal yang relevan dengan topic dilakukan menggunakan database melalui Google Scholar, academia.edu, researchgate dan academic.microsoft. Pencarian artikel atau jurnal menggunakan *keyword* dan *Boolean operator* (AND, OR NOT or AND NOT) yang digunakan untuk memperluas atau memspesifikasikan pencarian, sehingga mempermudah dalam penentuan artikel atau jurnal yang digunakan. Kata kunci yang digunakan dalam penelitian ini yaitu, Terapi murottal dan tingkat kecemasan pada pasien dewasa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada umumnya terapi murottal sudah sering digunakan dalam penelitian untuk menurunkan tingkat kecemasan pada pasien yang mengalami cemas akan tindakan medis yang akan dilakukan pada pasien (Faradisi, 2012). Dalam penerapan terapi murottal untuk menurunkan kecemasan ada banyak cara yang pada dasarnya mendengarkan lantunan al-Quran dengan pembacaan yang merdu dan enak untuk di dengar atau memilih beberapa surat dari al-Quran yang terjemahannya di mengerti pasien (Lailiyah, 2020). penelitian (Harmawati & Patricia, 2021) dengan judul “Pengaruh Pemberian Terapi Murottal Surat Ar-Rahman Terhadap Tingkat Kecemasan Narapidana Pengguna Napza Dirutan Kelas 1 Surakarta” menyatakan ada pengaruh dari terapi murottal Surat Ar-Rahman terhadap tingkat kecemasan Narapidana. dalam penelitian ini ada 49 responden yang mengalami beberapa tingkat kecemasan yaitu 7 responden mengalami cemas ringan, 18 responden cemas sedang, 14 responden cemas berat, 10 orang cemas berat sekali. Semua pengukuran cemas menggunakan HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*). Penelitian memberikan terapi murottal Surat Ar-Rahman selama 15 menit dilakukan 3 kali dan mendapat kan hasil tidak cemas 11 responden, cemas ringan 36 responden cemas sedang 1 responden cemas berat 1 responden dan cemas berat sekali tidak ada. Dengan demikian sesuai dengan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa Al-Qur’an mempunyai dampak positif dapat menurunkan tingkat kecemasan. Pada penelitian ini pemberian terapi murottal di spsesifikasikan terhadap Surat Ar-Rahman yang dilakukan selama 15 menit dilakukan 3 kali. Secara garis besar terapi murottal dapat menurunkan kecemasan sesuai data responden yang mengalami penurunan kecemasan

Pada penelitian yang dilakukan (Yolanda & Widyanti, 2015) Adalah membandingkan pengaruh terapi murottal terhadap penurunan intensitas nyeri dan tingkat kecemasan dengan judul penelitian “Pengaruh Terapi Murottal Al – Qur’an Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Bersalin Multipara Kala I Fase Aktif”. Pada penelitian ini menggunakan metode quasi eksperimen dengan rancangan *one grup pre-test post-tets* pada 20 ibu bersalin sebagai responden. Dengan di berikan terapi murottal selama 30 menit. Instrument penelitian menggunakan alat ukur kecemasan *Numerik Rating Scale* (NRS) dan *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS).

Berdasarkan pengukuran intensitas nyeri didapatkan 20 responden nilai rata-rata penurunan intensitas nyeri sebelum diberikan perlakuan adalah 7,10 dengan mean 7,00 dan std. devation 1,55259; intensitas nyeri tertinggi 10 dan terendah 5. Setelah diberikan perlakuan didapatkan nilai rata-rata penurunan intensitas nyeri menjadi 4,75 dengan median 5,00 dan std. devation 1,83174; intensitas nyeri tertinggi 9 dan terendah 2. Berdasarkan pengukuran kecemasan didapatkan bahwa dari 20 responden nilai rata-rata

tingkat kecemasan sebelum diberikan perlakuan adalah 22,20 dengan *mean* 23,00 dan *std. deviation* 5,67172; tingkat kecemasan tertinggi 34 dan terendah 14. Setelah diberikan perlakuan didapatkan nilai rata-rata tingkat kecemasan menjadi 12,75 dengan *mean* 13,00 dan *std. deviation* 4,16596; tingkat kecemasan tertinggi 20 dan terendah 6. Ini menunjukkan bahwa ada pengaruh pada pemberian terapi murottal pada tingkat kecemasan.

Setelah mendapat kedua data tersebut dilakukan uji normalitas data *Shapiro Wilk* menunjukkan bahwa nilai *sig* pada *pre-test* dan *post-test* eksperimen lebih besar dari 0,05. Nilai *sig pre-test* nyeri yaitu 0,113 dan nilai *sig* pada *post-test* nyeri yaitu 0,182. Hasil uji normalitas *pre-test* kecemasan yaitu 0,101 dan *post-test* kecemasan yaitu 0,201. Dengan demikian dapat dijelaskan bahwa seluruh variabel data berdistribusi normal ($P > 0,05$). Uji selanjutnya adalah uji homogenitas data. Uji homogenitas didapat kan data menunjukkan bahwa nilai *sig* pada *pre-test* dan *post-test* intensitas nyeri dan *pre-test* dan *post-test* tingkat kecemasan lebih besar dari 0,05. Pada kelompok *pre-test* dan *post-test* intensitas nyeri nilai *sig* 0,887 > 0,05 sedangkan pada kelompok *pre-test* dan *post-test* tingkat kecemasan didapatkan nilai *sig* 0,299 > 0,05. Berdasarkan penelitian ini maka data *pre-test* dan *post-test* intensitas nyeri dan *pre-test* dan *post-test* tingkat kecemasan memiliki data yang homogen. Berdasarkan jumlah data kurang dari 50, terdistribusi normal dan homogen, maka uji selanjutnya adalah analisis bivariat menggunakan *paired sampel T-test*. Dapat disimpulkan bahwa terapi murottal mempengaruhi penurunan intensitas nyeri dan mempengaruhi penurunan tingkan kecemasan.

Menurut (Faradisi & Aktifah, 2018) terapi murottal dapat dilakukan pada pasien *post* operasi sehingga meneliti dengan judul “Pengaruh Pemberian Terapi Murottal terhadap Penurunan Kecemasan *Post* Operasi” dalam penelitian ini cara yang digunakan untuk menurunkan kecemasan adalah memperdengarkan terapi murottal menggunakan Mp3 selama 15 menit tiap sesi, dan diberikan sebanyak 2 sesi dalam 2 hari pada pasien *post* operasi dengan tindakan ORIF (*open reduction and internal fixation*).

Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini adala 52 responden yang di bagi secara acak menjadi 2 kelompok yaitu kelompok intervensi dan kelompok *control* dengan tiap-tiap kelompok 31 responden. Peserta dalam kelompok intervensi menerima analgesik (prosedur standar dari rumah sakit) kemudian diberikan 15 menit terapi murottal. Peserta dalam kelompok *control* menerima analgesik dan beristirahat dengan tenang selama 15 menit. Kecemasan diukur sebelum dan segera setelah pemberian terapi murottal. Pengukuran kecemasan pada penelitian ini menggunakan VASA/visual analog sclae untuk kecemasan. Pada Analisis data menggunakan uji *mixed repeated ANOVA*. Dari tabel uji *multivariat* didapatkan *p-value* = <0,001 ($p < 0,05$), artinya ada perbedaan skor kecemasan antara kelompok murottal dan kelompok kontrol. Setelah mengetahui perbedaan kecemasan dilakukan uji *T-test*. Berdasarkan uji dependent *T-test*, diketahui bahwa skor kecemasan pada *pre-test* dan *post-test* <0,001 ($p < 0,05$), artinya setelah terapi murottal pada hari pertama dan kedua penelitian, skor kecemasan *posttest* menurun secara signifikan.

Berdasarkan beberapa penelitian dapat disimpulkan bahwa durasi pemeberian terapi murottal tidak begitu mempengaruhi tingkat kecemasan karena dari nilai di atas disimpulkan bahwa terapi murottal mempunyai pengaruh terhadap penurunan kecemasan. Meskipun sampel dari beberapa penelitian ini mempunyai perlakuan tindakan yang berbeda tetapi terapi murottal tetap menunjukkan dapat menurunkan kecemasan. Pada penelitian diatas pemberian waktu belum ditentukan. Kemungkinan pemberian waktu terapi murottal dapat mempengaruhi penurunan kecemasan. Contoh jika pelaksanaan tindakan medis dilakukan besok dan pemberian terapi murottal dilakukan satu hari sebelumnya kemungkinan dapat mempengaruhi penurunan.

Konsep Pelaksanaan Pengaruh Pemberiaan Terapi Murotal Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Dewasa

Kecemasan merupakan perasaan yang tidak menyenangkan sebagai manifestasi dari berbagai perasaan emosi yang terjadi pada saat individu sedang mengalami tekanan perasaan (frustrasi) dan pertentangan batin (konflik). Pada orang dewasa kecemasan dipengaruhi beberapa faktor salah satunya usia, jenis kelamin, jenis penyakit, koping individu dan tingkat pengetahuan atau kurangnya pengetahuan. Pada orang dewasa kecemasan yang di bahas pada beberapa jurnal diatas rata rata ketidak tahuan tentang tindakan yang akan dilakukan. Saat mengalami kecemasan *hipotalamus* mengeluarkan *hormone kortisol* yang dapat menyebabkan kecemasan terjadi. *Hormone kortisol* dapat menurun dengan cara merangsang *hormone endofrin*. *Hormone edofrin* dapat keluar dengan cara merelaksasi tubuh dengan ransangan suara salah satunya degan mendengar lantunan al quran. Lantunan alquran ditagkap oleh *nerves auditorius* dan di teruskan ke *frontal* dan *parietal cortex cerebri* menghasilkan gelombang alfa sehingga merangsang hipofisi untuk mengeluarkan *hormone endofrin* sehingga memberikan efek relaksasi, ketenangan dan perubahan suasana hati sehingga dapat menurunkan kecemasan. Di dalam al-Quran banyak ditemui ayat-ayat yang berhubungan dengan dinamika kejiwaan manusia yang secara teoretik dapat dijadikan dasar acuan psikoterapi untuk mengatasi kecemasan. Al-Quran menawarkan solusi bagi jiwa yang sedang cemas untuk mendapatkan ketenangan, baik melalui bacaan maupun tulisan yang diambil dari teks Al-Quran. Berbagai ayat Al-Quran juga banyak yang memuat tuntunan bagaimana menghadapi permasalahan hidup tanpa rasa cemas (Kamila, 2020).

Terapi auditori terapi murottal bukan satu satu nya terapi yang dapat mempengaruhi tingkat kecemasan, terapi murottal di bandingkan dengan terapi musik klasik dengan judul “Efektifitas Terapi Murottal-Qur’an Dan Musik Klasik Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin Di Bidan Praktik Mandiri (Bpm) Teti Herawati Palembang“. Penelitian ini mempunyai 32 sampel yang dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok dengan perlakuan terapi Murotal Qur’an dan kelompok dengan perlakuan terapi musik klasik dimana masingmasing kelompok berjumlah 16 orang. Pengukuran kecemasan menggunakan *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS), penelitian didapatkan hasil tingkat kecemasan responden sebelum diberikan terapi Murottal Qur’an dengan tingkat kecemasan berat berjumlah 12 orang, cemas sangat berat berjumlah 3 orang dan cemas sedang berjumlah 1 orang sedangkan tingkat kecemasan responden setelah diberikan terapi Murottal Qur’an sebagian besar responden memiliki tingkat kecemasan ringan dan sedang yakni masing-masing berjumlah 8 orang. Pada analisis uji *Wilcoxon* didapatkan hasil bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat kecemasan ibu bersalin sebelum dan setelah diberikan terapi Murotal Qur’an dengan nilai *p value* = 0,001. Setelah pemberian murotal Qur’an pada ibu bersalin didapatkan tingkat kecemasan lebih rendah dibanding sebelum diberikan Murotal Qur’an.

Pada penelitian ini kelompok ke dua atau kelompok dengan terapi musik klasik tingkat kecemasan responden sebelum diberikan terapi musik klasik yakni dengan tingkat kecemasan berat berjumlah 10 orang, cemas sedang berjumlah 4 orang dan cemas sangat berat berjumlah 2 orang, sedangkan tingkat kecemasan responden setelah diberikan terapi musik klasik sebagian besar responden memiliki tingkat kecemasan sedang yakni berjumlah 8 orang cemas ringan dan berat masing-masing berjumlah 4 orang. Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan hasil bahwa tingkat kecemasan ibu bersalin antara sebelum dan setelah diberikan terapi musik klasik didapatkan uji hipotesis bermakna $p < 0,05$ hal ini menunjukkan hasil bahwa terdapat perbedaan tingkat kecemasan ibu bersalin sebelum dan sesudah diberikan terapi musik klasik dengan *p value* = 0,001.

Setelah mendapatkan data dari dua kelompok dengan uji *Wilcoxon* hasil tersebut di analisa lagi dengan uji *chi-square* yang menyatakan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan tingkat kecemasan antara kelompok murottal dan kelompok musik klasik dengan nilai *p value* > 0,05 (0,069), sehingga hipotesis statistik ditolak. Berdasarkan tabel terlihat bahwa pada kelompok Murottal tidak ada yang mengalami kecemasan berat setelah mendapat terapi sedangkan pada musik klasik masih terdapat kecemasan berat setelah mendapatkan terapi yaitu 4 orang. Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan baik terapi murottal maupun terapi musik klasik signifikan dapat mengurangi tingkat kecemasan ibu namun tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara terapi Murottal Qur'an dan terapi musik klasik dalam mengurangi kecemasan ibu.

Berdasarkan penelitian dengan judul "Pengaruh Terapi Murottal Al Qur'an Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Trimester III di Wilayah Puskesmas Pekauman" dalam penelitian mengambil sampel 20 orang yang terdiri dari 10 kelompok intervensi dan 10 orang kelompok control. Dengan instrument yang di gunakan untuk mengukur tingkat kecemasan *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS). Pada kelompok intervensi sebelum diberi terapi murottal didapatkan 4 orang dengan cemas ringan, 2 orang cemas sedang dan 4 orang cemas berat setelah diberikan terapi murottal didapatkan data 9 orang cemas ringan, 1 orang cemas sedang dan tidak ada yang mengalami cemas berat. Berdasarkan hasil tersebut dilakukan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* didapatkan hasil $p = 0,005$ dan $\alpha = 0.05$ maka $p < \alpha$, maka dapat disimpulkan pada kelompok intervensi terdapat perbedaan tingkat kecemasan ibu hamil *primigravida* trimester III antara sebelum dan sesudah pemberian terapi murottal al-qur'an.

Pada penelitian ini kelompok kontrol tidak diberi terapi apapun untuk menurunkan kecemasan, untuk penilaian cemas didapat 4 orang cemas ringan, 4 cemas sedang, dan 2 cemas berat. Setelah diukur tingkat kecemasan dilakukan penukuran lagi setelah 5 hari. Didapatkan hasil 5 orang cemas ringan, 3 cemas sedang dan 2 cemas berat. Berdasarkan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* didapatkan hasil pada kelompok kontrol $p = 0,005$ dan $\alpha = 0.05$ maka $p < \alpha$, maka dapat disimpulkan terdapat perbedaan tingkat kecemasan ibu hamil *primigravida* trimester III antara hari 1 (*pre test*) dan hari ke 5 (*post test*)

Setelah mendapatkan 2 data kelompok kontrol dan intervensi dilakukan uji *Mann Whitney* didapatkan hasil nilai $p = 0,003$ dan nilai $\alpha = 0.05$ maka $p < \alpha$ sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian terapi murottal Al-Quran terhadap tingkat kecemasan. Berdasarkan beberapa uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa lantunan ayat-ayat suci Al Qur'an memiliki efek langsung dalam mengurangi kegelisahan, kecemasan bahkan depresi, baik secara langsung ataupun tidak langsung, memiliki efek dalam merangsang sistem kekebalan tubuh hingga membantu proses penyembuhan. Efek ini terjadi dengan cara mendengarkan beberapa ayat Al-Qur'an walaupun tanpa memahaminya.

Tingkat kecemasan pada pasien yang akan di lakukan tindakan medis pada penelitian ini adalah angiografi. Judul yang diangkat adalah "Pengaruh Terapi Murottal al-qur'an Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien *Pre Angiografi Koroner*". Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuisioner ZSAS (*Zung Self-rating Anxiety Scale*) Dalam penelitian tersebut terdapat 20 responden yang di teliti dengan rancangan *pre test post test with control* grup desain. Jadi, peneliti mengambil 10 orang pasien *pre angiografi* koroner yang memenuhi kriteria inklusi pada kelompok intervensi dan 10 orang pasien pada kelompok kontrol. Pada kelompok intervensi didapat hasil 3 orang cemas ringan dan 7 orang cemas sedang. Pada kelompok kontrol didapat 6 orang cemas ringan dan 4 dengan cemas sedang.

Setelah dilakukan pemberian terapi murottal pada kelompok intervensi dan tidak dilakukan apapun pada kelompok kontrol, didapatkan data kelompok intervensi menjadi 3

orang tidak mengalami cemas dan 7 orang mengalami cemas ringan. Pada kelompok kontrol didapatkan data 2 cemas ringan, 6 cemas sedang dan 2 cemas berat. Berdasarkan data diatas menunjukkan bahwa terpi murattal mempengaruhi tingkat kecemas dengan data kelompok intervensi mengalami penurunan kecemasan. Berdasarkan data diatas dilakukan analisis uji *Paired T- test* pada tingkat kecemasan *pre* dan *post test* pada kelompok intervensi didapatkan *p-value* 0,000 atau $p < 0.05$ berarti terdapat pengaruh yang signifikan pada variabel kelompok terapi murottal terhadap tingkat kecemasan pasien *pre angiografi koroner*. Hasil uji *Paired T-test* tingkat kecemasan *pre* dan *post test* pada kelompok kontrol didapatkan *p-value* 0,190 atau $p > 0.05$ berarti tidak terdapat pengaruh pada variabel kelompok kontrol terhadap tingkat kecemasan pasien *pre angiografi koroner*. Berdasarkan hasil analisis uji Independen *T-test* diperoleh nilai *p-value* 0,001 dengan demikian $p < \alpha$ ($0,001 < 0,05$) maka H_a gagal ditolak. Jadi, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh terapi murottal al-qur'an terhadap tingkat kecemasan pasien *Pre Angiografi koroner*. Dari hasil penelitian ini didapatkan Terdapat pengaruh terapi murottal terhadap tingkat kecemasan pada pasien yang akan menjalani tindakan *angiografi koroner*.

Pada penelitian (Fatmawati & Pawestri, 2021) membahas tentang terapi murottal terhadap penurunan kecemasan pada pasien yang akan melakukan operasi section caesarea. Dengan judul penelitian “ Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Tingkat Kecemasan pada Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea di Rumah Sakit Ridhoka Salma Cikarang ” pada penelitian ini pengukuran kecemasan menggunakan kesioner *Hamilton Rating Scale for Anxiety* (HRS-A). dengan menggunakan sampel dalam penelitian ini berjumlah 30 ibu yang mau melahirkan secara SC dengan kriteria inklusi dan eksklusi dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*.

Pada penelitian ini dilakukan dengan desain penelitian *pre-eksperimental* desain. Rancangan yang digunakan adalah rancangan penelitian *one group pretest-posttest*. desain *one group pretest-posttest* adalah membandingkan dengan keadaan sebelum perlakuan. Hasil penelitian tingkat kecemasan sebelum diberikan terapi murottal Al-Qur'an sebagian besar dalam kategori sedang sebanyak 83,4%, sesudah diberikan terapi murottal Al-Qur'an masing-masing berada dalam kategori ringan dan sedang sebanyak 50%. Terdapat perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi murottal Al-Qur'an ($0,000 < 0,05$). Diharapkan ibu dapat berfikir positif dengan tetap berdoa salah satunya dengan mendengarkan terapi murottal Alqur'an dan dapat percaya diri/yakin bahwa operasi dilakukan secara profesional sehingga segala kemungkinan resiko dapat ditekan dan dihindari.

Pada penelitian di atas menggunakan sampel yang akan melakukan SC dalam persalinannya. Pada penelitian yang dilakukan (Qonitun & Betalia, 2018) dengan judul “ Pengaruh Terapi Murottal Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Bersalin Normal di Polindes Permata Bunda Kelurahan Perbon Kecamatan Tuban Kabupaten Tuban” penelitian ini berbeda dengan dengan penelitian yang sbelumnya menggunakan sampel dengan ibu hamil dengan rencana tindakan SC. Pada penelitian menggunakan sampel dengan persalinan normal. Pada penelitian ini menggunakan 19 responden dengan pengambilan sampel menggunakan *systematic random sampling*. Pada penelitian ini Instrumen yang digunakan mengukur kecemasan adalah lembar observasi dengan menggunakan *anxietas NANDA International Scale*. Penelitian ini dilakukan selama 2 bulan dengan. Pelaksanaan pemberian terapi murottal dengan melalui *earphone* selama 15 menit. Dua bulan setelah pelaksanaan kegiatan dilakukan *post-test* dengan menggunakan observasi *anxietas NANDA International Scale*.

Pasien sebelum di berikan terapi murottal didapatkan tingkat kecemasan 3 orang kecemasan ringan, 6 orang dengan kecemasan ringan dan 10 dengan kecemasan berat.

Setelah dilakukan terapi murottal didapatkan tingkat kecemasan menurun dilihat dari sampel 10 orang mengalami kecemasan ringan, 5 kecemasan sedang, dan 4 orang kecemasan berat. Berdasarkan data di atas dilakukan uji statistik menggunakan *Wilcoxon diperooleh Asymp. Sig. (2-tailed) p value =0,001*, dimana $0,001 < 0,05$, maka H1 diterima sehingga disimpulkan bahwa terdapat pengaruh terapi murottal terhadap tingkat kecemasan pada ibu bersalin normal.

Pada penelitian yang diteliti oleh (Darmadi & Armiyati, 2019) dengan judul “*Murottal and Clasical Music Therapy Reducing Pra Cardiac Chateterization Anxiety*” pada penelitian ini bertujuan untuk efektifitas terapi murottal dan terapi music klasik untuk mengurangi kecemasan pada pasien pra kateterisasi jantung. Sampel pada penelitian ini 32 pasien dan dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok yang di terapi dengan musik klasik 16 sampel dan kelompok dengan terapi murottal sebanyak 16 sampel. Pada penelitian ini terapi music dan terapi murottal diberikan selama 30 menit ini berbeda dari jurnal sebelumnya yang hanya 15 menit. Dalam penelitian ini dilakukan dengan pre test dan post test untuk pengukuran menggunakan (NRS) *Numeric Rating Scale* untuk nilai kecemasan. Kecemasan dinilai dengan nol tidak ada kecemasan, nilai 10-30 kecemasan ringan, 40-60 kecemasan sedang, 70-90 adalah kecemasan berat dan nilai 100 untuk kategori cemas yang sangat parah atau panik.

Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terapi murottal lebih efektif dari pada terapi musik klasik. Dilihat dari hasil penilaian sebelum diberi terapi kelompok dengan terapi music klasik terdapat 4 pasien dengan cemas ringan, 10 pasien cemas sedang dan 2 pasien cemas berat. Kemudian kelompok terapi music klasik di berikan intervensi selama 30 menit kemudian di ukur tingkat kecemasannya didapatkan hasil 9 kecemasan ringan, 7 kecemasan sedang dan nol untuk kecemasan berat. Pada kelompok terapi murottal sebelum diberi terapi terdapat 2 pasien cemas ringan, 12 cemas sedang dan 2 pasien cemas berat. Setelah diberi terapi murottal didapat hasil 13 cemas ringan, 3 cemas sedang dan nol untuk cemas berat. Dari hasil di atas disimpulkan bahwa terapi murottal lebih efektif karena dapat menurunkan kecemasan pasling banyak.

Penelitian dengan judul “Pengaruh Terapi Relaksasi Audio Murottal Al-Qur’an Terhadap Perubahan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Yang di Rawat Di Ruangan Icu Rumah Sakit Aminah” pada penelitian ini yang dilakukan di icu untuk desain penelitian dalam penelitian ini adalah *Quasy Eksperimen* dengan menggunakan *desain One Group Pretest-Posttest*. Dalam rancangan ini, tidak ada kelompok pembanding (kontrol) tetapi paling tidak sudah dilakukan observasi pertama (*pretes*) yang memungkinkan peneliti dapat menguji perubahan yang terjadi setelah adanya *eksperimen* dengan menggunakan 38 sampel. Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh terapi relaksasi audio: Murottal Al Qur’an surah Ar-Rahman (QS: 55, 78 ayat) yang dilantunkan oleh Abi *Tulkhah* dengan durasi 13 menit 55 detik, menggunakan *handphone* dengan Aplikasi Murottal Offline 30 juz yang disambungkan dengan earphone atau headset. Berdasarkan 2 periode pada hari pertama (*pre test*) dan pada hari kedua (*post test*), kemudian di lakukan penilaian tingkat kecemasan. Didapatkan hasil tingkat kecemasan sebelum dilakukan intervensi yaitu cemas ringan 10 dan cemas sedang 28. Kemudian diberikan intervensi dan mendapatkan hasil tingkat kecemasan sesudah dilakukan intervensi yaitu cemas ringan 16, dan cemas sedang 22. Setelah didapatkan hasil dilakukan Uji *Wilcoxon* untuk melihat pengaruh tingkat kecemasan pada sebelum dan sesudah diberikan intervensi audio murottal. Didapatkan hasil uji statistik *Wilcoxon* untuk melihat pengaruh audio murottal al-quran terhadap tingkat kecemasan didapatkan nilai *p-value = 0,000*. Hal ini berarti ada pengaruh penurunan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pemberian terapi murottal.

Dapat disimpulkan pengaruh pemberian terapi murotal terhadap tingkat kecemasan pada pasien dewasa mempunyai pengaruh menurunkan kecemasan. Pada pasien dewasa masalah kecemasan saat akan dilakukan tindakan adalah factor penyebab kecemasan. Rata rata pada jurnal diatas pemberian terapi murotal diberikan pada saat akan dilakukan tindakan. kemudian dihitung dengan alat ukur kecemasan yang berbeda beda sesuai jurnal. Alat ukur kecemasan pada jurnal pada dasar sama saja tidak ada perbedaan signifikan yang dapat mempengaruhi hasil. Durasi pemberian juga tidak berpengaruh signifikan karena pada dasarnya tetap dapat menurunkan kecemasan. Pemilihan waktu yang belum dibahas dalam jurnal diatas pendapat saya pemberian terapi murotal membutuhkan waktu yang tepat karena jika dilakukan terlalu jauh dari tindakan pasien akan mengalami kecemasan saat akan dilakukan tindakan. sehingga terapi murotal sebaiknya dilakukan pada berdekatan dengan tindakan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dengan sumber data sekunder atau jurnal/literature yang digunakan pada penelitian ini dalam kurun waktu terakhir 2015-2021 dari hasil telaah jurnal dapat disimpulkan terapi murottal atau terapi mendengarkan ayat suci al-quran efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan ringan, sedang dan berat pada pasien dewasa dikarenakan pasien dewasa lebih mengerti tentang lantunan al-quran akan berbeda hasil yang di dapat jika bukan pada pasien dewasa. Pemberian terapi murottal dalam menurunkan kecemasan menurut jurnal diatas dapat di lakukan 15 menit dan 30 menit bisa di lakukan 2 kali atau sampai 2 hari dan membutuhkan waktu yang tepat. Pada dasarnya durasi pemberian bisa di lakukan kapanpun saat pasien mengalami cemas. Pemberian Terapi murottal hanya bisa dilakukan kepada pasien yang memiliki agama islam sehingga mengerti dan paham lantunan al-quran dalam jurnal di atas belum di spesifikasikan siapa qorik yang membaca al-quran, ada beberapa menggunakan surat atau ayat ayat tertentu sehingga lebih focus contoh dalam penelitian di atas adalah surat ar rahman. Menurut peneliti surat ar-rahman adalah surat yang sering di lantunkan di masjid masjid sehingga lebih banyak pasien yang paham.

BIBLIOGRAFI

- Darmadi, Sapta, & Armiyati, Yunie. (2019). Murottal and Clasical Music Therapy Reducing Pra Cardiac Chateterization Anxiety. *South East Asia Nursing Research*, 1(2), 52.
- Faradisi, Firman. (2012). Efektivitas terapi murotal dan terapi musik klasik terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien pra operasi di pekalongan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 5(2).
- Faradisi, Firman, & Aktifah, Nurul. (2018). Pengaruh pemberian terapi Murottal terhadap penurunan kecemasan post operasi. *Profesi (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian*, 15(2), 6.
- Faridah, Virgianti Nur. (2015). Terapi murottal (al-qur'an) mampu menurunkan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi laparatomi. *Jurnal Keperawatan*, 6(1).
- Fatmawati, Laili, & Pawestri, Pawestri. (2021). Penurunan Tingkat Kecemasan pada Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea dengan Terapi Murotal dan Edukasi Pre Operasi. *Holistic Nursing Care Approach*, 1(1), 25–32.
- Handayani, Rohmi, Fajarsari, Dyah, Asih, Dwi Retno Trisna, & Rohmah, Dewi Naeni. (2014). Pengaruh terapi murottal Al-Quran untuk penurunan nyeri persalinan dan kecemasan pada ibu bersalin kala i fase aktif. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 5(2), 1–15.

- Harmawati, Harmawati, & Patricia, Helena. (2021). Pengaruh Pemberian Terapi Murottal Surat Ar-Rahman Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Puskesmas Tanah Kampung. *Prosiding Seminar Nasional Stikes Syedza Saintika*, 1(1).
- Indriyati, I., Herawati, Vitri Dyah, Sutrisno, S., & Putra, Fajar Alam. (2021). Pengaruh Terapi Komplementer Dengan Mendengarkan Murottal Al-Quran Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Menyusun Skripsi Pada Situasi Pandemic Covid-19.
- Kamila, Aisyatin. (2020). Psikoterapi Dzikir Dalam Menangani Kecemasan. *Happiness, Journal of Psychology and Islamic Science*, 4(1).
- Lailiyah, Maziyyatul. (2020). *Terapi tilawah al qur'an untuk meningkatkan emosi positif santri putri pondok pesantren Thoyyib Fatah Surabaya*. Surabaya: UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Novela, Ragil Amanta. (2018). *Pengaruh Terapi Suara Murottal Al-Qur'an Surat Ar-Rahman Terhadap Perubahan Depresi Pada Lansia Di Upt Pstw Kabupaten Ponorogo*. Madiun: STIKES Bhakti Husada Mulia.
- Qonitun, Umu, & Betalia, Betalia. (2018). Pengaruh Terapi Murottal Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Bersalin Normal di Polindes Permata Bunda Kelurahan Perbon Kecamatan Tuban Kabupaten Tuban. *Jurnal Midpro*, 10(2), 20–27.
- Risnawati HR, Risnwati H. R. (2017). *Efektifitas Terapi Murottal al-Qur'an dan Terapi Musik Terhadap Tingkat Kecemasan Mahasiswa Keperawatan Semester VIII UIN Alauddin Makassar*. Makassar: Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar.
- Schenker, Jason. (2021). *Masa Depan Dunia Setelah Covid-19*. Pustaka Alvabet.
- Yolanda, Debby, & Widyanti, Yunita. (2015). Pengaruh Terapi Murottal Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan pada Primigravida. *'AFIYAH*, 2(2).



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).