

**PENGARUH TERAPI MUROTAL UNTUK MENGURANGI
KECEMASAN PADA PASIEN PRE OPERASI
*LITERATURE REVIEW***

NASKAH PUBLIKASI



**Disusun oleh:
Isna Rahmandaru
1811604127**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN ANESTESOLOGI
PROGRAM SARJANA TERAPAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
YOGYAKARTA
2022**

HALAMAN SAMPUL

**PENGARUH TERAPI MUROTAL UNTUK MENGURANGI KECEMASAN
PADA PASIEN PRE OPERASI
*LITERATURE REVIEW***

NASKAH PUBLIKASI



**Disusun oleh:
Isna Rahmandaru
1811604127**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN ANESTESOLOGI
PROGRAM SARJANA TERAPAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
YOGYAKARTA
2022**

**PENGARUH TERAPI MUROTAL UNTUK MENGURANGI KECEMASAN
PADA PASIEN *PRE* OPERASI
(*LITERATURE REVIEW*)**

NASKAH PUBLIKASI

Disusun oleh:

Isna Rahmandaru
1811604127

Telah Disetujui Oleh Pembimbing
Pada Tanggal:
30 Oktober 2022



Pembimbing

(Fitnaningsih Endang Cahyawati, SST.Bdn ., M.Kes)

PENGARUH TERAPI MUROTAL UNTUK MENGURANGI KECEMASAN PADA PASIEN PRE OPERASI

LITERATURE REVIEW¹

Isna Rahmandaru ² Fitnaningsih Endang Cahyawati ³

ABSTRAK

Latar Belakang: Kecemasan adalah pengalaman subjektif dari seseorang dan merupakan sebuah emosi seperti rasa kekhawatiran yang tidak jelas. Salah satu stressor kecemasan adalah tindakan operasi atau pembedahan Kecemasan pasien pre operasi dapat disebabkan oleh ancaman kematian, kemungkinan cacat atau takut pada nyeri luka pasca operasi, takut akan anastesi, bahkan cemas atau takut pada bahaya komplikasi pasca operasi.

Tujuan: Mengetahui pengaruh terapi murotal untuk mengurangi kecemasan pada pasien pre operasi.

Metode Penelitian: Jenis penelitian ini adalah *literatur review* tentang pengaruh terapi murotal untuk mengurangi kecemasan pada pasien pre operasi. Penelusuran *literature* dilakukan melalui *Google Scholar*, *Garuda*, dan *Scopus*. *Keyword* yang digunakan dalam bahasa Inggris adalah *pre operative patient*, *murrotal therapy*, *anxiety*. Dalam bahasa Indonesia adalah pre operasi, terapi murotal, kecemasan. Penelusuran dilakukan dari tahun 2017 Sampai 2021. Hasil penelusuran dari *google scholar*, *garuda*, dan *scopus* didapatkan 7 jurnal yang telah diskriminasi sesuai dengan kriteria inklusi yang diterimakan dianalisis.

Hasil: Penelitian ini menunjukkan bahwa berdasarkan hasil analisis tersebut dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh terapi murotal untuk mengurangi kecemasan pada pasien pre operasi dengan metode memutar audio rekaman.

Saran: Diharapkan bagi pelayanan kesehatan untuk meningkatkan interaksi yang baik dengan pasien. Untuk peneliti selanjutnya dapat melanjutkan penelitian terkait pengaruh terapi murotal untuk mengurangi kecemasan pada pasien pre operasi.

Kata Kunci : *pre operative patient*, *murrotal therapy*, *anxiety*.

Daftar Pustaka : 45 journal

¹ Judul skripsi

² Mahasiswa DIV Keperawatan Anestesiologi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas „Aisyiyah Yogyakarta

³ Dosen DIV Keperawatan Anestesiologi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas „Aisyiyah Yogyakarta

THE EFFECT OF MUROTAL THERAPY TO REDUCE ANXIETY IN PREOPERATIVE PATIENTS: A LITERATURE REVIEW¹

Isna Rahmandaru², Fitnaningsih Endang Cahyawati³

ABSTRACT

Background: Anxiety is a subjective experience of a person and is an emotion such as an unclear sense of worry. One of the anxiety stressors is surgery. Anxiety in preoperative patients can be caused by the threat of death, possible disability or fear of postoperative wound pain, fear of anesthesia, even anxiety or fear of the dangers of postoperative complications.

Objective: The study aims to determine the effect of murotal therapy to reduce anxiety in preoperative patients.

Method: The research employed a literature review method on the effect of murotal therapy to reduce anxiety in preoperative patients. The literature search was carried out through Google Scholar, Garuda, and Scopus. The keywords used in English included pre operative patient, murotal therapy, anxiety. In Indonesian the keywords *pre operasi, terapi murotal, kecemasan*. The search was carried out for articles published from 2017 to 2021. Search results from google scholar, garuda, and scopus obtained 7 journals that have been screened according to the inclusion criteria and analyzed.

Result: Based on the results of the analysis, it can be concluded that there was an effect of murotal therapy to reduce anxiety in preoperative patients with the audio recording method.

Suggestion: Health services are expected to improve good interactions with patients. Meanwhile, further researchers are suggested to continue research related to the effect of murotal therapy to reduce anxiety in preoperative patients.

Keywords : Pre Operative Patient, Murotal Therapy, Anxiety. References
:45 Journal

¹Title

²Student of Diploma IV Nursing Anesthesiology Program, Faculty of Health Sciences, Universitas „Aisyiyah Yogyakarta

³Lecturer of Faculty of Health Sciences, Universitas „Aisyiyah Yogyakarta

PENDAHULUAN

Kecemasan adalah pengalaman subjektif dari seseorang dan merupakan sebuah emosi seperti rasa kekhawatiranyang tidak jelas. Salah satu stressor kecemasan adalah tindakan operasi atau pembedahan (Rokawie et al, 2017). Kecemasan pasien pre operasi dapat disebabkan oleh ancaman kematian, kemungkinan cacat atau takut pada nyeri luka pasca operasi, takut akan anastesi, bahkan cemas atau takut pada bahaya komplikasi pasca operasi (Perry & Potter, 2012; Oktavia Gandra Sari & Kustiningsih, n.d.).

Penelitian di 56 negara dari 192 negara anggota *World Health Organization* (WHO) tahun 2004 diperkirakan 234,2 juta prosedur operasi dilakukan setiap tahun berpotensi komplikasi dan kematian (Puspita, et al, 2014). Terkait fakta tersebut, prosedur operasi secara tidak langsung akan mempengaruhi psikologi pasien (Rokawie et al, 2017). Prosedur operasi akan memberikan suatu reaksi emosional bagi pasien seperti ketakutan atau perasaan tidak tenang, marah, dan kekhawatiran (Muttaqin, 2013). Persiapan mental merupakan hal yang tidak kalah pentingnya dalam proses persiapan operasi karena mental pasien yang tidak siap dapat mempengaruhi kondisi fisiknya. Masalah mental yang biasa muncul pada pasien pre operasi adalah kecemasan.

Hasil survey yang dilakukan oleh Sasube pada tahun 2005 terdapat 50 dari 700 pasien yang batal operasi dikarenakan factor psikologis yakni kecemasan, di Instalasi Bedah Sentral BLU RSUP Prof. Dr. R. D. Kandau Manado (Jovina, dkk 2013). Angka kejadian dari kecemasan perioperative telah dilaporkan antara dari 11% -80 % diantara pasien dewasa (Erawan, et al, 2013). Selain itu, berdasarkan hasil penelitian Rokawie et al (2017) diketahui bahwa tingkat kecemasan pasien pre operasi di Ruang Bedah RSUD Jendral Ahmad Yani Metro adalah kecemasan ringan 11 responden (34,4

%) menjadi 17 responden (53,1%), kecemasan sedang 18 responden (56,2%) menjadi 9 responden (28,1%), kecemasan berat 3 responden (9,4%) menjadi tidak ada responden yang mengalami kecemasan berat (0%).

Salah satu upaya untuk mengatasi kecemasan pada pasien adalah dengan cara menggunakan terapi mendengarkan murottal Al-Qur'an yang diharapkan dapat mengurangi kecemasan, stress, dan nyeri fisiologis, dengan memberikan efek relaksasi. Terapi murottal juga telah disinggung di Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 1076/Menkes/SK/VII/2003 tentang pengobatan tradisional dijelaskan dalam BAB III Pendaftaran pasal 3 ayat 1 yakni; pengobatan tradisional diklasifikasikan dalam jenis ketrampilan, ramuan, pendekatan agama dan supranatural (Farida, 2015).

Terapi memperdengarkan Murottal Al Qur'an merupakan terapi yang dikembangkan untuk kalangan pasien muslim. Menurut Lestari (2015) terapi murottal adalah terapi bacaan Al-Quranyang di berikan beberapa menit atau beberapa jam sehingga memberikan dampak positif bagi tubuh seseorang (Purwaningsih, 2012). Terapi murottal bekerja pada otak, dimana ketika didorong dengan rangsangan dari luar (terapi Al-Quran) maka otak memproduksi zat kimia yang disebut *neuropeptide*. Molekul-molekul ini mengangkut reseptor-teseptor mereka yang ada didalam tubuh.

Selain itu, terapi murottal merupakan terapi religi dimana seseorang dibacakan ayat-ayat Al-Quran selama beberapa menit atau jam sehingga memberikan dampak positif bagi tubuh seseorang (Rantiyana et al, 2017). Terapi murottal mampu memberikan ketentraman, ketenangan dan mengurangi kecemasan. Kondisi tentram dan nyaman ini akan menstimulasi

pengeluaran neurotransmitter analgesia (endorphin, enkephalin, dinorfin) sehingga mengurangi rasa nyeri (Wirakhmi & Hikmati, 2016).

Seorang ilmuwan pernah melakukan penelitian pada dua kelompok orang non-muslim dengan cara memakaikan *earphone* ditelinga masing-masing klien. Pada kelompok pertama diputarkan rekaman lantunan ayat-ayat al-Qur'an, dan pada kelompok kedua diputarkan rekaman musik dan lagu-lagu. Setelah proses pemeriksaan dilalui, didapat sebuah hasil bahwa orang yang sedang mendengarkan al-Qur'an detak jantungnya berjalan normal, sedang orang yang mendengarkan musik jantungnya berdegup kencang dan sangat cepat (Al-Masjid, 2013). Maha besar Allah SWT yang telah berfirman “*Dan kami turunkan dari al-Qur'an sesuatu yang menjadi penawar dan rahmat*” (al-isra' [17]82).

Melihat studi secara literatur tentang manfaat terapi Murottal Qur'an dalam mengurangi kecemasan pada pasien pre operasi, maka penulis tertarik ingin melakukan penelitian secara literatur dengan

judul “Pengaruh Terapi Murottal Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi”.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian dengan menggunakan metode *literature review*. Pencarian jurnal dilakukan pada database *Google Scholar*, Garuda, dan Scopus menggunakan kata kunci *pre operative patient AND murottal therapy AND anxiety AND pre operasi AND terapi murottal AND kecemasan*.

Pencarian jurnal ini dibatasi 5 tahun dengan rentang tahun 2017 sampai tahun 2021. Jumlah jurnal artikel yang muncul sebanyak 70. Artikel yang ditemukan dibaca dengan cermat untuk melihat apakah artikel memenuhi kriteria inklusi penulis untuk dijadikan sebagai literatur dalam penulisan *literature review*. Penulis menemukan 7 jurnal yang paling mendekati dengan tema penelitian yaitu pengaruh terapi murottal untuk mengurangi kecemasan pada pasien pre operasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian tentang pengaruh terapi murottal untuk mengurangi kecemasan pada pasien pre operasi dari 8 jurnal yang direview disajikan pada tabel berikut.

Tabel 1. Hasil Berbagai Hasil Penelitian tentang Pengaruh Terapi Murottal Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi

No	Penulis	Judul	Tahun	Sampel	Metode Penelitian	Hasil	Kesimpulan
1	Rahman <i>et al</i>	Murottal Therapy To Anxiety Levels Of Patients Pre-Operative At Sari Mulia Hospital Banjarmasin	2017	Sampel penelitian adalah 22 pasien pre operasi	Desain penelitian quasi eksperimen	Hasil uji Wilcoxon test statistic diperoleh p value $0,000 < 0,05$.	Ada pengaruh antara terapi murottal dengan tingkat kecemasan pasien pra operasi di ruang instalasi Bedah Sentral (IBS) Rumah Sakit Umum Sari Mulia Banjarmasin.
2	Saputri & Ulfa	Pengaruh Pemberian Terapi Murottal	2018	Sampel penelitian berjumlah 22 responden	Desain penelitian pre eksperimen	Hasil uji t-test diperoleh p value	Ada pengaruh antara terapi murottal dengan tingkat kecemasan

No	Penulis	Judul	Tahun	Sampel	Metode Penelitian	Hasil	Kesimpulan
		Alquran Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Ibu Preoperasi Sectio Caesaria Di Rumah Sakit Grand Medistra Lubuk Pakam				0,000 < 0,05,	pasien preoperasi Sectio Caesaria di rumah sakit Grand Medistra Lubuk Pakam tahun 2016
3	Rahmah & Suhendi	Pengaruh Terapi Murotal Al-Qur'an terhadap Kecemasan Pasien Pre Operasi di RS Bogor Medical Center	2018	Sampel sebanyak 33 pasien pre operasi	Jenis penelitian quasi eksperimen dengan desain the one group pretest posttest design	Hasil uji paired sample t test diperoleh nilai p sebesar 0,000 < 0,05.	Ada pengaruh terapi murotal Al-Qur'an terhadap kecemasan pasien pre operasi.
4	Yuniarti <i>et al</i>	The Influence of Recitation "Murrotal" Al-Qur'an to Anxiety Level of Pre Surgary Patients	2019	Jumlah sampel sebanyak 27 orang dengan teknik consecutive sampling.	Desain penelitian pra eksperimental dengan pendekatan one group pre-test post-test	Hasil uji Wilcoxon test statistic diperoleh p value 0,000 < 0,05.	Ada pengaruh antara pembacaan murottal Al-Qur'an dengan tingkat kecemasan pasien pre operasi.
5	Parman <i>et al</i>	Perubahan Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi dengan Terapi Murottal Al-Qur'an di RSUD Raden Mattaher Jambi	2019	Jumlah sampel 14 pasien pre operasi dengan tehnik purposive sampling.	Metode penelitian pra eksperimen dengan rancangan pretest posttest one group design without control	Hasil uji Wilcoxon test statistic diperoleh p value 0,01 < 0,05.	Ada perubahan tingkat kecemasan pasien pre operasi dengan terapi murottal Al-Qur'an pada pasien pre operasi di RSUD raden Mattaher Jambi.
6	Azzahroh <i>et al</i>	Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Tingkat Kecemasan pada Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea di Rumah Sakit Ridhoka Salma Cikarang Tahun 2019	2020	Sampel penelitian sebanyak 30 orang yang diambil dengan teknik purposive sampling	Desain penelitian ini adalah penelitian pre-eksperimental desain. Rancangan yang digunakan adalah rancangan penelitian one group pretest-posttest. desain one group pretest posttest	Hasil uji Paired Sample t-test diperoleh p value 0,000 < 0,05.	Ada pengaruh terapi murottal Al-Qur'an terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi sectio caesarea di Rumah Sakit Ridhoka Salma Cikarang Tahun 2019
7	Kasanah & Pitayanti	Efektifitas Terapi Murotal Al	2021	Sampel penelitian sebanyak 18	Disain penelitian pra-eksperimen	Hasil uji Wilcoxon test statistic	Terapi murotal Al Quran efektif menurunkan

No	Penulis	Judul	Tahun	Sampel	Metode Penelitian	Hasil	Kesimpulan
		Quran Terhadap Kecemasan Dan Stres Pada Pasien Pre Operasi		pasien pre operasi.	dengan rancangan one group design with pre-test and post-test	diperoleh p value 0,000 < 0,05.	kecemasan dan stres pada pasien pre operasi

Hasil *literature review* pengaruh pengaruh terapi murotal untuk mengurangi kecemasan pada pasien pre operasi, sebanyak 5 artikel menyimpulkan ada pengaruh terapi murotal untuk mengurangi kecemasan pada pasien pre operasi (Rahman *et al.*, 2017; Saputri & Ulfa, 2018; Rahmah & Suhendi, 2018; Yuniarti *et al.*, 2019; Azzahroh *et al.*, 2020). Satu jurnal menyimpulkan ada perubahan tingkat kecemasan pasien pre operasi dengan terapi terapi murottal Al-Qur'an pada pasien pre operasi (Parman *et al.*, 2019). Satu jurnal lainnya menyimpulkan terapi murotal Al Quran efektif menurunkan kecemasan dan stres pada pasien pre operasi (Kasanah & Pitayanti, 2021).

Operasi atau pembedahan merupakan pengalaman yang sulit. Sebelum operasi sering ada masalah kecemasan yang merupakan reaksi emosi pasien. Hasil penelitian Rahman *et al.*, (2017) dan Saputri & Ulfa (2018) menunjukkan kecemasan pasien pre operasi sebelum diberikan terapi murotal sebagian besar adalah kecemasan tinggi atau berat. Penelitian Rahmah & Suhendi (2018); Parman *et al.*, (2019); Parman *et al.*, (2019); Azzahroh *et al.*, (2020); serta Kasanah & Pitayanti (2021) menunjukkan tingkat kecemasan sebelum diberikan terapi murottal Al-Qur'an adalah sedang. Penelitian Yuniarti *et al.*, (2019) menunjukkan kecemasan pasien pre operasi sebelum dilakukan pembacaan murotal Al-Qur'an sebagian besar adalah kecemasan rendah dan sedang.

Rahman *et al.*, (2017) menjelaskan pasien pre operasi mengalami kecemasan disebabkan oleh ketakutan akan penyakit

paru pada pasien yang akan menjalani pembedahan. Pasien juga mengalami kecemasan yang parah karena menjalani operasi untuk pertama kalinya. Tindakan operasi atau pembedahan merupakan pengalaman yang sulit bagi hampir semua pasien karena menggunakan peralatan, ruangan dan tindakan-tindakan khusus. Selain itu, pasien juga mengalami perasaan cemas dan ketegangan. Hal ini merupakan reaksi umum yang dirasakan oleh pasien sebelum operasi sebagai ancaman terhadap perannya dalam hidup, integritas tubuh, atau bahkan kehidupannya itu sendiri (Saputri & Ulfa, 2018). Beberapa faktor yang mempengaruhi sehingga pasien mengalami kecemasan adalah kurangnya dukungan sosial dari keluarga atau teman sekitarnya (pasien selalu ingin ditemani sanak saudara akan tetapi tidak dapat dicapai), memilikipenyakit yang tidak sembuh-sembuh, masih memiliki keinginan yang belum tercapai sehingga mengalami kecemasan yang berlebihan, pikiran tidak tenang dan tidaktahu apa yang harus dilakukan, kurangnya kemampuan pasien dalam mengatasi masalah (coping) dan persepsi yang salahakan tindakan operasi (Rahmah & Suhendi, 2018). Menurut Yuniarti *et al.*, (2019)kecemasan pasien pre operasi dikaitkan dengan semua jenis prosedur berbeda yang harus dijalani pasien dan juga ancaman terhadap keselamatan jiwa pasien karena segala macam prosedur bedah dan anestesi.

Prosedur pembedahan akan memberikan suatu reaksi emosional bagi pasien, seperti kecemasan pre operasi. Kecemasan yang dialami pasien dapat diakibatkan karena ketidaktauhan akan

pengalaman pembedahan serta prosedur pembedahan yang akan dijalani (Parman *et al.*, 2019). Menurut Azzahroh *et al.*, (2020) setiap menghadapi operasi selalu menimbulkan ketakutan dan kecemasan pada pasien, kondisi psikologis ibu hamil dapat merasa cemas dan takut akan hal-hal yang mungkin akan terjadi, baik pada diri ibu maupun pada bayinya. Pasien merasa cemas karena merasa bahwa operasi adalah suatu ancaman yang mengancam jiwa. Selain itu, pasien merasa tidak dapat mengekspresikan dan mengantisipasi kemungkinan yang akan terjadi selama operasi (Kasanah & Pitayanti, 2021).

Kecemasan dapat terjadi pada pasien yang akan menjalani operasi karena ketidaktahuan terhadap konsekuensi pembedahan dan perasaan takut terhadap prosedur pembedahan. Ketakutan juga dapat disebabkan oleh paparan fisik maupun psikologis terhadap situasi yang mengancam (Mutaqin & Kumala, 2013). Kecemasan muncul karena kekhawatiran menghadapi pembiusan, proses pembedahan, takut mati, masalah body image, cemas terhadap kemungkinan terjadi setelah operasi dan masalah lainnya. Pasien yang kurang terhadap paparan informasi sering mengalami kecemasan (Cholifah & Purwanti, 2019). Menurut Hawari (2011) pengalaman pembedahan adalah pengalaman yang secara signifikan mempengaruhi masalah pra-bedah pasien. Pasien yang sangat cemas mempengaruhi bidang persepsi dan membuat pasien tidak dapat memikirkan hal lain. Kecemasan yang parah dapat dipicu oleh respon perilaku dengan kecemasan yang berlebihan, khawatir, firasat buruk, kecemasan, bahkan dibayangkan dalam mimpi. Sedangkan fisiologis respon memicu naiknya denyut nadi, sesak napas, bahkan sakit kepala.

Ketika pengobatan kecemasan tidak mendapatkan hasil yang akurat, ada kemungkinan hal ini menambah kecemasan

pasien yang menjalani operasi dan akan menyebabkan ketidakmampuan dan pemahaman peristiwa selama perawatan dan pembedahan prosedur, serta mengganggu penyembuhan dan proses pemulihan. Salah satu cara untuk menurunkan kecemasan pasien dengan memberikan terapi murottal Al-Qur'an. Penelitian Rahman *et al.*, (2017) menunjukkan kecemasan pasien pre operasi sesudah diberikan terapi murottal sebagian besar adalah kecemasan sedang. Penelitian Saputri & Ulfa (2018); Rahmah & Suhendi (2018); Yuniarti *et al.*, (2019); Parman *et al.*, (2019) serta Kasanah & Pitayanti (2021) menunjukkan sesudah diberikan terapi murottal Al-Qur'an yang berada pada tingkat kecemasan ringan. Sementara penelitian Azzahroh *et al.*, (2020) menunjukkan sesudah diberikan terapi murottal Al-Qur'an tingkat kecemasan pasien kategori ringan dan sedang.

Menurut Rahman *et al.*, (2017) pasien pre operasi mengalami penurunan kecemasan kemungkinan karena pasien mendapatkan ketenangan di hati untuk menghadapi operasi karena diberikan terapi murottal Al-Qur'an. Kondisi pasien setelah diberikan terapi murottal Al-Qur'an tampak lebih tenang, pasien lebih mampu berpikir positif, bahkan setelah terapi murottal dari Al-Qur'an mereka mengatakan bahwa tindakan operasi akan dilakukan semata-mata untuk kesembuhan penyakitnya. Terapi murottal dapat membentuk coping baru untuk mengatasi kecemasan sebelum operasi dan memiliki irama yang indah secara psikologis dapat memotivasi dan memberikan dorongan semangat dalam menghadapi problem yang sedang dihadapi termasuk bagi ibu preoperasi section caesaria (Saputri & Ulfa, 2018). Menurut Rahmah & Suhendi (2018) pasien pre operasi yang mendapatkan terapi murottal Al-Qur'an akan lebih merasakan kenyamanan dalam mendengarkan ayat-ayat Al-Qur'an sehingga pasien tersebut

perasaannya menjadi lebih tenang dan rileks. Pada saraf otonom, stimulus suara berupa musik menyebabkan sistem saraf parasimpatis untuk berada di atas sistem saraf simpatik yang merangsang gelombang otak alfa yang menghasilkan keadaan santai. Musik juga menyebabkan pelepasan endorfin oleh kelenjar hipofisis, sehingga mempengaruhi suasana hati seseorang. Psikologis yang tenang keadaan akan mempengaruhi sistem limbik dan saraf otonom yang menimbulkan relaksasi, aman, dan menyenangkan untuk merangsang pelepasan asam gamma amino butirat, enkephalin dan beta-endorfin yang akan menghilangkan neurotransmitter rasa sakit dan kecemasan yang menciptakan ketenangan dan meningkatkan suasana hati) pasien (Yuniarti *et al.*, 2019).

Parman *et al.*, (2019) menyebutkan penurunan tingkat kecemasan pasien pre operasi dengan terapi murottal al-qur'an karena kesan positif yang diberikan oleh al-qur'an memberikan suasana hati yang positif yang membuat pasien ingat akan Sang Pencipta yang telah memberikan cobaan. Menurut Azzahroh *et al.*, (2020) dengan mendengarkan Murottal Al-Qur'an maka ibu yang akan menjalani operasi menjadi tenang dan pasrah bahwa semuanya hanya milik Allah semata. Meskipun tidak mengerti dan tidak memahami makna ayat-ayat Al-Qur'an tersebut, karena adanya rasa ikhlas dan pasrah, menjadikan ibu siap menghadapi risiko yang terjadi setelah dilakukannya operasi SC. Ketika pasien mendapatkan terapi murottal Al Quran, sistem saraf mengkomunikasikan ke hipotalamus untuk mensekresi hormon endorphin di kelenjar pituitari dan menekan epineprin dan non epineprin sehingga mampu untuk menurunkan tekanan darah, menurunkan kecepatan denyut nadi, memperlambat pernafasan, serta memperlambat aliran darah ke otak sehingga akan menurunkan kecemasan (Kasanah & Pitayanti, 2021).

Lantunan ayat-ayat suci Al-Qur'an memiliki efek langsung dalam mengurangi kegelisahan, kecemasan bahkan depresi, baik secara langsung ataupun tidaklangsung, memiliki efek dalam merangsang sistem kekebalan tubuh hingga membantu proses penyembuhan. Efek ini terjadidengan cara mendengarkan beberapa ayat Al-Qur'an walaupun tanpa memahaminya (Budiyarti & Makiah, 2018). Maryani *et al.*, (2013) menyatakan bahwa mendengarkan murottal lantunan Al-Qur'an dengan tempo lambat itu bersama dengan detak jantung yang dapat merangsang hipotalamus untuk melepaskan hormon endorfin, hormon yang bisa membuat orang merasa bahagia. Relaksasi yang timbul dari murottal lantunan Al-Qur'an menimbulkan ketenangan dan mengurangi kecemasan.

Manfaat murottal Al-Qur'andijelaskan didalam QS. Al-Araf:7/204 bahwa membaca dan mendengarkan Al- Qur'an selain sebagai bentuk ibadah jugadapat mendatangkan rasa ketenangan, kenyamanan, meningkatkan kreativitas,memberi hati pada suasana damai, meredakan ketegangan saraf otak, dan mengatasi rasa ketakutan, menguatkan kepribadian dan meningkatkan kemampuan bahasa dan interaksi sosial (Marliani, 2019). Terapi murottal Al-Qur'an selain memberikan ketenangan jiwa, juga dapat mempengaruhi kesehatan (Anwar, 2013). Penelitian (Rahman *et al.*, 2017; Saputri & Ulfa, 2018; Rahmah & Suhendi, 2018; Yuniarti *et al.*, 2019; Azzahroh *et al.*, 2020) menunjukkan ada pengaruh antara terapi murottal dengan tingkat kecemasan pasien pra operasi. Penelitian (Parman *et al.*, 2019) menyimpulkan ada perubahan tingkat kecemasan pasien pre operasi dengan terapi terapi murottal Al-Qur'an pada pasien pre operasi. Sementara (Kasanah & Pitayanti, 2021) menyimpulkan terapi murottal Al Quran efektif menurunkan kecemasan dan stres pada pasien pre operasi.

Terapi murottal Al-Qur'an adalah relaksasi terapi, di mana terapi seperti gelombang suara yang memiliki kekuatan untuk membuat orang yang mendengarkan untuk itu merasa santai bahkan tenang setelah mendengarkan. Rasa tenang juga bisa membangkitkan kepercayaan diri seseorang yang akan menjalani operasi (Rahman *et al.*, 2017). Menurut Saputri & Ulfa (2018) mendengarkan ayat suci Al-Qur'an memiliki pengaruh mendatangkan ketenangan dan menurunkan ketegangan urat saraf reflektif serta dapat memberikan ketenangan jiwa dan penyembuhan penyakit. Rahmah & Suhendi (2018) mengemukakan dengan terapi murottal maka kualitas kesadaran seseorang terhadap Tuhan akan meningkat, baik orang tersebut tahu arti Al-Qur'an atau tidak. Kesadaran ini akan menyebabkan totalitas kepasrahan kepada Allah SWT, dalam keadaan ini otak berada pada frekuensi 7-14 Hz, ini merupakan keadaan energi otak yang optimal dan dapat menyingkirkan stress dan menurunkan kecemasan. Aspek spiritual yang ditemukan dalam ini terapi tilawah bisa menjadi perenungan keberadaan Tuhan, sehingga diharapkan dapat membentuk koping dan harapan yang positif pada pasien. Disamping itu elemen suara dan musik yang ada juga merupakan bagian dari terapi relaksasi (Yuniarti *et al.*, 2019).

Penelitian Parman *et al.*, (2019) menyebutkan bahwa lantunan ayat-ayat Al-Qur'an secara fisik mengandung unsur-unsur manusia yang merupakan instrumen penyembuhan dan alat yang paling mudah dijangkau. Suara dapat menurunkan hormon-hormon stress, mengaktifkan hormon endofrin alami, meningkatkan perasaan rileks, memperbaiki sistem kimia tubuh sehingga menurunkan tekanan darah, sesak nafas, detak jantung, denyut nadi dan aktivitas gelombang otak. Sementara Azzahroh *et al.*, (2020) dalam penelitiannya menyatakan Al-Qur'an dapat

menyembuhkan penyakit nonfisik yaitu penyakit hati ataupun jiwa, seperti kecemasan, kegundahan hati dan kesedihan. Adapun prosesnya yaitu getaran suara bacaan Al-qur'an akan ditangkap oleh daun telinga yang akan dialihkan ke lubang telinga dan mengenai membran timpani (membran yang ada di dalam telinga) sehingga membuat bergetar menuju otak tepatnya di area pendengaran, selanjutnya diantarkan ke tempat penyimpanan memori emosi yang merupakan sistem yang mempengaruhi emosi dan perilaku. Area otak inilah yang berfungsi untuk berfikir atau mengolah data serta informasi yang masuk ke otak. Apabila mendengarkannya dengan penuh keikhlasan dan kerendahan hati, maka akan timbul motivasi atau dorongan dalam otak untuk mengingat pengalaman-pengalaman, pikiran-pikiran yang menyenangkan sehingga menimbulkan suasana hati yang positif. Walaupun tidak memahami makna ayat-ayat Al-Qur'an yang kita dengar, tetapi apabila kita mendengarkannya dengan keikhlasan dan cinta, Al-qur'an akan tetap berpengaruh positif terhadap suasana hati melalui kesan yang ditimbulkan dalam amigdala dan hipokampus (proses pengolahan emosi seseorang).

Menurut Kasanah & Pitayanti (2021) terapi murottal Al Quran yang menggunakan tempo lambat dan harmonis serta dengan pembacaan yang benar merupakan paduan antara musik dan aspek spiritual. Mendengarkan murottal Al-Qur'an akan membuat pasien merasa lebih dekat dengan Tuhan serta menuntun pasien untuk mengingat dan menyerahkan segala hal yang dihadapi kepada Tuhan. Kepasrahan ini dapat menambah keadaan rileks dan tenang pada pasien sebelum di operasi.

Hasil penelitian ini sesuai teori Zahrofi (2013) yang menyebutkan bahwa terapi murottal bekerja pada otak, dimana ketika didorong oleh rangsangan dari luar (terapi

Al-Qur'an), maka otak memproduksi zat kimia yang disebut neuropeptide. Molekul ini akan mengangkut ke dalam reseptor-reseptor mereka yang ada di dalam tubuh dan akan memberikan umpan balik berupa kenikmatan atau kenyamanan. Dengan adanya terapi murottal Al Quran kualitas kesadaran seseorang terhadap Tuhan akan meningkat, baik seseorang tersebut tahu inti maupun makna dari Al-Qur'an yang dibacakan atau tidak. Kesadaran ini akan menyebabkan totalitas kepasrahan kepada Tuhan sehingga otak berada pada kondisi yang optimal dan dapat menyingkirkan stres serta kecemasan yang dialami (MacGregor, 2011).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil *literatur review* yang telah dilakukan penulis terhadap tujuh artikel berkaitan dengan pengaruh terapi murottal untuk mengurangi kecemasan pada pasien pre operasi dapat disimpulkan bahwa sebelum pasien diberikan terapi murottal, pasien menunjukkan kecemasan tinggi atau berat. Setelah diberikan terapi murottal pasien menunjukkan kecemasan sedang. Oleh sebab itu terapi murottal menunjukkan adanya pengaruh terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi

DAFTAR PUSTAKA

- Azzahroh, P., Hanifah, A., & Nurmawati, N. (2020). Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Tingkat Kecemasan pada Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea di Rumah Sakit Ridhoka Salma Cikarang Tahun 2019. *Journal for Quality in Women's Health*, 3(2), 127–132.
- Budiyarti, Y., & Makiah. (2018). Murottal Al Qur'an Therapy Effect on Anxiety Level of Third Trimester Primigravida Pregnant Women. *Jurnal Citra Keperawatan*, xx(x), 89–99.
- Cholifah, N., & Purwanti, D. (2019). Hubungan Pemberian Informasi Persiapan Operasi Oleh Perawat Dengan Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi di Ruang Bougenville RSUD RAA Soewondo Pati. *THE 9TH UNIVERSITY RESEARCH COLLOQUIUM*, 9(1)..
- Erawan, W., Opod, H., Pali, C. (2013). Perbedaan tingkat kecemasan antara pasien laki-laki dan perempuan pada preoperasi laparatomi di RSUP. PROF.Dr.R.D. Kandou Manado. *eBiomedik*, 1(1).
- Farida, V.N. (2015). Terapi Murottal (Al-Qur'an) Mampu Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Laparatomi. *Jurnal Keperawatan*, 6(1).
- Hawari, D. (2011). *Manajemen Stres, Cemas dan Depresi*. Jakarta : FKUI.
- Kasanah, A.A & Pitayanti, A. (2021). Efektifitas Terapi Murottal Al Quran Terhadap Kecemasan dan Stres Pada Pasien Pre Operasi. *Jurnal Keperawatan*, 13(1).
- MacGregor, S. (2011). *Piece Of Mind: Menggunakan Kekuatan Pikiran Bawah Sadar Untuk Mencapai Tujuan*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Marliani, D. C. (2019). Penerapan Audio Murattal Dalam Pembelajaran Untuk Meningkatkan Atensi Anak Autis. *Skripsi*. Jurusan Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Fakultas Ilmu Pendidikan Universtas Negeri

Semarang.

*Jurnal Keperawatan dan Kesehatan
Medisina Akper YPIB Majalengka,
IV(7).*

Mayrani, D.E., Hartati, E. (2013). Intervensi Terapi Murottal Surat Ar- Rahmah terhadap Perilaku Anak Autis. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 8(2).

Muttaqin, A & Kumala, S. (2013). *Asuhan Keperawatan Perioperatif: Konsep, Proses dan Aplikasi*. Cetakan Ketiga. Jakarta: Salemba Medika.

Oktavia Gandra Sari, & Kustiningsih. (n.d.). *PENGARUH TERAPI BERMAIN MEWARNAI GAMBAR TERHADAP TINGKAT KECEMASAN ANAK USIA PRASEKOLAH YANG DIHOSPITALISASI DI RSKIA PKU MUHAMMADIYAH KOTAGEDE YOGYAKARTA NASKAH PUBLIKASI*.

Parman, Rasyidah AZ, Sutinah, Agus Triyanto, A. (2019). Perubahan Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Dengan Terapi Murottal Al-Quran di RSUD Raden Mattaher Jambi. *SCIENTIA JOURNAL*, 8(1).

Perry, A.G & Potter, P.A. (2012). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan*. Jakarta: EGC.

Purwaningsih, W. (2012). Perbedaan Efektifitas Terapi Musik Klasik Dan Terapi Murrotal Terhadap Perkembangan Kognitif Anak Autis Di SLB Autis Kota Surakarta. *Gaster*, 9(2).

Puspita, N. A., Armiyati, Y., & Arif, S. (2014). Efektifitas Waktu Penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Kecemasan pada Pasien Pre Operasi Bedah Mayor Abdomen di RSUD Tugurejo Semarang. *Karya Ilmiah S1 Ilmu Keperawatan*.

Rahmah, N.M & Suhendi, D. (2018). Pengaruh Terapi Murrotal Al-Quran terhadap Kecemasan Pasien Pre Operasi di RS Bogor Medical Center.

Rahman, R.T.A., Mohdari, Prasetyo, A. (2017). Murottal Therapy To Anxiety Levels Of Patients Pre-Operative At Sari Mulia Hospital Banjarmasin. *Advances in Health Science Research*, 6.

Rantiyana, Florencia, M., Suratun. (2017). Pengaruh Terapi Murottal Al Qur'an Terhadap Nyeri Pada Pasien Luka Bakar. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 13(2), pp. 167-177.

Rokawie, A. O. N., Sulastri, S., & Anita, A. (2017). Relaksasi Nafas Dalam Menurunkan Kecemasan Pasien Pre Operasi Bedah Abdomen. *Jurnal Kesehatan*, 8(2), 257.

Saputri, I.N & Ulfa, R. (2021). Pengaruh Pemberian Terapi Murottal Al-Quran Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Ibu Preoperasi Sectio Caesaria Di Rumah Sakit Grand Medistra Lubuk Pakam. *Jurnal Kebidanan Kestra (JKK)*, 1(1).

Wirakhmi, I. Netra, & Hikmanti, A. (2016). Respon Fisiologis Pasca Operasi. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 11(1), 89–97.

Yuniarti, E.V., Rahmawati, I., Munfadlila, A.W. (2019). The Influence of Recitation “Murrotal” Al-Qur’an to Anxiety Level Ofpre-Surgery Patients Enny Virda Yuniarti1, Ima Rahmawati1, Asef Wildan Munfadlila. *Indian Journal of Public Health Research & Development*, 10(8).

Zahrofi, D.N. (2013). Pengaruh Pemberian

Terapi Murrotal Al-Quran terhadap Tingkat Kecemasan pada Pasien Hemodialisis di RS PKU Muhammadiyah Surakarta. *Naskah Publikasi*. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

