

PENERAPAN TERAPI MUROTTAL AL-QUR'AN SURAH AR-RAHMAN TERHADAP TINGKAT KECEMASAN DI ICU

Ika Putri Damayanti¹, Fida' Husain², Waluyo³

^{1,2)} Universitas 'Aisyiyah Surakarta, ³⁾ RSUD Dr. Soehadi Prijonegoro Sragen
e-mail: ikaputri.students@aiska-university.ac.id

Abstrak

Pasien ICU merupakan pasien yang mengalami suatu keadaan atau penyakit yang mengancam jiwa dikarenakan kondisi yang harus memerlukan perawatan dan pemantauan intensif. Pasien ICU mengalami respon yang berbeda-beda salah satunya kecemasan. Kecemasan dapat diatasi dengan beberapa cara salah satunya terapi non farmakologis yaitu dengan terapi diberikan terapi murottal Al-qur'an Surah Ar-rahman. Mengetahui hasil implementasi efektifitas terapi murottal Al-qur'an surah Ar-rahman untuk menurunkan tingkat kecemasan pada pasien ICU di RSUD Dr Soehadi Prijonegoro Sragen. Penerapan bersifat deskriptif, desain penelitian studi kasus Pretest Posttest One Group Design, sampel 2 responden, instrument penelitian kuesioner Hamilton Anxiety Rating Scale, penerapan menggunakan terapi murottal al-qur'an surah ar-rahman. Setelah dilakukan terapi murottal al-qur'an surah ar-rahman selama 2 kali dalam 2 hari mengalami perubahan tingkat kecemasan Ny. S dari skor 23 menjadi 17 dan Tn. A mengalami penurunan dari skor 30 menjadi 20. Terapi murottal Alqur'an surah Ar-rahman dapat menurunkan tingkat kecemasan pasien ICU RSUD Dr Soehadi Prijonegoro Sragen.

Kata Kunci: Terapi Murottal Al-qur'an; Surah Ar rahman; Kecemasan; Pasien ICU

Abstract

ICU patients are patients who experience a life-threatening condition or disease due to conditions that require intensive care and monitoring. ICU patients experience different responses, one of which is anxiety. Anxiety can be overcome in several ways, one of which is non-pharmacological therapy, namely by providing murottal therapy from Al-Qur'an Surah Ar-Rahman. To find out the results of implementing the effectiveness of murottal al-Qur'an surah Ar-rahman therapy to reduce anxiety levels in ICU patients at Dr Soehadi Prijonegoro Hospital, Sragen. The application is descriptive, case study research design Pretest Posttest One Group Design, sample of 2 respondents, Hamilton Anxiety Rating Scale questionnaire research instrument, application using murottal therapy of Al-Qur'an Surah Ar-Rahman. After carrying out the murottal therapy of Al-Qur'an Surah Ar-Rahman 2 times in 2 days, Mrs. Mrs.'s anxiety level changed. Ny S from a score of 23 to 17 and Tn. A decreased from a score of 30 to 20. Surah Ar-Rahman murottal therapy can reduce the anxiety level of ICU patients at Dr Soehadi Prijonegoro Hospital, Sragen.

Keyword: Murottal Al-Qur'an Therapy; Surah Ar Rahman; Anxiety; ICU Patients

PENDAHULUAN

Pasien kritis merupakan pasien yang mengalami suatu keadaan atau penyakit yang mengancam jiwa dikarenakan kondisi yang harus memerlukan perawatan dan pemantauan intensif agar komplikasi yang lebih serius dapat dihindari. Intensive Care Unit (ICU) merupakan salah satu ruangan yang memberikan pelayanan kritis dan mendesak bagi pasien yang membutuhkan pemantauan tanda vital, perawatan intensif, dan tindakan segera (Andi Herman, et al., 2021).

Rata-rata pasien kritis memiliki kerentanan yang berbeda, kerentanan tersebut meliputi ketidakberdayaan, kelemahan dan ketergantungan terhadap alat pembantu. Ruang *Intensive Care Unit* (ICU) hanya diperuntukkan bagi klien atau pasien yang membutuhkan tindakan intensif dari dokter dan tenaga medis (Rustini et al., 2023).

Intensive Care Unit (ICU) adalah fasilitas rumah sakit yang membutuhkan staf dan peralatan khusus untuk merawat dan mengobati pasien dengan perubahan fisiologis yang cepat yang dapat diamati dengan pemantauan. Pemantauan kondisi pasien yang memburuk dapat mempengaruhi organ sehingga menyebabkan kematian (Cahyati et al., 2023).

Pasien kritis sangat berkaitan dengan proses perawatan secara intensif serta monitoring penilaian terhadap setiap tindakan yang dilakukan kepada pasien dan membutuhkan pencatatan medis yang dilakukan secara terus-menerus dan berkesinambungan. Pasien yang di rawat di ICU akan mengalami masalah lain, salah satunya yaitu masalah psikis. Masalah psikis yang terjadi dapat berupa gangguan kecemasan (Rustam & Chaidir, 2022).

Prevalensi kecemasan memiliki angka yang cukup tinggi, menurut (WHO, 2022) sekitar 3,6% populasi dunia terkena kecemasan. Prevalensi kecemasan di Indonesia pada usia 55-65 tahun sebanyak 6,9%, usia 65-75 tahun 9,7% dan pada usia lebih dari 75 tahun sebanyak 13,4% (Kemenkes RI, 2018). Prevalensi kecemasan di provinsi Jawa Tengah tercatat sebanyak 4,7% dari 37 ribu penduduk (Sulistiyowati & Daniel Hasibuan, 2021).

Di dalam ruang ICU pada umumnya pasien mengalami kondisi yang kritis seperti halnya kehilangan kesadaran atau mengalami kelumpuhan. Kondisi tersebut mengharuskan pasien dipantau melalui monitoring yang baik dan teratur, karena setiap perubahan yang terjadi harus dianalisa secara cermat untuk mendapatkan tindakan yang cepat dan tepat. Reaksi pasien di ICU yang mengalami ini berbeda-beda, reaksi pasien ICU ini antara lain muncul kecemasan. Perasaan cemas ini muncul ketika seseorang terlalu mengkhawatirkan kemungkinan peristiwa yang menakutkan yang terjadi di masa depan yang tidak biasa dikendalikan, dan jika itu terjadi akan dinilai sebagai sesuatu yang mengerikan (Saragih & Suparmi, 2020). Dampak dari rasa cemas tersebut pada pasien yang dirawat di ICU bisa berupa pasien mengalami gangguan tidur dan menyebabkan tekanan darah tinggi, pusing pasien merasa stress, gangguan tidur sehingga berdampak pada proses penyembuhan semakin lama dan dapat menimbulkan gangguan psikologis bagi pasien (Marsono & Ismerini, 2022; G. Setiawan, 2019).

Gangguan rasa cemas biasanya ditandai dengan munculnya perasaan bingung, tidak senang, disertai dengan gejala seperti sakit kepala, jantung yang berdebar, berkeringat, perasaan tertekan di dada, rasa yang tidak nyaman di daerah perut, keresahan, yang ditandai dengan ketidakmampuan untuk melakukan posisi duduk atau berdiri dalam jangka waktu yang lama (Yuliasih et al., 2023).

Cara mengatasi kecemasan pada pasien di ruang ICU biasanya perawat meminta pasien agar tetap tenang dan tarik nafas dalam. Untuk terapi non farmakologis dengan memberikan obat-obatan, pengobatan secara farmakologis dalam permasalahan kecemasan dengan menggunakan obat anti kecemasan golongan (alprazolam triazolo benzodia zepine), obat ini digunakan untuk jangka pendek, dan tidak dianjurkan untuk jangka panjang karena pengobatan ini menyebabkan toleransi dan ketergantungan (Mutiah & Dewi, 2022).

Murottal alqur'an merupakan terapi komplementer yang dapat mengurangi kecemasan. Karena lantunan ayat suci Alqur'an dapat menstimulasi gelombang delta yang menyebabkan pasien merasa tenang, tentram, dan nyaman (Aida Sri Rachmawati, 2021).

Terapi murottal Al qur'an dengan bacaan yang benar dan keteraturan irama akan mampu mendatangkan ketenangan dan meminimalkan kecemasan bagi mereka yang

mendengarnya. Terapi ini juga dapat memberi motivasi dan memberi kekuatan untuk menghadapi masalah yang sedang dihadapi sehingga terapi ini dapat menurunkan ketegangan, menstabilkan tekanan darah dan membuat pasien menjadi lebih tenang dalam menghadapi kecemasannya (Cahyati et al., 2023).

Berdasarkan hasil wawancara kepada perawat di bangsal ICU pada Rabu,17 Januari 2024, perawat mengatasi masalah kecemasan pada pasien di bangsal ICU RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen belum pernah menerapkan terapi apapun, hanya diberikan dukungan secara verbal. Maka akan dilakukan tindakan terapi mendengarkan musik murottal alqur'an selama 2x sehari dalam 2 hari.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penerapan ini bersifat deskriptif dengan desain penelitian studi kasus meliputi pengkajian keperawatan, diagnose keperawatan, intervensi keperawatan, implementasi keperawatan, dan evaluasi keperawatan. Desain ini digunakan untuk menerapkan tindakan intervensi terapi murottal Alquran pada pasien di icu yang mengalami kecemasan saat hospitalisasi dengan memantau pengaruh sebelum dan sesudah diberikan terapi murottal alquran terhadap kecemasan akibat hospitalisasi. Tidak dilakukan uji statistic, hanya saja penulis mendeskripsikan bagaimana tingkat kecemasan pasien di icu sebelum dan sesudah dilakukan terapi murottal alquran di bangsal ICU RSUD dr Soehadi Prijonegoro Sragen.

HASIL PENELITIAN

Tabel 4.1 Tingkat Kecemasan pada pasien ICU Sebelum Dilakukan Terapi Murottal Al-qur'an Surah Ar-Rahman

Subjek	Sebelum
Ny. S	Skor 23 (kecemasan sedang)
Tn. A	Skor 30 (kecemasan berat)

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan data sebelum dilakukan penerapan terapi murottal alqur'an surah ar-rahman didapatkan klien mengalami kecemasan selama di rawat di ruang ICU. Diperoleh hasil Ny.S mengalami kecemasan sedang, Tn.A mengalami kecemasan berat.

Tabel 4.2 Tingkat Kecemasan Pada Pasien ICU Setelah Dilakukan Terapi Murottal Al-qur'an Surah Ar-Rahman

Subjek	Sesudah
Ny. S	Skor 17 (kecemasan ringan)
Tn. A	Skor 20 (kecemasan ringan)

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan data sesudah dilakukan penerapan terapi murottal al-qur'an surah ar-rahman didapatkan pasien mengalami penurunan kecemasan selama di rawat di ICU . Diperoleh hasil Ny.S dan Tn.A mengalami kecemasan ringan.

Tabel 4.3 Perkembangan Tingkat Kecemasan Pada Pasien ICU Sebelum dan Sesudah Dilakukan Terapi Murottal Al-qur'an Surah Ar-Rahman

Subjek	Sebelum	Sesudah	Skor penurunan
Ny. S	Skor 23	Skor 17	6
	(kecemasan sedang)	(kecemasan ringan)	
Tn. A	Skor 30	Skor 20	10
	(kecemasan berat)	(kecemasan ringan)	

Berdasarkan hasil penerapan sebelum dan sesudah dilakukan terapi murottal al-qur'an surah ar-rahman yang dikur menggunakan Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) pada tabel

diatas menunjukkan bahwa kedua subjek mengalami penurunan tingkat kecemasan. Penurunan kecemasan pada kedua subjek menjadi kecemasan ringan.

DISKUSI

Tingkat kecemasan pada pasien ICU yang mengalami kecemasan sebelum diberikan terapi murottal Al-qur'an surah Ar-rahman

Berdasarkan hasil observasi pengkajian studi kasus pada awal sebelum melaukan intervensi keperawatan pada kedua kasus ditemukan hasil nilai skor kecemasan yang diukur dengan kuesioner Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) pada kedua kasus didapatkan Nn. S skor kecemasannya 23 dengan interpretasi kecemasan sedang, sedangkan Tn. A skor kecemasannya 30 dengan interpretasi kecemasan berat. Kedua kasus memiliki kesamaan yaitu klien tampak tegang, gelisah, dan ketakutan yang merupakan tanda gejala kecemasan. Menurut (A et al., 2021) Ada beberapa tanda gejala kecemasan seperti halnya gelisah, peningkatan ketegangan otot, perilaku mencari perhatian, dan mudah marah. Beberapa penyebab tanda gejala kecemasan tersebut dapat muncul, yaitu mulai dari cemas terhadap petugas kesehatan dan tindakan medis yang dilakukan, cemas yang diakibatkan karena berada pada tempat dan lingkungan yang asing, cemas dapat muncul dikarenakan berpisah dengan teman atau saudara, serta cemas yang diakibatkan oleh penyakit yang diderita.

Tingkat kecemasan pada pasien ICU yang mengalami kecemasan setelah diberikan terapi murottal Alqur-an surah Ar-rahman

Berdasarkan hasil observasi pengkajian studi kasus setelah dilakukan terapi murottal alqur'an surah ar-rahman yang dilakukan selama 2 kali dalam 2 hari, kemudian waktu terapi murottal alqur'an 13 menit 55 detik dalam sehari. Dengan melalui kegiatan terapi murottal alqur'an surah ar-rahman pada kedua kasus ditemukan hasil nilai skor kecemasan yang diukur dengan kuesioner Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) pada kedua kasus didapatkan Nn. S nilai skor kecemasannya 17 dengan interpretasi kecemasan ringan dan Tn. A nilai skor kecemasannya 20 dengan interpretasi kecemasan ringan. Dapat disimpulkan bahwa setelah dilakukan terapi murottal al-qur'an surah ar-rahman responden mengalami penurunan tingkat kecemasan dari yang sebelumnya kecemasan berat dan sedang menjadi ringan.

Kecemasan merupakan kondisi psikologis seseorang yang penuh dengan rasa takut dan khawatir, dimana perasaan takut dan khawatir akan sesuatu hal yang belum pasti akan terjadi. Salah satu upaya untuk mengatasi kecemasan antara lain dapat dilakukan dengan teknik distraksi (Mursid *et al.*, 2022).

Murottal mampu memacu sistem saraf parasimpatis yang mempunyai efek berlawanan dengan sistem syaraf simpatis. Sehingga terjadi keseimbangan pada kedua sistem syaraf autonom. Hal inilah yang menjadi prinsip dasar dari timbulnya respon relaksasi (Apriyeni & Patricia, 2021).

Perkembangan pasien ICU sebelum dan sesudah dilakukan terapi murottal al-qur'an surah Ar-rahman untuk mengurangi tingkat kecemasan

Perkembangan pasien ICU sebelum dan sesudah dilakukan terapi murottal al-qur'an sangat berbeda, perkembangan kecemasan pasien sebelum dilakukan terapi murottal al-qur'an mereka cenderung takut dan cemas saat berada di ruang ICU. Tingkat kecemasan pada kedua subjek tersebut mengalami penurunan dari yang skor kecemasan sebelum dilaukan terapi murottal al-qur'an surah ar-rahman yaitu Ny. S mengalami kecemasan sedang dengan skor 23 dan Tn. A dengan skor 30 mengalami kecemasan berat. Setelah dilakukan terapi murottal al-qur'an tingkat kecemasan

kedua klien mengalami penurunan tingkat kecemasan. Diukur menggunakan kuesioner Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) didapatkan skor kecemasan pada kedua responden yaitu Ny. S dari skor 23 dengan kecemasan sedang menjadi skor 17 kecemasan ringan sedangkan Tn.A skor 30 dengan kecemasan berat menjadi skor 20 dengan interpretasi kecemasan ringan.

Hal ini didukung dengan hasil penelitian oleh (Sulistiyowati & Daniel Hasibuan, 2021) ada pengaruh penurunan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pemberian terapi murottal Al-Qu'an pada pasien yang dirawat di ruang ICU Rumah Sakit Aminah. Mayoritas responden mengalami penurunan tingkat kecemasan setelah dilakukan intervensi (terapi murottal) dan ada beberapa responden yang tidak mengalami penurunan tingkat kecemasan setelah dilakukan intervensi (terapi murottal). Hal ini disebabkan oleh kurang konsentrasi dalam pelaksanaan terapi murottal Al-Qur'an dan faktor-faktor lain yaitu lingkungan atau suara alat-alat yang ada di Ruang ICU menjadikan responden tidak bisa konsentrasi.

Kecemasan yang terjadi pada pasien di ruang ICU adalah hal yang harus di perhatikan, karena pasien di ruang ICU rentan mengalami gangguan kecemasan. Pendekatan psikoreligius dengan menggunakan objek-objek yang dianggap sakral oleh individu menunjukkan hasil yang signifikan untuk mengurangi stres pada pasien yang berada di ruang ICU (Sugiyarto et al., 2021).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil observasi terapi murottal al-qur'an yang diberikan selama 2 hari dalam sehari dilakukan 2 kali terapi murottal al-qur'an surah Ar-Rahman pada pasien yang dirawat di ruang ICU yang mengalami kecemasan. Kedua kasus tersebut mengalami penurunan tingkat kecemasan setelah diukur dengan kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)*, didapatkan hasil dari kategori kecemasan berat, dan kecemasan sedang sebelum dilakukan terapi murottal al-qur'an surah Ar-rahman menjadi kecemasan ringan setelah dilakukan terapi murottal al-qur'an surah Ar-rahman.

SARAN

Penelitian ini diharapkan dapat sebagai literature salah satu sumber informasi bagi pelaksana penelitian bidang keperawatan dalam mengaplikasikan terapi murottal Al-qur'an surah Ar-rahman dan memperoleh pengalaman dalam melaksanakan aplikasi keperawatan di tatanan pelayanan keperawatan, khususnya penelitian tentang pengaruh terapi murottal Al-qur'an surah Ar-rahman terhadap tingkat kecemasan di bangsal ICU.

UCAPAN TERIMA KASIH

1. Fida' Husain, S.Kep., Ns., M.Kep selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan arahan dengan sabar sehingga penulisan karya ilmiah akhir ners ini dapat terselesaikan dengan baik.
2. Waluyo, S.Kep., Ns., M.Kep selaku pembimbing klinik yang senantiasa meluangkan waktunya untuk membimbing dan memberikan arahan sehingga penulisan karya ilmiah akhir ners ini dapat terselesaikan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- A, F. A. P., Sudayasa, I. P., & Eddy, N. (2021). Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur pada Pasien Gangguan Cemas (Ansietas). *Jurnal Ilmiah Obsgin*, 12(4), 145–153. <https://stikes-nhm.e-journal.id/OBJ/index>
- Aida Sri Rachmawati, I. B. (2021). *Pengaruh Terapi Murrotal Al-Qur ' an*. 464–470.
- Andi Herman, S.Kep., Ns., M. K. D. A., S.Kep.Ns., M.Kep; Hasrima, S.Kep., Ns, M. K., Apt. Made Ary Sarasmita, S. F., M.Farm.Klin; Lena Atoy, Ss. M. S., Andareas AB, S.Kep.NS., E., Husna, s.Kep.Ns., M.Kep; Haryati, S.Kep.Ns., M., Ady, K. S. K. L. O. M., Ardyawan, S.Kep., Ns., M. K. D. A. S., Sudiro, U. dr. T. Y., Sp.PD., Finasim; Muh. Jasmin, S.Kep., N., M.Kep; Abdul Patawari, S.Kep, Ns., M. K., Waode Syahrani Hajri, S.Kep.Ns., M. K., & Anita Rosanty, SST, M. K. D. K. (2021). Pengantar Keperawatan Kritis. In *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952.
- Apriyeni, E., & Patricia, H. (2021). Terapi Murottal Al-Qur'an Berpengaruh terhadap Stres Perawat pada Masa Pandemi. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 9(3), 523–528. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/7711>
- Cahyati, Y., Prakasa, D., Sanjaya, B., & Dayana, A. C. (2023a). Pengaruh Terapi Relaksasi Audio Murottal Al-Qur'an Terhadap Perubahan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Yang Dirawat Di Ruang Icu: Literatur Review. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada: Jurnal Ilmu-Ilmu Keperawatan, Analisis Kesehatan Dan Farmasi*, 23(2), 98–110. <https://doi.org/10.36465/jkbth.v23i2.1112>
- Cahyati, Y., Prakasa, D., Sanjaya, B., & Dayana, A. C. (2023b). Pengaruh Terapi Relaksasi Audio Murottal Al-qur'an Terhadap Perubahan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Yang Dirawat Di Ruang Icu: Literature Review. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada: Jurnal Ilmu-Ilmu Keperawatan, Analisis Kesehatan Dan Farmasi*, 23(2).
- Marsono, M., & Ismerini, H. (2022). Pengaruh Pemberian Terapi Musik Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Pasien Di Ruang Icu: Case Report. *Prosiding Seminar Nasional Keperawatan Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 39– 45.
- Mursid, W., Aryani, A., & Herawati, V. D. (2022). *Pengaruh Elastic Bandage Bermotif Kartun Terhadap Kecemasan Saat Perawatan Luka Post Operasi Fraktur pada Anak pra Sekolah*. Universitas Sahid Surakarta.
- Mutiah, S., & Dewi, E. (2022). Penggunaan Terapi Audio Murottal Al-Qur'an dan Efeknya terhadap Status Hemodinamik Pasien di dalam Perawatan Intensif: Tinjauan Pustaka. *Jurnal Keperawatan*, 14(2), 473–480.
- Rustam, J. S., & Chaidir, R. (2022). Partisipasi Keluarga dalam perawatan pasien kritis di Critical Care Units: Review Studi. *'AFIYAH*, 9(2).
- Rustini, S. A., Putri, N. M. M. E., Hurai, R., Suarningsih, N. K. A., Susiladewi, I. A. M. V., Kamaryati, N. P., Yanti, N. P. E. D., Sari, N. A., Ismail, Y., & Purnomo, I. C. (2023). *Layanan Keperawatan Intensif: Ruang ICU & OK*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Saragih, D., & Suparmi, Y. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Pasien Yang Dirawat Di Ruang Icu/Iccu Rs Husada Jakarta. *KOSALA : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 5(1), 61–69. <https://doi.org/10.37831/jik.v5i1.119>
- Sulistiyowati, Y., & Daniel Hasibuan, M. T. (2021). Pengaruh Terapi Relaksasi Audio Murottal Al-Qur'an Terhadap Perubahan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Yang Di Rawat Di Ruang Icu Rumah Sakit Aminah. *Indonesian Trust Health Journal*, 4(2), 487–490. <https://doi.org/10.37104/ithj.v4i2.82>

- Sugiyarto, S., Anggayuni, I., Ulun, A. Q., Permatasari, D. P., & Safitri, W. A. (2021). Perilaku Caring Perawat Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Keluarga Pasien Yang Di Rawat Di Intensive Care Unit (ICU). *Jurnal Perawat Indonesia*, 5(1), 629–640.
- Yuliasih, Y., Yona, S., & Waluyo, A. (2023). Terapi Musik sebagai Terapi Komplementer untuk Menurunkan Kecemasan Pasien. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 5(1), 1337–1345.