

TERAPI BACAAN AL-QURAN (MURROTAL) MELALUI MEDIA AUDIO TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PASIEN KANKER PAYUDARA YANG MENJALANI KEMOTERAPI

Febby Fitriyani¹⁾ Trimelia Suprihattiningsih²⁾
Alamat Email: *liaihsal@gmail.com*

ABSTRAK

Latar Belakang: Pasien kanker payudara menganggap efek samping kemoterapi yang sangat melemahkan tersebut sebagai sesuatu yang lebih buruk daripada penyakit kanker itu sendiri. Konsekuensi-konsekuensi yang menyertai kemoterapi membuat sebagian besar pasien yang telah didiagnosis menderita kanker diliputi rasa khawatir, takut dan cemas menghadapi ancaman kematian dan rasa sakit saat menjalani terapi. **Tujuan Penelitian:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi bacaan Al-Quran (Murrotal) melalui media audio terhadap tingkat kecemasan pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di Rumah Sakit Margono Soekardjo Purwokerto tahun 2016. **Metode penelitian:** Jenis penelitian quasi eksperimen dengan rancangan pretest-posttest without control group design terhadap 58 pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di Rumah Sakit Margono Soekardjo Purwokerto dengan metode consecutive sampling menggunakan kuesioner tertutup. Analisis bivariat menggunakan Wilcoxon. **Hasil Penelitian:** Terdapat pengaruh terapi bacaan Al-Quran (Murrotal) melalui media audio terhadap tingkat kecemasan pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di Rumah Sakit Margono Soekardjo Purwokerto tahun 2016 ($Z = -6,099$, $p = 0,000$, $\alpha = 0,05$). **Simpulan:** Terdapat pengaruh terapi bacaan Al-Quran (Murrotal) melalui media audio terhadap tingkat kecemasan pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di Rumah Sakit Margono Soekardjo Purwokerto tahun 2016. Disarankan agar Rumah Sakit Margono Soekardjo Purwokerto hendaknya dapat memberikan terapi bacaan Al-Quran (Murrotal) kepada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi, sehingga kecemasan pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi dapat diturunkan.

Kata Kunci: Bacaan Al-Quran (Murrotal), Kecemasan, Kanker Payudara, Kemoterapi

PENDAHULUAN

Kanker merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan masyarakat, baik di dunia maupun di Indonesia. Kanker adalah suatu kondisi dimana sel telah kehilangan pengendalian dan mekanisme normalnya, sehingga mengalami pertumbuhan yang tidak normal, cepat dan tidak terkendali. Di dunia, 12% seluruh kematian disebabkan oleh kanker dan pembunuh nomor dua setelah penyakit kardiovaskular (Mahleda & Hartini, 2012). Prevalensi penyakit kanker menurut diagnosis dokter atau gejala hasil Riskesdas tahun 2013 yang tertinggi adalah di Provinsi DI Yogyakarta (4,1‰), kemudian Jawa Tengah (2,1‰), dan Bali (2,0‰). Sedangkan prevalensi terendah terdapat di Provinsi Gorontalo (0,2‰), disusul oleh Nusa Tenggara Barat, dan Papua Barat (0,6‰) (Profil Kesehatan Indonesia, 2013).

Kanker dapat menyerang seluruh sistem tubuh, salah satunya adalah payudara. Kanker payudara merupakan keganasan yang paling sering dijumpai pada wanita dan merupakan keganasan penyebab kematian terbanyak pada wanita (Azamris, 2013). Kanker payudara adalah keganasan yang berasal dari sel kelenjar, saluran kelenjar dan jaringan penunjang payudara tidak termasuk kulit payudara (Depkes 2009). Insidensi kanker payudara di seluruh dunia pada tahun 2008 sebanyak 1,4 juta kasus baru berdasarkan *The American Cancer Society*. Data Sistem Informasi Rumah Sakit di Indonesia pada tahun 2007 mencatat sebanyak 8.227 kasus kanker payudara atau 16,85%. Menurut Direktur Jenderal Pengendalian Penyakit dan Penyehatan Lingkungan Kementerian Kesehatan, kanker payudara merupakan jenis penyakit kanker yang mempunyai prevalensi terbanyak pada wanita Indonesia (Setiyaningsih, 2011). Berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah (2012) didapatkan kasus penyakit kanker payudara yang ditemukan di Jawa Tengah pada tahun 2012 sebanyak 4.206 kasus (37,09%) dari seluruh penyakit kanker yang ditemukan.

Pengobatan kanker payudara sangat tergantung pada jenis, lokasi dan tingkat penyebarannya. Terapi kanker payudara dapat digolongkan menjadi pembedahan, radioterapi, kemoterapi dan terapi hormonal. Kemoterapi adalah proses pengobatan dengan menggunakan obat-obatan yang bertujuan untuk menghancurkan atau

memperlambat pertumbuhan sel-sel kanker. Efek samping dari kemoterapi timbul karena obat-obatan kemoterapi sangat kuat dan tidak hanya membunuh sel-sel kanker, tetapi juga menyerang sel-sel sehat, terutama sel-sel yang membelah dengan cepat, misalnya sel-sel rambut, sumsum tulang belakang, kulit, mulut dan tenggorokan serta saluran pencernaan. Akibat dari kemoterapi adalah rambut rontok; hemoglobin, trombosit, dan sel darah putih berkurang, tubuh lemah, merasa lelah, sesak napas, mudah mengalami perdarahan, mudah terinfeksi, kulit membiru atau menghitam, kering, serta gatal, mulut dan tenggorokan terasa kering dan sulit menelan, sariawan, mual, muntah, nyeri pada perut, menurunkan nafsu seks dan kesuburan karena perubahan hormon (Setyaningsih, 2011).

Pasien akan menganggap efek samping kemoterapi yang sangat melemahkan tersebut sebagai sesuatu yang lebih buruk daripada penyakit kanker itu sendiri. Konsekuensi-konsekuensi yang menyertai kemoterapi membuat sebagian besar pasien yang telah didiagnosis menderita kanker diliputi rasa khawatir, takut dan cemas menghadapi ancaman kematian dan rasa sakit saat menjalani terapi (Setyaningsih, 2011).

Kecemasan atau ansietas menurut Comer (1992, dalam Videbeck, 2008) adalah perasaan takut yang tidak jelas dan tidak didukung oleh situasi. Ketika merasa cemas, individu merasa tidak nyaman atau takut atau mungkin memiliki firasat akan ditimpa malapetaka padahal ia tidak mengerti mengapa emosi yang mengancam tersebut terjadi. Tidak ada objek yang dapat diidentifikasi sebagai stimulus ansietas. Ansietas merupakan alat peringatan internal yang memberikan tanda bahaya kepada individu.

Penanganan kecemasan dapat dilakukan dengan cara psikoterapi perilaku yang dikombinasikan dengan farmakoterapi, namun farmakoterapi dapat menimbulkan kecenderungan yang bersifat adiktif dan mempunyai efek samping yang merugikan. Terapi yang berkembang saat ini lebih ke arah nonfarmakoterapi, di antaranya adalah proses asuhan perawatan, terapi modalitas (lingkungan, psikoterapi suportif, terapi aktifitas kelompok, dan terapi psikoreligius). Kebutuhan spiritual merupakan kebutuhan dasar semua manusia (Siprianto & Lestari, 2013). Terapi

psikoreligius merupakan salah satu bentuk psikoterapi yang mengkombinasikan pendekatan kesehatan jiwa modern dan pendekatan aspek religius atau keagamaan. Terapi ini bertujuan meningkatkan mekanisme koping (mengatasi masalah) individu terhadap gangguan kecemasan klien. Kegiatan-kegiatan terapi psikoreligius dalam agama Islam meliputi sholat, doa, dzikir, dan membaca kitab suci (Siprianto & Lestari, 2013). Hasil penelitian Budianto Mesah (2010) menunjukkan bahwa ada pengaruh dzikir terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien preoperasi.

Terapi psikoreligius yang digunakan untuk mengatasi kecemasan pada pasien adalah dengan murottal (mendengarkan bacaan ayat-ayat suci AlQur'an). Terapi murottal ini merupakan terapi alternatif yang telah teruji melalui penelitian. Beberapa ahli seperti yang telah dilakukan Ahmad AlQadhi, dimana hasil penelitian tersebut menunjukkan hasil positif bahwa mendengarkan ayat suci Al- Quran memiliki pengaruh yang signifikan dalam menurunkan ketegangan urat saraf reflektif (Aryanti, 2013). Hasil penelitian Aryanti *et al.*, 2013 menunjukkan bahwa setelah diberikan terapi murottal sebagian besar pasien mengalami cemas ringan. Artinya pemberian terapi murottal efektif menurunkan tingkat kecemasan pasien.

Berdasarkan data yang diperoleh dari Sub Bagian Rekam Medik RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto pada tanggal 22 Maret 2016, ditemukan bahwa pada tahun 2015 jumlah kunjungan pasien kanker payudara sebanyak 457 orang, dan pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi sebanyak 286 orang. Hasil studi pendahuluan dengan menyebarkan kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)* terhadap enam pasien kanker payudara yang menjalani 1 – 3 kali kemoterapi didapatkan satu dari enam orang pasien mempunyai tingkat kecemasan dalam kategori berat, dua dari enam orang pasien mempunyai tingkat kecemasan dalam kategori sedang, satu dari enam orang pasien mempunyai tingkat kecemasan ringan dan dua dari enam orang pasien tidak mengalami cemas. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi bacaan Al-Quran (Murottal) melalui media audio terhadap tingkat kecemasan pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di Rumah Sakit Margono Soekardjo Purwokerto tahun 2016.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *quasi eksperimen* dengan menggunakan rancangan penelitian *pretest-posttest without control group design* (Arikunto, 2013). Variabel bebas pada penelitian ini adalah terapi bacaan Al-Quran (Murrotal) melalui media audio. Variabel terikat pada penelitian ini adalah tingkat kecemasan pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi.

Penelitian dilaksanakan di RS Margono Soekardjo Purwokerto. Populasi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah seluruh pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di Rumah Sakit Margono Soekardjo Purwokerto tahun 2015 yaitu sebanyak 286 orang. Sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di Rumah Sakit Margono Soekardjo Purwokerto yang memenuhi kriteria inklusi. Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah Beragama Islam, telah melakukan kemoterapi < 4 kali, mengalami kecemasan minimal sedang, berumur 21 – 60 tahun, bisa baca dan tulis, kemoterapi dibiayai oleh program BPJS, tidak tuli atau mengalami gangguan pendengaran. Sedangkan kriteria eksklusi pada penelitian ini adalah beragama selain Islam, pasien yang tidak mengalami cemas dan kecemasan ringan, berumur < 21 tahun atau > 60 tahun, tidak bisa baca tulis, dan melakukan kemoterapi dengan biaya sendiri.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *consecutive sampling*, yaitu semua subyek yang datang dan memenuhi kriteria pemilihan dimasukkan sebagai sampel sampai jumlah subyek diperlukan terpenuhi (Sastroasmoro, 2006). Besar sampel pada penelitian ini dihitung dengan menggunakan formula sederhana untuk populasi kecil yaitu lebih kecil dari 10.000, dengan rumus (Notoatmojo, 2005) :

$$n = \frac{N}{1+N(d^2)}$$

Keterangan:

n : Jumlah sampel

N : Jumlah populasi

d : Derajat kesalahan, dalam penelitian ini ditentukan sebesar 10%

Berdasarkan rumus tersebut didapatkan jumlah sampel sebanyak 58 responden.

Instrumen pada penelitian ini menggunakan kuesioner. Kuesioner dalam penelitian ini mengacu pada kuesioner untuk mengukur kecemasan dari *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) yang sudah dimodifikasi dan disesuaikan dengan kondisi responden, yang terdiri dari 14 item pernyataan. Uji validitas menggunakan uji korelasi *product moment* dari *Pearson*. Apabila nilai korelasi positif dan lebih besar atau sama dengan r -tabel pada taraf signifikansi 5%, maka pertanyaan tersebut adalah sah/valid (Sugiyono, 2010). Hasil uji validitas instrumen penelitian dari 14 item pernyataan semua item valid karena mempunyai nilai r hitung yang lebih besar dari r tabel (0,444) sehingga semua item pernyataan dapat digunakan sebagai instrumen penelitian. Pengujian reliabilitas dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan *Alpha Cronbach* (Sugiyono, 2010). Hasil uji reliabilitas instrumen didapat nilai koefisien *alpha cronbach* sebesar 0,809, berdasarkan nilai koefisien *alpha cronbach* yang lebih besar dari r tabel (0,444) maka disimpulkan instrumen penelitian reliabel.

Pada penelitian ini penulis menggunakan uji *Wilcoxon Pairs Test* untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi antara sebelum dan setelah diberikan terapi bacaan Al-Quran (Murrotal) melalui media audio. Sugiyono (2010) menyatakan bahwa *Wilcoxon Pairs Test* digunakan untuk menguji hipotesis komparatif dua sampel yang berkorelasi bila datanya berbentuk ordinal (berjenjang). Pengolahan data dalam penelitian ini dilakukan dengan komputerisasi.

HASIL PENELITIAN

A. Karakteristik Responden

Karakteristik pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di Rumah Sakit Margono Soekardjo Purwokerto dalam penelitian ini meliputi umur, pendidikan dan pekerjaan dapat dilihat pada table 1 sebagai berikut :

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi berumur dewasa tua (41 – 60 tahun), yaitu sebanyak 48

orang (82,8%), berdasarkan pendidikan paling banyak pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi berpendidikan SD, yaitu sebanyak 28 orang (48,3%), berdasarkan pekerjaan, sebagian besar pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT) yaitu sebanyak 41 orang (70,7%).

Tabel 1. Karakteristik Pasien Kanker Payudara yang Menjalani Kemoterapi di Rumah Sakit Margono Soekardjo Purwokerto Tahun 2016

Karakteristik	f	%
Umur		
Dewasa muda (20-40 tahun)	10	17,2
Dewasa Tua (41 – 60)	48	82,8
	58	100
Pendidikan		
SD	28	48,3
SMP	17	29,3
SMA	13	23,4
	58	100
Pekerjaan		
Buruh	11	19,0
Swasta	6	10,3
IRT	41	70,7

Sumber : Data primer tahun 2016

B. Tingkat Kecemasan

Tingkat kecemasan responden yang melakukan kemoterapi sebelum dan setelah diberikan terapi bacaan Al-Qur'an dapat dilihat pada tabel 2. Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar tingkat kecemasan pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi sebelum diberikan terapi bacaan Al-Quran (Murrotal) melalui media audio di Rumah Sakit Margono Soekardjo Purwokerto tahun 2016 termasuk dalam kategori sedang yaitu sebanyak 31 orang (53,4%) dan sebagian kecil dalam kategori ringan yaitu 1 orang (1,7%).

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar tingkat kecemasan pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi setelah diberikan terapi bacaan Al-Quran (Murrotal) melalui media audio di Rumah Sakit Margono Soekardjo Purwokerto tahun 2016 termasuk dalam kategori sedang yaitu sebanyak 31 orang (53,4%) dan sebagian kecil dalam kategori berat yaitu 10 orang (17,2%).

Tabel 2. Frekuensi Tingkat Kecemasan Pasien Kanker Payudara yang Menjalani Kemoterapi Setelah Diberikan Terapi Bacaan Al-Quran (Murrotal) melalui Media Audio di Rumah Sakit Margono Soekardjo Purwokerto tahun 2016

Tingkat Kecemasan	Pretest		Posttest	
	f	%	f	%
Ringan	1	1,7	17	29,3
Sedang	31	53,4	31	53,4
Berat	12	20,7	10	17,3
Panik	14	24,1	-	-
Total	58	100	58	100

Sumber : Data primer tahun 2016

C. Perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan setelah terapi Al-Qur'an

Perbedaan tingkat kecemasan tingkat kecemasan pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi sebelum dan setelah diberikan terapi bacaan AlQuran (Murrotal) melalui media audio di Rumah Sakit Margono Soekardjo Purwokerto tahun 2016 dapat dilihat pada tabel 3 sebagai berikut :

Tabel 3. Perbedaan Tingkat Kecemasan Pasien Kanker Payudara yang Menjalani Kemoterapi Sebelum dan Setelah Diberikan Terapi Bacaan Al-Quran (Murrotal) Melalui Media Audio di Rumah Sakit Margono Soekardjo Purwokerto tahun 2016

Terapi Al-Qur'an	Tingkat Kecemasan				Jumlah
	Ringan	Sedang	Berat	Panik	
<i>Pretest</i>	1 (1,7%)	31 (53,4%)	12 (20,7%)	14 (24,1%)	58 (100%)
<i>Posttest</i>	17 (29,3%)	31 (53,4%)	10 (17,3%)	- (0%)	58 (100%)
Z = -6,099, p= 0,000, α = 0,05					

Sumber : Data primer tahun 2016

Tabel 4 menunjukkan bahwa tingkat kecemasan pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi yang termasuk dalam kategori panik sebelum diberikan terapi bacaan Al-Quran (Murrotal) melalui media audio ada sebanyak 14 orang (24,1%) sedangkan setelah diberikan terapi bacaan AlQuran (Murrotal) melalui media audio tidak ada yang termasuk dalam kategori panik. Tingkat kecemasan pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi yang termasuk dalam kategori ringan sebelum diberikan terapi bacaan Al-Quran (Murrotal) melalui media audio ada sebanyak 1 orang (1,7%) sedangkan setelah diberikan

terapi bacaan Al-Quran (Murrotal) melalui media audio meningkat menjadi 17 orang (29,3%). Tabel 4 menunjukkan bahwa terjadi penurunan kecemasan pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi setelah diberikan terapi bacaan Al-Quran (Murrotal) melalui media audio.

Hasil uji statistik didapatkan nilai Z sebesar -6,099, dengan $p = 0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan terdapat pengaruh terapi bacaan Al-Quran (Murrotal) melalui media audio terhadap tingkat kecemasan pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di Rumah Sakit Margono Soekardjo Purwokerto tahun 2016.

PEMBAHASAN

Penelitian dilaksanakan di RS Margono Soekardjo Purwokerto. Penelitian bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian terapi pembacaan Al-Qur'an terhadap tingkat kecemasan pasien yang menjalani kemoterapi di RS Margono Soekardjo Purwokerto.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar tingkat kecemasan pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi sebelum diberikan terapi bacaan Al-Quran (Murrotal) melalui media audio di Rumah Sakit Margono Soekardjo Purwokerto tahun 2016 termasuk dalam kategori sedang yaitu sebanyak 31 orang (53,4%) dan sebagian kecil dalam kategori ringan yaitu 1 orang (1,7%). Hasil penelitian mendukung penelitian Ariyanti *et al.* (2013) bahwa dari 30 responden di dapatkan hasil sebelum diberikan terapi murotal sebagian besar responden mengalami tingkat kecemasan sedang yaitu sebanyak 17 orang (56.7%) dan yang mengalami tingkat kecemasan berat sebanyak 5 orang (16.7%). Hasil penelitian juga mendukung penelitian Perdana dan Niswah (2011) dimana hasil penelitiannya menunjukkan bahwa 18 orang (90%) kecemasan sedang dan 2 orang (10%) kecemasan berat sebelum diberikan bimbingan spiritual.

Tingkat kecemasan pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi sebelum diberikan terapi bacaan Al-Quran (Murrotal) melalui media audio sebagian besar termasuk dalam kategori sedang, hal ini dapat disebabkan karena

pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi mempunyai rasa khawatir, dan takut menghadapi ancaman kematian dan rasa sakit saat menjalani terapi. Dengan adanya rasa khawatir, dan takut menghadapi ancaman kematian dan rasa sakit saat menjalani terapi tersebut pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi menjadi, ada perasaan yang mengganggu karena ada sesuatu yang berbeda, tidak nyaman, gugup, cemas dan persepsi mereka menjadi sempit.

Hal ini sesuai dengan pendapat Videbeck (2008) serta Stuart dan Sunden (2006) yang menyatakan bahwa kecemasan sedang merupakan perasaan yang mengganggu bahwa ada sesuatu yang benar-benar berbeda, individu menjadi gugup atau agitasi. Kecemasan sedang memungkinkan individu untuk berfokus pada hal yang penting dan mengesampingkan yang lain. Kecemasan ini mempersempit lapangan persepsi individu. Hal ini membuat seseorang mengalami perhatian yang selektif, namun dapat melakukan sesuatu yang lebih baik. Respon fisik dari kecemasan sedang adalah ketegangan otot sedang, tanda-tanda vital meningkat, pupil dilatasi, mulai berkeringat, sering mondar-mandir, memukulkan tangan, suara berubah bergetar, nada suara tinggi, kewaspadaan dan ketegangan meningkat, sering berkemih, sakit kepala, pola tidur berubah dan nyeri punggung. Respon kognitif kecemasan sedang yaitu lapangan persepsi menurun, tidak perhatian secara selektif, fokus terhadap stimulus meningkat, rentang perhatian menurun, penyelesaian masalah menurun dan pembelajaran terjadi dengan memfokuskan. Sedangkan respon emosional pada kecemasan sedang tidak nyaman, mudah tersinggung, kepercayaan diri goyah, tidak sabar dan gembira.

Hasil penelitian juga relevan dengan pendapat Jay, Elliot dan Varni 1986 dalam Lubis & Hasnida (2009) yang menyatakan bahwa selain menimbulkan efek samping secara fisik, kemoterapi juga dapat menimbulkan efek samping secara psikologis. Reaksi psikologis terhadap diagnosis penyakit tergantung penanganan kanker sangat beragam tergantung keadaan serta kemampuan masing-masing penderita. Banyak faktor yang berpengaruh, namun ada enam reaksi psikologis utama yang biasanya muncul yaitu kecemasan, depresi, perasaan kehilangan

kontrol, gangguan kognitif atau status mental (*impairment*), gangguan seksual serta penolakan terhadap kenyataan (*denial*). Menghadapi penderitaan fisik dan mental akibat efek samping dari pengobatan penyakit kanker, umumnya pasien akan merasa putus asa, bosan, cemas, frustrasi, tertekan, takut kehilangan seseorang dan penerimaan diri yang rendah. Jika perasaan-perasaan rendah tersebut dirasakan pasien dalam waktu yang cukup lama dapat mengakibatkan depresi. Oleh sebab itu, pasien kanker biasanya mengalami sakit dua kali lipat dari kebanyakan penyakit lain, yakni selain menderita penyakit kanker itu sendiri mereka juga menderita kecemasan dan depresi.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar tingkat kecemasan pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi setelah diberikan terapi bacaan Al-Quran (Murrotal) melalui media audio di Rumah Sakit Margono Soekardjo Purwokerto tahun 2016 termasuk dalam kategori sedang yaitu sebanyak 31 orang (53,4%) dan sebagian kecil dalam kategori berat yaitu 10 orang (17,2%).

Hasil penelitian berbeda dengan penelitian Ariyanti, Bahtiar, & Albayani (2014) bahwa sebagian besar responden mengalami tingkat kecemasan ringan yaitu sebanyak 22 orang (73,3%), kecemasan sedang sebanyak 7 orang (23,3%) dan kecemasan berat sebanyak 1 orang (3,3%). Hasil penelitian juga berbeda dengan hasil penelitian Perdana dan Niswah (2011) bahwa setelah diberikan bimbingan spiritual diketahui 19 orang (95%) ringan dan 1 orang (5%) kecemasan sedang.

Menurut Hadi, Wahyuni dan Purwaningsih (Zahrofi, 2013), terapi murottal Al-Qur'an adalah terapi bacaan Al-Qur'an yang merupakan terapi religi dimana seseorang dibacakan ayat-ayat Al-Qur'an selama beberapa menit atau jam sehingga memberikan dampak positif bagi tubuh seseorang. Hasil penelitian walaupun sebagian besar kecemasan responden dalam kategori sedang tetapi responden yang mengalami kecemasan panik sebelum diberikan terapi Murrotal ada sebanyak 14 orang (24,1%) setelah diberikan terapi Murrotal menjadi tidak ada dan yang dalam kategori berat sebelum diberikan terapi Murrotal ada

sebanyak 12 orang (20,7%) menjadi 10 orang (17,2%) setelah diberikan terapi Murrotal. Hal ini dapat disebabkan setelah mendapatkan terapi distraksi yaitu dengan bacaan Al-Qur'an (Murrotal) maka kecemasan pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi mengalihkan perhatiannya dengan mendengarkan bacaan Al-Qur'an dengan media audio sehingga pasien akan lupa terhadap cemas yang dialami.

Hal ini sesuai dengan pendapat Potter dan Perry (2006) distraksi merupakan metode untuk menghilangkan kecemasan dengan cara mengalihkan perhatian pada hal-hal lain sehingga pasien akan lupa terhadap cemas yang dialami. Stimulus sensori yang menyenangkan akan menyebabkan pelepasan endorfin yang bisa menghambat stimulus cemas yang mengakibatkan lebih sedikit stimuli cemas yang ditransmisikan ke otak. Menurut Heru (dalam Putri 2014) salah satu distraksi yang efektif adalah dengan murotal Al Qur'an, yang dapat menurunkan hormon-hormon stres, mengkatifkan hormon endorfin alami, meningkatkan perasaan rileks dan mengalihkan perhatian dari rasa takut, cemas dan tegang, memperbaiki sistem kimia tubuh sehingga menurunkan tekanan darah, memperlambat pernapasan, detak jantung, denyut nadi dan aktivitas gelombang otak, sehingga menimbulkan ketenangan kendali emosi, pemikiran yang lebih baik dan metabolisme yang lebih baik.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecemasan pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi yang termasuk dalam kategori panik sebelum diberikan terapi bacaan Al-Quran (Murrotal) melalui media audio ada sebanyak 14 orang (24,1%) sedangkan setelah diberikan terapi bacaan Al-Quran (Murrotal) melalui media audio tidak ada yang termasuk dalam kategori panik. Tingkat kecemasan pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi yang termasuk dalam kategori ringan sebelum diberikan terapi bacaan Al-Quran (Murrotal) melalui media audio ada sebanyak 1 orang (1,7%) sedangkan setelah diberikan terapi bacaan Al-Quran (Murrotal) melalui media audio meningkat menjadi 17 orang (29,3%). Tabel 4.4 menunjukkan bahwa terjadi penurunan kecemasan pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi setelah diberikan

terapi bacaan Al-Quran (Murrotal) melalui media audio. Kemudian berdasarkan dari tabulasi data diketahui bahwa tingkat kecemasan yang sebelum diberikan terapi murrotal dalam kategori sedang dan setelah diberikan terapi tetap dalam kategori sedang ada sebanyak 16 orang dimana 11 orang diantaranya mengalami penurunan skor, 2 orang mempunyai skor yang tetap dan 3 orang mengalami kenaikan skor.

Hasil uji statistik didapatkan nilai Z sebesar -6,099, dengan $p = 0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan H_0 ditolak dan H_a diterima atau terdapat pengaruh terapi bacaan Al-Quran (Murrotal) melalui media audio terhadap tingkat kecemasan pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di Rumah Sakit Margono Soekardjo Purwokerto tahun 2016.

Hasil penelitian mendukung penelitian Ariyanti *et al.* (2013) yang menunjukkan bahwa hasil uji statistik paired *t-Test* di peroleh nilai *significancy* 0,000 ($p < 0,05$) dan nilai $t = 5.288$ Nilai t hitung lebih besar dari pada nilai t tabel yaitu t hitung = $5.288 > t$ tabel = 0,361 hal ini menunjukkan bahwa H_1 diterima, dengan demikian maka H_0 ditolak dan H_1 diterima yang berarti ada pengaruh pemberian terapi murrotal terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi fraktur. Hasil penelitian juga didukung hasil penelitian Zahrofi (2013) bahwa hasil uji independent *t-test*, post test pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol diperoleh nilai yang signifikan yaitu sebesar 0.0001, karena nilai p -value < 0.05 , maka dapat disimpulkan H_0 ditolak, artinya terdapat perbedaan rerata tingkat kecemasan pasien hemodialisa antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol, dimana skor tingkat kecemasan pada kelompok perlakuan lebih rendah dari pada kelompok kontrol.

Terapi murottal Al-Qur'an adalah rekaman suara ayat-ayat AlQur'an yang dilagukan oleh seorang qori'. Suara ayat-ayat Al-Qur'an ibarat gelombang suara yang memiliki ketukan dan gelombang tertentu, menyebar dalam tubuh kemudian menjadi getaran yang bisa mempengaruhi fungsi gerak sel otak dan membuat keseimbangan didalamnya. Sesuatu yang terpengaruh dengan tilawah Al-Qur'an, getaran neuronnya akan stabil kembali. Al- Qur'an mempunyai beberapa manfaat

karena terkandung beberapa aspek yang dapat berpengaruh terhadap kesehatan antara lain: Mengandung unsur meditasi, autosugesti dan relaksasi (Ernawati, 2013).

Hasil penelitian yang menunjukkan terdapat pengaruh terapi bacaan Al-Quran (Murrotal) melalui media audio terhadap tingkat kecemasan pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi dapat disebabkan dengan diperdengarkannya bacaan Al-Quran melalui media audio maka pasien akan menjadi meningkat kesadarannya terhadap Allah SWT sehingga pasien akan pasrah secara total kepada Allah SWT sehingga otak menjadi berada dalam gelombang alpha dan dapat menurunkan kecemasan.

Hal ini sebagaimana dinyatakan oleh MacGregor dan Krishna (2001 dalam Faradisi 2010) dengan terapi murotal maka kualitas kesadaran seseorang terhadap Tuhan akan meningkat, baik orang tersebut tahu arti Al- Quran atau tidak. Kesadaran ini akan menyebabkan totalitas kepasrahan kepada Allah SWT, dalam keadaan ini otak berada pada gelombang alpha, merupakan gelombang otak pada frekuensi 7-14HZ. Ini merupakan keadaan energi otak yang optimal dan dapat menyingkirkan stres dan menurunkan kecemasan. Dalam keadaan tenang otak dapat berpikir dengan jernih dan dapat melakukan perenungan tentang adanya Tuhan, akan terbentuk koping, atau harapan positif pada pasien.

Selain itu dengan terapi bacaan Al-Quran (Murrotal) maka dapat menimbulkan efek ketenangan pada pasien sehingga pasien menurun kecemasannya. Hal ini sebagaimana dinyatakan Kementerian Agama RI tak ada lagi bacaan yang dapat meningkatkan terhadap daya ingat dan memberikan ketenangan kepada seseorang kecuali membaca alQuran. Hasil Penelitian Al Qadhi (1984 dalam Kementerian Agama RI, 2014) membuktikan bahwa dengan mendengarkan bacaan ayat-ayat Al Qur'an, seorang muslim baik yang berbahasa arab atau bukan, dapat membawa perubahan fisiologis yang sangat besar karena dapat menurunkan depresi, kesedihan, menenangkan jiwa dan menangkal berbagai penyakit. Al Qur'an terbukti mampu mendatangkan ketenangan sampai 97% bagi mereka yang mendengarkannya. Hasil ini tercatat dan terukur secara

kuantitatif dan kualitatif oleh sebuah alat yang berbasis komputer. Sedangkan hasil penelitian Salim (1990 dalam Kementrian Agama RI, 2014) menyatakan bahwa responden mendapat ketenangan sampai 65% ketika diperdengarkan bacaan Al Qur'an. Jika mendengarkan musik klasik dapat mempengaruhi kecerdasan intelektual (IQ) dan kecerdasan emosi (EQ), maka bacaan Al Qur'an lebih dari itu, selain mempengaruhi EQ, bacaan Al Qur'an mempengaruhi kecerdasan spiritual (SQ). Maha Benar Allah yang berfirman :” Dan apabila dibacakan Al Qur'an simaklah dengan baik dan perhatikanlah dengan tenag agar kamu mendapat rahmat” (QS. Al A'raf : 204).

Terapi bacaan Al-Quran (Murrotal) melalui media audio yang digunakan peneliti yaitu surat Al-Fatihah, An-Nas dan Al-Falaq dapat menimbulkan efek menenangkan jiwa dan menyehatkan mental sehingga dapat menurunkan kecemasan. Hal ini sejalan dengan pendapat Putri (2014), ketika seseorang mendengarkan alunan suara Al Faatihah ditangkap oleh daun telinga, selanjutnya impuls bacaan Al Faatihah diteruskan sampai talamus (batang bagian otak). Bila seseorang memahami bahasa atau makna Al Faatihah maka impuls akan diteruskan ke area auditorik primer dan sekunder, lalu diolah di area wernicke untuk diinterpretasikan makna-maknanya. Kemudian, impuls akan diasosiasikan ke area prefrontal agar terjadi perluasan pemikiran atau pendalama makna yang turut berperan dalam menentukan respon hipotalamus terhadap makna-makna tersebut. Hasil yang diperoleh di area wernicke akan disimpan sebagai memori, lalu dikirim ke amigdala untuk ditentukan reaksi emosionalnya. Oleh karena itu, jika meresapi makna Al Faatihah maka akan diperoleh ketenangan jiwa. Mendengarkan Al Faatihah tanpa mengetahui maknanya juga bermanfaat walaupun tidak sebesar bila mengetahui maknanya. Bacaan Al Faatihah yang didengarnya, impuls dari talamus akan tetap dikirim ke amigala, walaupun tidak ditransmisikan ke korteks. Apabila seseorang mendengar bacaan Al Faatihah secara tartil dan didengar dengan hati yang ridha dan ikhlas, maka bacaan Al Faatihah akan berpengaruh positif terhadap mental.

Hasil penelitian Yana *et al.* (2015) mendengarkan murotal Al-Qur'an selama 15 menit yang terdiri dari bacaan surat Al-Fatihah selama 1 menit, surat Ar-Rahman selama 12 menit, surat Al-Ikhlash, Al-Falaq, dan An-Naas selama 2 menit menyebabkan pelepasan endorfin oleh kelenjar pituitari, sehingga akan mengubah keadaan *mood* atau perasaan. Keadaan psikologis yang tenang akan mempengaruhi sistem limbik dan saraf otonom yang menimbulkan rileks, aman, dan menyenangkan sehingga merangsang pelepasan zat kimia *gamma amino butric acid*, *encephalin* dan *beta endorfin* yang akan mengeliminasi neurotransmitter rasa nyeri maupun kecemasan.

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh terapi bacaan Al-Quran (Murrotal) melalui media audio terhadap tingkat kecemasan pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di Rumah Sakit Margono Soekardjo Purwokerto tahun 2016. Disarankan agar Rumah Sakit Margono Soekardjo Purwokerto hendaknya dapat memberikan terapi bacaan Al-Quran (Murrotal) kepada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi, sehingga kecemasan pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi dapat diturunkan. Bagi Pasien Kanker Payudara Hendaknya dapat melakukan terapi bacaan Al-Quran (Murrotal) sehingga dapat menurunkan kecemasannya dalam menjalani kemoterapi.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek* Edisi Revisi Cetakan 15. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Aryanti, Bahtiar & Albayani. (2013). *Efektivitas Pemberian Terapi Murotal Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Fraktur di Ruang Kemuning Rumah Sakit Umum Provinsi (RSUP) NTB*.
- Azamris. (2013). Kanker Payudara dalam Kehamilan, *CDK-204*, 40(5).
- Depkes. (2009). *Buku Saku Pencegahan Kanker Leher Rahim dan Kanker Payudara*, Direktorat Jenderal PP&PL, Departemen Kesehatan RI.

- Ernawati. (2013). *Pengaruh Mendengarkan Murottal Q.S. Ar Rahman Terhadap Pola Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Rumah Sakit Nur Hidayah Yogyakarta*. Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Yogyakarta.
- Faradisi .(2012). Efektivitas Terapi Murotal dan Terapi Musik Klasik terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Pra Operasi di Pekalongan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 5(2).
- Kementrian Agama RI. (2014). *Buku Guru: Al Qur'an dan Hadis, Pendekatan Sainifik*. Jakarta.
- Mahleda & Hartini. (2012). *Post-traumatic Growth* pada Pasien Kanker Payudara Pasca Mastektomi Usia Dewasa Madya, *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 1(2) , 67 – 71.
- Mesah, B. (2010). *Pengaruh Terapi Religius Doa Kesembuhan Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Preoperasi di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Mardi Rahayu Kudus*.
- Potter, dan Perry. (2006). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan; Konsep, Proses dan Praktik*. Jakarta: EGC.
- Profil Kesehatan Indonesia. (2013).
- Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2012.
- Putri. (2014). *Pemberian Terapi Murottal Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Fraktur Collum Femur Sinestra Di RSUD Dr Soediran Mangun Sumarso Wonogiri*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kusuma Husada Surakarta, Surakarta.
- Sastroasmoro. (2006). *Dasar-dasar Metodologi Penelitian Klinis* Edisi ke-2. Jakarta: Sagung Seto.
- Setyaningsih, Wijayana & Suharmilah. (2011). *Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Tingkat Depresi pada Pasien Kanker Payudara yang Sudah Mendapatkan Terapi di Rumah Sakit Margono Soekarjo Purwokerto*. Fakultas Kedokteran dan Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Jenderal Soedirman, Purwokerto.
- Stuart, G.W., & Sundeen, S. (2006). *Buku Saku Keperawatan Jiwa* Ed. 3. Jakarta: EGC.
- Sugiyono. (2010). *Statistika untuk Penelitian Cet.17*. Bandung: Alfabeta.
- Videbeck. (2008). *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*, Cetakan I. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.

Yana, Utami, dan Safri .(2015). Efektivitas Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif. *JOM*, 2(2).

Zahrofi. (2013). *Pengaruh Pemberian Terapi Murottal Al Quran Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Hemodialisa di RS PKU Muhammadiyah Surakarta*. Universitas Muhammadiyah Surakarta, Surakarta.