



Studi Kasus

Murottal Qur'an Surah Ar-Rahman Menurunkan Tingkat Kecemasan Pasien Pre-Operasi Katarak

Herawati Gunawan¹, Mariyam Mariyam¹

¹ Program Studi Pendidikan Profesi Ners, Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Semarang

Informasi Artikel

Riwayat Artikel:

- Submit 23 Januari 2022
- Diterima 9 Agustus 2022
- Diterbitkan 20 Agustus 2022

Kata kunci:

kecemasan; pre operasi; murottal qur'an

Abstrak

Kecemasan dapat muncul pada pasien yang akan melakukan prosedur operasi. Hal itu menjadi dapat menjadi stressor yang dapat meningkatkan kecemasan seseorang. Penanganan kecemasan yang dapat dilakukan salah satunya dengan teknik distraksi menggunakan terapi audio murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman. Tujuan studi kasus ini untuk mengetahui pengaruh pemberian terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien pre-operasi katarak. Metode studi kasus ini menggunakan *deskriptif study* dengan pendekatan asuhan keperawatan yang melibatkan 2 subjek yaitu pasien yang mengalami kecemasan ketika menjalani operasi katarak untuk pertama kalinya pada periode bulan Oktober 2021. Terapi murottal dilakukan menggunakan *headphone* dengan durasi 15 menit dan volume 60 desibel sebelum menjalani prosedur operasi. Hasil evaluasi didapatkan adanya penurunan skor ansietas setelah dilakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman. Perubahan skor ansietas dan penurunan nilai hemodinamik terjadi pada seluruh subjek studi kasus. Masalah keperawatan ansietas berhubungan dengan krisis situasional : tindakan operasi teratasi sebagian. Lantunan Al-Quran Surah Ar-Rahman mampu menstimulus untuk di produksinya hormon endorfin alami dan mnstimulus saraf parasimpatik jadi hasil akhirnya berupa penurunan kecemasan ditandai dengan pasien yang merasakan efek relaksasi dan nyaman serta penurunan nilai tekanan darah dan denyut nadi. Berdasarkan kesimpulan tersebut saran yang dapat diberikan yaitu mengajarkan pasien dan memotivasi pasien agar dapat menerapkan secara mandiri dalam menurunkan kecemasan pasien.

PENDAHULUAN

Penyakit katarak merupakan proses degeneratif berupa gangguan kekeruhan lensa bola mata yang menyebabkan menurunnya penglihatan bahkan sampai kebutaan. *World Health Organization* (WHO) memperkirakan bahwa ada sekitar 285 juta orang yang mengalami gangguan penglihatan di dunia, yaitu 39 juta mengalami kebutaan dan 246 juta memiliki *low vision* (World Health Organization,

2021). Penyebab dari tingginya angka kebutaan didunia disebabkan karena katarak (34,47%), diikuti oleh gangguan refraksi yang tidak terkoreksi (20,26%), dan glaukoma (8,30%) (Ismandari, 2018). Berdasarkan *Rapid Assessment of Avoidable Blindness* (RAAB) rata-tata angka kebutaan di Indonesia sebanyak 3% untuk penduduk di atas usia 50 tahun, dari angka tersebut katarak menjadi penyebab tertinggi sekitar 81% (Ismandari, 2018). Negara Indonesia menjadi salah satu negara dengan jumlah

Corresponding author:

Herawati Gunawan

herawatigunawan13@gmail.com

Ners Muda, Vol 3 No 2, Agustus 2022

e-ISSN: 2723-8067

DOI: <https://doi.org/10.26714/nm.v3i2.8974>

penduduk yang mengalami gangguan penglihatan terbanyak.

Indonesia termasuk negara ke-2 di dunia dan nomor satu di Asia Tenggara yang terbesar jumlah penderita kataraknya. Angka kebutaan di Indonesia mencapai 1,50% dari populasi, dengan penyebab katarak sebanyak 0,78%. Hal ini merupakan yang tertinggi dibandingkan negara Bangladesh, India, dan Thailand (Perdami, 2017). Angka kejadian kebutaan di Jawa Tengah mencapai 2,7% dengan penyebab utama katarak sebesar 73,8% (Dinkes Jateng, 2019). Sepanjang tahun 2018 angka kebutaan di kota Semarang mencapai 7.686 kasus dengan penyebab katarak mencapai 1.921 kasus (Dinkes Jateng, 2019).

Katarak menjadi salah satu penyakit yang sering dijumpai pada orang yang berusia > 55 tahun akibat adanya proses penuaan. Penyebab lain katarak dapat diakibatkan oleh adanya trauma mata, penggunaan kortikosteroid jangka panjang dan katarak yang timbul saat lahir (kongenital) (Ayuni, 2020). Gejala penyakit katarak berupa pandangan kabur, terjadi perubahan persepsi warna dan ketidakmampuan melihat objek pada jarak yang jauh (Ali, 2013). Perlunya dilakukan suatu tindakan untuk mengatasi katarak dengan melakukan prosedur pembedahan.

Pembedahan atau operasi katarak menjadi salah satu tindakan untuk mengatasi adanya kekeruhan lensa. Pembedahan menjadi salah satu stressor bagi individu yang menjalaninya, jika dilihat dari sudut pandang keperawatan jiwa prosedur pembedahan akan menimbulkan krisis situasi berupa gangguan internal yang akan meningkatkan ketegangan dan kecemasan seseorang (ansietas) (Hawari, 2011). Jika kecemasan tidak dilakukan pengelolaan secara optimal akan memengaruhi perubahan secara fisiologis seperti (nilai hemodinamik) dan secara psikologis berupa kesehatan mental individu.

Kecemasan dapat menjadi keadaan negatif karena ketidakmampuan dalam mengendalikan dan mengelola situasi tersebut, sehingga terjadi disharmoni dalam tubuh. Jika kecemasan tidak segera diatasi akan meningkatkan tekanan darah yang nantinya dapat menyebabkan perdarahan baik pada saat pembedahan ataupun pasca operasi.

Peran perawat sangat diperlukan guna memahami, memberikan informasi serta dorongan yang dapat membantu menyingkirkan kecemasan dan kekhawatiran tersebut. Perlunya perawat dalam mempersiapkan pasien sebelum melakukan prosedur pembedahan baik secara fisik maupun psikologinya. Kesiapan fisik dan psikologis akan dapat membantu dalam lancarnya suatu proses pembedahan yang akan dijalankan, selain itu dapat berpengaruh dalam penyesuaian dan pemulihan pasca operasi. Oleh karena itu perlu adanya intervensi yang dapat mengatasi kecemasan pasien sebelum melakukan prosedur operasi. Salah satunya dengan teknik distraksi menggunakan terapi murottal Al-Qur'an.

Terapi murottal Al-Qur'an merupakan intervensi komplementer dengan menggunakan bunyi lantunan Al-Qur'an sebagai penyembuhan (Septadina et al., 2021). Terapi murottal memiliki efek yang sama seperti terapi musik yaitu memberikan efek relaksasi dan dapat menurunkan tingkat kecemasan (ansietas). Mekanismenya berawal dari audio lantunan Al-Qur'an yang diperdengarkan akan menstimulus otak untuk memproduksi zat-zat kimia yaitu *neuropeptide*. Molekul ini berupa peningkatan produksi hormon β -endorfin yang selanjutnya akan ditransmisikan ke dalam reseptor - reseptor yang ada di beberapa organ tubuh sehingga dapat memberikan umpan balik positif berupa penurunan tekanan darah, memperlambat pernafasan dan denyut nadi serta meningkatnya aktivitas gelombang



otak alpha (Septadina et al., 2021). Terapi murottal juga mampu dalam menurunkan hormon - hormon penyebab stress, meningkatkan perasaan rileks serta dapat mengalihkan perhatian pasien dari perasaan cemas dan takut.

Terapi murottal Al-Qur'an menggunakan Surah Ar-Rahman yang terdiri dari 78 ayat. Kandungan Surah Ar-Rahman menceritakan tentang keagungan dan maha pemurah-Nya Allah terhadap hamba-hambaNya. Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman dilantunkan dengan nada yang ritmik dan mendayu - dayu, sehingga saat mendengarkan murottal dengan penuh konsentrasi dan menghayati setiap lantunan bacaannya dapat meningkatkan rasa ketenangan dan kenyamanan sehingga perasaan takut dan gelisah berkurang.

Seperti penelitian yang mendapatkan hasil bahwa pemberian murattal Al-Qur'an memberikan pengaruh positif bagi tingkat kecemasan pasien pre operasi katarak (Atmaja & Saputra, 2020). Sejalan dengan itu terdapat penelitian yang membandingkan antara terapi musik klasik mozart dengan murottal Al-Qur'an surah Al-Fatihah mendapatkan hasil bahwa terapi murottal lebih efektif dibandingkan terapi musik klasik dalam menurunkan skor ansietas pasien pre - operasi (Suwanto, Basri, & Umalekhoa, 2016). Penelitian terkait murattal Al-Qur'an surah Ar-Rahman terbukti dapat menurunkan kecemasan pasien yang akan menjalani operasi (Syafei & Suryadi, 2018).

Studi pendahuluan di Ruang Instalasi Bedah Sentral RSUP dr. Kariadi Semarang didapatkan data rata-rata sebanyak 100 operasi katarak dengan lokal anastesi dilakukan, hampir sebagian besar pasien yang terjadwal operasi tersebut mengalami kecemasan tingkat ringan, sedang dan berat. Bulan September 2021 terdapat 1 pasien yang bahkan ditunda operasinya

karena mengalami tingkat kecemasan yang berat.

Berdasarkan dari data dan temuan diatas maka peneliti bermaksud akan melakukan studi kasus berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Syafei & Suryadi (2018) terkait aplikasi murottal Al-Qur'an surah Ar- Rahman untuk menurunkan tingkat kecemasan pasien pre-operasi katarak di RSUP dr. Kariadi Semarang.

METODE

Metode yang digunakan pada studi kasus ini adalah desain deskriptif dengan pendekatan asuhan keperawatan. Studi kasus ini akan memberikan intervensi untuk masalah kecemasan pada pasien pre-operasi katarak dengan pengaplikasian murottal Al-Qur'an surah Ar- Rahman. Intervensi dilakukan satu kali sebelum pasien menjalani prosedur operasi.

Kriteria inklusi subjek studi kasus ini yaitu pasien yang akan menjalani prosedur operasi katarak yang tidak memiliki riwayat melakukan operasi sebelumnya (pertama kali) di Ruang Instalasi Bedah Sentral (IBS) RSUP dr. Kariadi Semarang pada bulan Oktober 2021. Subjek studi kasus berjumlah 2 yang didapatkan secara *accidental sampling*. Studi kasus ini dilakukan pada tanggal 21 Oktober 2021 dan 25 Oktober 2021. Instrumen intervensi yang digunakan pada studi kasus ini yaitu *headphone* yang berisikan lantunan surah Ar-Rahman serta instrumen alat ukur berupa kuesioner HARS (*Hamilton Rating Scale for Anxiety*). Lantunan surah Ar-Rahman dibacakan oleh Muzammil Hasballah dengan timbre sedang, nada 44 hz, reguler, harmoni dan konsisten, ritme andat mendayu-dayu, volume 60 desibel, amplitudo sedang (Darmadi & Armiyati, 2019). Intervensi dilakukan sampai lantunan Al-Qur'an selesai \pm 15 menit dengan pengukuran skor ansietas dilakukan sebelum dan sesudah melakukan terapi. Prosedur tindakan



diawali dengan pengukuran skor ansietas menggunakan instrumen HARS dilanjutkan dengan aplikasi murottal Al-Qur'an selama 15 menit. Setelah itu, dilakukan pemeriksaan kembali terkait skor HARS untuk dilakukan evaluasi.

Sebelum pelaksanaan intervensi, subjek studi kasus diberikan pemahaman terkait tujuan dan manfaat terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman terhadap kecemasan pasien. Demi menjaga privasi/kerahasiaan biodata, studi kasus ini tidak menampilkan nama subjek pada laporan maupun naskah publikasi yang dibuat. Data temuan pada studi kasus akan dianalisis secara sederhana dan dideskripsikan untuk mengetahui adanya skor kecemasan pada pasien yang akan menjalani tindakan operasi katarak. Data hasil studi kasus disajikan dalam bentuk diagram/ grafik.

HASIL

Hasil pengkajian menunjukkan kedua subjek studi kasus beragama Islam dan berjenis kelamin laki - laki (subjek 1) dan perempuan (subjek 2). Subjek 1 berusia 46 tahun sedangkan subjek 2 berusia 66 tahun. Kedua subjek studi kasus memiliki keluhan utama yang sama yaitu pandangan mata kabur. Pengkajian riwayat kesehatan dahulu didapatkan keduanya memiliki riwayat *diabetes mellitus* kronis dan kedua subjek tidak memiliki riwayat menjalani tindakan operasi sebelumnya, artinya tindakan operasi katarak yang akan dijalankan merupakan prosedur operasi yang pertama kali. Pemeriksaan visus mata didapatkan hasil subjek 1 (visus mata kanan 2/60, TIO mata kanan 15 mmHg, visus mata kiri 2/60, TIO mata kiri 13,3 mmHg) sedangkan hasil subjek 2 (visus mata kanan 6/40, TIO mata kanan 20 mmHg, visus mata kiri 6/30, TIO mata kiri 20 mmHg). Kedua subjek direncanakan akan melakukan prosedur operasi katarak. Saat dilakukan pengkajian pre-operasi subjek 1 mengatakan mengatakan penglihatannya

kabur sejak 3 bulan yang lalu, seperti ada selaput yang menutupi mata, pasien mengatakan tidak bisa tidur dari semalam, rasanya deg - degan dan pasien selalu menanyakan jika operasi lokal sakit apa tidak. Saat dilakukan pemeriksaan tanda-tanda vital didapatkan tekanan darah = 161/91 mmHg, *heart rate* (nadi) = 108x/ menit, *respiratory rate* = 20x/ menit. Pengkajian pada subjek 2 mengatakan penglihatannya kabur sejak 3 bulan yang lalu, pasien mengatakan sulit tidur sejak dijadwalkan tindakan operasi, pasien sering menanyakan bagaimana prosedur tindakan operasi. Pemeriksaan tanda-tanda vital didapatkan tekanan darah = 161/72 mmHg, *heart rate* (nadi) = 90x/ menit, *respiratory rate* = 18x/ menit.

Diagnosis keperawatan yang dilakukan analisis studi kasus merupakan diagnosa kedua yaitu ansietas (D.0080) berhubungan dengan krisis situasional : tindakan operasi (PPNI, 2016). Definisi diagnosa tersebut adalah kondisi emosi dan pengalaman subyektif individu terhadap objek yang tidak jelas dan spesifik akibat antisipasi bahaya yang memungkinkan individu melakukan tindakan untuk menghadapi ancaman. Data mayor kedua subjek studi kasus menunjukkan adanya kecemasan karena akan dilakukan prosedur operasi. Kecemasan ditandai dengan adanya keluhan bingung, takut atau khawatir serta pertanyaan dari pasien mengenai operasi yang akan dilakukan, selain itu kedua subjek mengeluhkan mengalami palpitasi dan sulit tidur. Data tersebut diperkuat dengan data objektif dari pemeriksaan TTV terjadi peningkatan nilai tekanan darah, frekuensi nadi meningkat dan frekuensi napas meningkat. Kecemasan (ansietas) dapat menyebabkan peningkatan nilai hemodinamik pasien. Jadi dapat disimpulkan bahwa ansietas berhubungan dengan krisis situasional : tindakan operasi menjadi diagnosa keperawatan yang akan dilakukan intervensi berupa aplikasi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman.



Intervensi keperawatan kedua subjek studi kasus yang pertama yaitu reduksi ansietas (I.09314). Intervensi yang direncanakan meliputi **observasi** (identifikasi ketika ansietas berubah, monitor tanda-tanda ansietas baik secara verbal atau nonverbal), **terapeutik** (ciptakan suasana terapeutik untuk menumbuhkan kepercayaan, temani pasien untuk mengurangi kecemasan dan mengidentifikasi situasi yang memicu kecemasan), **edukasi** (jelaskan prosedur, termasuk sensasi yang mungkin dialami dan latih teknik relaksasi). Salah satu teknik relaksasi yang digunakan adalah murattal (TIM Pokja SIKI DPP PPNI, 2017). Intervensi yang kedua yaitu terapi murattal (i.08249) Intervensi yang di rencanakan yaitu **observasi** (identifikasi aspek yang akan dirubah (mis. sikap, fisiologis), identifikasi aspek yang akan difokuskan dalam terapi (mis. relaksasi, konsentrasi dan pengurangan cemas), identifikasi jenis terapi yang digunakan (murattal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman), identifikasi media yang digunakan dan lama durasi pemberian, monitor perubahan yang difokuskan), **terapeutik** (posisikan dalam posisi dan lingkungan yang nyaman, batasi rangsangan eksternal selama terapi (mis. lampu, suara, pengunjug, panggilan telepon), yakinkan volume sesuai toleransi pasien, putar rekaman yang telah ditetapkan, dampingi selama mendengarkan murottal), **edukasi** (jelaskan tujuan dan manfaat terapi, anjurkan memusatkan perhatian/ pikiran pada lantunan surah Ar-Rahman) (TIM Pokja SIKI DPP PPNI, 2017).

Implementasi keperawatan diawali dengan menanyakan keluhan yang sedang dirasakan subjek studi kasus yaitu mengalami kecemasan. Pertemuan dengan subjek 1 pada tanggal 21 Oktober 2021 pukul 11.30, pada tahap observasi dimulai dengan mengidentifikasi sikap dan keluhan yang dirasakan, lalu mengidentifikasi tingkat kenyamanan pasien, tahap

terapeutik kita mulai dengan menemani pasien, setelah itu memposisikan pasien pada posisi yang nyaman, selanjutnya membatasi rangsang eksternal berupa pencahayaan, kebisingan, panggilan telepon, dilanjutkan dengan menghitung skor HARS *pre* intervensi dan didapatkan skor HARS = 24. Lalu intervensi murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman dengan Vol. 60 desibel melalui suara hp dengan volume 60 dilakukan selama 15 menit, selanjutnya dilakukan pengukuran skor HARS *post* intervensi dan didapatkan hasil skor HARS = 19. Sedangkan subjek 2 dilakukan pertemuan pada tanggal 25 Oktober 2021 pada pukul 11.20. dimulai dengan mengidentifikasi sikap dan keluhan yang dirasakan, lalu mengidentifikasi tingkat kenyamanan pasien, setelah itu memposisikan pasien pada posisi yang nyaman, selanjutnya membatasi rangsang eksternal berupa pencahayaan, kebisingan, panggilan telepon, dilanjutkan dengan menghitung skor HARS *pre* intervensi dan didapatkan skor HARS = 25. Lalu intervensi murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman dengan Vol. 60 desibel melalui suara hp dengan volume 60 dilakukan selama 15 menit, selanjutnya dilakukan pengukuran skor HARS *post* intervensi didapatkan hasil skor HARS = 20

Tabel 1
Perubahan Skor HARS (Kecemasan) Sebelum dan Sesudah Intervensi Aplikasi Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman

Identitas Subjek	Perubahan Skor HARS	
	<i>Pre</i>	<i>Post</i>
Subjek 1	24	19
Subjek 2	25	20

Evaluasi mengenai kecemasan pasien selain menggunakan penilaian skor HARS juga dapat dinilai dengan memonitor perubahan status hemodinamik seperti tekanan darah, nadi (*heart rate*) dan RR (*respiratory rate*).



Tabel 2

Perubahan Status Hemodinamik Sebelum dan Sesudah Intervensi Aplikasi Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman

Responden	Status Hemodinamik					
	Tekanan Darah (mmHg)		Nadi (x/menit)		RR (x/menit)	
	Pre	Post	Pre	Post	Pre	Post
Subjek 1	161/91	158/93	108	104	20	19
Subjek 2	161/72	159/79	90	88	18	18

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengkajian kedua subjek studi kasus berjenis kelamin laki-laki dan perempuan. Menurut penelitian yang telah dilakukan, didapatkan bahwa terdapat hubungan antara jenis kelamin dengan tingkat kecemasan, menurutnya wanita dianggap lebih sensitif dan cenderung menggunakan perasaannya dibandingkan laki-laki yang dianggap memiliki mental kuat ketika menghadapi respon yang berbahaya (Ainunnisa, 2020). Namun hal itu tidak hanya satu-satunya yang dijadikan faktor penentu kecemasan seseorang, terdapat faktor lain yang lebih kuat memengaruhi kecemasan seseorang. Kecemasan subjek pada studi kasus ini karena tindakan operasi katarak yang akan dilakukan.

Kedua subjek studi kasus mengalami pandangan mata kabur. Semakin bertambahnya usia, lensa mata akan mengalami peningkatan massa lensa, ketebalan dan penurunan daya akomodatif. Lapisan baru pada serat kortikal akan terbentuk menyebabkan nukleus lensa menekan dan mengeras (sklerosis nukleus). Selain itu terjadi mekanisme secara kimiawi berupa pembelahan proteolitik dari lensa kristalin membentuk agregat protein molekul tinggi. Agregat tersebut menyebabkan terjadinya fluktuasi mendadak menjadikan bias lokal lensa sehingga menghamburkan cahaya, mengurangi transparansi serta membuat lensa semakin kuning atau coklat. Katarak juga dapat disebabkan karena penurunan konsentrasi *glutathione* dan kalium serta peningkatan natrium dan kalsium dalam

sitoplasma sel lensa (American Academy of Ophthalmology, 2016).

Kedua subjek studi kasus memiliki riwayat penyakit DM. Katarak disebabkan oleh berbagai hal seperti proses degeneratif, trauma maupun komplikasi dari penyakit lain salah satunya *diabetes mellitus* (DM). Pada penderita *diabetes mellitus* terjadi gangguan mikrovaskular, adanya peningkatan kadar glukosa darah yang tinggi kadar enzim aldose reduktase menjadi rendah sehingga sorbitol menumpuk di dalam lensa dan terjadilah kekeruhan pada lensa. Adanya perubahan kejernihan pada lensa (opasitas lensa) menyebabkan jumlah cahaya yang masuk melalui media refraksi berkurang dan sulit difokuskan ke retina (Ayuni, 2020). Hal itu yang menjadi penyebab penurunan visus pada mata.

Kedua subjek memiliki riwayat DM kronis artinya sudah terjadi sejak lama > 6 bulan. Penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara lamanya menderita DM dengan kejadian katarak. Adanya komplikasi dari penyakit yang diderita menjadi sebuah stressor tersendiri bagi pasien sehingga memicu perasaan takut, cemas bahkan khawatir mengenai kondisinya (Wardhani, 2018).

Berdasarkan hasil studi kasus terkait tingkat kecemasan sebelum diberikan intervensi didapatkan hasil kedua subjek mengalami tingkat kecemasan sedang. Kedua subjek mengatakan sulit tidur sejak dijadwalkan tindakan operasi, sering menanyakan bagaimana prosedur operasi dilakukan. Terdapat beberapa faktor yang dapat memicu munculnya kecemasan



seseorang individu diantaranya faktor biologis/psikologis berupa ancaman yang mengancam akan kebutuhan sehari-hari seperti (kekurangan makanan, minuman, perlindungan dan keamanan), faktor psikososial berupa ancaman karena kehilangan seseorang berharga atau perubahan status sosial, dan faktor perkembangan (Stuart & Sundeen, 2016). Selain itu individu yang menderita penyakit kronik biasanya merasakan kekhawatiran akan masa depan, biaya pengobatan dan perawatan serta dapat menambah beban pikiran dan itu dapat menyebabkan timbulnya ansietas. Pada studi kasus ini penyebab utama munculnya ansietas karena akan dilakukan prosedur pembedahan berupa operasi katarak.

Gejala lain bahwa seorang individu mengalami ansietas dibuktikan dengan adanya perubahan pada status hemodinamik berupa peningkatan nilai tekanan darah, peningkatan *heart rate* atau denyut nadi, serta peningkatan nilai *respiratory rate* (PPNI, 2016). Kedua subjek studi kasus mengalami peningkatan nilai tekanan darah dan *heart rate*. Berdasarkan riwayat penyakit dahulu kedua subjek studi kasus tidak memiliki riwayat hipertensi, jadi dapat disimpulkan bahwa adanya peningkatan tersebut karena kecemasan yang dialami oleh kedua pasien. Selain itu gejala lain yang biasanya ditemukan pada pasien yang mengalami ansietas adalah penurunan frekuensi tidur atau sulit tidur, diaporesis (keringat berlebihan) serta peningkatan frekuensi dalam bertanya mengenai prosedur atau tindakan yang akan dilakukan (PPNI, 2016).

Secara fisiologis, mekanisme kecemasan dimulai dari stresor internal atau eksternal yang mengaktifkan hipotalamus, yang kemudian mengaktifkan dua jalur kecemasan utama, sistem endokrin (korteks adrenal) dan sistem saraf otonom (saraf simpatis dan parasimpatis). Selain itu, hipotalamus anterior melepaskan

corticotropin-releasing hormone (CRH), yang mengarahkan kelenjar hipofisis anterior untuk mensekresikan adrenocorticotrophic hormone (ACTH). Sebagai hasil dari sekresi hormon ACTH ke dalam aliran darah, zona fasciae di korteks adrenal diaktifkan, yang mengeluarkan hormon kortisol. Sekresi hormon kortisol yang berlebihan dapat menimbulkan beberapa efek pada tubuh yaitu peningkatan tekanan darah dan denyut nadi (Sherwood, 2014).

Berdasarkan hasil studi kasus terkait tingkat kecemasan sesudah diberikan intervensi didapatkan hasil kedua subjek mengalami tingkat kecemasan ringan. Verbalisasi kekhawatiran mengenai tindakan operasi dari kedua subjek menurun, perilaku tegang dan gelisah menurun ditandai dengan adanya penurunan nilai hemodinamik seperti tekanan darah, *heart rate* dan *respiratory rate*.

Terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman diaplikasikan dalam bentuk audio atau diperdengarkan. Murottal Al-Qur'an merupakan bagian dari instrumen musik, jadi harmonisasi murottal Al-Qur'an akan masuk melalui telinga dan akan direspon oleh otak bagian kanan dan kiri sehingga dapat meningkatkan efek relaksasi dan kenyamanan. Tidak hanya memberikan efek relaksasi, terapi murottal Al-Qur'an juga dapat membantu dalam mengingat tuhan karena isi kandungan dan lantunan Al-Qur'an berisi tentang kebesaran, keagungan dan kemuliaan tuhan. Ketika kita melakukan terapi murottal Al-Qur'an, secara otomatis kita menuntun subjek untuk dapat mengingat dan menyerahkan segala permasalahannya kepada tuhan sehingga mampu menambah efek relaksasi. Respon relaksasi ini dapat timbul karena terdapat suatu hubungan antara pikiran dan tubuh (*mindbody connection*) sehingga dengan mendengarkan lantunan Al-Qur'an dapat tercipta suatu relaksasi *religious* bagi



orang yang membaca atau mendengarkannya (Mulastin & ., 2019). Terdapat penelitian bahwa murottal Al-Qur'an dapat menurunkan kecemasan pasien yang memiliki penyakit kronis seperti gagal jantung kongestif (Salsabila & Nugroho, 2021).

Hasil studi kasus menunjukkan tidak hanya terjadi perubahan pada skor kecemasan namun juga terjadi penurunan terkait nilai hemodinamik pasien seperti tekanan darah, denyut nadi serta pernapasan. Hal itu dipicu karena ketika subjek mendengarkan murottal akan terjadi produksi hormon endorfin alami dari dalam tubuh sehingga dapat menekan hormon-hormon penyebab stress dan mengaktifkan saraf parasimpatis untuk dapat mendilatasi pembuluh darah, serta menurunkan denyut nadi (Sherwood, 2014). Hal ini didukung oleh penelitian yang menjelaskan bahwa detak jantung lebih rendah setelah mendengarkan Al-Qur'an daripada sebelum mendengarkan Al-Qur'an (Daud & Sharif, 2018). Selain itu, mendengarkan Al-Qur'an juga membantu pasien tetap dekat dengan Allah melalui stimulasi sistem pendengaran oleh suara ayat-ayat Al-Qur'an. Sehingga memiliki efek positif pada kedamaian batin.

Berdasarkan analisa hasil studi kasus menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian Terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman terhadap tingkat kecemasan pasien pre-op katarak. Intervensi ini dilakukan selama ± 15 menit dan dilakukan di Ruang Instalasi Bedah Sentral (IBS) RSUP dr. Kariadi Semarang. Tingkat kecemasan peneliti ukur dengan menggunakan instrumen HARS. Pada subjek 1 terjadi penurunan dari skor awal 24 menjadi 19, selain itu juga terjadi penurunan untuk nilai hemodinamiknya. Subjek 2 terjadi penurunan dari skor awal 25 menjadi 20 serta penurunan pada status hemodinamik.

Mekanisme penurunan skor kecemasan ketika murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahmah

diputar atau diperdengarkan secara otomatis yaitu suara memasuki telinga melalui saluran pendengaran eksternal dan kemudian menggetarkan gendang telinga dan jendela oval. Selain itu, akan terjadi perubahan potensial pada sel reseptor yang merambat ke korteks pendengaran untuk diteruskan ke sistem limbik, terutama amigdala. Inilah yang menyebabkan beberapa gelombang otak terbentuk. Suara bacaan Al Quran menghasilkan gelombang otak alfa. Hal ini dijelaskan oleh penelitian yang membandingkan perbedaan gelombang otak alfa saat mendengarkan Al-Qur'an dan musik klasik. Gelombang alfa meningkat lebih banyak saat mendengarkan Al-Qur'an daripada musik klasik (Zulkurnaini, Kadir, Murat, & Isa, 2012). Gelombang alpha merupakan gelombang dengan freq 8-13 Hz, yang berhubungan dengan keadaan rileks dan kewaspadaan penuh.

Evaluasi keperawatan pada subjek 1 dan 2 dengan masalah keperawatan ansietas berhubungan dengan krisis situasional : tindakan operasi teratasi sebagian ditandai dengan adanya penurunan skor HARS, nilai tekanan darah, nilai *heart rate* dan disertai dengan penurunan keluhan kecemasan secara verbal. Penurunan nilai hemodinamik terjadi secara signifikan meskipun belum berada dalam normal. Oleh karena itu, mendengarkan Al-Qur'an dapat meningkatkan ketenangan, relaksasi dan kewaspadaan. Selain itu, gelombang alfa juga dapat menginduksi peningkatan kekebalan, vasodilatasi, dan stabilisasi detak jantung. Mendengarkan Al-Qur'an akan memberi Anda ketenangan pikiran dan ketenangan pikiran. Dengan cara inilah Al-Qur'an dapat diseimbangkan dalam segala aspek kehidupan manusia.

SIMPULAN

Terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman dapat menurunkan tingkat kecemasan pasien sebelum tindakan



prosedur operasi katarak. Terjadi penurunan pada skor ansietas dari 24 menjadi 19 pada subjek 1 dan terjadi penurunan dari skor 25 menjadi 20 pada subjek 2. Oleh karena itu diagnosa keperawatan ansietas berhubungan dengan krisis situasional : tindakan operasi teratasi sebagian.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada kedua pasien yang telah bersedia menjadi subjek studi kasus serta kepala ruang instalasi bedah sentral RSUP dr. Kariadi Semarang yang telah mengizinkan saya melakukan sebuah studi kasus di ruangan tersebut.

REFERENSI

- Ainunnisa, K. (2020). Hubungan Antara Jenis Kelamin dengan Tingkat Kecemasan pada Pasien Gagal Jantung. *Skripsi Thesis*.
- Ali, I. (2013). *Khasiat & Manfaat Kitolod*.
- Atmaja, B. P., & Saputra, A. F. (2020). Pengaruh Terapi Murottal Al - Qur ' a N Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Pre-Op Katarak. *Jurnal Darul Azhar*, 9(1), 1-8.
- Ayuni, D. Q. (2020). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Pasien Post Operasi Katarak*. Pustaka Galeri Mandiri.
- Darmadi, S., & Armiyati, Y. (2019). Murottal and Clasical Music Therapy Reducing Pra Cardiac Chateterization Anxiety. *South East Asia Nursing Research*, 1(2), 52. <https://doi.org/10.26714/seanr.1.2.2019.52-60>
- Daud, N. F., & Sharif, Z. (2018). Effect of Listening to the Al-Quran on Heart Sound. *IOP Conference Series: Materials Science and Engineering*, 341(1). <https://doi.org/10.1088/1757-899X/341/1/012023>
- Dinkes Jateng. (2019). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah Tahun 2019*.
- Hawari, D. (2011). *Manajemen Stres, Cemas, dan Depresi*. FKUI.
- Ismandari, F. (2018). Infodatin Situasi Gangguan Penglihatan. *Kemntrian Kesehatan RI Pusat Data Dan Informasi*, 1-12.
- Mulastin, M., & . S. (2019). Influence of Murottal Al-Qur'an Ar-Rahman Letter to Decrease of Blood Pressure of Pregnant Women with Preeclampsia. *KnE Social Sciences*, 2019, 104-108. <https://doi.org/10.18502/kss.v3i18.4703>
- Ophthalmology, A. A. of. (2016). *Lens and Cataract : 2016-2017 BCSC (Basic and Clinical Science Course)*. BCSC.
- Perdami. (2017). Vision 2020 di Indonesia. In *Perdami.Id* (pp. 1-5).
- PPNI. (2016). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI)*. DPP PPNI.
- Salsabila, M. P., & Nugroho, H. A. (2021). Penurunan Kecemasan Pada Pasien Gagal Jantung Kongestif Melalui Pemberian Terapi Murottal Al-Qur'an. *Ners Muda*, 2(3). <https://doi.org/10.26714/NM.V2I3.6283>
- Septadina, Roflin, Rianti, & Shafira. (2021). Terapi Murottal Al-Qur'an untuk Menurunkan Ansietas dan Memperbaiki Kualitas Tidur. In *NEM*.
- Sherwood, L. (2014). *Fisiologi manusia : dari sel ke sistem* (Edisi 8). EGC.
- Stuart, G. W., & Sundeen. (2016). *Principle and Practice of Psychiatric Nursing* ((1st editi). Elsevier.
- Suwanto, Basri, A. H., & Umalekhoa, M. (2016). Effectiveness of Classical Music Therapy and Murrotal Therapy To Decrease The Level of Anxiety Patients Pre Surgery Operation. *Journals of Ners Community*, 07(November), 173-187.
- Syafei, A., & Suryadi, Y. (2018). Pengaruh Pemberian Terapi Audio Murottal Qur'an Surat Ar - Rahman terhadap Tingkat Kecemasan pada Pasien Pre-Operasi Katarak Senilis. *Jurnal Kesehatan*, 9(1), 126. <https://doi.org/10.26630/jk.v9i1.669>
- TIM Pokja SIKI DPP PPNI. (2017). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia*. Dewan Pengurus PPNI.
- Wardhani, T. D. K. K. (2018). *Hubungan Diabetes Melitus Tipe 2 Dengan Kejadian Katarak Di Poli Mata RSPAD Gatot Soebroto Jakarta*.
- World Health Organization. (2021). *WHO releases the new global estimates on visual impairment*.
- Zulkurnaini, N. A., Kadir, R. S. S. A., Murat, Z. H., & Isa, R. M. (2012). The comparison between listening to Al-Quran and listening to classical music on the brainwave signal for the alpha band. *2012 Third International Conference on Intelligent Systems Modelling and Simulation*, 181-186.

