

# EFEKTIVITAS TERAPI MUROTTAL AL-QURAN TERHADAP KECEMASAN ANAK DENGAN LEUKEMIA “LITERATURE REVIEW”

Ricky Z\*<sup>1</sup>, Rahma La Maru<sup>2</sup>

Akademi Keperawatan Makassar Jurusan Keperawatan

## Abstract

**Background:** Murottal therapy is a type of music therapy that has a positive influence on the listener, when someone listens to murottal therapy it will give stimulation to the eardrum then it will begin the listening process where every sound produced by the sound source will be passed through the auditory nerve to the auditory cortex in the brain. Then murottal therapy will work on the brain where when given a stimulus the brain will produce a decrease in cortisol so that it can provide feedback in the form of relaxed feeling and comfort. **Methods:** This research explores quantitative evidence published in pubmed electronic databases, google scholar. By using search strategy we found 73 articles with the potential of 10 studies included in the final analysis. **Results:** We found a significant post-intervention improvement in reducing anxiety for participants who received murottal Al-Qur'an therapy compared to all control groups. **Conclusion:** These results indicate that murottal Al-Qur'an therapy can be used as an alternative treatment to reduce anxiety of patients who experience anxiety disorders and nurses are expected to participate in this treatment training.

**Keyword:** Anxiety, Murottal Therapy, Leukemia

## PENDAHULUAN

Kanker merupakan masalah kesehatan masyarakat yang utama diseluruh dunia dan merupakan penyebab kedua kematian di Amerika serikat. Angka kejadian kanker selalu meningkat setiap tahunnya, salah satu jenis kanker yang pesat pertumbuhannya adalah kanker darah (*leukemia*) yang terus meningkat dari tahun 2014 sampai sekarang (Si egel, Miller, & Jemal, 2018).

Berdasarkan data *GLOBOCAN, International Agency For Research on Cancer (IARC)* diketahui bahwa pada tahun 2012 terdapat 14.067.894 kasus baru kanker dan 8.201.575 kematian akibat kanker diseluruh dunia. Khusus untuk kasus *leukemia* insiden yang terjadi pada tahun 2016 mencapai 60.300 jiwa

dengan angka kematian mencapai 24.370 jiwa. Di indonesia pada tahun 2013 insiden leukemia yang terjadi mencapai 347.792 jiwa. (Pusdatin, 2015).

Anak yang menderita *leukemia* sering menghadapi masalah psikososial selama menjalani pengobatan seperti kelelahan, gangguan *mood*, kecemasan, serta kehilangan kepercayaan diri. (Prisani, 2017) akan tetapi salah satu dampak psikologis yang paling sering dirasakan klien yang menderita *leukemia* adalah kecemasan. Dimana kecemasan merupakan perasaan yang tidak menyenangkan yang disebabkan karena adanya ketakutan atas sesuatu yang tidak terjadi (Sigdel, 2015).

Manajemen ansietas dapat dilakukan dengan banyak strategi diantaranya dengan memberikan pendidikan kesehatan, pemberian teknik relaksasi serta pemberian obat anti kecemasan golongan (*alprazolam triazolo benzodia zepine*) 0,5 mg 3 kali per hari (Bailey, 2010; Pritchard, 2009). Akan tetapi terapi farmakologi yang diberikan seperti pemberian obat anti ansietas golongan (*alprazolam triazolo benzodia zepine*) 0,5 mg 3 kali per hari memiliki efek hanya sementara dan memiliki efek samping seperti perubahan suasana hati dan gangguan ingatan.

Oleh karena itu pemberian terapi non farmakologi sangat di anjurkan dalam mengatasi kecemasan tanpa menimbulkan efek samping yang berarti. (Bradt, Dileo, & Shim, 2013). Salah satu pemberian terapi non farmakologi yang disarankan untuk mengatasi kecemasan adalah terapi musik, salah satu jenis terapi musik yang merekomendasikan adalah murottal terapi. (Mirsane, Kheirkhah, Shafagh, Ajorpaz, & Aminpour, 2016).

Ketika seseorang mendengarkan terapi murottal maka akan memberikan rangsangan terhadap gendang telinga dengan demikian telinga akan memulai proses mendengarkan dimana setiap bunyi yang di hasilkan oleh sumber bunyi akan diteruskan melalui saraf pendengaran menuju ke korteks pendengaran di otak.

Terapi murottal bekerja pada otak dimana ketika diberikan stimulus terapi murottal maka otak akan memproduksi penurunan *kortisol* sehingga dapat memberikan umpan balik berupa perasaan rileks dan kenyamanan. Dengan mendengarkan ayat-ayat suci Al-Qur'an seorang muslim secara umum akan merasakan perubahan fisiologis berupa penurunan depresi. salah satu ayat yang

direkomendasikan adalah surat Ar-Rad ayat 1-28. (Siswantinah, 2011).

## **METODE PENELITIAN**

Tinjauan literatur dilakukan melalui pencarian hasil-hasil publikasi ilmiah pada rentang tahun 2010-2017 menggunakan database *pubmed*, *google scholar*. Pada database *pubmed* dimasukan *keyword 1 "murottal therapy"* didapatkan hasil 1302214 artikel. *Keyword 2 "anxiety"* ditemukan 40767 artikel. *Keyword 3 "leukemia"* ditemukan 34345 artikel. Kemudian menggabungkan *keyword 1,2 dan 3 "murottal therapy AND anxiety AND leukemia"* ditemukan 73 artikel. Setelah dilakukan pencarian artikel kemudian dilakukan pembatasan jumlah artikel sesuai dengan kriteria penelitian dengan langkah-langkah: *LIMIT publication dates* didapatkan 83 artikel. *LIMIT Humans* didapatkan 72 artikel. *LIMIT Full text* didapatkan 68 artikel. *LIMIT Clinical trial* didapatkan 10 artikel.

Untuk data base *google scholar* dimasukan *keyword 1 "murottal therapy"* didapatkan hasil 228 artikel. *Keyword 2 "anxiety"* didapatkan 3.480.000 artikel. *Keyword 3 "leukemia"* didapatkan 2.050.000 artikel. *Keyword 1.2 dan 3 "murottal therapy AND anxiety AND leukemia"* didapatkan hasil 3 artikel. selanjutnya dilakukan pembatasan jumlah artikel *LIMIT to date (2017)* didapatkan 2 artikel.

## **HASIL PENELITIAN**

### **Leukemia**

Leukemia merupakan proliferasi sel leukosit yang abnormal dimana terjadi karena sel darah putih (sel limfosit B) mengalami kelainan sehingga tidak berfungsi sebagaimana mestinya. Selain itu, sel tersebut juga mengalami

pembelahan yang tidak terkendali (Yuni, 2015).

Leukemia di tandai dengan peningkatan jumlah sel darah putih (leukosit) dalam sirkulasi darah atau sumsum tulang belakang. Penderita leukemia menunjukkan gejala seperti mudah terkena penyakit infeksi, anemia dan perdarahan. Ada 2 tingkatan leukemia, yaitu leukemia akut dan leukemia kronis (Yuni, 2015)

Berdasarkan data *GLOBOCAN, International Agency For Research on Cancer (IARC)* diketahui bahwa pada tahun 2012 terdapat 14.067.894 kasus baru kanker dan 8.201.575 kematian akibat kanker diseluruh dunia. Khusus untuk kasus leukemia insiden yang terjadi pada tahun 2016 mencapai 60.300 jiwa dengan angka kematian mencapai 24.370 jiwa. Di Indonesia pada tahun 2013 insiden leukemia yang terjadi mencapai 347.792 jiwa. (Pusdatin, 2015).

Banyak penderita leukemia menghadapi masalah psikososial dan masalah fisik selama dan setelah menjalani pengobatan seperti kelelahan, peningkatan resiko distress. Selain masalah fisik Anak yang menjalani kemoterapi juga dapat mengalami masalah psikososial seperti gangguan mood, kecemasan, kehilangan kepercayaan diri, penurunan persepsi diri, depresi dan perubahan perilaku yang memberi dampak kepada anak yaitu tidak dapat bersekolah (Prisani, 2017). akan tetapi salah satu dampak psikologis yang paling sering dirasakan klien yang menderita leukemia adalah kecemasan.

### **Kecemasan**

Kecemasan merupakan gangguan alam perasaan yang biasa di tandai dengan rasa khawatir yang berlebihan, tidak

tenang, gelisah, takut akan pikirannya sendiri, mudah terkejut, akan tetapi masih dalam batas normal. (Dadang, 2016) kecemasan adalah perasaan yang tidak menyenangkan yang disebabkan karena adanya ketakutan atas sesuatu yang tidak terjadi (Sigdel, 2015). Kecemasan dan rasa takut timbul dari proses otak yang sama dan menyebabkan reaksi fisiologis yang sama, ketakutan biasanya berhubungan dengan ancaman yang jelas, sementara kecemasan terjadi tanpa adanya bahaya langsung. Seseorang akan merasa cemas saat memiliki perasaan takut atau adanya perasaan tidak nyaman akan tetapi tidak berada dalam bahaya. (Pittman & Karle, 2015)

Pada umumnya Pengobatan di rumah sakit hanya berfokus pada pemulihan fisik tanpa memperhatikan kondisi psikologis pasien seperti kecemasan dan depresi (Hussain, 2011). Kecemasan merupakan gangguan alam perasaan yang biasa di tandai dengan rasa khawatir yang berlebihan, tidak tenang, gelisah, takut akan pikirannya sendiri, mudah terkejut, akan tetapi masih dalam batas normal (Dadang, 2016).

Manajemen ansietas dapat dilakukan dengan banyak strategi diantaranya dengan memberikan pendidikan kesehatan, pemberian teknik relaksasi serta pemberian obat anti kecemasan golongan (*alprazolam triazolobenzodiazepine*) 0.5 mg 3 kali per hari (Bailey, 2010; Pritchard, 2009). Akan tetapi terapi farmakologi yang diberikan seperti pemberian obat anti ansietas golongan (*alprazolam triazolobenzodiazepine*) 0.5 mg 3 kali per hari memiliki efek hanya sementara dan memiliki efek samping seperti perubahan suasana hati dan gangguan ingatan.

Oleh karena itu pemberian terapi non farmakologi sangat di anjurkan dalam mengatasi kecemasan tanpa menimbulkan efek samping yang berarti. (Bradt, Dileo, & Shim, 2013). Salah satu pemberian terapi non farmakologi yang disarankan untuk mengatasi kecemasan adalah terapi musik, salah satu jenis terapi musik yang merekomendasikan adalah murottal terapi. (Mirsane, Kheirkhah, Shafagh, Ajorpaz, & Aminpour, 2016).

### **Murottal Al-Qur'an**

Murottal Al-Qur'an merupakan salah satu jenis terapi musik dengan suara Al-Qur'an yang memiliki pengaruh positif bagi pendengarnya. Mendengarkan ayat-ayat Al-Qur'an yang dibacakan secara tartil akan memberikan ketenangan jiwa. lantunan ayat-ayat suci Al-Qur'an dapat menurunkan hormon-hormon stres, meningkatkan perasaan rileks, mengalihkan perhatian, rasa takut, cemas, memperbaiki sistem kimia tubuh sehingga menurunkan tekanan darah serta memperlambat pernafasan, detak jantung, dan denyut nadi (Siswantinah, 2011).

Bagi umat muslim, Al-Qur'an bukan hanya sebagai kitab suci yang merupakan pedoman hidup, akan tetapi juga sebagai penyembuh terhadap penyakit, penerang, serta pemberi kabar gembira. Dengan demikian seseorang akan berusaha untuk berinteraksi dengan Al-Qur'an dengan cara melalui lisan, tulisan maupun perbuatan (Atabik, 2014)

Intervensi pemberian terapi musik sangat bermanfaat untuk mengurangi tingkat kecemasan, salah satu jenis terapi musik yaitu suara-suara Al-Qur'an yang di bacakan atau diperdengarkan (Mirsane et al., 2016).

Ketika seseorang mendengarkan terapi murottal maka akan memberikan

rangsangan terhadap gendang telinga dengan demikian telinga akan memulai proses mendengarkan dimana setiap bunyi yang di hasilkan oleh sumber bunyi akan diteruskan melalui saraf pendengaran menuju ke korteks pendengaran di otak.

Terapi murottal bekerja pada otak dimana ketika diberikan stimulus terapi murottal maka otak akan memproduksi penurunan kortisol sehingga dapat memberikan umpan balik berupa perasaan rileks dan kenyamanan. Dengan mendengarkan ayat-ayat suci Al-Qur'an seorang muslim secara umum akan merasakan perubahan fisiologis berupa penurunan depresi. salah satu ayat yang direkomendasikan adalah surat Ar-Rad ayat 1-28. (Siswantinah, 2011).

### **PEMBAHASAN**

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Mahjoob, Nejati, Hosseini, & Bakhshani, 2016) bertujuan untuk menilai pengaruh mendengarkan ayat suci Al-Qur'an terhadap kesehatan mental. Penelitian dilakukan Zahedan University of Medical Sciences, di tenggara Iran. Hasilnya menunjukkan perbedaan yang signifikan antara hasil tes dan kelompok kontrol dalam skor kesehatan mental rata-rata mereka setelah mendengarkan ayat suci Al-Qur'an dengan nilai ( $P=0,037$ ), tidak ada yang membedakan antara jenis kelamin yang signifikan pada kelompok sebelum dan sesudah intervensi ditemukan ( $P=0,806$ ) hasil ini menunjukkan bahwa mendengarkan ayat suci Al-Qur'an dapat direkomendasikan untuk meningkatkan kesehatan mental dan memberikan rasa tenang yang lebih besar.

Penelitian lain dilakukan oleh (Faradisi, 2018) dimana penelitian ini bertujuan untuk menilai efektifitas Pengaruh Pemberian Terapi Murottal

terhadap Penurunan Kecemasan Post operasi. Jika dilihat dari analisis hasil penelitian, terapi murottal terbukti valid dapat mengurangi kecemasan dibandingkan dengan kelompok kontrol dimana terdapat perbedaan yang signifikan antara uji variabel dan uji interaksi kelompok intervensi pada kecemasan menghasilkan hasil yang signifikan untuk semua tes *multivariat*  $P < 0,001$  ( $p < 0,05$ ). Artinya ada perbedaan skor kecemasan antara kelompok murrotal dan kelompok kontrol. Dari hasil yang didapatkan dari penelitian ini dapat dilihat bahwa rata-rata skor *anxiety* group murrotal lebih rendah dari rata-rata kelompok kontrol. Ini berarti terapi murottal terbukti signifikan, bisa dijadikan sebagai terapi tambahan dalam pengelolaan kecemasan pasca operasi.

Penelitian yang dilakukan oleh (Babamohamadi, Sotodehasl, & Koenig, 2015) dimana bertujuan untuk menilai pengaruh Al-Qur'an terhadap kecemasan pada pasien *hemodialisa*. Dari penelitian ini hasil yang didapatkan menunjukkan terjadinya penurunan yang signifikan terhadap skor kecemasan pada kelompok intervensi dibandingkan dengan kelompok kontrol  $F= 15,5$   $P= 0,0002$ .

Penelitian lain yang dilakukan oleh (Batoul Jabbari, Mojgan Mirghafourvand, fahimeh Sehhatie, 2017) Penelitian ini bertujuan untuk menilai bagaimana efektifitas terapi murottal Al-Qur'an terhadap kecemasan pada pasien persalinan. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terjadi perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol dimana hasil yang didapatkan pada kelompok intervensi setelah diberikan murottal terapi adalah ( $P=0,01$ ) namun pada kelompok kontrol tidak terjadi penurunan

yang signifikan ( $P=0,05$ ). Ini berarti terapi murottal terbukti signifikan, bisa dijadikan sebagai terapi tambahan dalam menurunkan kecemasan pada pasien hemodialisa.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat dilihat bahwa terapi murottal Al-Qur'an terbukti efektif dalam menurunkan kecemasan pada pasien yang mengalami kecemasan. Hal ini dapat dilihat dari kondisi klien dimana setelah diberikan terapi murottal Al-Qur'an klien tampak lebih tenang.

Diharapkan bagi perawat serta rumah sakit dapat menjadikan murottal Al-Qur'an sebagai terapi komplementer, serta menabuh referensi untuk lebih meningkatkan mutu pelayanan yang diberikan pada pasien yang mengalami leukemia dengan kecemasan dalam pemberian terapi murottal Al-Qur'an.

## DAFTAR RUJUKAN

- Arber, D. A., Orazi, A., Hasserjian, R., Borowitz, M. J., Beau, M. M. Le, Bloomfield, C. D., Vardiman, J. W. 2016. The 2016 revision to the World Health Organization classification of myeloid neoplasms and acute leukemia, *127*(20), 2391–2406. <https://doi.org/10.1182/blood-2016-03-643544>.
- Atabik, A. 2014. The Living Qur'an: Potret Budaya Tahfiz AlQur'an Di Nusantara. *Jurnal Penelitian*, *8*(1), 161–178.
- Babamohamadi, H., Sotodehasl, N., & Koenig, H. G. 2015. The Effect of Holy Qur'an Recitation on Anxiety in Hemodialysis Patients: A Randomized Clinical Trial. <https://doi.org/10.1007/s10943-014->

- 9997-x
- Bailey, L. 2010. Strategies for Decreasing Patient Anxiety in the Perioperative Setting. *AORN*, 92(4), 445–460. <https://doi.org/10.1016/j.aorn.2010.04.017>
- Batoul Jabbari, Mojgan Mirghafourvand, fahimeh Sehhatie, S. M.-A.-C. 2017. The Effect of Holly Quran Voice With and Without Translation on Stress , Anxiety and Depression During. *Journal of Religion and Health*. <https://doi.org/10.1007/s10943-017-0417-x>
- Bradt, J., Dileo, C., & Shim, M. 2013. Music Interventions for Preoperative Anxiety ( Review ). *The Cochrane Library*, (6), 1–83.
- Dadang, H. 2016. *Manajemen Stres Cemas Dan Depresi*. (H. Utama, Ed.) (edisi II). jakarta: fakultas kedokteran universitas indonesia.
- Faradisi, F. 2018. The Effect of Murottal Therapy on Anxiety Decrease of Post Surgery Patients, 15(2), 1–6.
- Hussain, F. 2011. ‘ Heart-talk :’ Considering the Role of the Heart in Therapy as Evidenced in the Quran and Medical. <https://doi.org/10.1007/s10943-011-9560-y>
- Mahjoob, M., Nejati, J., Hosseini, A., & Bakhshani, N. M. 2016. The Effect of Holy Quran Voice on Mental Health. *Journal of Religion and Health*, 55(1),38–42. <https://doi.org/10.1007/s10943-014-9821-7>
- Mirsane, S. A., Kheirkhah, D., Shafagh, S., Ajorpaz, N. M., & Aminpour, J. (2016). The Effect Of Listening To Vaghe’a Surah and Its Translation On The State And Trait Anxiety Before General Surgeries: a Randomized Controlled Clinical Trial. *Health, Spirituality and Medical Ethics*, 3(3), 12–17.
- Pittman, C. M., & Karle, E. M. 2015. *Rewire Your Anxious Brain ; how to use the neuroscience of fear to end anxiety, panic & worry*. (J. Star, Ed.). Canada: New Harbinger Publications, Inc.
- Prisani, Y. D. 2017. General Symptoms In Children WHO Have Cancer And Receive Chemotherapy In Pediatric Oncologi Center Room.
- Pritchard, M. J. 2009. Managing anxiety in the elective surgical patient. *British Journal of Nursing*, 18(7), 416–419. <https://doi.org/10.12968/bjon.2009.18.7.41655>
- Pusdatin. 2015. Situasi penyakit kanker.
- Siegel, R. L., Miller, K. D., & Jemal, A. (2018). Cancer statistics, 2018. *CA: A Cancer Journal for Clinicians*, 68(1), 7–30. <https://doi.org/10.3322/caac.21442>
- Sigdel, S. 2015. Perioperative Anxiety. *Clinical Trials & Patenting*, 1(1), 2–3.
- Siswantinah. 2011. The Effect Of Murottal Therapy On Anxiety Patients With Chronic Renal Failure Who Underwen Hemodialysis, 1–15.
- Yuni, N. E. 2015. *Kelainan Darah*. Yogyakarta: nuha medika.