

**PENGARUH TERAPI MUROTTAL TERHADAP PERUBAHAN KECEMASAN PASIEN DIABETES MELITUS
DI RS BHAYANGKARA MAKASSAR**

Effect of Murottal Therapy on Changes in Anxiety Level of Diabetes Mellitus Patients at Bhayangkara Makassar Hospital

Musdalifah Mukhtar*, Ardian Adhiwijaya, Ismayanti

Jurusan Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar
musdalifah.ners@uin-alauddin.ac.id 082191297574

ABSTRACT

Background: Diabetes mellitus is a chronic and lifelong condition that affects the body's ability to use energy from digested food, where the body cannot release or use insulin adequately so that glucose levels in the blood become high. Psychological problems are often experienced by people with diabetes mellitus, namely anxiety because they think about their disease condition, for that anxiety needs to be controlled. Anxiety control with a spiritual approach is considered important and effective, one of which is murottal therapy because it is believed to have lower side effects, is safer and can be used for a long time. Objective: This study aims to determine the effect of murottal Al-Quran therapy on changes in anxiety levels of patients with diabetes mellitus. Methods: The approach used in this research is quantitative research, one quantitative approach is quasi-experimental with the type of one group pretest-posttest. The sample collection technique is the quota sampling technique, which is 15 samples. Collecting data using the Hamilton Rating Scale For Anxiety (HARS) questionnaire. Results: The results showed that the level of anxiety in Diabetes Mellitus patients before the murottal therapy intervention was moderate anxiety 2 (13.3%) and severe anxiety 10 (66.7%) very severe anxiety 3 (20), anxiety level in diabetes patients mellitus after the intervention of murottal therapy with moderate anxiety 2 (13.3%) and mild anxiety 13 (86.7%) in the paired sample T-test in this study showed that there was a significant difference in the anxiety level of Diabetes Mellitus patients at Bhayangkara Hospital. Makassar with a significant p-value of 0.0001 ($p < 0.05$). Conclusion: The conclusion of this study is that there is a significant change in murottal therapy to changes in the anxiety level of diabetes mellitus patients at Bhayangkara Hospital Makassar. This murottal therapy can be considered to be applied as a nursing intervention in overcoming the patient's anxious response.

Keywords: Anxiety, Diabetes Mellitus, Murottal Therapy

ABSTRAK

Latar belakang: Diabetes melitus merupakan kondisi kronis dan berlangsung seumur hidup yang mempengaruhi kemampuan tubuh dalam menggunakan energi dari makanan yang telah dicerna, dimana tubuh tidak dapat melepaskan atau menggunakan insulin secara adekuat sehingga kadar glukosa didalam darah menjadi tinggi. Masalah psikologis sering dialami penderita diabetes melitus yaitu kecemasan karena memikirkan kondisi penyakitnya, untuk itu kecemasan perlu dikendalikan. Pengendalian kecemasan dengan pendekatan spiritual dipandang penting dan efektif salah satunya yaitu terapi murottal karena diyakini memiliki efek samping yang lebih rendah, lebih aman dan dapat digunakan dalam jangka waktu yang lama. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk Untuk mengetahui pengaruh terapi murottal Al-Quran terhadap perubahan tingkat kecemasan pasien diabetes melitus. Metode: Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu penelitian kuantitatif, salah satu pendekatan kuantitatif yaitu quasi eksperimen dengan jenis one group pretest-posttest. Teknik pengumpulan sampel yaitu teknik quota sampling yaitu 15 sampel. Pengumpulan data menggunakan kuesioner *Hamilton Rating Scale For Anxiety (HARS)*. Hasil: Hasil penelitian menunjukkan kecemasan pada pasien Diabetes Melitus sebelum dilakukan intervensi terapi murottal yaitu terdapat penurunan skor kecemasan setelah pemberian terapi murottal, dimana mean sebelum pemberian terapi 33.33 dan setelah pemberian terapi 18.13. Dari hasil uji statistic menggunakan paired-t test diperoleh p-value 0.0001 ($p < 0,05$) yang diinterpretasikan bahwa terdapat pengaruh pemberian terapi murottal dalam menurunkan skor kecemasan pasien diabetes melitus di RS Bhayangkara Makassar dengan diperolehnya nilai signifikan p-value 0,0001. Kesimpulan: Kesimpulan dari penelitian ini yakni terdapat perubahan yang signifikan terapi murottal terhadap perubahan tingkat kecemasan pasien diabetes melitus di RS Bhayangkara Makassar. Terapi murottal ini dapat dipertimbangkan untuk diterapkan sebagai intervensi keperawatan dalam mengatasi respon cemas pasien.

Kata Kunci: Diabetes Melitus, Kecemasan, Terapi Murottal

PENDAHULUAN

Diabetes melitus adalah kondisi kronis dan berlangsung seumur hidup yang mempengaruhi kemampuan tubuh dalam menggunakan energy dari makanan yang telah dicerna, dimana tubuh tidak dapat melepaskan atau menggunakan insulin secara adekuat sehingga kadar glukosa di dalam darah tinggi (Suryati *et al.*, 2020). Diabetes melitus sebagai penyakit tidak menular menjadi ancaman serius bagi kesehatan, terlebih setelah adanya kebijakan WFH (*Work From Home*) yang mewajibkan masyarakat melakukan aktivitas di dalam rumah, sehingga banyak aktivitas fisik yang tidak berjalan sehingga mengubah gaya hidup dan pola perilaku sebagian masyarakat, hal itulah yang menjadi salah satu penyebab terjadinya peningkatan kejadian diabetes melitus (Sibagariang and Lumban, 2022).

Organisasi *International Diabetes Federation* (IDF) tahun 2021 mencatat 537 juta orang menderita diabetes di dunia dan jumlah ini di proyeksikan mencapai 643 juta pada tahun 2030, dan 783 juta pada tahun 2045, diperkirakan juga bahwa lebih dari 6,7 juta orang dewasa (umur 20-79) akan meninggal di sebabkan diabetes di tahun 2021. Di Indonesia, pada tahun 2019 berada di posisi ketujuh dengan 10,7 juta orang penderita diabetes, pada tahun 2021 penderita diabetes di Indonesia bertambah, Indonesia berada di posisi kelima dengan jumlah pengidap diabetes sebanyak 19,47 juta. Dengan jumlah penduduk sebesar 179,72 juta ini berarti prevalensi diabetes di Indonesia sebesar 10,6%. Sehingga disimpulkan bahwa Indonesia memiliki kontribusi yang cukup besar terhadap prevalensi kasus diabetes di Asia Tenggara.

Menurut hasil penelitian kesehatan dasar (Kementrian Kesehatan RI, 2018), menyebutkan bahwa prevalensi penderita diabetes melitus di Indonesia meningkat dari 6,9% pada tahun 2013 menjadi 8,5% pada tahun 2018. diabetes melitus di Indonesia adalah tipe 2 hampir 90% dan diperkirakan pada tahun 2030 akan ada 21,3 juta penderita diabetes melitus. 55% tahu itu terjadi pada kelompok usia 55-64, yang terjadi berdasarkan gejala dan diagnosis yang ditetapkan.

Prevalensi penderita diabetes melitus di Provinsi Sulawesi Selatan sebesar 3,4% yaitu 414.513 jiwa dari hasil Riskesdas (2018), meningkat 2 kali lipat dari Riskesdas sebelumnya Riskesdas (2013). Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Makassar, kejadian diabetes meningkat dari sekitar 1.697 kasus pada tahun 2015 menjadi 4.242 kasus pada tahun 2016, meningkat 59% (Dahlan, Bustan and Kurnaesih, 2018). Berdasarkan data dari Rumah Sakit Bhayangkara Makassar menunjukkan bahwa jumlah penderita diabetes melitus mengalami kenaikan dan penurunan, hal ini terjadi karena

kurangnya pengendalian penyakit diabetes, dilihat pada tahun 2019 sebanyak 601 pasien, dan mengalami kenaikan pada tahun 2020 sebanyak 650 dan pada tahun 2021 mengalami penurunan sebanyak 623 pasien. Perubahan dalam hidup yang mendadak membuat penderita diabetes melitus menunjukkan reaksi psikologis yang bermacam-macam. Dari hasil wawancara di RS Bhayangkara dengan 5 orang pasien, 3 diantaranya mengatakan bahwa dia merasakan cemas dengan kondisinya serta takut jika lukanya semakin memburuk dan 2 diantaranya mengeluh kesulitan dalam beraktivitas dan kurang dapat beristirahat dengan tenang.

Hasil penelitian Wijayanto & Widya, (2019) melaporkan bahwa terdapat keterkaitan rasa cemas dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus di Rumah Sakit Mitra Husada Kabupaten Pringsewu Lampung tahun 2017. Untuk itu kecemasan perlu dikendalikan agar tidak memperburuk kondisi fisik penderita.

Susan K.Chandler (2019) menyebutkan bahwa terapi pada pasien dapat diberikan secara farmakologis maupun nonfarmakologis. Terapi nonfarmakologis diyakini memiliki memiliki efek samping yang lebih rendah, lebih aman dan dapat digunakan dalam jangka waktu yang lebih lama, jika dibandingkan dengan obat golongan ansietas. Terapi komplementer merupakan bentuk terapi nonfarmakologis, salah satu pendekatan yang memperhatikan dimensi spiritual yaitu terapi murottal. Al-Qur'an mempengaruhi dirinya sebagai kitab suci Islam untuk didengarkan, terutama dengan menanamkan ketenangan dan mengurangi kecemasan. Tentang XVII. Wilayah Mizuori, pertemuan tahunan American Medical Association, dijelaskan oleh Ahmad al-Cardi tentang karyanya tentang efek Al-Qur'an pada manusia dari sudut pandang fisiologis dan psikologis. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mendengarkan ayat-ayat Al-Qur'an memiliki efek yang mendalam pada penurunan nada refleks, dan hasil ini dicatat secara kuantitatif dan kualitatif menggunakan alat komputerisasi, dan akan diukur.

Kecemasan merupakan bagian dari hidup yang artinya, kecemasan ada pada setiap orang, tetapi jika kecemasan melebihi dari batas normal, maka akan mengganggu kualitas hidup, sehingga kecemasan ini perlu di kendalikan. Pengendalian kecemasan dengan pendekatan psikologis yang memperhatikan dimensi spiritual, memiliki pandangan sebagai jalan lain yang dianggap memiliki kepentingan juga dan efektifitas dalam menurunkan rasa cemas.

Gangguan kecemasan yang dialami penderita DM dapat memperburuk kondisi pasien.

Kecemasan merangsang hipotalamus kelenjar hipofisis untuk melepaskan hormon ACTH, sehingga hormon ini memicu kelenjar adrenal untuk melepaskan hormon epinefrin dan kortisol, yang meningkatkan gula darah. Kadar gula darah yang tidak terkontrol dapat menyebabkan berbagai komplikasi pada penderita diabetes melitus (Jeharu, Hepilita and Fredi Daar, 2021).

Merujuk pada uraian di atas, dengan demikian peneliti memiliki ketertarikan dalam melaksanakan penelitian perihal “terapi murottal Al-Qur’an terhadap perubahan kecemasan pasien Diabetes Melitus di RS Bhayangkara Makassar”

METODE

Desain, tempat dan waktu

Metode dalam penelitian ini yaitu penelitian kuantitatif dengan jenis kuasi eksperimen (*Quasi-eksperimen*) dengan tipe *one group pretest posttest*. Sampel penelitian ini menggunakan Teknik *quota sampling*, yaitu 15 sampel yang sesuai dengan kriteria inklusi, yakni beragama Islam, telah didiagnosis Diabetes Mellitus Tipe II, memiliki kemampuan mendengar yang baik, dan mampu berkomunikasi dengan baik. Instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat kecemasan berupa kuesioner yaitu HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*). Penelitian ini dilaksanakan diruang rawat inap Rumah Sakit Bhayangkara Makassar pada tanggal 27 mei sampai 13 juni 2022

Jumlah dan cara pengambilan subjek

Sampel penelitian ini memanfaatkan Teknik *Quota Sampling*, yakni suatu teknik dalam menentukan sampel pada suatu populasi dengan karakteristik tertentu dari suatu besaran (kuota) yang diinginkan. Dalam teknik ini, populasi tidak diperhitungkan, tetapi menjadi jelas dalam 1 kelompok. Sampel diambil dengan memberikan kelompok kuorum tertentu. Pengumpulan data dilakukan langsung pada unit sampling. Jika terpenuhi, pengumpulan data berhenti (Sugiyono, 2010).

Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *quota sampling*, yaitu 15 sampel. Gay dan Diehl dalam bukunya *Research Methode for Business* menuliskan bahwa penelitian eksperimen minimal sampelnya adalah 15 elemen perkelompok.

HASIL

a. Analisis Univariat

1. Karakteristik Responden

Tabel 1 Karakteristik responden

Karakteristik	Frekuensi	Presentase %
Umur		
36-45	4	26.7
46-55	5	60
56-65	3	33.3
>66	3	20
Pendidikan		
SD	7	46.7
SMP	1	6.7
SMA	5	33.3
Perguruan tinggi	2	13.3
Pekerjaan		
IRT	8	53.3
Wiraswasta	3	20
Pensiunan	1	6.7
Polri	2	13.3
Buruh harian	1	6.7
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	4	26.7
Perempuan	11	73.3

Tabel di atas menggambarkan bahwa jika dilihat dari segi umur, mayoritas responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini berumur 46-55 (33,3%) sebanyak 5 responden, kemudian responden berumur 36-45 (26,7%) sebanyak 4 responden. Pendidikan mayoritas responden ialah berpendidikan SD dengan jumlah responden 7 (46,7%). Mayoritas pekerjaan responden ialah IRT, dengan jumlah responden 8(53,3%). Mayoritas jenis kelamin responden perempuan dengan jumlah responden yaitu 11 (63.3%).

2. Kecemasan Sebelum dan Setelah Terapi

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Kecemasan Pasien Diabetes Sebelum dan Setelah Terapi

Tingkat Kecemasan	Pre		Post	
	F	%	F	%
Tidak ada kecemasan	0	0	0	0
Ringan	0	0	13	86,7
Sedang	2	13,3	2	13,3
Berat	10	66,7	0	0
Berat sekali	3	20	0	0
TOTAL	14	100	15	100

Pada tabel 2 terdapat nilai mean yang mengalami penurunan yang bisa dilihat dari penurunan Pre 33,33 ke Post 18,13. Standar deviation pada Pre 6.831 dan Post 2.783. Kemudian nilai minimum pada Pre yaitu 24, Post 14 dan nilai maximum pada Pre yaitu 44 dan nilai maximum pada post yaitu 24.

b. Analisis Inferensial

Tabel 3 Pengaruh Terapi Murattal terhadap Kecemasan pasien Diabetes Melitus di RS Bhayangkara Makassar

Kecemasan	Mean	Std. Deviation	P value
Pre	33.33	6.831	0.0001
Post	18.13	2.748	

Paired t-test

Pada tabel 3 diperoleh hasil pengaruh terapi murottal terhadap perubahan tingkat kecemasan pasien Diabetes Melitus mengalami penurunan dengan menggunakan uji paired T-test untuk melihat perbedaan tingkat kecemasan pasien Diabetes Melitus yang menunjukkan hasil yang signifikan dengan nilai *P-value* = 0,0001 dengan taraf signifikan (<0,05). Nilai *p-value* 0,000 lebih kecil dari nilai α 0,05 sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Sehingga hal ini menunjukkan bahwa dalam penelitian ini ada pengaruh yang signifikan antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan terapi murottal.

PEMBAHASAN

Pasien dengan Diabetes Melitus bukan hanya berpengaruh pada kondisi fisik saja, namun memiliki pengaruh secara psikologis serta sosial dimana hal ini berkaitan dengan dampak dari perubahan fisik atau kondisi fisik pasien yang tidak sedikit sudah mengalami komplikasi diabetes melitus sehingga pasien harus beradaptasi dengan lingkungannya atas perubahan fisik yang dialami serta harus mengubah pola hidup seperti pengaturan makan, pemantauan glukosa darah agar kondisinya tetap terkontrol.

Sejalan dengan itu Taluta (2014) melalui penelitiannya di Rumah Sakit Umum Daerah Tobelo Kabupaten Halmahera Utara menunjukkan tingginya kecemasan yang dialami penderita Diabetes Melitus yaitu kecemasan berat yaitu 43,8 % dan kecemasan sedang 43,8% dan 12,5% penderita DM mengalami kecemasan ringan. Memperkuat penelitian ini, penelitian yang dilakukan oleh Asiyah & Istikhomah (2019) menunjukkan perbedaan yang signifikan

sebelum dan sesudah terapi murottal Al-Qur'an. Dimana sebelum dilakukan terapi murottal Al-Qur'an didapatkan tingkat kecemasan pasien diabetes melitus berada pada kategori kecemasan berat yaitu 15 responden (100%).

Menurut Brunner & Suddarth (2002) yang menyatakan bahwa kecemasan merupakan reaksi terhadap penyakit karena dirasakan sebagai suatu ancaman, ketidaknyamanan akibat nyeri dan kelelahan, perubahan diet, berkurangnya kepuasan seksual, timbulnya krisis finansial, frustrasi dalam mencapai tujuan, kebingungan dan ketidakpastian masa kini dan masa depan. Penderita diabetes melitus pada umumnya cenderung akan mengalami banyak perubahan dalam hidup, sebagian besar ada yang menjadi cemas, panik, bahkan memberontak (Davison, Neale and Kring, 2006).

Peneliti berasumsi bahwa tingkat kecemasan yang dialami oleh seseorang dipengaruhi oleh perubahan dari kondisi kesehatan yang dialaminya. Ketika kondisi kesehatan seseorang memburuk maka akan berpengaruh terhadap tingkat kecemasan yang dialami oleh pasien Diabetes Melitus.

Al-Qahdi melalui penelitiannya di Klinik besar Florida Amerika Serikat, berhasil membuktikan hanya dengan mendengarkan bacaan ayat-ayat Al-Qur'an, baik mereka yang bisa berbahasa Arab maupun bukan, dapat merasakan perubahan psikologis yang besar. Penurunan depresi, kesedihan, ketenangan jiwa, menangkal berbagai penyakit merupakan pengaruh umum yang dirasakan orang-orang yang menjadi objek penelitiannya. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Sulistyowati & Hasibuan (2021) didapatkan hasil bahwa ada pengaruh penurunan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pemberian terapi murottal Al-Qur'an pada pasien yang dirawat di ruang ICU Rumah Sakit Aminah.

Peneliti berasumsi, murottal Al-Qur'an memiliki lantunan yang indah sehingga membuat tubuh menjadi rileks menurunkan hormon penyebab cemas yaitu hormon adrenalin, norepinephrine dan kortisol, serta dapat mengalihkan perhatiannya dari rasa cemas dan tegang dengan lebih mendekatkan diri kepada Tuhan. Hal ini diperoleh dari hasil validasi perasaan setelah dilakukan intervensi, yang mengungkapkan bahwa perasaannya lebih nyaman dan tenang ketika mendengarkan murottal Al-Qur'an.

Perbedaan tingkat kecemasan pasien diabetes melitus sebelum dan setelah terapi murottal

Hasil penelitian menunjukkan perbedaan yang signifikan sebelum dan setelah dilakukan intervensi. Pada saat sebelum dilakukan terapi murottal tingkat kecemasan pasien diabetes melitus berada pada tingkat kecemasan berat sedang 2 responden (13,3), kecemasan berat yaitu 10 responden (66,7%) dan cemas berat sekali 3 responden (20%) sedangkan pada saat setelah dilakukan terapi murottal, cemas ringan 13 responden (86,7%) dan cemas sedang 2 responden (13,3%). Hal ini menunjukkan bahwa terapi murottal dapat menurunkan kecemasan pada pasien diabetes melitus, meskipun tingkat kecemasan yang dialami pasien masih berada pada tingkat kecemasan sedang dan ringan.

Berat ringannya kecemasan yang dialami pasien diabetes tergantung pada masing-masing individu, dalam menyikapi penyakitnya. Menurut Stuart Gail W, (2013) yang mengatakan bahwa kecemasan adalah respon emosional terhadap penilaian keadaan emosional yang tidak memiliki objek yang spesifik, dimana kecemasan ini dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain umur, pendidikan, pekerjaan, jenis kelamin.

Faktor pertama yang mempengaruhi kecemasan yakni usia. Pada penelitian ini mayoritas responden berusia 46-55 sebanyak 5 responden, sebelum dilakukan intervensi 3 diantaranya memiliki tingkat kecemasan berat dan 2 diantaranya memiliki kecemasan sedang menurut WHO (2014) tahapan usia tersebut masuk kedalam usia lansia awal, dikarenakan proses menua perlahan-lahan akan menurunkan kemampuan untuk mempertahankan kondisinya. Hasil penelitian dari Nurhayati (2020) yang mengemukakan bahwa semakin tua usia seseorang maka semakin mudah mengalami kecemasan ketika mengalami DM tipe 2. Cemas yang dialami pasien DM tipe 2 pada usia lanjut memiliki hubungan biologi dasar, dimana pada lanjut usia mengurangi berkurangnya neuro transmitter yang berkaitan dengan *mood* dan emosi. Periode cemas pada lansia lebih panjang dan kemungkinan kambuh meningkat dengan bertambahnya umur.

Faktor selanjutnya yaitu pendidikan, pada penelitian ini pendidikan responden paling banyak adalah SD sebanyak 7 responden, sebelum dilakukan intervensi, 5 diantaranya memiliki tingkat kecemasan berat dan 2 diantaranya memiliki tingkat kecemasan

berat sekali setelah dilakukan intervensi, ke 7 responden berada pada tingkat kecemasan ringan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Nurhayati (2020) mengatakan bahwa responden dengan tingkat pendidikan yang lebih rendah lebih mudah mengalami cemas dan depresi dibandingkan dengan responden berpendidikan tinggi. Pendidikan mendorong individu menuju pemahaman yang tepat tentang mekanisme penyakit dan komplikasi yang dialami serta meningkatkan kepatuhan terhadap pengobatan, sehingga seseorang dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi beresiko lebih rendah untuk mengalami kecemasan (Ganasegeran *et al.*, 2014).

Faktor selanjutnya yaitu pekerjaan, pada penelitian ini mayoritas responden bekerja sebagai IRT sebanyak 8 responden, 6 diantaranya memiliki tingkat kecemasan berat dan 2 diantaranya memiliki tingkat kecemasan berat sekali, penelitian yang dilakukan oleh Ganasegeran *et al.* (2014) yang menyatakan seseorang yang bekerja semakin cemas jika penyakit diabetes yang dialami membuat responden memiliki keterbatasan dalam bekerja, menurunkan produktifitas kerjanya hal ini dikarenakan seseorang yang bekerja memiliki beban fisik dan psikologis yang lebih berat. Peneliti berasumsi bahwa IRT seringkali dianggap tidak bekerja, namun kenyataannya IRT melakukan pekerjaan fisik secara terus menerus dan bertanggung jawab penuh atas keluarganya, harus mengurus urusan rumah tangganya, merawat suami dan anaknya, sehingga merakan akan lebih rentan untuk mengalami beban psikologis maupun fisik. Kemudian faktor jenis kelamin, pada penelitian ini sebanyak 11 responden berjenis kelamin perempuan, tingkat kecemasan sebelum dilakukan intervensi sebanyak 9 responden dengan kecemasan berat dan 2 responden dengan kecemasan berat sekali dan 4 responden berjenis kelamin laki-laki, 2 diantaranya dengan tingkat kecemasan sedang. Menurut Kaplan (2010) perempuan lebih sering mengalami kecemasan dibanding laki-laki, hal ini dikarenakan perempuan lebih peka terhadap emosinya, sering menyelesaikan masalah dengan perasaan, berbanding dengan laki-laki yang lebih berpikir logis dan tidak menggunakan perasaan. Sejalan dengan itu, hasil penelitian (Sousa *et al.*, 2009) yang menunjukkan bahwa seluruh responden berjenis kelamin perempuan dan menjelaskan bahwa Diabetes Melitus tipe 2 lebih banyak terjadi pada perempuan dibanding laki-laki. Pada Wanita timbunan lemak lebih besar dibanding

dengan laki-laki yang dapat menurunkan sensitifitas terhadap kerja insulin pada otot dan hati.

Dari uraian diatas menurut asumsi peneliti faktor terjadinya kecemasan pada pasien diabetes melitus dapat berasal dari dirinya sendiri, pada penelitian ini rata-rata responden sebelum diberikan intervensi mengalami kecemasan berat dimana individu memerlukan banyak arahan untuk dapat memusatkan pada suatu area lain yang ditandai dengan responden yang sulit berpikir, bingung, cemas serta kontak mata yang buruk.

a. Pengaruh terapi murottal terhadap perubahan tingkat kecemasan pasien diabetes melitus

Setelah dilakukan Analisa dengan menggunakan Uji Sampel Paired T-test menunjukkan hasil bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dengan nilai $P\text{-value} = 0,0001$. Interpretasi dari hasil dari $p\text{-value}$ kurang dari 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan terapi murottal. Maka disimpulkan bahwa ada pengaruh terapi murottal terhadap perubahan tingkat kecemasan pasien Diabetes Melitus di RS Bhayangkara Makassar.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Nirwana (2014) dimana ada perbedaan yang signifikan terapi murottal terhadap perubahan tingkat kecemasan pasien Diabetes Melitus di RSUD Labuang Baji Makassar, dengan nilai $p=0,002$. Kecemasan yaitu kondisi emosi yang muncul karena adanya ketidaknyamanan dan pengalaman yang samar disertai perasaan yang tidak berdaya serta tidak menentu yang disebabkan oleh hal yang belum jelas (Annisa and Ildil, 2016)

Salah satu terapi yang dapat menurunkan kecemasan, menenangkan jiwa seseorang adalah mendengarkan ayat suci Al-Qur'an. Hal ini karena murottal Al-qur'an dapat menurunkan hormon-hormon stres, mengaktifkan hormon endorfin alami, meningkat perasaan rileks, mengalihkan dari rasa takut, cemas dan tegang Srisuryani (2016). Sejalan dengan penelitian itu, menurut perdana dan Andika (2008) didalam Lestari et al., (2015) terapi murottal Al-qur'an sangat efektif dalam menurunkan kecemasan pasien karena stimulan al-qur'an rata-rata didominasi oleh gelombang delta, dimana gelombang delta ini mengindikasikan bahwa kondisi otak sebenarnya berada dalam keadaan yang sangat rileks. Terapi murottal Al-qur'an memiliki aspek yang sangat diperlukan dalam mengatasi kecemasan,

murottal Al-qur'an memiliki kemampuan untuk membentuk suatu koping baru untuk mengatasi kecemasan sehingga secara garis besar terapi murottal al-qur'an memiliki dua poin penting, yakni memiliki irama yang indah dan juga secara psikologis dapat memotivasi dan memberikan dorongan semangat seseorang untuk menghadapi problem yang sedang dihadapinya (Lestari, Adriana and Fauzan, 2015).

Mekanisme bagaimana terapi murottal ini dapat menurunkan tingkat kecemasan pasien diabetes melitus dapat dilihat dari aspek fisiologis dan aspek spiritual. Menurut pendapat (Bensons and Proctor, 2000) dalam buku Phatimah (2020) fisiologis tubuh Ketika mengalami cemas maka system tubuh akan bekerja dengan meningkatkan kerja saraf simpatis sebagai respon terhadap stress dan kecemasan. System saraf simpatis bekerja melalui aktivasi medulla adrenal untuk meningkatkan pengeluaran *epinephrine*, *norepinephrine*, *cortisol* serta menurunkan *nitric oxide*. Keadaan tersebut akan menyebabkan respon tubuh seperti peningkatan denyut jantung, pernafasan, tekanan darah, aliran darah keberbagai organ meningkat serta peningkatan metabolime tubuh. Untuk menghambat kerja saraf simpatis dapat dilakukan dengan meningkatkan aktivasi kerja saraf parasimpatis untuk menghasilkan respon relaksasi.

Saraf parasimpatis akan menstimulasi medulla adrenal untuk menurunkan pengeluaran *epinephrine*, *norepinephrine*, *cortisol* serta meningkatkan *nitric oxide*. Keadaan tersebut akan menyebabkan perubahan respon tubuh seperti penurunan denyut nadi, tekanan darah, konsumsi oksigen, metabolisme tubuh, produksi laktat dan seseorang merasakan perasaan nyaman (Bensons and Proctor, 2000).

Ketika seseorang diperdengarkan murottal, maka harmonisasi murottal yang indah akan masuk ke dalam telinga dalam bentuk suara (audio), menggetarkan gendang telinga, mengguncangkan cairan di telinga dalam serta menggetarkan sel-sel rambut di dalam koklea untuk selanjutnya melalui saraf koklearis menuju otak dan menciptakan imajinasi keindahan di otak kanan dan otak kiri (Smeltzer et al., 2008). Hal ini akan berdampak pada kenyamanan dan perubahan perasaan. Perubahan perasaan ini dikarenakan murottal dapat menjangkau wilayah kiri korteks cerebri (Mindlin, 2009). Dari korteks limbik, jaras pendengaran dilanjutkan ke hipokampus, dan meneruskan sinyal suara ke Amigdala yang merupakan area perilaku kesadaran

yang bekerja pada tingkat bawah sadar, sinyal kemudian diteruskan ke hipotalamus (Smeltzer *et al.*, 2008).

KESIMPULAN

Pada uji *“paired sample T-test* dalam penelitian ini menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan tingkat kecemasan pasien Diabetes Melitus di RS Bhayangkara Makassar dengan diperolehnya nilai signifikan *p-value 0,0001 (p<0,05)*.

SARAN

Terapi murottal Al-Qur'an merupakan intervensi yang mudah digunakan dan dapat

menurunkan kecemasan. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengembangkan penelitian dengan variable dependen yang lain, sehingga ruang lingkup penelitian dapat lebih luas dan tidak hanya pada kecemasan dan juga saran untuk penelitian selanjutnya untuk menentukan irama murottal serta frekuensi suara yang digunakan dalam murottal Al-Quran.

Terapi murottal Al-Qur'an ini berpengaruh dalam menurunkan tingkat kecemasan, sehingga diharapkan terapi ini dapat dipertimbangkan untuk diterapkan sebagai intervensi keperawatan dalam mengatasi respon cemas pasien

DAFTAR PUSTAKA

- Annisa, D.F. and Ildil, I. (2016) 'Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia)', *Konsekor*, 5(2), p. 93. Available at: <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>.
- Asiyah, S.N. and Istikhomah, I. (2019) 'Efektivitas Terapi Murottal dalam Mengurangi Kecemasan Pada Penderita Diabetes', *Jurnal Ilmu Kesehatan dan Pencegahan*, vol 3.
- Bensons, H. and Proctor, W. (2000) *Dasar Dasar Respons Relaksasi*. Bandung: Kaifa.
- Brunner and Suddarth (2002) *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah, alih bahasa: Waluyo Agung, Yasmin Asih, Kuncana., I madekaryasah*. Jakarta: EGC.
- Dahlan, N., Bustan, M.N. and Kurnaesih, E. (2018) 'Pengaruh Prolanis Terhadap Pengendalian Gula Darah Terkontrol pada Penderita DM di Puskesmas Sudiang Kota Makassar', *Prosiding Seminar Nasional*, vol.1, pp. 39–49.
- Davison, G.C., Neale, J.M. and Kring, A.M. (2006) *Psikologi abnormal (9th ed.)*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Ganasegeran, K. *et al.* (2014) 'Factors Associated with Anxiety and Depression among Type 2 Diabetes Outpatients in Malaysia: a Descriptive Cross-Sectional Single-Centre Study.', *Journal of BMJ Open*, 1-7 [Preprint].
- Jeharu, A.F., Hepilita, Y. and Fredi Daar, G. (2021) 'Literatur Review : Hubungan Kecemasan Dengan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2', *48 Jwk*, 6(1), pp. 2548–4702.
- K.Chandler, S., Robins, J.L. and A.Kinser, P. (2019) 'Nonpharmacologic Interventions for the Self Management of Anxiety in Parkinson's Disease: A Comprehensive Review', *Behavioral Neurology*, p. 9.
- Kaplan and Sadock (2010) *Buku Ajar: Psikiatri Klinis*. Jakarta: EGC.
- Kementerian Kesehatan RI (2018) 'Hasil Utama Riskesdas Tentang Prevalensi Diabetes Mellitus di Indonesia 2018'.
- Lestari, D., Adriana and Fauzan, S. (2015) 'Pengaruh Terapi Murottal Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Dengan Penyakit Jantung Koroner di Ruang ICCU RSUD Dr. Soedarso Pontianak', *Naskah publikasi*, 2(1), pp. 1–11.
- Mindlin (2009) *Pengaruh Al-Qur'an terhadap Fisiologi dan Psikologi Manusia, Al-Qur'an dan terjemahannya*. Jakarta: Salemba.
- Nirwana (2014) 'Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Perubahan Tingkat Kecemasan Pasien Diabetes Melitus Di RSUD Labuang Baji Makassar', *Implementation Science*, 39(1), pp. 1–15.
- Nurhayati, P. (2020) 'Faktor-faktor yang berhubungan dengan kecemasan dan depresi pada pasien diabetes melitus tipe 2', *Health Sciences and Pharmacy Journal*, Vol. 4, No.

- Phatimah, I. (2020) *Konsep Relaksasi Zikir dan Implikasinya Terhadap Penderita Gagal Ginjal Kronis*. Pabean Udik Indramayu, Jawa Barat: CV.Adanu Abimata.
- Prihati, D.R. and Wirawati, M.K. (2018) 'Intervensi Terapi Audio Dengan Murottal Surah Al-Fatihah Terhadap Penurunan Stres Pada Diabetes Mellitus Tipe II', *Prosiding Seminar Nasional Unimus*, 1, pp. 64–69.
- Sibagariang, E.E. and Lumban, Y.C.G. (2022) 'Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Diabetes Melitus Pada Saat Pandemi Covid-19', *Kedokteran Sains dan Teknologi Medik*, 5(1), pp. 43–49.
- Smeltzer, S.C. *et al.* (2008) *Brunner and Suddarth's Textbook of Medical Surgical Nursing (11th ed.)*. Philadelphia: Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
- Sousa, V.D. *et al.* (2009) 'New measure of diabetes self-care agency, diabetes self-efficacy, and diabetes self-management for insulin_treated individual with type 2 diabetes.', *Journal of Clinical Nursing*, 18, 1305-1312 [Preprint].
- Srisuryani (2016) 'Pengaruh Terapi Audio Murottal Surah Ar_Rahman Terhadap Tingkat Insomnia Pada Lanjut Usia di UPT Panti Wredha Budhi Dharma Ponggalan Yogyakarta', *Jurnal Kesehatan, Volume 3, Januari 2017*, 1-13. [Preprint].
- Stuart Gail W (2013) *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. Jakarta: EGC.
- Sugiyono (2010) *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif, kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sulistiyowati, Y. and Hasibuan, M.T.D. (2021) 'Pengaruh Terapi Relaksasi Audio Murottal Al-Qur'an Terhadap Perubahan Tingkat Kecemasan pada pasien yang di Rawat di Ruangan ICU Rumah Sakit Aminah', *Indonesian Trust Health Jurnal*, pp. 487–490.
- Suryati, I. *et al.* (2020) 'Penyuluhan Buerger Allen Exercise Pada Pasien', *Jurnal Abdimas Kesehatan Perintis*, 66–71.
- Taluta, Y.P. and Hamel, R.S. (2014) 'Koping Pada Penderita Diabetes Melitus Kabupaten Halmahera Utara', *ejournal keperawatan (e-Kp)*, 2(1), pp. 1–9.
- WHO (2014) 'Definiation of an Older or Elderly Person'.
- Wijayanto, T. and Widya (2019) 'HubunganKecemasan dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus', *Jurnal Kesehatan Panca Bhakti Lampung*, pp. 91–102.