

Penerapan Terapi Dzikir terhadap Penurunan Tingkat Ansietas Pasien Pre Operasi

Robi Aidi^{1*}, Aprida Manurung², Bangun Dwi Hardika³

^{1,2,3}Universitas Katolik Musi Charitas, Indonesia

Alamat: Jl. Kolonel Haji Barlian. Lrg. Suka Senang, Sukarami, Kec. Sukarami, Palembang Sumatera Selatan

*Korespondensi penulis: robiaidi03@gmail.com

Abstract. Anxiety is an emotional condition characterized by excessive worry about various daily life events whose objects are unclear. Anxiety can arise in various situations, one of which is when facing pre-operation where a person feels anxious during the anesthesia and surgical process. Applying evidence-based practice of dhikr therapy, it was concluded that dhikr therapy was useful for reducing preoperative anxiety levels. The level of anxiety before being given dhikr therapy in respondents 1,2,3 and 5 was at moderate anxiety level and respondent 4 was at severe anxiety level. After dhikr therapy was given, it was found that the anxiety level in respondents 1,2,3 and 5 decreased to mild anxiety and respondent 4 decreased to moderate anxiety.

Keywords: Anxiety, Dhikr Therapy, Perioperative.

Abstrak. Ansietas merupakan kondisi emosional yang ditandai dengan kekhawatiran yang berlebihan terhadap berbagai peristiwa kehidupan sehari-hari yang objeknya tidak jelas. Ansietas dapat muncul dalam berbagai situasi salah satunya adalah saat menghadapi pre operasi dimana seseorang merasa ansietas ketika proses pembiusan dan proses pembedahan. Penerapan *evidence based practice* terapi dzikir didapatkan kesimpulan bahwa terapi dzikir bermanfaat untuk menurunkan tingkat ansietas pre operasi. Tingkat ansietas sebelum diberikan terapi dzikir pada responden 1,2,3 dan 5 berada pada tingkat ansietas sedang dan responden 4 berada pada tingkat ansietas berat, setelah dilakukan terapi dzikir didapatkan tingkat ansietas pada responden 1,2,3 dan 5 menurun menjadi ansietas ringan dan responden 4 menurun menjadi ansietas sedang.

Kata Kunci: Ansietas, Perioperatif, Terapi Dzikir.

1. LATAR BELAKANG

Ansietas merupakan kondisi emosional yang ditandai dengan kekhawatiran yang berlebihan terhadap berbagai peristiwa kehidupan sehari-hari. Ansietas yang dirasakan sulit dikendalikan dan berhubungan dengan gejala *somatic*, seperti ketegangan otot, iritabilitas, kesulitan tidur dan kegelisahan (Vellyana et al., 2023). Banyak orang yang mengalami ansietas mendengar kata operasi, berbagai pemikiran berkecamuk dalam benaknya, tidak saja bagi pasien tetapi juga keluarga yang divonis memerlukan pembedahan sebagai jalan menyelesaikan masalah kesehatan yang diderita (Nugroho, 2020). Dalam kasus ansietas, salah satu terapi komplementer yang bisa mengatasinya adalah dengan dzikir atau aktivitas mengingat Allah, karena secara psikologis manusia akan mengalami ketenangan saat mengingat Tuhan, meyakini bahwa segala jenis penyakit berasal dari Allah dan Allah memiliki sifat Maha Pengasih dan Penyayang kepada hambaNya yang berserah diri, selain itu Allah adalah Asy Syafi atau yang Maha penyembuh. Salah satu dzikir lisan yang efektif menurunkan

kecemasan ialah “subhanallah wal hamdulillah wa laa ilaha illallah wallahu akbar”, Oleh sebab itu dzikir akan dapat secara efektif menurunkan ansietas pada pasien pre operasi (Harahap et al., 2023). Pasien diukur tingkat ansietasnya sebelum dilakukan tindakan operasi, selanjutnya pasien diberi terapi dzikir sebanyak 33 kali selama 10 menit kemudian diukur tingkat ansietasnya. (Mastuty et al., 2022).

2. KAJIAN TEORITIS

Ansietas pada pasien yang akan melakukan Tindakan operasi juga dapat memberikan dampak signifikan terhadap beberapa aspek biologis, psikologis, sosial dan spiritual. Secara biologis kecemasan menyebabkan terjadinya pusing, jantung berdebardebar, gemetar, nafsu makan berkurang, nafas terasa sesak, berkeringat dingin, serta badan terasa lemas serta adanya perubahan pada kegiatan motorik tanpa arti dan tujuan, misalnya jari-jari kaki menekuk. (Sugiarta, 2021). Persiapan operasi dilakukan terhadap pasien dimulai sejak pasien masuk ke ruang perawatan sampai saat pasien berada di kamar operasi sebelum tindakan pembedahan dilakukan (Kurniawan et al., 2022). Pada fase Pre operasi sangat dibutuhkan terapi komplementer dalam penanganan ansietas, Terapi dzikir memiliki pemahaman yaitu mengingat atau menyebut nama Allah baik dalam hati maupun melalui lisan untuk menghadirkan Allah dalam kesadaran seorang hamba yang disusul dengan perbuatan ketaatan. Dalam perkembangannya, makna dzikir yang bersifat umum tadi kemudian lebih banyak dipahami sebagai tindakan mengucapkan lafal-lafal tertentu. Di antara lafal dzikir yang populer di tengah masyarakat muslim ialah, “*subhanallah, alhamdulillah, laa ilaaha illaAllah, Allahu Akbar*” (Suarno, 2021)

3. METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus proses keperawatan yang dilakukan pada 5 orang responden untuk mengukur tingkat ansietas pasien pre operasi sebelum dilakukan terapi dzikir dan setelah dilakukan terapi dzikir.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penerapan *evidence based practice* ini dilakukan di Rumah Sakit Siloam Silampari Lubuklinggau (di Ruang Rawat Jalan, Rawat Inap dan Kamar Operasi). Penerapan *evidence based practice* ini dilaksanakan selama 3 hari yaitu dari tanggal 10 Februari 2025 sampai dengan 12 februari 2025 dengan 5 orang responden.

Tabel 1. Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Kriteria Inklusi	Kriteria Eksklusi
1. Responden yang beragama Islam	1. Pasien dengan operasi <i>Cito</i>
2. Bersedia menjadi responden dengan menerapkan terapi selama 10 menit.	2. Responden yang mengundurkan diri dari penelitian.
3. Pasien dengan jadwal operasi Elektif	3. Pasien Non-Muslim

Hasil

Penerapan EBP pada penelitian ini menggunakan Kuisisioner APAIS dengan Kriteria penilaian tingkat ansietas pasien pre operasi: Score 6 Normal, Score 7-12 Cemas Ringan, Score 13-18 Cemas Sedang, Score 19-24 Cemas Berat, Score 25-30 Panik.

Tabel 2

No.	Pernyataan	Tidak sama Sekali	Sedikit	Tidak Terlalu	Agak	Sangat
1	Saya takut di bius					
2	Saya terus menerus memikirkan tentang pembiusan					
3	Saya ingin tahu lebih banyak tentang pembiusan					
4	Saya takut di operasi					
5	Saya terus menerus memikirkan tentang operasi					
6	Saya ingin tahu sebanyak mungkin tentang operasi					
Total nilai						

Tabel 3. Karakteristik Responden pada Penerapan EBP ini:

Responden	Usia	Jenis Kelamin	Tindakan Operasi	Tingkat Pendidikan
Ny.P	28 tahun	Perempuan	<i>Sectio Caesarea</i>	S1
Tn. B	52 tahun	Laki – laki	Wide Eksisi + PA	S1 Ners
Ny. H	61 tahun	Perempuan	Wide Eksisi + PA	S1 PGSD
Tn. A	23 tahun	Laki – laki	Hemoroidektomi	SD
Tn. R	35 tahun	Laki - laki	Wide Eksisi + PA	SMA

Sumber: Data Primer, 2025

Tabel 4. Skala ansietas sebelum dan sesudah diberikan terapi dzikir

Responden	Tingkat Ansietas sebelum diberikan terapi dzikir	Tingkat ansietas setelah diberikan terapi dzikir
Ny.P	Ansietas Sedang	Ansietas Ringan
Tn. B	Ansietas Sedang	Ansietas Ringan
Ny. H	Ansietas Sedang	Ansietas Ringan
Tn. A	Ansietas Berat	Ansietas Sedang
Tn. R	Ansietas Sedang	Ansietas Ringan

Sumber: Data Primer, 2025

Pembahasan

Berdasarkan tabel 4 tingkat ansietas sebelum dan sesudah diberikan terapi dzikir hasil pengukuran tingkat ansietas Ny.P tingkat ansietas sebelum diberikan terapi dzikir berada pada tingkat sedang (14), setelah diberikan terapi dzikir tingkat ansietas Ny.P menurun ke tingkat ansietas ringan (12). Pada Tn. B tingkat ansietas sebelum diberikan terapi dzikir berada pada tingkat sedang(15), setelah diberikan terapi dzikir tingkat ansietas Tn. B menurun ke tingkat ansietas ringan (8). Pada Ny.H tingkat ansietas sebelum diberikan terapi dzikir berada pada tingkat sedang(18), setelah diberikan terapi dzikir tingkat ansietas Ny.H menurun ke tingkat ansietas ringan (12). Tn. A tingkat ansietas sebelum diberikan terapi dzikir berada pada tingkat berat (22), setelah diberikan terapi dzikir tingkat ansietas Tn. A menurun ke tingkat ansietas sedang (15). Tn.R tingkat ansietas sebelum diberikan terapi dzikir berada pada tingkat sedang(14), setelah diberikan terapi dzikir tingkat ansietas Tn.A menurun ke tingkat ansietas ringan (8).

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian terhadap 5 responden dengan menggunakan studi kasus untuk dalam penerepan *evidence based practice* terapi dzikir pada pasien pre operasi didapatkan kesimpulan sebagai berikut: Ny.P berusia 28 tahun berjenis kelamin perempuan dengan score ansietas ringan setelah diterapkan terapi dzikir selama 3 hari sebalum dilakukan tindakan operasi. Tn.B berusia 52 tahun jenis kelamin laki – laki dengan score ansietas ringan setelah diterapkan terapi dzikir selama 3 hari sebalum dilakukan tindakan operasi. Ny.H berusia 61 tahun berjenis kelamin perempuan dengan score ansietas ringan setelah diterapkan terapi dzikir selama 3 hari sebalum dilakukan tindakan operasi. Tn.A berusia 23 tahun berjenis kelamin laki – laki dengan score ansietas sedang setelah diterapkan terapi dzikir selama 3 hari sebalum dilakukan tindakan operasi meskipun mengalami tingkat ansietas berat pada saat sebelum diberikan terapi dzikir. Tn.R berusia 35 tahun berjenis kelamin laki – laki dengan score ansietas ringan setelah diterapkan terapi dzikir selama 3 hari sebalum dilakukan tindakan operasi, meskipun tingkat ansietas responden sempat meningkat hari ke 2, setelah di edukasi dan diterapkan ulamng terapi dzikir, tingkat ansietas responden mengalami penurunan karena responden mengikuti instruksi dari peneliti.

DAFTAR REFERENSI

- Azizah, M., Wahyuni, Y. S., Rendowaty, A., Patmayuni, D., & Pranata, L. (2023). Edukasi pola hidup sehat dan pemeriksaan biomedis kadar asam urat pada lansia. *Health Community Service*, 1(1), 42–45.
- Dewi, P., Azizah, M., Rendowaty, A., Wahyuni, Y. S., & Pranata, L. (2023). Edukasi tentang diabetes mellitus dan pemeriksaan biomedis kadar gula darah pada ibu rumah tangga. *Health Community Service*, 1(1), 46–50.
- Dinanti, R., Suryani, M., Pranata, L., Hardika, B. D., & Fruitasari, M. F. (2022). Penerapan hand hygiene petugas di ruang perawatan stroke. *Insologi: Jurnal Sains Dan Teknologi*, 1(2), 109–116.
- Fari, A. I., Pranata, L., & Sukistini, A. S. (2021). Pendampingan progressive muscle relaxation (PMR) terhadap tingkat insomnia pada lansia. *Indonesian Journal Of Community Service*, 1(1), 156–161.
- Fruitasari, M. K., Pranata, L., Daeli, N. E., Rini, M. T., & Suryani, K. (2022). Pendampingan orangtua dalam perawatan luka pada anak post sirkumsisi. *Suluh Abdi: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 119–122.
- Harahap, M. A., Ritonga, N., Program, D., Keperawatan, S., Sarjana, P., Aufa, U., Kota, R., Program, D., Kebidanan, S., Sarjana, P., Aufa, U., Kota, R., Program, D., Ilmu, S., Masyarakat, K., Sarjana, P., Aufa, U., Kota, R., Operasi, P., & Dzikir, T. (2023). Pengaruh dzikir terhadap penurunan tingkat ansietas pasien pre operasi bedah mayor di ruang rawat bedah. *000*, 45–52.
- Kurniawan, A., Kurnia, E., & Triyoga, A. (2022). Pengetahuan pasien pre operasi dalam persiapan pembedahan. *Jurnal Penelitian Keperawatan*, 4(2). <https://doi.org/10.32660/jurnal.v4i2.325>
- Mastuty, A., Yulandasari, V., Asmawariza, L. H., Wiresanta, L., & Suhamdani, H. (2022). Pengaruh dzikir terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi di ruang IBS (Instalasi Bedah Sentral) RSUD Praya. *Jurnal Kesehatan Qamarul Huda*, 10(1), 123–127. <https://doi.org/10.37824/jkqh.v10i1.2022.308>
- Nugroho, C. (2020). Hubungan pengetahuan keluarga tentang pre operasi dengan kecemasan pasien pre operasi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 3(November), 40–46.
- Pranata, L. (2020). *Fisiologi 1*. Palembang: Universitas Katolik Musi Charitas.
- Pranata, L. (2020). *Fisiologi 2*. Palembang: Universitas Katolik Musi Charitas.
- Pranata, L., Indaryati, S., & Fari, A. I. (2020). Pendampingan lansia dalam meningkatkan fungsi kognitif dengan metode mewarnai gambar. *JPMB: Jurnal Pemberdayaan Masyarakat Berkarakter*, 3(2), 141–146.
- Pranata, L., Rini, M. T., Suryani, K., Hardika, B. D., Fruitasari, M. F., & Surani, V. (2023). Pengetahuan perawat tentang pengkajian National Institute of Health Stroke Scale (NIHSS) pada pasien stroke. *Lentera Perawat*, 4(1), 86–91.

- Pranata, L., Surani, V., Suryani, K., & Fari, A. I. (2023). Understanding of research methods based on evidence-based practice in nursing for nursing students. *Jurnal Kesehatan dan Pembangunan*, 13(26), 174–178.
- Ruben, S. D., Julita, E., Pranata, L., Wijayanti, L. A., & Pannyiwi, R. (2023). Analisis faktor dengan tingkat stress kerja pada perawat akibat hospitalisasi anak pra sekolah ruang perawatan anak di rumah sakit. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(12), 2427–2432.
- Suarno, R. W. (2021). *Buku Saku*.
- Sugiarta, P. A. (2021). Gambaran kecemasan pada pasien pra-operasi di RSUD Buleleng 1. 9, 305–313.
- Sumarto, T. A., Pranata, L., Surani, V., Suryani, K., & Hardika, B. D. (2023). Perbandingan indeks massa tubuh (IMT) dan tekanan darah vegetarian dan non-vegetarian pada komunitas Vihara Xian Zhi Ci Xuan. *Detector: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 1(3), 99–106.
- Surani, V., Hardika, B. D., & Pranata, L. (2023). Hubungan lama merawat dan tingkat pendidikan dengan beban keluarga sebagai caregiver dalam merawat pasien penyakit ginjal kronik yang menjalani hemodialisis. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 5(2), 3948–3955.
- Surani, V., Pranata, L., Indaryati, S., & Ajul, K. (2023). The effect of the Benson relaxation technique on insomnia levels in the elderly. *Formosa Journal of Science and Technology (FJST)*, 2(1), 245–256.
- Surani, V., Pranata, L., Sestiyowati, T. E., Anggraini, D., & Ernawati, S. (2022). Relationship between family support and self-care in hypertension patients. *Formosa Journal of Multidisciplinary Research (FJMR)*, 1(7), 1447–1458.
- Vellyana, D., Lestari, A., & Rahmawati, A. (2023). Faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan pada pasien preoperative di RS Mitra Husada Pringsewu. *Jurnal Kesehatan*, 8(1), 108. <https://doi.org/10.26630/jk.v8i1.403>
- Windahandayani, V. Y., Pranata, L., Ajul, K., & Fari, A. I. (2022). Pelatihan pelvic floor muscle exercise (PFME) pada lansia dalam meningkatkan fungsi defekasi. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2).