

## ***Literature Review* : Gambaran Pengaruh Pemberian Terapi Dzikir Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Oprasi**

Mellina Fitri Nabilah<sup>1\*</sup>, Nurul Aktifah<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Program Studi Diploma Tiga Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, Indonesia

\*email: fikes@umpp.ac.id

---

### **Abstract**

As commonly known, anxiety is an excessive and unclear feeling of worry. This condition in preoperative patients is a psychological response related to feelings of excessive worry which are considered by patients as a threat when performing surgery. One of the ways to reduce the feeling based on spiritual aspect is by applying dhikr. It is also one of the psychotherapy. This literature review aims to describe the effect of giving dhikr therapy on reducing anxiety levels in preoperative patients. The result stated there was a different before and after applying the therapy. The average value of pretest showed 59% and 45% from posttest. Thus, it could be concluded the therapy has significantly effected on reducing anxiety level on preoperative patients with the p value 0,001 (<0,005). Therefore, nurses are suggested to apply the therapy as psychotherapy in reducing the problem.

Keywords: Anxiety; dhikr therapy; preoperative

---

### **Abstrak**

Kecemasan adalah suatu perasaan khawatir yang berlebihan dan tidak jelas. Kecemasan pada pasien pre operasi merupakan respon psikologi yang berhubungan dengan perasaan khawatir berlebih yang dianggap oleh pasien sebagai suatu ancaman ketika dilakukannya tindakan pembedahan. Penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi melalui aspek spiritual salah satunya dengan psikoterapi dzikir. Tujuan studi *literature review* ini untuk menggambarkan pengaruh terapi dzikir terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi. Desain karya tulis ilmiah berupa *literature review*. Hasil analisis tingkat kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi menunjukkan nilai rata-rata *pre test* 59% dan *post test* 45%. Kesimpulannya adalah terapi dzikir berpengaruh dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi dengan nilai *p value* 0,001 (<0,005). Saran bagi pelayanan kesehatan dapat memberikan terapi dzikir sebagai psikoterapi untuk menurunkan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi.

Kata kunci: Kecemasan; terapi dzikir; pasien pre operasi

---

## **1. Pendahuluan**

Pre operatif merupakan tahapan awal dari keperawatan perioperatif. Fase ini sangat berpengaruh terhadap kesuksesan pada tindakan pembedahan. Hal ini disebabkan karena fase ini merupakan awalan yang menjadi landasan kelancaran pada tahapan berikutnya. Persiapan mental merupakan hal yang sama penting dalam proses persiapan operasi karena mental pasien yang tidak siap atau labil dapat berpengaruh terhadap kondisi fisiknya. Respon yang paling umum dialami pasien pre operasi yaitu respon psikologi yang berhubungan dengan kecemasan. Pasien yang akan melakukan pembedahan harus dipersiapkan secara mental karena selalu ada rasa cemas dan

takut. Ketakutan dan kecemasan yang mungkin dialami pasien dapat diketahui dengan adanya perubahan fisik seperti meningkatnya frekuensi nadi dan pernafasan, gerakan-gerakan tangan yang tidak terkontrol, telapak tangan yang lembab, gelisah, sering menanyakan pertanyaan yang sama dan berulang, sulit tidur, sering berkemih [4].

Kecemasan adalah suatu perasaan khawatir yang berlebihan dan tidak jelas. Kecemasan dapat dikatakan sebagai respon terhadap stimuli eksternal maupun internal yang menimbulkan gejala emosional, kognitif, fisik, dan tingkah laku. Kecemasan dibedakan dari rasa takut karena objek yang diketahui dengan jelas atau objek ini dapat mengancam kesejahteraan orang tersebut dan kecemasan dengan rasa takut yang tidak diketahui objeknya. Kecemasan juga mempunyai fungsi yang positif karena dapat mendorong orang untuk mengambil tindakan dalam menyelesaikan masalahnya [1].

*World Health Organization* (WHO) tahun 2013 menyatakan bahwa jumlah pasien pre operasi bertambah dengan klien yang mengalami gangguan kecemasan sebelum menjalankan tindakan operasi di Amerika Serikat sekitar 20%. Gangguan kecemasan di Indonesia pada pasien pre operasi menunjukkan prevalensi yang jauh lebih tinggi dibandingkan rata-rata umum. Prevalensi gangguan kecemasan diperkirakan 6-7% dari populasi umum. Insiden yang dilaporkan pre operasi, kecemasan pada orang dewasa berkisar antara 11% sampai 80%.

Hasil penelitian [11] menyatakan bahwa 23 (71,9%) pasien pre operatif yang mengalami kecemasan ringan, 8 (25%) pasien mengalami kecemasan sedang, dan 1 (3,1%) pasien mengalami kecemasan berat. Hal ini dapat disimpulkan bahwa pasien yang akan dilakukan tindakan pembedahan mengalami kecemasan. Oleh sebab itu dibutuhkan peran perawat dalam pemberian intervensi keperawatan untuk membantu menurunkan tingkat kecemasan pasien pre operasi.

Penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi melalui aspek spiritual salah satunya dengan melakukan psikoterapi dzikir [7]. Kalimat dzikir sendiri mengandung makna positif sehingga pikiran negatif yang dialami seseorang dalam kecemasan akan tergantikan dengan pikiran yang positif. Terapi dzikir yang dilakukan selama 10 menit secara berulang dapat berpengaruh dalam penurunan tingkat kecemasan pasien pre operasi. [14] mengungkapkan bahwa dzikir mampu membangkitkan harapan dan percaya diri pada individu. Dzikir membantu individu membentuk persepsi selain ketakutan yaitu dengan keyakinan bahwa stressor apapun akan dapat dihadapi dengan baik dengan bantuan Allah. Terapi dzikir akan membuat seseorang merasa tenang sehingga menekan kerja sistem saraf simpatis dan mengaktifkan kerja sistem kerja saraf parasimpatetis [5].

Penulisan karya tulis ilmiah ini dilakukan untuk menggambarkan pengaruh pemberian terapi dzikir sebagai upaya untuk menurunkan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi yang mengalami kecemasan relevan untuk digunakan.

## 2. Metode

Karya tulis ilmiah ini berupa *literature review* dengan metode pengumpulan data dilakukan dengan mencari 3 artikel penelitian melalui database Google Scholar dan Portal Garuda dengan menggunakan kata kunci kecemasan, pre operasi dan terapi

dzikir. Subyek dari *literature review* ini didapatkan 79 responden dari 3 artikel. Subjek kriteria inklusi pada karya tulis ilmiah ini sebagai berikut :

- a. Artikel dengan terbitan tahun 2015-2020
- b. Artikel dengan desain penelitian *quasi eksperimen*
- c. Artikel dengan bahasa Indonesia
- d. Artikel yang memuat data tentang *pre test, post test*, dan nilai pengaruh terapi dzikir terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi

Subjek yang memenuhi kriteria eksklusi karya tulis ilmiah ini sebagai berikut :

- a. Artikel yang tidak lengkap isinya
- b. Artikel yang tidak memakai alat ukur *Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)*

### 3. Hasil dan Pembahasan

#### Hasil

##### 1. Karakteristik demografi responden

Tabel 3.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Demografi

Karakteristik	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Umur (n = 47)		
20-30 tahun	21	45
31-40 tahun	19	40
41-50 tahun	6	13
>50 tahun	1	2
Jumlah	47	100
Pendidikan (n = 47)		
SD	6	13
SMP	14	30
SMA	21	45
Sarjana	6	12
Jumlah	47	100
Pekerjaan (n = 35)		
IRT	28	80
PNS	1	2
Wiraswasta	6	18
Jumlah	35	100

Hasil analisis tabel diatas dapat disimpulkan pada 2 artikel didapatkan umur responden terbanyak adalah usia 20-30 tahun (45%), pendidikan responden

terbanyak adalah SMA (45%) dan pekerjaan responden terbanyak adalah sebagai IRT (80%).

## 2. Analisis Hasil Tingkat Kecemasan Sebelum dan Sesudah dilakukan Intervensi

Tabel 3.2 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Responden  
Sebelum dan Sesudah Intervensi (n = 79)

Tingkat Kecemasan	Sebelum Intervensi		Sesudah Intervensi	
	(n)	(%)	(n)	(%)
Tidak cemas	4	5	32	40
Kecemasan ringan	46	59	36	45
Kecemasan sedang	27	34	11	15
Kecemasan berat	2	2	0	0
Jumlah	79	100	79	100

Hasil ketiga artikel yang telah di review menunjukkan hasil nilai rata-rata tingkat kecemasan sebelum dilakukan terapi dzikir adalah 5% untuk tidak cemas, 59% untuk kecemasan ringan, 34% untuk kecemasan sedang dan 2% untuk kecemasan berat. Sedangkan hasil nilai rata-rata tingkat kecemasan sesudah dilakukan terapi dzikir adalah 40% untuk tidak cemas, 45% untuk kecemasan ringan, 15% untuk kecemasan sedang dan 0% untuk kecemasan berat.

## 3. Hasil Analisis Responden Sebelum dan Sesudah dilakukan Intervensi

Tabel 3.3 Pengaruh Terapi Dzikir Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan  
Pada Pasien Pre Operasi (n = 79)

Penelitian	n	$\rho$ value
Erika Ristyana Fajrin, Cemi Nur Fitria, Nabhani (2017)	12	$\rho = 0,014$
Agus Sutarna, Riana Budi Arti (2016)	32	$\rho = 0,001$
Syufian Noor (2019)	35	$\rho = 0,001$

Nilai  $\rho$  pada ketiga artikel menunjukkan  $< 0,005$ , sehingga adanya pengaruh pemberian terapi dzikir terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi.

## Pembahasan

### 1. Karakteristik Responden

Studi *literature review* ini didapatkan data demografi berupa usia, pendidikan dan pekerjaan responden. Diketahui pada karakteristik usia responden dengan sampel 47 responden dapat dilihat bahwa yang paling cenderung mengalami kecemasan adalah usia 20-30 tahun yaitu sebanyak 21 orang (45%). Semakin tinggi usia seseorang maka semakin baik tingkat kematangan emosionalnya serta

kemampuan dalam menghadapi berbagai persoalan dalam kehidupan [9]. Bertambahnya umur seseorang dapat dipandang dari segi kepercayaan diri, seseorang yang lebih dewasa akan lebih percaya diri daripada orang yang belum tinggi kedewasaannya, makin tua umur seseorang semakin konsentrasi dalam menggunakan koping pada pasien yang akan dioperasi [8]. Sejalan dengan teori [6] yang memaparkan usia yang semakin tua maka seseorang semakin banyak pengalamannya sehingga pengetahuan semakin bertambah. Semakin cukup umur dan tingkat kematangan seseorang akan lebih baik dalam berfikir dan bekerja [13]. [2] mengatakan bahwa umur muda lebih mudah mengalami kecemasan dari pada umur tua, dikarenakan usia muda lebih mengetahui dan memahami tentang tindakan operasi yang dilakukan. Pernyataan tersebut berhubungan dengan tingkat kesiapan pasien dalam menghadapi operasi.

Pendidikan responden dalam *literature review* ini dibagi menjadi 4 yaitu SD, SMP, SMA dan sarjana. [9] menjelaskan bahwa tingkat pendidikan yang rendah akan menyebabkan individu mudah mengalami kecemasan. Hasil *literature review* ini tidak sejalan dengan penelitian [9] yang menyatakan ada hubungan signifikan antara tingkat pendidikan dengan kecemasan. Sesuai data demografi pendidikan responden didapatkan jumlah sampel sebanyak 47 responden dengan nilai terbanyak adalah pendidikan SMA yaitu 21 orang (24%).

Karakteristik pekerjaan dalam *literature review* tercantum pada 1 artikel dengan jumlah sampel 35 responden yang variabel pekerjaan terbanyak adalah sebagai IRT 28 orang (80%). Hal tersebut dapat berpengaruh karena lingkungan pekerjaan akan menjadikan seseorang memperoleh pengalaman baik secara langsung dan tidak langsung. [9] menjelaskan bahwa dukungan sosial dan lingkungan sebagai sumber koping, dimana kehadiran orang lain dapat membantu mengurangi kecemasan dan lingkungan yang mempengaruhi pola berpikir seseorang. Hasil *literature review* ini juga sesuai dengan penelitian [12] yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara status ekonomi dan kecemasan.

## 2. Penurunan Tingkat Kecemasan

Hasil *literature review* pada 3 artikel didapatkan penurunan tingkat kecemasan tertinggi pada artikel kedua sebanyak 20 responden, sedangkan penurunan tingkat kecemasan terendah didapatkan pada artikel pertama yaitu 1 responden. Hasil *literature review* pada 3 artikel, diketahui nilai  $p$  value  $<0,05$ . Hasil nilai tersebut dapat diartikan bahwa dengan memberikan terapi dzikir akan memberikan pengaruh terhadap tingkat penurunan kecemasan pada pasien pre operasi. Hal tersebut dikarenakan dzikir mampu menenangkan, membangkitkan percaya diri, kekuatan, perasaan aman, tentram dan memberikan perasaan bahagia [10]. Terapi spiritual dengan berdzikir menyebabkan otak akan bekerja, ketika otak mendapatkan rangsangan dari luar maka otak akan memproduksi zat kimia yang akan memberi rasa nyaman yaitu *endorphin*. Otak yang telah memproduksi zat tersebut, maka akan menyangkut dan diserap didalam tubuh yang kemudian akan memberikan umpan balik berupa ketenangan yang akan membuat tubuh menjadi

rileks, maka kondisi psikisnya juga merasakan perasaan tenang sehingga mampu untuk menurunkan kecemasan [3].

#### 4. Kesimpulan

Hasil analisis ketiga artikel menunjukkan nilai  $p < 0,05$ , artinya terdapat pengaruh pemberian terapi dzikir terhadap tingkat penurunan kecemasan pada pasien pre operasi. *Literature review* ini dapat dijadikan sebagai acuan dan sumber informasi untuk melakukan penelitian terkait pengaruh terapi dzikir terhadap tingkat penurunan kecemasan pada pasien pre operasi dengan responden yang lebih luas.

#### Referensi

- [1] Baradeo, M., Dayrit, M.W., Maratning, A. (2015). *Seri Asuhan Keperawatan Kesehatan Mental Psikiatri*. Jakarta, Indonesia : EGC.
- [2] Gangka. Y, Dkk. (2013). Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Bedah Mayor Digestif RSUP Dr Wahidin Sudirohusodo Makasar. Diambil dari <http://library.stikesnh.ac.id/files/disk1/5/e-library%20stikes%20nani%20hasanuddin--yestygangk-222-2-artikel18.pdf>
- [3] Hannan, M. (2014). *Dzikir Khafi Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan*. *Jurnal Kesehatan*, 47-53
- [4] Manarung, N. (2018). *Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta, Indonesia : CV. Trans Info Media.
- [5] Niko, P.F (2018). Pengaruh Terapi Dzikir Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Ibu Hamil. *Jurnal Islamika*, 1 (1), 24-33. Diambil dari <https://ejurnal.umri.ac.id/index.php/JSI/article/download/674/344/>.
- [6] Notoadmojo. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- [7] Nurlina., Nursyamsi. (2019). Pengaruh Terapi Dzikir Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre dan Post Operasi. *Jurnal Kesehatan Panrita Husada*, 4 (1), 17-29. Diambil dari <http://ojs.stikespanritahusada.ac.id/index.php/jkph/article/view/179/29>.
- [8] Sapitri. 2015. *Pengaruh Pemberian Terapi Dzikir Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Bedah Mayor di RSUD Ambarawa*. *Jurnal S1 Ilmu Kesehatan STIKES Telogorejo Semarang*.
- [9] Stuart W. G. (2012). *Buku Saku Keperawatan Jiwa. Edisi 5 revisi*. Jakarta : EGC
- [10] Subandi, M. A. (2014). *Psikologi Dzikir*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- [11] Sutarna, A., Arti, R.B. (2016). Pengaruh Terapi Dzikir Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Besar di Rumah Sakit Ciremai Cirebon Tahun 2015. *Jurnal Kesehatan STIKES Cirebon*, 7 (2), 850-856. . Diambil dari <http://jurnal.stikescirebon.ac.id/index.php/kesehatan/article/view/129/78>

- [12] Vellyana. D, Dkk. (2017). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Tingkat Kecemasan pada Pasien Pre Operasi di RS Mitra Husada Pringsewu*. Volume VIII. NO 1. Muhammadiyah Pringsewu Lampung.
- [13] Wawan. A, Dewi. M. (2017). *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta : Nuha Medika
- [14] Widyastuti, T., Hakim, M.A., Lilik, S. (2019). Terapi Dzikir sebagai Intervensi untuk Menurunkan Kecemasan pada Lansia. *Gajah Mada Journal Of Professional Psychology*, 5 (2), 147-157. doi:10.22146/gamajpp.13543. Diambil dari <https://jurnal.ugm.ac.id/gamajpp/article/download/13543/pdf>