



Pengaruh Pemberian Dzikir Tahlil terhadap Penurunan Kecemasan pada Pasien Pra Operasi di Rumah Sakit Umum Daerah Meuraxa Kota Banda Aceh

Miftah Khoirah^{1*}, Urip Pratama², Nurul Amna³

¹⁻³ Program Studi Diploma Tiga Keperawatan, Universitas Abulyatama, Indonesia

*Penulis Korespondensi: urip_psik@abulyatama.ac.id

Abstract. Preoperative anxiety can lead to increased blood pressure, accelerated heart rate, and bleeding. One of the non-pharmacological interventions that can be provided is dhikr therapy, particularly tahlil dhikr (repeated recitation of *La ilaha illallah*). This study aims to determine the effect of tahlil dhikr on reducing anxiety in preoperative patients. This research is a quantitative study with a quasi-experimental design, using a one-group pretest-posttest approach. Data collection was conducted from May 22 to May 27, 2025, at Meuraxa Hospital. The population in this study consisted of 270 patients scheduled for surgery at Meuraxa Hospital, Banda Aceh, with a sample of 73 respondents selected through random sampling. The research instruments used were the Standard Operating Procedure (SOP) for Tahlil Dhikr Therapy and the Depression Anxiety Stress Scale 21 (DASS-21) questionnaire, which had a Cronbach's Alpha score between 0.6 – 0.7 and was considered reliable with a result > 0.6. The results showed a decrease in the intensity of anxiety after the administration of tahlil dhikr. Data analysis using the Wilcoxon Signed-Rank Test showed a p-value = 0.000 (≤ 0.05), indicating a significant effect of tahlil dhikr on reducing preoperative anxiety among patients at Meuraxa Hospital, Banda Aceh. The study recommends the integration of tahlil dhikr as an alternative method for reducing anxiety in preoperative patients.

Keywords: Anxiety; Dhikr Tahlil; *La Ilaha Illallah*; Preoperative Anxiety; Spiritual Therapy.

Abstrak. Kecemasan sebelum operasi dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah, percepatan detak jantung, dan perdarahan. Salah satu penanganan non-farmakologis yang dapat dilakukan. Salah satu terapi non farmakologis pada pasien ansietas adalah pemberian terapi dzikir, khususnya dzikir tahlil (mengucapkan "La ilaha illallah" berulang-ulang). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian dzikir tahlil terhadap penurunan kecemasan pada pasien pra operasi. Jenis penelitian yang digunakan yaitu kuantitatif, dengan desain penelitian yang digunakan yaitu Quasi Eksperimental atau eksperimen semu, dengan pendekatan one group pretest-posttest. Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 22 sampai 27 Mei 2025 di rumah sakit Meuraxa. Populasi dalam penelitian adalah 270 responden pasien yang akan menjalani tindakan operasi di RS Meuraxa Banda Aceh dengan jumlah sampel sebanyak 73 responden yang dipilih menggunakan teknik *random sampling*. Instrumen penelitian menggunakan SOP Terapi Dzikir Tahlil dan kuesioner *Depression Anxiety Stress Scale 21* (DASS) 21 dengan hasil *cronbach's Alpha* diantara 0.6 – 0.7 dan terbukti reliabel dengan hasil >0.6. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi penurunan intensitas kecemasan setelah diberikan dzikir tahlil. Analisis data menggunakan wilcoxon signed-rank test menunjukkan nilai p-value = 0,000 ($\leq 0,05$), yang berarti terdapat pengaruh signifikan antara pemberian dzikir tahlil terhadap penurunan kecemasan pasien pra operasi di Rumah Sakit Meuraxa Kota Banda Aceh. Saran dari penelitian ini perlunya menjadikan dzikir tahlil sebagai salah satu cara untuk menurunkan kecemasan.

Kata Kunci: Dzikir Tahlil; Kecemasan; Kecemasan Preoperatif; *La Ilaha Illallah*; Terapi Spiritual.

1. LATAR BELAKANG

Operasi atau pembedahan merupakan salah satu bentuk terapi dan merupakan sebuah tindakan medis yang dapat mendatangkan ancaman terhadap tubuh, integritas dan jiwa seseorang. Operasi yang direncanakan dapat menimbulkan respon fisiologis dan psikologis pada pasien. Pasien dan keluarga memandang setiap tindakan operasi sebagai peristiwa besar yang dapat menimbulkan takut dan cemas tingkat tertentu (Murdiman, 2019).

Berdasarkan data yang diperoleh dari *World Health Organization* (WHO) jumlah pasien dengan tindakan operasi mencapai angka peningkatan yang signifikan dari tahun ke tahun. Pada tahun 2017, tercatat sebanyak 140 juta pasien yang menjalani perawatan di rumah sakit di seluruh dunia. Angka ini meningkat menjadi 148 juta jiwa pada tahun 2019, dan pada tahun 2020 tercatat 234 juta klien secara keseluruhan rumah sakit di dunia. Sedangkan di Indonesia menurut data WHO (2020) jumlahnya mencapai 1,2 juta jiwa pada tahun 2020. Tindakan operasi di Indonesia meningkat dari tahun ke tahun dengan jumlah lebih dari 800.000 orang per tahun. Sedangkan angka perbandingan antara perempuan dengan laki-laki, yaitu perempuan mencapai 50,15%, sedangkan laki-laki sebanyak 30,5%, dan operasi anak dibawah umur sekitar 10% sampai 15% (Mastuti, dkk., 2022).

Pola penyakit di Indonesia menunjukkan bahwa 32% adalah tindakan bedah mayor, 24,1% berkaitan dengan gangguan jiwa, dan 7% di antaranya mengalami ansietas (Ramadhan, 2023). WHO (2019) melaporkan bahwa prevalensi kecemasan pasien Pra Operasi mencapai 60-90%. Tingkat kecemasan pasien Pra Operasi mencapai 534 juta jiwa. Angka kecemasan di Indonesia setiap tahunnya mengalami peningkatan, prevalensi kecemasan di Indonesia mencapai 11,6% dari populasi orang dewasa. Prevalensi kecemasan pada pasien pra operasi sekitar 75-90%. Adapun prevalensi kecemasan di Provinsi Aceh cukup tinggi yaitu sebesar 8,96% dengan jumlah 28.105 jiwa (Maizar, et.al, 2024)

Setiap individu memiliki pemahaman yang berbeda tentang prosedur pembedahan, dan respons mereka terhadapnya pun bervariasi (Sutarna, 2019). Beberapa ketakutan yang sering dialami oleh pasien terkait pembedahan antara lain kekhawatiran terhadap diagnosis kanker, rasa takut terhadap anestesi, kekhawatiran tidak bisa terbangun setelah dibius, takut akan rasa sakit pasca-operasi, takut meninggal dunia, serta takut mengalami kecacatan (Nurlina & Nursyamsi, 2019).

Selain itu, kecemasan ini juga dapat dipengaruhi oleh faktor psikologis, pengalaman masa lalu, serta informasi yang diterima pasien mengenai prosedur yang akan dijalani. Perasaan takut yang berlebihan ini dapat mempengaruhi kondisi fisik dan mental pasien, bahkan memperburuk hasil pemulihan pasca-operasi (Hartanti, 2024).

Kecemasan sebelum operasi dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah, percepatan detak jantung, dan perdarahan. Hal ini secara signifikan berdampak pada hasil pembedahan. Penelitian telah menunjukkan bahwa peningkatan kecemasan pre operasi berkorelasi dengan peningkatan kebutuhan manajemen nyeri pasca operasi (Bedaso & Ayalew, 2019). Banyak pasien yang mengalami tingkat kecemasan yang tinggi saat akan dilakukannya pembedahan (pre operasi), hal ini dilaporkan mempengaruhi 60-80% pasien bedah (Pujowati et al, 2023).

Pasien pre operasi sering menunjukkan gejala kecemasan seperti gangguan tidur, sesak napas, berkeringat, ketidaknyamanan gastrointestinal, dan kepekaan terhadap perubahan suhu. Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan pra operasi meliputi kualitas komunikasi perawat dengan pasien, penerapan tindakan pencegahan kecemasan, jenis pembedahan, dan dukungan keluarga (Alfarisi, 2021). Maka dari itu, dalam menghadapi ketakutan dan kecemasan pasien pre operasi, terdapat penatalaksanaan secara farmakologi dan nonfarmakologi. Penatalaksanaan farmakologi yaitu menggunakan obat untuk anti kecemasan terutama benzodiazepine, obat lainnya yang sering digunakan yaitu devirat diazepam, alprazolam, propranolol, dan amitriptilin (Widi Hinggawati, 2021).

Salah satu terapi non farmakologis pada pasien ansietas adalah pemberian terapi dzikir, khususnya dzikir tahlil (mengucapkan "La ilaha illallah" berulang-ulang). Terapi dzikir tahlil merupakan salah satu bentuk pendekatan spiritual yang dianggap mampu menenangkan pikiran dan mengurangi kecemasan. Terapi dzikir (terapi spiritual) dengan mengingat Tuhan dapat membangkitkan harapan dan rasa percaya diri pada diri seseorang yang sedang sakit sehingga kekebalan tubuh serta proses penyembuhan dapat meningkat (Widyastuti, 2019).

Terapi dzikir dapat membantu mengurangi kadar hormon stres, merangsang pelepasan endorfin alami, serta meningkatkan rasa relaksasi. Selain itu, dzikir juga berfungsi untuk mengalihkan perhatian dari rasa takut, cemas, dan tegang, serta memperbaiki keseimbangan kimia dalam tubuh. Hal ini berujung pada penurunan tekanan darah, perlambatan pernapasan, detak jantung, denyut nadi, dan aktivitas gelombang otak. Perlambatan laju pernapasan yang terjadi dapat menciptakan ketenangan, meningkatkan pengendalian emosi, memperdalam pemikiran, serta mendukung metabolisme tubuh yang lebih baik (Diel, et.al., 2023).

Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa dzikir dapat mempengaruhi kondisi psikologis seseorang dengan menurunkan tingkat kecemasan dan meningkatkan ketenangan jiwa. Penelitian yang dilakukan oleh Astuti (2019) menunjukkan bahwa dzikir tahlil memiliki pengaruh positif dalam mengurangi kecemasan pada pasien pra-operasi di Rumah Sakit Islam Surabaya. Selain itu, penelitian oleh Agustina (2024) juga menemukan bahwa dzikir tahlil dapat memberikan ketenangan bagi pasien yang akan menjalani tindakan medis, sehingga menurunkan kecemasan mereka.

Penelitian yang dilakukan oleh Pujowati & Surjono (2023) di RSUP Hasan Sadikin Bandung menunjukkan hasil adanya penurunan tingkat kecemasan saat *pretest* dan setelah diberikan intervensi keperawatan yaitu terapi dzikir. Sebelum diberikan intervensi terapi dzikir, sebagian pasien pada pre test memiliki tingkat kecemasan ringan sebanyak 3 orang (75%) sedangkan pada kecemasan sedang sebanyak 1 orang (25%). Setelah diberikan intervensi

sebagian besar pasien memiliki tingkat kecemasan normal sebanyak 3 orang (75%) dan 1 orang (25%) memiliki tingkat kecemasan ringan. Penulis menyimpulkan bahwa penatalaksanaan terapi dzikir dapat digunakan untuk metode pendekatan spiritual pada pasien ansietas khususnya yang beragama muslim.

Berdasarkan data awal yang diambil oleh peneliti di RSUD Meuraxa Kota Banda Aceh sejumlah 3.155 pasien yang menjalani operasi dalam rentang waktu Januari-Desember 2024. Berdasarkan wawancara yang dilakukan kepada 5 pasien, peneliti mendapatkan bahwa 5 dari 5 pasien memiliki kecemasan sedang.

Berdasarkan Uraian diatas yang telah dijelaskan, peneliti tertarik untuk meneliti lebih jauh “Pengaruh Pemberian Terapi Zikir Tahlil terhadap Penurunan Kecemasan pada Pasien Pra Operasi di Rumah Sakit Umum Daerah Meuraxa Kota Banda Aceh”.

2. KAJIAN TEORITIS

Kecemasan adalah reaksi emosional yang ditandai dengan perasaan khawatir, takut, atau gelisah mengenai kemungkinan terjadinya hal-hal yang tidak diinginkan di masa depan. Kecemasan dapat muncul sebagai respons terhadap situasi tertentu atau dapat berkembang menjadi gangguan kecemasan jika gejalanya mengganggu fungsi sehari-hari individu. Secara psikologis, kecemasan dapat menyebabkan ketegangan fisik dan mental, seperti peningkatan detak jantung, napas yang cepat, dan kesulitan berkonsentrasi. Kecemasan normal terjadi pada situasi yang penuh tekanan, tetapi jika berlebihan dan berlangsung lama, bisa mengarah pada gangguan kecemasan yang lebih serius (American Psychological Association, 2020).

Kecemasan merupakan kondisi psikologis yang penuh dengan rasa takut dan khawatir. Perasaan takut dan khawatir akan sesuatu hal yang belum tentu terjadi. Kecemasan berasal dari bahasa latin (*anxius*) dan bahasa jerman (*anst*), yaitu suatu kata yang digunakan untuk menggambarkan efek negatif. Kecemasan merupakan keadaan emosi yang muncul saat seseorang sedang mengalami stress, dan ditandai dengan perasaan tegang, pikiran yang membuat seseorang merasa khawatir disertai respon fisik seperti jantung berdetak kencang, naiknya tekanan darah, dan lain sebagainya (Astuti et al., 2019).

Faktor yang menyebabkan kecemasan menurut Widati & Twistiandayani, (2019) yaitu:

Usia

Usia menunjukkan ukuran waktu pertumbuhan dan perkembangan seorang individu. Usia berkorelasi dengan pengalaman, pengalaman berkorelasi dengan pengetahuan, pemahaman dan pandangan terhadap suatu penyakit atau kejadian sehingga akan membentuk persepsi dan sikap. Kematangan dalam proses berpikir pada individu yang berumur dewasa

lebih memungkinkannya untuk menggunakan mekanisme koping yang baik dibandingkan kelompok umur anak-anak, ditemukan sebagian besar kelompok umur anak yang mengalami insiden fraktur cenderung lebih mengalami respon cemas yang berat dibandingkan kelompok umur dewasa.

Jenis Kelamin

Perempuan lebih cemas akan ketidakmampuannya dibanding dengan laki-laki, laki-laki lebih aktif, eksploratif, sedangkan perempuan lebih sensitif. Laki-laki lebih rileks dibanding perempuan pada umumnya seorang laki-laki dewasa mempunyai mental yang kuat terhadap sesuatu hal yang dianggap mengancam bagi dirinya dibandingkan perempuan. Laki-laki lebih mempunyai tingkat pengetahuan dan wawasan lebih luas dibanding perempuan, karena laki-laki lebih banyak berinteraksi dengan lingkungan luar sedangkan sebagian besar perempuan hanya tinggal di rumah dan menjalani aktivitasnya sebagai ibu rumah tangga.

Pengalaman

Pengalaman masa lalu terhadap penyakit baik yang positif maupun negatif dapat mempengaruhi perkembangan keterampilan menggunakan koping. Keberhasilan seseorang dapat membantu individu untuk mengembangkan kekuatan coping, sebaliknya kegagalan atau reaksi emosional menyebabkan seseorang menggunakan coping yang maladaptif terhadap stressor tertentu.

Dukungan

Dukungan psikososial keluarga adalah mekanisme hubungan interpersonal yang dapat melindungi seseorang dari efek stress yang buruk. Pada umumnya jika seseorang memiliki sistem pendukung yang kuat, kerentanan terhadap penyakit mental akan rendah

Zikir pada praktiknya tidak mesti dilakukan di masjid, mushalla, atau mihrab setelah melakukan ibadah salat. Febriani et al., 2024 membagi dzikir menjadi tiga macam, yaitu:

Zikir Lisan (*Zikru bil lisan*)

Zikir lisan ini melibatkan pengucapan kalimat-kalimat tauhid, yaitu tahlil, tahmid, tasbih, takbir dan doa-doa yang ikhlas ditujukan kepada Allah. Membaca nama Allah juga bisa dikategorikan sebagai zikir lisan. Mengucapkan kata-kata suci dengan lidah, seperti tasbih, adalah apa yang diartikan oleh Imam Fakhrurozi sebagai dhikr verbal. Berikut contoh Zikir Lisan

Tahmid (*Alhamdulillah*)

Zikir tahmid adalah dzikir yang mengucapkan kalimat "Alhamdulillah" yang berarti "Segala puji bagi Allah." Dzikir ini merupakan ungkapan syukur dan pengakuan atas segala nikmat yang diberikan oleh Allah. Dengan mengamalkan zikir tahmid, seseorang dapat

meningkatkan rasa syukur dan mendekatkan diri kepada Allah.

Tahlil (*Lailahaillah*)

Zikir tahlil adalah salah satu bentuk dzikir yang mengucapkan kalimat "*Laa ilaha illallah*" (Tiada Tuhan selain Allah) sebagai pengakuan terhadap keesaan Allah. Dzikir Tahlil bertujuan untuk mengingat dan mensucikan nama Allah, serta memperkuat ikatan spiritual seseorang dengan Tuhan. Zikir tahlil juga diyakini dapat memberikan ketenangan batin, mengurangi kecemasan, dan meningkatkan kedamaian dalam diri individu, serta menjadi sarana untuk memperbaharui iman dan ketakwaan seseorang kepada Allah.

Takbir (*Allahu Akbar*)

Zikir takbir adalah dzikir yang mengucapkan kalimat "*Allahu Akbar*" (Allah Maha Besar), yang merupakan pengakuan terhadap kebesaran dan keagungan Allah. Praktik zikir ini digunakan sebagai bentuk pujian, penghormatan, dan penyerahan diri sepenuhnya kepada Allah.

Tasbih (*Subhanallah*)

Zikir tasbih adalah dzikir yang mengucapkan kalimat "*Subhanallah*" (Maha Suci Allah), yang digunakan untuk memuji dan mensucikan Allah dari segala kekurangan. Zikir ini berfungsi untuk mengingat kebesaran Allah serta menumbuhkan rasa tawadhu' dan ketundukan hati kepada-Nya. Selain menjadi amalan yang dapat mendekatkan diri kepada Allah, zikir tasbih juga diyakini memiliki manfaat spiritual dalam membersihkan hati dan memperkuat iman.

Zikir Hati (*Zikru bil Qolbi*)

Zikir hati adalah jenis zikir di mana seseorang merenung sambil mempelajari tandatanda kebesaran Ilahi yang terkandung dalam ciptaan dan manifestasi keagungan Allah. Dalam qolbi, zikir berarti mengingat atau meresapi Allah di dalam hati, secara diam-diam tanpa katakata, seperti tafakkur ketika mengingat Allah, menjelajahi seluk-beluk ciptaan-Nya, dan merenungkan sifat serta kebesaran Allah yang Maha Kuasa.

Tujuan terapi dzikir adalah untuk memperkuat ikatan spiritual seseorang dengan Allah melalui pengamalan dzikir, yang dapat memberikan ketenangan batin, meningkatkan kualitas ibadah, serta membersihkan hati dari penyakit hati seperti rasa cemas, marah, dan iri. Terapi dzikir bertujuan juga untuk mendekatkan individu kepada Allah, meningkatkan iman, dan menjadikan kehidupan lebih selaras dengan ajaran agama Islam. Selain itu, terapi dzikir dapat membantu mengatasi gangguan emosional dan mental dengan mengingat Allah sebagai sumber kedamaian sejati (Salemung, et.al. 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh Pujowati & Surjono (2023) di RSUP Hasan Sadikin Bandung menunjukkan hasil adanya penurunan tingkat kecemasan saat *pretest* dan setelah diberikan intervensi keperawatan yaitu terapi dzikir. Sebelum diberikan intervensi terapi dzikir, sebagian pasien pada pre test memiliki tingkat kecemasan ringan sebanyak 3 orang (75%) sedangkan pada kecemasan sedang sebanyak 1 orang (25%). Setelah diberikan intervensi sebagian besar pasien memiliki tingkat kecemasan normal sebanyak 3 orang (75%) dan 1 orang (25%) memiliki tingkat kecemasan ringan. Penulis menyimpulkan bahwa penatalaksanaan terapi dzikir dapat digunakan untuk metode pendekatan spiritual pada pasien ansietas khususnya yang beragama muslim.

3. METODE PENELITIAN

Ada pun jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitiannya menggunakan pendekatan penelitian eksperimen semu/quasi eksperimen. Penelitian ini menggunakan rancangan one group pretest and posttest yaitu rancangan perlakuan menggunakan kelompok eksperimen yang perlakuannya hanya pada kelompok eksperimen saja. Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 22 sampai 27 Mei 2025 di rumah sakit Meuraxa. Populasi dalam penelitian adalah 270 responden pasien yang akan menjalani tindakan operasi di RS Meuraxa Banda Aceh dengan jumlah sampel sebanyak 73 responden yang dipilih menggunakan teknik *random sampling*. Instrumen penelitian menggunakan SOP Terapi Dzikir Tahlil dan kuesioner *Depression Anxiety Stress Scale 21* (DASS) 21 dengan hasil *cronbach's Alpha* diantara 0.6 – 0.7 dan terbukti reliabel dengan hasil >0.6.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Karakteristik Responden

Table 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin Pasien Sebelum Operasi di RS Meuraxa, Banda Aceh. Tahun 2025 (n=73).

		f	%
Karakteristik Responden	30-49 tahun	21	28,8
	50-55 tahun	25	34,2
	56-65 tahun	27	37,0
	Jumlah	73	100,0
		f	%
Jenis Kelamin	Laki-laki	43	58,9
	Perempuan	30	41,1
	Jumlah	73	100,0

Sumber: *Data Primer (diolah 2025)*

Berdasarkan tabel 1. dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden berdasarkan usia sebanyak 27 orang (37,0%). Sedangkan jenis kelamin perempuan sebanyak 30 orang (41,1%).

Analisis Data Univariat

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Sebelum Pemberian Dzikir Tahlil Dan Sesudah Pemberian Dzikir Tahlil.

	N	Mean	Std,Deviation	Minimum	Maximum
Pre test	73	58.05	2.505	56	68
Post tets	73	38.40	2.278	35	47

Sumber: data premier (2025)

Berdasarkan data pada tabel 2. diatas dapat dijelaskan bahwa terjadi penurunan kecemasan setelah pemberian intervensi dengan score pre test (58,1) sedangkan nilai post test dengan score (38,4) dan nilai minimum post test menurun dibandingkan dengan nilai minimum pre test.

Analisis Data Bivariat

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas.

Test Of Normality			
Kolmogorov-Smirnov			
Skor	Statistic	F	P-Value
Pre-Test	0.458	73	0,000
Post-Test	0.245	73	0,000

Sumber : Data premier (2025)

Berdasarkan tabel 3. diatas dapat diketahui, bahwa hasil uji normalitas tidak berdistribusi normal karena nilai signifikansi kurang dari 0,05 ($P < 0,05$) , yaitu skala kecemasan sebelum pemberian dzikir tahlil dengan P-value 0,000 dan sesudah pemberian dzikir tahlil 0,000 sehingga uji statistic yang di gunakan adalah uji Wilcoxon Signed-Rank Test.

Tabel 4. Pengaruh Pemberian Dzikir Tahlil Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Pra Operasi Di RSUD Meuraxa Banda Aceh.

Uji Wilcoxon Rank Test	Hasil
Negative Rank	73 ^a
Positive Rank	0 ^b
Ties	0 ^c
Total	73
p-value	0,000

Sumber: Data Premier (2025)

- Total skor *post test* < skor total *pre-test*
- Total skor *post test* > skor total *pre-test*
- Total skor *post test* = skor total *pre-test*

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan hasil Analisa *Statistic Wilcoxon Rank Test* di dapatkan hasil *negative rank* ini menunjukkan bahwa sebanyak 73 responden mengalami penurunan kecemasan setelah dilakukan intervensi (dzikir tahlil). Sedangkan hasil *positive rank* menunjukkan bahwa tidak ada responden yang mengalami peningkatan kecemasan setelah dilakukan intervensi (dzikir tahlil). Sementara *ties* menunjukkan bahwa tidak ada responden yang menunjukkan hasil skor *pretest* (=) skor *posttest*.

Dari hasil uji statistic *Wilcoxon Rank Test* di dapatkan p-value sebesar 0,000 ($<0,05$) yang berarti H_a diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa ada Pengaruh pemberian dzikir tahlil terhadap penurunan kecemasan pada pasien pra operasi di RSUD Meuraxa Banda Aceh (hasil uji statistic terlampir).

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukan bahwa Dzikir tahlil memiliki pengaruh yang signifikan dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien pra operasi di RSUD Meuraxa kota Banda Aceh. Hal ini dapat dilihat dari hasil analisis statistik, dimana terdapat perbedaan yang mencolok antara nilai rata-rata kecemasan sebelum dan sesudah intervensi. Sebelum diberikan dzikir tahlil rata-rata tingkat kecemasan pasien mencapai angka 58,05, Sedangkan setelah intervensi nilai tersebut menurun menjadi 38,39. Penurunan lebih dari 19 poin ini bukan hanya bermakna sebagai angka, tetapi juga menunjukkan efek klinis yang kuat terhadap kondisi psikologis pasien.

Secara lebih dalam, dzikir tahlil merupakan bagian dari praktik spritual dalam islam yang sudah sangat familiar dikalangan masyarakat Aceh. Dzikir bukan hanya sekedar kata-kata pujian kepada Allah SWT, namun juga menjadi sarana relaksasi jiwa dan penenang batin, khususnya bagi setiap individu yang sedang menghadapi tekanan atau situasi sulit seperti operasi. Pasien pra operasi umumnya mengalami berbagai bentuk kecemasan, yaitu: takut terhadap proses pembedahan atau khawatir terhadap kemungkinan komplikasi, dan gelisah terhadap hasil akhir operasi. Dalam kondisi seperti inilah pendekatan spritual seperti dzikir menjadi relevan dan kontekstual karena mampu memberikan rasa aman, nyaman dan rasa dekat dengan Allah SWT (Qodratillah et al., 2019).

Selain dari sudut pandang spritual, dzikir juga memberikan efek fisiologis terhadap tubuh manusia. Penelitian sebelumnya menyebutkan bahwa aktifitas spritual seperti dzikir, meditasi, atau do'a dapat memicu respon parasimpatik, yaitu sistem yang mengatur ketenangan tubuh. Ketika seseorang berdzikir dengan khusyuk dan teratur, laju pernafasan seseorang menjadi lebih teratur, denyut jantung melambat dan hormon stres seperti kortisol pun

menurun. Semua reaksi ini sangat membantu dalam menurunkan tingkat kecemasan secara fisiologis.

Temuan ini juga diperkuat oleh hasil uji *Wilcoxon* yang menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($<0,05$). Hal ini berarti ada perbedaan yang signifikan secara statistik antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan dzikir tahlil. Selain itu, korelasi yang sangat kuat antara nilai pre-test dan post-test ($r = 0,909$) menunjukkan bahwa hampir semua pasien mengalami perubahan yang sejalan, yaitu penurunan kecemasan setelah membaca dzikir tahlil. Hasil ini menggambarkan bahwa intervensi dzikir bukan hanya efektif untuk sebagian orang, melainkan memberikan dampak luas terhadap mayoritas responden. *Berdasarkan uji Wilcoxon Rank Test dapat dijelaskan bahwa* sebanyak 73 responden mengalami penurunan kecemasan setelah melakukan dzikir tahlil. Dan tidak ada responden yang mengalami peningkatan kecemasan setelah diberikan edukasi. Serta tidak ada responden yang sama pada hasil *pretest* (=) *post test* setelah melakukan dzikir tahlil.

Menurut Departemen Kesehatan Republik Indonesia (2018), intervensi spiritual seperti dzikir dapat menjadi salah satu strategi non-farmakologis yang mudah dilakukan, hemat biaya, dan tidak memiliki efek samping. Hal ini menjadi nilai tambah tersendiri dalam konteks pelayanan kesehatan, khususnya pada rumah sakit daerah yang memiliki keterbatasan dalam sumber daya. Perawat dapat mengintegrasikan kegiatan dzikir dalam prosedur pra operasi, baik secara mandiri oleh pasien atau didampingi oleh tenaga spiritual seperti rohaniwan rumah sakit.

Hasil penelitian ini juga selaras dengan beberapa penelitian sebelumnya. Misalnya, penelitian oleh Nasution (2020) yang menemukan bahwa dzikir tahlil dapat menurunkan kecemasan pasien lansia menjelang tindakan medis, serta dalam penelitian Wardani (2022) yang menyatakan bahwa intervensi spiritual lebih diterima oleh pasien yang beragama silam dibandingkan pendekatan farmakologis dalam mengatasi kecemasan. Kesamaan hasil ini semakin memperkuat bahwa dzikir tahlil bukan hanya bentuk ibadah, tetapi juga bisa dimanfaatkan sebagai pendekatan ilmiah dalam intervensi psikologis.

Namun demikian, penelitian ini juga memiliki keterbatasan. Pengukuran tingkat kecemasan masih menggunakan instrumen kuantitatif yang bisa dipengaruhi oleh subjektivitas pasien. Secara keseluruhan penelitian ini membuktikan bahwa dzikir tahlil adalah intervensi yang efektif, relevan secara budaya masyarakat Aceh yang mayoritasnya adalah muslim, dan memiliki dasar ilmiah dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien pra operasi. Hal ini, memberikan kontribusi penting dalam pengembangan intervensi keperawatan holistik, khususnya pada masyarakat dengan latar belakang religius yang kuat (Misgiyanto et al., 2014).

Menurut asumsi peneliti, penurunan tingkat kecemasan yang terjadi setelah diberikannya dzikir tahlil berkaitan erat dengan keyakinan besar yang dimiliki oleh pasien serta respon yang berasal dari tubuh untuk mengurangi kecemasan. Setelah diberikan dzikir tahlil pasien merasakan ketenangan yang tidak dirasakan sebelumnya. Peneliti menduga hal ini tidak hanya disebabkan oleh pemberian dzikir tahlil namun juga oleh rasa tenang saat dilakukan penelitian.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada pasien pra operasi di RSUD Meuraxa, dapat disimpulkan bahwa dzikir tahlil memberikan pengaruh yang signifikan terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien pra operasi di Rumah Sakit Umum Daerah Meuraxa Kota Banda Aceh dengan p value = 0,000 (<0,05).

Saran

Bagi responden, diharapkan mereka dapat memahami pentingnya menjaga ketenangan batin menjelang tindakan medis serta menjadikan dzikir sebagai bagian dari ikhtiar untuk menghadapi operasi dengan penuh keikhlasan dan ketenangan hati. Bagi tempat penelitian, rumah sakit disarankan untuk mendukung kegiatan spiritual sebagai bagian dari pelayanan holistik, misalnya dengan menyediakan ruang khusus untuk dzikir serta membolehkan keluarga mendampingi pasien saat berdzikir. Selanjutnya, bagi institusi, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi positif bagi Universitas Abulyatama, khususnya dalam pengembangan ilmu kesehatan, serta memperkaya kurikulum yang ada, terutama yang berkaitan dengan pendekatan psikologis dan terapi alternatif dalam konteks kesehatan. Adapun bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini masih memiliki keterbatasan dalam hal jangkauan dan pendekatan, sehingga diharapkan penelitian berikutnya dapat menggali lebih dalam pengalaman spiritual pasien secara kualitatif atau membandingkan efektivitas dzikir tahlil dengan intervensi non-farmakologis lainnya seperti terapi musik, aromaterapi, maupun teknik relaksasi napas dalam.

DAFTAR REFERENSI

- Alfarisi. (2021). Hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan pasien preoperasi bedah mayor elektif di Ruang Nyi Ageng Serang RSUD Sekarwangi. *Jurnal Health Society*, 10(1). <https://doi.org/10.62094/jhs.v10i1.26>
- American Psychological Association. (2020). *Stress and anxiety*. <https://www.apa.org>
- Astuti, D., Hartinah, D., & Permana, D. (2019). Pengaruh pemberian terapi dzikir terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien post SC. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 10(2), 307–321.
- Bedaso, A., & Ayalew, M. (2019). Preoperative anxiety among adult patients undergoing elective surgery: A prospective survey at a general hospital in Ethiopia. *Patient Safety in Surgery*, 13, 18. <https://doi.org/10.1186/s13037-019-0198-0>
- Diel, M., Maulina, L., & Susilowati, Y. (2023). Perbedaan tingkat kecemasan pemberian informed consent pada pasien praoperasi. *Jurnal Kesehatan*, 12(2).
- Febriani, A., Abdillah, T. A., & Syahputra, A. (2024). Impact of dhikr on mental health. *International Journal of Islamic Studies and Social Sciences*, 1(1).
- Hartanti, R., Ediyono, S., & Utami, S. (2024). Determinan kecemasan preoperasi pada pasien sectio caesarea: Literatur review. *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 15(1).
- Maizar, M., Tharida, M., Pratama, A., & Isneini, I. (2024). Pengaruh pemberian informasi pra bedah terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien operasi di Rumah Sakit Pertamedika Ummi Rosnati Banda Aceh. *Jurnal Keperawatan*, 3(1), 1–9.
- Mastuty, A., Yulandaari, V., Wiresante, L., & Suhamdani, H. (2022). Pengaruh dzikir terhadap tingkat kecemasan pasien preoperasi di ruang IBS RSUD Praya. *Jurnal Kesehatan Qamarul Huda*, 10(1).
- Misgiyanto, & Susilawati, D. (2014). Hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan penderita kanker serviks paliatif. *Jurnal Penelitian*.
- Murdiman. (2019). Hubungan pemberian informed consent dengan kecemasan pada pasien pra operasi appendisitis di ruang bedah BLUD Rumah Sakit Konawe. *Jurnal Keperawatan*, 2(3).
- Noor, S. (2019). Pengaruh terapi zikir terhadap tingkat kecemasan pasien preoperasi sectio caesarea di RSUD Dr. H. Moch. Ansari Saleh Banjarmasin. *Dinamika Kesehatan: Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 10(2).
- Nurlina, & Nursyamsi. (2019). Pengaruh terapi dzikir terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre dan post operasi. *Jurnal Kesehatan Panrita Husada*, 4(1), 17–29.

- Pujowati, K., & Surjono. (2023). Studi kasus penatalaksanaan terapi dzikir terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien preoperasi bedah mayor di RSUP Hasan Sadikin Bandung. *I(1)*, 29–42.
- Salemung, N., Iyan, & Mangemba. (2022). Pengaruh dzikir dan doa terhadap kecemasan pada pasien preoperasi apendisitis di RSUD Mokopido Tolitoli.
- Widati, A., & Twistiandayani, R. (2019). Pengaruh terapi thought stopping terhadap kemampuan mengontrol halusinasi pada pasien skizofrenia. *Prosiding Konferensi Nasional PPNI Jawa Tengah*.
- Widi, H. (2021). *Asuhan keperawatan pasien STEMI (ST elevasi miokard infark) dalam pemenuhan kebutuhan rasa aman dan nyaman* (Diploma thesis). Universitas Kusuma Husada Surakarta.
- Widyastuti, M., & Anggrera, N. (2019). Hubungan perilaku caring perawat dengan kecemasan orang tua terkait hospitalisasi anak di bangsal anak RSUP Dr. M. Djamil Padang. *Jurnal Nursing Stikesi Nightingale*, 8(1).
- World Health Organization. (2019). *Preoperative anxiety data*.