PENGARUH TERAPI MUROTTAL AL-QUR'AN SURAH AR-RAHMAN TERHADAP PENINGKATAN KUALITAS TIDUR PASIEN KANKER REKTUM DI MURNI TEGUH MEMORIAL HOSPITAL

Tiorica Tarigan¹, Rostime Hermayerni Simanullang²

^{1,2}Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan, Universitas Murni Teguh Medan, Indonesia

Email: tio0812116@gmail.com¹, hermayerni@gmail.com²

ABSTRAK

Latar belakang: Kanker rektum merupakan kanker usus besar atau dubur, berada di ujung saluran pencernaan bawah. Salah satu masalah yang sering dihadapi pasien kanker rektum adalah gangguan tidur. Cara yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah kualitas tidur salah satunya terapi musik yaitu *murottal* khususnya bagi penderita kanker yang beragama Islam. **Tujuan:** Untuk mengetahui pengaruh terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman terhadap peningkatan kualitas tidur pasien kanker rektum. **Metode:** Penelitian ini adalah eksperimen semu (*Quasi Experiment*) menggunakan pendekatan *one group pre and post test design with control group*. Penelitian dilakukan di Murni Teguh Memorial Hospital Medan. Jumlah populasi sebanyak 36 orang dan seluruhnya dijadikan sampel penelitian yang dibagi menjadi dua kelompok yaitu 18 orang kelompok intervensi dan 18 orang kelompok kontrol. Analisis dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji Mann Whitney dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$). **Hasil:** Penelitian ini menunjukkan bahwa kualitas tidur pasien kanker rektum sebelum terapi murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol seluruhnya dalam kategori buruk. Setelah terapi murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman pada kelompok intervensi sebagian besar dalam kategori baik (72,2%) dan pada kelompok kontrol sebagian besar dalam kategori buruk (66,7%). Ada pengaruh terapi murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman terhadap peningkatan kualitas tidur pasien kanker rektum di Murni Teguh Memorial Hospital tahun 2022, $p = 0,021 < 0,05$. **Kesimpulan:** Terapi murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman berpengaruh terhadap peningkatan kualitas tidur pasien kanker rektum. **Saran:** Diharapkan perawat dapat meningkatkan kualitas tidur pasien kanker rektum dengan menggunakan terapi komplementer lainnya seperti pijat, dan lain-lain.

Kata Kunci: Murottal Surah Ar-Rahman, Kualitas Tidur, Pasien Kanker Rektum.

ABSTRACT

Background: Rectal cancer is cancer of the colon or rectum, located at the end of the lower digestive tract. One of the problems often faced by rectal cancer patients is sleep disorders. One way that can be used to overcome sleep quality problems is music therapy, namely *murottal*, especially for cancer patients who are Muslim. **Objective:** To determine the effect of *murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman* therapy on improving the sleep quality of rectal cancer patients. **Methods:** This research is a quasi-experiment using a *one group pre and post test*

*design approach with control group. The research was conducted at Murni Teguh Memorial Hospital Medan. The total population was 36 people and all of them were used as research samples which were divided into two groups, namely 18 people in the intervention group and 18 people in the control group. The analysis was carried out univariate and bivariate using the Mann Whitney test with a 95% confidence level ($= 0.05$). **Results:** This study showed that the quality of sleep of rectal cancer patients before murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman therapy in the intervention group and the control group were all in the poor category. After murottal Al-Qur'an therapy, Surah Ar-Rahman in the intervention group was mostly in the good category (72.2%) and in the control group mostly in the bad category (66.7%). There is an effect of murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman therapy on improving the sleep quality of rectal cancer patients at Murni Teguh Memorial Hospital in 2022, $p = 0.021 < 0.05$. **Conclusion:** Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman therapy affects the improvement of sleep quality in rectal cancer patients. **Suggestion:** It is hoped that nurses can improve the sleep quality of rectal cancer patients by using other complementary therapies such as massage, etc*

Keywords: Murottal Surah Ar-Rahman, Sleep Quality, Rectal Cancer Patients.

A. PENDAHULUAN

Penyakit kanker merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi beban kesehatan di dunia. Kanker menempati peringkat kedua penyebab kematian di dunia dan pada tahun 2018, diperkirakan terdapat 9,6 juta kasus kematian akibat kanker dan 70% berasal dari populasi negara dengan pendapatan rendah dan menengah. Penyebab paling umum kematian karena kanker adalah kanker paru, kanker kolorektal, kanker lambung, kanker hati, kanker payudara dan kanker rektum (Infodatin, 2019).

Insidensi kanker rektum bervariasi di seluruh dunia. Insidensi lebih tinggi dilaporkan di negara maju dibandingkan negara berkembang. Tahun 2018, insidensi tertinggi dilaporkan di Australia dan Selandia Baru yaitu 44,8 per 100.000 penduduk pada laki-laki dan 32,2 per

100.000 penduduk pada wanita. Insidensi terendah dilaporkan di Afrika Barat yaitu masing-masing 4,5 dan 3,8 per 100.000 penduduk pada pria dan wanita. Sedangkan di Amerika Serikat, laporan tahun 2018 diperkirakan terdapat 135.439 kasus baru dari kanker kolorektal setiap tahunnya. Dari jumlah ini, 39.910 (30%) merupakan kanker rektum (Recio-Boiles dkk., 2020).

Secara epidemiologi, pada tahun 2019 kanker rektum berada di peringkat kedua (28%) kanker yang paling banyak dijumpai pada usus besar setelah kanker kolon proksimal (42%). Meski demikian, kanker rektum sering digabungkan dalam kanker kolorektal pada kebanyakan

studi epidemiologi. Lokasi tumor juga cenderung berbeda berdasarkan usia pasien. Pada orang berusia kurang dari

65 tahun, rektum adalah lokasi kanker

kolorektal tersering. Pada orang berusia

65 tahun ke atas, rektum memiliki proporsi 23% dari semua lokasi kanker kolorektal (Fazeli & Keramati, 2020).

Menurut World Health Organization (WHO), tahun 2020, insidensi kanker rektum di Indonesia adalah 16.059 kasus dengan proporsi 4% dari seluruh kasus kanker yang dilaporkan. Mortalitas dari kanker rektum pada tahun 2020 sebanyak

8.342 kasus, berkontribusi 3,6% dari seluruh mortalitas akibat kanker (WHO dan Globocan, 2021).

Berdasarkan penelitian Pulungan (2020) di RSUP H. Adam Malik Medan bahwa tahun 2018 terdapat 41 pasien kanker rektal lebih banyak ditemukan pada laki-laki (63,4%), usia 30 - 39 tahun,

50 - 59 tahun, dan 60 - 69 tahun masing-masing 24,4%, pasien tidak mempunyai riwayat keluarga (97,6%), keluhan utama hematokezia (39,0%), stadium 4 (46,3%), well differentiated (51,2%), gambaran histopatologi adenocarcinoma (85,4%), rektum (78,0%), tumor marker yang terdeteksi CEA (95,1%), dan tidak ditemukan faktor risiko (97,6%).

National Cancer Institute melaporkan bahwa lebih dari 50% pasien kanker mengalami kesulitan tidur. Gangguan tidur umumnya disebabkan oleh efek samping kemoterapi dan obat-obatannya, hingga pengaruh stres karena memikirkan kondisi kesehatan. Pasien kanker pun banyak yang mengalami stres berat karena merasa jenuh, terasingkan, atau terjebak setelah terlalu lama menjalani pengobatan di rumah sakit (Junaidi, 2020).

Cara mengatasi masalah kualitas tidur dengan terapi farmakologi dan terapi nonfarmakologi. Terapi farmakologi yaitu

menggunakan obat-obatan oleh dokter, sedangkan nonfarmakologi diantaranya terapi pengaturan tidur, terapi psikologi, dan terapi relaksasi (terapi musik) (Rusdayanti, 2021). Salah satu terapi relaksasi yaitu murottal khususnya bagi penderita kanker yang beragama Islam.

Murottal merupakan salah satu musik dengan frekuensi 50 Db yang membawa pengaruh positif bagi pendengarnya (penderita kanker) (Susilawati, 2019).

Beberapa hasil penelitian terdahulu menunjukkan bahwa terapi murottal Al- Qur'an dapat meningkatkan kualitas tidur atau mengatasi gangguan pola tidur. Penelitian Rusdayanti (2021) pada pasien kanker kolon bahwa pemberian terapi murottal pada pasien yang mengalami gangguan pola tidur dapat teratasi. Penelitian Iksan & Hastuti (2020) pada lansia yang mengalami gangguan tidur bahwa murottal Al-Qur'an memiliki pengaruh positif terhadap saraf dalam menurunkan ketegangan atau stres, dan perubahan fisiologis yang sangat besar seperti penurunan depresi dan kesedihan serta memperoleh ketenangan jiwa sehingga meningkatkan kualitas tidur. Selanjutnya, penelitian Nurani (2019) di RS PKU Muhammadiyah Gamping bahwa terapi murottal Al Qur'an yang dilakukan selama 1 minggu pada pasien hemodialisa terhadap kualitas tidur terdapat perbedaan bermakna antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

Murottal Al-Quran yang dipilih dalam penelitian ini adalah Surah Ar-Rahman. Surat Ar-Rahman merupakan surat ke-55 di dalam kitab Al-Quran yang terdiri dari

78 ayat. Surat yang diturunkan di kota Mekkah ini berisi kemurahan serta kenikmatan yang diberikan oleh Allah kepada para jin, manusia dan segala makhlukNya. Surat ini memiliki penggalan ayat yang sangat istimewa, bahkan penggalan ayat tersebut diulang sampai

31 kali dalam surah tersebut karena memang memiliki makna yang sangat mendalam yaitu *Fa bi ayyi ala'i rabbikuma*

tukazziban yang artinya 'Maka nikmat Tuhan kamu yang manakah yang kamu dustakan?' (Pramessti, 2021). Penelitian yang dilakukan oleh (Selinandani, 2018) di Dusun Kwarasan Nogotirto Gamping Sleman Yogyakarta bahwa ada pengaruh pemberian terapi audio murottal Surah Ar- Rahman terhadap kualitas tidur usia lanjut.

Penelitian ini dilaksanakan di Murni Teguh Memorial Hospital sebagai rumah sakit swasta yang memberikan pelayanan salah satunya pada pasien kanker rektum. Berdasarkan data yang diperoleh dari Ruang 3A West Murni Teguh Memorial Hospital bahwa dalam 4 bulan terakhir, jumlah penderita kanker rektum mengalami fluktuatif. Bulan Januari 2022 sebanyak 124 orang, bulan Februari 2022 sebanyak 132 orang, bulan Maret 2022 sebanyak 92 orang, dan bulan April 2022 sebanyak 104 orang. Sedangkan berdasarkan agama yang dianut pada pasien bulan April 2022 yaitu sebanyak 34 pasien beragama Islam.

Fenomena yang peneliti temukan dari 10 pasien yang diwawancarai di Ruang 3A West Murni Teguh Memorial Hospital, ada 6 pasien yang mengalami gangguan kualitas tidur pada pasien kanker rektum yang beragama Islam setelah menjalani pengobatan dan kemoterapi ditandai dengan gelisah, miring ke kiri dan ke kanan, sulit memejamkan mata, perasaan cemas, dan lain-lain. Gangguan tidur yang dialami oleh pasien kanker rektum dan kanker pada umumnya dikarenakan efek samping kemoterapi dan obat-obatannya. Selain itu karena pasien kanker rektum mengalami stres dikarenakan memikirkan kondisi kesehatannya. Pasien kanker rektum juga banyak yang stres berat dikarenakan merasa terasing dari lingkungan, merasa jenuh selama dirawat di rumah sakit dan lamanya menjalani pengobatan di rumah sakit. Pasien kanker rektum membutuhkan istirahat yang cukup untuk menjaga kondisi tubuh agar kuat menjalani perawatan dan pengobatan selanjutnya selama di rumah sakit dan setelahnya di rumah.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen semu (*Quasi Experiment*) menggunakan pendekatan *one group pre and post test design with control group*. Penelitian dilakukan di Ruang 3A West Murni Teguh Memorial Hospital.

Populasi target yaitu seluruh pasien kanker rektum yang dirawat di Ruang 3A West Rumah Sakit Murni Teguh Medan pada bulan Mei 2022 sebanyak 112 orang. Populasi terjangkau adalah seluruh pasien kanker rektum yang dirawat yang beragama Islam sebanyak 36 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah semua pasien kanker rektum yang beragama Islam sebanyak 36 orang yang dibagi menjadi dua kelompok yaitu 18 orang kelompok intervensi dan 18 orang kelompok kontrol. Penarikan sampel dilakukan secara purposif (*purposive sampling*).

Variabel yang diukur yaitu variabel kualitas tidur dengan melakukan pengukuran sebelum dan setelah pemberian terapi murotal Al-Qur'an surah Ar-Rahman. Pengukuran kualitas tidur menggunakan kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) yang terdiri dari 8 (delapan) komponen, yaitu kualitas tidur subjektif, durasi tidur, skor latensi tidur, latensi tidur (waktu yang diperlukan untuk memulai tidur) efisiensi tidur, gangguan tidur malam hari, gangguan tidur siang hari, dan penggunaan obat tidur. Penilaian diperoleh skor yang diperoleh dari responden yang telah menjawab pertanyaan-pertanyaan pada kuesioner PSQI.

Analisis data dilakukan secara univariat dalam tabel distribusi frekuensi. Analisis bivariat dengan menggunakan uji Mann Whitney pada taraf kepercayaan 5% ($\alpha=0,05$).

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Karakteristik di Murni Teguh Memorial Hospital

No.	Karakteristik	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
		f	%	f	%
1.	Umur :				
	40-50 tahun	7	38,9	12	66,7
	51-60 tahun	11	61,1	6	33,3
	Jumlah	18	100,0	18	100,0
2.	Jenis Kelamin:				
	Laki-laki	12	66,7	8	44,4
	Perempuan	6	33,3	10	55,6
	Jumlah	18	100,0	18	100,0
3.	Pendidikan :				
	SMA	8	44,4	5	27,8
	D-III	7	38,9	9	50,0
	S1-S2	3	16,7	4	22,2
	Jumlah	18	100,0	18	100,0
4.	Status Perka- winan:				
	Menikah	11	61,1	11	61,1
	Janda	1	5,6	5	27,8
	Duda	6	33,3	2	11,1
	Jumlah	18	100,0	18	100,0
5.	Pekerjaan:				
	Tidak bekerja	6	33,3	8	44,4
	Bekerja	12	66,7	10	55,6
	Jumlah	18	100,0	18	100,0

Tabel di atas menunjukkan bahwa berdasarkan umur pada kelompok intervensi sebagian besar responden berumur 51-60 tahun (61,1%). Pada kelompok kontrol sebagian besar responden berumur 41-50 tahun (66,7%). Berdasarkan jenis kelamin, pada kelompok intervensi sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki (66,7%). Pada kelompok kontrol sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan (55,6%).

Berdasarkan pendidikan responden penelitian, pada kelompok intervensi sebagian besar responden berpendidikan SMA (44,4%). Pada kelompok kontrol sebagian besar responden berpendidikan D-III (50,0%). Berdasarkan status perkawinan, pada kelompok intervensi sebagian besar responden berstatus menikah (61,1%). Pada kelompok kontrol sebagian besar responden berstatus menikah (61,1%).

Analisis Univariat

Kualitas Tidur Pasien Kanker Rektum Sebelum Diberikan Terapi Murottal Al- Qur'an Surah Ar-Rahman (Pretest)

Tabel 2. Distribusi Frekuensi ressponden berdasarkan kualitas tidur sebelum diberikan terapi Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman (Pretest) di Murni Teguh Memorial Hospital.

No.	Kualitas Tidur (Pretest)	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
		Jlh	%	Jlh	%
1.	Baik	0	0,0	0	0,0
2.	Buruk	18	100,0	18	100,0
Jumlah		18	100,0	18	100,0

Tabel di atas menunjukkan bahwa kualitas tidur sebelum diberikan terapi murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol seluruhnya dalam kategori buruk masing-masing (100,0%).

Kualitas Tidur Pasien Kanker Rektum Setelah Diberikan Terapi Murottal Al- Qur'an Surah Ar-Rahman (Posttest)

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kualitas Tidur Setelah Diberikan Terapi Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman (Posttest) di Murni Teguh Memorial Hospital

No.	Kualitas Tidur (Posttest)	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
		Jlh	%	Jlh	%
1.	Baik	13	72,2	6	33,3
2.	Buruk	5	27,8	12	66,7
Jumlah		18	100,0	18	100,0

Tabel di atas menunjukkan bahwa kualitas tidur setelah diberikan terapi murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman pada kelompok intervensi sebagian besar dalam kategori baik (72,2%), pada kelompok kontrol sebagian besar dalam kategori buruk (66,7%).

Analisis Bivariat

Tabel 4. Hasil Analisis Uji Mann Whitney Kualitas Tidur Setelah Diberikan Terapi Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol

No.	Kelompok	Mean Pretest	Mean Posttest	p value
1.	Intervensi	11,67	4,72	0,021
2.	Kontrol	12,27	5,72	

Tabel hasil analisis dengan uji Mann whitney menunjukkan bahwa ada pengaruh terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman terhadap peningkatan kualitas tidur pasien kanker rektum di Murni Teguh Memorial Hospital, $p = 0,021 < 0,05$. Artinya terdapat perbedaan peningkatan kualitas tidur pada kelompok intervensi yang diberikan perlakuan terapi Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan terapi Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman. Nilai rata-rata (*mean*) pada intervensi yang diberikan perlakuan terapi Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman yaitu 4,72, sedangkan nilai rata-rata (*mean*) pada kelompok kontrol yang tidak diberikan terapi Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman lebih tinggi yaitu 5,72.

PEMBAHASAN

Kualitas Tidur Pasien Kanker Rektum Sebelum Diberikan Terapi Murottal Al- Qur'an Surah Ar-Rahman (*Pretest*)

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa kualitas tidur pasien kanker rectum di Murni Teguh Memorial Hospital, sebelum diberikan terapi murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol seluruhnya dalam kategori buruk masing-masing sebanyak 18 orang (100,0%).

Hasil penelitian ini diperkuat dengan penelitian Selinandani (2018) yang meneliti kualitas tidur lansia di Dusun Kwarasan Nogotirto Gamping Sleman Yogyakarta bahwa data skor kualitas tidur pada kelompok eksperimen sebelum diberikan terapi audio murottal Surah Ar- Rahman didapatkan kualitas tidur buruk (100%). Penelitian Purnamasari & Widani (2020) menunjukkan sebelum intervensi, rata-rata kualitas tidur ke tiga kelompok adalah buruk, terburuk pada kelompok aromaterapi dengan rata-rata nilai 17,45. Penelitian Rusdayanti (2021) pada pasien kanker bahwa diagnosa keperawatan lainnya yang muncul pada kasus adalah gangguan pola tidur. Masalah tersebut dikeluhkan pasien pada saat dilakukan pengkajian, klien mengatakan sulit tidur serta gelisah, keluarga klien mengatakan bingung dengan kebiasaan klien yang sulit tidur karena sangat mempengaruhi kesehatan klien. Saat dikaji tentang apa yang dipikirkan klien, klien mengatakan hanya sulit tidur saja.

Kanker rektum sebagai salah satu kanker ganas pada manusia yang sering terjadi dan jenis kanker paling umum kedua pada kanker usus besar. Gejala yang sering ditemukan pada penderita kanker rectum diantaranya perubahan kebiasaan buang air besar, diare atau sembelit secara bergantian, merasa tidak puas setelah buang air besar atau merasa tidak kosong sepenuhnya, perut tidak nyaman seperti merasa ada gas, kembung, perasaan penuh, atau kram,

nafsu makan menurun, penurunan berat badan tanpa alasan yang jelas, hingga kualitas tidur terganggu (Miller, 2018). Lebih dari setengah dari penderita kanker rektum mengalami gangguan tidur. Keluhan yang paling umum dirasakan penderita terkait kanker yaitu kelelahan, gelisah kaki (*leg restlessness*), kecemasan, insomnia, dan kantuk yang berlebihan. Mengingat banyaknya jumlah

penderita kanker yang mengalami gangguan tidur yang mengakibatkan terjadinya penurunan produktivitas ataupun kualitas hidup, maka disimpulkan tidur merupakan hal yang sangat penting pada penderita (Asmadi, 2019).

Menurut peneliti, kualitas tidur pasien kanker rectum sebelum diberikan terapi murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol seluruhnya dalam kategori buruk. Kualitas tidur buruk yang dialami oleh seluruh penderita kanker rektum dikarenakan menahan rasa nyeri pada lokasi kanker (perut) sehingga sering mengganggu penderita terutama pada saat akan tidur. Selain faktor fisik, faktor psikologis seperti rasa cemas atau takut kanker menyebar dan tidak terkendali turut mempengaruhi penderita kanker rektum mengalami kesulitan saat tidur.

Kualitas Tidur Pasien Kanker Rektum Setelah Diberikan Terapi Murottal Al- Qur'an Surah Ar-Rahman (*Posttest*)

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa kualitas tidur pasien kanker rectum di Murni Teguh Memorial Hospital, setelah diberikan terapi murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman pada kelompok intervensi sebagian besar dalam kategori baik (72,2%), pada kelompok kontrol sebagian besar dalam kategori buruk (66,7%).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Nurani (2019) di RS PKU Muhammadiyah Gamping bahwa terapi murottal Al Qur'an yang dilakukan selama

1 minggu pada pasien hemodialisa terhadap kualitas tidur terdapat perbedaan bermakna antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Penelitian Selinandani (2018) di Sleman Yogyakarta mendapatkan hasil bahwa setelah diberikan terapi audio murottal Surah Ar-Rahman pada kelompok eksperimen kualitas tidur responden mengalami penurunan yaitu kualitas tidur baik (91,7%) sedangkan kualitas tidur buruk (8,3%).

Murottal merupakan salah satu jenis musik, yaitu rekaman suara Al-Qur'an yang dilagukan oleh seorang qori' (pembaca Al-Qur'an). Bacaan Al-Qur'an dianggap sama dengan terapi musik. Menurut (Musbikin, 2020), bacaan Al- Qur'an dengan murottal merupakan bacaan dengan irama yang teratur, tidak ada perubahan yang mencolok, nada rendah dan tempo antara 60-70 bpm, sesuai dengan standar musik sebagai terapi. Dengan demikian, bacaan Al-Qur'an dapat dibandingkan sama dengan irama musik. Bahkan memiliki nilai spiritual yang jauh lebih besar daripada musik. Terapi murottal Al-Qur'an akan membawa gelombang suara dan mendorong otak untuk memproduksi zat kimia yang disebut neuropeptida ketika

diperdengarkan. Molekul tersebut akan mempengaruhi reseptor-reseptor dalam tubuh sehingga hasilnya tubuh merasa nyaman dan rileks (Al-Kaheel, 2020).

Menurut peneliti, setelah diberikan terapi murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman pada kelompok intervensi di Murni Teguh Memorial Hospital sebagian besar dalam kategori baik, sedangkan pada kelompok kontrol sebagian besar masih dalam kategori buruk. Pasien dengan kelompok intervensi setelah diberikan terapi murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman mengatakan lebih rileks dan tenang, durasi waktu tidur bisa 6-7 jam, selain itu responden juga mengatakan gangguan tidur pada malam hari berkurang. Sebanyak 72,2% responden sudah memiliki kualitas tidur yang baik yang berarti pasien sudah mulai dapat tidur dengan nyenyak atau tidak terganggu saat sedang tidur.

Jika dibandingkan dengan kualitas tidur kelompok kontrol dengan jumlah 18 responden, terlihat bahwa sebagian besar dari mereka tetap mengalami kesulitan untuk memulai tidur. Karena pada kelompok kontrol tidak diberikan terapi murottal Al-qur'an surah Ar-Rahman dan dapat dilihat bahwa dari 18 orang yang ikut berpartisipasi dalam penelitian ini

hanya 6 orang saja yang terjadi penurunan skor kualitas tidurnya menjadi baik.

Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Pasien Kanker Rektum

Berdasarkan penelitian menunjukkan bahwa terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman berpengaruh terhadap peningkatan kualitas tidur pasien kanker rektum di Murni Teguh Memorial Hospital, $p = 0,021 < 0,05$. Terdapat perbedaan peningkatan kualitas tidur pada kelompok intervensi yang diberikan perlakuan terapi Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan terapi Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Rusdayanti (2021) pada pasien kanker kolon bahwa pemberian terapi murottal pada pasien yang mengalami gangguan tidur dapat teratasi, pasien merasakan ketenangan dalam hati agar nyaman ketika tidur. Penelitian Iksan & Hastuti (2020) pada lansia yang mengalami gangguan tidur bahwa murottal Al-Qur'an memiliki pengaruh positif terhadap saraf dalam menurunkan ketegangan atau stres, dan perubahan fisiologis yang sangat besar seperti penurunan depresi dan kesedihan serta memperoleh ketenangan jiwa sehingga meningkatkan kualitas tidur. Selanjutnya, penelitian yang dilakukan Nurani (2019) di RS PKU Muhammadiyah Gamping bahwa ada pengaruh pemberian terapi murottal Al Qur'an terhadap kualitas tidur pada pasien hemodialisa.

Pengaruh mendengarkan bacaan Al Qur'an diantaranya adalah penurunan depresi, kesedihan, memperoleh ketenangan jiwa, menangkal berbagai macam penyakit. Dr. Al-Qadhi yang seorang dokter ahli jiwa melakukan penelitian dengan ditunjang melalui bantuan peralatan elektronik terbaru untuk mendeteksi tekanan darah, detak jantung, ketahanan otot, dan ketahanan kulit terhadap aliran listrik. Dari hasil uji cobanya itu ia menyimpulkan, bacaan Al Qur'an berpengaruh besar hingga 97% dalam melahirkan ketenangan jiwa dan menyembuhkan penyakit (Cholil, 2019).

Bacaan murottal Al Qur'an sebagai penyembuh penyakit jasmani dan rohani melalui suara, intonasi, makna ayat-ayat yang dapat menimbulkan perubahan baik terhadap organ tubuh manusia. Menurut Solihin (2020), membaca atau mendengarkan Al-Qur'an memberikan efek relaksasi, sehingga memperlambat laju pembuluh darah, nadi, dan denyut jantung. Terapi Al-Quran ketika didengarkan pada manusia membawa gelombang suara dan mendorong otak untuk memproduksi zat kimia neuropeptide. Molekul ini mempengaruhi reseptor di dalam tubuh sehingga tubuh merasa nyaman (Al-Kaheel, 2020).

Dijelaskan oleh Thalhas (2018), terapi murottal Al Qur'an diantaranya menggunakan surah Ar-Rahman, yang terdiri dari 78 ayat dan terdapat dalam juz

27 atau surah yang ke-55. Dengan susunan bahasa dialogis pada surah Ar-Rahman sehingga dapat dimengerti oleh setiap pihak baik tingkat pendidikan tinggi maupun pendidikan rendah, dapat dengan mudah dimengerti dan dipahami oleh kalangan anak-anak, dewasa, maupun lansia. Secara implisit dan eksplisit hampir seluruh ayat dalam surah ini menggambarkan sifat pemurah dan rahman Allah kepada hamba-hambanya, dengan menganugerahkan berbagai nikmat yang tak terhingga, baik di dunia atau pun di akhirat, yang terlihat atau pun yang tidak tampak.

Menurut peneliti, terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman mempunyai pengaruh yang sangat baik untuk membantu para penderita gangguan tidur khususnya pada penderita kanker rektum, dimana terapi murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman akan membuat penderita kanker rektum memiliki perasaan yang nyaman, rileks, tenang sehingga tidak mengalami gangguan saat mulai tidur sampai dengan bangun pagi, tubuh menjadi lebih segar. Gangguan-gangguan pada saat tidur menjadi berkurang dibandingkan sebelum diberikan terapi. Berbeda dengan partisipan pada kelompok kontrol dimana jumlah yang masih mengalami gangguan tidur atau kualitas tidur buruk masih lebih banyak dibandingkan dengan kelompok intervensi. Hal ini membuktikan bahwa terapi murottal Al-Qur'an Surat Ar-Rahman efektif untuk meningkatkan kualitas tidur penderita kanker rektum. Terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman ini dapat dipraktikkan pada penderita kanker lainnya yang mengalami kesulitan tidur sehingga kualitas tidurnya menjadi meningkat.

D. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Kualitas tidur pasien kanker rektum sebelum terapi murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman (pretest) di Murni Teguh Memorial Hospital, pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol seluruhnya dalam kategori buruk (100%).
2. Kualitas tidur pasien kanker rektum setelah terapi murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman (posttest) di Murni Teguh Memorial Hospital, pada kelompok intervensi sebagian besar dalam kategori baik (72,2%) dan pada kelompok kontrol sebagian besar dalam kategori buruk (66,7%).
3. Terdapat pengaruh terapi murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman terhadap peningkatan kualitas tidur pasien kanker rektum di Murni Teguh Memorial Hospital, $p = 0,021 < 0,05$.

Saran

Peneliti selanjutnya diharapkan melakukan penelitian lanjutan kualitas tidur pasien kanker rektum dengan menggunakan terapi komplementer lainnya seperti pijat, dan lain-lain sehingga dapat melengkapi hasil penelitian yang telah ada.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Kaheel, A. D. (2020). *Lantunan Al Qur'an untuk penyembuhan* (Cetakan 3). Yogyakarta: Pustaka Pesantren.
- Asmadi. (2019). *Teknik Prosedur Keperawatan Konsep dan Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien*. Jakarta: Salemba Medika.
- Cholil, A. (2019). *Dahsatnya Al-Quran* (Cetakan 2). Jakarta: AMP Press.
- Fazeli, M. S., & Keramati, M. R. (2020). Rectal cancer: a review. *Med J Islam Repub Iran*, 29(1), 171–180.
- Iksan, R. R., & Hastuti, E. (2020). Terapi Murotal dalam Upaya Meningkatkan Kualitas Tidur Lansia. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 3(2), 15–22.
- Infodatin. (2019). *Beban Kanker Di Indonesia*. Jakarta: Pusat data dan Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Junaidi, I. (2020). *Kanker* (Cetakan 2). Jakarta: Bhuana Ilmu Populer.
- Miller, G. (2018). *Pencegahan dan Pengobatan Penyakit Kanker* (Cetakan 2). Jakarta: Prestasi Pustakakarya.
- Musbikin, I. (2020). *Misteri Sholat Berjamaah Bagi Kesehatan Fisik dan Psikis* (Cetakan 2). Yogyakarta: Mitra Pustaka.
- Nurani, R. D. (2019). Efektifitas terapi murottal Al Qur'an terhadap kualitas tidur pada pasien hemodialisa. *JHeS (Journal of Health Studies)*, 3(2), 78–85.
- Pramesti, F. A. (2021). 5 Keutamaan Membaca Surat Ar Rahman, Dapat Meningkatkan Rasa Syukur. Diambil 10 Mei 2022, dari <https://www.suara.com/news/2021/02/23/133405/5-keutamaan-membaca-surat-ar-rahman-dapat-meningkatkan-rasa-syukur>
- Pulungan, N. L. (2020). *Profil Pasien Kanker Kolorektal di RSUP Haji Adam Malik Medan Periode Januari 2018 – Desember 2018*. Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara.

- Purnamasari, N. N. I., & Widani, N. L. (2020). Efektifitas Yoga Pranayama Dan Aromaterapi Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Dan Kualitas Hidup Pasien Kanker. *JKSP: Jurnal Kesehatan Saelmakers Perdana*, 3(1), 1–10.
- Recio-Boiles, A., Kashyap, S., & Tsois, A. (2020). Rectal Cancer. Diambil 9 Mei 2022, dari <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK493202>
- Rusdayanti, A. (2021). *Intervensi Terapi Murottal Pada Pasien Dengan Diagnosa Tumor Colon Dengan Masalah Gangguan Pola Tidur. Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Alauddin Makassar.*
- Selinandani, D. (2018). *Pengaruh Terapi Audio Murottal Surah Ar-Rahman terhadap Kualitas Tidur Pada Usia Lanjut di Dusun Kwarasan Nogotirto Gamping Sleman Yogyakarta. Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.*
- Solihin, M. (2020). *Terapi Sufistik (Cetakan 2). Bandung: Pustaka Setia.*
- Susilawati, S. (2019). Pengaruh Terapi Murottal Al-Quran Terhadap Stres Pasien Hipertensi Di Ruang Penyakit Dalam RSUD Waled Cirebon. *Jurnal Kesehatan Mahardika*, 6(1), 33–36.
- Thalhas, T. H. (2018). *Permata Terpendam Tafsir Surah-Surah As Sajdah, Yasin, Ar-Rahman, Al- Waqiah, Al-Mulk. Jakarta Selatan: Al- Mawardi Prima.*
- WHO dan Globocan. (2021). Cancers in Indonesia. Diambil 9 Mei 2022, dari <https://gco.iarc.fr/today/data/factsheets/populations/360-indonesia-fact-sheets.pdf>