

## **PENGARUH TERAPI DZIKIR TERHADAP KOPING PASIEN DI INSTALASI GAWAT DARURAT**

Yeni Devita<sup>1\*</sup>, Desti Puswati<sup>2</sup>, Yureya Nita<sup>3</sup>, Alfianur<sup>4</sup>  
<sup>1,2,3,4</sup>Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru  
Korespodensi : yenidevita@payungnegeri.ac.id

### **Abstrak**

Dzikir merupakan terapi psikiatrik setingkat lebih tinggi dari pada psikoterapi biasa. Bacaan dzikir sangat ampuh mampu menenangkan, membangkitkan percaya diri, kekuatan, perasaan aman, tenang serta perasaan bahagia. Seorang individu ketika mengalami ansietas (kecemasan) menggunakan berbagai mekanisme koping untuk mencoba mengatasinya dan ketidak mampuan mengatasi ansietas merupakan penyebab utama terjadinya perilaku patologis. Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi dzikir terhadap koping pasien di IGD RSUD kecamatan mandau kabupaten bengkalis. Desain penelitian adalah *Quasi eksperimen*. Sampel pada penelitian ini 35 orang. Desain penelitian ini menggunakan *pre-post test design without control*. Uji statistik menggunakan T-Test *Dependen*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh terapi dzikir terhadap koping pasien di IGD RSUD kec mandau kabupaten bengkalis ( $P$  value  $0,001 < 0,05$ ). Disarankan kepada perawat agar mempraktekkan terapi dzikir dilapangan sehingga menciptakan koping adaptif antara perawat dan pasien dengan mengingat Allah SWT dengan bacaan dzikir.

**Kata kunci:** Terapi Dzikir, Koping, Gawat Darurat

## ***THE EFFECT OF DZIKIR THERAPY ON PATIENT COOPING IN EMERGENCY ROOM***

### ***Abstract***

*Dzikir is a psychiatric therapy one level higher than ordinary psychotherapy. Recitation of dzikir is very effective in being able to calm, awaken confidence, strength, feeling safe, peaceful and happy. An individual when experiencing anxiety (anxiety) uses various coping mechanisms to try to overcome it and the inability to cope with anxiety is a major cause of pathological behavior. The general objective of the research is to determine the effect of dzikir therapy on coping patients in the emergency room. The research design is Quasi experiment. The sample in this study was 35 people. The design of this study used a pre-post test design without control. Statistical test using Dependent T-Test. The results showed that there was an effect of dhikr therapy on coping patients in the emergency room ( $P$  value  $0.001 < 0.05$ ). It is recommended to nurses to practice dzikir therapy in the field so as to create adaptive coping between nurses and patients by remembering Allah SWT by reading dzikir.*

**Keywords:** *Dzikir Therapy, Cooping, Emergency*

## PENDAHULUAN

Instalasi gawat darurat (IGD) memiliki peran sebagai gerbang utama masuknya penderita gawat darurat. Terutama Rumah sakit khususnya IGD yang mempunyai tujuan agar tercapai pelayanan kesehatan yang optimal pada pasien secara cepat dan tepat serta terpadu dalam penanganan tingkat kegawatdaruratan sehingga mampu mencegah resiko kecacatan dan kematian (*to save life and limb*) dengan *respon time* selama 5 menit dan waktu definitif  $\leq 2$  jam<sup>1</sup>.

Seorang petugas kesehatan di bagian IGD harus mampu bekerja di IGD dalam menanggulangi semua kasus gawat darurat, maka dari itu dengan adanya pelatihan kegawatdaruratan diharapkan setiap petugas kesehatan IGD selalu mengupayakan efisiensi dan efektifitas dalam memberikan pelayanan. Petugas kesehatan IGD sedapat mungkin berupaya menyelamatkan pasien sebanyak-banyaknya dalam waktu sesingkat-singkatnya bila ada kondisi pasien gawat darurat yang datang berobat ke IGD. Pengetahuan, sikap dan keterampilan petugas kesehatan IGD sangat dibutuhkan dalam pengambilan keputusan klinis agar tidak terjadi kesalahan dalam melakukan pemilahan saat *triage* sehingga dalam penanganan pasien bisa lebih optimal dan terarah<sup>2</sup>.

Kondisi gawat darurat juga akan menimbulkan suatu kecemasan bagi pasien yang berada di IGD. Hasil penelitian Furwanti menunjukkan hasil bahwa pasien di IGD paling banyak mengalami kecemasan berat (41,2%), dan sisanya mengalami kecemasan sedang (29,4%), kecemasan ringan (20,6%), kecemasan berat sekali (2,9%) dan tidak cemas (5,9%). Kecemasan yang di alami pasien biasanya terkait dengan nyeri yang dirasakan maupun berbagai macam prosedur atau tindakan asing yang harus di jalani pasien<sup>3</sup>.

Seorang individu ketika mengalami ansietas (kecemasan) menggunakan berbagai mekanisme koping untuk mencoba mengatasinya. Koping merupakan suatu tindakan mengubah kognitif dan usaha tingkah laku untuk mengatasi tuntutan internal dan eksternal yang dinilai membebani atau melebihi sumber daya yang dimiliki individu. Koping membutuhkan usaha yang diperoleh lewat proses belajar. Koping dipandang sebagai usaha untuk menguasai situasi tertekan, namun bukan secara keseluruhan<sup>4</sup>.

Mekanisme koping merupakan cakupan teknik pemecahan masalah melalui secara langsung untuk menghadapi ancaman atau yang bertujuan untuk mengatur distress emosional dan memberikan perlindungan diri terhadap ansietas dan koping maladaptif dapat meningkatkan risiko penyakit yang lebih secara langsung. Respon simpatis yang berlangsung lama atau berlebihan, akan terjadi rangsangan yang kronis yang akan menyebabkan tekanan darah tinggi, perubahan *arteriosklerotik* dan penyakit *kardiovaskuler*. Bila produksi hormon berlangsung berlebihan, akan timbul pola perilaku menarik diri dan depresi sehingga akan terjadi penurunan respon imun, dan dapat timbul infeksi atau tumor, bertambahnya hari perawatan, bahkan kematian<sup>5</sup>.

Salah satu yang dilakukan untuk mengatasi dampak dari mekanisme koping maladaptif adalah dengan pendekatan dari aspek spiritual atau yang disebut dengan terapi spiritual atau psikospiritual. Kondisi spiritual yang sehat akan membawa individu untuk memiliki stabilitas koping yang baik. Dengan terapi spiritual dapat juga mempunyai efek positif dalam menurunkan stress, meningkatkan perasaan produktivitas, kemampuan beradaptasi dalam menghadapi rasa sakit<sup>6</sup>.

Salah satu bentuk psikospiritual adalah terapi dzikir. Dari sudut ilmu kesehatan jiwa, dapat diketahui bahwa dzikir merupakan terapi psikiatrik setingkat lebih tinggi dari pada psikoterapi biasa. Dzikir merupakan suatu upaya manusia untuk mendekatkan diri kepada Allah dengan cara mengingat-Nya. Dalam Islam dzikir bukanlah hal yang asing, tetapi sudah merupakan hal yang biasa dilakukan setiap muslim. Dzikir di sini lebih berfungsi sebagai metode psikoterapi, dikarena dengan banyak melakukan dzikir akan menjadikan hati lebih tenang, tenang dan damai, serta tidak mudah diombang-ambingkan oleh pengaruh lingkungan dan budaya global<sup>7</sup>.

Bacaan dzikir sangat ampuh mampu menenangkan, membangkitkan percaya diri, kekuatan, perasaan aman, tenang serta perasaan bahagia. Secara medis telah diketahui bahwa orang yang sudah terbiasa dzikir dengan mengingat Allah SWT secara otomatis otak akan merespon terhadap pengeluaran endorfin yang mampu menimbulkan perasaan bahagia dan nyaman<sup>8</sup>.

Otak terdiri dari beberapa milyaran sel otak yang disebut neuron. Setiap neuron saling berkomunikasi (menjalin hubungan) dengan memancarkan gelombang listrik. Gelombang listrik yang dikeluarkan oleh neuron dalam otak bisa disebut dengan gelombang otak atau *brainware*. Frekuensi gelombang otak yang dihasilkan bervariasi antara 0-30 Hz dan digolongkan menjadi gelombang beta, alpha, theta dan delta. Ketika masalah berdatangan dan mulai merasa stres, saat

adalah yang tepat memulai relaksasi untuk menurunkan vibrasi otak dan memasuki frekuensi alpha – theta<sup>9</sup>.

Usaha untuk memasuki level alpha-theta secara sadar telah dilakukan oleh orang sejak lama dengan melakukan kebiasaan dzikir yang membuat doa semakin khusyuk. Dengan dzikir sangat membantu dalam meningkatkan kemampuan kita sehingga mengubah kesadaran otak<sup>10</sup>. Penelitian yang dilakukan oleh Lulu menyebutkan pada saat dzikir telah menembus ke seluruh bagian tubuh bahkan ke setiap sel-sel dari tubuh itu sendiri. Hal ini akan sangat berpengaruh terhadap tubuh (fisik) dengan merasakan getaran rasa yang lemas dan menembus bacaan dzikir ke seluruh tubuh. Pada saat inilah tubuh manusia merasakan relaksasi atau pengendoran saraf sehingga ketegangan-ketegangan jiwa (stres) akibat dari tidak terpenuhinya kebutuhan baik kebutuhan jasmani maupun kebutuhan rohani akan berkurang bahkan bisa saja hilang sama sekali<sup>11</sup>.

Berdasarkan hasil pengamatan pasien dengan jumlah 11 orang pasien di ruangan IGD RSUD Kecamatan Mandau terdapat 8 pasien yang koping pasien pada saat masuk ke IGD maladaptif dikarenakan tingkat kecemasan pasien tinggi sehingga di perlukan terapi pendekatan dzikir terbukti pada saat di survei oleh 8 orang pasien yang masuk ke IGD di suruh untuk dzikir supaya untuk mengurangi kecemasan ternyata 8 orang kopingnya adaptif walaupun tingkat kecemasannya belum berkurang dan kebanyakan pasien yang berobat ke IGD rata-rata muslim dan hasil wawancara oleh beberapa pasien yang datang berobat ke IGD berpendapat bahwa kondisi gawat darurat akan menimbulkan suatu kecemasan yang tinggi mengancam nyawa apalagi berada di ruang Instalasi Gawat Darurat (IGD) melihat kondisi pasien sekitarnya yang sesak napas, tidak sadarkan diri, trauma luka di badan dan di kaki yang menjerit-jerit kesakitan sehingga memicu meningkatkan hormon adrenalin. Jika hormon adrenalin disekresi berlebihan maka kecemasan dapat meningkat, denyut jantung pun juga meningkat. Data kunjungan pasien dewasa di IGD RSUD Kecamatan Mandau dalam 1 bulan terakhir pada bulan September 2018 sebanyak 1057 orang yang terdiri dari anak-anak 152 orang dan dewasa 905 orang. Data terbaru bulan Oktober selama 2 minggu sebanyak 345 orang. Ini merupakan data kunjungan pasien yang tinggi dalam kurun waktu 1 bulan terakhir sehingga peneliti tertarik untuk meneliti di IGD dengan judul "Pengaruh terapi dzikir terhadap koping pasien di IGD RSUD kec mandau kabupaten bengkalis".

## BAHAN dan METODE

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, dengan pendekatan *quasy experiment*, dengan desain penelitian *pre and post test without control*. Penelitian ini dilakukan di RSUD Kecamatan Mandau Kabupaten Bengkalis Provinsi Riau. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien yang berobat di IGD RSUD Kecamatan Mandau. Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 35 orang. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria inklusi yaitu bergama islam (muslim), pasien yang berumur 18 tahun (dewasa muda) dan tingkat kesadaran klien (CGS) 15, kooperatif. Sedangkan kriteria eksklusi yaitu pasien yang tidak kooperatif, pasien yang tingkat kesadaran kurang dari 15, gelisah, non-muslim dan umur kurang dari 18 tahun (dewasa muda). Instrumen yang digunakan pada penelitian ini yaitu kuesioner koping *Ways of Coping* yang diadopsi dari Lazarus dan Folkman. Terapi dzikir ini diberikan kepada pasien dengan cara mengajarkan pasien mengucapkan kalimat *astaghfirullah al adzim*, dan kalimat ini diminta pasien untuk selalu mengulanginya selama 15 menit. Penilaian koping pasien dilakuakn sebelum dan sesudah intervensi. Analisa data yang digunakan analisa univariat dan bivariat dengan uji statistik *Dependen T-Test*.

## HASIL

### Analisis Univariat

**Tabel 1.** Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
1	Laki-laki	25	71
2	Perempuan	10	29
	Total	35	100

Berdasarkan data pada tabel tersebut menunjukkan bahwa dari jumlah pasien 35 orang mayoritas pasien berjenis kelamin laki-laki sebanyak 25 orang dengan persentase 71%.

**Tabel 2.** Distribusi Responden Berdasarkan Pendidikan

No	Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
1	SMA	17	48
2	DIII	11	32
3	S1	7	20
Total		35	100

Berdasarkan data pada tabel tersebut menunjukkan bahwa dari jumlah pasien 35 orang mayoritas pendidikan pasien SMA sebanyak 17 orang dengan persentase 48%.

**Tabel 3.** Distribusi Rerata Koping Pasien Sebelum Diberikan Terapi Dzikir

Variabel	Rerata	SD	n	Frekuensi
Sebelum diberikan terapi dzikir	8,3	1,083	35	100%
Sesudah diberikan terapi dzikir	8,7	1,100	35	100%

Berdasarkan data pada tabel tersebut menunjukkan bahwa dari jumlah pasien 35 orang sebelum diberikan terapi dzikir didapatkan nilai rerata 8,3 dan nilai Standar Deviasi sebanyak 1,083 dan sesudah diberikan terapi dzikir didapatkan nilai rerata 8,3 dan nilai Standar Deviasi sebanyak 1,100.

**Analisis Bivariat**

**Tabel 4.** Distribusi Rerata Koping Pasien Sebelum Dan Sesudah Terapi Dzikir

Variabel	Mean	SD	SE	Paired differences Mean	Paired differences SD	P value	N
Sebelum	8,3	1,083	0,183	0,371	0,598	0,001	35
Sesudah	8,7	1,100	0,186				

Berdasarkan data pada tabel rata – rata sebelum terapi dzikir adalah 8,3 dengan standar deviasi 1,083. Pada sesudah terapi dzikir didapatkan rata – rata 8,7 dengan standar deviasi 0,186. Terlihat nilai mean perbedaan antara sebelum dan sesudah terapi dzikir adalah 0,371 dengan standar deviasi 0,598. Hasil uji statistik didapatkan nilai P value  $0,001 < 0,05$  (tingkat kepercayaan 95%) artinya ada pengaruh terapi dzikir terhadap koping pasien di IGD RSUD Kecamatan Mandau Kabupaten Bengkalis maka  $H_0$  diterima yaitu ada pengaruh terapi dzikir terhadap koping pasien di IGD RSUD Kecamatan Mandau Kabupaten Bengkalis.

**PEMBAHASAN**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh terapi dzikir terhadap koping pasien di IGD RSUD Kecamatan mandau Kabupaten Bengkalis. Menurut Yurisaldi salah satu keutamaan dzikir yaitu memberi ketenangan jiwa dan hati segala gundah dan resah bersumber dari bagaimana hati menyikapi kenyataan. Jika hati lemah dan tak kuat menanggung beban hidup, besar kemungkinan yang muncul adalah suasana resah dan gelisah. Bacaan dzikir sangat ampuh mampu menenangkan, membangkitkan percaya diri, kekuatan, perasaan aman, tentram serta perasaan bahagia. Secara medis telah diketahui bahwa orang yang sudah terbiasa berdzikir dengan mengingat Allah SWT secara otomatis otak akan merespon terhadap pengeluaran endorphen yang mampu menimbulkan perasaan bahagia dan nyaman<sup>8</sup>. Ini sejalan menurut Hawari yang menyatakan bahwa

terapi medik saja tanpa disertai dengan berdoa dan berdzikir tidaklah lengkap, spiritual (doa dan dzikir) memegang peranan penting sebagai faktor psikologis yang bersifat positif<sup>9</sup>.

Sedangkan menurut Brunner & Suddarth yang menyatakan bahwa mekanisme koping juga dipengaruhi oleh kepercayaan dan dukungan sosial. Semakin tinggi keimanan dan kepercayaan seseorang, mekanisme koping dalam menghadapi masalah atau ketidaknyamanan semakin adaptif<sup>5</sup>. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Soliman yang menunjukkan bahwa dzikir dan relaksasi memberikan respon positif yang dapat meningkatkan kepercayaan dan kontrol diri, serta menurunkan perasaan negatif sehingga menghasilkan mekanisme koping diri yang positif<sup>12</sup>.

Dari hasil penelitian maka peneliti berpendapat bahwa terapi dzikir sangat berperan penting dalam berbagai hal salah satunya dalam menangani mekanisme seseorang dalam kehidupan. Dalam Al-qur'an surat [QS. Ar-Ra'd (13) : 28] yang artinya "yaitu orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah lah hati menjadi tenteram". Dan Al-qur'an juga bermanfaat dalam kesehatan yakni dalam proses penyembuhan. Al-qur'an terbukti berpengaruh terhadap relaksasi ketegangan pada otot dan saraf. Ketegangan pada otot saraf dapat berpotensi mengurangi daya tahan tubuh yang disebabkan oleh gangguan keseimbangan fungsi organ dalam tubuh. Dengan menggunakan Al-qur'an sebagai media relaksasi, daya tahan tubuh dapat di pengaruhi sehingga mampu melawan penyakit dan membantu proses penyembuhan.

Dari hasil wawancara beberapa pasien yang datang berobat ke IGD berpendapat bahwa kondisi gawat darurat akan menimbulkan suatu kecemasan yang tinggi mengancam nyawa apalagi berada di ruang Instalasi Gawat Darurat (IGD) melihat kondisi pasien sekitarnya yang sesak napas, tidak sadarkan diri, trauma luka di badan dan di kaki yang menjerit-jerit kesakitan sehingga memicu meningkatkan hormon adrenalin. Jika hormon adrenalin disekresi berlebihan maka kecemasan dapat meningkat, denyut jantung pun juga meningkat. Maka peneliti berpendapat bahwa mekanisme koping seseorang teragantung bagaimana cara kita untuk mengatasi dan memecahkan suatu masalah yang awalnya kita tidak bisa menerima dengan adanya proses terapi dzikir kita bisa menenangkan hati dan meredakan perasaan cemas ini mereda. Dan kita tahu bahwa suatu penyakit datangnya dari Allah SWT dan atas izin Allah SWT kita bisa sembuh dan sehat wal'afiat.

## **SIMPULAN dan SARAN**

### **Simpulan**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi dzikir dapat meningkatkan koping pasien di IGD.

### **Saran**

Diharapkan kepada perawat IGD perawat agar dapat mempraktekkan terapi dzikir dilapangan sehingga dapat meningkatkan koping pasien di IGD.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Kepada pihak RSUD Kecamatan Mandau kabupaten Bengkalis Provisni Riau yang telah banyak membantu peneliti dalam melakukan penelitian ini.

## **DAFTAR PUSTAKA**

1. Ritonga, J. (2014). *Riset Kehumasan*. PT. Grasindo.
2. Oman, S. K. (2013). *Panduan Belajar Keperawatan Emergency*. EGC.
3. Furwanti, E. (2014). *Gambaran Tingkat Kecemasan Pasien Di Instalasi Gawat Darurat (IGD) RSUD Panembahan Senopati Bantul* [Universitas Muhammadiyah Yogyakarta]. <http://thesis.umy.ac.id/datapublik/t34152.pdf>
4. Lazarus dan Folkman S. (2014). *Stres, Appraisal, and Coping*. Springer.
5. Brunner & Suddarth. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Edisi 8 volume*. EGC.
6. Safaria, Triantoro & Saputra, Eka, N. (2014). *Manajemen Emosi, Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif Dalam Hidup Anda*. PT. Bumi Aksara.
7. Darokah, Marcham., & Diponegoro, A. M. (2015). *Peran Akhlak Terhadap Kebahagiaan*.

- Indonesian Psychological Journal*, 2(1), 15–27.
8. Yurisaldi. (2013). *Berdzikir Untuk Kesehatan Saraf*. Zaman.
  9. Hawari, D. (2015). *Al Qur'an : Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*. PT. Dana Bhakti Prima Yasa.
  10. Pearce, E. C. (2014). *Anatomi dan Fisiologis Untuk Para Medis*. PT. Gramedia Pustaka Utama.
  11. Lulu. (2012). Dzikir dan Ketenangan Jiwa : Studi Pada Majelis Dzikrul Ghofilin, Cilandak, Ampera Raya. *Jurnal Tazkiya*, 2.
  12. Soliman, H., Mohamed, S. (2013). Effects of Zikr Meditation and Jaw Relaxation on Postoperative Pain, Anxiety and Physiologic Response of Patients Undergoing Abdominal Surgery. *Journal of Bilogy, Agriculture and Healthcare*, 3(2), 23–38. <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.829.2630&rep=rep1&type=pdf>