



PENGARUH TERAPI MUROTTAL SURAH AL-FATIAH DAN AL-INSYIRAH TERHADAP TINGKAT NYERI PADA PASIEN KANKER PAYUDARA

The Effect of Murottal Therapy Using Surah Al-Fatihah and Al-Insyirah on Pain Levels in Breast Cancer Patients

Andi Dinda Khairunnisa, Ulfatul Muflihah, Thomas Ari Wibowo

Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Riwayat artikel

Diajukan: 4 Februari 2025

Diterima: 24 Februari 2025

Penulis Korespondensi:

- Ulfatul Muflihah
- Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

email: um207@umkt.ac.id

Kata Kunci:

Terapi Murottal, Al-Fatihah, Al-Insyirah, Nyeri, Kanker Payudara

Abstrak

Nyeri yang dirasakan pasien kanker payudara mempengaruhi fisik, emosional, dan psikologis pasien. Terapi murottal mendengarkan ayat-ayat Al-Qur'an adalah cara non-farmakologis untuk mengurangi nyeri. Studi ini menyelidiki bagaimana terapi murottal Surah Al-Fatihah dan Al-Insyirah mempengaruhi tingkat nyeri pasien kanker payudara di Rumah Singgah Kanker Etam. Desain penelitian pre-eksperimen, penelitian ini menggunakan metode one-group pre-test post-test. Responden sebanyak 15 pasien kanker payudara yang memenuhi kriteria inklusi. Sebelum dan setelah intervensi terapi murottal, nyeri diukur dengan menggunakan Skala Penilaian Numerik (NRS) selama 15 menit per sesi selama tujuh hari berturut-turut. Uji analisis statistik Paired Sample T-Test digunakan untuk mendapatkan data tentang tingkat nyeri sebelum dan setelah terapi. Hasil analisis menunjukkan bahwa terapi murottal memiliki pengaruh signifikan pada penurunan tingkat nyeri. Terapi murottal Surah Al-Fatihah dan Al-Insyirah efektif dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien kanker payudara. Oleh karena itu, terapi ini dapat diterapkan sebagai metode non-farmakologis komplementer dalam manajemen nyeri guna meningkatkan kualitas hidup pasien secara holistik.

Abstract

The pain felt by breast cancer patients affects the physical, emotional, and psychological well-being of patients. Murottal therapy listening to verses of the Qur'an is a non-pharmacological way to reduce pain. This study investigates how murottal therapy of Surah Al-Fatihah and Al-Inshirah affects the pain levels of breast cancer patients at the Etam Cancer Shelter. Pre-experiment research design, this study used the one-group pre-test post-test method. Respondents were 15 breast cancer patients who met the inclusion criteria. Before and after the murottal therapy intervention, pain was measured using the Numeric Rating Scale (NRS) for 15 minutes per session for seven consecutive days. Paired Sample T-Test statistical analysis test was used to obtain data on pain levels before and after therapy. The results of the analysis showed that murottal therapy had a significant effect on reducing pain levels. Murottal therapy of Surah Al-Fatihah and Al-Inshirah is effective in reducing pain levels in breast cancer patients. Therefore, this therapy can be applied as a complementary non-pharmacological method in pain management to improve the holistic quality of life of patients.

PENDAHULUAN

Kanker payudara merupakan salah satu jenis kanker yang paling umum di dunia dan terus mengalami peningkatan. Berdasarkan data dari Global Cancer Observatory (GLOBOCAN) 2020, terdapat sekitar 2,3 juta kasus baru yang didiagnosis, menjadikannya sebagai kanker paling umum yang menyerang wanita dan penyebab kematian kedua tertinggi akibat kanker setelah kanker paru-paru (Sung et al., 2021). Di Indonesia, kanker payudara menempati posisi teratas dengan 68.858 kasus baru pada tahun 2020, yang mencakup 16,6% dari total kasus kanker (Globocan, 2020). Setiap tahun, lebih dari 22.000 orang meninggal akibat penyakit ini (Dinas Kesehatan Kalimantan Timur, 2022). Di Kota Samarinda, angka kejadian kanker payudara cukup tinggi, dengan banyak pasien berusia di atas 40 tahun berdasarkan penelitian pada periode 2018-2020. Dampak dari kanker payudara tidak hanya bersifat fisik, tetapi juga emosional dan psikologis. Nyeri yang dialami pasien dapat berasal dari pertumbuhan tumor atau dari prosedur pengobatan seperti operasi dan kemoterapi. Sebuah studi menunjukkan bahwa sekitar 61% pasien mengalami nyeri sedang, sementara 5% mengalami nyeri berat (Risniah et al., 2022). Hal ini dapat mengurangi kualitas hidup pasien dan mempengaruhi aktivitas sehari-hari mereka. Untuk mengatasi nyeri ini, diperlukan pendekatan manajemen nyeri yang mencakup metode farmakologis dan non-farmakologis. Salah satu metode non-farmakologis yang terbukti efektif adalah terapi murottal, yaitu mendengarkan ayat-ayat Al-Qur'an. Terapi ini dapat menurunkan stres dan meningkatkan produksi hormon endorfin yang berfungsi mengurangi rasa sakit (Maya Ade Kusniarti Pasaribu, 2023). Penelitian menunjukkan bahwa mendengarkan ayat-ayat Al-Qur'an dapat membantu pasien merasa lebih tenang dan mengurangi tingkat nyeri, terutama pada mereka yang mengalami nyeri berat (Fujianti et al., 2023). Penelitian terbaru juga menunjukkan bahwa dua surah dalam Al-Qur'an, yaitu Al-Fatihah dan Al-Insyirah, memiliki efek terapeutik yang signifikan. Surah Al-Fatihah dikenal sebagai "Asy-Syifa" atau penyembuh, sedangkan Surah Al-Insyirah dapat menurunkan kecemasan dan meningkatkan ketenangan jiwa (Safitri & Primadevi, 2022; Faizaturrahmi & Siswari, 2022). Dalam sebuah penelitian terhadap 49 pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi, ditemukan bahwa terapi murottal Al-Fatihah selama 10-15 menit dapat mengurangi tingkat kecemasan dan nyeri (Islamiaty et al., 2023). Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis lebih lanjut pengaruh terapi murottal terhadap tingkat nyeri pada pasien kanker payudara di Rumah Singgah Kanker Etam, memberikan wawasan tentang bagaimana pendekatan spiritual dapat melengkapi perawatan medis konvensional (Wulandari et al., 2023).

METODE

Penelitian ini menggunakan desain pre-eksperimental dengan pendekatan one-group pre-test post-test. Populasi penelitian adalah pasien kanker payudara di Rumah Singgah Kanker Etam, dengan jumlah sampel sebanyak 15 orang yang dipilih menggunakan teknik total sampling. Kriteria inklusi meliputi pasien yang berusia di atas 18 tahun, berada dalam kondisi kooperatif, dan bersedia menjadi responden dengan memberikan informed consent. Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman dengan nomor protokol 313/KEPK-FK/XII/2024. Semua prosedur penelitian dilakukan sesuai dengan prinsip-prinsip etika yang berlaku dan standar Good Clinical Practice. Intervensi berupa terapi murottal dilaksanakan selama tujuh hari berturut-turut. Setiap sesi berlangsung selama 15 menit, menggunakan audio murottal Surah Al-Fatihah dan Al-Insyirah yang dilantunkan oleh qari Muzammil Hasballah. Tingkat nyeri diukur sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) intervensi menggunakan Numeric Rating Scale (NRS). Data dianalisis menggunakan uji statistik Paired Sample T-Test untuk mengetahui perbedaan tingkat nyeri sebelum dan setelah terapi.

HASIL

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata tingkat nyeri sebelum terapi adalah 3,77 (kategori nyeri ringan-sedang), yang menurun menjadi 2,61 (kategori nyeri ringan) setelah terapi. Hasil uji Paired Sample T-Test menunjukkan nilai $p < 0,05$, yang mengindikasikan bahwa terapi murottal memberikan pengaruh signifikan terhadap penurunan tingkat nyeri (tabel 1).

Tabel 1. Hasil tingkat nyeri sebelum dan sesudah menggunakan paired sampel T-Test.

	<i>N</i>	<i>Corelation Sig.</i>	<i>t</i>	<i>P Value</i>
Pretest	15	0.898	15.736	0.000
Posttest				

Penurunan nyeri ini konsisten dengan teori bahwa terapi murottal dapat memberikan efek relaksasi melalui mekanisme pengurangan hormon stres dan peningkatan hormon endorfin. Lantunan Surah Al-Fatihah dan Al-Insyirah juga memberikan efek spiritual yang membantu pasien mengatasi kecemasan dan meningkatkan rasa nyaman. Penelitian ini mendukung temuan sebelumnya yang menunjukkan bahwa terapi murottal memiliki efek signifikan dalam mengurangi nyeri pada pasien kanker payudara. Risnah et al. (2022) menemukan bahwa sebagian besar pasien kanker payudara mengalami nyeri sedang hingga berat, yang dapat menurunkan kualitas hidup mereka. Studi oleh Pasaribu (2023) mengungkapkan bahwa terapi murottal dapat menurunkan stres dan meningkatkan produksi hormon endorfin sebagai pengurang nyeri. Fujianti et al. (2023) serta Islamiaty et al. (2023) menunjukkan bahwa mendengarkan ayat-ayat Al-Qur'an, khususnya Surah Al-Fatihah, selama 10-15 menit dapat membantu pasien merasa lebih tenang dan mengurangi tingkat nyeri, terutama pada pasien yang menjalani kemoterapi. Selain itu, penelitian Safitri & Primadevi (2022) serta Faizaturrahmi & Siswari (2022) menegaskan bahwa Surah Al-Fatihah dikenal sebagai *Asy-Syifa* (penyembuh) dan Surah Al-Insyirah dapat menurunkan kecemasan serta meningkatkan ketenangan jiwa. Studi terbaru oleh Wulandari et al. (2023) juga menegaskan bahwa terapi murottal dapat digunakan sebagai metode non-farmakologis yang melengkapi perawatan medis konvensional dalam manajemen nyeri pasien kanker payudara yang menunjukkan efektivitas terapi murottal dalam mengurangi nyeri pada berbagai kondisi medis.

PEMBAHASAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa terapi murottal Surah Al-Fatihah dan Al-Insyirah memiliki pengaruh signifikan terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien kanker payudara. Hasil analisis statistik menggunakan Paired Sample T-Test menunjukkan nilai $p < 0,05$, yang mengindikasikan bahwa terapi ini efektif dalam mengurangi nyeri. Sebelum intervensi, rata-rata tingkat nyeri pasien berada pada kategori nyeri ringan hingga sedang, dengan skor 3,77 berdasarkan Numeric Rating Scale (NRS). Setelah terapi murottal selama tujuh hari berturut-turut dengan durasi 15 menit per sesi, tingkat nyeri menurun menjadi 2,61, yang tergolong dalam kategori nyeri ringan. Penurunan ini mencerminkan perbedaan rata-rata 1,16 poin, yang menunjukkan efektivitas terapi murottal sebagai pendekatan non-farmakologis dalam manajemen nyeri pasien kanker payudara.

Hasil penelitian ini konsisten dengan teori bahwa terapi murottal memberikan efek relaksasi fisiologis melalui mekanisme pengurangan hormon stres (kortisol) dan peningkatan hormon endorfin, yang berperan dalam mekanisme analgesia alami tubuh (Maya Ade Kusniarti Pasaribu, 2023). Endorfin merupakan opioid endogen yang bekerja dengan menghambat transmisi nyeri pada sistem saraf pusat, sehingga pasien mengalami penurunan persepsi terhadap nyeri (Fujianti et al., 2023). Selain itu, terapi murottal juga memberikan efek psikologis dan spiritual, yang membantu pasien merasa lebih tenang dan mengurangi kecemasan. Lantunan Surah Al-Fatihah, yang dikenal sebagai *Asy-Syifa* (penyembuh), serta Surah Al-Insyirah, yang memiliki efek reduksi kecemasan, berkontribusi terhadap peningkatan ketenangan batin pasien (Safitri & Primadevi, 2022).

Dibandingkan dengan penelitian sebelumnya, studi ini sejalan dengan temuan Islamiaty et al. (2023), yang menyatakan bahwa terapi murottal Surah Al-Fatihah selama 10–15 menit efektif dalam mengurangi nyeri dan kecemasan pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi. Studi lain oleh Faizaturrahmi & Siswari (2022) juga menunjukkan bahwa terapi murottal mampu menurunkan tingkat nyeri melalui mekanisme penurunan respons simpatik dan peningkatan keseimbangan parasimpatik, yang berperan dalam regulasi fisiologis nyeri. Hasil penelitian ini juga mendukung studi Wulandari et al. (2023), yang menegaskan bahwa terapi murottal dapat digunakan sebagai metode komplementer dalam manajemen nyeri kanker dengan pendekatan holistik.

Selain efek terapeutiknya, penelitian ini juga menyoroti faktor demografi pasien yang berkontribusi terhadap pengalaman nyeri. Mayoritas responden berusia di atas 40 tahun, yang memiliki risiko lebih tinggi terhadap kanker payudara dan mengalami penurunan ambang batas nyeri akibat faktor usia (Huljannah, 2023). Sebagian besar pasien dalam penelitian ini tidak bekerja (86,67%), yang dapat berimplikasi terhadap kesejahteraan psikososial dan akses terhadap layanan kesehatan yang optimal. Selain itu, 73,33% pasien telah menderita kanker lebih dari satu tahun, yang

berkontribusi terhadap peningkatan nyeri kronis akibat proses inflamasi dan neuropati yang berkelanjutan (Risnah et al., 2022). Oleh karena itu, terapi murottal dapat menjadi strategi tambahan dalam manajemen nyeri pasien kanker payudara, terutama bagi mereka yang mengalami keterbatasan dalam penggunaan analgesik atau memiliki preferensi terhadap terapi berbasis spiritual.

Berdasarkan hasil penelitian ini, terapi murottal tidak hanya memberikan efek fisiologis melalui pengurangan nyeri, tetapi juga meningkatkan ketenangan psikologis dan keseimbangan emosional pasien, sehingga dapat diintegrasikan dalam layanan kesehatan sebagai intervensi non-farmakologis yang mendukung pendekatan holistik dalam perawatan kanker payudara.

SIMPULAN

Dalam penelitian ini, berdasarkan skala Numeric Rating Scale (NRS), menandakan bahwa nyeri merupakan keluhan signifikan bagi pasien. Namun, setelah mendengarkan terapi murottal selama tujuh hari berturut-turut, rata-rata tingkat nyeri menurun secara signifikan. Penurunan ini menunjukkan efektivitas terapi murottal dalam mengurangi tingkat nyeri.

DAFTAR PUSTAKA

- Dinas Kesehatan Kalimantan Timur. (2022). *Laporan Statistik Kesehatan Provinsi Kalimantan Timur 2022*. Dinas Kesehatan Kalimantan Timur.
- Faizaturrahmi, F., & Siswari, A. (2022). *Terapi Murottal Al-Qur'an dalam Mengurangi Kecemasan dan Nyeri pada Pasien Kanker*. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 12(1), 45-52.
- Fujianti, A., Al-Khadi, A., & Wulandari, R. (2023). *Pengaruh Terapi Murottal terhadap Tingkat Nyeri Pasien Kanker Payudara*. Jurnal Terapi Complementary Medicine, 8(2), 123-130.
- Globocan. (2020). *Global Cancer Observatory: Cancer Today*. International Agency for Research on Cancer. Retrieved from <https://gco.iarc.fr/today>
- Huljannah, N. (2023). *Analisis Karakteristik Pasien Kanker Payudara di RSUD Abdul Wahab Sjahranie Samarinda*. Jurnal Onkologi Indonesia, 5(1), 20-30.
- Maya Ade Kusniarti Pasaribu. (2023). *Efektivitas Terapi Murottal dalam Mengurangi Nyeri pada Pasien Kanker Payudara*. Jurnal Psikologi dan Kesehatan, 10(1), 67-75.
- Risnah, R., Sari, D., & Putri, A. (2022). *Hubungan Antara Tingkat Nyeri dan Kualitas Hidup Pasien Kanker Payudara*. Jurnal Ilmu Kesehatan, 15(3), 100-110.
- Sung, H., Ferlay, J., Siegel, R.L., Laversanne, M., Soerjomataram, I., Jemal, A., & Bray, F. (2021). *Global Cancer Statistics 2020: GLOBOCAN Estimates of Incidence and Mortality Worldwide for 36 Cancers in 185 Countries*. CA: A Cancer Journal for Clinicians, 71(3), 209-249.
- Wulandari, R., Islamiaty, E., & Safitri, Y. (2023). *Peran Terapi Murottal dalam Manajemen Nyeri Pasien Kanker Payudara: Sebuah Pendekatan Holistik*. Jurnal Keperawatan dan Kesehatan, 14(2), 88-97.
- Safitri, N., & Primadevi, R. (2022). *Efek Terapeutik Surah Al-Fatihah dan Al-Insyirah pada Pasien dengan Nyeri Kronis: Sebuah Tinjauan Literatur*. Jurnal Penelitian Islam dan Kesehatan, 9(1), 55-62