

PENERAPAN TERAPI DZIKIR SEBAGAI UPAYA NON FARMAKOLOGIS DALAM ANSIETAS DENGAN TINDAKAN MASTEKTOMI DI INSTALASI BEDAH SENTRAL RSUD LABUANG BAJI MAKASSAR

Niken Pradipta Sumilat¹, Rizky Iftitah², Arifuddin³, Sajekti Tjahningrum⁴

Universitas Muslim Indonesia

Email : nikensumilat@gmail.com¹, rizqyiftitah.alam@umi.ac.id², ariefllaode7@gmail.com³,
sajekti.tjahningrum@gmail.com⁴

ABSTRAK

Kanker payudara merupakan suatu kondisi dimana sel telah kehilangan pengendalian dalam tubuh, pertumbuhannya sangat cepat tidak terkontrol kemudian akan menyerang dan menyebar ke jaringan sekitarnya. terdapat 2,3 juta wanita yang didiagnosis kanker payudara dan 685.000 kematian di seluruh dunia. Pada akhir tahun 2020, terdapat 7,8 juta wanita yang hidup dan telah didiagnosis menderita kanker dalam lima tahun terakhir, Tindakan mastektomi merupakan pengalaman traumatik yang mengancam setiap orang yang akan menjalani pembedahan. Ansietas merupakan istilah yang sangat akrab dengan kehidupan sehari-hari yang menggambarkan keadaan khawatir, Gelisah, takut, tidak tenang disertai berbagai keluhan fisiki. Tujuan: Untuk mengetahui Bagaimana Penerapan Terapi Dzikir Sebagai Upaya Non Farmakologis Dalam Ansietas Dengan Tindakan Mastektomi di Instalasi Bedah Sentral RSUD Labuang Baji Makassar. Metode: Terlebih dahulu pasien di putarkan audio dzikir selama 15 menit kemudian pasien mengulangi selama 30 menit secara berkala dan menganjurkan pasien terus mengucapkan dzikir. Hasil: Sebelum terapi, pasien memiliki ansietas tinggi, setelah melakukan terapi dzikir ansietas menurun ditandai dengan pasien lebih tenang, raut muka membaik, tanda-tanda vital menurun. Kesimpulan: Terapi Dzikir efektif menurunkan ansietas pada pasien yang akan melakukan tindakan mastektomi dan dapat dijadikan alternatif non-farmakologis yang aman serta efektif dalam menurunkan.

Kata Kunci: Kanker Payudara, Ansietas, Terapi Dzikir.

ABSTRACT

Breast cancer is a condition where cells have lost control in the body, their growth is very fast and uncontrolled and then will attack and spread to the surrounding tissue. There are 2.3 million women diagnosed with breast cancer and 685,000 deaths worldwide. At the end of 2020, there were 7.8 million women alive and had been diagnosed with cancer in the last five years. Mastectomy is a traumatic experience that threatens anyone who will undergo surgery. Anxiety is a term that is very familiar with everyday life that describes a state of worry, restlessness, fear, restlessness accompanied by various physical complaints. Objective: To find out How to Apply Dhikr Therapy as a Non-Pharmacological Effort in Anxiety with Mastectomy Procedures in the Central Surgical Installation of Labuang Baji Hospital, Makassar. Method: First, the patient is played dhikr audio for 15 minutes then the patient repeats it for 30 minutes periodically. Results: Before therapy, the patient had high anxiety, after doing dhikr therapy, anxiety decreased, marked by the patient being calmer, facial expressions improving, and vital signs decreasing. Conclusion: Dhikr therapy is effective in reducing anxiety in patients who are going to undergo a mastectomy and can be used as a safe and effective non-pharmacological alternative in reducing anxiety.

Keywords: Breast Cancer, Anxiety, Dhikr Therapy.

PENDAHULUAN

Keperawatan perioperatif adalah praktik keperawatan profesional yang berfokus pada

pemberian asuhan keperawatan komprehensif kepada pasien sebelum praoperatif, selama intraoperatif, dan setelah pascaoperatif prosedur pembedahan. Keperawatan ini mencakup penilaian menyeluruh, persiapan fisik dan psikologis, dukungan selama prosedur operasi, hingga pemulihan dan edukasi lanjutan (Zulkifli B. Pomalango, 2023).

Asuhan keperawatan perioperatif diterapkan secara luas di berbagai rumah sakit dan fasilitas layanan kesehatan. Saat ini, penerapan standar keperawatan menjadi tren global dalam profesi keperawatan sebagai upaya menyatukan terminologi yang digunakan dalam praktik. Pelaksanaan asuhan keperawatan membutuhkan standardisasi, termasuk standar diagnosis, luaran, intervensi, serta penggunaan istilah yang jelas, guna memastikan pelayanan yang tepat, tidak menimbulkan ambiguitas, dan menghasilkan mutu layanan yang konsisten. (Widodo H & Nursalam 2020)

Kanker payudara adalah kondisi ketika sel-sel dalam tubuh tidak lagi terkontrol pertumbuhannya, pertumbuhannya sangat cepat tidak terkontrol kemudian akan menyerang dan menyebar ke jaringan sekitarnya. Kanker payudara merupakan satu diantara penyakit yang dominan menyerang Wanita di dunia. Kanker merupakan tumor ganas yang tidak terdapat pada jaringan payudara yang terdiri atas kelenjar susu, saluran susu, jaringan ikat, adiposa (Nurhayati et al., 2023)

Kanker payudara merupakan jenis kanker yang paling sering ditemukan pada wanita, dengan lebih dari 1 sampai 10 kasus baru setiap tahunnya. Penyakit ini juga menjadi penyebab kematian akibat kanker terbanyak kedua pada wanita di seluruh dunia. Kanker payudara berkembang secara diam-diam, dan sebagian besar penyakit ditemukan pada pemeriksaan rutin (Adi Rizka, Muhammad Khalilul Akbar, 2022)

Kanker payudara adalah kanker yang paling sering didiagnosis pada wanita di Amerika Serikat. Meskipun menempati peringkat kedua dalam hal kematian akibat kanker secara keseluruhan pada wanita setelah kanker paru-paru, Kanker payudara tetap menjadi penyebab utama kematian akibat kanker pada wanita kulit hitam dan Hispanik.

Menurut laporan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), kanker payudara merupakan jenis kanker yang paling banyak terjadi di dunia dan berada pada peringkat kelima sebagai penyebab kematian akibat kanker. Pada tahun 2020, tercatat 2,3 juta kasus baru kanker payudara pada perempuan secara global, dengan angka kematian mencapai 685.000 orang. Hingga akhir tahun tersebut, ada sekitar 7,8 juta perempuan di seluruh dunia yang pernah didiagnosis kanker payudara dalam lima tahun terakhir. (Sutanto et al., 2025)

Insiden penyakit kanker di Indonesia mencapai 136,2 per 100.000 penduduk, menempatkan Indonesia pada peringkat ke-8 di Asia Tenggara dan peringkat ke-23 di Asia. Pada perempuan, jenis kanker dengan angka kejadian tertinggi adalah kanker payudara, yaitu 42,1 per 100.000 penduduk, dengan angka kematian rata-rata 17 per 100.000 penduduk. (Shabiyya, 2024)

Jumlah kasus baru kanker payudara di Indonesia diperkirakan mencapai sekitar 65.858 per tahun dari total populasi 273.523.621 jiwa. Tiga provinsi dengan prevalensi kanker payudara tertinggi adalah Daerah Istimewa Yogyakarta sebesar 2,4% (4.325 kasus), Kalimantan Timur 1,0% (1.879 kasus), dan Sumatera Barat 0,9% (2.285 kasus). Sementara itu, prevalensi di beberapa provinsi lain tercatat sebesar 0,7% di Sulawesi Selatan, 0,8% di Aceh, 0,8% di Bengkulu, 0,8% di DKI Jakarta, dan 0,5% di Jawa Tengah (Dwita Ayu Israwati et al., 2025).

Mastektomi adalah pengalaman traumatis yang mengancam siapa pun yang menjalani prosedur tersebut. Ketakutan ini biasanya dimotivasi oleh berbagai faktor, seperti ancaman

kematian, rasa sakit, dan pendarahan. Kecemasan adalah reaksi emosional terhadap penilaian subjektif seseorang, yang dikondisikan secara tidak sadar dan tanpa penyebab spesifik yang diketahui.

Ansietas merupakan istilah yang sering digunakan dalam kehidupan, menggambarkan keadaan khawatir, cemas, takut, dan gelisah yang disertai berbagai penyakit fisik. Kondisi ini dapat terjadi atau menyertai situasi kehidupan dan berbagai gangguan kesehatan. Kecemasan dapat dicegah melalui terapi, salah satunya adalah terapi zikir. (Lismayanti et al., 2022).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan studi kasus deskriptif yang dilakukan di Rsud Labuang Baji Makassar pada bulan agustus 2025. Terlebih dahulu pasien di putarkan audio dzikir selama 15 menit kemudian pasien mengulangi selama 30 menit secara berkala dan menganjurkan pasien terus mengucapkan dzikir.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Pre Operative

Masalah keperawatan yang muncul pada saat pengkajian yaitu Ansietas berhubungan dengan kekhawatiran mengalami kegagalan. Dengan data subjektif yaitu pasien mengatakan bagaimana dengan tindakan operasinya, pasien merasa cemas dan takut pada operasi yang akan dia alami. Pasien gelisah, pasien menagis sambil memegang tangan suaminya. Tindakan keperawatan yang dilakukan oleh peneliti yaitu melakukan pemberian terapi spritual non farmokologi berupa terapi dzikir sebagai intervensi untuk menurunkan ansietas.

Dimana sebagai tenaga kesehatan harus mempertimbangkan integrasi spiritualitas dalam perawatan, kesehatan mental secara cermat dan hati-hati. Penyedia layanan kesehatan harus peka terhadap kebutuhan dan keyakinan untuk setiap pasien dan berkolaborasi untuk mengintegrasikan spiritualitas ke dalam rencana intervensi keperawatan dengan cara yang suportif dan bermanfaat (Kajal Srivastava, Dr. Kavita Verma, Dr. Poonam Kumari, 2025)

Dalam penelitian yang dilakukan (BAHARUDDIN et al., 2024) dimana pentingnya dalam manajemen ansietas dengan mengelola ansietas berbasis Islam terhadap kesehatan dan kesejahteraan. Dalam penelitiannya menemukan bahwa teknik relaksasi dan terapi himne zikir dapat menurunkan tingkat stres secara signifikan pada pasien hipertensi. himne zikir dapat secara efektif mengurangi stres dan kecemasan yang dilakukan secara berulang yang dilakukan tiap hari dalam waktu 30 menit

Dalam penelitian ini peneliti menerapkan terapi dzikir dimana sebelum dilakukan terapi terlebih dahulu pasien di putarkan audio dzikir, Ny.F diberitaukan membaca Tasbih Subhanallah (Maha suci Allah), Tahmid membaca Alhamdulillah (Segala puji bagi Allah), Takbir membaca Allahu Akbar (Allah maha besar), Tahlil membaca La Ilaha Illallah (Tidak ada Tuhan kecuali Allah), membaca Laa Haula Wala Quwwata Illa Billah (Tiada daya dan kekuatan kecuali dengan pertolongan Allah) masing-masing sebanyak 33 kali secara bergantian, selama 15 menit, yang dilakukan secara rutin.

Setelah menerapkan pemberian terapi spritual non farmokologi berupa terapi dzikir ansietas pasien menurun, kecemasan menurun, gelisah menurun. penurunan Ansietas pada *pre* dan *post implementasi* terapi dzikir maka dapat disimpulkan terdapat pengaruh penerapan terapi dzikir untuk menurunkan tingkat Ansietas terhadap pasien *pre operative masektomi*.

Peneliti berasumsi bahwa, ansietas yang dialami Ny.F mengalami penurunan setelah implementasi terapi dzikir. Pasien nampak tenang, perilaku ngelisah menurun, perilaku tegang menurun, frekuensi nadi menurun. Terjadinya penurunan tingkat kecemasan dikarenakan terapi dzikir yang diterapkan dapat menetralkan dan membuat hati menjadi damai, sebagaimana firman Allah SWT (QS. Ar-ra'd; 15;28) "*Allazīna āmanu wa tatma'innu qulūbuhum biẓikrillāh, alā biẓikrillāhi tatma'innul-qulūb*", yang artinya: hati manusia, akan menjadi tenang dengan rahmat-Nya.

Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian (Muammar et al., 2024) yang dilakukan dalam 2 kali sehari dengan waktu pemberian 10 menit menunjukkan terdapat perbedaan pengaruh terapi dzikir sebelum dan sesudah intervensi terapi dzikir pada pasien *pre operatif* akibat kecemasan yang di akibatkan oleh berbagai stressor diantaranya karena kurangnya pengetahuan pasien terkait perkembangan kondisi penyakitnya dan tindakan pembedahan dengan hasil ansietas menurun akibat pemberian terapi dzikir.

Intervensi Mengajarkan mendengarkan Dzikir berkesinambungan dengan hasil penelitian yang dilakukan (Mastuty et al., 2022) yang mengungkapkan bahwa dengan membaca dan mendengarkan dzikir dapat menurunkan kecemasan pasien *pre operasi*. Selain itu, dengan melakukan dzikir seseorang akan merasa lebih rileks, tenang dan akan merasa jiwa yang sejahtera. Kecemasan yang dialami seseorang dapat diatasi melalui terapi dzikir. Dzikir bekerja dengan cara menenangkan pikiran dan hati yang gelisah, sehingga dapat mengurangi gejala kecemasan. Secara psikologis, dzikir dapat berfungsi sebagai mekanisme koping yang sehat, membantu individu menghadapi stres dan tantangan hidup dengan lebih baik.

Pada penelitian yang dilakukan (Aidi et al., 2025) pada pasien pre operasi diterapkan terapi dzikir selama 3 hari sebelum dilakukan tindakan operasi meskipun mengalami tingkat ansietas berat pada saat sebelum diberikan terapi dzikir. Setelah diterapkan terapi dzikir tingkat ansietas menurun setelah di edukasi dan diterapkan ulang terapi dzikir, tingkat ansietas responden mengalami penurunan karena responden mengikuti instruksi terapi dzikir.

Menurut penelitian yang dilakukan (Aisyatin Kamila, 2022) selama 7 hari dan dilakukan tiap 15 menit dimana dzikir yaitu memikirkan nikmat tuhan. Dzikir dipilih karena pelafalan berulang kata kata yang di yakini mempunyai efek pada tubuh dan membantu seseorang membentuk persepsi yang berbeda dari rasa takut, yaitu keyakinan bahwa stresor apa pun dapat diatasi dengan baik dengan pertolongan Tuhan. Umat Islam percaya bahwa mengulang menyebut Allah (dzikir) dapat menyembuhkan jiwa sehingga menenangkan dan menyembuhkan berbagai penyakit.

Pada jurnal bedah inggris vol 107 edisi 2 hal 26-38 menekankan pentingnya pendekatan multimodal untuk mengurangi kehilangan darah selama operasi besar. Strategi ini mencakup identifikasi dini pasien dengan risiko tinggi perdarahan dan penggunaan agen antifibrinolitik seperti asam tranexamat (Banasiewicz et al., 2023).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pembahasan ini didasarkan pada kaidah asuhan keperawatan yang terdiri atas langkah-langkah yaitu pengkajian, diagnosis, intervensi keperawatan, implementasi dan evaluasi pada pasien dengan Ca mammae maka penulis menyimpulkan bahwa pada pemberian penerapan pada pasien ansietas yang dialami pre operative didapatkan ansietas menurun, dengan kriteria hasil semua tercapai yaitu pasien tampak

tenang, verbal khawatir pasien menurun, tekanan nadi menurun 88x/m, tekanan darah menurun 125/70 mmHg.

DAFTAR PUSTAKA

- Adi Rizka, Muhammad Khalilul Akbar, N. A. P. (2022). CARCINOMA MAMMAE SINISTRA T4bN2M1 METASTASIS PLEURA. *Ugeskrift for Laeger*, 110(27), 788–790.
- Aidi, R., Manurung, A., & Hardika, B. D. (2025). Penerapan Terapi Dzikir terhadap Penurunan Tingkat Ansietas Pasien Pre Operasi. *Termometer : Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran*, 3(April), 150–155.
- Aisyatin Kamila. (2022). Psikoterapi Dzikir Dalam Menangani Kecemasan. *Happiness, Journal of Psychology and Islamic Science*, 4(1), 40–49. <https://doi.org/10.30762/happiness.v4i1.363>
- Banasiewicz, T., Machała, W., Borejsza Wysocki, M., Lesiak, M., Krych, S., Lange, M., Hogendorf, P., Durczyński, A., Cwaliński, J., Bartkowiak, T., Dziki, A., Kielan, W., Kłęk, S., Krokowicz, Ł., Kusza, K., Myśliwiec, P., Pędziwiatr, M., Richter, P., Sobocki, J., ... Wallner, G. (2023). Principles of minimize bleeding and the transfusion of blood and its components in operated patients – surgical aspects. *Polish Journal of Surgery*, 95(5), 14–39. <https://doi.org/10.5604/01.3001.0053.8966>
- BAHARUDDIN, B. H., TUMIRAN, M. A., & OPIR, H. (2024). Stress Management From an Islamic Perspective: a Content Analysis of Recent Literature. *Quantum Journal of Social Sciences and Humanities*, 5(2), 120–136. <https://doi.org/10.55197/qjssh.v5i2.356>
- Sutanto, K. W., Prayogo, D. L., Wikanta, E. R., & Stephanie, I. (2025). Breast cancer incidence after prophylactic mastectomy: a systematic review. *International Journal of Advances in Medicine*, 12(4), 419–426. <https://doi.org/10.18203/2349-3933.ijam20251941>
- Nurhayati, N., Arifin, Z., & Hardono, H. (2023). Kejadian Kanker Payudara (Studi Retrospektif) Di Lampung, Indonesia. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 13(2), 172–183. <https://doi.org/10.33024/hjk.v13i2.105>
- Mastuty, A., Yulandasari, V., Asmawariza, L. H., Wiresanta, L., & Suhamdani, H. (2022). Pengaruh Dzikir Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi di Ruang IBS (Instalasi Bedah Sentral) RSUD Praya. *Jurnal Kesehatan Qamarul Huda*, 10(1), 123–127. <https://doi.org/10.37824/jkqh.v10i1.2022.308>
- Muammar, Sudarman, Agustini, T., & Tjahjaningrum, S. (2024). Penerapan Terapi Dzikir untuk Menurunkan Ansietas terhadap Pasien Preoperative. *Wal'afiat Hospital Journal*, 1(2), 14–22. <https://whj.umi.ac.id/index.php/whj/article/view/45>
- Zulkifli B. Pomalango. (2023). Penerapan Teori Keperawatan Comfort Katharine Kolcaba dalam Pemberian Asuhan Keperawatan Perioperatif. *Jurnal Anestesi*, 1(3), 118–127. <https://doi.org/10.59680/anestesi.v1i3.342>