



Implementasi Terapi Dzikir untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan pada Pasien Preoperasi dengan Spinal Anestesi

Andika Juwita Plorentina¹, Tophan Heri Wibowo², Madyo Maryoto³

^{1,2}Anesthesiology Nursing Study Program, Applied Undergraduate Program, Faculty of Health, Harapan Bangsa University

³Nursing Study Program, Diploma Program, Faculty of Health, Harapan Bangsa University

Correspondence author: Andika Juwita Plorentina

Email: baturajabb19@gmail.com

Address : RSS SRIWIJAYA BLOK.AB 13, South Sumatra 32111 Indonesia, Telp. 089630095019

DOI: <https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v6i4.938>



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Abstract

Introduction: Anxiety is a psychological response often experienced by patients before undergoing surgery. It may arise due to a lack of information regarding surgical and anesthetic procedures. If not properly managed, anxiety can affect patient readiness and potentially impact perioperative outcomes. One non-pharmacological intervention to reduce anxiety is dhikr therapy, a spiritual approach involving repetitive recitation to promote calmness and relaxation.

Objective: The purpose of this community service was to evaluate the effectiveness of dhikr therapy in reducing anxiety levels among preoperative patients undergoing spinal anesthesia.

Method: This community service (PkM) activity used a pre-experimental one-group pretest-posttest design. Anxiety levels were measured using the Amsterdam Preoperative Anxiety and Information Scale (APAIS) before and after the implementation of dhikr therapy. The activity was conducted from September 30 to October 31, 2025, involving 30 preoperative patients undergoing spinal anesthesia at RSI Fatimah Cilacap.

Result: Prior to the intervention, most patients experienced severe anxiety (73.3%) and very severe anxiety/panic (26.7%). After the implementation of dhikr therapy, anxiety levels decreased significantly, with patients categorized as having mild anxiety (63.3%) and moderate anxiety (36.7%), and no patients remaining in the severe or panic categories.

Conclusion: Dhikr therapy is an effective non-pharmacological intervention in reducing anxiety levels among preoperative patients undergoing spinal anesthesia. This approach can be considered as a complementary therapy in perioperative care. The output of this activity is a scientific journal publication.

Keywords: Anxiety, Dhikr Therapy, Preoperative Patients, Spinal Anesthesia

Latar Belakang

Kecemasan preoperasi merupakan respon psikologis yang umum dialami pasien sebelum menjalani tindakan pembedahan. Kondisi ini dapat dipicu oleh ketakutan terhadap prosedur operasi, anestesi, nyeri pascaoperasi, hingga kemungkinan komplikasi selama tindakan pembedahan. Kecemasan yang tidak ditangani dengan baik dapat memengaruhi kondisi fisiologis pasien, seperti peningkatan tekanan darah, denyut jantung, dan frekuensi pernapasan sehingga dapat memengaruhi keberhasilan tindakan anestesi maupun proses pemulihan pasien.

Secara global, prevalensi kecemasan preoperasi masih cukup tinggi. Bedaso et al. (2020) melaporkan bahwa sekitar 48% pasien mengalami kecemasan sebelum operasi. Di Indonesia, gangguan mental emosional seperti kecemasan juga masih menjadi masalah kesehatan yang cukup tinggi, terutama pada pasien yang akan menjalani prosedur pembedahan.

Salah satu teknik anestesi yang sering digunakan pada tindakan operasi adalah spinal anestesi. Meskipun memiliki berbagai kelebihan seperti pemulihan yang lebih cepat dan kontrol nyeri yang baik, pasien yang menjalani spinal anestesi tetap berisiko mengalami kecemasan karena pasien berada dalam kondisi sadar selama prosedur berlangsung. Tingginya angka pasien spinal anestesi di RSI Fatimah Cilacap menunjukkan perlunya intervensi yang efektif untuk menurunkan tingkat kecemasan pasien preoperasi.

Upaya penanganan kecemasan dapat dilakukan melalui pendekatan farmakologis maupun nonfarmakologis. Pendekatan nonfarmakologis dinilai lebih aman karena minim efek samping dan mudah diterapkan. Salah satu intervensi yang dapat digunakan adalah terapi dzikir. Terapi dzikir merupakan pendekatan spiritual dengan mengucapkan kalimat-kalimat dzikir secara berulang yang bertujuan memberikan ketenangan, rasa nyaman, dan relaksasi pada pasien. Secara fisiologis, terapi dzikir dapat membantu menurunkan aktivitas sistem saraf simpatis dan menurunkan hormon stres seperti kortisol sehingga pasien menjadi lebih tenang dan rileks. Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa terapi dzikir efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien preoperasi.

Berdasarkan fenomena tersebut, diperlukan implementasi terapi dzikir sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis untuk membantu menurunkan tingkat kecemasan pada pasien preoperasi dengan spinal anestesi di RSI Fatimah Cilacap.

Tujuan

1. Mengetahui tingkat kecemasan pasien preoperasi dengan spinal anestesi sebelum diberikan terapi dzikir.
2. Implementasikan terapi dzikir pada pasien preoperasi dengan spinal anestesi.
3. Mengetahui tingkat kecemasan pasien preoperasi dengan spinal anestesi sesudah diberikan terapi dzikir.

Metode

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan desain pre-experimental dengan pendekatan one group pretest-posttest design. Kegiatan dilaksanakan di RSI Fatimah Cilacap pada bulan September hingga Oktober 2025.

Populasi dalam kegiatan ini adalah seluruh pasien yang akan menjalani operasi dengan spinal anestesi. Sampel berjumlah 30 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive

sampling sesuai dengan kriteria inklusi yaitu pasien preoperasi dengan spinal anestesi yang mengalami kecemasan dan bersedia menjadi responden.

Variabel independen dalam kegiatan ini adalah terapi dzikir, sedangkan variabel dependen adalah tingkat kecemasan pasien preoperasi. Tingkat kecemasan diukur menggunakan instrumen Amsterdam Preoperative Anxiety and Information Scale (APAIS).

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan pemberian informed consent kepada responden. Selanjutnya dilakukan pengukuran tingkat kecemasan awal menggunakan kuesioner APAIS. Setelah itu responden diberikan terapi dzikir selama $\pm 5-7$ menit dalam kondisi nyaman dengan membacakan kalimat dzikir seperti tasbih, tahmid, takbir, dan tahlil. Setelah intervensi selesai, dilakukan pengukuran kembali tingkat kecemasan menggunakan instrumen yang sama.

Data dianalisis secara deskriptif menggunakan distribusi frekuensi dan persentase untuk menggambarkan perubahan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi.

Hasil

Tabel 1 Tingkat kecemasan sebelum implementasi terapi dzikir

Tingkat Kecemasan sebelum	<i>f</i>	%
Tidak Ada (1-6)	0	0
Ringan (7-12)	0	0
Sedang (13-18)	0	0
Berat (19-24)	22	73,3
Berat Sekali/Panik (25-30)	8	26,7
Total	30	100,0

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa mayoritas pasien mengalami kecemasan berat sebanyak 22 responden (73,3%), sedangkan 8 responden (26,7%) mengalami kecemasan berat sekali atau panik. Tidak terdapat responden dengan tingkat kecemasan ringan maupun sedang sebelum dilakukan implementasi terapi dzikir.

Tabel 2 Implementasi terapi dzikir pada pasien preoperasi

Komponen Implementasi	<i>f</i>	%
Kehadiran Peserta	30	100
Kepatuhan Mengikuti Dzikir	30	100
Durasi Terapi (5-6 menit)	30	100
Pasien Kooperatif	30	100
Hambatan	0	0
Total	30	100

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa seluruh responden mengikuti implementasi terapi dzikir dengan baik. Seluruh peserta hadir dan mengikuti terapi hingga selesai dengan durasi 5–7 menit. Tidak ditemukan hambatan selama pelaksanaan kegiatan berlangsung dan seluruh pasien bersikap kooperatif selama intervensi.

Tabel 3 Tingkat Kecemasan Sesudah Implementasi Terapi Dzikir

Tingkat Kecemasan sesudah	<i>f</i>	%
Tidak Ada (1-6)	0	0
Ringan (7-12)	19	63,3
Sedang (13-18)	11	36,7
Berat (19-24)	0	0
Berat Sekali/Panik (25-30)	0	0
Total	30	100,0

Berdasarkan Tabel 3 diketahui bahwa setelah diberikan terapi dzikir mayoritas responden mengalami kecemasan ringan sebanyak 19 responden (63,3%) dan kecemasan sedang sebanyak 11 responden (36,7%). Tidak terdapat lagi responden dengan tingkat kecemasan berat maupun panik setelah dilakukan intervensi.

Diskusi

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa sebelum diberikan terapi dzikir sebagian besar pasien mengalami kecemasan berat hingga panik. Tingginya tingkat kecemasan pada pasien preoperasi dapat disebabkan oleh rasa takut terhadap prosedur operasi, anestesi, nyeri, serta kemungkinan komplikasi yang dapat terjadi selama tindakan pembedahan.

Pasien yang menjalani spinal anestesi cenderung mengalami kecemasan lebih tinggi karena pasien berada dalam kondisi sadar selama prosedur operasi berlangsung. Kondisi tersebut dapat menyebabkan pasien merasa takut, tegang, dan tidak nyaman sebelum tindakan operasi dilakukan.

Setelah diberikan terapi dzikir terjadi penurunan tingkat kecemasan pada seluruh responden. Mayoritas pasien mengalami perubahan tingkat kecemasan dari kategori berat menjadi ringan. Hasil ini menunjukkan bahwa terapi dzikir memberikan efek relaksasi dan ketenangan psikologis pada pasien preoperasi.

Terapi dzikir bekerja melalui pendekatan spiritual dan psikologis yang dapat membantu pasien lebih tenang dan meningkatkan mekanisme koping terhadap stres. Dzikir yang dilakukan secara berulang dapat membantu menurunkan aktivitas sistem saraf simpatis sehingga tubuh menjadi lebih rileks. Selain itu, terapi dzikir juga membantu pasien meningkatkan rasa pasrah dan keyakinan kepada Tuhan sehingga rasa takut dan cemas dapat berkurang.

Hasil kegiatan ini sejalan dengan penelitian Octari et al. (2020) yang menyatakan bahwa terapi dzikir efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien preoperasi. Penelitian lain oleh Effendi (2021) juga menjelaskan bahwa terapi dzikir memiliki efek psikoterapeutik yang mampu meningkatkan ketenangan jiwa dan mengurangi stres.

Implementasi terapi dzikir dalam kegiatan ini menunjukkan bahwa intervensi nonfarmakologis berbasis spiritual dapat diterapkan sebagai terapi pendamping pada pasien preoperasi, khususnya pasien dengan spinal anestesi.

Kesimpulan

Implementasi terapi dzikir terbukti efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien preoperasi dengan spinal anestesi di RSI Fatimah Cilacap. Sebelum diberikan terapi dzikir mayoritas pasien mengalami kecemasan berat hingga panik, sedangkan setelah intervensi sebagian besar pasien mengalami kecemasan ringan dan sedang.

Terapi dzikir dapat digunakan sebagai intervensi nonfarmakologis berbasis spiritual untuk membantu meningkatkan ketenangan dan kenyamanan pasien sebelum menjalani tindakan operasi.

Daftar Pustaka

1. Adriswani, R. (2021). *Efektivitas Senam Hamil Terhadap Penurunan Kecemasan Menghadapi Persalinan Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Gambir Kabupaten Mandailing Natal*.
2. Annisa, D. F., & Ildil, I. (2020). Konsep Kecemasan (Anxiety) Pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor*, 5(2), 93–99.
3. Astuti, A., Abiyoga, A., & Safitri, K. H. (2021). Gambaran Karakteristik, Pengetahuan, Dan Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea Di Instalasi Bedah Sentral. *Jurnal Keperawatan Wiyata*, 2(2), 11. <https://doi.org/10.35728/Jkw.V2i2.363>
4. Ayuningtyas, D., & Rayhani, M. (2020). Analisis Situasi Kesehatan Mental Pada Masyarakat Di Indonesia Dan Strategi Penanggulangannya. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 1–10.
5. Azzahroh, P., Hanifah, A., & Nurmawati, N. (2020). Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea Di Rumah Sakit Ridhoka Salma Cikarang Tahun 2019. *Journal For Quality In Women's Health*, 3(2), 127–132.
6. Bedaso, A., & Ayalew, M. (2020). Preoperative Anxiety Among Adult Patients Undergoing Elective Surgery: A Prospective Survey At A General Hospital In Ethiopia. *Patient Safety In Surgery*, 13, 1–8.
7. Darmapan, S. A., Nuryanto, K. N., & Yusniawati, Y. N. P. Y. (2022). Kepatuhan Penata Anestesi Dalam Penerapan Dokumentasi Menggunakan Surgical Safety Checklist Di Ruang Operasi. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 6(1), 61–66.
8. Effendi, N. (2021). *Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Salemba Medika.
9. Fenn, K., & Byrne, M. (2022). The Key Principles Of Cognitive Behavioural Therapy. *Innovait*, 6(9), 579–585.
10. Firdaus. (2020). *Construction Validation And Instrument Reliability Test The Amsterdam Preoperative Anxiety And Information Scale (Apaais) Version Indonesia*.
11. Fresia, S., & Ambarwati, D. (2024). Efektivitas Hypnosis Lima Jari Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Preoperasi Di Rumah Sakit Dik Puskikes. *Jurnal Manajemen Kesehatan Dan Keperawatan*, 1(1), 45–49.
12. Hawari, D. (2020). *Al Qur'an Ilmu Kedokteran Jiwa Dan Kesehatan Jiwa*.
13. Hawari, D. (2021). *Manajemen Stress Cemas Dan Depresi*. Jakarta: Badan Penerbit FKUI
14. Hastono, Sutanto, Priyo. (2012). *Statistik Kesehatan*.
15. Hidayati, F., Sulistyowati, A., & Riesmiyatiningsyah, R. (2019). *Asuhan Keperawatan Pada Ibu Hamil Dengan Diagnosa Medis Post Op Sectio Caesareaa Dengan Indikasi Letak Sungsang Di Ruang Mawar Kuning RSUD Bangil*. Kerta Cendekia Nursing Academy.
15. Hunie, M., Fenta, E., Kibret, S., & Teshome, D. (2021). The Current Practice Of Spinal Anesthesia In Anesthetists At A Comprehensive Specialized Hospital: A Single Center Observational Study. *Local And Regional Anesthesia*, 51–56.

16. Indriyani, P., & Faradisi, F. (2021). Literature Review: Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Peningkatan Peristaltik Usus Pasien Post Pembedahan Laparatomi. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*, 1, 2220–2223.
17. Isdwiyani, R. Y. (2019). *PENERAPAN CITRUS AROMATERAPI TERHADAP ANSIETAS PASIEN PREOPERASI BEDAH MAYOR (SECTIO CAESAREA) DI RUMAH SAKIT ROEMANI SEMARANG*. Universitas Muhammadiyah Semarang.
18. Khoiriandoh. (2025). *The Effect Of Dzikir In Reducing Anxiety In Patients Undergoing Modified Radical Mastectomy (MRM)*. <https://doi.org/10.53713/Htechj.V3i5.481>
19. Kirana, W., Litaqia, W., Karlistiyaningsih, B., & Hidayah, N. (2022). *Buku Panduan Self Talk Positive Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Dan Stres Garda Terdepan Penanganan COVID-19*. Penerbit NEM.
20. Konijn, A., Aldecoa, C., Benhamou, D., Frkovic, V., Kessler, P., & Marhofer, P. (2023). Regional Anaesthesia Practices: Insights From A European Survey. *European Journal Of Anaesthesiology And Intensive Care*, 2(4), E0026.
21. Lestari, A., & Arafah, E. H. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Pasien Preoperasi Sectio Caesarea Di RSUD Lamaddukelleng. *JHNMSA ADPERTISI JOURNAL*, 1(2), 20–41.
22. Octary, T., Akhmad, A. N., & Susito, S. (2020). The Effect Of Dhikr Therapy On Anxiety In Preoperative Patients At Surgical Room In Pemangkat General Hospital In 2020. *Tanjungpura Journal Of Nursing Practice And Education*, 2(2).
23. Pangestu, M. A., Yudono, D. T., & Novitasari, D. (2024). PENGARUH TERAPI MUROTTAL TERHADAP PENURUNAN KECEMASAN PADA PASIEN PRE OPERASI DENGAN GENERAL ANESTESI DI INSTALASI BEDAH SENTRAL (IBS) RUMAH SAKIT ISLAM (RSI) FATIMAH CILACAP. *Jurnal Penelitian Multidisiplin Nusantara*, 5(4).
24. Purnamarini, D. P. A. (2020). *Pengaruh Terapi Expressive Writing Terhadap Penurunan Kecemasan Saat Ujian Sekolah (Studi Kuasi Eksperimen Terhadap Siswa Kelas XI Di SMA Negeri 59 Jakarta)*. UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA.
25. Putri, S. B., & Martin, W. (2020). Faktor Internal Dan Eksternal Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Pasien Pre-Operasi Mayor Di Ruang Rawat Inap Bedah. *Nan Tongga Health And Nursing*, 14(1), 60–67.
26. Rahmawati, I., Fernalia, F., & Safitria, A. (2020). Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Kecemasan Pada Pasien Pra Operasi Di RSUD Dr. M. Yunus Bengkulu. *Jurnal Kesehatan Medika Udayana*, 6(2), 111–122.
27. Risdayati, R., Rayasari, F., & Badriah, S. (2021). Analisa Faktor Waktu Pulih Sadar Pasien Post Laparatomi Anestesi Umum. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 4(2), 480–486. <https://doi.org/10.31539/Jks.V4i2.1932>
28. Sadock, B. J. (2019). *Kaplan & Sadock's Synopsis Of Psychiatry: Behavioral Sciences/Clinical Psychiatry* (Vol. 2019). Wolters Kluwer Philadelphia, PA.
29. Samedi, B. P. (2021). *Buku Ajar Teknik Anestesi Umum*. Airlangga University Press.
30. Setyowati, A. (2019). *Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik Terhadap Kecemasan Pada Pasien Pre Spinal Anestesi Di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta*. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
31. Sholehah, K. M. (2021). *Kajian Penggunaan Epinefrin Dalam Anestesi Lokal Lidokain 2% Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi*. UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA.

32. Simamora, I. R., & Akbari, M. (2022). Tingkat Kecemasan Orang Tua Terhadap Anak Dalam Mengikuti Olahraga Beladiri Di Club Taewondo Kota Langsa. *Jurnal Olahraga Rekreasi Samudra*, 5(2), 12–22.
33. Stuart, G. W. (2022). *Prinsip Dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa Stuart, Edisi Indonesia 11: Prinsip Dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa Stuart, Edisi Indonesia 11*. Elsevier Health Sciences.
34. Sugiarta, P. A., Juniarta, I. G. N., & Kamayani, M. O. A. (2021). Gambaran Kecemasan Pada Pasien Pra-Operasi Di RSUD Buleleng. *Coping: Community Of Publishing In Nursing*, 9(3), 305.
35. Sunarti, T. (2024). *Pengaruh Terapi Dzikir Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Op Vitrectomy Di Ruang Baitul Izzah 2 Rsi Sultan Agung Semarang*. Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
36. Supriyanti, L. (2024). *The Effect Of Dzikir On Reducing Anxiety Levels In Pre-Cataract Surgery Patients At The Puri Cinere Hospital Eye Clinic*.
37. Sutejo, N. (2019). *Keperawatan Jiwa*. Yogyakarta: Pustaka Baru Pres.
38. Suwenten, I Nyoman. (2022). *GAMBARAN PULIH SADAR PASIEN GENERAL ANESTESI DENGAN RUMATAN ANESTESI SEVOFLURANE DAN TIVA PROPOFOL DI RUANG INSTALASI BEDAH SENTRAL RSU NEGARA*.
39. Talebong, V. U. (2021). *PENGARUH ANESTESI SPINAL DAN ANESTESI EPIDURAL TERHADAP KADAR GULA DARAH PADA OPERASI SECTIO CAESAREA: LITERATURE REVIEW= EFFECT OF SPINAL ANESTHESIA AND EPIDURAL ANESTHESIA ON BLOOD SUGAR LEVELS IN CESAREAN SECTION SURGERY: LITERATURE REVIEW*. Universitas Hasanuddin.
40. Taravella, D. (2019). *Hubungan Pengetahuan Operasi Dengan Tingkat Kecemasan Pre Operasi Pasien Dengan Tindakan Spinal Anestesi Di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Yogyakarta*. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
41. WHO. (2020). *WHO*.
42. Yoshua, K. (2023). *HUBUNGAN KARAKTERISTIK RESPONDEN DENGAN TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN PENCABUTAN GIGI IMPAKSI*. POLTEKKES KEMENKES YOGYAKARTA.