

PEMBERIAN TERAPI MUROTTAL AL-QUR'AN UNTUK MENGURANGI TINGKAT NYERI PADA PASIEN DENGAN LOW BACK PAIN

¹Novikha Suci Rachmadhani, ²Sukwan Sumono, *¹Iswanti Purwaningsih

¹Politeknik Kesehatan Karya Husada Yogyakarta

²RSUD Panembahan Senopati Bantul

e-mail : novikha.sucirachmadhani@gmail.com

ABSTRAK

Low Back Pain (LBP) adalah nyeri akut maupun kronik yang dirasakan di daerah punggung bawah dan biasanya merupakan nyeri local maupun nyeri radicular atau keduanya di daerah lumbosacral. Penanganan nonfarmakologi yang dapat dilakukan untuk menurunkan nyeri pada kasus *low back pain* (LBP) adalah dengan pemberian terapi Murottal Al-Qur'an. Mendapatkan gambaran tingkat nyeri pada pasien *low back pain* (LBP) dengan pemberian terapi murottal Al-Qur'an. Metode dalam karya tulis ilmiah ini menggunakan desain studi kasus deskriptif dengan subjek studi kasus ini adalah satu orang pasien dengan kasus low back pain (LBP). Hasil dari pemberian terapi murottal Al-Qur'an yang dilakukan selama tiga hari pada 1 pasien dengan *low back pain* (LBP) dengan skala nyeri menggunakan wong baker pain rating scale, skala nyeri tertinggi pada ekspresi wajah keempat turun menjadi skala nyeri terendah yaitu ekspresi wajah. Implementasi terapi murottal Al-Qur'an yang dilakukan selama tiga hari, dapat menurunkan tingkat nyeri *low back pain* (LBP) dengan skala nyeri tertinggi menggunakan wong baker scale yaitu berada pada ekspresi wajah keempat turun menjadi skala nyeri terendah yaitu pada ekspresi wajah kedua. Terdapat pengaruh pemberian terapi murottal Al-Qur'an terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien dengan *low back pain* (LBP)

Kata Kunci : LBP, terapi murottal Al-Qur'an, nyeri

ABSTRACT

Low Back Pain (LBP) is acute or chronic pain that is felt in the lower back area and is usually local pain or radicular pain or both in the lumbosacral area. Non-pharmacological treatment that can be done to reduce pain in cases of low back pain (LBP) is by giving Murottal Al-Qur'an therapy. To get an overview of the level of pain in patients with low back pain (LBP) by giving murottal Al-Qur'an therapy. The method in this scientific paper uses a descriptive case study design with the subject of this case study is one patient with a case of low back pain (LBP). The results of administering murottal Al-Qur'an therapy for three days in 1 patient with low back pain (LBP) with a pain scale using the wong baker pain rating scale, the highest pain scale on the fourth facial expression dropped to the lowest pain scale, namely facial expressions. The implementation of murottal Al-Qur'an therapy, which was carried out for three days, could reduce the level of low back pain (LBP) with the highest pain scale using the wong baker scale, which was on the fourth facial expression, down to the lowest pain scale, namely on the second facial expression. There is an effect of giving murottal Al-Qur'an therapy to reduce pain levels in patients with low back pain (LBP).

Keywords: LBP, murottal Al-Qur'an therapy, pain

PENDAHULUAN

Low back pain (LBP) atau nyeri punggung bawah termasuk salah satu dari gangguan muskuloskeletal, gangguan psikologis dan akibat dari mobilisasi yang salah yang disebabkan oleh posisi tubuh yang kurang baik seperti saat duduk atau saat sedang beraktivitas. LBP umumnya ditandai dengan adanya rasa nyeri pada area tulang punggung bagian bawah. (Putri, Nur afifah, Nurul Aktifah 2019).

Jumlah penderita nyeri punggung bawah di Indonesia tidak diketahui pasti, namun diperkirakan antara 7,6% sampai 37%. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (2018), terdapat 26,74% penduduk usia 15 tahun keatas yang bekerja mengalami keluhan dan gangguan kesehatan (Kemenkes RI, 2019). Prevalensi LBP di bangsal Anggrek RSUP Dr. Sardjito Yogyakarta perenam bulan, mulai dari bulan November 2021 hingga April 2022 terdapat 18 pasien dengan kasus *low back pain* (LBP) dengan jumlah kasus perbulan yaitu pada bulan November 2021 terdapat 6 kasus LBP, pada bulan Desember 2021 terdapat 2 kasus, bulan Januari 2022 terdapat 4 kasus, bulan Februari 2022 terdapat 1 kasus, pada bulan Maret 2022 terdapat 2 kasus, dan pada bulan April 2022 terdapat 3 kasus pasien dengan *low back pain*.

Nyeri yang terasa pada *low back pain (LBP)* ini dapat ditangani dengan cara farmakologis dan nonfarmakologis. Salah satu cara nonfarmakologis yang mudah untuk dilakukan yaitu dengan pemberian terapi murottal Al-Qur'an untuk mengurangi nyeri yang dirasakan dengan pengalihan perhatian dan pikiran positif atau disebut sebagai teknik distraksi. (Mulyani, Purnawan, and Upoyo 2019).

Salah satu teknik distraksi yang efektif adalah terapi murottal (mendengarkan bacaan ayat-ayat suci Al-Qur'an), yang dapat menurunkan nyeri fisiologis, stres, dan kecemasan dengan mengalihkan perhatian seseorang dari nyeri (Khalilati and Humaidi 2019). Dari penelitian tersebut Hasil yang didapat sebelum dilakukan terapi mendengarkan murottal Al- Qur'an menunjukkan bahwa responden mengalami tingkat skala nyeri ringan berjumlah 5 orang (15%) dan yang mengalami nyeri sedang berjumlah 15 orang (75%) dari data keseluruhan responden berjumlah 20 (100%) orang kemudian setelah dilakukan terapi mendengarkan murottal Al-Qur'an terdapat adanya perubahan terhadap respon rasa nyeri sedang menjadi ringan berjumlah 18 orang (90%) responden, dan 2 orang (10%) responden yang mengalami nyeri sedang.

Dari uraian di atas bahwa *low back pain (LBP)* banyak terjadi pada pekerja ataupun lansia dan untuk pengobatannya selain dengan obat dari dokter atau secara farmakologis, juga dapat menggunakan pengobatan secara nonfarmakologis dengan cara terapi murottal Al-Qur'an yang sangat mudah untuk dilakukan. Maka dalam karya tulis ini, penulis tertarik untuk menerapkan terapi murottal Al-Qur'an pada pasien dengan *low back pain (LBP)*. Penerapan terapi ini sebagai bentuk intervensi terhadap pasien *low back pain* untuk membantu mengurangi tingkat nyeri yang dikeluhkan.

METODE

Studi kasus yang digunakan dalam karya ilmiah ini merupakan studi kasus dengan metode deskriptif, yaitu jenis penelitian yang dilakukan dengan tujuan untuk menggambarkan atau mendeskripsikan penerapan pemberian terapi murottal Al-Qur'an untuk mengurangi tingkat nyeri pada pasien dengan *low back pain* di bangsal Anggrek 1 RSUP Dr. Sardjito Yogyakarta. Jumlah subjek studi kasus pada penelitian yang saya teliti yaitu terdapat satu subjek. Subjek yang digunakan dalam studi kasus ini adalah pasien dengan *low back pain* di bangsal Anggrek 1 RSUP Dr. Sardjito Yogyakarta. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan wawancara, observasi, dokumentasi, dan pemeriksaan fisik. Data yang dikumpulkan adalah hasil dari proses pengumpulan data wawancara, observasi, dokumen, dan pemeriksaan fisik, yang berupa identitas pasien, keluhan umum, tanda dan gejala, pengkajian nyeri dengan PQRST, pengkajian menggunakan 11 pola fungsi Gordon, penilaian terhadap skala nyeri dan respon pasien sebelum dan sesudah dilakukan tindakan pemberian murottal Al-Qur'an, hasil pemeriksaan penunjang seperti hasil rontgen, rekam medis pasien, pemeriksaan fisik seperti inspeksi untuk memeriksa apakah ada benjolan, deformitas, atau kelainan pada tulang belakang dan palpasi pada daerah yang terasa nyeri, di mana data tersebut harus relevan dan sesuai dengan kenyataan. Penyajian data pada penelitian ini menggunakan tabel yang berisi hasil/data tingkat nyeri *low back pain* dari tindakan pemberian terapi murottal Al-Qur'an sebelum dan setelah dilakukan yang kemudian dibandingkan, disertai dengan penjelasan atau narasi dan cuplikan dari ungkapan verbal subjek.

HASIL

Tindakan dilakukan empat kali selama tiga hari dengan waktu, hari pertama dua kali pada pukul 10.00 dan 13.00 WIB, hari kedua, ketiga dilakukan satu kali pada pukul 13.00 WIB. Pengukuran skala nyeri dilakukan dengan menggunakan Wong Baker Pain Rating Scale

karenapasien memiliki gangguan kognitif.

Tabel 1 Hasil Implementasi Hari Pertama Pengukuran Skala Nyeri *Pre* dan *Post* Terapi Murottal Al-Qur'an

No	Intervensi ke	Jam	Skala Nyeri Sebelum Intervensi	Skala Nyeri Sesudah Intervensi
1	1	10.00 WIB	 Wajah ke 4 : nyeri sedang/lebih sakit lagi (skala5-6)	 Wajah ke 4 : nyeri sedang/lebih sakit lagi (skala 5-6)
2	2	13.00 WIB	 Wajah ke 4 : nyeri sedang/lebih sakit lagi (skala5-6)	 Wajah ke 3 : nyeri sedang/lebih menyakitkan (skala 3-4)

Interpretasi : berdasarkan tabel 1 maka dapat diinterpretasikan, bahwa Pada hari pertama pada tanggal 12 April 2022, Implementasi yang dilakukan pada hari pertama sebanyak dua kali dengan hasil skala nyeri tertinggi menggunakan wong baker pain rating scale yaitu pada wajah kempat : nyeri sedang/lebih sakit lagi dan terendah pada skala wajah ketiga : nyeri sedang/lebih menyakitkan. Pada implementasi pertama tidak ada penurunan skala nyeri, kemudian pada implementasi kedua terdapat penurunan skala nyeri, dari skala wajah keempat turun menjadi skala wajah ketiga.

Tabel 2 Hasil Implementasi Hari Kedua Pengukuran Skala Nyeri *Pre* dan *Post* Terapi Murottal Al-Qur'an

No	Intervensi ke	Waktu	Skala Nyeri Sebelum Intervensi	Skala Nyeri Sesudah Intervensi
3	3	13.00 WIB	 Wajah ke 4 : nyeri sedang/lebih sakit lagi (skala 5-6)	 Wajah ke 3 : nyeri sedang/lebih menyakitkan (skala 3-4)

Interpretasi : Berdasarkan tabel 2 maka dapat diinterpretasikan, bahwa pada hari kedua tanggal 13 April 2022 pasien post operasi hari ke 0 dan pasien belum boleh mobilisasi karena pasien harus bed rest/tidur flat. Implementasi dilakukan seanyak satu kali, dilakukan pemberianterapi Murottal Al-Qur'an surah An-Naba' selama 5 menit, setelah selesai dilakukan tindakan kemudian dievaluasi dan didapatkan hasil skala nyeri menggunakan wong baker pain rating scale pada ekspresi wajah ketiga. Sehingga pada hari kedua ini terjadi penurunan skala nyeri menggunakan penilaian skala nyeri wong baker pain rating scale dari ekspresi wajah keempatturnun mnejadi ekspresi wajah ketiga.

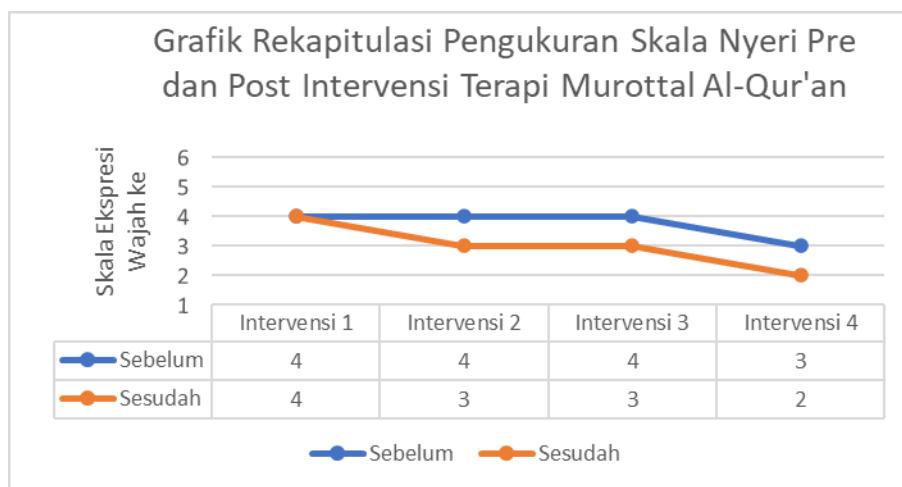
Tabel 3 Hasil Implementasi Hari Ketiga Pengukuran Skala Nyeri *Pre* dan *Post* Terapi Murottal Al-Qur'an

No	Intervensi ke	Waktu	Skala Nyeri Sebelum Intervensi	Skala Nyeri Sesudah Intervensi
4	4	13.00 WIB	 Wajah ke 3 : nyeri sedang/lebih menyakitkan (skala 3-4)	 Wajah ke 2 : nyeri ringan/sedikit menyakitkan (skala 1-2)

Interpretasi : Berdasarkan tabel 3 maka dapat diinterpretasikan, Pada hari terakhir yaitu

hari ketiga pada tanggal 14 April 2022 pasien post operasi hari ke 1. Sebelum dilakukan tindakan pemberian terapi murottal Al-Qur'an dilakukan pengajian sklala nyeri menggunakan wong baker pain rating scale dan didapatkan hasil ekspresi wajah ketiga : nyeri sedang/lebih menyakitkan. Kemudian diberikan tindakan terapi murottal Al-Qur'an surah An-Naba' selama 5 menit, dan setelah dilakukan tindakan skala nyeri menggunakan wong baker pain rating scale turun menjadi ekspresi wajah kedua : nyeri ringan/sedikit menyakitkan. Sehingga pada hari kedua ini terjadi penurunan skala nyeri dengan wong baker pain rating scale dari ekspresi wajah ketiga turun menjadi ekspresi wajah kedua.

Gambar 4 Grafik Rekapitulasi Pengukuran Skala Nyeri *Pre* dan *Post* Intervensi Terapi Murottal Al-Qur'an



Interpretasi : dalam 3 hari pemberian terapi Murottal Al-Qur'an didapatkan hasil skala nyeri tertinggi dengan menggunakan Wong Baker Pain Rating Scale adalah ekspresi wajah keempat : nyeri sedang/lebih sakit lagi (skala 5-6) dan skala nyeri terendah dengan Wong Baker Pain Rating Scale adalah ekspresi wajah kedua : nyeri ringan/sedikit menyakitkan (skala 1-2). Sehingga terjadi penurunan nyeri yang dapat dilihat dari ekspresi wajah pasien secara bertahap.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil dari implementasi pada kasus diatas, dari penilaian skala nyeri dengan menggunakan skala nyeri wong baker pain rating scale yaitu penilaian dengan menggunakan ekspresi wajah, terdapat penurunan skala nyeri secara bertahap selama tiga hari. Sebelum dilakukan tindakan terapi murottal Al-Qur'an skala nyeri pasien berada pada

skala nyeri wajah keempat : sakit lagi. Kemudian setelah dilakukan tindakan terapi murottal Al- Qur'an terdapat penurunan nyeri secara bertahap dan skala nyeri terendah pada ekspresi wajahkedua : nyeri ringan/sedikit menyakitkan. Saat dilakukan terapi, pasien tampak tenang dan rileks, sehingga dapat mendistraksi nyeri sehingga nyeri yang dirasakan akan berkurang.

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian dari (Khalilati and Humaidi 2019) dimanapada penelitian tersebut pada salah satu Teknik distraski yang efektif dan mudah dilakukan yaitu terapi murottal (mendengarkan bacaan ayat-ayat suci Al-Qur'an yang dibacakan oleh seorang qori') yang dapat menurunkan nyeri fisiologis, stress, dan kecemasan dengan mengalihkan perhatian seseorang dari rasa nyeri, sehingga dapat memberikan rasa nyamankarena responden tidak berfokus pada nyeri yang dirasakannya.

Penelitian ini juga sejalan dengn hasil penelitian dari (Rilla, Ropi, and Sriati 2014) bahwa suara Al Quran dapat meredakan stress, meningkatkan relaksasi, ketenangan dan kenyamanan, membantu mengatasi insomnia, meningkatkan imunitas, dan meningkatkan kecerdasan spiritual.

Murottal Al-Qur'an dapat menurunkan rasa nyeri karena saat mendengarkan murottal Al-Qur'an akan terjadi perubahan arus listrik pada otot, perubahan sirkulasi darah, perubahan detak jantung dan kadar gula darah pada kulit. Adanya perubahan tersebut menunjukkan bahwaadanya penurunan pada ketegangan saraf reflektif sehingga mengakibatkan terjadinya vasodilatasi dan adanya peningkatan kadar darah yang diiringi dengan penurunan frekuensi detak jantung. Murottal juga mampu mengaktifkan sel-sel tubuh dengan mengubah getaran suara menjadi gelombang yang ditangkap oleh tubuh, yang dapat menurunkan rangsangan reseptor nyeri sehingga otak mengeluarkan opioid natural endogen, di mana opioid ini bersifatpermanen untuk memblokade nociceptor nyeri. (Rilla et al. 2014).

Sehingga dari pemberian terapi Murottal Al-Qur'an pada pasien dengan *low back pain* selama tiga hari dapat diambil kesimpulan bahwa terjadi penurunan skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan tindakan dengan penilaian nyeri wong baker pain rating scale, dengan penurunan yang terjadi secara bertahap mulai dari skala nyeri tertinggi yaitu dengan ekspresi wajah keempat dan turun secara bertahap menjadi skala nyeri terendah yaitu pada ekspresi wajah kedua.

KESIMPULAN DAN SARAN

Setelah dilakukan tindakan pemberian terapi murottal Al-Qur'an pada pasien dengan *low back pain* (LBP) selama tiga hari, dapat disimpulkan bahwa pemberian terapi murottal Al-Qur'an dapat menurunkan nyeri secara bertahap pada pasien dengan *low back pain* (LBP). Dibuktikan dengan skala nyeri pasien dengan menggunakan skala nyeri wong baker pain rating scale sebelum dilakukan tindakan terapi murottal Al-Qur'an skala nyeri tertinggi berada pada skala ekspresi wajah keempat : nyeri sedang/lebih sakit lagi. Skala nyeri pasien dengan menggunakan skala nyeri wong baker pain rating scale setelah dilakukan tindakan terapi murottal Al-Qur'an selama empat kali intervensi, skala nyeri terendah berada pada skala ekspresi wajah kedua : nyeri ringan/sedikit menyakitkan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan, maka terdapat pengaruh dalam pemberian Terapi Murottal Al-Qur'an Untuk Menurunkan Tingkat Nyeri pada Pasien dengan *Low Back Pain* sebelum dan setelah dilakukan tindakan. Masyarakat dapat menerapkan pemberian terapi murottal Al-Qur'an sebagai salah satu carauntuk menurunkan rasa nyeri pada pasien dengan *low back pain* (LBP) tidak hanya di rumahsakit, namun dapat juga dilakukan secara mandiri di rumah. Karya tulis ini diharapkan dapat digunakan untuk menambah keterampilan, kemampuan, wawasan, dan pemahaman dalam memberikan penerapan terapi murottal Al-Qur'an pada bidang keperawatan maupun ilmu Kesehatan. Hasil penelitian ini dapat dijadikan tambahan wawasan dan referensi dalam memberikan terapi murottal Al-Qur'an untuk menurunkan tingkat nyeri pada pasien dengan *low back pain* (LBP) dan diharapkan agar peneliti selanjutnya untuk menambah subjek penelitian tidak hanya dilakukan pada satu subjek untuk mendapatkan hasil yang lebih maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Aggarwal, Kamal, Arundeepl Kaur Lamba, Farrukh Faraz, Shruti Tandon, and Kanika Makker. 2018. "Comparison of Anxiety and Pain Perceived with Conventional and ComputerizedLocal Anesthesia Delivery Systems for Different Stages of Anesthesia Delivery inMaxillary and Mandibular Nerve Blocks." *Journal of Dental Anesthesia and Pain Medicine* 18(6):367.
- Agustin, N. W. Damayant. 2020. *Pengaruh Intervensi Murotal Al Quran Terhadap IntensitasNyeri Pada Pasien Jantung Koroner Di Rsud Sultan Imanuddin Pangkalan Bun.*

- Bahrudin, Mochamad. 2017. "Patofisiologi Nyeri (Pain)." 13(1):7–13.
- Giri, Wiarto.(2017).*Nyeri Tulang Dan Sendi*, Yogyakarta: Gosyen Publishing
- Nurindasari.(2016).*Gambaran Kejadian Low Back Pain Pada Pegawai Rektorat Uin Alauddin Makassar*, <http://repository.uin-alauddin.ac.id/10612/1/Skripsi%20FIX.pdf>, diunduh tanggal 08 Maret 2022 jam 21:59 WIB.
- Halawa, Aristina, Timotius Brillian, And Marcelino Ardianto. 2019. "Perbandingan KompresAir Hangat Dengan Kompres Air Jahe." (20).
- Khalilati, Noor And Muhammad Humaidi. 2019. "Pengaruh Terapi Murottal Al- Qur ' An Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Cedera Kepala Di Ruang Bedah Umum Rsud Ulin Banjarmasin." 5(1):30–36.
- Khatri, Amit and Namita Kalra. 2012. "A Comparison of Two Pain Scales in the Assessment of Dental Pain in East Delhi Children." *ISRN Dentistry* 2012(February 2012):1–4.
- Lusiana, Ria, Hellen Febriyanti, and Linda Puspita. 2021. "Perbedaan Kompres Hangat Dan Murottal Dengan Nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin Kala I." 1(1):21–28.
- Mulyani, Nani Sri, Iwan Purnawan, and Arif Setyo Upoyo. 2019. "Perbedaan Pengaruh Terapi Murottal Selama 15 Menit Dan 25 Menit Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Kanker Pasca Bedah." 1(1):77–88.
- Nasution, Muhammad Fahrulsyah. 2021. *Pengaruh Intervensi "Murottal Alqur-an" Terhadap Penurunan Derajat Nyeri Pasien*.
- Nurindasari. 2016. "Gambaran Kejadian Low Back Pain Pada Pegawai Rektorat Uin Alauddin Makassar." *Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Uin Alauddin Makassar* 26–27.
- Prihati, Dyah Restuning and Maulidta Karunianingtyas Wirawati. 2018. "Pengaruh Terapi Murrotal Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Dan Kecemasan Saat Perawatan Luka Pasien Ulkus Dm Di Rsud K.R.M.T. Wongsonegoro Semarang." 1(2):1–7.
- Putri, Nur afifah, Nurul Aktifah, Mokhamad Arifin. 2019. "Pengaruh Penambahan Kompres Hangat Pada Intervensi William Flexion Exercise Terhadap Low Back Pain Pada PekerjaBatik Tulis Di Kecamatan Wiradesa Kabupaten Pekalongan." 000:10.
- Rahmawati, Anis. 2018. "Hubungan Risiko Postur Kerja Terhadap Indeks Disabilitas PekerjaDengan Keluhan Low Back Pain Di Pt Muroco Jember." *Universitas Jember* 1–87.
- Rilla, Eldessa Vava, Helwiyyah Ropi, and Aat Sriati. 2014. "Terapi Murottal Efektif Menurunkan Tingkat Nyeri Dibanding Terapi Musik Pada Pasien Pascabedah."

17(2):74–80.

Setiaji, Herlambang. 2020. *Aplikasi Terapi Warm Compress Untuk Mengurangi Intensitas Nyeri Pada Pasien Dengan Low Back Pain.*

Siwyanti Sejati. (2019). *Hubungan Posisi Duduk Terhadap Kejadian Nyeri Punggung Pada Pekerja Di Sentra Industri Tempe Wilayah Kedungsari Kota Magelang,* http://eprintslib.ummgl.ac.id/1197/1/17.0603.0052_BAB%20I_BAB%20II_BAB%20III_BAB%20_V_DAFTAR%20PUSTAKA.pdf, diunduh pada tanggal 16 Maret 2022 jam 21:42 WIB.

Suwardi, Amia Rosandi and Desi Ariyana Rahayu. 2019. “Efektifitas Terapi Murottal Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Pasien Kanker.” 7(1):27–32.

Tjahya, Aryasa. 2017. “Penilaian Nyeri.” *Academia* 133–63.