

**PENGARUH MENDENGARKAN MUROTAL TERHADAP PENURUNAN  
TINGKAT KECEMASAN MAHASISWA DALAM  
MENGHADAPI UJIAN OSCE**

**PENELITIAN**

**Tugas Akhir ini disusun untuk memenuhi  
salah satu syarat memperoleh  
Ijazah DIII Keperawatan**



**Oleh :**  
**GUSTAF ARDITYO TEJO KUSUMO**  
**NIM 2016.011.982**

**INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN (ITS)  
PKU MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
2019**

**PENGARUH MENDENGARKAN MUROTAL TERHADAP PENURUNAN  
TINGKAT KECEMASAN MAHASISWA DALAM  
MENGHADAPI UJIAN OSCE**

**THE CONNECTED BETWEEN BREASTFEEDING WEIGHT AND  
BREASTFEEDING MOTHER**

**Gustaf ardityo tejo kusumo<sup>1</sup>, Weni Hastuti<sup>2</sup>, Wijayanti<sup>3</sup>**

Mahasiswa DIII Keperawatan STIKES PKU Muhammadiyah Surakarta

Email: [gustafardityo123@gmail.com](mailto:gustafardityo123@gmail.com)

Pembimbing 1 DIII Keperawatan STIKES PKU Muhammadiyah Surakarta

Email: [Wenihastuti@yahoo.com](mailto:Wenihastuti@yahoo.com)

Pembimbing 2 DIII Keperawatan STIKES PKU Muhammadiyah Surakarta

Email: [Wijayantiitspku.ac.id](mailto:Wijayantiitspku.ac.id)

***Abstrak***

*Kecemasan merupakan salah satu gangguan mental emosional berupa kekhawatiran atau ketakutan yang obyeknya atau sumbernya tidak jelas dan tidak diketahui terhadap ancaman yang akan datang. OSCE adalah suatu metode untuk menguji kompetensi keterampilan klinik secara obyektif dan terstruktur. Terapi murrotal Al-Quran yaitu rekaman suara Al-Quran yang dilagukan oleh Qori' (pembaca Al-Quran). Metode penelitian ini adalah Penelitian yang menggunakan studi penelitian pre experimental design dengan cara sample diberikan kuesioner (pengukuran) sebelum dan sesudah dilakukan treatment (perlakuan). Instrumen penelitian berupa kuesioner dan lembar observasi. Instrumen penelitian berupa kuesioner dan lembar observasi.. Hasil penelitian ini adalah Hasil uji menghasilkan nilai signifikan (p) sebesar 0,025 sehingga nilai  $p < 0,05$  yang berarti bahwa terdapat pengaruh musik murotal terhadap penurunan kecemasan dalam menghadapi ujian OSCE.. Hasil menunjukkan  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak. Kesimpulan penelitian ini adalah Terdapat pengaruh musik murotal terhadap penurunan kecemasan dalam menghadapi ujian OSCE.*

***Kata kunci:*** Pemberian ASI, berat badan, ibu menyusui.

## ***Abstract***

*Anxiety is one of the emotional mental disorders in the form of worries or fears whose object or source is unclear and unknown to future threats. OSCE is a method for testing clinical competency objectively and structurally. Qur'anic murrotal therapy is a recording of the Qur'anic voice dubbed by Qori' (Qur'anic reader). This research method is a study that uses a pre experimental design research study by giving a questionnaire (measurement) before and after treatment (treatment).*

*The research instrument was in the form of a questionnaire and an observation sheet. The results of this study were the results of the test resulted in a significant (p) value 0,025 so that the  $p < 0,05$  that the influence of murrotal music on anxiety decreased in the face of the OSCE exam. The results show that ha is accepted and rejected. The conclusion is that murrotal music has an effect on anxiety reduction in the OSCE exam.*

**Keywords :** *Breastfeeding, weight loss, breastfeeding mothers.*

## **PENDAHULUAN**

Menurut Nanda (2015), kecemasan merupakan salah satu gangguan mental emosional berupa kekhawatiran atau ketakutan yang obyeknya atau sumbernya tidak jelas dan tidak diketahui terhadap ancaman yang akan datang. Kecemasan merupakan perasaan tidak nyaman atau kekhawatiran yang samar disertai respon otonom (sumber sering kali tidak spesifik atau tidak diketahui oleh individu) perasaan takut yang disebabkan oleh antisipasi terhadap bahaya.

OSCE adalah suatu metode untuk menguji kompetensi keterampilan klinik secara obyektif dan terstruktur. Obyektif karena semua peserta ujian diuji dengan materi ujian yang sama. Penguji OSCE diberikan panduan lembar penilaian dan cara menilai keterampilan klinik yang dilakukan peserta ujian. Subyektifnya dapat dihindari dengan menggunakan metode ini, karena penguji menilai berdasarkan tindakan yang

dilakukan peserta kemudian mencocokkannya dengan kriteria penilaian yang ada, bukan berdasarkan pengetahuan penguji. (Robianto, 2017).

Terapi murrotal Al-Quran yaitu rekaman suara Al-Quran yang dilagukan oleh Qori' (pembaca Al-Quran). Menurunkan tingkat kecemasan pada mahasiswa yaitu dengan memperdengarkan murottal Al-Quran. Hasil penelitian yang telah dilakukan Dr. Al Qadhi, direktur utama *Islamic Medicine Institute for Education and Research* di Florida, Amerika Serikat, tentang pengaruh mendengarkan Al-Quran pada manusia terhadap kondisi fisiologis dan psikologis. Hasil penelitian membuktikan hanya dengan mendengarkan bacaan ayat-ayat Al-Quran dapat merasakan perubahan fisiologis dan psikologis yang signifikan. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa mendengarkan ayat suci Al-Quran memiliki pengaruh

dalam mendatangkan ketenangan dan menurunkan ketegangan urat syaraf reflektif sebanyak 97% (Idham dkk, 2017).

STIKES PKU Muhammadiyah Surakarta merupakan salah satu sekolah tinggi ilmu kesehatan yang ada di Surakarta yang berada di Jl. Tulang Bawang Selatan No.26, Kadipiro, Banjarsari, Surakarta. Data yang di dapat dari Untari (2014) diketahui bahwa untuk menguji kemampuan mahasiswa dilakukan uji ketrampilan di laboratorium yang menggunakan metode OSCE yang dilaksanakan tiap akhir semester. Data prestasi uji OSCE mahasiswa masih rendah yang disebabkan oleh banyak faktor, salah satunya adalah kecemasan. Semakin tinggi kecemasan semakin rendah nilai prestasi uji OSCE I dan semakin rendah tingkat kecemasan semakin tinggi nilai prestasi uji OSCE I. Berdasarkan wawancara terhadap 5 mahasiswa STIKES PKU Muhammadiyah Surakarta, 3 orang mengatakan bahwa pada saat uji OSCE selalu merasa cemas. Tanda-tanda yang bersifat fisik diantaranya adalah : jari tangan dingin, detak jantung makin cepat, berkeringat dingin, kepala pusing, nafsu makan berkurang, tidur tidak nyenyak, dada sesak. Gejala yang bersifat mental adalah : ketakutan merasa akan ditimpa bahaya, tidak dapat memusatkan perhatian, tidak tenteram, ingin lari dari kenyataan nyenyak, dada sesak. Gejala yang bersifat mental adalah: ketakutan merasa akan ditimpa bahaya, tidak dapat memusatkan perhatian, tidak tenteram, ingin lari dari kenyataan.

Berdasarkan hal-hal di atas maka penulis tertarik untuk meneliti “Pengaruh Mendengar Musik Murotal Terhadap

Penurunan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Dalam Menghadapi Ujian Osce”.

## METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan ialah pre experimental design dengan cara sample diberikan kuesioner (pengukuran) sebelum dan sesudah dilakukan treatment (perlakuan). Teknik pengambilan sampelnya menggunakan tehnik *one group pre test and post test*, jumlah sampel yang diambil 40 sampel dengan kriteria inklusi dan eksklusi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil penelitian

#### Analisa Univariat

##### a. Frekuensi pretest

Tabel 1. Distribusi kecemasan pretest

Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Presentase (%)
Ringan	1	5,0
Sedang	2	10,0
Berat	14	70,0
berat sekali	3	15,0
Total	20	100,0

Sumber: Data Primer Diolah 2019

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa mahasiswa tingkat 1 STIKES PKU Muhammadiyah sebelum menghadapi OSCE sebagian besar mengalami tingkat kecemasan berat sebanyak 14 responden dengan presentase (70.0%).

##### b. Frekuensi posttest

Tabel 2. Distribusi kecemasan posttest

Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Presentase (%)
Ringan	4	20.0
Sedang	6	30.0
Berat	9	45.0
Berat sekali	1	5.0
Total	20	100,0

Sumber: Data Primer Diolah 2019

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa mahasiswa tingkat 1 STIKES PKU Muhammadiyah sesudah menghadapi OSCE sebagian besar mengalami tingkat kecemasan sedang sebanyak 9 responden dengan presentase (45.0%).

c. Uji Normalitas Data

Tabel 3. Hasil Normalitas Data

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pre Test	.190	20	.056	.928	20	.139
Post Test	.163	20	.172	.859	20	.007

Sumber : Data Diolah Tahun 2019

Tabel 3 memperlihatkan hasil uji normalitas data masing-masing variabel penelitian. Probabilitas (p) uji normalitas data pada mahasiswa tingkat I sebelum diberikan perlakuan adalah sebesar 0.139. sedangkan variabel setelah diberikan perlakuan adalah sebesar 0.007 sehingga nilai  $p < 0,05$ . Dapat disimpulkan bahwa kedua variabel berdistribusi tidak normal, sehingga teknik analisis yang digunakan parametrik dengan uji *Wilcoxon Rank Test*.

**Analisa Bivariat**

Tabel 4. Hasil Analisis Uji Wilcoxon

	N	Median (minimum -maximal)	P value
Kecemasan sebelum murottal	20	35 (16-43)	0,025
Kecemasan sesudah murottal	20	30,50 (11-36)	

Menunjukkan bahwa tabel hasil uji menghasilkan nilai signifikan (p) sebesar 0,025 sehingga nilai  $p < 0,05$  yang berarti

bahwa terdapat pengaruh musik murottal terhadap penurunan kecemasan dalam menghadapi ujian OSCE. Nilai z sebesar -2.243 yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan dengan p value  $0,025 < 0,05$ .

Berdasarkan uraian diatas maka menyatakan  $H_a$  diterima, yang berarti ada pengaruh mendengarkan murottal terhadap penurunan tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi ujian OSCE.

**PEMBAHASAN**

**Analisa Univariat**

Hasil penelitian tentang kecemasan pretest pada mahasiswa STIKES PKU Muhammadiyah Surakarta sebagian besar mengalami tingkat kecemasan berat dengan presentase 70,0% dan kecemasan posttest pada mahasiswa STIKES PKU Muhammadiyah Surakarta sebagian besar mengalami tingkat kecemasan sedang dengan presentase 45,0%.

Berdasarkan hasil kecemasan di atas menunjukkan bahwa pemberian pengaruh terapi murottal Al-Qur'an memiliki pengaruh tingkat kecemasan responden. Pada penelitian tersebut responden yang memberikan terapi murottal Al-Qur'an memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah daripada pasien yang tidak diberikan terapi.

**Analisa Bivariat**

Pengaruh mendengarkan murottal terhadap penurunan tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi ujian OSCE.

Berdasarkan hasil olah data statistik didapatkan hasil bahwa ada pengaruh mendengarkan murottal terhadap penurunan tingkat kecemasan mahasiswa dalam

menghadapi ujian OSCE yang berarti ada pengaruh mendengarkan murotal terhadap penurunan tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi ujian OSCE. Hal ini sejalan dengan penelitian Stuart (2012) menyatakan bahwa kecemasan adalah perasaan tidak tenang yang samar-samar karena ketidaknyamanan atau ketakutan yang disertai dengan ketidakpastian, ketidakberdayaan, isolasi, dan ketidakamanan. Perasaan takut dan tidak menentu dapat mendatangkan sinyal peringatan tentang bahaya yang akan datang dan membuat individu untuk siap mengambil tindakan menghadapi ancaman.

Terapi murottal Al-Qur'an menurut (Thalbah 2013) yaitu, rekaman suara Al-Qur'an yang dilagukan oleh Qori' atau pembaca Al Qur'an. Lantunan Al Qur'an mengandung suara manusia, sedangkan suara manusia merupakan instrument penyembuhan yang menakjubkan dan alat yang paling mudah dijangkau. Suara dapat menurunkan hormon - hormon stress dengan cara mengaktifkan hormon endorphin alami, meningkatkan perasaan rileks dan mengalihkan perhatian dari rasa takut, cemas dan tegang, menurunkan tekanan darah, serta memperlambat pernafasan, detak jantung, denyut nadi, dan aktivitas gelombang otak (Basuki, 2008).

Beberapa faktor yang menunjukkan faktor kecemasan adalah lingkungan, emosi yang ditekan, sebab-sebab fisik. Penelitian ini juga sama dengan penelitian kristina (2017) bahwa ada perbedaan signifikan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah kegiatan mewarnai pola mandala pada mahasiswa Akademi Keperawatan Dirgahayu. Menurut Sart dan laraia (2005)

menyatakan faktor penyebab terjadinya kecemasan adalah faktor biologis, faktor psikologis, sosial budaya. Adapun gangguan kecemasan yang memiliki ciri kecemasan atau ketakutan yang tidak realistis, juga irrasional, dan tidak dapat secara insentif ditampilkan dalam cara-cara yang jelas. Fitri Fauziah & Julianty Widuri (2007:77) membagi gangguan kecemasan dalam beberapa jenis antara lain fobia spesifik, fobia sosial, gangguan panik, gangguan cemas menyeluruh. Sedangkan Sutardjo Wiramihardja (2005:71) membagi gangguan kecemasan yang terdiri dari panic disorder, agrophobia.

Penelitian ini menunjukkan bahwa sebelum dilakukan uji pretest mengalami kecemasan berat dengan 14 responden (70,0%) dan setelah dilakukan uji posttest mengalami kecemasan sedang dengan 9 responden (45,0%) yang berarti ada perbedaan yang signifikan dengan *p value* 0,025. Hal ini mengindikasikan bahwa mahasiswa di STIKES PKU Muhammadiyah surakarta dalam menghadapi OSCE ada pengaruh penurunan tingkat kecemasan. Penelitian ini didukung oleh penelitian Idham (2017) bahwa ada pengaruh mendengarkan murotal terhadap penurunan tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi ujian OSCE.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada bab sebelumnya dapat disimpulkan bahwa

1. Distribusi frekuensi responden sebelum dilakukan pretest terapi murottal yaitu dengan kecemasan ringan (14-20), sedang (21-27), berat (28-41), berat sekali (42-50) dengan hasil mengalami

kecemasan berat (28-41) terdapat 14 responden dengan presentase (70,0%).

2. Distribusi frekuensi responden sesudah dilakukan pretest (posttest) terapi murrotal yaitu dengan kecemasan ringan (14-20), sedang (21-27), berat (28-41), berat sekali (42-50) dengan hasil mengalami kecemasan sedang (21-27) terdapat 9 responden dengan presentase (45,0%).
3. Terdapat perbedaan yang signifikan pada penelitian pengaruh mendengarkan musik murrotal terhadap penurunan tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi ujian osce dengan  $p$  value 0,025.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Akbar. 2015. *Hubungan Antara Tingkat Kecemasan dengan Prestasi Akademik Mahasiswa di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta*. Surakarta
- Al-Kaheel. AD. 2013. *Pengobatan Qur'ani: Manjuranya Berobat Al-quran*. Amzah: Jakarta.
- Handayani. R. Fajarsari. D. N. 2014. *Pengaruh Terapi Murrotal Al-quran untuk Penurunan Nyeri Persalinan dan Kecemasan pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif*. Jurnal Ilmiah Kebidanan. Surakarta.
- Hardjono. Andayani. TR Karyanta. NA. 2014. *Penurunan Kecemasan Menghadapi Ujian Skripsi Melalui Pelatihan Komunikasi Efektif (Study Eksperimen Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Prodi Psikologi FK UNS)*. Jurnal Wacana Psikologi. Surakarta.
- Idham, Azmul F. dkk. 2015. *Apakah Mendengarkan Murottal Al-quran Dapat Menurunkan Kecemasan Akademik Pada Mahasiswa*. Jurnal Intervensi Psikologi Vol.9 No.2. 2 Desember 2018.
- Katz.Stein, M. 2013. *Anxiety Disorders in the DSM-5 : New Rules on Diagnosis and Treatment*. Mood and Anxiety Disorder Rounds Canadron Network for Mood and Anxiety Treatments Vol. 2, Hal: 1-4.
- Kristina. 2017. *Pengaruh Kegiatan Mewarnai Pola Mandala Terhadap Tingkat Kecemasan Mahasiswa Akademi Keperawatan Dirgahayu Samarinda*. Nurseline Journal Vol 2 No 1. 10 Desember 2018.
- Muthamilselvi. G & Ramanadin, P. V. 2014. *Objective Structured Clinical Examination*. Emerging Trend in Journal of Nursing Educating, Vol. 6, No. 01, Hal: 43 – 47.
- Oltmanns. TF. Emery. RE. 2013. *Psikologi Abnormal. Edisi ke 7*. Pustaka Pelajar: Yogyakarta.
- Untari, I. 2014. *Hubungan Antara Kecemasan dengan Prestasi Uji*

*OSCE pada Mahasiswa Akper  
PKU Muhammadiyah Surakarta.  
Jurnal Kebidanan. Surakarta. 6  
Desember 2018.*