

**KARYA ILMIAH AKHIR**

**DUKUNGAN KELUARGA DAN PENERAPAN TERAPI MURROTAL  
TERHADAP ANSIETAS PADA KLIEN NY. N  
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS ANTARA MAKASSAR**

*Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Menyelesaikan Pendidikan Profesi Ners  
di Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin*



**OLEH :**

**LA DEMI**

**R014222002**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS**

**FAKULTAS KEPERAWATAN**

**UNIVERSITAS HASANUDDIN**

**MAKASSAR**

**2023**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**(DUKUNGAN KELUARGA DAN PENERAPAN TERAPI MURROTAL  
TERHADAP ANSIETAS PADA KLIEN NY. N  
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS ANTARA MAKASSAR)**

Telah dipertahankan di hadapan Sidang Tim Penguji Akhir pada :

Hari/Tanggal : Rabu / 10 Januari 2024  
Pukul : 08.00 WITA - Selesai  
Tempat : Ruang KP 110 Fakultas Keperawatan Unhas

Oleh

**La Demi  
R014222002**

dan yang bersangkutan dinyatakan

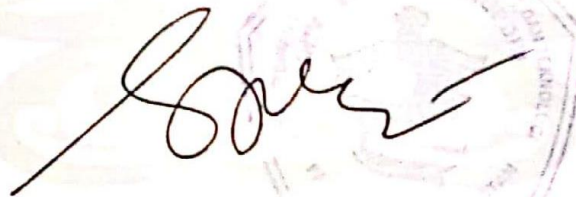
**LULUS**

**Dosen Pembimbing**



Framita Rahman, S.Kep., Ns., M.Sc  
NIP. 199007212019032002

Mengetahui,  
Ketua Program Studi Profesi Ners  
Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin



Syahrul Ningrat, S.Kep., Ners., M.Kep., Sp.Kep.MB.  
NIP 198310162020053001

## PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH AKHIR

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : La Demi

NIM : R014222002

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa karya ilmiah ini benar-benar merupakan hasil karya diri sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pemikiran orang lain. Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa sebagian atau keseluruhan karya ilmiah ini merupakan hasil karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi seberat-beratnya atas tindakan tidak terpuji tersebut.

Demikian pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar tanpa ada paksaan sama sekali.

Makassar, 23 Januari 2024

Yang membuat pernyataan



La Demi

## KATA PENGANTAR

*Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.*

Puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan Karya Ilmiah Akhir (KIA) yang berjudul **“Dukungan Keluarga Dan Penerapan Terapi Murrotal Terhadap Ansietas Pada Klien Ny. N Di Wilayah Kerja Puskesmas Antara Makassar”**. Shalawat dan salam semoga tetap terlimpahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad Saw. Pembawa syari'ah-Nya bagi semua umat manusia dalam setiap waktu dan tempat sampai akhir zaman. Penyusunan Karya Ilmiah Akhir (KIA) ini sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan profesi ners dan memperoleh gelar ners di Program Studi Profesi Ners Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin.

Dalam proses penulisan Karya Ilmiah Akhir (KIA) ini tidaklah lepas dari bantuan banyak pihak. Oleh karena itu, penulis ucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberi arahan, bimbingan, petunjuk, dorongan semangat dan motivasi untuk menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir (KIA) ini.

Dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir (KIA) ini, tidak sedikit kesulitan dan hambatan yang penulis lalui. Namun dengan doa, kesungguhan, kerja keras, dan kesabaran disertai dukungan dan bantuan dari berbagai pihak sehingga penulis berhasil menyelesaikannya. Penulis sangat menyadari di dalam Karya Ilmiah Akhir (KIA) ini masih terdapat kekurangan-kekurangan yang disebabkan oleh keterbatasan dan kemampuan penulis. Oleh karena itu dengan segala kerendahan hati penulis sangat mengharapkan saran dan kritik membangun.

Akhir kata, dengan memohon doa kepada Allah SWT, penulis berharap semoga Karya Ilmiah Akhir (KIA) ini dapat bermanfaat bagi pembacanya, semoga Tuhan Yang Maha Esa melimpahkan rahmat dan karunia-Nya serta membalas kebaikan semua pihak yang telah membantu penulis dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir (KIA) ini dan semua kesalahan diampuni oleh Allah SWT.

*Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.*

Makassar, 10 Januari 2024

Penulis

## ABSTRAK

La Demi, R014222002. **Dukungan Keluarga Dan Penerapan Terapi Murrotal Terhadap Ansietas Pada Klien Ny. N Di Wilayah Kerja Puskesmas Antara Makassar** , dibimbing oleh Framita Rahman

**Latar belakang** ; Ansietas merupakan respon normal dan adaptif yang menyelamatkan kehidupan dengan memberi peringatan kepada individu terhadap sesuatu yang mengancam kerusakan tubuh, nyeri, ketidakberdayaan, kebutuhan jasmani dan sosial. Data Riskesdas dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2018, menunjukkan prevalensi gangguan kecemasan di Indonesia untuk usia di atas 15 tahun meningkat dari 6% di tahun 2013 menjadi 9,8% tahun 2018, Hal ini menunjukkan bahwa angka kejadian kecemasan mengalami peningkatan.

**Tujuan** : Mengevaluasi dampak dukungan dan penerapan terapi Murrotal terhadap ansietas.

**Metode** : Studi kasus dengan metode penelitian kuantitatif yaitu mengukur keberhasilan intervensi dukunga keluarga dan penerapan terapi murrotal terhadap ansietas.

**Hasil** : Berdasarkan hasil implementasi yang dilakukan selama 8 hari ditemukan hasil bahwa terdapat penurunan ansietas setelah dilakukan terapi murrotal

**Kesimpulan** : Dari studi kasus yang dilakukan, integrasi anatara dukungan keluarga dan penerapan terapi murotal menjadi suatu pendekatan yang menjanjikan dalam mengatasi ansietas pada individu

**Kata Kunci** : Ansietas, dukungan keluarga, terapi Murrotal.

## ABSTRACT

La Demi, R014222002. **Dukungan Keluarga Dan Penerapan Terapi Murrotal Terhadap Ansietas Pada Klien Ny. N Di Wilayah Kerja Puskesmas Antara Makassar** , supervised by Framita Rahman

**Background** : Anxiety is a normal and adaptive response that saves life by warning individuals of something that threatens bodily harm, pain, helplessness, physical and social needs. Riskesdas data from the Ministry of Health of the Republic of Indonesia in 2018 shows that the prevalence of anxiety disorders in Indonesia for those aged over 15 years has increased from 6% in 2013 to 9.8% in 2018. This shows that the incidence of anxiety has increased.

**Objective**: To evaluate the impact of support and application of Murrotal therapy on anxiety.

**Method**: Case study with quantitative research methods, namely measuring the success of family support interventions and the application of murrotal therapy for anxiety.

**Results**: Based on the results of implementation carried out for 8 days, it was found that there was a decrease in anxiety after murrotal therapy was carried out

**Conclusion**: From the case study conducted, integration between family support and the application of murotal therapy is a promising approach in overcoming anxiety in individuals

**Keywords**: Anxiety, family support, Murrotal therapy

## DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR .....	iv
ABSTRACT.....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	3
A. Ansietas.....	3
B. Dukungan Keluarga .....	4
C. Terapi Murrotal Al-Qur'an .....	5
BAB III DESKRIPSI KASUS .....	6
BAB IV PEMBAHASAN.....	9
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....	10
DAFTAR PUSTAKA .....	11
LAMPIRAN	

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

Ansietas atau kecemasan dapat diartikan sebagai rasa takut, baik terhadap objek yang bersifat nyata maupun tidak dan diikuti dengan reaksi kejiwaan yang meningkat (Zulaikha & Siregar, 2023). Ansietas merupakan respon normal dan adaptif yang menyelamatkan kehidupan dengan memberi peringatan kepada individu terhadap sesuatu yang mengancam kerusakan tubuh, nyeri, ketidakberdayaan, kebutuhan jasmani dan social (Septadina et al., 2021). Gangguan ansietas merupakan gangguan psikiatrik yang paling sering dialami jika dibandingkan dengan kasus psikiatrik yang lain. Pada tahun 2019, 301 juta orang hidup dengan gangguan kecemasan termasuk 58 juta anak-anak dan remaja (World Health Organization, 2022).

Data Riskesdas dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2018, menunjukkan prevalensi gangguan kecemasan di Indonesia untuk usia di atas 15 tahun meningkat dari 6% di tahun 2013 menjadi 9,8% tahun 2018, Hal ini menunjukkan bahwa angka kejadian kecemasan mengalami peningkatan (Kemenkes RI, 2018). Pasien cenderung mengekspresikan kecemasan yang dialaminya pada keluarga atau orang terdekat yang dapat memberikan rasa nyaman dan mengurangi rasa takut untuk menghadapi penyakitnya (Nurleny & Meria, 2023). Dukungan keluarga memainkan peran penting dalam menangani ansietas pada individu. Penelitian telah menunjukkan bahwa adanya dukungan emosional dan social dari anggota keluarga dapat signifikan mengurangi tingkat kecemasan pada seseorang (Garjito, 2021).

Dalam konteks pengurangan ansietas, peran keluarga tidak hanya sebatas pada aspek dukungan emosional, namun juga pada pengelolaan lingkungan yang mendukung. Suasana keluarga yang harmoni dan kondusif juga turut berperan dalam membentuk ketenangan psikologis yang membantu mengurangi ansietas pada individu (Moghadam & Ganji, 2019). Oleh karena itu, kontribusi dukungan keluarga terhadap penanganan ansietas menjadi faktor krusial yang perlu dieksplorasi lebih lanjut dalam upaya memberikan pendekatan yang holistic dan efektif dalam menangani masalah kesehatan. (Mariani et al., 2020).

Beberapa intervensi yang dapat dilakukan untuk mengatasi kecemasan adalah terapi relaksasi, massage, kompres, terapi music, murrotal, distraksi dan guided imaginary (Gerliandi et al., 2021). Terapi murrotal yaitu intervensi alami non invasif yang dapat diterapkan secara sederhana dimana tujuannya untuk meningkatkan atau memperbaiki kondisi fisik, emosi,



kognitif dan social bagi individu dari berbagai kalangan.terapi mujrrotal efektif untuk menghilangkan rasa takut, gelisah dan cemas (Novitasari & Fitriana, 2020). Penggunaan terapi murrotal secara teratur terbukti mengurangi tingkat kecemasan pada invidiu yang mengalami gangguan ansietas ringan hingga berat. Bacaan Al-Qur'an yang diulang secara rutin dalam terapi murrotal tidak hanya memberikan ketenangan batin, tetapi juga mengalihkan focus individu dari sumber kecemasan (Ilda et al., 2023).

Studi kasus ini dilakukan untuk mengeksplorasi dan menganalisis dampak dari dukungan keluarga dan penerapan terapi murrotal terhadap penurunan tingkat ansietas pada individu. Diharapkan dari studi kasus ini dapat memberikan pemahaman lebih mendalam tentang peran dukungan keluarga dan efektivitas terapi murrotal dalam mengatasi ansietas

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Ansietas**

Ansietas adalah Kondisi emosi dan pengalaman subyektif terhadap objek yang tidak jelas dan spesifik akibat antisipasi bahaya yang memungkinkan individu melakukan tindakan untuk menghadapi ancaman (PPNI, 2016). Kecemasan atau ansietas merupakan gejala emosi pada seseorang yang berhubungan dengan sesuatu yang ada dalam dirinya dan mekanisme diri yang digunakan dalam mengatasi permasalahan (Studi et al., 2022).

Ansietas memiliki dampak yang sangat signifikan pada fungsi kognitif dan interaksi social individu. Gejala ansietas yang persisten dapat mengganggu kemampuan seseorang dalam mengambil keputusan, konsentrasi dan interaksi sosialnya (Mariani et al., 2020).

Beberapa faktor penyebab yang terdapat dalam Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI), yaitu krisis situasional, kebutuhan tidak terpenuhi, krisis maturasional, ancaman terhadap konsep diri, ancaman terhadap kematian, kekhawatiran mengalami kegagalan, disfungsi system keluarga, hubungan orang tua-anak tidak memuaskan, faktor keturunan, penyalahgunaan zat, terpapar bahaya lingkungan (mis, toksin, polutan dan lain lain), kurang terpapar informasi.

Menurut Donsu (2017) adapun tingkat ansietas adalah :

- 1) Ansietas ringan (Mild Anxiety), berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari dan menyebabkan seseorang menjadi waspada dan meningkatkan lahan persepsinya
- 2) Ansietas sedang (Moderate Anxiety), memusatkan perhatian pada hal – hal yang penting dan mengesampingkan yang lain. Perhatian seseorang menjadi selektif, namun dapat melakukan sesuatu yang lebih terarah lewat arahan dari orang lain
- 3) Ansietas berat (Severe Anxiety), kecemasan berat ditandai lewat sempitnya persepsi seseorang. Selain itu, memiliki perhatian terpusat pada hal yang spesifik dan tidak dapat berpikir tentang hal – hal lain, di mana semua perilaku ditunjukkan untuk mengurangi ketegangan
- 4) Panik, setiap seseorang memiliki kepanikan. Hanya saja, kesadaran dan kepanikan itu memiliki kadarnya masing – masing. Kepanikan muncul disebabkan karena

kehilangan kendali diri dan detail perhatian kurang. Ketidakmampuan melakukan apapun meskipun dengan perintah menambah tingkat kepanikan seseorang.

## **B. Dukungan Keluarga**

Keluarga adalah salah satu aspek terpenting dari perawatan. Keluarga merupakan unit terkecil dalam masyarakat yang merupakan entry point dalam upaya mencapai kesehatan masyarakat secara optimal. Keluarga juga disebut sebagai sistem sosial karena terdiri dari individu-individu yang bergabung dan berinteraksi secara teratur antara satu dengan yang lain yang diwujudkan dengan adanya saling ketergantungan dan berhubungan untuk mencapai tujuan bersama (Ns. Tri Wahyuni, S. Kep, M. Kep; Ns. Parliani, MNS Dwiva Hayati, 2021)

Dukungan keluarga adalah proses yang terjadi terus menerus disepanjang masa kehidupan manusia. Dukungan keluarga merupakan (supporting factors) faktor pendukung yang berpengaruh terhadap gaya hidup dan perilaku seseorang sehingga berpengaruh dalam status kesehatan dan kualitas hidup (Santoso, 2019).

Keluarga memiliki beberapa bentuk dukungan (Friedman, 2010) yaitu :

### **a. Dukungan Penilaian**

Dukungan ini meliputi pertolongan pada individu untuk memahami kejadian depresi dengan baik dan juga sumber depresi dan strategi koping yang dapat digunakan dalam menghadapi stressor. Dukungan ini juga merupakan dukungan yang terjadi bila ada ekspresi penilaian yang positif terhadap individu. Individu mempunyai seseorang yang dapat diajak bicara tentang masalah mereka, terjadi melalui ekspresi pengharapan positif individu kepada individu lain, penyemangat, persetujuan terhadap ide-ide atau perasaan seseorang dan perbandingan positif seseorang dengan orang lain, misalnya orang yang kurang mampu.

### **b. Dukungan Instrumental**

Dukungan ini meliputi penyediaan dukungan jasmaniah seperti pelayanan, bantuan finansial dan material berupa bantuan nyata (instrumental support material support), suatu kondisi dimana benda atau jasa akan membantu memecahkan masalah praktis, termasuk di dalamnya bantuan langsung, seperti saat seseorang memberi atau meminjamkan uang, membantu pekerjaan sehari-hari, menyampaikan pesan, menyediakan transportasi, menjaga dan merawat saat sakit ataupun

mengalami depresi yang dapat membantu memecahkan masalah. Dukungan nyata paling efektif bila dihargai oleh individu dan mengurangi depresi individu. Pada dukungan nyata keluarga sebagai sumber untuk mencapai tujuan praktis dan tujuan nyata.

c. Dukungan Informasional

Jenis dukungan ini meliputi jaringan komunikasi dan tanggung jawab bersama, termasuk di dalamnya memberikan solusi dari masalah, memberikan nasehat, pengarahan, saran, atau umpan balik tentang apa yang dilakukan oleh seseorang.

d. Dukungan Emosional

Selama depresi berlangsung, individu sering menderita secara emosional, sedih, cemas dan kehilangan harga diri. Jika depresi mengurangi perasaan seseorang akan hal yang dimiliki dan dicintai.

### **C. Terapi Murrotal Al-Qur'an**

Murrotal adalah rekaman srauh al-qur'an yang digunakan oleh seorang qori (pembaca al-qur'an). Murrotal juga dapat diartikan sbagai lantunan ayat-ayat suci al-qur'an yang dilantunkan oleh seorang qori yang direkam dan didengarkan dengan tempo yang lambat serta harmonis yang memberikan ketenangan dan kedamaian menurut islam (Ruby et al., 2022).

Saat mengalami kecemasan hipotalamus akan mengeluarkan hormone kortisol yang menyebabkan kecemasan terjadi. Hormone kortisol ini akan menurun dengan cara merangsang hormone endofrin. Hormon endorfin dapat keluar dengan cara merelaksasikan tubuh dengan rangsangan suara salah satunya dengan mendengar lantunan Al-Qur'an. Lantunan Al-Qur'an di tangkap oleh nerves auditorius kemudian di teruskan ke frontal dan parietal cortex cerebri untuk menghasilkan gelombang alfa sehingga merangsang hipofisis untuk mengeluarkan hormone endorfin sehingga memberikan efek relaksasi, ketenangan dan perubahan suasana hati sehingga dapat menurunkan kecemasan (Yanti et al., 2022)