

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Penyakit Jantung**

##### **2.1.1 Pengertian penyakit Jantung**

Jantung adalah alat tubuh yang berfungsi sebagai pemompa darah, yang sudah mulai bekerja sejak bayi dalam kandungan ibunya dan tidak akan berhenti selama kita hidup. Jantung terletak dalam rongga bagian kiri, tepatnya terletak diatas sekat diafragma yang memisahkan rongga dada dengan rongga perut, dalam jantung ototlah yang berfungsi untuk memberikan rangsangan denyutan pada jantung sehingga mampu memompa darah keseluruh tubuh. Otot jantung terbentuk dari serabut-serabut otot yang bersifat khusus dan dilengkapi jaringan syaraf yang secara teratur dan otomatis memberikan rangsangan berdenyut bagi otot jantung.

Dengan denyutan ini jantung memompa darah yang kaya oksigen dan zat makanan keseluruh tubuh termasuk arteri coroner, serta memompa darah yang kurang oksigen ke paru- paru untuk mengambil oksigen. Penyakit jantung biasanya terjadi karena kerusakan sel otot-otot jantung dalam memompa aliran darah keseluruh tubuh, yang disebabkan kekurangan oksigen yang di bawa darah kepembuluh darah di jantung. Atau juga karena terjadi kejang pada otot jantung yang menyebabkan kegagalan organ jantung dalam memompa darah, sehingga menyebabkan kondisi jantung tidak dapat melaksanakan fungsinya dengan baik.

Klasifikasi penyakit jantung dalam penelitian ini terbagi menjadi 6 jenis penyakit jantung, yaitu Gagal Jantung Akut, Jantung Koroner, Jantung

Hipertensi, Gagal Jantung Kronik, Jantung Katup dan Jantung Perikarditif. Proses diagnosis penyakit jantung dilakukan dengan cara memasukkan identitas pasien dan kondisi yang dialami pasien (faktor gejala dan risiko pasien) sebagai kasus baru. Kemudian menghitung similaritas atau kesamaan berdasarkan kemiripan faktor usia, jenis kelamin, gejala dan faktor risiko dengan kasus-kasus sebelumnya yang tersimpan dalam basis kasus dikalikan dengan tingkat keyakinan. Setiap usia, jenis kelamin, gejaladan faktor risiko masing-masing memiliki bobot dengan nilai tertentu berdasarkan penyakit yang dialami pasien (Wahyudi & Hartati, 2017).

### **2.1.2 Faktor Risiko Penyakit jantung koroner**

Faktor risiko utama penyakit jantung koroner yaitu yang tidak dapat diubah adalah Hereditas/keturunan, usia dan jenis kelamin. Sedangkan faktor risiko utamanya yaitu yang dapat diubah adalah kebiasaan merokok, kadar lemak darah yang cenderung tinggi (hiperlipidemia), hipertensi, diabetes mellitus, obesitas, stress dan kurang aktif bergerak atau berolahraga (Kusmana,2007 dalam (Wahyuni et al., 2019).

## **2.2 Kecemasan**

### **2.2.1 Pengertian Kecemasan**

Kecemasan ialah suatu keadaan emosional yang tidak menyenangkan, berupa respon psikofisiologis yang dapat timbul sebagai antisipasi bahaya tidak nyata, tampaknya disebabkan oleh konflik intra-psikis yang tidak disadari. Penyerta fisiologis dapat mencakup denyut jantung bertambah cepat, perubahan laju pernapasan, berkeringat, gemetar, lemas dan lelah, yang merupakan penyerta psikologis meliputi perasaan- perasaan akan ada bahaya, tidak berdaya, khawatir, dan tegang (Hasibuan & Riyandi, 2019).

Kecemasan menurut (Sarwono, 2017) menyebutkan bahwa masyarakat Indonesia pada umumnya menyebut *phobia*, *fear*, dan *anxiety* menjadi satu kata yaitu 'takut', padahal semua kata tersebut memiliki makna yang berbeda. Lebih lanjut dijelaskan bahwa *phobia* adalah rasa takut yang tidak rasional pada objek dan situasi tertentu (Fieldman 2003, dalam (Sarwono, 2017), dengan pengertian bahwa objek yang dialami memang nyata adanya namun alasan yang mendasari untuk takut itu tidak rasional. Takut atau *fear* adalah keadaan emosi yang tidak menyenangkan. Kecemasan ialah saat individu mengalami cemas yang objeknya tidak bisa dipastikan dan alasannya pun tidak begitu jelas. Dari uraian ini bisa kita bedakan antara fobia dan kecemasan perbedaannya terletak pada objeknya, jika objek fobia adalah nyata dan jelas, namun objek kecemasan itu tidak jelas (Nugraha, 2020).

Kecemasan adalah istilah umum yang mencakup banyak diagnosis termasuk gangguan kecemasan sosial, gangguan kecemasan perpisahan, dan fobia spesifik. Dua diagnosis yang paling mungkin ditemui oleh penyedia *Adult Congenital Heart Disease (ACHD)* pada pasien adalah gangguan kecemasan umum dan gangguan panik. Gejala inti dari gangguan kecemasan umum adalah kekhawatiran yang berlebihan tentang beberapa peristiwa atau aktivitas yang sulit dikendalikan dan terjadi hampir setiap hari selama setidaknya 6 bulan. Diagnosis membutuhkan  $\geq 3$  dari enam gejala tambahan berikut: kegelisahan, kelelahan, kesulitan konsentrasi, lekas marah, ketegangan otot, dan gangguan tidur. Seperti diagnosis gangguan mood, untuk didiagnosis dengan gangguan kecemasan umum, gejalanya terkait dengan penderitaan yang signifikan dan/ atau gangguan fungsional. Sementara gangguan kecemasan umum dialami setiap hari (Roseman & Kovacs, 2019).

Sebagian besar manusia setiap hari merasakan cemas. Rasa cemas melekat pada setiap aktivitas manusia setiap harinya. Rasa cemas muncul akibat situasi yang tidak menentu dan merasakan adanya ancaman. Ansietas adalah kebingungan atau ketakutan pada sesuatu yang akan terjadi dengan penyebab yang tidak jelas yang dihubungkan dengan perasaan tidak menentu dan tidak berdaya (Nurhalimah, 2016). Kecemasan merupakan sesuatu perasaan yang sangat subjektif dirasakan oleh manusia ketika menghadapi suatu masalah atau peristiwa tertentu. Ansietas adalah pengalaman subjektif dari seorang yang membuat tidak nyaman selalu berkaitan dengan perasaan yang tidak berdaya dapat memberikan dampak yang mempengaruhi fungsi fisiologi dan psikologis (Hartono & Kusumawati, 2010). Salah satu dampak psikologis yaitu ansietas atau kecemasan (Sutejo, 2018)

Fungsi psikologis yang terganggu dapat memicu adanya ansietas. Timbulnya ansietas dapat bermacam-macam outcomenya, diartikan sebagai perasaan tidak nyaman, khawatir, takut, tegang, dan keprihatinan (Mulugeta et al., 2018). Reaksi tersebut sering dialami oleh pasien di rumah sakit terutama pada pasien yang mengidap penyakit jantung. Pada penyakit jantung ini menimbulkan persepsi pasien terhadap sesuatu yang mencemaskan.

Garis besar yang dapat disimpulkan dari pendapat para peneliti di atas, kecemasan merupakan perasaan yang kurang nyaman dapat berupa rasa takut atau khawatir pada situasi tertentu yang mengancam sehingga menimbulkan kegelisahan karena adanya ketakutan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi.

### **2.2.2 Gejala Kecemasan**

Gejala kecemasan meliputi respon fisik dan psikologis. Adanya rasa khawatir dan diikuti rasa gelisah, berakibat pada respon fisiologis tertentu.

Beberapa individu mampu mengatasinya namun ada beberapa yang kesulitan menanganinya. Berikut aspek kecemasan menurut Clark dan Beck dalam (Fadila, 2018) disebutkan bahwa aspek kecemasan meliputi:

1. Aspek afektif : yaitu perasaan individu yang sedang merasakan kecemasan, seperti tersinggung, gugup, tegang, gelisah, kecewa dan tidak sabar. Aspek Fisiologis: merupakan ciri fisik yang muncul ketika individu sedang mengalami kecemasan, seperti sesak nafas, nyeri dada, nafas menjadi lebih cepat, denyut jantung meningkat, mual, diare, kesemutan, berkeringat, menggigil, kepanasan, pingsan, lemas, gemetar, mulut kering dan otot tegang.
2. Aspek Kognitif: dengan ciri aspek kognitif yaitu rasa takut tidak dapat menyelesaikan masalah, takut mendapatkan komentar negatif, kurangnya perhatian, fokus, dan kurangnya konsentrasi, sulit melakukan penalaran.
3. Aspek Perilaku: respon yang biasanya muncul adalah menghindari situasi yang mengancam, mencari perlindungan, diam, banyak bicara atau terpaku, dan sulit bicara.

Bisa kita tarik kesimpulan bahwa aspek perilaku meliputi semua sisi dalam diri manusia, baik sisi afektif, kognitif maupun psikomotorik individu yang sedang mengalami kecemasan (Nugraha, 2020).

### **2.2.3 Faktor Penyebab Kecemasan**

Isaac dalam (Fadila, 2018), menyebutkan bahwa kecemasan juga bisa diakibatkan oleh 5 faktor :

1. Usia ; Semakin meningkatnya usia seseorang maka semakin matang dan berpengalaman pulalah seseorang tersebut, walaupun bukan pedoman yang mutlak.
2. Jenis kelamin; Kecemasan seringkali dialami oleh wanita daripada pria.

Peristiwa ini bisa dijelaskan karena perempuan lebih sensitif perasaannya.

Laki-laki lebih melihat suatu peristiwa secara global, disisi lain perempuan melihat suatu peristiwa lebih rinci.

3. Pendidikan; tingkat pendidikan individu yang tinggi maka akan mempengaruhi kemampuannya dalam pemecahan masalahnya.
4. Mekanisme koping; Ketika seseorang mengalami kecemasan maka mekanisme koping berperan mengatasinya, jika seseorang kurang mampu melaksanakan mekanisme koping secara konstruktif maka berpeluang terjadi perilaku patologis lainnya.
5. Status Kesehatan; Setelah seseorang memasuki usia lanjut maka akan mulai mempunyai penyakit fisik patologis berganda, yang tentu saja berpengaruh terhadap kemampuannya mengatasi kecemasannya.

#### **2.2.4 Jenis-jenis Kecemasan**

Jenis – Jenis Kecemasan ada tiga menurut Freud dalam (Nugraha, 2020) yaitu :

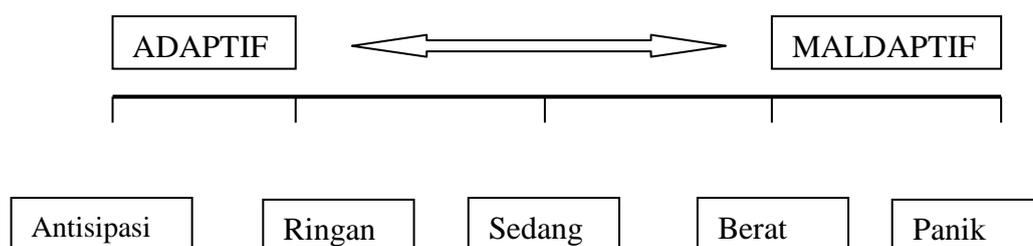
1. Kecemasan Neurosis (neurotic axiety) adalah rasa cemas akibat bahaya yang tidak diketahui. Perasaan itu sendiri berada pada ego, tetapi muncul dari dorongan-dorongan ide. Seseorang bisa merasakankecemasan neurosis akibat keberadaan guru, atasan atau figur otoritas lain karena sebelumnya mereka merasakan adanya keinginan tidak sadar atau menghancurkan salah satu atau kedua orang tua.
2. Kecemasan Moral (moral axiety) adalah berakar dari konflik antara ego dan superego. Ketika anak membangun superego, biasanya di usialima atau enam tahun mereka mengalami kecemasan yang tumbuh dari konflik antara kebutuhan realistik dan perintah superego. Misalnya, kecemasan moral bisa muncul dari godaan seksual jika anak meyakini bahwa menerima

godaan tersebut adalah salah secara moral. Kecemasan ini juga bisa muncul karena kegagalan bersikap konsistendengan apa yang mereka yakini benar secara moral. Misalnya, tidak mampu mengurus orang tua yang memasuki usia lanjut.

3. Kecemasan Realistik (realistic axiety) terkait erat dengan rasa takut. Kecemasan ini didefinisikan sebagai perasaan yang tidak menyenangkan dan tidak spesifik yang mencakup kemungkinan bahaya itu sendiri. Misalnya kita bisa mengalami kecemasan realistik pada saat berkendara dengan cepat dalam lalu lintas yang padat dan di kota asing, yaitu situasi yang mencakup bahaya yang objektif dan nyata. Akan tetapi, kecemasan realistik ini berbeda dari rasa takut karena tidak mencakup objek spesifik yang ditakuti. Misalnya, kita merasa takut pada saat kendaraan kita tiba-tiba tergelincir dan tidak bisa dikontrol di jalan bebas hambatan yang licin akibat lapisan es.

### 2.2.5 Rentang Respon Kecemasan

Menurut Stuart dalam (Dariah & Okatiranti, 2015), Rentang respon kecemasan dapat dibagi menjadi rentang respon adaptif hingga maladaptif



Gambar 2.1 Rentang Respon Kecemasan

1. Antisipasi

Suatu keadaan yang digambarkan lapangan persepsi menyatu dengan lingkungan.

2. Cemas Ringan

Ketegangan ringan, penginderaan lebih tajam dan menyiapkan diri untuk

bertindak.

3. Cemas Sedang

Keadaan lebih waspada dan lebih tegang, lapangan persepsi menyempit dan tidak mampu memusatkan pada factor/peristiwa yang penting baginya.

4. Cemas Berat

Lapangan persepsi sangat sempit, berpusat pada detail yang kecil, tidak memikirkan yang luas, tidak mampu membuat kaitan dan tidak mampu menyelesaikan masalah.

5. Panik

Persepsi menyimpang, sangat kacau dan tidak terkontrol, berpikir tidak teratur, dan perilaku hiperaktif.

### **2.2.6 Tingkatan Kecemasan**

Kecemasan memiliki tingkatan yang berbeda, menurut Gail W. Stuart dalam (Annisa & Ifdil, 2016) dibagi menjadi 4 tingkatan yaitu :

1. Ansietas ringan

Berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari, ansietas ini menyebabkan individu menjadi waspada dan meningkatkan lapang persepsinya. Ansietas ini dapat memotivasi belajar dan menghasilkan pertumbuhan serta kreativitas

2. Ansietas sedang

Memungkinkan individu untuk berfokus pada hal yang penting dan mengesampingkan yang lain. Ansietas ini mempersempit lapang persepsi individu. Dengan demikian, individu mengalami tidak perhatian yang selektif namun dapat berfokus pada lebih banyak area jika diarahkan untuk melakukannya.

### 3. Ansietas berat

Sangat mengurangi lapang persepsi individu. Individu cenderung berfokus pada sesuatu yang rinci dan spesifik serta tidak berpikirtentang hal lain. Semua perilaku ditujukan untuk mengurangi ketegangan. Individu tersebut memerlukan banyak arahan untuk berfokus pada area lain.

### 4. Tingkat panik

Berhubungan dengan terperangah, ketakutan, dan teror. Hal yang rinci terpecah dari proporsinya karena mengalami kehilangan kendali, individu yang mengalami panik tidak mampu melakukan sesuatu walaupun dengan arahan. Panik mencakup disorganisasi kepribadian dan menimbulkan peningkatan aktivitas motorik, menurunnya kemampuan untuk berhubungan dengan orang lain, persepsi yang menyimpang, dan kehilangan pemikiran yang rasional.

Menurut Rahmy (2013), Kecemasan dapat diukur dengan pengukuran tingkat kecemasan menurut alat ukur kecemasan yang disebut HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*). Skala HARS merupakan pengukuran kecemasan yang didasarkan pada munculnya *symptom* pada individu yang mengalami kecemasan. Menurut skala HARS terdapat 14 *simptoms* yang nampak pada individu yang mengalami kecemasan. Setiap item yang diobservasi diberi 5 tingkatan skor antara 0 (*Nol Persent*) sampai dengan 4 (*severe*). Skala HARS pertama kali digunakan pada tahun 1959, yang diperkenalkan oleh Max Hamilton dan sekarang telah menjadi standar dalam pengukuran kecemasan terutama pada penelitian *trial clinic*. Skala HARS telah dibuktikan memiliki validitas dan reliabilitas cukup tinggi untuk melakukan pengukuran kecemasan pada penelitian *trial clinic* yaitu 0,93 dan 0,97. Kondisi

ini menunjukkan bahwa pengukuran kecemasan dengan menggunakan skala HARS akan diperoleh hasil yang valid dan reliable.

Skala *HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale)* yang dikutip Nursalam (2003) penilaian kecemasan terdiri dan 14 item, meliputi:

1. Perasaan Cemas firasat buruk, takut akan pikiran sendiri, mudah tersinggung.
2. Ketegangan merasa tegang, gelisah, gemetar, mudahterganggu dan lesu.
3. Ketakutan: takut terhadap gelap, terhadap orang asing, bila tinggal sendiri dan takut pada binatang besar.
4. Gangguan tidur: sukar memulai tidur, terbangun pada malam hari, tidur tidak pulas dan mimpi buruk.
5. Gangguan kecerdasan: penurunan daya ingat, mudah lupa dan sulit konsentrasi.
6. Perasaan depresi: hilangnya minat, berkurangnya kesenangan pada hobi, sedih, perasaan tidak menyenangkan sepanjanghari.
7. Gejala *somatik*: nyeri pada otot-otot dan kaku, gertakan gigi, suara tidak stabil dan kedutan otot.
8. Gejala *sensorik*: perasaan ditusuk-tusuk, penglihatan kabur, muka merah dan pucat serta merasa lemah.
9. Gejala *kardiovaskuler*: takikardi, nyeri di dada, denyut nadi mengeras dan detak jantung hilang sekejap.
10. Gejala pernapasan: rasa tertekan di dada, perasaan tercekik, sering menarik napas panjang dan merasa napas pendek
11. Gejala *gastrointestinal*: sulit menelan, obstipasi, berat badan menurun, mual dan muntah, nyeri lambung sebelum dan sesudah makan, perasaan

panas di perut.

12. Gejala *urogenital*: sering kencing, tidak dapat menahan kencing, aminorea, ereksi lemah atau impotensi.
13. Gejala vegetatif: mulut kering, mudah berkeringat, muka merah, bulu roma berdiri, pusing atau sakit kepala.
14. Perilaku sewaktu wawancara: gelisah, jari-jari gemetar, mengkerutkan dahi atau kening, muka tegang, tonus otot meningkat dan napas pendek dan cepat.

Cara penilaian kecemasan adalah dengan memberikan nilai dengan kategori :

0 = tidak ada gejala sama sekali  
1 = Satu dari gejala yang ada

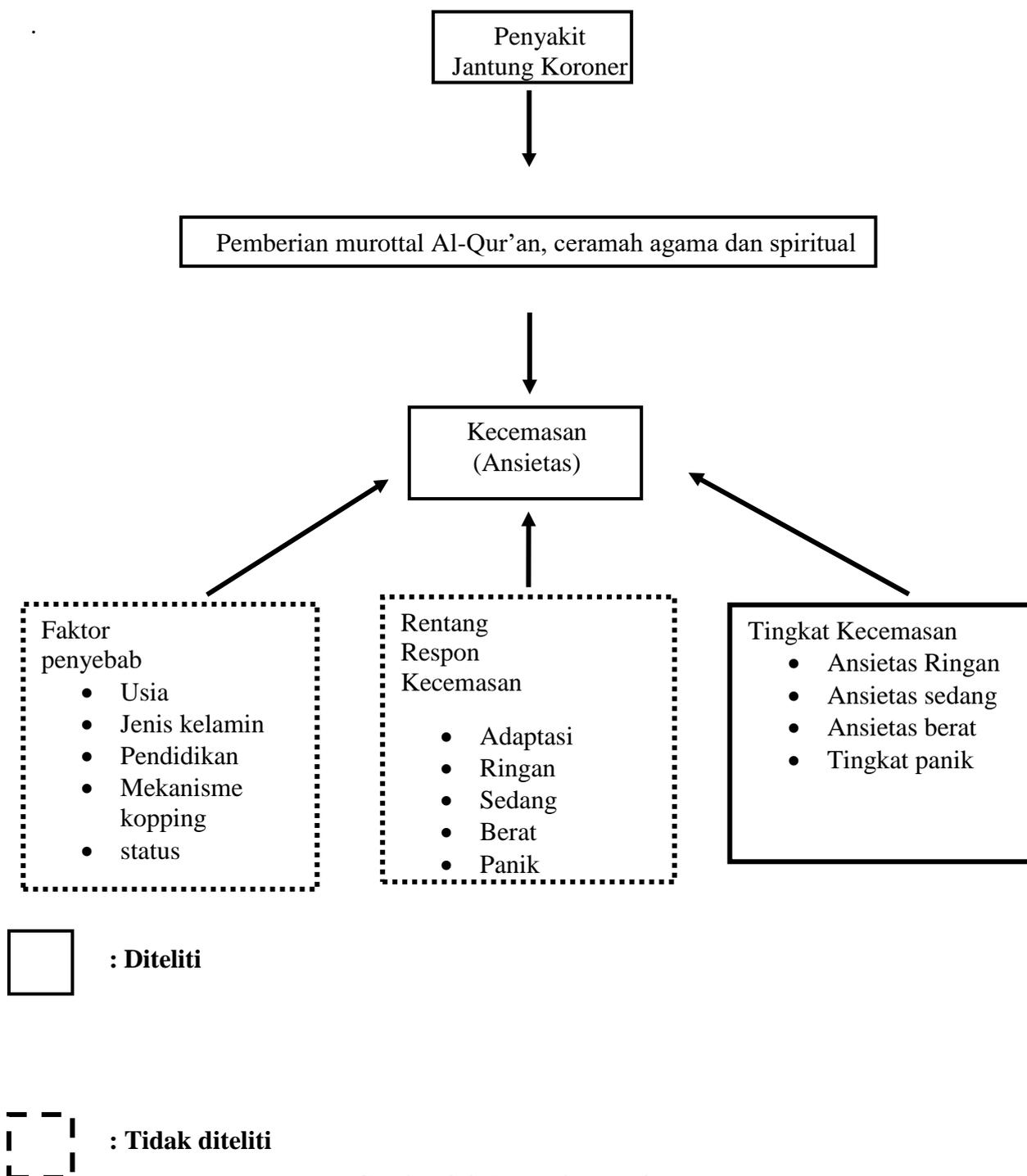
2 = Sedang/ separuh dari gejala yang ada  
3 = berat/lebih dari ½ gejala yang ada

4 = sangat berat semua gejala ada

Penentuan derajat kecemasan dengan cara menjumlah nilai skor dan item 1- 14 dengan hasil

- a. Skor kurang dari 6 = tidak ada kecemasan.
- b. Skor 7 – 14 = kecemasan ringan.
- c. Skor 15 – 27 = kecemasan sedang.
- d. Skor lebih dari 27 = kecemasan berat.

## Kerangka Teori



Gambar 2.2 Kerangka Teori

## **2.3 Murottal Al-Qur'an**

Mendengarkan Al qur'an dapat menenangkan jiwa seseorang, sehingga kecemasan dapat berkurang sebagaimana diterangkan dalam Al qur'an : orang-orang beriman itu, hati mereka menjadi tenang dengan mengingat Allah. Ketahuilah, bahwa mengingat Allah itu dapat menentramkan jiwa (QS Al Ra'd : 28). Dari ayat tersebut dengan tegas menerangkan bahwa ketenangan jiwa dapat dicapai dengan mengingat Allah.

### **2.3.1 Definisi Murottal**

Murottal adalah rekaman suara Al-qur'an yang dilagukan oleh seorang qori (pembaca Al-qur'an) (Siswantinah, 2011). Murottal juga dapat diartikan sebagai lantunan ayat-ayat suci Al-qur'an yang dilagukan oleh seorang qori (pembaca Al-qur'an), direkam dan diperdengarkan dengan tempi yang lambat serta harmonis (Purna, 2006). Murottal merupakan salah satu musik yang memiliki pengaruh positif bagi pendengarnya (Widayarti, 2011). Mendengarkan ayat-ayat Al-qur'an yang dibacakan secara tartil dan benar, akan mendatangkan ketenangan jiwa. Lantunan ayat-ayat Al-qur'an secara fisik mengandung unsur-unsur manusia yang meruokan instrumen penyembuhan dan alat yang paling mudah dijangkau. Suara dapat menurunkan hormon-hormon stress, mengaktifkan hormon endofrin alami, meningkatkan perasaan rileks, memperbaiki sistem kimia tubuh sehingga menurunkan tekanan darah serta memperlambat pernafasan, detak jantung, denyut nadi dan aktivitas gelombang otak (Heru, 2008)

### **2.3.2 Manfaat Murottal Al-Qur'an**

Manfaat media murottal Al Quran dibuktikan dalam berbagai

penelitian. Manfaat tersebut di antaranya adalah sebagai berikut :

1. Menurunkan kecemasan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Zahrofi, dkk 2013) dan (Zanzabiela dan Alphianti, 2014) menunjukkan bahwa pemberian pengaruh terapi murotal Al Quran memiliki pengaruh terhadap tingkat kecemasan responden. Pada penelitian tersebut responden yang diberikan terapi murotal Al Quran memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah daripada pasien yang tidak diberikan terapi.

2. Menurunkan perilaku kekerasan

Dalam penelitian yang dilakukan oleh (Widhowati SS, 2010) ini menunjukkan bahwa penambahan terapi audio dengan murottal surah ArRahman pada kelompok perlakuan lebih efektif dalam menurunkan perilaku kekerasan dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak mendapatkan terapi audio tersebut.

3. Mengalihkan nyeri

Murotal Al Quran terbukti dapat menurunkan tingkat nyeri. Hal ini berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Hidayah (2013) dan (Handayani dkk, 2014) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian terapi murotal Al Quran terhadap tingkat nyeri. Pada kedua penelitian tersebut kelompok yang diberikan terapi murotal Al Quran memiliki tingkat nyeri yang lebih rendah dibandingkan kelompok yang tidak diberikan terapi murotal Al Quran.

4. Meningkatkan kualitas hidup

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Mulyadi dkk (2012) menunjukkan perbedaan yang bermakna antara kualitas hidup responden sebelum dan

sesudah diberikan intervensi bacaan Al Quran secara murotal pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Pada kelompok intervensi, kualitas hidup responden meningkat setelah diberikan murotal Al Quran.

### **2.3.3 Teknik Murottal**

Teknik pemberian murotta al-qur'an meliputi :

1. Persiapan
  - a. Memperkenalkan diri
  - b. Persiapan Pasien bina hubungan saling percaya diberi penjelasan tentang hal-hal yang akan dilakukan tujuan terapi
  - c. Persiapan Alat Earphone dan MP3/Tablet berisikan murottal
  - d. Persiapan Perawat menyiapkan alat dan mendekati ke arah pasien
  - e. Perawat Mencuci tangan dan menutup tirai memastikan privasi pasien terjaga
  - f. Mengatur posisi pasien nyaman mungkin
2. Pelaksanaan

Cara melakukan murottal Al-qur'an adalah:

- a. Menanyakan kesiapan pasien untuk pemberian terapi
- b. Menghubungkan earphone dengan MP3/Tablet berisikan murottal
- c. Letakkan earphone di telinga kiri dan kanan
- d. Dengarkan murottal selama 20 menit (Nurjamiah, 2015)

### **2.3.4 Pengaruh Murotal Al-Quran Terhadap Penurunan Kecemasan**

Pemberian murottal surat Ar-rahman akan menimbulkan rasa percaya diri, rasa optimisme (harapan kesembuhan), mendatangkan ketenangan, damai dan menimbulkan Emosional positif selanjutnya ditransmisikan ke sistem limbik dan korteks serebral dengan tingkat koneksitas yang kompleks

antara batang otak hipotalamus-prefrontal kiri dan kanan-hipokampus amigdala. Transmisi ini menyebabkan keseimbangan antara sintesis dan sekresi neurotransmitter seperti GABA (Gamma Amino Butiric Acid) dan antagonis GABA oleh hipokampus dan amigdala, dopamin, serotonin dan norepinefrin yang diproduksi oleh prefrontal, asetilkolin, endorfin (opiat alami dalam tubuh efek menenangkan) oleh hipotalamus, terkendali juga ACTH (Adrenocortico Releasing Hormone), sehingga mempengaruhi keseimbangan korteks adrenal dalam mensekresi kortisol, kadar kortisol normal mampu berperan sebagai stimulator terhadap respon ketahanan tubuh imunologik baik spesifik maupun non spesifik. Hal ini berarti keadaan jiwa yang tenang, rileks secara tidak langsung mampu membuat keseimbangan dalam tubuh dan meningkatkan imunitas tubuh. Kemudian keadaan seimbang dapat mengurangi semua gangguan psikologis termasuk insomnia (Oken, 2004, dalam Sokeh, Yunie & Chanif, 2013).

Terapi audio yang diberikan dapat menggetarkan gendang telinga dan cairan telinga dari getaran ini dapat dihantarkan ke saraf koklea dari saraf koklea getaran menuju ke otak di dalam otak akan menciptakan reaksi (rileks), keadaan rileks ini dapat mempengaruhi korteks limbic dan juga mempengaruhi hipokampus, di hipokampus dapat mempengaruhi amigdala (alam bawah sadar), setelah alam bawah sadar terpengaruhi lalu dihantarkan ke hipotalamus di hipotalamus dapat mempengaruhi fungsi endokrin, jika hormone kortisol sudah setabil maka akan mempengaruhi emosional (Firman Faradisi, 2012). Ellen Covey dari Washington University, melakukan penelitian tentang frekuensi suara yang menunjukkan bahwa suara itu terbentuk dari gelombang getar di udara dengan kecepatan 340m/det. Setiap

suara memiliki frekuensi sendiri dan manusia bisa mendengar suara dengan frekuensi antara 20-20.000/detik. Laporan Konfrensi Kedokteran Islam Amerika Utara menyebutkan bahwa mendengar bacaan Al- Quran, mampu mendatangkan ketengn hingga 97%- 99%. Hasil dari mendengarkan Al- Qur'an dapat menghasilkan betaendrofin rilek (cairan otak agar rileks dan bahagia) (Elzaky,2014).

#### 2.4 Agama dan Spiritual

Al-Quran memerintahkan umat Islam untuk melakukan kewajiban berdakwah terhadap siapapun tidak terkecuali pasien. Landasan utama bimbingan spiritual Islam adalah Al-Qur'an dan Sunnah Rasul, sebab keduanya merupakan sumber dari segala sumber pedoman kehidupan umat Islam.

Diriwayatkan oleh Imam Bukhari di dalam shahihnya, dari shahabat Abu Hurairah bahwasanya Nabi bersabda,

مَا أَنْزَلَ اللَّهُ دَاءً إِلَّا أَنْزَلَ لَهُ شِفَاءً

“Tidaklah Allah turunkan penyakit kecuali Allah turunkan pula obatnya”  
(HR.Bukhari)

Dari riwayat Imam Muslim dari Jabir bin Abdillah dia berkata bahwa Nabi bersabda,

عَنْ جَابِرِ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ لِكُلِّ دَاءٍ دَوَاءٌ، فَإِذَا أَصَابَ الدَّوَاءُ الدَّاءَ، بَرَأَ بِإِذْنِ اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ

“Setiap penyakit pasti memiliki obat. Bila sebuah obat sesuai dengan penyakitnya maka dia akan sembuh dengan seizin Allah Subhanahu wa Ta'ala.”  
(HR. Muslim).

Agama merupakan bagian dari spiritual, kegiatan peribadatan dalam agama merupakan salah satu cara manusia untuk berhubungan dengan Yang Maha Kuasa serta manusia dan alam sekitar (Barber, 2012).

### 2.4.1 Definisi religious / agama

Religion dalam bahasa Indonesia berarti agama. Agama adalah sistem yang mengatur tata keimanan (kepercayaan) dan peribadatan kepada Tuhan Yang Maha Kuasa serta tata kaidah yang berhubungan dengan pergaulan manusia dan manusia serta lingkungannya. (Sya'id et al., 2017)

Religiusitas berasal dari kata religi (latin) atau relegre, yang berarti membaca dan mengumpulkan. Sementara dalam bahasa Indonesia religi berarti agama merupakan suatu konsep yang secara definitif diungkapkan pengertiannya oleh beberapa tokoh sebagai berikut:

1. Menurut Gazalba religi atau agama pada umumnya memiliki aturan – aturan dan kewajiban – kewajiban yang harus dipatuhi dan dilaksanakan oleh pemeluknya. Semua hal itu mengikat sekelompok orang dalam hubungannya dengan Tuhan, sesama manusia dan alam sekitarnya.
2. Menurut Shihab (1993) agama adalah hubungan antara makhluk dengan Khalik (Tuhan) yang berwujud dalam ibadah yang dilakukan dalam sikap keseharian (Ghufron dan Risnawita, 2010). b. Menurut Anshori, ia memberikan pengertian agama dengan lebih detail yakni agama sebuah sistem credo (tata keyakinan) atas adanya Yang Maha Mutlak dan suatu sistem norma (tata kaidah) yang mengatur hubungan antara manusia dengan sesama manusia, dan alam sekitarnya, sesuai dengan keimanan dan tata peribadatan tersebut (Ghufron dan Risnawita, 2010)
3. Harun Nasution menurutnya agama berasal dari kata al – din, religi (religare) dan agama. Al din (semit) berarti undang – undang atau hukum. Dalam bahasa Arab kata ini mengandung arti menguasai, menundukkan, patuh, utang, balasan dan kebiasaan. Sedangkan kata

relegere berarti mengumpulkan dan membaca. Dan religere berarti mengikat, sedangkan kata agama terdiri dari a = tak, gam = pergi mengandung arti tak pergi, tetap ditempat atau diwarisi turun temurun. Secara defenitif Harun Nasution menjelaskan pengertian agama adalah (Arifin, 2008) :

- a. Pengakuan terhadap adanya hubungan manusia dengan kekuatan gaib yang harus dipatuhi.
- b. Pengakuan terhadap adanya kekuatan gaib yang menguasai manusia.
- c. Mengikat diri pada suatu bentuk yang mengandung pengakuan, pada suatu sumber yang berada di luar manusia yang mempengaruhi perbuatan – perbuatannya.
- d. Kepercayaan pada suatu kekuatan gaib yang menimbulkan cara hidup tertentu
- e. Suatu sistem tingkah laku (code of conduct) yang berasal dari kekuatan gaib.
- f. Pengakuan terhadap adanya kewajiban – kewajiban yang diyakini bersumber pada suatu kekuatan gaib.
- g. Pemujaan terhadap kekuatan gaib yang timbul dari perasaan lemah dan perasaan takut terhadap kekuatan misterius yang terdapat dalam alam sekitar.
- h. Ajaran – ajaran yang diwahyukan Tuhan kepada manusia melalui seorang Rasul.

Dari banyaknya istilah tentang agama atau religi yang disebutkan para tokoh diatas, menunjukkan bahwa manusia membutuhkan agama dalam kehidupan sehari – hari, karena di dalam agama atau religi terdapat kewajiban

yang harus kita laksanakan dan selain itu di dalamnya terdapat cara bagaimana kita bersikap dan beretika terhadap sesama manusia dan alam sekitar. Oleh karena itu religiusitas dapat diartikan sebagai keyakinan atas adanya yang mengatur hubungan antara manusia dengan Tuhannya, manusia dengan manusia dan alam semesta, yang didalamnya terdapat persaan, tindakan dan pengalaman yang bersifat individual. Di dalam religi dapat berbentuk simbol, keyakinan, sistem nilai dan sistem perilaku yang terlembagakan, yang semuanya berpusat pada persoalan yang dianggap sebagai sesuatu paling bermakna (Oktavia et al., 2019)

#### **2.4.2 Manfaat religious / agama**

Adapun manfaat dari religious dalam (Iswari, 2014) mengatakan bahwasanya dukungan spiritual dapat mengurangi kecemasan. Orang yang mendekati diri kepada Tuhan akan memperoleh kenyamanan dan dapat mengatasi stres (Young, 2012). Kedekatan dengan Tuhan akan memberi kekuatan lebih, kepercayaan diri serta kenyamanan, sehingga memberi manfaat terhadap kesehatan termasuk mengurangi depresi, kesepian, meningkatkan kematangan dalam berhubungan, kompetensi sosial dan penilaian psikososial yang lebih baik dalam menghadapi stres (Hill & Pargament, 2008).