

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Mahasiswa rentan mengalami masalah kesehatan mental terutama saat menghadapi ujian OSCE. Kecemasan muncul karena tekanan untuk tampil dengan baik dan rasa takut gagal. Kecemasan mengganggu konsentrasi, kemampuan untuk berpikir jernih, dan komunikasi dengan baik, hal ini berdampak pada prestasi akademis dan kesejahteraan psikologis. Menurut Yanti dan Nurwulan (2021), ujian OSCE merupakan tantangan mahasiswa yang dapat menimbulkan kecemasan. Oleh karena itu intervensi perlu dilakukan seperti manajemen stres, konseling, teknik relaksasi, dan dukungan sosial untuk membantu mahasiswa mengatasi kecemasan dan meraih prestasi optimal (Yanti & Nurwulan, 2021).

Ujian OSCE merupakan ujian yang menegangkan, dan keadaan ini terjadi pada setiap mahasiswa yang baru saja menghadapi ujian. Ujian tersebut dilaksanakan setiap semester, dan sebagian besar mahasiswa merasakan kecemasan (Triwahyuni et al., 2021). Mahasiswa merasakan cemas biasanya dikarenakan ujian tersebut berupa ujian praktikum. Mahasiswa dianjurkan mempersiapkan diri sebelum melaksanakan ujian OSCE, dan persiapan tersebut merupakan komponen penting untuk mengurangi tingkat kecemasan (Pantu et al., 2020). Fakultas Keperawatan Universitas Riau melakukan studi pendahuluan terhadap 10 mahasiswa kelas A tahun 2020 yang akan menjalani ujian kemampuan laboratorium pada tanggal 5 Mei 2021 menggunakan kuesioner State Anxiety Inventory (S-AI) dari Y-1. Hasilnya menunjukkan bahwa 2 mahasiswa (20 persen) mengalami kecemasan ringan, 6 mahasiswa (60 persen) mengalami kecemasan sedang, dan 2 mahasiswa (20 persen) mengalami kecemasan berat (Triwahyuni et al., 2021).

Kecemasan dapat didefinisikan sebagai keadaan emosi yang tidak menyenangkan, yang ditandai dengan perasaan subjektif seperti gugup, takut, khawatir dan juga memiliki ciri-ciri sistem syaraf pusat yang aktif. Kecemasan dapat mempengaruhi : emosi , perasaan, semangat,

tingkah laku, dan gejala biologis (Fitri & Pratama, 2020). Kecemasan ini mengekspresikan dirinya sebagai tindakan fisiologis terhadap masalah yang muncul secara berlebihan. Kecemasan yang sering terjadi bisa mengakibatkan kebingungan dan distorsi persepsi. Distorsi mengakibatkan menurunnya daya ingat, mengganggu belajar dengan cara menurunkan kemampuan pusat perhatian suatu hal dengan yang lain (Dali S.A, 2020).

Salah satu metode untuk menangani kecemasan yaitu dengan cara terapi kognitif, beberapa terapi kognitif yaitu: mendeteksi masalah, terapi konseling, terapi obat-obatan, psikoterapi, rehabilitasi, terapi komplementer, dll. Terapi komplementer salah satunya adalah terapi murottal Al-Qur'an. Menurut (Azzahroh et al., 2020), terapi murottal Al-Qur'an yang diberikan kepada pasien pre operasi laparatomi memberikan efek positif terhadap kecemasan, nyeri, dan kualitas tidur. Oleh karena itu penurunan kecemasan dapat diatasi dengan cara melakukan kegiatan keagamaan, yaitu dengan mendengarkan murottal Al-Qur'an (Wati et al., 2020). Ketika seseorang melakukan aktifitas tersebut, keyakinan yang dimilikinya akan merubah perilaku dan pandangan mereka. Seseorang yang mendengarkan murottal Al-Qur'an dengan suara yang tenang, akan memberikan rangsangan positive dan menghindari perasaan negatif (Khalilati et al., 2019).

Rangsangan pada gendang telinga dengan terapi murottal akan mengurangi kortisol di otak melalui saraf pendengaran. Terapi murottal Al Qur'an merangsang otak untuk membuat zat kimia yang disebut neuropeptide. Neuropeptide berfungsi untuk membuat orang merasa nyaman atau rileks. Saat seseorang mendengarkan murottal Al-Qur'an, suara itu tersebar di udara, diterima oleh telinga, kemudian berubah menjadi isyarat elektronik dan melalui selaput pendengaran di otak, yang mendorong sel-sel tubuh untuk memberi respons. (Budiyarti & Makiah, 2018). Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti ingin melakukan terkait dengan pengaruh terapi murottal terhadap tingkat kecemasan mahasiswa sebelum melaksanakan OSCE.

## 1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana pengaruh terapi murottal terhadap tingkat kecemasan mahasiswa sebelum melaksanakan ujian OSCE?

## 1.3 Tujuan

### 1.3.1 Tujuan Umum

Menjelaskan pengaruh terapi murottal Al-Qur'an terhadap tingkat kecemasan mahasiswa sebelum melaksanakan ujian OSCE.

### 1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi tingkat kecemasan pada mahasiswa sebelum diberikan terapi murottal Al-Qur'an di universitas Muhammadiyah Malang,
2. Mengidentifikasi tingkat kecemasan pada mahasiswa setelah diberikan terapi murottal Al-Qur'an di universitas Muhammadiyah Malang,
3. Menganalisis pengaruh terapi murottal Al-Qur'an terhadap tingkat kecemasan mahasiswa sebelum melaksanakan ujian OSCE.

## 1.4 Manfaat

### 1.4.1 Teoritis

Hasil penelitian ini memberikan solusi alternatif bagi pembaca dan peneliti tentang bagaimana terapi murottal Al-Qur'an berdampak pada tingkat kecemasan siswa sebelum ujian OSCE.

### 1.4.2 Praktis

Diharapkan hasil penelitian ini akan memberikan informasi tambahan tentang efikasi diri dan tingkat kecemasan mahasiswa program studi ilmu keperawatan Universitas Muhammadiyah Malang. Informasi ini dapat digunakan untuk memberikan instruksi atau penyuluhan tentang efikasi diri dan tingkat kecemasan.

## 1.5 Keaslian Penelitian

Keaslian peneliti digunakan sebagai bukti agar tidak adanya plagiarisme antara peneliti sebelumnya dengan penelitian yang akan dilakukan. Sejauh sepengetahuan penulis terdapat beberapa penelitian yang berhubungan dengan peneliti, yaitu :

1. Studi yang dilakukan oleh (Darmadi & Armiyati, 2019) tentang *Murottal and Clasical Music Therapy Reducing Pra Cardiac Chateterization Anxiety*. Pada penelitian ini, semua pasien yang akan menjalani kateterisasi jantung dipilih secara purposive random. Setelah dihitung menggunakan rumus Federer, masing-masing kelompok menerima sampel sebanyak 16. Kecemasan diukur melalui kuesioner (NRS). Penelitian ini menemukan bahwa terapi musik klasik dan terapi murottal berbeda dalam mengurangi kecemasan pasien yang menerima kateterisasi jantung. Terapi murottal, yang berfungsi untuk mengurangi kecemasan pada pasien pra-kateterisasi jantung, memungkinkan tubuh menjadi lebih rileks, sirkulasi darah menjadi lebih lancar, tekanan darah rendah, dan tanda-tanda vital lainnya berkurang.
2. Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh (Irmawati et al., 2020) tentang *The effect of listening to the recitation of Qur'an (Murottal Ar-Rahman surah) on the level of anxiety of pregnant women in Siti Fatimah maternal and child hospital*. Studi ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana mendengarkan Al-Qur'an, khususnya surah Ar-Rahman, mempengaruhi tingkat kecemasan wanita hamil dan waktu persalinan tahap pertama. Studi kuasi-eksperimen ini menggunakan pre-post-test non-acak dengan desain kontrol dan jumlah sample 40. Studi ini menemukan bahwa mendengarkan Al-Qur'an, terutama surah Ar-Rahman, dapat membantu ibu hamil mengurangi kecemasan mereka saat menghadapi proses persalinan. Tingkat kortisol yang lebih rendah dan waktu persalinan yang lebih singkat dapat meningkat sebagai hasil dari perawatan ini.

Selain itu, sebelum ujian OSCE, peneliti ingin mengetahui bagaimana terapi murottal berdampak pada tingkat kecemasan siswa. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan metode pre-post test dalam satu kelompok (desain satu kelompok pre-

test-posttest). Pengambilan sampel dilakukan secara acak. Mahasiswa PSIK tahun 2022 adalah subjek penelitian.

