

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Kecemasan

2.1.1 Definisi Kecemasan

Kecemasan merupakan suatu keadaan seseorang merasa lemah sehingga imun tubuh menjadi menurun (Wahyuni & Andika, 2020). Ketika seseorang merasa cemas, ia akan merasa dirinya tidak nyaman dan merasa terancam, padahal ia sendiri tidak mengerti mengapa perasaan tersebut bisa terjadi (Setiawan et al., 2021). Kecemasan adalah respons emosional yang muncul sebagai reaksi terhadap situasi atau peristiwa yang dianggap mengancam, tidak pasti, atau berpotensi merugikan (Keepers et al., 2020).

Rasa kecemasan adalah perasaan tidak menyenangkan yang dapat menimbulkan perasaan subjektif. Konflik adalah masalah yang dapat terjadi pada setiap orang yang menimbulkan rasa kecemasan ini. Selain itu, ancaman terhadap harga diri seseorang dapat menyebabkan kecemasan (G. L. Sari, 2022).

Gangguan kecemasan (*anxiety disorder*) yang berlebihan akan berpengaruh terhadap sikap yang ditunjukkan kepada masalah yang sedang dihadapi. Kecemasan yang tidak segera ditangani akan berdampak pada munculnya masalah psikis yaitu stres. Stres ini merupakan reaksi tubuh seseorang pada situasi yang mengancam dan sulit, dan membuat tubuh memproduksi hormon endrenalin yang berfungsi mempertahankan diri. Stres ini memiliki efek baik psikis, fisik, psikologis, fisiologis, dan intelektual. Dimana gangguan kecemasan ini merupakan kondisi negatif yang meningkatkan perubahan pada sistem jaringan dan adanya perasaan khawatir (Syahrul et al., 2021).

2.1.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan

a) Faktor Prediposisi

Faktor prediposisi merupakan faktor resiko yang dapat berpengaruh pada jenis dan nilai suatu individu untuk mengatasi stres. Faktor prediposisi dibagi menjadi beberapa bagian, yaitu:

1. Faktor genetik: beberapa ahli mengatakan bahwa kecemasan tidak bisa dipengaruhi dengan faktor genetik saja, melainkan cara yang diterapkan dalam keluarga tersebut.
2. Faktor personaliti: seseorang yang kuat dalam mengatasi masalah yang sedang dihadapinya, juga mendapat keberuntungan dari orang lain, maka dari itu berpotensi akan mengalami stress.
3. Faktor perkembangan kritis: suatu individu yang tidak bisa menghadapi penyebab stres, yang menyebabkan berbagai masalah kesehatan jiwa (Indah Iswanti et al., 2019).

b) Faktor Presipitasi

1. Stress: stres dipengaruhi dari aktivitas dan lingkungan saat bersosialisasi, seperti keluarga, pekerjaan, pendidikan, sosial, kesehatan, keuangan, dan komunitas yang mungkin kurang mendukung.
2. Biologis: menurut (Indah Iswanti et al., 2019) penelitian tersebut menjelaskan bahwa hal ini berhubungan dengan terganggunya komunikasi dan *feedback* otak yang menyusun suatu proses informasi. Sehingga terdapat abnormalitas yang tidak mampu menanggapi stimulus secara selektif.

2.1.3 Tanda dan Gejala Kecemasan

Tanda dan gejala kecemasan pada setiap individu sangat beragam, kecemasan ini memperoleh skor nilai 10 yang artinya termasuk kecemasan ringan (Lumenta et al., 2022).

Pada saat mengalami kecemasan keluhan yang sering diungkapkan yaitu:

a. Gejala Psikologis

Perasaan gelisah, tegang, gugup, mudah terbawa perasaan, perasaan khawatir yang berlebihan.

b. Gangguan pola tidur

Yang sering terjadi pada gangguan ini biasanya ditandai dengan tidak teraturnya pola tidur.

c. Gangguan konsentrasi dan daya ingat

Biasanya yang berhubungan dengan berubahnya suatu genetik dan protein di otak, penyakit ini biasanya disebut dengan alzheimer. Selain penyakit itu ada juga penyakit yang berhubungan dengan jenis demensia yang diakibatkan oleh gangguan pembuluh darah di otak, biasanya disebut dengan demensia vaskular.

d. Gejala somatik

Terasa sakit dibagian tulang dan otot, sesak nafas, jantung berdetak kencang, terganggunya sistem pencernaan, sakit kepala. Perasaan cemas pada seseorang dapat ditandai dengan gejala dan bisa berubah dengan upaya untuk melawan kecemasan tersebut.

2.1.4 Tingkat Kecemasan dan Rentang Kecemasan

Menurut (Suwandi & Malinti, 2020) tingkat kecemasan dapat dibagi menjadi empat kategori, yaitu:

1. Kecemasan ringan: masalah ini berkaitan dengan aktivitas individu disetiap harinya, yang mengakibatkan kewaspadaan dan juga mendapat motivasi suatu kreatifitas.
2. Kecemasan sedang: permasalahan yang bisa mengecualikan hal lain, sehingga bisa lebih fokus pada hal yang lebih penting, akan tetapi masih bisa mengerjakan aktivitas dengan terarah.
3. Kecemasan berat: membuat seseorang tidak fokus pada suatu hal yang terinci, sehingga menyebabkan seseorang tidak bisa memikirkan masalah yang lainnya.
4. Panik: seseorang merasa tidak bisa dikendalikan dan tidak bisa fokus pada suatu permasalahan yang ada. Perhatian menjadi hilang atau tidak terkontrol menyebabkan ketidak mampuan individu melakukan apapun meskipun dengan perintah.

2.2 Konsep Ujian OSCE

Menurut (Intan, 2022) ada beberapa konsep tentang Ujian OSCE yaitu:

2.2.1 Pengertian OSCE

OSCE (*Objective Structural Clinical Examination*) adalah suatu metode untuk menguji kemampuan seseorang yang dikerjakan secara faktual dengan struktur dan peraturan dalam rentang waktu yang sudah ditentukan. Tujuan dari ujian ini adalah untuk mengetahui keterampilan analisis praktis yang dimiliki setiap mahasiswa (Hidayah, 2020).

OSCE ini merupakan metode untuk menguji kemampuan secara objektif dan tertata dalam bentuk putaran station dengan waktu tertentu. Bersifat objektif karena

setiap mahasiswa menerima tes yang sama. Penguji akan menilai kemampuan peserta untuk memahami data atau materi. Penilaian OSCE didasarkan pada keputusan menyeluruh tentang berbagai aspek kompetensi (Saputra, 2019). Metode penilaian yang digunakan untuk mengevaluasi kompetensi klinis dalam berbagai pendidikan profesi kesehatan (Alkhateeb et al., 2022).

Objective Structured Clinical Examination (OSCE) adalah metode evaluasi dalam pendidikan kedokteran dan profesi kesehatan lainnya yang dirancang untuk mengukur keterampilan klinis, penilaian, dan komunikasi secara obyektif. OSCE melibatkan serangkaian stasiun atau pos yang berisi skenario kasus klinis atau situasi yang berbeda. Para peserta harus melewati setiap stasiun dan menjalankan tugas-tugas tertentu, seperti mendiagnosis penyakit, berinteraksi dengan pasien, atau melakukan prosedur medis tertentu. Penilaian dilakukan oleh sekelompok penilai yang telah terlatih sebelumnya, menggunakan rubrik penilaian yang telah ditetapkan sebelumnya (Rajaa et al., 2022).

2.2.2 Pelaksanaan OSCE

Mekanisme pelaksanaan OSCE ini biasanya dengan cara mengevaluasi dengan diberi batas waktu pada setiap stase, jumlah stase tergantung pada pemeriksaan yang akan diuji. Setelah itu penguji konsisten memberikan nilai sesuai kemampuan pada setiap mahasiswa (Akbar et al., 2021). Dalam ujian ini biasanya menggunakan probandus sebagai pengganti pasien agar terlihat seperti real, mahasiswa akan melakukan *role play* dengan probandus sesuai skenario yang sudah dirancang oleh tim.

Objective Structured Clinical Examination (OSCE) adalah metode penilaian yang dikembangkan untuk mengevaluasi kinerja klinis secara akurat (Alkhateeb et al., 2022). Ini banyak digunakan dalam pendidikan profesi kesehatan di seluruh dunia untuk menilai kompetensi klinis (Majumder et al., 2019). Berikut adalah langkah-langkah untuk mengimplementasikan OSCE:

1. Perencanaan : Menentukan tujuan, isi, dan format ujian. Tentukan jumlah stasiun, waktu yang dialokasikan untuk setiap stasiun, dan jenis kasus yang akan digunakan.
2. Pengembangan Kasus : Kembangkan kasus-kasus yang relevan dengan tujuan pembelajaran dan tingkat siswa. Kasus harus distandarisasi dan diuji coba untuk memastikan validitas dan reliabilitasnya.
3. Standardisasi Penguji : Melatih penguji untuk memastikan bahwa mereka konsisten dalam mengevaluasi siswa. Penguji harus dilatih tentang kasus, sistem penilaian, dan proses umpan balik.
4. Logistik : Menyusun logistik ujian, termasuk tempat, peralatan, dan bahan-bahan yang diperlukan untuk ujian.
5. Melakukan Ujian : Pada hari ujian, siswa digilir melalui stasiun, di mana mereka dinilai berdasarkan keterampilan klinis mereka. Penguji menilai siswa berdasarkan sistem penilaian yang telah ditentukan.
6. Umpan balik : Berikan kritik kepada siswa tentang kinerja mereka; kritik harus konstruktif, spesifik, dan diberikan pada waktunya.

2.2.3 Keuntungan OSCE

Sampai saat ini ujian OSCE dinilai lebih valid dan sangat objektif daripada ujian lisan dalam menguji kemampuan klinis. Selain itu juga, ujian ini dapat mengevaluasi dari jumlah mahasiswa dalam ruang lingkup yang cukup besar dan waktu yang relatif pendek dalam uji pengetahuan, keterampilan, dan keahlian yang nantinya akan dievaluasi berdasarkan sebuah instrumen dan bahan uji coba yang sama (Intan, 2022).

Keuntungan Objective Structured Clinical Examination (OSCE) menurut (Yeni Rahmawati et al., 2023) dalam keperawatan adalah sebagai berikut:

1. OSCE merupakan metode evaluasi keterampilan klinik mahasiswa keperawatan yang objektif dan terstruktur.

2. OSCE dapat meningkatkan kesiapan mahasiswa keperawatan dalam menghadapi ujian keterampilan klinik dan program exit-exam.
3. OSCE dapat meningkatkan kemampuan klinik siswa kedepannya.
4. OSCE dapat menilai kinerja klinis dan perilaku profesional mahasiswa keperawatan.
5. OSCE dapat menilai kemampuan mahasiswa keperawatan dalam melakukan asuhan keperawatan khususnya tindakan.
6. OSCE memiliki kemampuan untuk menilai kemampuan mahasiswa keperawatan di bidang medis yang berbeda, seperti obstetri dan ginekologi, kedokteran preventif dan kesehatan masyarakat, psikiatri, bedah, dan bidang medis lainnya.

2.2.4 Kelemahan Uji OSCE

Kelemahan dalam ujian OSCE ini diantaranya ruang lingkup penilaian yang meliputi sebuah pengetahuan kompartamental dan bukan melakukan penilaian melalui entitas pendekatan secara holistik pada saat melakukan penanganan pada pasien, sehingga diperlukan butir soal yang banyak dalam jangka waktu yang tidak sedikit (Al Izza, 2020).

Kelemahan Objective Structured Clinical Examination (OSCE) menurut (Yeni Rahmawati et al., 2023) dalam keperawatan adalah sebagai berikut:

1. OSCE memerlukan waktu dan biaya yang cukup besar untuk persiapan dan pelaksanaannya.
2. OSCE memerlukan jumlah stasiun yang cukup banyak untuk menilai keterampilan klinis secara menyeluruh, sehingga memerlukan ruangan yang cukup besar.
3. OSCE dapat menilai keterampilan klinis mahasiswa keperawatan secara terpisah, sehingga tidak dapat menilai kemampuan mahasiswa dalam mengintegrasikan berbagai aspek keterampilan klinis.

4. OSCE tidak dapat menilai kemampuan mahasiswa keperawatan dalam menghadapi situasi yang tidak terduga atau tidak biasa.

2.2.5 Metode OSCE

Objective Structured Clinical Examination (OSCE) adalah metode penilaian keterampilan klinis yang digunakan dalam berbagai bidang, termasuk keperawatan. OSCE dirancang untuk mengukur kemampuan kandidat dalam melakukan berbagai tugas klinis secara objektif dan struktural. Metode ini melibatkan serangkaian stasiun stasiun ujian di mana peserta harus mengatasi situasi klinis yang berbeda secara langsung, termasuk berinteraksi dengan pasien, mengambil riwayat penyakit, melakukan pemeriksaan fisik, dan mengambil keputusan klinis (García-Mayor et al., 2021).

Metode Objective Structured Clinical Examination (OSCE) menurut (Yeni Rahmawati et al., 2023) dalam keperawatan adalah sebagai berikut:

1. OSCE terdiri dari beberapa stasiun yang menilai keterampilan klinis mahasiswa keperawatan secara objektif dan terstruktur.
2. Setiap stasiun pada OSCE menilai keterampilan klinis mahasiswa keperawatan dalam aspek yang berbeda, seperti anamnesis, pemeriksaan fisik, penilaian masalah, dan tindakan.
3. OSCE dilakukan dengan menggunakan skenario kasus yang realistis dan sesuai dengan situasi klinis yang sebenarnya.
4. OSCE dilakukan dengan menggunakan standar penilaian yang jelas dan terukur.
5. OSCE dilakukan dengan menggunakan instrumen penilaian yang valid dan reliabel.
6. OSCE dilakukan dengan menggunakan waktu yang terbatas untuk setiap stasiun, sehingga menilai kemampuan mahasiswa keperawatan dalam mengambil keputusan dan menyelesaikan tindakan dalam waktu yang terbatas.

2.3 Konsep Teori Murottal

2.3.1 Definisi Murottal

Murottal merupakan bacaan Al-Qur'an yang hanya berfokuskan pada dua hal yaitu: tajwid (mengeluarkan huruf yang tepat) dan tartil (pelan dan jelas), dengan penambahan suara dan irama yang indah, tetap memperhatikan ilmu tajwid (Yunus et al., 2021). Murottal juga dapat diartikan sebagai lantunan ayat-ayat suci al-Qur'an yang direkam dan diputar dengan kecepatan yang lambat dan dilakukan secara harmonis, dengan tujuan memberikan kedamaian kepada pendengarnya (Yuniartika et al., 2022).

Istilah "murottal" mengacu pada cara membaca Al-Quran dengan tajwid dan intonasi yang benar. Seorang qari atau qariah (orang yang membaca Al-Quran dengan indah) menggunakan teknik murottal untuk menghasilkan bacaan Al-Quran yang enak didengar dan menghormati aturan tajwid serta makna yang terkandung dalam teks suci Al-Quran (Nahar et al., 2020).

Murottal merupakan terapi musik yang berefek positif dengan memberikan kedamaian terhadap pendengarnya. Murottal juga memiliki efek penyembuhan yang dapat memberikan kedamaian terhadap pendengarnya. Cara tersebut dapat meningkatkan perasaan rileks, dapat menurunkan hormon stres, dan memperbaiki sistem kimia dalam tubuh, dapat mengendalikan pernafasan, detak pada jantung dan pola ritme berulang dari aktifitas saraf di sistem saraf otak bagi pendengarnya (Anwar et al., 2019).

2.3.2 Manfaat Murottal

1. Menurunkan Kecemasan

Menurut Angraini Simamora et al., (2021) dan (Hajiri et al.,) terapi murottal berdampak pada penurunan tingkat kecemasan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok intervensi mengalami tingkat kecemasan yang lebih rendah daripada kelompok kontrol.

2. Menurunkan perilaku kekerasan

Penelitian yang dilakukan oleh (Waluyo et al., 2022) dan (Safira et al., n.d.) menunjukkan bahwa terapi murottal efektif dalam mengurangi perilaku kekerasan. Kelompok intervensi menunjukkan tingkat perilaku kekerasan yang lebih rendah daripada kelompok kontrol.

3. Mengalihkan nyeri

Murottal Al-Qur'an memiliki kemampuan untuk mengatur sistem kimia tubuh. Penelitian (Saymsudin & Kadir, n.d.), menunjukkan bahwa metode tersebut berdampak pada tingkat nyeri. Dalam penelitian ini, diketahui bahwa kelompok intervensi mengalami tingkat nyeri yang lebih rendah dibandingkan dengan kelompok kontrol.

4. Meningkatkan kualitas hidup

Menurut (Ashyddiqi et al., 2022) menunjukkan bahwa tingkat kualitas responden memiliki perbedaan setelah dilakukan intervensi. Dan dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan setelah diberikan terapi murhottal.

5. Pengobatan atau penyembuhan

Mendengarkan terapi murhottal memiliki manfaat yaitu sebagai pengobatan atau penyembuhan. Manfaat mendengarkan terapi ini individu dapat merasakan penurunan depresi, sedih, kekhawatiran, juga bisa menangkal segala penyakit, dan jiwa menjadi lebih tenang. Selain itu terapi ini dapat memotivasi, membuat seseorang menjadi lebih kuat untuk mengatasi masalah yang sedang dihadapi, ketegangan menjadi menurrun, dan terapi ini juga bisa menurunkan kecemasan (Astuti Setyaningsih et al., 2020).

6. Untuk Kesehatan

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Gustri, (2021), mendengarkan Al-Qur'an memiliki banyak manfaat kesehatan, termasuk meningkatkan ketenangan jiwa, menjadi alat penyembuhan yang luar biasa dan terapi yang mudah diakses, menurunkan hormon stres dan cemas, mengaktifkan hormon endorphin alami, meningkatkan perasaan rileks,

dan mengalikan rasa takut dan tegang., dan memperbaiki sistem kimia tubuh yang bertanggung jawab untuk mengurangi tekanan darah dan aktivitas gelombang otak.

2.3.3 Teknik Murottal

A. Teknik murottal Al-Qur'an meliputi:

1. Persiapan Perawat
 - a. Ucapkan salam (Assalamualikum wr.wb/selamat pagi/selamat siang)
 - b. Perkenalkan diri
 - c. Jelaskan pada klien tentang maksud dan tujuan tindakan, berikan informed consent/kesediaan pelaksanaan tindakan
 - d. Persiapan alat, seperti earphone dan tablet MP3/berisi musik murottal
 - e. Persiapan perawat, termasuk menyiapkan alat dan bergerak menuju pasien
2. Persiapan pasien
 - a. Atur posisi klien nyaman mungkin
3. Persiapan lingkungan
 - a. Ciptakan lingkungan yang nyaman
 - b. Menutup pintu/sketsel/selambu saat melakukan prosedur
 - c. Menjaga privasi klien
4. Pelaksanaan
 - a. Menanyakan kesiapan kepada pasien apakah mereka siap untuk menerima terapi
 - b. Menghubungkan earphone ke MP3 atau tablet yang berisi musik murottal
 - c. Letakkan earphone di telinga kiri dan kanan klien
 - d. Dengarkan murottal selama 15 menit

5. Fase Terminasi

- a. Evaluasi Subjektif (menanyakan manfaat yang didapat pasien dari pertemuan saat ini) dan Objektif (meminta pasien untuk, menyebut, mempraktikan/memperagakan dan mengingat kembali apa yang sudah diajarkan)
- b. Rencana Tindak Lanjut Pasien
- c. Kontrak Pertemuan yang akan datang
- d. Perawat mengucapkan Hamdallah kemudian mengkomunikasikan tindakan sudah selesai kepada pasien
- e. Ucapkan salam
- f. Rapikan alat

B. Surat yang digunakan dalam Terapi Murottal Al-quran

Menurut penelitian, bacaan Muzammil Hasballah dari surah Ar-Rahman, yang memiliki arti "Allah maha pengasih kepada semua makhluk, tetapi juga kepada binatang, tumbuh-tumbuhan, dan makhluk lainnya yang ada di alam ini," adalah alasan utama mengapa surah ini sering digunakan dalam terapi murhottal Al-Qur'an (Nikmah et al., 2022). Bacaan Surah Ar-Rahman dalam Al-Qur'an menyebabkan gelombang delta di area parietal dan frontal. Dalam hal ini, otak mengeluarkan gelombang suara untuk merangsang pelepasan neuropeptide, yang menyebabkan tubuh merasa lebih rileks.

C. Waktu yang diperlukan untuk mendengarkan Murottal Al-quran

Menurut (Pristiadi et al., 2022) waktu yang diperlukan kurang lebih 15 menit sebelum melakukan ujian OSCE.

2.3.4 Pengaruh Murottal Al-Quran Terhadap Penurunan Kecemasan

Ada metode farmakologi dan non farmakologi yang dapat digunakan untuk mengatasi kecemasan. Perawatan farmakologi mencakup penggunaan obat sesuai anjuran dokter. Selain itu, terapi non farmakologi mencakup berbagai metode, termasuk murottal Al-Qur'an sebagai terapi musik (Astuti Setyaningsih et al., 2020). Musik relaksasi memiliki irama tetap, rentang frekuensi 600 Hz hingga 900 Hz, melodi dinamis, dan 60 hingga 80 ketukan per menit (Alvian et al., 2019).

Terapi dengan menggunakan musik ini dapat menyebabkan gendang telinga bergetar dan dapat ditransmisikan ke saraf koklea, lalu di transfer ke otak dan akan menimbulkan reaksi yang mempengaruhi korteks limbik, hippocampus. Hippocampus itu sendiri dapat mempengaruhi alam bawah sadar kemudian dikirim ke hipotalamus. Hasil mendengarkan Al-Qur'an dapat menghasilkan relaksasi.

