

PENGARUH MEMBACA AL-QUR'AN SECARA PERIODIK TERHADAP ANSIETAS PADA MAHASISWA PENDIDIKAN DOKTER UNIVERSITAS SRIWIJAYA

Nadiyah Fakhirah, Indri Seta Septadina*, Puji Rizki Suryani

Fakultas Kedokteran, Universitas Sriwijaya, Palembang, Indonesia
Email : indrisetaseptadina@fk.unsri.ac.id

ABSTRAK

Prevalensi ansietas pada mahasiswa kedokteran lebih besar dibanding dengan gangguan kesehatan mental yang lain semacam depresi serta stres. Pengobatan nonfarmakologis diyakini memiliki efek samping yang lebih rendah, lebih aman serta dapat dipergunakan dengan waktu yang lama. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh membaca Al-Qur'an secara periodik terhadap ansietas pada mahasiswa pendidikan dokter. Penelitian ini memberikan intervensi terhadap kelompok eksperimen berupa membaca Al-Qur'an secara periodik serta menyediakan kelompok kontrol sebagai pembandingan. Data diambil dari kuesioner BAI (*Beck Anxiety Inventory*) dan dianalisis menggunakan aplikasi SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*). Hasil uji *Wilcoxon* pada kelompok eksperimen mendapatkan hasil signifikan antara membaca Al-Qur'an secara periodik terhadap ansietas ($p=0,024$) pada mahasiswa pendidikan dokter Universitas Sriwijaya. Sedangkan pada kelompok kontrol mendapatkan hasil tidak signifikan ($p=0,066$). Adanya pengaruh membaca Al-Qur'an secara periodik terhadap ansietas. Sehingga Al-Qur'an dapat dimanfaatkan untuk menurunkan ansietas pada mahasiswa pendidikan dokter.

Kata kunci: Ansietas, Membaca Al-Qur'an secara periodik, BAI, Mahasiswa pendidikan dokter

ABSTRACT

The prevalence of anxiety in medical students is greater than that of other mental health disorders such as depression and stress. This study aims to determine the effect of periodic reading Al-Qur'an on anxiety in medical students. This research is a quasi-experimental study with a nonequivalent control group design. This study provides an intervention to the experimental group in the form of periodic reading Al-Qur'an. The data was taken from the BAI (Beck Anxiety Inventory) questionnaire then processed and analyzed using the SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) application. The Wilcoxon test in the experimental group showed significant result of periodic reading Al-Qur'an on anxiety ($p = 0.024$) in medical students of Sriwijaya University. While in the control group the results were not significant ($p=0,066$). There is an effect of periodic reading Al-Qur'an on anxiety. So that Al-Qur'an can be used to reduce anxiety in medical students.

Keywords: Anxiety, Periodic reading Al-Qur'an, BAI, Medical student

Correspondence Author :

Indri Seta Septadina

Department of Anatomy, Faculty of Medicine, Sriwijaya University Palembang, Indonesia.

Email: Indrisetaseptadina@fk.unsri.ac.id

1. PENDAHULUAN

Ansietas merupakan respons terhadap ancaman terhadap suatu yang tidak diketahui, berasal dari dalam diri, samar-samar serta konfliktual. Prevalensi ansietas pada mahasiswa kedokteran lebih besar dibanding dengan gangguan kesehatan mental yang lain semacam depresi serta stres.¹ Pengobatan nonfarmakologis diyakini memiliki efek samping yang lebih rendah, lebih aman serta dapat dipergunakan dengan waktu yang lama.² Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh membaca Al-Qur'an secara periodik terhadap ansietas pada mahasiswa pendidikan dokter.

2. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian *quasi eksperiment* dengan *nonequivalent control group design* yang dilaksanakan pada bulan Juli hingga Desember 2021 bertempat di rumah masing-masing melalui aplikasi Zoom *meeting*. Penelitian ini memberikan intervensi terhadap kelompok eksperimen berupa membaca Al-Qur'an secara periodik serta menyediakan kelompok kontrol sebagai pembanding. Sampel penelitian adalah mahasiswa pendidikan dokter Universitas Sriwijaya yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Data diambil dari kuesioner BAI (*Beck Anxiety Inventory*) yang disebarakan secara *online* menggunakan aplikasi *google form* kemudian akan diolah dan dianalisis menggunakan aplikasi SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*).

3. HASIL

Pada kelompok eksperimen didapatkan proporsi usia pada subjek penelitian 20 tahun (44,1%), 21 tahun (52,9%) dan 23 tahun (2,9%). Proporsi jenis kelamin laki-laki (41,2%) lebih sedikit dibandingkan dengan perempuan (58,8%). Sedangkan pada kelompok kontrol diperoleh proporsi usia pada subjek penelitian 20 tahun (38,2%), 21 tahun (44,1%), 22 tahun (14,7%) dan 23 tahun (2,9%). Proporsi jenis kelamin laki-laki (20,6%) lebih sedikit dibandingkan dengan perempuan (79,4%).

Tabel 1. . Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol Berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin

No	Karakteristik	Kelompok Eksperimen			Kelompok Kontrol	
			n	%	n	%
1	Usia	20 tahun	15	44,1%	13	38,2%
		21 tahun	18	52,9%	15	44,1%
		22 tahun	-	-	5	14,7%
		23 tahun	1	2,9%	1	2,9%
		Total	34	100%	34	100%
2	Jenis Kelamin	Laki-laki	14	41,2%	7	20,6%
		Perempuan	20	58,8%	27	79,4%
		Total	34	100%	34	100%

Hasil uji *Wilcoxon* pada kelompok eksperimen mendapatkan hasil signifikan antara membaca Al-Qur'an secara periodik terhadap ansietas ($p=0,024$) pada mahasiswa pendidikan dokter Universitas Sriwijaya. Sedangkan pada kelompok kontrol mendapatkan hasil tidak signifikan ($p=0,066$)

Tabel 2. Hasil Uji *Wilcoxon* Perbandingan Ansietas Sebelum dan Sesudah Intervensi Membaca Al-Qur'an secara Periodik pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol

Kelompok	Perlakuan	n	Skor BAI			p value
			Rerata	Sd	Min - Mak	
Eksperimen	Sebelum	34	11,55	9,63	0-41	0,024*
	Setelah	34	8,02	6,78	0-28	
Kontrol	Sebelum	34	11,05	10,73	0-53	0,066
	Setelah	34	9,26	9,52	0-46	

Uji Wilcoxon $p < \alpha$

4. PEMBAHASAN

Pada penelitian ini, sebagian besar mahasiswa mengalami ansietas. Hal ini terjadi diduga disebabkan oleh adanya faktor-faktor yang berkaitan dengan ansietas mahasiswa kedokteran. Menurut Mao dkk. (2019) ansietas pada mahasiswa kedokteran dapat timbul karena adanya masalah interpersonal, tingginya tekanan dalam kewajiban akademik, evaluasi diri yang rendah, kualitas tidur buruk, serta motivasi yang rendah dari lingkungan sekitar.³

Pada penelitian ini didapatkan 21 mahasiswa yang mengalami penurunan ansietas dengan persentase (4,8%) dari ansietas tinggi menjadi sangat rendah, (9,5%) dari ansietas tinggi menjadi sedang, (9,5%) dari ansietas sedang menjadi sangat rendah, (14,2%) ansietas sedang menjadi rendah,

(28,6%) dari ansietas rendah menjadi sangat rendah dan (33,4%) tetap mengalami ansietas sangat rendah yang dilihat dari selisih skor BAI. Tidak semua subjek dalam penelitian ini mengalami penurunan ansietas. Terdapat hasil selisih negatif skor BAI sesudah dengan sebelum mendapat intervensi pada subjek penelitian yang mengartikan subjek penelitian tersebut mengalami peningkatan ansietas. Salah satu faktor yang diduga mempengaruhi perbedaan ini ialah faktor keadaan kognitif dan emosi seseorang.⁴ Keadaan kognitif dan emosi seseorang yang negatif terhadap spiritualitas dapat mempengaruhi kepercayaan dan perasaan dekat dengan Tuhan.⁵ Selain keadaan kognitif dan emosi yang negatif, gangguan ansietas yang pernah dialami seseorang juga dapat menjadi penyebab peningkatan ansietas.⁵

5. KESIMPULAN

Pada penelitian ini usia 21 tahun (52,9%) pada kelompok eksperimen dan (44,1%) pada kelompok kontrol merupakan persentase usia tertinggi. Kemudian proporsi jenis kelamin perempuan (58,8%) pada kelompok eksperimen dan (79,4%) pada kelompok kontrol lebih tinggi dibandingkan laki-laki (41,2%) pada kelompok eksperimen dan (20,6%) pada kelompok kontrol. Kemudian hasil uji statistik dengan menggunakan uji *Wilcoxon* didapatkan bahwa pada kelompok eksperimen perbedaan skor BAI sebelum dan setelah membaca Al-Qur'an secara periodik menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan ($p=0,024$) $p<\alpha$. Sedangkan pada kelompok kontrol perbedaan skor BAI sebelum dan setelah menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan ($p=0,066$) $p<\alpha$.

DAFTAR PUSTAKA

1. Ishmata K, Septadina IS, Arryotantri B. HOLY QURAN RECITATION OF SURAH AL-MULK AND AL-HASYR ON DECREASING ANXIETY IN MEDICAL STUDENTS. *International Journal Of Islamic Medicine*. 2021;2(1):7-14.
2. Nadimah NA. Study On The Effect Of Reading Activities And Listening To Al-Quran On Human Mental Health. *Journal Intellectual Sufism Research (JISR)*. 2018;1(1):19-23.
3. Mao Y, Zhang N, Liu J, Zhu B, He R, Wang X. A Systematic Review Of Depression And Anxiety In Medical Students In China. *BMC Med Educ*. 2019;19(1):1-13. Doi:10.1186/S12909-019-1744-2
4. Aziza IN, Wiyono N, Fitriani A. Pengaruh Mendengarkan Murottal Al-Qur'an Terhadap Memori Kerja. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*. 2019;5(1):24-32.
5. Septadina IS, Sutysna H. Holy Qur'an Recitation To Overcome Anxiety. *International Journal Of Islamic Medicine*. 2020;1(1):31-36. Doi:10.37275/Ijim.V1i1.4