

ABSTRACT

THE EFFECT OF BREATH DHIKR ON STRESS LEVEL IN PATIENTS WITH PULMONARY TUBERCULOSIS AT PUBLIC HEALTH CENTER

Quasy-Experimental Research

Haris Arganata

Introduction: Pulmonary tuberculosis was an infectious chronic disease that attacked the lung organ. Generally, pulmonary tuberculosis patients had stress because of their condition, such as symptoms of tuberculosis disease, long treatment process with large amount of drugs, daily activity disruption, job loss, and death threats. Unresolved stress could lead to irritability, anxiety, negative thinking, despair, and helplessness, some even to blame God. One of the stress handling is through a spiritual approach, that was the therapy of breath dzikir. The purpose of this study was to determine the effect of dhikr breath on stress levels in patients with pulmonary tuberculosis at public health of Tanah Kalikedinding Surabaya.

Method: This research used quasy-experimental design method with pre and post control groups. There were treatment group and control group, each group consisted 16 respondents. The independent variable was breath dhikr and the dependent variable was stress level. Sampling technique in this research used technique of non-probability sampling type purposive sampling. Data analysis was performed by using Wilcoxon Signed Rank test and Mann Whitney U test with significance level of $p < 0.05$.

Results: The result of Wilcoxon Signed Rank test showed that the stress level of treatment group had significance with the $p=0.000$, while the control group had no significance with the $p=0.317$. Mann Whitney U test showed the differences of stress levels in post intervention with $p=0,000$.

Discussion: Dzikir breath was a positive stimulus that affects the cognator process according to Roy's adaptation theory in the form of merging dhikr and breath aimed to realize God. So, the patients could interpret the condition being experienced was a form of God's love. Further research was expected to use cortisol measurements to obtain more accurate results and performed at stress levels in other chronic disease patients.

Keywords: Breath Dhikr, Stress, Pulmonary Tuberculosis

ABSTRAK

PENGARUH DZIKIR NAFAS TERHADAP TINGKAT STRES PADA PASIEN TUBERKULOSIS PARU DI PUSKESMAS TANAH KALIKEDINDING SURABAYA

Penelitian Quasi Eksperimen

Haris Arganata

Pendahuluan: Tuberkulosis paru adalah penyakit infeksi kronis yang menyerang organ paru. Umumnya pasien tuberkulosis paru mengalami stres karena kondisi yang dialaminya, seperti gejala-gejala penyakit akibat TB, proses pengobatan yang lama dengan jumlah obat yang banyak, gangguan aktivitas sehari-hari, kehilangan pekerjaan, dan ancaman kematian. Stres yang tidak diatasi dengan baik dapat mengakibatkan mudah marah, cemas, berpikir negatif, putus asa, dan rasa tidak berdaya, bahkan ada yang sampai menyalahkan Tuhan. Salah satu penanganan stres tersebut adalah melalui pendekatan spiritual, yaitu terapi dzikir nafas. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dzikir nafas terhadap tingkat stres pada pasien tuberkulosis paru di Puskesmas Tanah Kalikedinding Surabaya.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode desain quasi eksperimen dengan kelompok pre dan post kontrol. Ada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol, masing-masing kelompok terdiri dari 16 responden. Variabel independen adalah dzikir nafas dan variabel dependen adalah tingkat stres. Teknik sampling dalam penelitian ini menggunakan teknik *non-probability sampling* tipe *purposive sampling*. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank test dan Mann Whitney U test dengan tingkat signifikansi $p < 0.05$.

Hasil: Hasil uji Wilcoxon Signed Rank test menunjukkan bahwa tingkat stres kelompok perlakuan memiliki signifikansi dengan nilai $p=0.000$, sedangkan kelompok kontrol tidak signifikan dengan nilai $p=0.317$. Uji Mann Whitney U test menunjukkan perbedaan tingkat stres setelah dilakukan intervensi dengan nilai $p=0.000$.

Diskusi: Dzikir nafas merupakan stimulus positif yang memengaruhi proses kognator sesuai teori adaptasi Roy berupa penggabungan dzikir dan nafas bertujuan untuk menyadari Allah. Sehingga pasien TB paru dapat memaknai kondisi yang sedang dialami adalah bentuk kasih sayang Allah. Penelitian lebih lanjut diharapkan menggunakan pengukuran kortisol untuk mendapatkan hasil yang lebih akurat dan dilakukan pada tingkat stres pada pasien penyakit kronis lainnya.

Kata kunci: Dzikir Nafas, Stres, Tuberkulosis Paru