



Pengaruh terapi audio dzikir *Asy-syifa* terhadap kecemasan pada anak penderita kanker sebelum menjalani kemoterapi

The effect of audio therapy of dzikir Asy-syifa on anxiety in children with cancer before undergoing chemotherapy

Wida Marina¹, Suryati², Dian Nur Adkhana Sari³, Eka Oktavianto⁴
^{1,2,3,4}STIKes Surya Global Yogyakarta

Article Information

Received: 29 July 2025

Revised : 28 November 2025

Accepted: 9 December 2025

Available online:

<https://journal.ycsn.org/index.php/csjpg>

Keywords: audio dzikir; anxiety; cancer; Chemotherapy.

Kata kunci: audio dhikir; kecemasan; kanker; kemoterapi.

Correspondence

Name: Wida Marina

Phone:

E-mail: widaazkly@gmail.com

E-ISSN: 3064-3163

ABSTRACT

Background: Childhood cancer necessitates continuous treatment and care, primarily chemotherapy, which can induce various side effects, including anxiety a condition that can disturb one's inner peace. Dzikir therapy has shown potential in managing psychological issues, including anxiety.

Objective: This study aims to determine the effect of audio dzikir *Asy-Syifa* therapy on anxiety in children with cancer prior to undergoing chemotherapy.

Methods: This study was a pre-experimental research using a one-group pretest–posttest design. The sample consisted of 20 children with cancer, selected through an accidental sampling technique based on participant availability and willingness. The research instrument employed the Zung Self-Rating Anxiety Scale (Z-SAS) to measure anxiety levels before and after the intervention. The *Asy-Syifa* audio dhikir therapy was conducted in a quiet room at YKAKI Yogyakarta, lasting 15 minutes per session using an audio player (mobile phone). Data were analyzed using the Wilcoxon test to determine the significance of differences before and after the intervention.

Results: The average anxiety score of children before receiving the *Asy-Syifa* audio dhikir therapy (pretest) was 7.70, while after the intervention (posttest) it decreased to 5.35. The mean difference (Δ mean) was 2.35. The Wilcoxon test results showed a *p*-value of 0.001 ($p < 0.05$) and a *z*-value of -3.750, indicating a statistically significant reduction in anxiety levels after the *Asy-Syifa* audio dhikir therapy.

Conclusion: The results of the study showed that the *Asy-Syifa* audio dhikir therapy had a significant effect in reducing anxiety levels among children with cancer before undergoing chemotherapy at the Indonesian Childhood Cancer Care Foundation (YKAKI) Yogyakarta.

ABSTRAK

Latar belakang: Kanker anak merupakan penyakit yang memerlukan pengobatan dan perawatan berkelanjutan yaitu kemoterapi yang dapat menyebabkan efek samping salah satunya adalah kecemasan atau penyakit hati yang dapat mengganggu ketenangan jiwa. Terapi dzikir dapat menangani masalah kejiwaan salah satunya cemas.

Tujuan: Mengetahui pengaruh terapi audio dzikir *Asy-syifa* terhadap kecemasan pada anak penderita kanker sebelum menjalani kemoterapi.

Metode: Penelitian ini merupakan pre-eksperimen dengan rancangan *one group pre-posttest desain*. Teknik Sampel berjumlah 20 anak penderita kanker, yang dipilih menggunakan teknik accidental sampling berdasarkan ketersediaan dan kesediaan partisipan. . Instrument penelitian menggunakan kuesioner Zung self-rating anxiety scale (Z-SAS) untuk mengukur kecemasan sebelum dan sesudah intervensi. Intervensi terapi audio dzikir *Asy-Syifa* dilakukan di ruang tenang di YKAKI Yogyakarta, berdurasi 15 menit dalam satu sesi menggunakan pemutar audio (handphone). Data dianalisis menggunakan uji wilcoxon untuk menguji signifikansi perbedaan.

Hasil: Rata-rata kecemasan anak sebelum diberikan terapi audio dzikir *Asy-Syifa* (pretest) sebesar 7,70, sedangkan setelah diberikan terapi (posttest) menurun menjadi 5,35. Terjadi penurunan rata-rata (Δ mean) sebesar 2.35. Hasil uji wilcoxon menunjukkan nilai *p* value = 0,001 ($p < 0,05$) dan nilai *z* = -3,750.

Simpulan: Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi audio dzikir *Asy-Syifa* berpengaruh signifikan terhadap penurunan tingkat kecemasan pada anak penderita kanker sebelum menjalani kemoterapi di Yayasan Kasih Anak Kanker Indonesia Yogyakarta.

PENDAHULUAN

Menurut *Union for International Cancer Control* (UICC, 2020), terdapat sekitar 176.000 kasus baru kanker anak setiap tahun dengan 90.000 kematian, terutama di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Di negara maju, kanker merupakan penyebab kematian kedua anak usia 5-14 tahun setelah cedera (Isni et al., 2023). Secara global, rata-rata tahunan insiden kanker pada usia 0-14 tahun di dunia adalah sekitar 150 per juta orang (*International Agency for Research on Cancer* (IARC), 2023).

Hasil Riskesdas (2013), mencatat sebanyak 16.291 kasus kanker anak, didominasi oleh leukemia. Prevalensi kanker di Indonesia meningkat dari 1,4 kasus per 1.000 penduduk pada tahun 2013 menjadi 1,79 kasus per 1.000 penduduk pada tahun 2018. Data Kemenkes RI (2019), menunjukkan angka kejadian kanker sebesar 136,2 per 100.000 penduduk, menempatkan Indonesia pada urutan ke-8 di Asia Tenggara. Provinsi dengan prevalensi tertinggi yaitu Daerah Istimewa Yogyakarta sebesar 4,86 kasus per 1.000 penduduk, diikuti Sumatera Barat (2,47) dan Gorontalo (2,44) (Agustianto & Candra, 2022).

Meskipun data nasional terbaru secara spesifik untuk kanker anak belum tersedia, temuan ini masih menjadi acuan penting dalam menggambarkan beban kanker anak di Indonesia dan menunjukkan perlunya perhatian terhadap aspek fisik maupun psikologis anak yang menjalani pengobatan, termasuk kemoterapi. Hal ini menjadi penting karena proses pengobatan kanker pada anak tidak hanya menuntut ketahanan fisik, tetapi juga berdampak pada kondisi emosional dan mental mereka selama menjalani perawatan. Kanker anak merupakan penyakit yang memerlukan pengobatan dan perawatan berkelanjutan, salah satunya melalui kemoterapi. Pengobatan kemoterapi terbukti efektif dalam mengatasi kanker pada anak, namun proses yang panjang dan efek sampingnya dapat menimbulkan berbagai dampak fisik maupun psikologis. Salah satu dampak psikologis yang sering muncul pada anak penderita kanker yang menjalani kemoterapi adalah kecemasan (Fauziah & Widyastuti, 2022; Simanullang & Manullang, 2020; Kemenkes, 2021).

Kecemasan merupakan kondisi emosional negatif yang ditandai rasa takut, gelisah, dan khawatir terhadap sesuatu yang belum terjadi. Pada anak dengan kanker, kecemasan dapat timbul karena ketidakpastian hasil terapi, rasa sakit, dan perubahan lingkungan selama perawatan. Dalam Islam, kecemasan yang berlebihan (khauf) termasuk penyakit hati yang dapat mengganggu ketenangan jiwa (Indah et al., 2020).

Beberapa intervensi psikologis telah dilakukan, namun intervensi nonfarmakologis berbasis spiritual seperti terapi dzikir masih jarang diterapkan secara sistematis pada anak penderita kanker. Padahal, dzikir sebagai bentuk terapi spiritual mampu menumbuhkan ketenangan, meningkatkan keimanan, serta memperkuat daya tahan tubuh melalui efek relaksasi dan harapan positif (Asnaniar et al., 2022; Meliana, 2022).

Berdasarkan hal ini maka terdapat kesenjangan penelitian dalam penerapan terapi dzikir khususnya audio dzikir *Asy-Syifa* terhadap kecemasan anak penderita kanker sebelum menjalani kemoterapi. Tujuan penelitian ini dilakukan adalah untuk mengisi kesenjangan tersebut dengan menganalisis pengaruh terapi audio dzikir *Asy-Syifa* terhadap kecemasan pada anak penderita kanker sebelum menjalani kemoterapi.

METODE

Penelitian ini merupakan pre-eksperimental dengan rancangan *one group pretest-posttest desain*.

Sampel berjumlah 20 anak penderita kanker di Yayasan Kasih Anak Kanker Indonesia (YKAKI) Yogyakarta, yang dipilih menggunakan teknik *accidental sampling* berdasarkan ketersediaan dan kesediaan partisipan. Kriteria inklusi meliputi anak berusia 3–10 tahun, beragama Islam, belum menjalani kemoterapi, dan sedang menjalani perawatan/pengobatan di YKAKI. Kriteria eksklusi adalah anak berusia >10 tahun, tidak dalam perawatan, atau telah menjalani kemoterapi. Instrument penelitian menggunakan kuesioner *Zung self-rating anxiety scale* (Z-SAS) untuk mengukur kecemasan sebelum dan sesudah intervensi. Intervensi terapi audio dzikir *Asy-Syifa* dilakukan di ruang tenang di YKAKI Yogyakarta, berdurasi 15 menit dalam satu sesi menggunakan pemutar audio (handphone). Terapi ini dipandu oleh peneliti dengan pendamping anak untuk memastikan kondisi anak tetap nyaman selama proses berlangsung. Uji *Wilcoxon* digunakan untuk menganalisis data dan mengetahui adanya pengaruh intervensi yang diberikan. Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) STIKes Surya Global Yogyakarta dengan No.1.24/KEPK/SSG/II/2025.

HASIL

Responden pada penelitian ini yaitu anak penderita kanker di Yayasan Kasih Anak Kanker Indonesia Yogyakarta dengan jumlah 20 anak. Berikut data responden yang meliputi usia, jenis kelamin, jenis kanker, lama menderita, lama kemoterapi.

Tabel 1. Karakteristik responden di Yayasan Kasih Anak Kanker Indonesia Yogyakarta (n=20)

Karakteristik Responden	n	%
Usia		
3-5	6	30,0
6-10	14	70,0
Jenis kelamin		
Laki-laki	7	35,0
Perempuan	13	65,0
Jenis kanker		
Leukimia	15	75,0
Limpoma	1	5,0
Retinoblastoma	2	10,0
Tumor ovarium	1	5,0
Tumor otak	1	5,0
Lama menderita		
> 6 bulan	17	85,0
< 6 bulan	3	15,0
Lama kemoterapi		
> 6 bulan	13	65,0
< 6 bulan	7	35,0
Jumlah	20	100,0

Hasil penelitian kecemasan anak sebelum dan sesudah diberikan terapi audio dzikir *asy-syifa* dalam bentuk mean (nilai minimum-nilai maksimum).

Tabel 2. Pengaruh terapi audio dzikir *asy-syifa* terhadap kecemasan pada anak penderita kanker sebelum menjalani kemoterapi di Yayasan Kasih Anak Kanker Indonesia Yogyakarta (n=20)

Variabel	Mean	Min- maks	Δ mean	Std Deviasi	Nilai P	Nilai Z
Kecemasan sebelum diberikan terapi dzikir (<i>pretest</i>)	7,70	2-15	2,35	3,840	0,001	-3,750
Kecemasan setelah diberikan terapi dzikir (<i>postest</i>)	5,35	2-12		2,870		

Berdasarkan Tabel 2, diketahui bahwa rata-rata kecemasan anak sebelum diberikan terapi audio dzikir *Asy-Syifa* (*pretest*) sebesar 7,70, sedangkan setelah diberikan terapi (*postest*) menurun menjadi 5,35. Terjadi penurunan rata-rata (Δ mean) sebesar 2,35. Hasil uji wilcoxon menunjukkan nilai p value = 0,001 ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terapi audio dzikir *Asy-Syifa* berpengaruh signifikan dalam menurunkan kecemasan pada anak penderita kanker sebelum menjalani kemoterapi di Yayasan Kasih Anak Kanker Indonesia Yogyakarta.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 2, diketahui bahwa rata-rata kecemasan anak sebelum diberikan terapi audio dzikir *Asy-Syifa* (*pretest*) sebesar 7,70, dan setelah intervensi menurun menjadi 5,35. Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan $p = 0,001$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat pengaruh signifikan terapi audio dzikir *Asy-Syifa* terhadap penurunan kecemasan pada anak penderita kanker sebelum kemoterapi di Yayasan Kasih Anak Kanker Indonesia Yogyakarta.

Penurunan skor kecemasan ini menunjukkan bahwa terapi dzikir mampu memberikan efek relaksasi dan ketenangan emosional pada anak, terutama menjelang proses pengobatan yang sering menimbulkan stres. Hasil ini sejalan dengan penelitian Elita et al. (2021) dan Yulianti et al. (2023), yang menjelaskan bahwa mendengarkan lantunan dzikir dapat menumbuhkan perasaan dekat dengan Allah SWT, menenangkan hati, serta menurunkan ketegangan melalui peningkatan aktivitas saraf parasimpatis.

Selain itu, mayoritas anak yang mengalami kecemasan adalah perempuan (65%). Hasil ini sejalan dengan penelitian Ruslany et al. (2019), yang menyatakan bahwa perempuan cenderung lebih mudah mengalami kecemasan dibanding laki-laki karena faktor hormonal dan kecenderungan menggunakan pendekatan emosional dalam menghadapi stres. Temuan serupa juga dikonfirmasi oleh Ardiani (2023), bahwa perempuan lebih terbuka dalam mengekspresikan kecemasan dibanding laki-laki, sehingga skala pengukurannya tampak lebih tinggi.

Dilihat dari lama menjalani kemoterapi, sebagian besar responden telah menjalani pengobatan lebih dari enam bulan. Kondisi ini dapat mempengaruhi kemampuan adaptasi terhadap proses pengobatan. Menurut Farrer et al. (2007) dalam Simanullang & Manullang, (2020), pasien yang telah menjalani kemoterapi berulang cenderung lebih mampu mengendalikan emosi dan mengurangi kecemasan karena adanya pengalaman sebelumnya. Utami et al. (2013), juga menegaskan bahwa pengalaman menghadapi

pengobatan yang berulang meningkatkan rasa percaya diri pasien dan menurunkan rasa takut terhadap efek samping terapi.

Temuan penting dalam penelitian ini adalah bahwa intervensi spiritual sederhana berupa mendengarkan audio dzikir mampu memberikan efek signifikan pada anak penderita kanker. Hal ini menegaskan bahwa aspek psikospiritual memiliki peran besar dalam mendukung kesejahteraan emosional pasien anak. Penelitian terbaru oleh Asnaniar et al. (2022) dan Sulistyawati & Setiyarini (2019), menunjukkan bahwa dzikir dapat menurunkan kecemasan melalui mekanisme neurofisiologis, yaitu meningkatkan produksi *endorphin* dan *serotonin*, serta menekan aktivitas sistem saraf simpatis, sehingga tubuh mencapai kondisi relaksasi.

Berdasarkan penelitian Yudono et al. (2019), menjelaskan bahwa dzikir mampu menyeimbangkan kadar serotonin dan norepinefrin yang berperan penting dalam mengatur suasana hati dan mengurangi kecemasan. Dalam konteks penelitian ini, audio dzikir *Asy-Syifa* memberikan stimulus auditori yang lembut dan repetitif, yang membantu anak fokus, menenangkan sistem saraf, serta mengalihkan perhatian dari rasa takut terhadap prosedur kemoterapi.

Penelitian ini memiliki kekhasan karena menerapkan intervensi spiritual berbasis audio dzikir *Asy-Syifa* secara terstruktur pada populasi anak penderita kanker di Indonesia, yang sebelumnya masih jarang dilakukan. Sebagian besar penelitian terdahulu meneliti terapi dzikir pada pasien dewasa dengan penyakit kronis (misalnya pasien hipertensi, diabetes, atau ibu hamil dengan kecemasan tinggi). Dengan demikian, penelitian ini memperluas penerapan terapi dzikir pada kelompok usia anak serta memberikan dasar ilmiah bagi integrasi pendekatan spiritual dalam perawatan psikologis anak penderita kanker.

Hasil penelitian ini menguatkan bahwa dzikir bukan hanya praktik ibadah, tetapi juga dapat dimanfaatkan sebagai intervensi nonfarmakologis yang mendukung pemulihan psikologis pasien. Efek terapeutik dzikir bekerja melalui kombinasi mekanisme spiritual, kognitif, dan fisiologis yakni menumbuhkan makna religius, mengubah fokus pikiran negatif menjadi positif, serta memicu relaksasi tubuh yang menurunkan kecemasan.

SIMPULAN DAN SARAN

Terapi audio dzikir *Asy-Syifa* berpengaruh signifikan terhadap penurunan tingkat kecemasan pada anak penderita kanker sebelum menjalani kemoterapi di Yayasan Kasih Anak Kanker Indonesia Yogyakarta. Tenaga kesehatan, khususnya perawat, disarankan untuk memanfaatkan terapi audio dzikir *Asy-Syifa* sebagai salah satu alternatif intervensi spiritual yang mudah diterapkan guna membantu menurunkan kecemasan anak sebelum menjalani kemoterapi. Keluarga pasien juga diharapkan dapat mendukung dengan memperdengarkan lantunan dzikir secara rutin agar anak merasa lebih tenang dan nyaman. Peneliti berikutnya disarankan untuk menggunakan desain penelitian dengan kelompok kontrol dan ukuran sampel yang lebih besar agar hasil penelitian lebih kuat dan dapat digeneralisasikan. Selain itu, perlu dilakukan kajian lebih lanjut mengenai durasi, frekuensi, serta perbandingan efektivitas terapi audio dzikir dengan bentuk terapi relaksasi lainnya, seperti *murottal* atau musik spiritual.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustianto, D., & Candra, D. (2022). Tingkat Kecemasan Pada Pasien yang Menjalani Kemoterapi : Literature Review. *Naskah Publikasi*.
- Ardiani, A. I. (2023). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Pasien Kanker Payudara Yang Akan Menjalani Kemoterapi. *International Journal of Technology*, 47(1), 100950. <https://doi.org/10.1016/j.tranpol.2019.01.002><https://doi.org/10.1016/j.cstp.2023.100950><https://doi.org/10.1016/j.geoforum.2021.04.007><https://doi.org/10.1016/j.trd.2021.102816><https://doi.org/10.1016/j.tra.2020.03.015><https://doi.org/10.1016/j>
- Journal articleAsnaniar, W. O. S., Idris, F. P., Sudarman, & Majid, S. (2022). Pengaruh Terapi Dzikir Terhadap Kualitas Hidup Pasien Luka Kaki Diabetik. *Jurnal Keperawatan*, 14(S2), 449–456. <http://journal2.stikeskendal.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/317>
- Elita, V., Nurul, K., & Rizky Parawansyah Ajeng. (2021). Metode Distraksi Audio dengan Media Dzikir Jaly terhadap Penurunan Kecemasan Persalinan Kala I Fase Aktif. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 101–107. <https://doi.org/10.26630/jk.v12i1.2349>
- Fauziah, N., & Widyastuti, R. (2022). Hubungan antara tingkat kecemasan dengan frekuensi kemoterapi pada anak penderita kanker di RSUP Dr. Sardjito Yogyakarta.
- Indah, S., Muqowin, & Radjasa. (2020). Pemikiran Zakiah Daradjat Antara Kesehatan Mental dan Pendidikan Karakter. *EL-HIKMAH: Jurnal Kajian Dan Penelitian Pendidikan Islam*, 14(1), 42–80. <https://doi.org/10.20414/elhikmah.v14i1.2061>
- International Agency for Research on Cancer (IARC). (2023). Childhood cancer (ages 0–14 years). *World Health Organization*. https://canceratlas.cancer.org/burden-of-cancer/childhood-cancer/?utm_source=chatgpt.com
- Isni, R. R., Sabirin, & Sakdiah. (2023). Dukungan Sosial Masyarakat Terhadap Anak Penderita Kanker Di Rumah Singgah CHILDREN Cancer Care Community (C- FOUR). 9(2), 184–210. <https://doi.org/10.22373/al-ijtimaiyyah.v9i2.18130>
- Kemenkes, R. (2021). *Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Kanker Anak*.
- Kementerian Kesehatan RI, B. K. d. P. M. (2019). <https://www.kemkes.go.id/>.
- Meliana, I. (2022). Peranan Dzikir Sebagai Psikoterapi Dalam Mengatasi Kecemasan Pada Lansia Di Desa Tanjung Raja Lampung Utara. *Ilmu Keperawatan*, 33(1), 1–12.
- Ruslany, C., Fauzi, T. ., & I, D. (2019). Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Pada Pasien Ca Mammae yang Sedang Melakukan Tindakan Kemoterapi. 12(1), 1–8. <https://ejournal.methodist.ac.id/index.php/jkm/article/view/621><https://ejournal.methodist.ac.id/index.php/jkm/article/download/621/489>
- Simanullang, N., & Manullang, R. (2020). Pengaruh terapi musik terhadap kecemasan anak kanker yang menjalani kemoterapi di RSUP H. Adam Malik Medan. *Jurnal Keperawatan Priority*. 3 (2).
- Simanullang, P., & Manullang, E. (2020). Tingkat Kecemasan Pasien Yang Menjalani Tindakan Kemoterapi Di Rumah Sakit Martha Friska Pulo Brayan Medan. *Jurnal Darma Agung Husada*, 7(2), 71–79.
- Sulistiyawati, R. A., & Setiyarini, S. (2019). *Dhikr Therapy for Reducing Anxiety in Cancer Patients*. 411–416. <https://doi.org/10.4103/apjon.apjon>
- UICC. (2020). *What Is Cancer. India: Amarican cancer Society*.
- Yudono, D. T., Wardaningsih, S., & Kurniasari, N. (2019). Pengaruh terapi psikoreligius (dzikir) dan progresive muscle relaxation dengan pendekatan caring terhadap kecemasan pada pasien tindakan kemoterapi. *Health Sciences and Pharmacy Journal*, 3(2), 34. <https://doi.org/10.32504/hspj.v3i2.131>
- Yulianti, R. P., Haris, A., Sudarman, & Asnaniar, W. O. S. (2023). Intervensi Terapi Kombinasi: Dzikir dan SEFT Menurunkan Kecemasan Pasien Kanker. *Window of Nursing Journal*, 4(1), 77–87. <https://doi.org/10.33096/won.v4i1.591>