

Terapi Murottal Al-Fatihah dan Al-Insyirah untuk Menurunkan Tingkat *Fatigue* pada Pasien Kanker Payudara

Juli Andiani, Ulfatul Muflihah, Thomas Ari Wibowo

Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Email: juli.andiani@gmail.com

Diterima: 22 Januari 2025

Disetujui: 23 Februari 2025

Abstrak

Latar Belakang: Terapi murottal Al-Fatihah dan Al-Insyirah merupakan terapi non-farmakologi yang memiliki dampak positif bagi yang mendengarkannya, termasuk pada pasien kanker payudara. Sejalan dengan itu dapat diterapkan pada pasien kanker payudara yang mengalami kelelahan meski sudah mencoba beristirahat. **Tujuan:** Untuk mengetahui adanya perbedaan antara sebelum dan sesudah pemberian terapi murottal Al-Fatihah & Al-Insyirah terhadap tingkat *fatigue* pada pasien kanker payudara. **Metode:** penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain one grup pre-post design. Sampel diambil dengan teknik total sampling yang berjumlah 15 orang pasien kanker payudara. Teknik pengambilan data menggunakan kuesioner FACIT – *Fatigue Scale* (version 4) dan pemberian terapi murottal Al-Fatihah & Al-insyirah dilakukan selama 7 hari di Rumah Singgah Kanker Etam. Uji statistic dilakukan dengan uji T-test. **Hasil:** Hasil uji statistic yaitu uji T-test didapatkan P-value $0,000 < 0,05$ dengan hal tersebut H_a diterima dan H_0 ditolak. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan secara signifikan antara sebelum dan sesudah pemberian terapi murottal Al-Fatihah & Al-Insyirah terhadap tingkat *fatigue* pada pasien kanker payudara. **Simpulan:** terdapat perbedaan signifikan antara sebelum dan sesudah pemberian terapi murottal Al-Fatihah & Al-Insyirah terhadap tingkat *fatigue* pada pasien kanker payudara.

Kata Kunci : *Fatigue*; Kanker payudara; Terapi Murottal

Rujukan Artikel Penelitian:

Andiani, Juli., Muflihah, Ulfatul., Wibowo, Thomas Ari. 2025. Terapi Murottal Al-Fatihah dan Al-Insyirah untuk Menurunkan Tingkat *Fatigue* pada Pasien Kanker Payudara. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia (JIKI)*. Vol.8 (1): 1-13.

Murottal Al-Fatihah and Al-Insyirah Therapy to Reduce Fatigue Levels in Breast Cancer Patients

Abstract

Background: Al-Fatihah and Al-Insyirah murottal therapy is a non-pharmacological therapy that has a positive impact on those who listen to it, including breast cancer patients. In line with that, it can be applied to breast cancer patients who experience fatigue even though they have tried to rest. **Objective:** To determine the difference between before and after giving Al-Fatihah & Al-Insyirah murottal therapy on the level of fatigue in breast cancer patients. **Method:** This study is a quantitative study with a one group pre-post design. Samples were taken using a total sampling technique totaling 15 breast cancer patients. The data collection technique used the FACIT questionnaire - Fatigue Scale (version 4) and the provision of Al-Fatihah & Al-Insyirah murottal therapy was carried out for 7 days at the Etam Cancer Shelter. Statistical tests were carried out using the T-test. **Results:** The results of the statistical test, namely the T-test, obtained a P-value of $0.000 < 0.05$ with H_a accepted and H_0 rejected. These results indicate that there is a significant difference between before and after the provision of Al-Fatihah & Al-Insyirah murottal therapy on the level of fatigue in breast cancer patients. **Conclusion:** there is a significant difference between before and after the provision of Al-Fatihah & Al-Insyirah murottal therapy on the level of fatigue in breast cancer patients.

Keywords: Fatigue; Breast Cancer; Murottal Therapy

PENDAHULUAN

Kanker payudara yang kerap kali menjadi penyakit pembunuh terbanyak pada wanita dengan angka kejadiannya yang meningkat tiap waktunya. Kanker payudara atau *carcinoma mammae* merupakan sebuah benjolan yang abnormal atau isitilah lainnya tumor bersifat gana yang tumbuh dalam jaringan payudara dan dapat menyebar ke bagian tubuh lainnya (Smeltzer, 2023). Berdasarkan *world health organization* (WHO) tahun 2024 terdapat 2,3 juta wanita yang terdiagnosa kanker payudara.

Sementara di Indonesia sendiri total kasus kanker payudara adalah 396.914 di tahun 2020 dimana angka tersebut meningkat sebanyak 16,6%. Di provinsi kalimantan timur pada tahun 2022 dilakukan skrining melalui puskesmas didapatkan 75,7% wanita yang memiliki tumor pada daerah payudara dan dicurigai mengarah pada kanker payudara. Jumlah tersebut tiap tahun akan terus bertambah (Dinas Kesehatan Kalimantan Timur, 2022)

Progres dari sel kanker dan pengobatan memiliki dampak yang sangat mengganggu bagi pasien kanker payudara. Salah satu dampak yang sering dirasakan oleh mereka pasien kanker payudara adalah *fatigue* atau rasa lelah. Kelelahan yang dirasakan berbeda dengan kelelahan secara umum yang bisa hilang dengan beristirahat. Menurut (Narayanan & Koshy, 2009; Muthanna et al., 2022) kelelahan pada kanker terjadi akibat dari sitokin yang tinggi yang berasal dari sel kanker yaitu sebuah zat yang mempengaruhi peradangan, pada penderita yang menjalani kemoterapi ataupun radiasi memiliki kadar sitokin yang tinggi yang menyebabkan perubahan pada sumbu hipotalamus dan sistem saraf yang mengendalikan rasa kelelahan serta menyebabkan metabolisme otot berubah berdampak pada ketidakseimbangan energi. Hal tersebut dapat mengganggu progress pemulihan bagi pasien kanker payudara.

Rasa kelelahan atau *fatigue* dapat diminimalisasikan dengan cara alternatif. Salah satu cara alternatif yaitu terapi murottal. Ketika mendengarkan lantunan murottal ayat suci Al-Quran pada saat beraktivitas atau saat beristirahat dapat memberikan rasa tenang akibat otak memancarkan gelombang alpha dan theta (Yunus et al., 2021). Hal tersebut terjadi karena adanya pelepasan hormon endorphen pada otak yang menyebabkan suasana hati menjadi positif, meningkatkan relaksasi, serta menghilangkan gangguan negatif pada tubuh dan jiwa (Fatkhil et al., 2024).

Salah satu surah yang memiliki kedudukan mulia dalam Al-Quran adalah Al-fatihah, dimana Al-fatihah memiliki banyak nama salah satunya *Al-Syafiyah* artinya penyembuh (Kautsar, 2019). Selain surah Al-Fatihah, surah Al-Insyirah juga menjadi penguat bagi manusia karena di dalam surah tersebut mengajarkan tentang kelapangan dada. Menurut Shihab dalam (Nurkhaeriyah & Aji, 2021) dapat disimpulkan bahwa "ketenangan jiwa serta dan kelapangan dada Rasulullah didapatkan setelah turunnya surah Al-Insyirah". Sehingga surah-surah tersebut dapat dijadikan panduan dalam menyelesaikan masalah, termasuk kesembuhan penyakit.

Penelitian sebelumnya membahas tentang terapi murottal terhadap kecemasan pasien kanker payudara dan berdasarkan penelitian (Rachmi, 2024) terhadap pasien kanker payudara berjumlah 49 orang didapatkan hasil bahwa terjadi penurunan tingkat kecemasan pada pasien kanker payudara yang sedang menjalani kemoterapi setelah diberi terapi murottal Al-Fatihah selama 10-15 menit dengan volume sedang yaitu 50-60% volume handphone 750-3000 Hz.

Penelitian ini berfokus pada tingkat *fatigue* pasien kanker payudara, guna membantu mengurangi rasa kelelahan agar progres pemulihan dan pemenuhan yang dibutuhkan tidak terganggu. Dimana pada Rumah Singgah Kanker Etam terdapat 15 pasien kanker payudara yang terdaftar selama periode 2024. Adapun hasil wawancara studi pendahuluan peneliti berkesempatan bertemu dengan 3 orang pasien yang dimana mengeluhkan kelelahan terus menerus walaupun sudah mencoba untuk beristirahat, sehingga peneliti tertarik untuk meneliti tentang "Pengaruh Terapi Murottal Terhadap Tingkat *Fatigue* Pada Pasien Kanker Payudara".

BAHAN DAN METODE

Pada penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *pra experiment one group pretest posttest design*. Dimana dilakukan pengukuran tingkat *fatigue* sebelum dan sesudah pemberian terapi murottal Al-Fatihah dan Al-Inyirah. Uji etik dilaksanakan di Universitas Mulawarman dengan nomor lolos uji etik penelitian No.313/KEPK-FK/XII/2024.

Jumlah sampel yaitu 15 responden di Rumah Singgah Kanker Etam. Diambil dengan teknik *total sampling* tanpa menggunakan kelompok kontrol.

Instrument yang digunakan adalah FACIT *Fatigue Scale* (version 4) dengan 13 pertanyaan untuk mengukur tingkat *fatigue*. FACIT adalah kumpulan kuesioner QOL yang pertama kali dikembangkan oleh Yellen et al., (1997) untuk mengevaluasi kualitas hidup pasien kanker. Akan tetapi, pada penelitian ini hanya menggunakan FACIT-*Fatigue Scale* untuk mengukur aspek kelelahan pada kesejahteraan fisik, emosional dan sosial seseorang. Pada penelitian ini kuesioner FACIT-*Fatigue Scale* telah diadopsi dari Cella et al., (2002) dan kuesioner versi Bahasa didapatkan melalui website resmi FACIT Group (FACIT.org, 2024). Hasil uji validitas dan uji reliabilitas pada kuesioner ini menunjukkan r-hitung 0,88 dan *alpha Cronbach* 0,95 oleh Yellen (1997). Sementara pada versi Bahasa Indonesia telah dilakukan uji validitas dan uji reliabilitas pada populasi pasien kanker payudara oleh Aisyyah (2017) dengan nilai uji validitas r-hitung 0,88 dan *alpha Cronbach* 0,95 sehingga dinyatakan valid dan reliabel.

Penggunaan surah Al-Fatihah dan Al-Insyirah, bahwasannya Al-Fatihah memiliki banyak nama salah satunya *Al-Syafiyah* artinya penyembuh (Kautsar, 2019) dan surah Al-Insyirah juga menjadi penguat bagi manusia karena didalam surah tersebut mengajarkan tentang kelapangan dada sesuai dengan arti dari ayat-ayat Al-insyirah. Ketika mendengarkan lantunan murottal ayat suci Al-Quran pada saat beraktivitas atau saat beristirahat dapat memberikan rasa tenang akibat otak memancarkan gelombang alpha dan theta (Yunus et al., 2021).

Teknik pengambilan data dengan terlebih dahulu melakukan *pretest* mengukur tingkat *fatigue* pada responden setelah itu diberikan intervensi terapi murottal Al-Fatihah dan Al-Insyirah selama 10 – 15 menit dalam sehari, menggunakan media *player* seperti *handphone* dan *speaker* dengan volume 50-60 % atau 750-300 Hz. Diberikan ketika responden telah melakukan aktivitas disaat siang atau sore hari, setelah diberikan intervensi maka dilakukan *posttest* untuk mengukur tingkat *fatigue* responden. Hal tersebut dilakukan setiap hari selama 7 hari berturut-turut.

Analisa data yang digunakan adalah distribusi frekuensi dalam menggambarkan karakteristik sampel dan tingkat *fatigue*. Serta melakukan uji statistik *paired T-Test* untuk melihat perbedaan tingkat *fatigue* sebelum dan sesudah pemberian terapi murottal Al-Fatihah dan Al-Insyirah. Data juga dilakukan uji normalitas dengan uji *Shapiro Wilk*.

HASIL DAN BAHASAN

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Usia

Usia	Jumlah	
	Frekuensi	persentase
1. Dewasa akhir (36 tahun – 45 tahun)	7	46,7
2. Lansia awal (48 tahun – 52 tahun)	7	46,7
3. Lansia akhir (57 tahun)	1	6,7
Total	15	100

Dari tabel 1 menunjukkan bahwa distribusi frekuensi berdasarkan usia didapatkan dari 15 responden yang berusia dewasa akhir (36 tahun – 45 tahun) dan usia lansia awal (48 tahun – 52 tahun) masing-masing dicapai oleh 7 responden (46,7%) dengan usia lansia akhir (57 tahun) 1 responden (6,7%).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Herawati et al., (2021) dimana wanita yang memiliki kanker payudara didominasi usia ≥ 40 tahun dengan rentang usia 40 tahun hingga 55 tahun. Disebutkan Muthanna et al., (2022) bahwa tingkat kelelahan terkait kanker akan terjadi perburukan sejalan dengan bertambahnya usia pada wanita. dimana ketika memasuki usia 45 tahun hingga 50 tahun sistem fisiologis dan biologis akan mengalami kemunduran. Usia juga menjadi salah satu faktor independen dalam tingkat *fatigue* pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi (Menga et al., 2021).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	Jumlah	
	Frekuensi	Persentase
1. Bekerja	2	13,3
2. Tidak Bekerja	13	86,7
Total	15	100

Dari tabel 2 pada distribusi frekuensi karakteristik berdasarkan pekerjaan dari 15 responden sebanyak 13 responden (86,7%) tidak bekerja dan 2 responden (13,3%) bekerja.

Orang yang tidak memiliki pekerjaan atau aktivitas secara perlahan dapat menimbulkan rasa *fatigue* akibat rasa bosan selama inaktivitas (Wahyuni et al., 2019). Akan tetapi pada penelitian Yuliasutik et al., (2023) mengatakan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara pasien yang bekerja atau tidak bekerja dengan tingkat *fatigue* pada kasus kanker payudara. Dari hasil penelitiannya didapatkan nilai uji statistik sebesar

p-value (0,842) > 0,05 sehingga secara statistik pekerjaan dengan tingkat *fatigue* pasien kanker payudara tidak memiliki hubungan yang signifikan.

Tabel 3 Distribusi Frkuensi Karakteristik Berdasarkan Stadium

Stadium kanker	Jumlah	
	Frekuensi	Persentase
1. Stadium 1	1	6,7
2. Stadium 2	8	53,3
3. Stadium 3	1	6,7
4. Lainnya	5	33,3
Total	15	100

Dari tabel 3 distribusi frekuensi berdasarkan stadium kanker dari 15 responden dicapai oleh 8 responden (53,3%) yang terbanyak lalu lainnya 5 responden (33,3%) diikuti stadium 1 dan stadium 3 masing masing dicapai oleh 1 responden (6,7%).

Berdasarkan pendapat Hat & Hurai, (2020) pasien kanker payudara yang memiliki stadium lanjut memiliki reaksi psikologis yang besar dibandingkan dengan stadium awal. Pada pasien dengan stadium lanjut mesti menjalani terapi yang cukup kompleks akibat dari stadium lanjutan yang mengalami metastase. Hal tersebut dapat berdampak pada berbagai perubahan sistem tubuh. Dibuktikan dengan penelitian (Muthanna et al., 2021) stadium kanker menjadi faktor resiko dari kejadian kelelahan terkait kanker, pada stadium lanjut konsentrasi sel kanker pada tubuh pasien berada pada kadar yang tinggi sehingga dari progres kanker tersebut pasien mengalami kelelahan.

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Lama Menderita Kanker

Lama menderita kanker	Jumlah	
	Frekuensi	Persentase
1. < 1 tahun	6	40
2. 1-3 tahun	5	33,3
3. 4-6 tahun	2	13,3
4. > 6 tahun	2	13,3
Total	15	100

Pada tabel 4 distribusi frekuensi berdasarkan lama menderita kanker menurut penelitian Asna Afifah & Sarwoko, (2020) dari 15 responden didapatkan sebanyak 6 responden (40%) menderita kanker < 1 tahun, lalu sebanyak 5 responden (33,3%) menderita kanker 1-3 tahun, diikuti selama 4-6 tahun dan > 6 tahun di masing-masing rentang lama menderita kanker dicapai oleh 2 responden (13,3%).

Sejalan dengan penelitian Hat & Hurai, (2020) dimana responden dengan lama terdiagnosa kanker yaitu tahu pertama (63,3%) dan tahun kedua (25,3%) mengalami penolakan akan dirinya yang terdiagnosa kanker payudara. Dari penolakan tersebut menyebabkan pasien mengalami kesedihan terus menerus, murung, dan pesimistis serta stress emosional. Hal tersebut didukung oleh (Amelia, 2022) mengatakan bahwa stress emosional dapat memperburuk kelelahan karena mempengaruhi hormon kortisol.

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Jenis Terapi

Jenis terapi	Jumlah	
	Frekuensi	Persentase
1. Kemoterapi	14	93,3
2. Radiasi	1	6,7
Total	15	100

Pada tabel 5 distribusi frekuensi karakteristik jenis terapi didapatkan dari 15 responden sebanyak 14 responden (93,3%) menjalani terapi kemoterapi dan 1 responden (6,7%) lainnya menjalani terapi radiasi.

Hampir seluruh responden yaitu sebanyak 14 responden (93,3%) dari penelitian ini menjalani kemoterapi sebagai pengobatan kanker payudara yang dimiliki. Kemoterapi memiliki berbagai efek atau dampak yang berbeda disetiap pasiennya. Kelelahan yang terjadi akibat kemoterapi dikarenakan penekanan kortisol yang mempengaruhi produksi sitokin (Wang et al., 2020). Pada penelitian (Muthanna et al., 2022) menyebutkan bahwa nilai signifikan antara hubungan jenis kemoterapi dengan kelelahan terkait kanker yaitu $p = 0,001$ yang menandakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara jenis kemoterapi dengan kelelahan terkait kanker.

Tabel 6 Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Lama Menjalani Terapi

Lama menjalani terapi	Jumlah	
	Frekuensi	Persentase
1. < 1 tahun	11	73,3
2. 1-3 tahun	3	20
3. > 3 tahun	1	6,7
Total	15	100

Pada tabel 6 distribusi frekuensi karakteristik lama menjalani terapi menurut Asna Afifah & Sarwoko, (2020) memiliki distribusi frekuensi yaitu sebanyak 11 responden

(73,3%) telah menjalani terapi selama < 1 tahun, sebanyak 3 responden (20%) telah menjalani terapi selama 1-3 tahun dan sebanyak 1 responden (6,7%) telah menjalani terapi selama > 3 tahun.

Mereka yang baru berada di tahap awal pengobatan akan merasakan kelelahan. Hal itu dikarenakan adaptasi tubuh terhadap efek terapi (Brummer et al., 2024). Sejalan dengan penelitian Hat & Hurai, (2020) bahwa pasien sebanyak 63 orang (66,3%) telah menjalani terapi yaitu kemoterapi < 6 bulan. Dibuktikan dengan penelitian (Muthanna et al., 2022), bahwa disetiap siklus terapi yang diberikan yaitu kemoterapi maka rasa lelah akan semakin buruk, hal tersebut terjadi akibat dari efek toksis dari terapi.

Tabel 7 Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Agama

	Agama	Jumlah	
		Frekuensi	Persentase
1.	Islam	15	100
	Total	15	100

Dari tabel 7 pada karakteristik agama seluruh responden yang berjumlah 15 responden (100%) beragama Islam. Hal ini sejalan dengan penelitian (Fatkhil et al., 2024) spritualitas dan religiusitas yang baik berkaitan dengan kesejahteraan hidup pasien kanker payudara yang baik. Dengan hal tersebut, pasien kanker payudara mampu menghadapi penyakit dan mengurangi kelelahan yang dirasakan.

Tabel 8 Tingkat *Fatigue* Sebelum dan Sesudah Experiment

Tingkat <i>Fatigue</i>	N	Minimum	Maximum	Mean	Std Deviation
Pretest Experimen	15	13	47	34,16	2,274
Posttest Experimen	15	17	49	37,64	1,805

Dari tabel 8 tingkat *fatigue* dari 15 responden selama 7 hari didapatkan pada pretest skor minimum 13 dan maximum 47 dimana mean yaitu 34,16 dengan standar deviasi 2,274. Pada posttest skor minimum 17 dan maximum 49 dimana mean yaitu 37,64 dengan standar deviasi 1,805.

Tabel 9 Hasil Uji Normalitas

Tingkat <i>Fatigue</i>	N	statistik	Sig.
Pretest Experimen	15	0,973	0,901
Posttest Experimen	15	0,966	0,789

Dari tabel 9 pada hasil uji normalitas tingkat *fatigue* baik pretest dan posttest memiliki nilai signifikansi yaitu 0,901 dan 0,789 dimana kedua nilai tersebut $> 0,05$. Sehingga data berdistribusi normal dan menggunakan uji paired T-Test.

Tabel 10 Hasil Uji Paired T-Test

Tingkat <i>Fatigue</i>	N	Corelation Sig	t	P-value
Rata-rata <i>pretest</i> – rata-rata <i>posttest</i>	15	0,000	-6,508	0,000

Pada tabel 10 menunjukkan perbedaan bahwa dari 15 responden selama 7 hari *pretest* dan dari 15 responden selama 7 hari *posttest* didapatkan nilai corelation signifikannya 0,000 dimana nilai tersebut $< 0,05$ yang artinya terdapat hubungan secara signifikan. Terdapat nilai t hitung -6,508, serta nilai P-value 0,000 $< 0,05$ yang menandakan H_a diterima atau terdapat perbedaan tingkat *fatigue* sebelum dan sesudah perlakuan atau intervensi. Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan serta pengaruh pada pemberian terapi murottal Al-Fatihah dan Al-Insyirah terhadap penurunan tingkat *fatigue* pasien kanker payudara.

Hal tersebut sejalan dengan penelitian terdahulu oleh (Rachmi, 2024) dimana adanya pengaruh antara terapi bacaan murottal melalui audio terhadap tingkat kecemasan pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi dengan nilai $p = 0,000$. Meskipun fokus dari penelitian tersebut adalah kecemasan, tetapi temuan tersebut relevan karena kecemasan dapat memperburuk kelelahan pada pasien kanker.

Pada penelitian Al-jauziah 2011 dalam Wardani & Nashori, (2021) surah Al-Fatihah memiliki nama lain yaitu *Asy-Syafiyah* atau penyembuhan, dari hal tersebut surah Al-Fatihah memiliki potensi terapeutik yang dapat digunakan untuk mengatasi gangguan psikologis. Lantunan murottal dari ayat suci Al-Quran dapat merangsang peningkatan sistem kimia dalam tubuh kita. Dimana dengan suara murottal dapat menurunkan hormon stress yaitu kortisol, meningkatkan produksi hormon endorphin, serta membuat tubuh merasa tenang (Khalilati & Humaidi, 2019). Pada surah Al-Insyirah Menurut Shihab dalam (Nurkhaeriyah & Aji, 2021) dapat disimpulkan bahwa "ketenangan jiwa serta dan kelapangan dada Rasulullah didapatkan setelah turunnya surah Al-Insyirah". Sehingga surah-surah tersebut dapat dijadikan panduan dalam menyelesaikan masalah, termasuk kesembuhan dan pemulihan dari penyakit.

SIMPULAN DAN SARAN

Responden pasien kanker payudara rata-rata berusia dewasa akhir (36 tahun – 45 tahun) dan lansia akhir (48 tahun – 52 tahun) dimana dengan paling banyak berada pada stadium II. Lama terdiagnosa kanker paling lama adalah 9 tahun dan responden banyak yang telah mengidap kanker selama <1 tahun. Responden banyak yang tidak bekerja dan menjalani jenis pengobatan terbanyak ialah kemoterapi dengan lama pengobatan <1 tahun dan seluruh responden beragama Islam. Terdapat pengaruh antara terapi murottal Al-Fatihah & Al-Insyirah terhadap tingkat *fatigue* pada pasien kanker payudara dengan didapatkan nilai signifikan 0,000 ($p < 0,05$) dengan hal ini dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh terapi murottal Al-Fatihah & Al-Insyirah terhadap tingkat *fatigue* pada pasien kanker payudara di Rumah Singgah Kanker Etam.

Penelitian selanjutnya dapat mengeksplor lebih lanjut dan memberikan bukti terkait efektivitas terapi murottal Al-Fatihah dan Al-Insyirah sebagai terapi alternatif dalam meminimalisasikan tingkat *fatigue* dan mengembangkannya dengan variabel lainnya yang dapat memengaruhi keberhasilan terapi murottal al-fatihah dan al-insyirah terhadap tingkat *fatigue* pasien kanker payudara. Bagi rumah singgah kanker etam dapat mengobservasi kondisi pasien kanker payudara terkhusus rasa *fatigue* yang mereka rasakan dan menjadikan terapi murottal kegiatan rutinitas. Terapi ini untuk meminimalisasikan rasa *fatigue* pada pasien kanker payudara dan dapat diberikan dengan mengkombinasikan pengobatan farmakologis.

RUJUKAN

- Aisyah, P. S. (2017). The Correlation Between Being Deeply Absorbed In Shalat With Adaptation To Illness In Breast Cancer Patients Undergoing Chemotherapy. *Proceeding INC 2016*.
- Amelia, W. dkk. (2022). Pengaruh Foot Massage terhadap Fatigue pada Pasien Kanker Payudara yang Menjalani Kemoterapi. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 7(1), 3–6.
- Asna Afifah, V., & Sarwoko. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Pasien Kanker Payudara Yang Menjalani Kemoterapi. *Jurnal Komunikasi Kesehatan*, 10(1), 29–37. d:%5CDownloads%5CDocuments%5C37-Article Text-74-1-10-20191217_2.pdf
- Brummer, D. G., Fladung, A. K., & Connemann, B. J. (2024). Cancer-related fatigue. *Nervenheilkunde*, 30(8), 610–612. <https://doi.org/10.1055/s-0038-1628401>
- Cella, D., Lai, J. S., Chang, C. H., Peterman, A., & Slavin, M. (2002). Fatigue in cancer patients compared with fatigue in the general United States population. *Cancer*, 94(2), 528–538. <https://doi.org/10.1002/cncr.10245>
- Dinas Kesehatan Kalimantan Timur. (2022). *Profil Kesehatan Tahun 2022 Provinsi*

- Kalimantan Timur. 100.
- FACIT.org. (2024). *FACIT Fatigue Scale*. <https://www.facit.org/measures/facit-fatigue>
- Fatkhal, Najib, Khairu, Najib, Fatkhal Khairu, Rochmawati, E., & Zuhri, A. (2024). Pengaruh Kombinasi Terapi Foot Massage dan Murottal Alquran terhadap Tingkat Kelelahan Pasien yang Menjalani Hemodialisa. *Jurnal Medika Nusantara*, 2(2), 2986–7878. <https://doi.org/10.59680/medika.v2i2.1099>
- Hat, B., & Hurai, R. (2020). Hubungan Jenis Kanker Dengan Fatigue Pada Pasien Kemoterapi Di RSUD. Abdul Wahab Sjahranie Samarinda. 2, 1–11.
- Herawati, A., Rijal, S., Arsal, A. S. F., Purnamasari, R., & Abdi, D. A. (2021). Karakteristik Kanker Payudara. *FAKUMI MEDICAL JOURNAL: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, 1(1), 44–53. <https://doi.org/10.33096/fmj.v1i1.8>
- Kautsar, A. (2019). Pengaruh Paparan Audio Murattal Surat Al-Fatihah Terhadap Viabilitas Sel Kanker Secara in Vitro. *Suparyanto Dan Rosad (2015, 5(3)*, 248–253.
- Khalilati, N., & Humaidi, M. (2019). Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Cedera Kepala Di Ruang Bedah Umum Rsud Ulin Banjarmasin. *Al Ulum Jurnal Sains Dan Teknologi*, 5(1), 30. <https://doi.org/10.31602/ajst.v5i1.2561>
- Menga, M. K., Lilianty, E., & Irwan, A. M. (2021). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Fatigue Pada Pasien Kanker Dengan Kemoterapi : Literatur Review. *Jurnal Ilmiah Perawat Manado (Juiperdo)*, 8(02), 47–64. <https://doi.org/10.47718/jpd.v8i02.1235>
- Muthanna, F. M. S., Iqbal, M. S., Karuppannan, M., Abdulrahman, E., Adulyarat, N., Al-Ghorafi, M. A. H. A. A., & Barhoum, H. S. (2022). Prevalence and associated factors of fatigue among breast cancer patients in Malaysia—A prospective study. *Journal of Applied Pharmaceutical Science*, 12(10), 131–139. <https://doi.org/10.7324/JAPS.2022.121014>
- Muthanna, F. M. S., Karuppannan, M., Rasool Hassan, B. A., & Mohammed, A. H. (2021). Impact of fatigue on quality of life among breast cancer patients receiving chemotherapy. *Osong Public Health and Research Perspectives*, 12(2), 115–125. <https://doi.org/10.24171/J.PHRP.2021.12.2.09>
- Narayanan, V., & Koshy, C. (2009). Fatigue in cancer: A review of literature. *Indian Journal of Palliative Care*, 15(1), 19–25. <https://doi.org/10.4103/0973-1075.53507>
- Nurkhaeriyah, N., & Aji, T. S. (2021). Konsep Ketenangan Jiwa Dalam Q.S. Al-Insyirah Studi Tafsir Al-Mishbah Karya M. Quraisy Shihab. *Al-Mufasssir*, 3(2), 81–92. <https://doi.org/10.32534/amf.v3i2.2470>
- Rachmi, F. T. (2024). Pengaruh Terapi Murottal Al-Fatihah Terhadap Kecemasan pada Pasien Ca Mamae yang Menjalani Kemoterapi di RSUP Dr. Kariadi Semarang. 30902000094.
- Smeltzer, S. C. (2023). *Brunner&Suddart's Textbook of Medical-Surgical nursing*. LWW.
- Wahyuni, I. S., Sudiana, I. K., & Mariyanti, H. (2019). Walking Exercise Programme (WEP) Menurunkan Cancer Related Fatigue (CRF) Pada Pasien Kanker Payudara Di RSUD. Ibnu Sina Gresik. *Critical Medical and Surgical Nursing Journal*, 1(1). <https://doi.org/10.20473/cmsnj.v1i1.11967>
- Wang, Y. Q., Cao, H. P., Liu, X., Yang, Z., Yin, Y. Y., Ma, R. C., & Xie, J. (2020). Effect of breathing exercises in patients with non-small cell lung cancer receiving surgical treatment: A randomized controlled trial. *European Journal of Integrative Medicine*, 38(July), 101175. <https://doi.org/10.1016/j.eujim.2020.101175>
- Wardani, I. W., & Nashori, F. (2021). Efektivitas Terapi Membaca Al-Fatihah Reflektif-

- Intuitif dalam Menurunkan Depresi Penyintas Autoimun. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 6(2), 196–214. <https://doi.org/10.33367/psi.v6i2.1558>
- WHO. (2024). *Breast Cancer*. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/breast-cancer>
- Yellen, S. B., Cella, D. F., Webster, K., Blendowski, C., & Kaplan, E. (1997). Measuring fatigue and other anemia-related symptoms with the Functional Assessment of Cancer Therapy (FACT) measurement system. *Journal of Pain and Symptom Management*, 13(2), 63–74. [https://doi.org/10.1016/S0885-3924\(96\)00274-6](https://doi.org/10.1016/S0885-3924(96)00274-6)
- Yuliasutik, F., Rayasari, F., Fauziah, M., Jumaiyah, W., & Komalawati, D. (2023). HB Sebagai Salah Satu Faktor Kelelahan pada Pasien Kanker Payudara yang Menjalani Kemoterapi. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 5(2), 2477–2484. <https://doi.org/10.31539/joting.v5i2.7514>
- Yunus, E. S., Arismunandar, P. A., & Rukanta, D. (2021). Scoping Review: Pengaruh Mendengarkan Murottal Al-Quran terhadap Tingkat Stres Orang Dewasa. *Jurnal Integrasi Kesehatan & Sains*, 3(1), 110–116. <https://doi.org/10.29313/jiks.v3i1.7503>