



Jurnal Anoa Keperawatan Mandala Waluya
 DOI: <https://doi.org/10.54883.jakmw.v5i1.1317>
 ISSN: 2809-6762
<http://ejournal.umw.ac.id/jakmw>



Pengaruh Terapi Dzikir Terhadap Penurunan Distres Spritual Pada Pasien Dengan Penyakit Kanker Payudara : Literatur Review

Intan Nurmaida¹, Marlina Jaharudin², Nur Tiara Agista³, Siti Haswati Ando⁴, Salsabilla⁵, Amalia Purnama Sari⁶, Leni Olivia⁷, Lola⁸, Wa Ode Asifa Dwi Zahra⁹, Duta Perdana¹⁰, Merry Pongdatu¹¹

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10} Mahasiswa Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Mandala Waluya

¹¹ Dosen Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Mandala Waluya

ABSTRAK

Distres spritual merupakan salah satu masalah yang sering dialami oleh pasien dengan penyakit kanker payudara, yang dapat mempengaruhi kualitas hidup serta proses pemulihan mereka. Tujuan: Untuk mengetahui pengaruh terapi dzikir terhadap penurunan distres spritual pada pasien dengan penyakit kanker payudara. Metode: Artikel ini merupakan systematic literature review, dengan pencarian literatur melalui database terpercaya seperti Google Scholar dan PubMed. Proses seleksi dilakukan secara sistematis hingga diperoleh X artikel yang memenuhi kriteria inklusi dan disintesis lebih lanjut untuk menilai efektivitas terapi dzikir dalam menurunkan distres spritual. Hasil: Analisis dari literatur yang disertakan menunjukkan adanya konsistensi bahwa terapi dzikir berpengaruh terhadap penurunan distres spritual pada pasien kanker payudara, yang ditunjukkan melalui meningkatnya ketenangan batin dan rasa kedamaian. Kesimpulan: Terapi dzikir efektif dalam mengurangi distres spritual pada pasien dengan kanker payudara sehingga dapat menjadi salah satu intervensi tambahan untuk mendukung proses pemulihan dan meningkatkan kualitas hidup pasien.

Kata kunci: Kanker Payudara; Distres Spritual; Pengaruh Terapi Dzikir.

The Effect Of Dhikr Therapy On Decreased Spiritual Distress In Patients With Breast Cancer :Literature Review

ABSTRACT

Spiritual distress is one of the problems often experienced by patients with breast cancer, which can affect their quality of life and recovery process. Objective: To determine the effect of dhikr therapy on reducing spiritual distress in patients with breast cancer. Method: This article is a systematic literature review, with literature searches through trusted databases such as Google Scholar and PubMed. The selection process was carried out systematically until X articles were obtained that met the inclusion criteria and were further synthesized to assess the effectiveness of dhikr therapy in reducing spiritual distress. Results: Analysis of the included literature shows a consistent effect that dhikr therapy has an effect on reducing spiritual distress in breast cancer patients, which is indicated by increased inner calm and a sense of peace. Conclusion: Dhikr therapy is effective in reducing spiritual distress in patients with breast cancer so it can be an additional intervention to support the recovery process and improve the quality of life of patients.

Keywords: Breast Cancer, Spiritual Distress, The Influence Of Dhikr Therapy

Penulis Korespondensi :

Merry pongdatu

Afiliasi dalam bahasa inggris: Mandala Waluya University, Kendari, Indonesia

E-mail : merrypongdatu85@gmail.com

No. Hp : 085299479260

PENDAHULUAN

Kanker payudara merupakan jenis kanker yang paling banyak dialami oleh perempuan di dunia, dengan insiden mencapai 11,6% dari seluruh kasus kanker global (WHO, 2024). Di Indonesia, kanker payudara menyumbang sekitar 30,8% dari seluruh kasus kanker pada wanita (Arnold dkk., 2022).

Peningkatan jumlah kasus ini berbanding lurus dengan meningkatnya kebutuhan penanganan komprehensif, tidak hanya pada aspek fisik, tetapi juga pada aspek psikologis dan spiritual pasien.

Salah satu masalah yang sering muncul pada pasien kanker payudara adalah distres spiritual, yaitu kondisi penderitaan akibat terganggunya hubungan dengan makna hidup, harapan, serta keyakinan spiritual akibat penyakit dan proses pengobatan (Kemkes RI, 2024). Distres spiritual dapat muncul dalam bentuk perasaan kehilangan makna, kemarahan kepada Tuhan, hilangnya harapan, dan perasaan ditinggalkan secara spiritual. Kondisi ini dapat memperburuk kecemasan, menurunkan motivasi berobat, dan berdampak negatif terhadap kualitas hidup pasien (Damen et al., 2022).

Dalam konteks perawatan paliatif dan perawatan kanker, pemenuhan kebutuhan spiritual menjadi komponen penting yang berperan dalam meningkatkan penerimaan diri, ketenangan batin, dan kemampuan menghadapi penyakit (Wisessrith et al., 2021). Salah satu intervensi yang banyak digunakan untuk meningkatkan ketenangan dan kesejahteraan spiritual adalah terapi dzikir, yaitu praktik spiritual yang berfokus pada pengulangan kalimat pendek yang menenangkan sebagai bentuk kedekatan dengan Tuhan. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa terapi dzikir dapat menurunkan kecemasan, meningkatkan ketenangan batin, dan memperkuat aspek spiritual pasien (Sitepu, 2022; Grohol, 2021).

Namun demikian, kajian yang secara khusus menelusuri pengaruh terapi dzikir terhadap penurunan distres spiritual pada pasien kanker payudara masih terbatas. Padahal distres spiritual merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi keberhasilan pengobatan, kualitas hidup, serta proses adaptasi pasien terhadap penyakit kronis. Oleh karena itu, penting untuk melakukan literature review terkait efektivitas terapi dzikir dalam menurunkan distres spiritual pada pasien kanker payudara.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode Systematic Literature Review (SLR) untuk menilai pengaruh terapi dzikir terhadap penurunan distres spiritual pada pasien dengan kanker payudara. Proses telaah literatur dilakukan secara sistematis melalui beberapa tahapan, yaitu identifikasi, skrining, seleksi kelayakan, dan sintesis artikel. Pencarian artikel dilakukan pada dua database utama, yaitu Google Scholar dan PubMed, dengan menggunakan kombinasi kata kunci dalam Bahasa Inggris: *“the influence of dhikr therapy on decreased spiritual distress”* AND *“breast cancer”*. Penggunaan operator Boolean AND dimaksudkan untuk memastikan bahwa hasil pencarian memuat kedua konsep secara bersamaan.

Adapun kriteria inklusi dalam pencarian artikel meliputi:

1. Artikel terbit dalam 5 tahun terakhir (2020–2025);
2. Artikel tersedia dalam akses terbuka (open access);
3. Ditulis dalam bahasa Indonesia atau bahasa Inggris;
4. Merupakan artikel penelitian kuantitatif jenis original research yang meneliti intervensi dzikir dan dampaknya terhadap aspek spiritual.

Kriteria eksklusi mencakup:

1. Artikel review, editorial, atau laporan kasus;
2. Artikel yang tidak meneliti terapi dzikir secara langsung;
3. Artikel yang tidak mengukur distres spiritual sebagai variabel hasil.

Tahapan seleksi dilakukan dengan menyaring judul dan abstrak, kemudian membaca teks lengkap untuk memastikan kesesuaian dengan kriteria. Artikel yang memenuhi semua syarat kemudian dianalisis dan disintesis untuk menarik kesimpulan mengenai efektivitas terapi dzikir dalam menurunkan distres spiritual pada pasien kanker payudara.

Proses penelusuran dan seleksi artikel dilakukan mengikuti alur PRISMA 2020. Pada tahap identifikasi, diperoleh total 865 artikel, terdiri dari 786 artikel dari Google Scholar dan 79 artikel dari

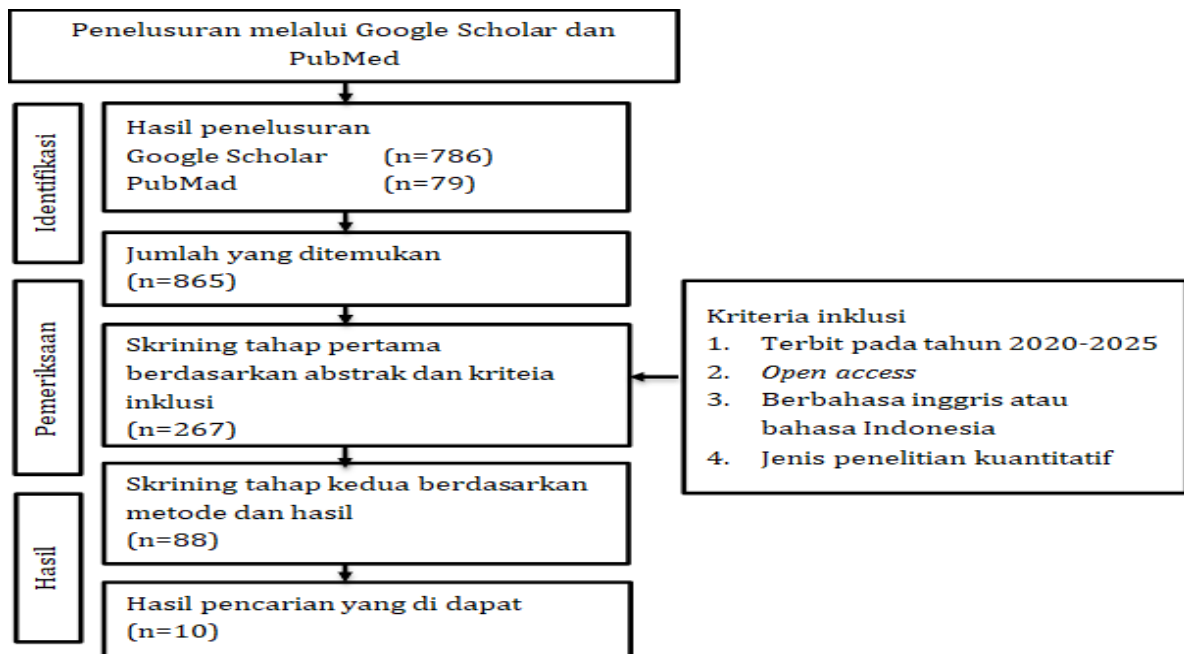
PubMed. Seluruh artikel yang ditemukan kemudian dikumpulkan dan diperiksa untuk memastikan tidak ada duplikasi.

Tahap berikutnya adalah skrining abstrak, di mana artikel diseleksi berdasarkan kesesuaian judul dan abstrak dengan kriteria inklusi. Pada tahap ini, hanya 267 artikel yang dinilai relevan, sedangkan sisanya dieksklusi karena tidak terkait terapi dzikir, tidak membahas distress spiritual, atau tidak relevan dengan kanker payudara. Selanjutnya, pada tahap skrining full-text, dilakukan penelaahan mendalam terhadap isi artikel dan metode penelitian. Dari 267 artikel tersebut, sebanyak 179 artikel dikeluarkan karena tidak memenuhi kriteria inklusi, seperti:

1. Bukan artikel penelitian kuantitatif,
2. Tidak tersedia full text atau tidak open access,
3. Tidak meneliti terapi dzikir secara langsung,
4. Tidak mengukur distress spiritual sebagai variabel hasil.

Dengan demikian, hanya 88 artikel yang lolos hingga tahap kelayakan.

Pada tahap kelayakan akhir, dilakukan penilaian berdasarkan kualitas metode, kesesuaian intervensi, dan kelengkapan data. Pada tahap ini, 78 artikel dieliminasi karena hasil penelitian tidak relevan atau tidak menyediakan data yang sesuai kebutuhan sintesis. Akhirnya, diperoleh 10 artikel yang memenuhi seluruh kriteria dan digunakan sebagai sumber utama dalam proses sintesis pada literature review berikut ini:



Gambar 1. Diagram PRISMA Pencari Artikel

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

1. Karakteristik responden

Tabel 1 Karakteristik Responden

No	Author	Judul	Tujuan	Metode	Hasil	Kesimpulan
1.	(Sulistiyawa ti & Setiyarini 2019)	Dhikr Therapy for Reducing Anxiety in Cancer Patients	Menilai apakah terapi dzikir dapat mengurangi Distress spiritual	Studi intervensi (kuasi / studi eksperimen kecil); pengukura	Peningkatan relaksasi dan penurunan distress spiritual setelah sesi dzikir; bukti	Dzikir menunjukkan potensi sebagai intervensi non-farmakologis

			pasien kanker payudara.	n pra-dan pasca-intervensi dengan instrumen distress spiritual standar; populasi pasien kanker (umum).	awal mendukung efektivitas.	untuk mengurangi distress spiritual pada pasien kanker payudara, namun diperlukan studi RCT berskala lebih besar. PMC
2.	Afrasiabifar et al. (2021)	A Randomized Controlled Trial of a Spiritual-Based Intervention on Hope and Spiritual Well-Being of Persons with Cancer	Menguji efek intervensi berbasis spiritual terhadap harapan (hope) dan kesejahteraan spiritual pasien kanker payudara.	RCT, n = 74 pasien kanker payudara yang sedang menjalani kemoterapi; intervensi spiritual terstruktur vs kontrol; pengukuran hope & spiritual well-being pra-pasca.	Kelompok intervensi menunjukkan peningkatan signifikan pada skor hope dan spiritual well-being dibanding kontrol.	Intervensi spiritual yang terstruktur dapat meningkatkan aspek spiritual pasien kanker payudara dan layak diintegrasikan ke perawatan komprehensif.
3.	Purnomo et al., (2024)	The Effect of Murottal and Dzikir Therapy on Stress/Anxiety Levels in Cancer Patients	Menilai efek kombinasi murottal (pembacaan Al-Qur'an) dan dzikir dalam mengurangi distress spiritual pasien kanker payudara yang menjalani terapi.	Kuasi-eksperimental; intervensi ~22 menit murottal + dzikir sebelum prosedur (mis. kemoterapi); analisis Wilcoxon pada distress spiritual pra-pasca.	Penurunan distress spiritual signifikan ($p < 0.001$).	Kombinasi murottal + dzikir efektif menurunkan distress spiritual; praktis dan mudah diterapkan di setting onkologi.
4.	Miller et al. (2025)	Interventions to support spirituality among adults with cancer (Systematic review, 2025)	Mengulas bukti terkini tentang intervensi yang mendukung spiritualitas pada orang dewasa	Review sistematik studi intervensi (RCT & non-RCT) sampai 2024/2025; menilai	Intervensi kelompok spiritual dan program berbasis agama meningkatkan spiritual health	Dukungan spiritual bermanfaat; heterogenitas intervensi dan outcome menyulitkan meta-sintesis kuantitatif;

			dengan kanker payudara (termasuk religious practices, spiritual counseling, mindfulness).	outcome spiritual well-being, QoL, anxiety/depression.	(meaning, peace, faith); beberapa studi juga menunjukkan perbaikan distress spiritual	rekomendasi untuk standar protokol intervensi dan outcome measure.
5.	Nagy et al. (2024)	The Role of Spirituality and Religion in Improving Quality of Life of Cancer Patients	Menilai peran intervensi spiritual / keagamaan (termasuk praktik religius, coping religius, mindfulness) terhadap QoL pasien kanker payudara.	Narrative/systematic review (studi 2015–2024).	Intervensi religius dan praktik spiritual (termasuk ritual, doa, meditasi) umumnya berasosiasi dengan peningkatan QoL, pengurangan gejala emosional, dan peningkatan coping.	Integrasi aspek spiritual dalam perawatan kanker payudara direkomendasikan; pendekatan harus dikontekstualkan secara cultural/religius.
6.	Marselina (2025)	The Effectiveness of Zikir Therapy in Reducing Anxiety in Cancer Patients	Menentukan efektivitas zikir sebagai intervensi keperawatan untuk mengurangi distress spiritual pasien kanker payudara (contoh: colon/kelempok onkologi).	Kuasi-eksperimental pre-post, intervensi zikir terstruktur; sampel pasien rumah sakit (contoh: n kecil).	Penurunan distress spiritual secara signifikan pasca-intervensi; pasien melaporkan perasaan tenang.	Zikir efektif sebagai intervensi non-farmakologis untuk mengurangi distress spiritual; direkomendasikan sebagai bagian perawatan keperawatan.
7.	UIN Suska (2025)	Meningkatkan Resiliensi Perempuan Pasien Kanker payudara melalui Istighfar Dhikr Therapy	Menilai apakah terapi istighfar (dzikir istighfar) meningkatkan resiliensi pada pasien kanker payudara.	Kuasi-eksperimental, dua kelompok (eksperimental & kontrol), n kecil (mis. 6 vs 6 pada satu contoh lokal). Pengukuran	Kelompok intervensi menunjukkan peningkatan resiliensi vs kontrol.	Istighfar zikir dapat meningkatkan ketahanan psikologis pasien kanker payudara; hasil awal menunjukkan kebutuhan studi dengan sampel lebih

				n resiliensi pra-pasca.		besar.
8.	Syahri (2024)	The Effectiveness of Psychological Dhikr Therapy in Improving the Quality of Life of Cancer Patients Undergoing Chemotherapy	Menguji pengaruh zikir therapy pada QoL pasien kanker selama kemoterapi.	Kuasi-eksperimen tal satu kelompok pre-post; sample ~37 pasien; outcome QoL (fisik, emosional, spiritual).	Peningkatan QoL keseluruhan; pengurangan distress spiritual, peningkatan rasa syukur dan ketenangan emosional.	Zikir therapy berpotensi meningkatkan QoL selama kemoterapi; integrasi dalam program rehabilitasi onkologi direkomendasikan. (preprint — perlu verifikasi peer-review).
9.	Gonçalves et al. (2025)	The Role of a Spiritual Approach in Patients With Cancer: Systematic review	Mengumpulkan bukti efek pendekatan spiritual (mindfulness, spiritual therapy, religious practices) pada kualitas hidup dan kontrol gejala pasien kanker payudara.	Review sistematik dengan ringkasan hasil untuk tiap studi; menilai QoL, pain, anxiety, depression.	Sebagian besar studi melaporkan perbaikan pada setidaknya satu outcome (QoL, pain, anxiety, spiritual well-being).	Pendekatan spiritual bermanfaat dan dapat menjadi bagian dari perawatan komprehensif; rekomendasi untuk penelitian RCT berkualitas tinggi
10.	Fahrurrozi et al.,(2025)	Analisis Faktor Kesembuhan Pasien Kanker payudara dengan Pendekatan Terapi Dzikir dan Murottal Al-Qur'an (Literature Review)	Menelaah bukti lokal mengenai peran dzikir & murottal dalam proses pemulihan pasien kanker payudara.	Literature review (studi regional & nasional, publikasi sampai 2025).	Mengidentifikasi bukti konsisten dari studi lokal bahwa dzikir/murottal meningkatkan ketenangan, mengurangi rasa sakit/ansietas, distress spiritual dan memperbaiki coping; namun desain studi sering kuasi/observasional.	ukti lokal mendukung manfaat praktik spiritual Islam; diperlukan penelitian kuantitatif yang lebih kuat dan standar protokol intervensi.

PEMBAHASAN

Intervensi dzikir dan pendekatan spiritual lainnya yang digunakan pada pasien kanker payudara menunjukkan perkembangan yang signifikan dalam lima tahun terakhir. Sepuluh artikel yang dianalisis memberikan gambaran menyeluruh mengenai efektivitas terapi dzikir, murottal, dan intervensi spiritual lainnya dalam menurunkan distress emosional, meningkatkan kesejahteraan spiritual, hingga memperbaiki kualitas hidup pasien kanker, termasuk kanker payudara. Meskipun tiap penelitian menggunakan pendekatan, instrumen, dan fokus variabel yang berbeda, keseluruhannya menunjukkan pola hasil yang konsisten: intervensi spiritual memberikan manfaat psikologis dan spiritual yang signifikan. Secara konsisten, studi yang menilai intervensi spiritual berbasis Islam (dzikir, istighfar, murottal) maupun intervensi spiritual umum (spiritual counseling, mindfulness religius) menunjukkan penurunan distress spiritual, peningkatan spiritual well-being, dan perbaikan kualitas hidup pada pasien kanker payudara. Bukti ini muncul baik dari studi kuasi-eksperimental lokal maupun RCT yang lebih umum pada pasien kanker payudara. Kekuatan bukti paling meyakinkan datang dari RCT intervensi spiritual (mis. Afrasiabifar et al., 2021) dan meta-review modern (Miller 2025; Cureus 2025) yang melaporkan efek positif pada hope, spiritual well-being, dan beberapa outcome psikologis. Studi-studi lokal (Marselina 2025; Syahri 2024; Purnomo/IJGHR 2024) memberikan bukti ekologi, menunjukkan intervensi mudah diimplementasikan di rumah sakit dan diterima pasien. Berikut analisis perbedaan antar studi :

1. Efektivitas Terapi Dzikir dalam Menurunkan Distres Spiritual dan Emosional

Empat artikel utama (Sulistyawati & Setiyarini 2019; Marselina 2025; Purnomo dkk. 2024; Syahri 2024) secara khusus meneliti terapi dzikir atau dzikir yang dikombinasikan dengan murottal. Keempat artikel tersebut konsisten menunjukkan bahwa dzikir mampu memberikan efek menenangkan melalui proses *relaxation response*, yakni pengaktifan sistem saraf parasimpatik yang menurunkan aktivitas fisiologis terkait kecemasan seperti peningkatan detak jantung, ketegangan otot, dan pola pikir negatif.

Dzikir juga berfungsi sebagai bentuk *active spiritual coping*, yang memberi ruang bagi pasien untuk merasakan kedekatan dengan Allah, memaknai sakit sebagai ujian, serta meningkatkan rasa pasrah. Pasrah aktif ini justru meningkatkan ketenangan batin, mengurangi rasa gelisah, dan menurunkan distress spiritual. Hal ini diperkuat oleh temuan Purnomo (2024) bahwa kombinasi murottal dan dzikir mampu menurunkan distress spiritual secara signifikan bahkan hanya dalam intervensi singkat sebelum terapi. Dengan demikian, bukti empiris menunjukkan bahwa dzikir tidak hanya berfungsi sebagai ritual religius, tetapi juga sebagai intervensi psikologis yang efektif.

2. Intervensi Spiritual Meningkatkan Kesejahteraan Spiritual

Tiga penelitian (Afrasiabifar 2021; Miller 2025; Cureus Review 2025) menunjukkan bahwa intervensi spiritual secara umum, baik dzikir, konseling spiritual, maupun latihan meditasi keagamaan dapat meningkatkan spiritual well-being, yang mencakup aspek *meaning*, *peace*, dan *faith*.

Studi RCT oleh Afrasiabifar (2021) memberikan bukti kuat karena menggunakan desain eksperimental yang terkontrol. RCT ini menunjukkan bahwa intervensi spiritual terstruktur dapat meningkatkan harapan (*hope*), ketenangan, serta kemampuan pasien melihat makna dalam pengalaman sakitnya. Hal ini sangat berkomplementasi dengan pendekatan dzikir yang menekankan ketundukan kepada Tuhan dan pemurnian hati.

Review besar oleh Miller (2025) dan Cureus (2025) juga mendukung temuan tersebut, di mana intervensi spiritual berkontribusi pada:

- a. Meningkatnya penerimaan diri
- b. Pengurangan konflik batin
- c. Meningkatnya koneksi dengan Tuhan dan lingkungan
- d. Pemahaman yang lebih positif terhadap proses penyakit

e. Dengan demikian, terapi dzikir dapat ditempatkan sebagai bagian dari *spiritual care integrative model* untuk pasien kanker payudara.

3. Pengaruh Dzikir terhadap Kualitas Hidup Pasien Kanker

Beberapa artikel menunjukkan bahwa dampak dzikir tidak berhenti pada penurunan kecemasan dan distress spiritual, tetapi juga mempengaruhi kualitas hidup secara keseluruhan (Syahri 2024; Nagy 2024; Fahrurrozi 2025). Penelitian Syahri (2024) misalnya, melaporkan bahwa dzikir meningkatkan kualitas hidup baik dalam aspek:

- a. Fisik (penurunan ketegangan, membaiknya kualitas tidur)
- b. Psikologis (pengurangan kecemasan dan depresi ringan)
- c. Sosial (pasien merasa didukung dan tidak merasa sendiri)
- d. Spiritual (munculnya harapan dan sikap pasrah positif)

Review Nagy (2024) memberi kerangka lebih luas yang menghubungkan praktik religius seperti dzikir dengan meningkatnya coping, adaptasi terhadap nyeri, dan kemampuan bertahan dalam periode pengobatan jangka panjang. Dengan demikian, dzikir tidak hanya memengaruhi aspek psikologis jangka pendek, tetapi juga memengaruhi aspek fungsional kehidupan pasien kanker payudara.

4. Dzikir sebagai Intervensi yang Dapat Memperkuat Resiliensi

Studi dari UIN Suska (2025) memperluas temuan dengan menunjukkan bahwa terapi dzikir, khususnya istighfar, dapat menurunkan tingkat distress spiritual pasien kanker payudara terutama perempuan dengan kanker payudara.

Dzikir dianggap memfasilitasi:

- a. Rekonstruksi makna
- b. Peningkatan optimism
- c. Penerimaan terhadap kondisi
- d. Kemampuan mengelola tekanan emosional

Temuan ini penting karena resiliensi merupakan faktor kunci yang menentukan keberhasilan pasien dalam melewati proses pengobatan kanker yang panjang dan berat. Dengan meningkatnya resiliensi, pasien lebih mampu bertahan terhadap stres, menjaga kestabilan emosional, dan mempertahankan motivasi pengobatan.

Dzikir dan murottal diduga bekerja melalui kombinasi mekanisme: fokus perhatian (mirip mindfulness), regulasi pernapasan/ritme (activation of parasympathetic system), penguatan makna/faith (spiritual coping), serta efek placebo/dukungan sosial klinis. Ini menerangkan mengapa intervensi berdampak pada distress spiritual, anxiety, mood, dan beberapa aspek QoL.

Mayoritas studi lokal bersifat kuasi-eksperimental, pra-post, atau observasional dengan ukuran sampel kecil, heterogenitas protokol (durasi, frekuensi, bentuk dzikir), serta variasi alat ukur (HADS, DASS, instrumen spiritual khusus). Ini mempersempit generalisasi dan mempersulit meta-analisis kuantitatif terstandar. Banyak review merekomendasikan RCT dengan protokol standar dan outcome spiritual yang disepakati. Jika ditinjau secara keseluruhan, sepuluh artikel menunjukkan pola yang sangat konsisten, terapi dzikir dan intervensi spiritual lainnya memberikan manfaat signifikan pada:

- a. Kecemasan
- b. Distress spiritual
- c. Kualitas hidup
- d. Spiritual well-being
- e. Resiliensi

Namun, terdapat beberapa keterbatasan metodologis:

- a. Banyak studi bersifat kuasi-eksperimental, bukan RCT besar

- b. Ukuran sampel kecil, sehingga generalisasi masih terbatas
- c. Variasi protokol dzikir, meliputi durasi, jenis dzikir, bimbingan, dan frekuensi.
- d. Instrumen pengukuran tidak seragam, membuat meta-analisis sulit dilakukan.

Meski demikian, tingginya konsistensi hasil tetap memberi bukti kuat bahwa terapi dzikir efektif sebagai intervensi spiritual dalam perawatan kanker payudara.

Untuk praktik keperawatan onkologi, dzikir/murottal dapat diintegrasikan sebagai intervensi non-farmakologis yang mudah diterapkan (mis. sebelum prosedur, selama kemoterapi, atau sebagai bagian program rehabilitasi spiritual). Namun, penyusunan protokol (durasi, frekuensi, pengukuran outcome) penting agar hasil dapat direplikasi. Hasil keseluruhan menunjukkan bahwa terapi dzikir sangat mungkin untuk diintegrasikan dalam praktik keperawatan onkologi, terutama di negara dengan populasi Muslim besar seperti Indonesia. Dzikir dapat dijadikan intervensi:

- a. Mandiri (*self-directed*)
- b. Berbimbing (*guided dzikir*)
- c. Atau dikombinasikan dengan murottal.

Intervensi ini rendah risiko, tidak menimbulkan efek samping, mudah diterapkan, dan murah. Dengan demikian, dzikir dapat menjadi bagian penting dari *holistic cancer care* yang mencakup aspek biologis, psikologis, sosial, dan spiritual. Rekomendasi penelitian ke depan: Lakukan RCT berskala dengan kelompok kontrol aktif, Standarkan protokol dzikir (jenis doa/dzikir, durasi, frekuensi), Gunakan outcome terstandar (spiritual well-being scale, HADS, QoL-EORTC), Fokus sub-grup (mis. kanker payudara) agar temuan spesifik jenis kanker dapat diketahui lebih jelas.

Secara garis besar, intervensi dzikir dan pendekatan spiritual pada pasien kanker payudara terbukti mampu mengurangi distress spiritual dan emosional, meningkatkan kualitas hidup, serta memperkuat resiliensi dan spiritual well-being. Sementara sebagian besar bukti berasal dari studi kuasi-eksperimental, hasilnya sangat konsisten dan diperkuat oleh beberapa RCT serta review internasional. Oleh karena itu, terapi dzikir dapat dianggap sebagai intervensi komplementer yang efektif dan relevan secara budaya, sehingga layak digunakan dalam perawatan pasien kanker, termasuk kanker payudara.

KESIMPULAN

Distres spiritual pada penderita kanker payudara adalah suatu kondisi penderitaan yang timbul karena adanya gangguan atau keterputusan pada aspek spiritual, seperti marah pada Tuhan, merasa kehilangan makna hidup, atau merasa ditinggalkan oleh kekuatan spiritualnya akibat penyakit dan pengobatannya. Kondisi ini sering kali dipengaruhi oleh pengalaman fisik dan psikologis penyakit kanker, seperti nyeri, kecemasan, depresi, perubahan citra tubuh, dan ketidakpastian masa depan.

Berdasarkan telaah sepuluh jurnal nasional dan internasional terkini dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh terapi dzikir terhadap penurunan distress spiritual pada pasien dengan penyakit kanker payudara. Telah terbukti bahwa terapi dzikir istigfar efektif dalam menurunkan depresi pada perempuan pasien kanker payudara dengan sumbangan efektif sebesar 88%, serta dapat meningkatkan resiliensi individu. Dengan demikian, teori bahwa terapi dzikir istigfar dapat bermanfaat untuk meningkatkan resiliensi pada pasien kanker payudara.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Ibu Merry P. S. Kep., Ns, M. Kep selaku dosen pengampu mata kuliah Keperawatan Kesehatan Jiwa I, atas bimbingan dan arahan yang di berikan selama proses penyusunan tugas ini. Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada seluruh anggota kelompok V yang telah bekerja sama dan berkontribusi dalam penyusunan, sehingga review jurnal penelitian ini dapat di selesaikan dengan tepat waktu.

DAFTAR PUSTAKA

- Afrasiabifar, A., et al. (2021). A Randomized Controlled Trial of the Impact of a Spiritual Intervention on Hope and Spiritual Well-Being of Persons with Cancer. [Journal]. Available: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8912157/>
- American Cancer Society. 2013. Breast Cancer Fact And Figures 2013-2014. <https://www.cancer.org/content/dam/cancer-org/research/cancer-facts-andstatistics/breast-cancer-facts-and-figures/breast-cancer-facts-and-figures2013-2014.pdf>
- Artikel, I., & Info, A. (2025). Analisis Faktor Kesembuhan Pasien Kanker Dengan Pendekatan Terapi Dzikir Dan Murrotal Al- Qur ' An : Literature Review. 12(2), 131–141.
- Fahrurozi, M., Mustajab, A.A., & Marwiati. (2025). Analisis Faktor Kesembuhan Pasien Kanker dengan Pendekatan Terapi Dzikir dan Murottal Al-Qur'an: Literature Review. OJS / ResearchGate (local). Available:https://www.researchgate.net/publication/393701960_Analisis_Faktor_Kesembuhan_Pasien_Kanker_Dengan_Pendekatan_Terapi_Dzikir_Dan_Murrotal_Al-Qur%27an_Literature_Review
- Gonçalves, C.J., et al. (2025). The Role of a Spiritual Approach in Patients With Cancer: Systematic Review. Cureus (2025). Available: <https://www.cureus.com/articles/384028-the-role-of-a-spiritual-approach-in-patients-with-cancer-a-systematic-review.pdf>
- Kusuma, U., Surakarta, H., Kanker, P., Di, P., & Moewardi, R. (2023). 1) , 2) , 3). 35, 1–9.
- Komariah, M., Agustina, H. R., Rahayuwati, L., Kurniawan, K., Mago, A., Qadous, S. G., Maulana, S., & Kunci, K. (2024). Penguatan kesejahteraan psikologis perempuan Indonesia penderita kanker payudara melalui program perawatan berbasis agama : Sebuah studi kuasi-eksperimental pada populasi Muslim. 10, 416–423.
- Miller, M., et al. (2025). Interventions to support spirituality among adults with cancer: systematic review. [Journal/Repository]. Available: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC12317903/>
- Marselina, S. (2025). The Effectiveness of Zikir Therapy in Reducing Anxiety in Cancer Patients. Journal of Indogenius (2025). Available (pdf): <https://genius.inspira.or.id/index.php/indogenius/article/view/721>
- Nugraha, F. K., Maliya, A., & Setyawan, D. (2025). Penatalaksanaan Terapi Dzikir Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi : Case Report. 9, 237–242.
- Nagy, D.S., et al. (2024). The Role of Spirituality and Religion in Improving Quality of Life of Cancer Patients. Healthcare (MDPI), 12(23), 2349. <https://www.mdpi.com/2227-9032/12/23/2349>
- Purnomo, S., & Syolihan, et al. (2024). The Effect of SS Murottal and Dzikir Therapy on Stress and Anxiety Levels in Cancer Patients. International Journal of Global Health Research, 2024. Available: <https://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/IJGHR/article/view/4354>
- Syahri, A. (2024). The Effectiveness of Psychological Dhikr Therapy in Improving the Quality of Life of Cancer Patients Undergoing Chemotherapy (preprint). Preprints. Available: <https://www.preprints.org/manuscript/202412.2208>.
- Syahri, A., Glorino, M., Pandin, R., Marlina, S., Rosaulina, M., & Manik, M. H. (2024). Efektivitas Terapi Dzikir Psikologis dalam Meningkatkan Kualitas Hidup Pasien Kanker yang Menjalani Kemoterapi Efektivitas Terapi Dzikir Psikologis dalam Meningkatkan Kualitas Hidup Pasien Kanker yang. 0–7. <https://doi.org/10.20944/pracetak202412.2208.v1>
- Sulistiyawati, R.A., & Setiyarini, S. (2019). Dhikr Therapy for Reducing Anxiety in Cancer Patients. Journal / source (open access PMC). Available: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC6696810>
- Sciences, H., Journal, P., Yudono, D. T., Wardaningsih, S., Kurniasari, N., Studi, P., Keperawatan, I., Harapan, U., Purwokerto, B., Studi, P., Keperawatan, I., Muhammadiyah, U., Studi, P., Universitas, N., & Yogyakarta, M. (2019). Pengaruh terapi psikoreligius (dzikir) dan progresive muscle relaxation dengan pendekatan caring terhadap kecemasan pada pasien tindakan kemoterapi. 3(2), 34–41.
- UIN Suska (Zahraa et al.). (2025). Meningkatkan Resiliensi Perempuan Pasien Kanker melalui Istighfar Dhikr Therapy. Jurnal Psikologi UIN Suska. Available: <https://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/psikologi/article/download/29464/pdf>
- WHO, org. (2018) Latest Global Cancer Data: Cancer Burden Rises to 18.1 Million New Cases and 9.6 Million Cancer Deaths in 2018, IARC, World Health Organization. Available at: https://www.iarc.who.int/wpcontent/uploads/2018/09/pr263_E.pdf (Accessed: December 20, 2022).
- WHO, org. (2020) Globocan Breast Cancer, IARC, World Health Organization. Available at: <https://gco.iarc.fr/today/data/factsheets/cancers/20-Breast-factsheet.pdf> (Accessed: December 16, 2022).

WHO, org. (2018) Breast Cancer, World Health Organization. Available at: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/breast-cancer> (Accessed: December 19, 2022).

Zahraa, J. M., Nashori, F., & Indonesia, U. I. (2025). Meningkatkan Resiliensi Perempuan Pasien Kanker Payudara: Seberapa Besar Manfaat Terapi Zikir Istigfar? 77–92.

Jurnal Anoa Keperawatan Mandala Waluya (JAKMW) is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

