

Original Article\*)

**Pengaruh Terapi Murotal Surat Ar-Rahman Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Di BPM Rika Rohaeni S.ST Kecamatan Muncang Kabupaten Lebak***(The Effect of Murotal Surah Ar-Rahman Therapy on the Anxiety Level of Mothers in the First Stage of Active Phase at BPM Rika Rohaeni S.ST, Muncang District, Lebak Regency)***Novi Dewi Herwati<sup>1</sup>**<sup>1</sup>*Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara, Indonesia*

Email correspondent: noviherawati181186@gmail.com

---

**Abstract**

**Introduction:** The feeling of anxiety for the mother in labor when thinking about the process of giving birth and the condition of the baby to be born does not only occur in her first pregnancy; but also, in subsequent pregnancies. Some actions that can be taken to overcome anxiety in pregnant women include using pharmacological and non-pharmacological therapies. In this study, researchers took action to overcome anxiety in mothers in the first stage of labor, one of which was the distraction technique, one of which was murotal therapy.

**Methods:** The research design used was one group pre and post-test without a control group design, the sample of this study was 30 people.

**Results:** The results of the average value of maternal anxiety during the first active phase before being given murotal surah Ar-Rahman therapy was 47,733; the minimum value was 33,0 the maximum value was 64,0 and the standard deviation was 8,582 ( $p$ -value = 0,015); while the average anxiety for mothers in labor. when 1 active phase after being given murotal surah Ar-Rahman therapy was 44,333 the minimum value was 30,0 the maximum value was 59,0 and the standard deviation was 7,866. The results of the Wilcoxon test showed the effect of giving murotal surah Ar-Rahman therapy on the anxiety level of mothers during the first active phase of childbirth at BPM Rika Rohaeni S.ST Muncang District, Lebak Regency in 2023 ( $p$ -value = 0,000).

**Discussion:** Murotal therapy affects maternal anxiety so it is hoped that health workers can combine pharmacological and non-pharmacological therapy as a form of intervention in providing midwife services.

**Keywords:** anxiety, murotal therapy

**Artikel**

Disubmit (Received) : 24 February 2023

Diterima (Accepted) : 30 November 2023

Diterbitkan (Published) : 01 December 2023

**Copyright: © 2023 by the authors. License DPOAJ, Jakarta, Indonesia. This article is an open-access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)**

## Pendahuluan

Persalinan merupakan proses fisiologis atau proses pengeluaran hasil konsepsi yang dapat hidup dari dalam uterus ke dunia luar sehingga memungkinkan serangkaian perubahan yang besar pada ibu untuk dapat melahirkan janinnya melalui jalan lahir. Menurut *World Health Organization* (WHO) Persalinan normal adalah persalinan dengan presentasi janin belakang kepala yang berlangsung secara spontan dengan lama persalinan dalam batas normal beresiko rendah sejak awal persalinan hingga partus dengan massa gestasi 37-42 minggu.<sup>1</sup> Persalinan adalah proses dimana bayi plasenta dan selaput ketuban keluar dari uterus ibu. Persalinan dianggap normal jika prosesnya terjadi pada usia kehamilan cukup bulan (setelah 37 minggu) tanpa disertai adanya penyulit.<sup>2</sup> Menurut (UNICEF) menyatakan bahwa dalam proses persalinan ibu akan menghadapi sejumlah masalah. Masalah yang dialami ibu bersalin sekitar 12,231,142 juta jiwa dari 30% diantaranya sebagaimana besar ibu mengalami kecemasan karena hamil pertama.<sup>3</sup> Di Indonesia prevalensi tingkat cemas pada ibu bersalin primi terbagi menjadi beberapa tingkatan antara lain yaitu cemas tingkat berat 83,3% dan cemas sedang 16,5%; pada multipara cemas tingkat berat 7%; sedang 71,5%; dan ringan 21,5%.<sup>4</sup>

Proses persalinan normal terdiri dari IV kala; yang pertama adalah kala I dimulai sejak awal terjadinya kontraksi uterus yang menyebabkan penipisan dan pembukaan serviks secara bertahap hingga mencapai pembukaan lengkap (10 cm). Kala I dibagi dalam 2 fase yaitu fase laten dan fase aktif. Pembukaan serviks pada fase laten 1-3 cm atau dibawah 4 cm membutuhkan waktu hampir atau hingga 8 jam sedangkan pembukaan serviks pada fase aktif 4-10 cm/lengkap dan membutuhkan waktu 6 jam.<sup>2</sup> Salah satu yang mempengaruhi proses persalinan adalah faktor psikologis yaitu berupa kecemasan. Kecemasan dan kekhawatiran pada ibu bersalin apabila tidak ditangani secara serius akan berdampak serta berpengaruh terhadap fisik dan psikis baik pada ibu maupun janin. Perasaan cemas ibu bersalin dalam memikirkan proses melahirkan serta kondisi bayi yang akan dilahirkan tidak hanya berlangsung pada kehamilan pertamanya tetapi juga pada kehamilan berikutnya. Walaupun mereka telah mempunyai pengalaman dalam menghadapi persalinan tetapi kecemasan tetap akan selalu ada.<sup>5</sup> Kecemasan ibu hamil juga dapat memicu sekresi adrenalin. Salah satu efek adrenalin adalah konstiksi pembuluh darah, yang dapat menyebabkan suplai oksigen ke janin menurun. Stres psikologi pada ibu bersalin yang menyebabkan pelepasan hormon katekolamin dan steroid sehingga mampu menimbulkan ketegangan otot polos dan vasokonstriksi vaskular. Hal tersebut mampu menyebabkan penurunan kontraksi otot rahim, penurunan sirkulasi uteroplasenta, pengurangan aliran darah dan oksigen ke uterus serta timbulnya iskemia uterus yang menimbulkan bertambahnya jumlah impuls nyeri dan komplikasi persalinan.<sup>11</sup>

Menurut hasil penelitian Rohmin menunjukkan bahwa sebanyak 77,10% ibu bersalin mengalami kecemasan berat dan 22,9% mengalami kecemasan ringan.<sup>6</sup> Sedangkan hasil penelitian Asih dari 74 responden, ibu pada akhir kehamilannya mengalami kecemasan dalam kategori sedang sebanyak 32 responden (43,2%).<sup>7</sup> Ervina menunjukkan bahwa dari 40 persalinan angka tingkat kecemasan sebagian besar berat (57,5%).<sup>8</sup> Hasil penelitian Murdayah menunjukkan bahwa kecemasan ringan ada sebanyak 23,5%; sedang 23,5%; dan berat 47,1%.<sup>9</sup> Berdasarkan hasil penelitian Zumriati menunjukkan bahwa faktor-faktor yang berhubungan dengan kecemasan ibu hamil menjelang persalinan yaitu umur, paritas dan pengalaman traumatis dengan tingkat kecemasan ibu hamil menjelang persalinan.<sup>10</sup> Kecemasan ibu dalam menghadapi persalinan kala I dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain dukungan suami dan pekerjaan.<sup>9</sup>

Beberapa tindakan yang bisa dilakukan untuk mengatasi kecemasan pada ibu bersalin antara lain dengan menggunakan terapi farmakologi maupun non farmakologi. Pada terapi farmakologi berupa pemberian obat, diantaranya obat *anxiolytic* dan psikoterapi. Jenis obat yang digunakan sebagai agen *anxiolytic* yaitu golongan *benzodiazepin*, *non-benzodiazepin*, anti depresan antara lain trisiklik, *Monoamine Oxidase Inhibitor* (MAOI), *Serotonin Reuptake Inhibitor* (SRI), *Specific Serotonin Reuptake inhibitor* (SSRI). Sedangkan pada non-farmakologi seperti teknik distraksi, pendidikan kesehatan, dukungan keluarga, pernapasan dalam, relaksasi otot, *guided imagery musik*, terapi musik, yoga kehamilan, meditasi, hipnoterapi.<sup>12</sup> Dalam penelitian ini peneliti mengambil upaya tindakan untuk

mengatasi kecemasan pada ibu bersalin kala I salah satunya yaitu dengan teknik distraksi. Salah satu teknik distraksi yang digunakan untuk mengatasi kecemasan adalah terapi murotal (mendengarkan rekaman lantunan ayat-ayat suci Al-Qur'an).

Menurut Al-Atsari sudah sejak dulu banyak orang yang sudah tahu, kalau Al-Qur'an merupakan sumber rujukan ilmu pengetahuan. Bahkan ilmuwan yang masuk islam karena meneliti Al-Qur'an dari segi ilmu kesehatan. Dokter Al Qadhi mengemukakan hasil penelitiannya bahwa mereka yang mendengarkan Al-Qur'an mendapat pengaruh luar biasa terhadap fisiologi. Bagusnya bukan hanya mereka yang tahu bahasa arab saja yang akan mendapatkan dampak itu. Mereka yang asing terhadap bahasa arab pun juga dapat merasakan dampaknya. Penelitian yang didukung dengan alat modern itu menghasilkan kesimpulan yang mengatakan bahwa Al-Qur'an dapat meningkatkan kesehatan dan ketenangan jiwa sampai 98%.<sup>13</sup> Hasil studi pendahuluan pada bulan Juni 2022 di BPM Rika Rohaeni S.ST Kabupaten Lebak didapatkan hasil jumlah pasien persalinan dalam satu semester tahun 2022 sebanyak 182 orang. Berdasarkan hasil wawancara dari 5 ibu bersalin kala I didapatkan bahwa 4 dari 5 ibu bersalin kala I fase aktif terlihat tegang, takut cemas dan khawatir saat menjalani proses persalinan. Berdasarkan masalah diatas peneliti tertarik untuk meneliti "Pengaruh Terapi Murotal Surat Ar-Rahman Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Di BPM Rika Rohaeni S.ST Kecamatan Muncang Kabupaten Lebak."

### Metode

Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan kuantitatif dengan desain experiment yaitu *quasi experimental desain*. Rancangan penelitian yang digunakan adalah *one group pre-test and post-test without control group desain*. Dimana sebelum diberi *treatment*, akan dilakukan *pre-test*, dengan maksud untuk mengetahui keadaan responden sebelum *treatment*. Kemudian setelah diberikan *treatment* dilakukan *post-test* untuk mengetahui keadaan responden setelah *treatment* (Sugiono 2019). Populasi penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin di BPM Rika Rohaeni S.ST dengan rata-rata per bulannya sebanyak 30 orang. Jumlah populasi dalam penelitian ini 30 orang sedangkan sampel penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin di BPM Rika Rohaeni S.ST dengan rata-rata per bulannya sebanyak 30 orang. Penelitian ini dilakukan pada bulan Januari-Februari tahun 2023 di BPM Rika Rohaeni S.ST Kecamatan Muncang Kabupaten Lebak. Data yang digunakan adalah data primer untuk mengukur tingkat kecemasan ibu bersalin dengan menggunakan lembar *checklist* yang dilakukan sebelum dan sesudah memutar audio *murottal* yang menggunakan *earphone* dan terlebih dulu memposisikan ibu tidur dengan nyaman. Pengolahan data yang dilakukan dengan bantuan sistem komputerisasi melalui tahapan *editing, coding, entry* dan *cleaning analisa* data menggunakan analisis univariate dan bivariate dengan uji *chi-square*.

### Hasil

Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif di BPM Rika Rohaeni S.ST Kecamatan Muncang Kabupaten Lebak 2023 terdapat pada tabel 1 berikut ini:

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Di BPM Rika Rohaeni S.ST Kecamatan Muncang Kabupaten Lebak 2023

Karakteristik Ibu Bersalin	Total	Persentase
<b>Umur</b>		
< 20 tahun	4	13,3
20-35 tahun	21	70,0
> 35 tahun	5	16,7
<b>Pendidikan</b>		

SD	3	10,0
SMP	9	30,0
SMA	13	43,0
PT	5	16,7
<b>Paritas</b>		
Primipara	11	36,7
Multipara	19	63,3
Total	30	100,0

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa karakteristik ibu bersalin sebagian besar memiliki umur 20-35 tahun yaitu sebanyak 21 orang (70,0%); pendidikan SMA sebanyak 13 orang (43,0%); dan multipara sebanyak 19 orang (63,3%).

Distribusi Frekuensi Kecemasan Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Sebelum Murotal Surah Ar-Rahman Terapi di BPM Rika Rohaeni S.ST Kecamatan Muncang Kabupaten Lebak 2023 terdapat pada tabel 2 berikut ini:

**Tabel 2.** Distribusi Frekuensi Kecemasan Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Sebelum Terapi Murotal Surah Ar-Rahman Di BPM Rika Rohaeni S.ST Kecamatan Muncang Kabupaten Lebak 2023

	Variabel	N	Min	Max	Mean	SD
<i>Pre-Test</i>	Kecemasan Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif	30	33,0	64,0	47,733	8,582

Berdasarkan tabel 2 diatas didapatkan nilai rata-rata kecemasan ibu bersalin kala 1 fase aktif sebelum diberikan murotal surah Ar-Rahman terapi dalah 47,733 nilai minimum 33,0, nilai maksimum 64,0 dan standar deviasi 8,582.

Distribusi Frekuensi Kecemasan Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Sesudah Terapi Murotal Surah Ar-Rahman di BPM Rika Rohaeni S.ST Kecamatan Muncang Kabupaten Lebak 2023 terdapat pada tabel 3 berikut ini:

**Tabel 3.** Distribusi Frekuensi Kecemasan Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Sesudah Terapi Murotal Surah Ar-Rahman Di BPM Rika Rohaeni S.ST Kecamatan Muncang Kabupaten Lebak 2023

	Variabel	N	Min	Max	Mean	SD
<i>Post-Test</i>	Kecemasan Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif	30	30,0	59,0	44,333	7,866

Berdasarkan tabel 3 diatas didapatkan nilai rata-rata kecemasan ibu bersalin kala 1 fase aktif sesudah diberikan murotal surah Ar-Rahman terapi adalah 44,333 nilai minimum 30,0; nilai maksimum 59,0 dan standar deviasi 7,866.

Pengaruh Terapi Murotal Surah Ar-Rahman Terapi Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif di BPM Rika Rohaeni S.ST Kecamatan Muncang Kabupaten Lebak 2023 terdapat pada tabel 4 berikut ini:

**Tabel 4.** Pengaruh Terapi Murotal Surah Ar-Rahman Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Di BPM Rika Rohaeni S.ST Kecamatan Muncang Kabupaten Lebak 2023

Kecemasan Ibu Bersalin	Median	SD	P-Value
Sebelum Terapi Murotal	47,733	8,582	0,000
Sesudah Terapi Murotal	44,000	7,866	

Hasil uji statistik Wilcoxon pada tabel 4 diatas didapatkan bahwa *p-value sebesar* 0,000; yaitu lebih kecil dari nilai alpha 0,05 maka dapat diambil kesimpulan bahwa ada pengaruh pemberian terapi murotal surah Ar-Rahman terhadap tingkat kecemasan ibu bersalin kala 1 fase aktif di BPM Rika Rohaeni S.ST Kecamatan Muncang Kabupaten Lebak tahun 2023.

### Pembahasan

Hasil uji statistik yang digunakan dalam penelitian ini yaitu uji *Wilcoxon* didapatkan bahwa *p-value = 0,000* yaitu lebih kecil dari nilai alpha (0,05); sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa ada pengaruh yang signifikan pemberian terapi murotal surah Ar-Rahman terhadap tingkat kecemasan ibu bersalin kala 1 fase aktif di BPM Rika Rohaeni S.ST Kecamatan Muncang Kabupaten Lebak tahun 2023. Hasil penelitian ini juga diperkuat oleh penelitian Azizah et al. Dari uji *Independent Sample T-Test* didapatkan nilai  $p < 0,002$  dengan 95% C.I. 1,424 (-0,410). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh setelah pemberian murotal surah Ar-Rahman bermakna secara statistik juga bermakna secara klinik.<sup>14</sup>

Disarankan kepada institusi pelayanan kesehatan untuk dapat memberikan alternatif terapi seperti terapi murotal untuk membantu mengurangi kecemasan menghadapi persalinan. Menurut penelitian yang telah dilakukan oleh Dr. Ahmad Al Qadhi direktur utama *Islamic Medicine Institute for Education and Research* di Florida, Amerika Serikat yaitu tentang manfaat dan pengaruh mendengarkan ayat suci Al-Quran pada manusia terhadap perspektif fisiologis dan psikologis. Dari hasil penelitian tersebut menunjukkan terjadi perubahan pada organ, jaringan dan sel dalam tingkat yang besar, lingkup perubahan yang terjadi adalah penurunan tingkat depresi, kesedihan, dan dapat memperoleh ketenangan sekaligus menyembuhkan penyakit selain itu tingkat keberhasilan dalam hasil penelitian tersebut mencapai 97%, bahwa dengan mendengarkan ayat suci Al-Quran memiliki pengaruh mendatangkan kebahagiaan, ketenangan, menurunkan ketegangan urat syaraf reflektif serta menyembuhkan penyakit.<sup>13</sup>

Surah Ar-Rahman terdiri atas 78 ayat semua ayatnya mempunyai karakter ayat pendek sehingga nyaman didengarkan dan dapat menimbulkan efek relaksasi bagi pendengar yang masih awam sekalipun. Bentuk gaya bahasanya yaitu terdapat 31 ayat yang diulang-ulang. Pengulangan ayat ini untuk menekankan keyakinan yang sangat kuat.<sup>15</sup> Persepsi positif yang didapat dari murottal Al Qur'an surat Ar-Rahman selanjutnya akan merangsang hipotalamus untuk mengeluarkan hormon endorfin yaitu hormon yang membuat seseorang merasa bahagia. Saraf parasimpatis berfungsi untuk mempersarafi jantung dan memperlambat denyut jantung. Rangsangan saraf otonom yang terkendali akan menyebabkan sekresi epinefrin dan norepinefrin akan menghambat pembentukan angiotensin yang selanjutnya dapat menurunkan tekanan darah.<sup>16</sup>

Asumsi peneliti bahwa ibu bersalin yang diberikan terapi murottal dapat merasakan ketenangan batin yang berimbas pada penurunan tingkat kecemasan pasien karena akan bersalin. Kecemasan yang dialami oleh ibu bersalin sebelum tindakan persalinan adalah bahwa mereka takut jika persalinannya tidak akan berhasil dan apakah setelah bersalin mereka bisa kembali normal atau tidak melihat bayinya. Ibu bersalin terlihat lebih memiliki tingkat kecemasan yang tinggi pada saat sebelum ataupun sesudah memasuki ruang persalinan. Informasi yang terbatas mengenai prosedur ataupun standar operasional prosedur dari tindakan persalinan itu sendiri harapan dan juga hasil tindakan persalinan itu sendiri menjadi pencetus utama untuk timbulnya kecemasan dan rasa takut pada ibu bersalin.

### Makna Singkatan (Abbreviations)

BPM	: Bidan Praktek Mandiri
MAOI	: Monoamine Oxidase Inhibitor
SMA	: Sekolah Menengah Atas
SRI	: Serotonin Reuptake Inhibitor
SSRI	: Specific Serotonin Reuptake inhibitor
WHO	: World Health Organization

### Konflik Kepentingan

Peneliti menyatakan bahwa penelitian ini independen dari konflik kepentingan individu dan organisasi.

### Pendanaan

Sumber dana yang digunakan dalam penelitian ini sepenuhnya bersumber dari dana pribadi peneliti.

### Kontribusi Penulis

Penelitian ini dilakukan oleh MSML sebagai author.

### Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu penelitian ini.

### References

1. World Health Organization. Maternal Mortality (Internet). World Health Organization. 2018. Available From: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/maternal-mortality>.
2. JNPK. Kr. Asuhan Persalinan Normal Dan Inisiasi Menyusui Dini. Jakarta: 2018.
3. Sari F., Novriani W. Dukungan Keluarga Dengan Kecemasan Menjelang Persalinan Trisemester III. J Kesehat. 2021.
4. Rohmin A. Hubungan Antara Penolong Persalinan Dan Paritas Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin. Journal Kesehatan. Stikes Siti Khadijah Palembang: 2020.
5. Asih YN. Gambaran Tingkat Kecemasan Menjelang Persalinan Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas II Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Barat Tahun 2021. J Kesehatan. 2021.
6. Ervina Pwa. Hubungan Tingkat Kecemasan Dan Pengetahuan Ibu Hamil Trimester III Dengan Kesiapan Menghadapi Persalinan Di Masa Pandemi COVID-19 Di Puskesmas Benowo Dan Tenggilis. J Kesehatan. 2021.
7. Murdayah. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kecemasan Pada Ibu Bersalin Di BPM Nuri Di W Wilayah Kerja Puskesmas Putri Ayu. J Kesehatan. 2021.
8. Zumriati WO. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kecemasan Ibu Hamil Menjelang Persalinan Di Poli KIA PKM Tuminting. E-Journal Keperawatan. 2018.
9. Noviyanti A. Faktor Fisik Dan Psikologis Ibu Bersalin Dengan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Pada Ibu Primipara. J Kesehatan. 2022.
10. Kasana N. Hubungan Antara Komunikasi Terapeutik Dengan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre-Operasi Section Caesarea Di Ruang Ponek RSUD Karang. PSIK Stikes Kusuma Husada Surakarta: 2019.
11. Al-Atsari F. Al-Qur'an Effect. Yogyakarta: Sketsa: 2020.
12. Azizah N., Rosyidah R., Destiana E. Murotal Al-Qur'an Surat Arrahman Dan Inhalasi Aromaterapi Lavender (*Lavendula Augustifolia*) Dalam Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif. J Midpro. 2020; 12(01): 10-7.
13. Wirakhmi IN., Hikmanti A. Pengaruh Terapi Murotal Ar-Rahman Pada Pasien Pasca Operasi Caesar Di RSUD Dr. R. Geoteng Tarunadibrata Purbalingga. Rakernas Aipkema. 2021: 421-6.
14. Turlina L., Nurhayati HS. Pengaruh Terapi Murrotal Al Qur'an Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif. J Ris Kebidanan Indones. 2017: 01(01): 1-8.
15. Anwar, Khalidatul Khair, Dian Refsi, and Syahrianti Syahrianti. Pengaruh Pemberian Terapi Murrotal Al-Qur'an Terhadap Penurunan Dismenorea Ada Remaja Putri Di SMAN 9 Kendari. Health Information: Journal Penelitian 13.2 (2021): 83-96.
16. Oktarosada D., Dan Pangestu N.A. (2021). Pengaruh Terapi Murotal Qur'an Surah Ar-Rahman Terhadap

Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Bernung Kabupaten Pesawaran Tahun 2020: Indonesia. *Journal Manajemen Pendidikan Islam Al-Idarah*. 06(01): 32-38.

\*) Original Article

--- ISJNMS ---