



Terapi Murottal Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Ibu Hamil Dengan Preeklampsia

Lusianah Meinawati¹, Miftahul Khairoh²

¹Program Studi DIII Kebidanan, Institut Teknologi Sains Dan Kesehatan Insan Cendekia
Medika Jombang

Jl. Kemuning No.57A, Candi Mulyo, Kec. Jombang, Kabupaten Jombang

²Program Studi DIII Kebidanan, Universitas Dr. Soetomo Surabaya

Jl. Semolowaru No.84 Surabaya

Email: ¹lusianameinawati85@gmail.com, ²miftahkhairoh34@gmail.com

Abstrak: Kesehatan pada ibuhamil merupakan aspek yang sangat penting untuk diperhatikan. Salah satu komplikasi pada kehamilan yang banyak terjadi pada ibu hamil adalah kehamilan dengan tekanan darah tinggi atau biasa disebut preeklampsia. Preeklampsia merupakan salah satu penyebab morbiditas dan mortalitas pada ibuhamil sehingga meningkat angka kematian ibu (AKI). Kecemasan yang dialami oleh ibu hamil akan memproduksi hormone adrenalin dan mengeluarkan hormone kortisol. Meningkatkan kortisol akan melumpuhkan sistem kekebalan tubuh sehingga tubuh ibu hamil menjadi rentan terhadap berbagai penyakit dan gangguan, seperti gangguan jantung, hipertensi, saluran cerna, preeklampsia, dan sebagainya (Khayati dkk, 2020).Desain penelitian *quasi experiment* dengan model *nonequivalent control group design*. Sebelum kelompok treatment diberi perlakuan, dan kelompok control diberikan intervensi, kedua kelompok tersebut diberikan test dan pretest. Hasil pretest dan posttest digunakan untuk memberikan perbandingan setelah dilakukan perlakuan. Data yang terkumpul selanjutnya diproses dan dianalisis dengan Uji statistic Wilcoxon. Hasil uji Wilcoxon di dapatkan *p-Value* 0,000. Dari nilai *p-Value* yaitu 0,000 (<0,005) menunjukkan ada pengaruh terapi murottal terhadap penurunan kecemasan pada ibu hamil dengan preeklampsia.

Kata Kunci: Murottal, Kecemasan, Preeklampsia

Abstract: *Health in pregnant women is a very important aspect to pay attention to. One of the complications in pregnancy that often occurs in pregnant women is pregnancy with high blood pressure or commonly called preeclampsia. Preeclampsia is one of the causes of morbidity and mortality in pregnant women, thus increasing the maternal mortality rate (MMR). Anxiety experienced by pregnant women will produce the hormone adrenaline and release the hormone cortisol. Increasing cortisol will paralyze the immune system so that the body of pregnant women becomes vulnerable to various diseases and disorders, such as heart problems, hypertension, gastrointestinal tract, preeclampsia, and so on (Khayati et al, 2020). The quasi-experimental research design uses the nonequivalent control group design model. Before the treatment group was given treatment, and the control group was given intervention, the two groups were given a test and a pretest. Pretest and posttest results are used to provide comparisons after treatment. The collected data is then processed and analyzed with Wilcoxon Statistics. The Wilcoxon test results obtained a p-value of 0.000. The p-value is 0.000 (<0.005) indicating that there is an effect of murottal therapy on reducing anxiety in pregnant women with preeclampsia.*

Keywords: Murottal, Anxiety, Preeclampsia



Pendahuluan

Kesehatan pada ibu hamil merupakan aspek yang sangat penting untuk diperhatikan dalam daur kehidupan perempuan karena saat menjalani kehamilan, seorang perempuan dapat mengalami ketidaknyamanan dan potensial menjadi komplikasi yang sangat membahayakan kondisi ibu dan janin (Salmah, 2018). Salah satu komplikasi pada kehamilan yang banyak terjadi pada ibu hamil adalah kehamilan dengan tekanan darah tinggi atau biasa disebut preeklampsia. Preeklampsia merupakan salah satu penyebab morbiditas dan mortalitas pada ibu hamil sehingga meningkat angka kematian ibu (AKI) (Sarwono, 2019).

Preeklampsia merupakan komplikasi yang bisa terjadi pada ibu hamil, bersalin dan nifas yang ditandai dengan hipertensi, edema, dan peningkatan protein uria. Preeklampsia terjadi pada usia kehamilan umur 20 minggu hingga 48 jam setelah proses persalinan. Kehamilan dengan preeklampsia akan memberikan pengaruh kecemasan pada ibu hamil yang berdampak pada kondisi komplikasi yang lebih parah (Akbar, 2020).

Kecemasan yang dialami oleh ibu hamil akan memproduksi hormone adrenalin dan mengeluarkan hormone kortisol. Meningkatkan kortisol akan melumpuhkan sistem kekebalan tubuh sehingga tubuh ibu hamil menjadi rentan terhadap berbagai penyakit dan gangguan, seperti gangguan jantung, hipertensi, saluran cerna, preeklampsia, dan sebagainya (Khayati dkk, 2020).

Menurut WHO tahun 2020, di dunia terdapat sekitar 585.000 ibu meninggal per tahunnya pada saat hamil atau bersalin dan 58,1% disebabkan preeklampsia. Di Indonesia preeklampsia merupakan salah satu penyebab angka kematian ibu yang tinggi yaitu sebesar 24%. Angka kejadian preeklampsia di Jawa Timur tahun 2021 sebesar 26,92% yang meningkat menjadi 27,77% tahun 2019 dan 34,88% tahun 2020.

Angka kematian ibu (AKI) merupakan salah satu indikator dalam menilai derajat kesehatan suatu negara. Tahun 2019 AKI di Indonesia sejumlah 305 kasus per 100.000 kelahiran hidup, turun jika dibandingkan dengan AKI tahun 2020 yaitu 359 kasus per 100.000 kelahiran hidup (KEMENKES, 2020). Walaupun mengalami penurunan, namun AKI tersebut masih sangat jauh dari pencapaian target sustainable development goals (SDG's) di tahun 2030, yaitu 30 kasus per 100.000 kelahiran hidup di tahun 2030 (KEMENKES, 2020).



Menurut Kasenda, dkk 2020 berpendapat bahwa ibu yang mengalami kecemasan saat kehamilan dan persalinan akan mempengaruhi kondisi kehamilannya menjadi komplikasi kehamilan dan rentan terjadi preeklampsia. Ibu hamil yang memiliki kecemasan karena kondisi komplikasinya akan mengalami gangguan tidur dengan tidur terlalu sedikit atau terlalu banyak akan memicu tekanan darah. Hal ini disebabkan adanya proses hemostasis yang berperan dalam pengaturan keseimbangan tekanan darah pada ibu hamil.

Ibu hamil dengan preeklampsia dapat mengalami stres yang lebih berat dibandingkan dengan ibu hamil tanpa preeklampsia (Isworo et, al 2020). Menurut penelitian ada perbedaan antara skor kecemasan ibu hamil normal dengan ibu hamil dengan preeklampsia, dimana rerata skor kecemasan ibu hamil normal adalah 18,50 sedangkan pada ibu hamil dengan preeklampsia adalah 30,45 (Serudji et al., 2020). Menurut penelitian lain, ibu hamil dengan kecemasan akan meningkatkan kejadian preeklampsia sampai 7,84 kali lipat, jika kecemasan dialami oleh ibu dengan preeklampsia tentu akan semakin memperberat kondisi preeklampsiannya. Kecemasan / stres akibat preeklampsia pada ibu hamil jika tidak ditangani akan berdampak pada kesejahteraan ibu dan bayi (Isworo et al., 2020). Dampak kecemasan pada ibu diantaranya dapat menyebabkan spasme pembuluh darah memburuk sehingga terjadi komplikasi kehamilan (Trisiani, 2021).

Al-Qur'an merupakan salah satu metode pengobatan yang memiliki semua jenis program dan data yang diperlukan untuk mengobati berbagai macam gangguan pada sel tubuh. Murottal (mendengarkan bacaan Al-Qur'an adalah salah satu metode penyembuhan dengan menggunakan Al-Qur'an. Mendengarkan murottal Al-Qur'an dapat memberikan pengaruh terhadap kecerdasan emosional, (EQ) kecerdasan intelektual (IQ), serta kecerdasan spiritual (SQ) seseorang. Mendengarkan murottal akan menimbulkan efek tenang dan rileks pada diri seseorang, sehingga akan turut memberikan kontribusi dalam penurunan kecemasan (Kartini et al., 2019). Perasaan rileks dari mendengarkan murottal juga dapat mempengaruhi kecemasan, seperti laporan dari salah satu hasil penelitian bahwa, ada perbedaan rerata skor kecemasan sebelum dan sesudah mendengarkan murottal (Handayani et al., 2019).



Terapi Murottal Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Ibu Hamil Dengan Preeklampsia

Lusianah Meinawati¹, Miftahul Khairoh²

¹Program Studi DIII Kebidanan, Institut Teknologi Sains Dan Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang

²Program Studi DIII Kebidanan, Universitas Dr. Soetomo Surabaya

Ibu hamil yang mendengarkan murottal akan mendapatkan ketenangan dan merasakan rileks pada kehamilannya sehingga bisa menerima bahwa kehamilan dengan atau tanpa komplikasi merupakan kondisi yang normal, sehingga akan turut memberikan kontribusi dalam penurunan kecemasan (Kartini et al., 2019). Perasaan rileks dari mendengarkan murottal juga dapat mempengaruhi kecemasan, seperti laporan dari salah satu hasil penelitian bahwa, ada perbedaan rerata skor kecemasan sebelum dan sesudah mendengarkan murottal (Handayani et al., 2019).

Telah banyak penelitian yang dilakukan terkait dengan tema pengaruh terapi murottal terhadap kecemasan. Hal tersebut merupakan salah satu upaya untuk mengembangkan teknik terapi nonfarmakologis sebagai pendamping pengobatan farmakologis dalam dunia kesehatan khususnya pada ibu hamil. Salah satunya adalah penerapan terapi murottal untuk menurunkan kecemasan pada ibu hamil dengan preeklampsia sehingga kesejahteraan ibu dan janin terjamin.

Berdasarkan latar belakang tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh murottal terhadap penurunan kecemasan pada ibu hamil dengan preeklampsia.

Metode Penelitian

Penelitian mempunyai tujuan untuk menganalisis pengaruh terapi murottal terhadap penurunan kecemasan pada ibu hamil dengan preeklampsia. Desain penelitian menggunakan *quasi eksperimental design*. Sugiyono (2017) mendefinisikan bahwa penelitian eksperimen merupakan penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang dapat dikendalikan. Cara untuk mengetahuinya dengan melakukan perbandingan satu atau lebih kelompok eksperimen yang diberi perlakuan dengan satu kelompok pembanding yang merupakan kelompok kontrol.

Desain penelitian *quasi experiment* dengan model *nonequivalent control group design*. Sebelum kelompok treatment diberi perlakuan, dan kelompok control diberikan intervensi, kedua kelompok tersebut diberikan test dan pretest. Hasil pretest dan posttest digunakan untuk memberikan perbandingan setelah dilakukan perlakuan.



Subjek kelompok perlakuan, peneliti memberikan perlakuan dengan memberikan terapi murottal sedangkan pada kelompok control peneliti hanya memberikan KIE tentang penanganan stress pada kehamilan. Populasi merupakan semua ibu hamil di bidan praktik mandiri Lilis suryawati yang mengalami preeclampsia sejumlah 50 responden. Pengambilan sampel secara *consecutive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 50 responden dengan perbandingan 1:1 dimana kelompok terrapin murottalsejumlah 25 responden, dan kelompok yang diberikan KIE penanganancemas sejumlah 25responden.

Analisis data dilakukan dengan melakukan pemilahan pada ibu hamil yang mengalami preeklampsia yang diberikan instrument menggunakan kuesioner pada kondisi sebelum dan sesudah diberikan treatment, baik pada kelompok perlakuan maupun kelompok kontrol. Pada kelompok perlakuan terapi murottal dilakukan selama 1 minggu terapi, selanjutnya dilakukan penilaian dengan kuesioner pada hari ke-7. Data yang terkumpul selanjutnya diproses dan dianalisis dengan Uji statistic Wilcoxon.

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kondisi Kecemasan Ibu Sebelum Dan Sesudah Diberi Terapi Murottal di BPM Lilis Suryawati

Terapi Murottal	Frekuensi (n)	Persentase (%)
<i>Pre</i>		
Cemas	28	56
Tenang	22	44
Total	50	100
<i>Post</i>		
Cemas	2	4
Tenang	48	96
Total	50	100

Tabel diatas menunjukkan hasil sebelum dilakukan terapi murottal pada ibu hamil dengan preeclampsia terdapat 28 (56%) ibu hamil yang mengalami kecemasan, sesudah diberikan terapi murottal menunjukkan hasil sebanyak 48 (96%) ibu bisa menghilangkan kecemasannya tentang preeclampsia saat ini.



Terapi Murottal Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Ibu Hamil Dengan Preeklampsia

Lusianah Meinawati¹, Miftahul Khairoh²

¹Program Studi DIII Kebidanan, Institut Teknologi Sains Dan Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang

²Program Studi DIII Kebidanan, Universitas Dr. Soetomo Surabaya

Tabel 2. Analisis Bivariat Kondisi Kecemasan Ibu Sebelum dan Sesudah Diberikan terapi Murottal di BPM Lilis Suryawati

Variabel	Pretest		Posttest		p-Value
	n	%	n	%	
Terapi Murottal	28	56	2	4	0,000
Normal	22	44	48	96	

Tabel diatas menunjukkan hasil uji Wilcoxon di dapatkan *p-Value* 0,000. Dari nilai *p-Value* yaitu 0,000 ($<0,005$) menunjukkan ada pengaruh terapi murottal terhadap penurunan kecemasan pada ibu hamil dengan preeklampsia.

Secarapsikologis, Faradisi (2019) menyatakan bahwa terapi murottal memiliki efek positif terhadap psikologis dimana terapi murottal akan mempengaruhi psikologis pasien yang dalam hal ini adalah ibu hamil yang mengalami preeklampsia. Ibu hamil yang mengalami hipertensi dalam kehamilan atau disebut dengan preeklampsia akan selalu berfikir cemas akan kondisi kehamilannya dan kondisi cemas ini akhirnya akan berdampak pada kondisi kehamilannya menjadi beresiko.

Terapi murottal merupakan salah satu metode non farmakologis yang mempunyai pengaruh sangat signifikan dalam mengurangi kecemasan dibandingkan dengan kelompok kontrol dengan memberikan terapi KIE tentang penanganan kecemasan dalam menghadapi kehamilan dengan preeklampsia (Sarwono, 2019).

Kecemasan merupakan kondisi yang bersifat subjektif, maka diperlukan terapi yang dapat mempengaruhi subjektivitas dan perspektif seseorang dalam menanggapi rasa sakit dan kecemasan. Orang Indonesia, terutama orang yang muslim, meyakini bahwa jika penyakit atau tragedi terjadi semua datang dengan izin Tuhan (Al-Quran). Jika seseorang mengalami bencana, seperti patah tulang atau penyakit lainnya, itu adalah masalah yang ditakdirkan oleh Tuhan. Dalam konsep Islam, bencana itu bisa jadi karena dosa yang telah dilakukan atau karena Tuhan ingin menguji kualitas kesabaran dan kepercayaan hamba-hamba-Nya (Oriordan, 2021).

Oriordan (2021) menyatakan sebagai seorang muslim juga percaya bahwa saat Anda depresi, cemas atau sedih, maka ketika mengingat Tuhan dapat menenangkan hati, karena dalam ajaran Islam sendiri Tuhan menyatakan bahwa "hanya dengan mengingat AKU (Tuhan), hati akan tenang" (QS Ar-Raad: 28) dan satu cara untuk mengingat dan



mendekatkan diri kepada Tuhan adalah dengan membaca atau mendengarkan Alquran (mendengarkan murottal).

Skor kecemasan responden setelah mendapatkan terapi murottal mengalami penurunan. Sebanyak 96% responden mengalami ketenangan setelah diberikan terapi murottal. Hal ini sesuai dengan penelitian yang menyatakan bahwa tingkat kecemasan pada ibu bersalin menunjukkan adanya penurunan sesudah dilakukan terapi murottal. Dengan terapi murottal kualitas kesadaran seseorang terhadap Tuhan akan meningkat, baik orang tersebut tahu arti Al-Quran atau tidak. Kesadaran tersebut akan menyebabkan totalitas kepasrahan kepada Allah SWT, dalam keadaan ini otak berada pada gelombang alpha, yang dapat menyingkirkan stres dan menurunkan kecemasan. Dalam keadaan tenang otak dapat berpikir dengan jernih dan dapat melakukan perenungan tentang adanya Tuhan, sehingga terbentuk koping atau harapan positif pada pasien (Handayani et al., 2018). Sebuah penelitian melaporkan bahwa mendengarkan dan membaca Al-Qur'an dapat menyebabkan peningkatan dominan gelombang otak beta, alpha dan theta (Astuti et al., 2017).

Murottal mampu memacu sistem saraf parasimpatis yang mempunyai efek berlawanan dengan sistem saraf simpatis, sehingga terjadi keseimbangan pada kedua sistem saraf autonom yang menjadi prinsip dasar dari timbulnya respon relaksasi (Handayani et al., 2019). Beberapa fungsi dari saraf parasimpatis diantaranya adalah mempersarafi jantung dan memperlambat denyut jantung. Sedangkan rangsangan saraf otonom yang terkendali akan menyebabkan sekresi epinefrin dan norepinefrin sehingga menghambat pembentukan angiotensin yang kemudian dapat menurunkan tekanan darah (Pratiwi et al., 2015). Terapi murottal dalam studi kasus menggunakan surah Ar-Rahman dan diberikan selama 15 menit setiap hari sampai hari ke 7 (tujuh). Dalam kepustakaan disebutkan bahwa mendengarkan terapi murottal selama 10-15 menit dapat memberikan efek terapeutik. Musik dari alunan Al Qu'an akan menghasilkan perubahan status kesadaran melalui bunyi, kesunyian, ruang dan waktu (Karyati, 2016). Terapi murottal tergolong dalam jenis terapi nonfarmakologi, yaitu terapi komplementer (pelengkap). Terapi Murottal Surah Ar- Rahman ini menjadi salah satu terapi yang aman, tanpa efek samping, murah dan mudah dilakukan (Widyastuti, 2018).



Terapi Murottal Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Ibu Hamil Dengan Preeklampsia

Lusianah Meinawati¹, Miftahul Khairoh²

¹Program Studi DIII Kebidanan, Institut Teknologi Sains Dan Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang

²Program Studi DIII Kebidanan, Universitas Dr. Soetomo Surabaya

Mendengarkan murottal Al-Qur'an mengandung unsur meditasi, autosugesti dan relaksasi yang akan memberikan efek ketenangan dalam tubuh. Rasa tersebut kemudian akan memberikan respon emosi positif yang sangat berpengaruh dalam mendatangkan persepsi positif (Pratiwi et al., 2020). Persepsi positif yang timbul akan merangsang hipotalamus untuk menurunkan hormon stress dan mengaktifkan hormon endorfin sehingga meningkatkan perasaan rileks dan mengalihkan perhatian dari perasaan takut, cemas dan tegang serta memperbaiki sistem kimia tubuh sehingga memperlambat pernafasan, detak jantung, denyut nadi, aktivitas gelombang otak dan menurunkan tekanan darah. Penurunan kecemasan pada ibu hamil preeklampsia setelah diberikan terapi menunjukkan kemanfaatan dari terapi murottal Al-Qur'an (Kartini et al., 2021).

Kesimpulan

Penelitian ini memberikan hasil bahwa penurunan skor kecemasan sebelum dan sesudah perlakuan (ada pengaruh murottal terhadap kecemasan) dengan nilai α (0,000) artinya terdapat pengaruh terapi murottal terhadap kecemasan ibu hamil dengan preeklampsia atau terdapat perbedaan penurunan kecemasan sebelum dan sesudah mendapatkan perlakuan.

Daftar Pustaka

- Widyastuti(2018). *Quran musicality, beauty Element Study of Internal and External sound. [Bachelor Thesis in Islamic theology]*. Yogyakarta: Islamic University Sunan Kali Jaga [in Indonesian]
- Faradisi, F. (2019). *Differences Effectiveness Between Murottal Therapy With Music Klasik Therapy To Decline In The Level Of Anxious On Patients Pre Operation Fraktur Extremity [Bachelor Thesis in Adult Nursing]*. Surakarta: Muhammadiyah University of Surakarta. [in Bahasa Indonesia]
- Good, M. (2020). Korean and American Music Reduces Pain in Korean Women After Gynecologic Surgery. *Pain Managemrnt Nursing*, 9 (3): 96-103.
- Sarwono (2019). *Ilmu Kebidanan dan Penyakit Kandungan*. Salemba Medika; Jakarta
- Oriordan.(2021). *Natural Healing Arts, Healing Arts Use Life Energy*. Bekasi: Gugus Press.



- Kartini, (2021). Pengaruh Mendengarkan Murottal Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Ibu Hamil Preeklamsi Di RSIA PKU Muhammadiyah Tangerang. Jurnal JKFT, 2, 40-50
- Handayani, (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Menjelang Persalinan Pada Ibu Primigravida Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang Tahun 2012. Ners Jurnal Keperawatan, 11, 60-69.
- Widyastuti, (2018). Pengaruh Komunikasi Terapeutik Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Dalam Menghadapi Proses Persalinan Kala I. Jurnal Penelitian Kesehatan" "(Journal of Health Research" Forikes Voice"), 7, 103-107.



Terapi Murottal Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Ibu Hamil Dengan Preeklampsia

Lusianah Meinawati¹, Miftahul Khairoh²

¹Program Studi DIII Kebidanan, Institut Teknologi Sains Dan Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang

²Program Studi DIII Kebidanan, Universitas Dr. Soetomo Surabaya