

Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I

Ayu Safitri, Artika Dewie*, Niluh Nita Silfia
Poltekkes Kemenkes Palu, Prodi D-III Kebidanan Palu
*Email korespondensi: dewieartika@gmail.com



ARTICLE INFO

Article History:

Received: 2020-08-31

Accepted: 2020-12-24

Published: 2021-03-07

Kata Kunci:

Murottal Al-Qur'an ;
Nyeri persalinan kala I ;

Keywords:

*Murottal Al-Qur'an; the
pain of labor phase I*

ABSTRAK

Pendahuluan: Teknik farmakologi dan non-farmakologi merupakan metode yang dilakukan untuk mengurangi nyeri persalinan. Teknik non-farmakologi berupa distraksi dengan mendengarkan murottal Al-Qur'an dapat menjadi pilihan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi murottal Al-Qur'an terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala 1 fase aktif. **Metode:** Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pre Eksperimen*, rancangan penelitian *One Group Pretest Posttest*. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu bersalin kala 1 di PMB Sriwati dengan sampel sejumlah 15 orang. Nyeri diukur dengan menggunakan skala *Numeric Rating Scale (NRS)*. Uji hipotesis menggunakan *Uji Wilcoxon Signed Rank Test* dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$). **Hasil.** Hasil uji statistic nilai $p = 0,001$ yang artinya terdapat perbedaan nyeri persalinan yang bermakna pada ibu bersalin sebelum dan sesudah diperdengarkan murottal Al-Qur'an. **Saran** Disarankan untuk melakukan teknik non-farmakologi mendengarkan Murottal Al-Qur'an sebagai salah satu teknik untuk mengurangi nyeri persalinan kala I di PMB Sriwati.

ABSTRACT

Introduction: Pharmacological and non-pharmacological techniques are methods used to reduce labor pain. Non-pharmacological techniques in the form of distraction by listening to the murottal Al-Qur'an can be an option. The **purpose** of this study was to determine the effect of murottal Al-Qur'an therapy on reducing the intensity of labor pain during the 1st active phase. **Method:** The type of research used in this study was Pre Experiment, one group pretest-posttest research design. The population in this study were mothers who gave birth at the first stage of Sriwati PMB with a sample of 15 people. The pain was measured using the Numeric Rating Scale (NRS). Statistical analysis used the Wilcoxon Signed Rank Test with a confidence level of 95% ($\alpha = 0.05$). **The result** of the statistical test, the value of $p=0.001$, which means that there is a significant difference in labor pain in women who give birth before and after listening to the Murottal Al-Qur'an. It is **suggested** to do non-pharmacological techniques to listen to Murottal Al-Qur'an as one of the techniques to reduce the first stage labor pain at PMB Sriwati.



PENDAHULUAN

Persalinan normal adalah persalinan di usia kehamilan 37 – 42 minggu, secara spontan dengan risiko rendah sejak awal hingga akhir persalinan. Pada persalinan normal ini, bayi lahir dengan presentasi letak belakang kepala dalam kondisi sehat (Prawirohardjo, 2014). Referensi lain mengatakan bahwa Persalinan merupakan proses pengeluaran hasil konsepsi (Janin dan uri) yang telah cukup umur dan dapat hidup di luar kandungan melalui jalan lahir atau jalan lain, dengan bantuan atau menggunakan kekuatan ibu sendiri (Palimbo & Adriana, 2015).

Data dari Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah pada tahun 2018, terlihat jumlah persalinan sebanyak 66.073 orang. Cakupan persalinan oleh tenaga kesehatan yaitu 53.268 orang (80,62%) (Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah, 2018). Ditahun 2019 periode Januari hingga Agustus 2019, jumlah ibu bersalin berjumlah 65.842 orang dengan jumlah ibu bersalin yang ditolong oleh tenaga kesehatan sejumlah 34.733 orang (52,75%) (Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah, 2019). Dinas Kesehatan Kota Palu tahun 2018 mencatat jumlah ibu bersalin sebanyak 7.354 orang dengan jumlah ibu bersalin yang melakukan persalinan di tenaga kesehatan yaitu 7.111 orang (96,7%) (Dinas Kesehatan Kota Palu, 2018). Pada periode Januari sampai September 2019 jumlah ibu bersalin sebanyak 7.417 orang, dengan jumlah persalinan ditenaga kesehatan yaitu 5.526 orang (74,51%) (Dinas Kesehatan Kota Palu, 2019). Praktik Mandiri Bidan (PMB) Sriwati merupakan salah satu PMB dengan jumlah persalinan cukup banyak setiap bulannya. Dari data yang didapatkan, sejak Januari hingga Desember 2019 tercatat jumlah persalinan sebanyak 450 orang.

Rasa nyeri tidaklah lepas dari proses persalinan normal. Selama 7 – 13 jam, seorang ibu yang sedang bersalin harus rela menghadapi rasa sakit pada pinggang, perut hingga ke paha ataupun bagian-bagian lain dari tubuh ibu yang makin lama makin meningkat seiring dengan membesarnya pembukaan jalan lahir pada kala I persalinan (Prawirohardjo, 2014). Selain nyeri fisiologis tersebut, ibu bersalin juga harus menghadapi ketakutan secara psikologis dalam menghadapi proses persalinannya (Rosalinna, 2017).

Manusia melakukan berbagai cara untuk mengurangi bahkan menghilangkan rasa sakit atau nyeri karena berbagai sebab. Untuk nyeri persalinan, metode farmakologi atau menggunakan (obat-obatan) maupun non-farmakologi (melalui teknik non obat-obatan misalnya pijatan, sentuhan ataupun mendengarkan music) banyak digunakan (Dewie & Kaparang, 2020). Adapula yang menyebutkan jenis terapi non-farmakologi terdiri dari distraksi, relaksasi, kompres dan *massage* (F. B. Faridah dkk., 2017). Dewasa ini, metode non-farmakologi banyak digunakan oleh ibu bersalin sebagai cara mengurangi nyeri persalinan dengan dalih lebih meminimalisir *side effect* bahan kimia dari obat-obatan yang dapat berpengaruh kurang baik untuk ibu dan terutama untuk bayinya. Metode non-farmakologi juga di klaim lebih efektif, mudah dan bisa dilakukan oleh suami atau keluarga ibu bersalin dengan di awasi oleh tenaga kesehatan dan tidak memiliki efek buruk (Handayani dkk., 2016).

Dewasa ini, metode non-farmakologi dengan teknik distraksi mulai mengalami banyak peminat. Distraksi merupakan tindakan mengalihkan rasa nyeri yang dialami dengan melakukan hal lain, sehingga pasien tidak berfokus terhadap rasa nyeri tersebut (Handayani dkk., 2016). Diantaranya adalah dengan mendengarkan murottal Al-Qur'an. Murottal Al-Quran merupakan pembacaan ayat suci Al-Qur'an yang dilakukan oleh Qori dan didengarkan dengan menggunakan media tertentu (Aziza dkk., 2019). Walaupun manfaat mendengarkan murottal Al-Qur'an tidak sehebat ketika membaca Al-Qur'an secara lisan, tapi sudah cukup mempengaruhi

kerja otak. Ketika diperdengarkan Murottal Al-Qur'an, maka *neuropeptide* akan diproduksi oleh otak sehingga mengurangi ketegangan emosi, memberikan rasa nyaman dan relaks (Rosalinna, 2017). Murottal Al-Qur'an juga berfungsi sebagai penguat terhadap Allah SWT hingga koping yang positif akan terbentuk (Hajiri dkk., 2019). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh murottal Al-Qur'an terhadap Nyeri Persalinan Kala I di BPM Sriwati

METODE PENELITIAN

Desain pada penelitian ini adalah *Pre Eksperimen* dengan rancangan penelitian *One Grup Pretest Posttest*. Lokasi penelitian dilakukan di Praktik Mandiri Bidan (PMB) Sriwati Kota Palu dengan waktu satu bulan. Populasi dalam penelitian ini seluruh ibu inpartu yang akan bersalin di PMB tersebut. Sampelnya adalah ibu inpartu kala 1 fase aktif sejumlah 15 orang. Dan memenuhi kriteria penelitian yang telah ditentukan oleh peneliti diantaranya adalah ibu inpartu yang beragama islam, pembukaan ≥ 4 cm, persalinan berlangsung secara fisiologis, memiliki his yang adekuat dan tidak menggunakan terapi farmakologi apapun untuk menurunkan nyeri. Teknik pengambilan sampel secara *Purposive sampling*. Variabel yang diteliti adalah nyeri persalinan yang dirasakan oleh ibu bersalin sebelum dan sesudah diperdengarkan murottal Al-Qur'an. Nyeri persalinan diukur menggunakan *Numeric Rating Scale (NRS)* yang diubah menjadi dua kategori hasil ukur yaitu nyeri sedang dan nyeri berat. Murottal Al-Qur'an yang diperdengarkan adalah Surat Al-Fatiha dan Ar-Rahman selama 12 menit dengan menggunakan media *earphone* dan MP3. Data yang sudah terkumpul kemudian dilakukan uji normalitas. Hasil uji normalitas terlihat data berdistribusi tidak normal, maka uji statistik yang digunakan adalah uji *Wilcoxon*.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian dapat disajikan sebagai berikut:

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden di PMB Sriwati

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Umur		
18-20 tahun	2	13,3
21-32 tahun	13	86,7
Pekerjaan		
Bekerja	4	26,7
Ibu Rumah Tangga	11	73,3
Paritas		
Primigravida	3	20,0
Multigravida	12	80,0

Tabel 1 memperlihatkan bahwa hampir seluruh responden berusia 21 – 32 tahun sejumlah 13 responden (86,7%), sebagian besar responden adalah ibu rumah tangga sebanyak 11 responden (73,3%), dan hampir seluruh responden adalah Multigravida yaitu 12 responden (80,0%).

Tabel 2. Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala 1 Di PMB Sriwati

Tingkat Nyeri	Sebelum		Sesudah		p
	Jumlah	%	Jumlah	%	
Nyeri sedang	2	13,3	14	93,3	0,001
Nyeri berat	13	86,7	1	6,7	

Uji analisis statistik pada tabel 2 yang dilakukan dengan menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan nilai $p = 0,001$ ($< 0,05$) yang berarti bahwa terdapat perbedaan nyeri persalinan yang bermakna pada ibu bersalin sebelum dan sesudah diperdengarkan murottal Al-Qur'an.

PEMBAHASAN

Pada tabel 2 terlihat sebelum diperdengarkan Murottal Al-Qur'an, hampir seluruh ibu bersalin merasakan Nyeri Persalinan Kala I di kategori Nyeri berat sejumlah 13 responden (86,7 %) dan sebagian kecil merasakan nyeri sedang, sejumlah 2 responden (13,3 %). Ketika sesudah diperdengarkan murottal Al-Qur'an, terlihat penurunan angka ibu bersalin yang mengalami nyeri berat hanya sebagian kecil yaitu 1 responden (6,7 %), dan hampir seluruh ibu bersalin mengalami nyeri sedang yaitu 14 responden (93,3 %). Uji statistiknya menunjukkan perbedaan nyeri persalinan antara sebelum dan sesudah diperdengarkan murottal Al-Qur'an. Hal tersebut sejalan dengan beberapa penelitian yang sudah dilakukan oleh [BD F, Yefrida, Masmura S, 2017](#) di Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD Solok Selatan), [Handayani R, Sari DF, Asih DRT, Rohmah DN, 2014](#) pada RSUD di Purwokerto, [Yana R, Sriutami, Safri, 2015](#) pada RSUD di Pekanbaru, Riau dan [Suprapti, Wirawati MK, 2017](#) pada RSUD di Kota Semarang.

Nyeri persalinan merupakan hal lumrah yang harus dijalani setiap ibu yang akan bersalin. Proses pembukaan di kala I (pembukaan) yang terjadi secara bertahap mulai dari pembukaan 1 – 10 cm (pembukaan lengkap) dihadapi dengan cara yang berbeda-beda oleh setiap ibu bersalin diikuti dengan kala II (pengeluaran), kala III (uri) dan kala IV (observasi 2 jam Postpartum) ([Prawirohardjo, 2014](#)). Terdapat berbagai cara dalam menghadapi kala I (pembukaan) untuk meminimalisir nyeri persalinan yang dirasakan oleh ibu bersalin. Terapi musik merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi rasa nyeri. Umumnya music yang digunakan adalah musik klasik. Tetapi dewasa ini, mendengarkan Murottal Al-Qur'an dapat menjadi pilihan sebagai terapi mengurangi rasa nyeri. Dikatakan bahwa Murottal Al-Qur'an merupakan pilihan yang lebih baik dalam memberikan efek distraksi juga relaksasi jika dibandingkan dengan terapi ([Handayani et al., 2016a, SR & Kamaruddin, 2019](#)). Pada terapi musik, hanya respon fisiologis yang terlihat dalam menurunkan kecemasan. Sedangkan pada Murottal Al-Qur'an, selain terlihat penurunan kecemasan, respon psikologis pun terlihat dengan semangat dan motivasi dalam menjalani masalah ataupun keadaan diri ([Faradisi, 2012](#)).

Murottal Al-Qur'an merupakan lantunan ayat suci Al-Qur'an yang dibacakan oleh Qori' (pembaca Al-Qu'an). Lantunan ayat suci dengan intensitas suara 50 desibel dapat berfungsi sebagai terapi yang berdampak positif bagi tubuh manusia ([BD et al., 2017, Hajiri et al., 2019](#)). Intensitas suara tersebut dapat menimbulkan kenyamanan untuk siapa saja yang mendengarkannya, baik yang paham atau tidak arti dari murottal Al-Qur'an tersebut. Otak kemudian akan memproduksi analgesic opioid natural endogen yang berfungsi untuk memblokir *nociceptor* nyeri ([Handayani](#)

et al., 2016a, Yana et al., 2015). Dikatakan bahwa dengan mendengarkan murottal Al-Qur'an maka hormon *endorphin* alami akan aktif hingga tubuh merasa rileks dan mengurangi stress (Apriyani, 2015). Penelitian yang dilakukan oleh Wahidin S, dkk 2014 menunjukkan peningkatan kadar *endorphin* pada ibu yang menghadapi kala I persalinan (F. B. Faridah dkk., 2017). Sa'dulloh juga mengklaim selain hal tersebut diatas, murottal Al-Qur'an juga memiliki pengaruh baik yaitu meningkatkan ingatan dan pikiran (Apriyani, 2015).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa dengan mendengarkan murottal Al-Qur'an, tubuh memberikan reaksi dengan adanya penurunan pada denyut jantung dan tekanan darah disebabkan oleh relaksasi urat saraf reflektif (Faridah, 2015, Faradisi, 2012). Hal tersebut telah terukur dan tercatat secara kualitatif dan kuantitatif dengan alat khusus berbasis computer (Hajiri dkk., 2019). Otak juga akan memproduksi *neuropeptide* yang berjalan ke reseptor-reseptor pada tubuh hingga tercipta perasaan nikmat dan nyaman.

Selain perubahan dari segi fisik tersebut, psikologis tubuh manusia akan mengalami perubahan setelah mendengarkan murottal Al-Qur'an. Rasa tenang karena meyakini bahwa Allah akan selalu menjaga dan memberikan kesembuhan (Faridah, 2015). Jika sebelumnya seseorang memiliki sifat putus asa dan menyerah dengan kondisi dirinya, maka dengan mendengarkan murottal Al-Qur'an, kesadaran akan adanya Allah SWT akan menguatkan, memberi motivasi dan berdampak psikologis yang baik. Pada kondisi ini, otak menjadi tenang, dan dapat melihat masalah yang terjadi sebagai sisi positif. Gelombang alpha pada frekuensi 7 – 14 Hz akan tercipta hingga dapat menurunkan bahkan menghilangkan stress dan menghilangkan kecemasan (Suprapti & Wirawati, 2017).

Seorang ibu yang menghadapi proses persalinan diasumsikan berada dalam kondisi antara hidup dan mati, harus menghadapi rasa sakit seorang diri demi melahirkan bayinya. Rasa sakit merupakan sesuatu yang subjektif dimana masing-masing ibu memiliki tingkat ambang sakit yang berbeda-beda. Harapan dari seorang ibu bersalin tentulah menginginkan proses persalinan berjalan lancar tanpa kendala dan melahirkan bayi yang sehat. Ibu tersebut membutuhkan banyak support, dorongan dan motivasi dari orang-orang sekitarnya. Dengan mendengarkan murottal Al-Qur'an, memicu hormon-hormon tertentu yang menurunkan rasa nyeri, kecemasan dan menghilangkan stress. Ketenangan juga akan dirasakan karena fitrah manusia yang beragama adalah mendekatkan diri kepada Allah SWT ketika mengalami masalah atau kesulitan.

SIMPULAN DAN SARAN

Dapat disimpulkan bahwa terjadi perbedaan nyeri persalinan yang signifikan pada responden antara sebelum dan sesudah mendengarkan Murottal Al-Qur'an di PMB Sriwati. Disarankan untuk melakukan teknik non-farmakologi mendengarkan Murottal Al-Qur'an sebagai salah satu teknik untuk mengurangi nyeri persalinan kala I di PMB Sriwati.

UCAPAN TERIMA KASIH

Disampaikan kepada pihak Praktik Mandiri Bidan (PMB) Sriwati dan Poltekkes Kemenkes Palu yang telah memberi kesempatan dan membantu hingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

Apriyani, Y. (2015). Pengaruh Terapi Murottal Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa Kelas V SD Muhammadiyah 2 Pontianak. *Jurnal Proners*, 3(1), 1–10.

- <http://jurnal.untan.ac.id/index.php/jmkeperawatanfk/article/view/10006>
- Aziza, I. N., Wiyono, N., & Fitriani, A. (2019). Pengaruh Mendengarkan Murottal Al-Qur'an Terhadap Memori Kerja. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 5(1), 24–32. <https://doi.org/10.19109/psikis.v5i1.2547>
- Dewie, A., & Kaparang, M. J. (2020). Efektivitas Deep Back Massage dan Massage Endorphin Terhadap Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif di BPM Setia. *Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 14(1), 43–49. <http://jurnal.poltekkespalu.ac.id/index.php/JIK/article/view/85>
- Dinas Kesehatan Kota Palu. (2018). *Profil Kesehatan Kota Palu Tahun 2018*.
- Dinas Kesehatan Kota Palu. (2019). *Profil Kesehatan Kota Palu Tahun 2019*.
- Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah. (2018). Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah Tahun 2018. In *Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah*.
- Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah. (2019). Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah Tahun 2019. In *Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah* (hal. 1–222).
- Faradisi, F. (2012). Efektivitas Terapi Murottal dan Terapi Musik Klasik terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Pra Operasi di Pekalongan Firman Faradisi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, V(2), 1–11. https://www.academia.edu/download/32622252/Efektivitas_Terapi_Murottal_dan_Terapi_Musik_Klasik_terhadap_Penurunan.pdf
- Faridah, F. B., Yefrida, Y., & Masmura, S. (2017). Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif di Ruang Bersalin Rumah Sakit Umum Daerah Solok Selatan 2017. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(1), 63–69. <http://jik.stikesalifah.ac.id/index.php/jurnalkes/article/view/30>
- Faridah, V. N. (2015). Terapi Murottal (Al-Qur'an) Mampu Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Laparotomi. *Jurnal Keperawatan*, 6, 63–70. <https://doi.org/10.1016/j.scitotenv.2014.04.074>
- Hajiri, F., Pujiastuti, S. E., & Siswanto, J. (2019). Terapi Murottal dengan Akupresur Terhadap Tingkat Kecemasan Dan Kadar Gula Darah pada Pasien Dengan Penyakit Jantung Koroner. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 2(2), 146–159. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Handayani, R., Fajarsari, D., Retno Trisna Asih, D., & Naeni Rohmah, D. (2016). Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan dan Kecemasan dalam Persalinan Primigravida Kala I Fase Aktif di RSUD Prof. Dr. Margono Soekardjo Tahun 2014. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 7(1), 119–129.
- Handayani, R., Sari, D. F., Asih, D. R. T., & Rohmah, D. N. (2014). Pengaruh terapi Murottal Al-Quran untuk penurunan nyeri persalinan dan kecemasan pada ibu bersalin kala I fase aktif. *Bidan Prada: Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 5(2), 1–15. <http://ojs.akbidypp.ac.id/index.php/Prada/article/view/147>
- Nurqalbi, N., & Kamaruddin, M. (2019). Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Menghadapi Persalinan Di Rumah Sakit Siti Khadijah III Makassar. *Jurnal Medika Alkhairaat*, 1(2), 65–69. <http://jurnal.fkunisasa.ac.id/index.php/MA/article/view/30>
- Palimbo, & Adriana. (2015). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil dengan Kecemasan Proses Persalinan di BPM Hj. Aria Olah, SST Banjarmasin. 6(1).
- Prawirohardjo, S. (2014). *Ilmu Kebidanan*. Bina Pustaka.
- Rosalinna. (2017). Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Pada Persalinan Kala I Fase Aktif. *Caring*, 1(2), 55–61.
- Suprpti, & Wirawati, M. K. (2017). Upaya Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Dengan Murottal Al-Qur'an Di Rumah Sakit Umum Daerah Kota Semarang. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 1(2), 31–36. <http://jurnal.akper-whs.ac.id/index.php/mak/article/view/18>
- Yana, R., Sriutami, & Safri. (2015). Efektivitas Terapi Murottal Al-Qur'an terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif. *JOM*, 2(2), 1372–1380. <https://doi.org/10.1111/bjdp.12077>