

## ***Murotal Al Qur'an Therapy on Anxiety Level of Pre-Section Caesarea Patient at 'Aisyiyah Siti Fatimah Tulangan Hospital***

### **Terapi Murotal Al Qur'an terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Sectio Caesar di Rumah Sakit 'Aisyiyah Siti Fatimah Tulangan**

Lilik Agustin<sup>1</sup>, Siti Cholifah<sup>2</sup>, S.M.Faridha Hanum<sup>3</sup>, Yanik Purwanti<sup>4</sup>

<sup>1,2</sup> Program Studi S1 Kebidanan Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

<sup>3,4</sup> Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

\*Email : [siticholifah@umsida.ac.id](mailto:siticholifah@umsida.ac.id)

**Abstract:** *Caesarean section can cause a high level of anxiety, thereby affecting recovery and the quality of care provided. Not many studies have examined the effect of Qur'anic Murotals on the anxiety level of pre-SC patients. Murotal Qur'an is a complementary therapy and can reduce anxiety. Objective; Knowing the effect of murotal Qur'an therapy in reducing the anxiety level of pre-SC patients. Method; Quantitative quasi-experiment with a one-group pre-post experimental design approach. The subjects of this research were 30 elective mothers using the accidental sampling method. The independent variable is the application of Murotal Quran therapy, and the dependent variable is the level of anxiety in pre-SC patients. Using the PASS anxiety instrument, Wilcoxon test analysis with significance  $\alpha \leq 0.05$ . Results; obtained p value = 0.000 where there was an effect after being given the intervention so that the level of anxiety decreased by 4.375. Conclusion; Al-Qur'an murotal therapy has an effect in reducing anxiety in pre-SC patients. The implementation of Qur'anic marital therapy can be integrated into the treatment protocol for pre-SC patients as part of holistic care.*

**Keywords:** *anxiety, marital Qur'an, Pre-section Caesarea.*

**Abstrak:** *Sectio caesar dapat menimbulkan tingkat kecemasan tinggi sehingga mempengaruhi kesembuhan dan kualitas perawatan yang diberikan.. Belum banyak penelitian yang mengkaji pengaruh murotal Qur'an terhadap Tingkat kecemasan pasien pre SC. Murotal Qur'an merupakan terapi komplementer, bisa menurunkan kecemasan. Tujuan; Mengetahui pengaruh terapi murotal qur'an dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien pre SC. Metode; Jenis kuantitatif quasi eksperimen dengan pendekatan one group pre-post eksperimental design. Subyek penelitian ini 30 ibu sc electif dengan metode accidental sampling. Variabel bebas adalah penerapan terapi murotal Quran, variabel terikatnya adalah tingkat kecemasan pada pasien pre SC. Menggunakan instrumen kecemasan PASS, analisis uji Wilcoxon dengan signifikansi  $\alpha \leq 0.05$ . Hasil; didapatkan p value = 0.000 dimana ada pengaruh setelah diberikan intervensi sehingga tingkat kecemasan menurun 4,375. Simpulan; Terapi murotal Al-Qur'an berpengaruh dalam menurunkan kecemasan pasien pre SC. Saran:Penerapan terapi murotal Qur'an dapat di integrasikan kedalam protokol perawatan pasien pre SC sebagai bagian dari perawatan yang holistik*

**Kata Kunci -** Cemas, Murottal Qur'an, Pre-SC

## **I. PENDAHULUAN**

Setiap ibu hamil mempunyai bermacam macam masalah dalam kehamilannya yang terpengaruhi kondisi Kesehatan lahiriyah dan psikis. Masalah fisik seperti mudah capek, merasa lemah ,tidak bersemangat/bergairah, serta berkurangnya keinginan untuk makan dan ngemil . Masalah psikis yang seringkali timbul seperti cemas[1]. Masalahan psikologis yang dialami ibu hamil dapat berupa rasa sedih dan cemas. Ibu hamil yang mengandung selama 9 bulan, merasa cemas terhadap perubahan fisik yang dialaminya sehingga menimbulkan rasa tidak percaya diri, cemas dengan keluhan yang dialami selama hamil dan khawatir terhadap masa depan anak yang dikandungnya. Mendekati persalinan, kecemasan ibu semakin meningkat dengan proses persalinan yang akan dilakukan.

World Health Organization mencatat standart persalinan per abdominal/ SC sekitar 5-15%. Data WHO global survey on Maternal and Perinatal Health 2011 menunjukkan 46,1% dari seluruh kelahiran melalui SC. Menurut RISKESDAS tahun 2018, terdapat 4.8 juta ibu bersalin yang 19% diantaranya adalah SC [2]. Berdasarkan pengambilan data awal yang sudah dilakukan di Rekam Medis Rumah Sakit 'Aisyiyah Siti Fatimah Tulangan pada tahun 2022 didapatkan total 315 persalinan, sebanyak 120 atau 38 % ibu bersalin secara spontan/pervaginam dan 195 ibu bersalin secara operasi sectio caesar dengan prosentase sebanyak 62 % dari total keseluruhan persalinan.

Persalinan merupakan proses alami seorang wanita dalam fase kehamilannya. Proses persalinan menjadi pengalaman berharga dan memori yang sulit dilupakan bagi ibu hamil .Terdapat 2 jenis proses persalinan

yakni secara normal atau pervaginam dan sectio caesar (SC). Sectio caesar menjadi pilihan ketika persalinan tidak dapat dilakukan secara normal[2]. Operasi sectio caesar dilakukan karena adanya komplikasi atau penyulit pada ibu hamil maupun janin yang dikandung[3]. Sectio caesar merupakan prosedur invasif dengan cara melakukan sayatan/ pembukaan pada dinding rahim [4]. Tindakan sectio cesarea sering kali menimbulkan rasa cemas yang berlebihan [5] sebab melibatkan berbagai tindakan medis yang kompleks[6]. Sectio caesar bertujuan untuk mengeluarkan bayi melalui pembedahan/sayatan pada perut dan rahim ibu[7].

Kecemasan ibu hamil dapat menjadi komplikasi yang kurang baik pada kesejahteraan ibu dan janin sehingga dapat mempengaruhi pemulihan setelah operasi[4]. Komplikasi selama kehamilan dan tindakan operasi sectio cesar menimbulkan trauma/ nyeri pada abdomen ,serta cedera kandung kemih dan uretra [1]. Di Indonesia rasa cemas ibu hamil mencapai 373.000.000 dan kecemasan saat mendekati persalinan sejumlah 107.000.000 (28,7%) [8]. Kecemasan merupakan pengalaman tidak menyenangkan meliputi rasa khawatir, tegang, dan emosi yang dialami individu[9].Kecemasan merupakan perwujudan dari emosi ketika seseorang sedang tertekan dan mengalami pertarungan / konflik bathin.Kecemasan menurut kajian psikologi islam merujuk di dalam Al qur'an dijelaskan sebagai emosi dan takut.Pada surat Al Baqoroh 155 dijelaskan bahwa manusia akan di uji dengan rasa ketakutan yang arti ayatnya adalah : ” Dan kami pasti akan menguji kamu dengan sedikit ketakutan,kelpanan, kekurangan harta,jiwa dan buah-buahan.Dan sampaikanlah kabar gembira kepada orang-orang yang sabar”[10].

Dampak apabila timbul kecemasan pada ibu hamil pre SC antara lain : Peningkatan resiko komplikasi selama operasi, karena stress/kecemasan yang secara fisik dapat mempengaruhi tekanan darah,detak jantung dan respon tubuh lainnya yang dapat mengganggu system kekebalan tubuh untuk pemulihan pasca operasi Dari aspek kognitif timbul perasaan kurang perhatian,kurang fokus dan sulit konsentrasi serta sulit melakukan penalaran, bilamana tidak ditangani dapat meningkatkan resiko terjadinya depresi pasca melahiran/*post partum depression*, sehingga mempengaruhi kemampuan ibu untuk dapat merawat bayinya dan mengatasi perubahan besar yang terjadi pada kehidupan mereka.Dari segi perilaku,respon yang biasanya muncul adalah menghindari situasi yang mengancam, mencari perlindungan,banyak bicara, diam,terpaku maupun sulit bicara[10].

Penanganan yang kurang tepat dapat menimbulkan kecemasan yang berkelanjutan dan menimbulkan stres. Saat stres, adrenalin meningkat akibat respon dari system saraf tubuh., sehingga denyut jantung cepat, otot tubuh tegang, tensi meningkat,pernafasan lebih cepat,serta panca indra lebih sensitif [5]. Hormon kortisol dihasilkan oleh hipotalamus saat terjadi cemas [11].Kortisol hormon yang tinggi dapat menyebabkan cemas, namun dapat di turunkan oleh hormon endorfin [12]. Saat rileks hormon endorfin menjadi tinggi, yang disebabkan oleh karena diperdengarkan suara Murotal Al-Quran, sehingga dapat menurunkan cemas pada ibu. Suara murotal Qur'an diterima oleh sistem syaraf *auditorius* kemudian diteruskan ke otak bagian depan dan belakang sehingga menghasilkan gelombang alfa dan menrangsang keluarnya hormon endorfin dan pada akhirnya memberikan efek rileks dan perasaan hati yang tenang. Dalam Al-qur'an terdapat banyak ayat yang berhubungan dengan psikodinamika, mental dan perilaku manusia yang dapat menjadi landasan/ rujukan dalam menjalani kehidupan tanpa khawatir dan cemas [6].

Berbagai cara telah dilakukan untuk menurunkan tingkat kecemasan menjelang operasi *sectio caesar*. Teknik relaksasi dan distraksi merupakan pendekatan non farmakologi, bagian dari terapi komplementer yang dilakukan untuk mengurangi kecemasan [5]. Teknik relaksasi membuat pikiran menjadi tenang melalui berpikir positif, sedangkan teknik distraksi dengan mengalihkan perhatian, seperti melalui terapi murottal Al-Quran [1]. Untuk keperluan anestesi dan operasi diperlukan persiapan mengendalikan kecemasan dan kesiapan pasien dalam menghadapi masalah psikologis, selain persiapan untuk puasa dan mencegah infeksi luka operasi. Hal ini dimaksudkan untuk memastikan bahwa pasien cukup sehat dan siap untuk menjalani operasi [4]. Penelitian lain menyebutkan dengan mendengar murottal Qur'an dapat mengurangi tanda – tanda kecemasan dalam berbagai kondisi medis dan psikologis.

Murottal Al-Quran merupakan suara yang dilagukan oleh seorang qori' kemudian direkam. Dalam intensitas 50 desibel bisa menstimulasi gelombang alfa untuk menghasilkan hormon edrofin yang dapat membuat perasaan nyaman serta mengurangi rasa sakit. Lantunan suara Qur'an memiliki ritme berupa getaran tertentu kemudian tersebar dalam tubuh dan mempengaruhi kerja otak dan membuat keseimbangan. Lantunan suara Al-Quran mempengaruhi gelombang neuron menjadi stabil lagi. Al-Qur'an memiliki sejumlah kegunaan yang berasal dari berbagai sudut pandang dan dapat mempengaruhi kesehatan seperti :meditasi, sugesti dan relaksasi [6]. Pada Al-Qur'an terdapat banyak ayat yang menggambarkan bagaimana efek yang terjadi ketika manusia mendengarnya baik yang mengerti arti ataupun tidak mengerti maknanya sama sekali. Ketika seseorang mendengar Al-Quran yang dibaca dengan tartil dan baik dapat membuat jiwa menjadi tenang [6]. Pada beberapa kajian terhadap klien sebelum *sectio cesarea*, memberikan terapi murottal Qur'an dapat mengurangi kecemasan secara signifikan dengan cara menurunkan tingkat hormon stres, seperti kortisol [13].

Surat *Ar-Rahman* dalam Al-Quran terdiri dari 78 ayat merupakan salah satu surat yang cocok digunakan untuk terapi murottal.. Surat ini memiliki ayat-ayat yang pendek, memberikan kenyamanan pada pendengar dan mampu menciptakan efek relaksasi. bahkan bagi mereka yang belum berpengalaman. Sebanyak 31 ayat yang diulang-ulang dalam ayat tersebut, dan pengulangan tersebut bertujuan untuk menekankan keyakinan yang sangat kuat sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan mental pasien, menciptakan suasana yang lebih tenang selama prosedur operasi cesar, meningkatkan koneksi spiritual, dan memberikan dukungan pada aspek rohani [14]. Karakteristik surat *Ar-Rahman* telah melalui validasi di laboratorium seni Fakultas Budaya dan Seni Universitas Negeri Semarang. Surat *Ar-Rahman* memiliki *timbre medium*, *pitch* pada 44 Hz, harmoni yang reguler dan konsisten, ritme yang mendayu-dayu, volume sebesar 60 decibel, serta amplitudo yang sedang. Ketika nada rendah, ritme lambat, dan volume rendah digunakan, ini akan menghasilkan efek relaksasi sehingga merangsang hipotalamus untuk mengeluarkan hormon endorfin yang memiliki peran dalam meningkatkan perasaan yang bahagia, sehingga dapat menciptakan suasana yang positif disekitar pasien, memungkinkan interaksi sosial yang lebih baik antara pasien, keluarga dan tim medis. [15]. Dengan demikian, terapi murottal Qur'an menggunakan surat Ar Rahman tidak hanya berpotensi menurunkan tingkat kecemasan, tetapi juga dapat membawa dampak yang positif secara psiko sosial pada pasien pre SC, menciptakan lingkungan yang mendukung dan membantu proses kesembuhan mereka

Berdasarkan data survey pendahuluan yang dilakukan di Rumah Sakit 'Aisyiyah Siti Fatimah Tulangan pada tanggal 8 - 22 September 2023, dengan menggunakan instrument Prenatal Ancietas Scale Score (PASS) untuk mengukur tingkat kecemasan, didapatkan 5 responden ibu bersalin secara *sectio cesarea*, sebanyak 60% mengalami kecemasan berat. Kecemasan berdampak pada kesejahteraan pasien dan mempengaruhi pemulihan pasca operasi. Penelitian bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi murottal qur'an dalam menurunkan kecemasan pasien pre SC.

## II. Metode

Penelitian ini memiliki sifat kuantitatif, menggunakan desain quasi eksperiment dengan pendekatan one group pre-post tes. Variabel independent adalah Terapi Murottal Al-Quran sedangkan variabel dependen yaitu Tingkat kecemasan pada pasien pre SC. Populasi seluruh ibu bersalin yang akan menjalani persalinan *sectio caesar* di Rumah Sakit 'Aisyiyah Siti Fatimah pada periode November sampai Desember 2023. Sebanyak 30 pasien telah diambil sebagai sampel dari populasi dengan menerapkan metode accidental sampling serta memenuhi kriteria inklusi: pasien SC elective mau untuk di wawancara, beragama Islam, memiliki ponsel Android, tidak memiliki gangguan pendengaran. Etika penelitian meliputi persetujuan responden, kerahasiaan identitas dan riwayat Kesehatan responden, serta memberikan perlakuan yang sama dan adil kepada semua responden

Menggunakan data primer, dengan memakai instrument PASS. Prenatal Anxiety Screening Scale (PASS) adalah alat / tools yang dirancang untuk mendeteksi masalah kecemasan terhadap ibu hamil atau dalam periode pasca melahirkan (kurang dari 1 th setelah melahirkan) Terdapat 31 pertanyaan dalam instrument ini yang mencakup 4 domain yaitu : (1). kecemasan kompetensi dan keterikatan, (2). kecemasan keselamatan dan kesejahteraan bayi, (3). Kecemasan perawatan bayi praktis, (4). penyesuaian psikososial menjadi ibu. Untuk tingkat kecemasan diantaranya : score pas 0 sampai 20 "kecemasan minimal"; 21 sampai 41 "kecemasan

sedang” dan 42 sampai 93 “kecemasan berat. Sebelum diberikan terapi murotal dilakukan pengkajian kepada pasien dengan anamnesa, wawancara dan observasi, baik penilaian kondisi fisik secara umum, maupun penilaian tingkat kecemasan pada ibu pre SC. Intervensi pemberian terapi murottal Al-Qura’an dilakukan kemudian setelah pasien berada di kamar perawatan, diawali dengan mengatur posisi pasien senyaman mungkin, selanjutnya memperdengarkan rekaman surat Ar-Rahman lewat HP dengan memakaikan head set/headphone agar tdk mengganggu pasien lainnya, dengan durasi waktu 15 menit. Penilaian skor kecemasan dilakukan kembali satu jam setelah mendengarkan terapi murotal.

Pengolahan data dilakukan dengan melakukan pengecekan dan memastikan tidak ada yang double. Data yang terkumpul kemudian direkap, ditampilkan menjadi tabel distribusi frekuensi dan tabulasi silang. Tabel distribusi frekuensi meliputi karakteristik responden (usia, pendidikan, paritas riwayat bersalin secara Sectio caesarea), skor kecemasan sebelum dilakukan intervensi serta skor kecemasan setelah diberikan intervensi. Data disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dan tabulasi silang. Analisis data dilakukan memakai uji Wilcoxon pada tingkat signifikansi  $\alpha \leq 0.05$ .

### III. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil

Hasil penelitian di RS 'Aisyiyah Siti Fatimah Tulangan disajikan dalam tabel sebagai berikut:  
Tabel 1 Karakteristik Responden di Rumah Sakit 'Aisyiyah Siti Fatimah Tulangan

		f	%
Usia	Produktif	28	93.3
	Beresiko	2	6.7
Pendidikan	Dasar	0	0.0
	Menengah	30	100
	Tinggi	0	0.0
Pekerjaan	Bekerja	13	43.3
	Tidak Bekerja	17	56.7
Paritas	Primipara	11	36.7
	Multipara	12	40.0
	Grandemultipara	7	23.3
Usia Kehamilan	Aterm	24	80.0
	Postterm	6	20.0
Riwayat Persalinan	Tidak ada riwayat	11	36.7
	Spontan	6	20.0
	Sectio Caesarea	13	43.3

Berdasarkan Tabel 1, didapatkan hasil hampir seluruhnya (93.9%) berada pada usia produktif sejumlah 28 responden. Pada tingkat pendidikan didapatkan seluruhnya (100%) berpendidikan menengah sejumlah 30 responden. Pada status pekerjaan sebagian besar (56.7%) tidak bekerja sejumlah 17 responden. Pada status kehamilan didapatkan hampir setengahnya (40%) merupakan kehamilan multipara sejumlah 12 responden. Pada usia kehamilan didapatkan hampir seluruhnya (80%) termasuk dalam kehamilan aterm, dan riwayat persalinan yang dimiliki yaitu hampir separuhnya (43.3%) dengan bekas sectio cesar sejumlah 13 responden.

Tabel 2 Tingkat kecemasan responden sebelum pemberian Therapy Murotal Qur'an di Rumah Sakit 'Aisyiyah Siti Fatimah Tulangan

Pretest		f	%	Mean	S.Daviation
Tingkat Kecemasan	Minimal	0	0.0	2.43	0.504
	Sedang	17	56.7		
	Tinggi	13	43.3		
Respondent		30	100.0		

Berdasarkan Tabel 2 dapat diketahui bahwa tingkat kecemasan responden sebelum diberikan terapi murottal qur'an sebagian besar (56.7%) berada pada kategori sedang yaitu 17 responden.

Tabel 3 Tingkat kecemasan responden sesudah pemberian Therapy Murottal Qur'an di Rumah Sakit 'Aisyiyah Siti Fatimah Tulangan

Posttest	f	%	Mean	S.Daviation
Tingkat Kecemasan	inimal	25	83.3	1.17 0.379
	Sedang	5	16.7	
	erat	0	0.0	
Respondent	30	100.0		

Berdasarkan Tabel 3 dapat diketahui bahwa tingkat kecemasan responden setelah diberikan terapi murottal qur'an hampir seluruhnya (83.3%) berada pada kategori minimal yaitu 25 responden.

Tabel 4 Analisa Uji Wilcoxon  
*Wilcoxon Signed Rank*

	Test Statistic <sup>a</sup>
	<i>Posttest-Pretest</i>
Z	-4.375 <sup>b</sup>
P	.000

Berdasarkan hasil uji statistik *Wilcoxon* didapatkan  $p\text{ value} = 0.000 \leq 0.05$ , dan Z -4.375 yang artinya ada perbedaan tingkat kecemasan antara pre-posttest setelah diberikan terapi murottal, dengan penurunan 4,375 sehingga ada pengaruh antara terapi murottal qur'an terhadap tingkat kecemasan pasien pre sectio caesarea.

## B. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya tingkat kecemasan sedang dan berat pada responden sebelum diberikan terapi murottal qur'an, dengan dilakukan observasi menggunakan kuesioner pretest *Prenatal Anxiety Scale* (PAS). Perilaku responden masih menunjukkan intensitas tingkat kecemasan dari sedang hingga berat dengan sebagian besar (56.7%) pada skala sedang. Hasil analisis setelah dilakukan pemberian terapi murottal qur'an terdapat penurunan tingkat kecemasan sebesar 4.375 yaitu hampir seluruhnya (83.3%) responden berada pada tingkat minimal, sehingga hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah pemberian terapi murottal qur'an. Pemberian terapi murottal qur'an memberikan dampak positif pada pasien pre SC dirumah sakit 'Aisyiyah Siti Fatimah Tulangan.

Ibu hamil yang direncanakan untuk melahirkan secara SC mengalami tingkat kecemasan lebih tinggi dibanding dengan melahirkan pervaginam. Hal ini disebabkan karena ibu beranggapan bahwa melahirkan secara SC dilakukan karena adanya komplikasi atau penyulit pada ibu hamil maupun janin yang dikandung [3]. Meningkatnya adrenalin disebabkan karena adanya respon ketegangan dari system saraf tubuh akibat stress atau cemas, sehingga denyut jantung menjadi lebih cepat, otot tubuh tegang, tensi darah meningkat, pernafasan lebih cepat, serta panca indera menjadi lebih sensitive [5]. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wirakhami [16] bahwa adanya pengaruh terapi murottal Ar-rahman terhadap penurunan tekanan darah pada pasien pre operasi caesar. Hormon kortisol akan dihasilkan oleh hipotalamus saat terjadi cemas [11]. Hormon kortisol yang tinggi dapat menyebabkan cemas, namun dapat di turunkan oleh hormon endorfin [12].

Hampir seluruhnya (93.9%) responden pada penelitian ini berada pada usia produktif antara 20-35 tahun sebanyak 28 responden. Ibu hamil dalam rentang usia produktif memiliki fungsi dan organ reproduksi yang optimal dari segi fisik. Secara psikologis ibu hamil pada usia tersebut telah menunjukan stabilitas emosional, pemikiran yang matang, serta mampu mengatasi berbagai permasalahan dalam menerima peran baru sebagai seorang ibu. Responden pada penelitian ini hampir setengahnya (40%) merupakan kehamilan multipara, yang berarti ibu sudah pernah melahirkan sebelumnya.

Riwayat persalinan responden menunjukkan sebanyak (36,7%) tidak memiliki riwayat persalinan sebelumnya, halini akan menambah kecemasan pada ibu karena blm memiliki gambaran tentang persalinan. Pengalaman melahirkan sebelumnya dapat mempengaruhi tingkat kecemasan, ibu yang memiliki riwayat melahirkan secara normal akan berbeda kondisi dengan yang melahirkan secara SC pada kehamilan sebelumnya. Pernyataan ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Susanti [17] menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara status paritas dan kecemasan pada ibu pre operasi *sectio caesarea*. Penelitian tersebut menjelaskan ibu belum ada bayangan mengenai yang akan terjadi saat bersalin dan ketakutan karena mendengar cerita dari teman atau kerabat tentang pengalaman saat melahirkan seperti sang

ibu atau bayi meninggal. Minset negatif seperti rasa takut yang tertanam pada saat pre SC dapat memberikan dampak kecemasan dan jika tidak tertangani lebih awal maka akan mengganggu stabilisasi hemodinamik pasien yang berakibat pada resiko komplikasi ketika operasi berlangsung maupun setelahnya.

Psikoterapi Islam adalah pengobatan terhadap gangguan kejiwaan yang bersumber dari dua sumber utama yang paling terpercaya bagi umat muslim yaitu Al-Qur'an dan Hadis. Ada 3 metode psikoterapi yang sering digunakan dLm mengatasi kecemasan yaitu : mendengarkan music, hipnosis, serta relaksasi [10]. Dalam psikoterapi islam yang sering digunakan yaitu dzikir, membaca Al -Fatihah serta berdoa, dan mendengarkan murottal [10]. Menurut peneliti pemberian terapi murottal merupakan salah satu alternatif terapi komplementer yang berfokus pada aspek mental dan spiritual. Ibu hamil pre SC yang mendengarkan murottal qur'an dapat mengalihkan rasa cemas sehingga bisa lebih rileks. Pernyataan ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh sandra [5] yang mengatakan bahwa memberikan stimulasi al-qur'an sebelum operasi secara langsung dapat memberikan perhatian serta sentuhan terapeutik kepada dalam menurunkan kecemasan pasien.

Dalam psikologi islam seseorang yang memiliki Tingkat spiritual yang tinggi maka akan memiliki hormon endorfin yang lebih banyak dibanding dengan tingkat spiritual yang rendah. Secara sederhana bisa kita perhatikan orang yang jauh dari Allah SWT, biasanya mudah mengalami stres, pada kondisi ini hormon yang bekerja adalah adrenalin, norepineprin dan kortisol. Sebaliknya pada orang yang beriman dan tawakal, hormon oxytoxin bekerja dengan baik sehingga menghasilkan endorphine yang tinggi [18]. Murottal qur'an menstimulasi gelombang alfa untuk menghasilkan hormon endorfin yang dapat membuat perasaan nyaman serta mengurangi rasa sakit. Lantunan suara Qur'an memiliki ritme berupa getaran tertentu kemudian tersebar dalam tubuh dan mempengaruhi dan menyeimbangkan kerja otak. Lantunan suara Al-Quran mempengaruhi gelombang neuron menjadi stabil lagi sehingga produksi hormon endorfin dapat meningkat yang memberikan efek rileks, senang dan tenang pada pasien pre SC.

#### IV. SIMPULAN DAN SARAN

Terapi murottal Qur'an memberikan pengaruh yang signifikan, tingkat kecemasan sebelum diberikan intervensi terapi murottal Qur'an mayoritas berada pada kecemasan tingkat sedang dan setelah diberikan intervensi, tingkat kecemasan menurun menjadi minimal. Terapi murottal Qur'an dapat dijadikan pilihan sebagai terapi komplementer pada pasien pre SC untuk mengurangi tingkat kecemasan, selain dari terapi farmakologi. Peran seorang BINROH di sebuah Rumah Sakit sangat diperlukan bagi ibu yang akan bersalin baik secara spontan maupun operasi. Ahli kesehatan mental dapat dilibatkan dalam penelitian dan intervensi kecemasan pasien pre SC untuk mendapatkan perspektif yang lebih holistik.

#### IV. SIMPULAN DAN SARAN

Saya sampaikan terima kasih kepada Rumah Sakit 'Aisyiyah Siti Fatimah Tulangan , baik direksi, komite etik, SDI dan DIKLAT, serta semua responden yang terlibat dalam penelitian ini. Ucapan terimakasih disampaikan pula kepada keluarga saya yang telah memberikan dukungan dan doa tiada henti sehingga saya dapat menyelesaikan tugas akhir secara tepat waktu. Terima kasih saya sampaikan kepada semua teman-teman mahasiswa S1 kebinanan UMSIDA atas support dan semangat kebersamaannya sehingga saya dapat menyelesaikan tugas akhir ini.

#### REFERENCES

- [1] I. N. Saputri and R. Ulfa, "Pengaruh Pemberian Terapi Murottal Alquran Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Ibu Preoperasi Sectio Caesaria Di Rumah Sakit Grand Medistra Lubuk Pakam," *J. Kebidanan Kestra*, vol. 1, no. 1, pp. 1–3, 2018, [Online]. Available: <https://ejournal.medistra.ac.id/index.php/JKK>
- [2] T. Suwanti, V. Silawati, and B. T. Carolin, "Perbandingan Terapi Murottal Dengan Musik Klasik Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Sectio Cesarea," *Menara Med.*, vol. 5, no. 1, pp. 71–80, 2022, doi: 10.31869/mm.v5i1.3488.
- [3] W. W. Shari, "Pengaruh Terapi Murottal Alquran Terhadap Tingkat Kecemasan pada Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea (SC)," *Dunia Keperawatan J. Keperawatan dan Kesehat.*, vol. 10, no. 2, pp. 155–165, 2022, doi: 10.94/dk.v10i2.22.
- [4] D. A. R. Ningsih, "Pengaruh Kombinasi Terapi Murottal Al-Qur'an Surat Ar-Rahman dan Green

- Colour Breathing terhadap Kecemasan Ibu Pre Operasi SC di RS Islam Sultan Agung,” UNiversitas Islam Sultan Agung, 2023. [Online]. Available: [http://repository.unissula.ac.id/29887/1/IlmuKeperawatan\\_30901900049\\_fullpdf.pdf](http://repository.unissula.ac.id/29887/1/IlmuKeperawatan_30901900049_fullpdf.pdf)
- [5] S. Sandra, D. Dahlia, L. Arista, and Y. Gultom, “Penerapan Mendengarkan Al-Qur’an Surat Al Waqi’Ah Dan Terjemahannya Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Elektif Bedah Digestif,” *J. Ners Indones.*, vol. 11, no. 2, p. 181, 2021, doi: 10.31258/jni.11.2.181-191.
- [6] M. N. Bustan, “Pengaruh Terapi Murrotal Al-Quran dan Slow Deep Breathing terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin di Wilayah Kerja Puskesmas Tandruledong Sidrap,” vol. 4, no. 4, pp. 170–178, 2023.
- [7] “1 , 2 1,2,” vol. 3, no. 2, pp. 99–108, 2021.
- [8] H. saragih Jegentar, “Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa,” vol. 4, no. 2016, pp. 461–468, 2021.
- [9] K. Pasien and P. R. E. Operasi, “Jurnal Keperawatan,” vol. 13, pp. 987–994, 2021.
- [10] A. D. Nugraha, “Memahami Kecemasan: Perspektif Psikologi Islam,” *IJIP Indones. J. Islam. Psychol.*, vol. 2, no. 1, pp. 1–22, 2020, doi: 10.18326/ijip.v2i1.1-22.
- [11] F. A. Simamora, N. M. Daulay, and S. M. Lubis, “Pengaruh Terapi Murrotal Al-Qur’an terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi,” *Indones. Heal. Sci. J.*, vol. 6, no. 1, 2021.
- [12] J. Keperawatan Mersi, Y. Wigatiningsih, M. Program Studi Profesi Ners Poltekkes Semarang, P. IBS RSUD KRMT Wongsonegoro Kota Semarang, and D. Jurusan Keperawatan Semarang Poltekkes Remenkes Purwokerto, “Pengaruh Pemberian Terapi Musik (Murottal) terhadap Kecemasan pada Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea di Ruang Instalasi Bedah Sentral (IBS) RSUD K.R.M.T Wongsonegoro Corresponding author: Yunita Wigatiningsih,” *J. Keperawatan Mersi*, vol. 3, pp. 19–22, 2020.
- [13] E. S. Yunus, D. Rukanta, and P. A. Arismunandar, “Pengaruh Mendengarkan Murottal Al-Quran terhadap Penurunan Tingkat Stres Orang Dewasa,” *Pros. Kedokt.*, pp. 382–390, 2021, [Online]. Available: <http://dx.doi.org/10.29313/kedokteran.v7i1.26643>
- [14] P. Azzahroh, A. Hanifah, and N. Nurmawati, “Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur’an Terhadap Tingkat Kecemasan pada Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea di Rumah Sakit Ridhoka Salma Cikarang Tahun 2019,” *J. Qual. Women’s Heal.*, vol. 3, no. 2, pp. 127–132, 2020, doi: 10.30994/jqwh.v3i2.61.
- [15] D. A. N. M. Nyeri, “AL-QURAN,” 2020, [Online]. Available: Khalidatul Khair Anwar
- [16] I. N. Wirakhmi and A. Hikmanti, “Pengaruh Terapi Murottal Ar-Rahman Pada Pasien Pasca Operasi Caesar di RSUD DR. R. GOETENG Tarunadibrata Purbalingga,” *Rakernas Aipkema*, vol. 3, no. 2, pp. 1–6, 2016.
- [17] N. M. D. Susanti and R. P. Utama, “Status Paritas dengan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Pre Operasi Sectio Caesarea,” *J. Ilm. Kesehat. Sandi Husada*, pp. 297–307, Dec. 2022, doi: 10.35816/jiskh.v11i2.752.
- [18] Y. Yono, I. Rusmana, and H. Noviyanty, “Psikoterapi Spiritual dan Pendidikan Islam dalam mengatasi dan menghadapi gangguan Anciety Disorder di saat dan pasca Covid 19,” *SALAM J. Sos. dan Budaya Syar-i*, vol. 7, no. 8, 2020, doi: 10.15408/sjsbs.v7i8.15801.

**Conflict of Interest Statement:**

*The author declares that the research was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.*