

MUROTAL AL-QUR'AN MENGURANGI KECEMASAN IBU DALAM PERSIAPAN PERSALINAN : Scoping Review

Oleh:

Dini Ayu Puspitasari

NIM : 20 15 20 10 0 0 0 7

Yanik Purwanti

Progam Studi S1 Kebidanan

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Januari, 2024



Pendahuluan

- Di Indonesia, terdapat sebanyak 373.000.000 ibu hamil yang merasakan cemas saat menghadapi persalinan, mencakup sekitar 107 juta orang atau sekitar 28,7% dari jumlah tersebut. Sementara, populasi yang ada di Pulau Jawa terdata sejumlah 679.765 ibu hamil, tetapi yang merasakan cemas saat menghadapi masa persalinannya, yaitu sebanyak 355.873 orang atau sekitar 52,3% (Elsera et al., 2020).
- Data dari WHO menjelaskan bahwa sekitar 8-10% dari ibu hamil yang mengalami kecemasan pada masa kehamilan, dan angka ini mengalami peningkatan hingga 13% pada saat mendekati persalinan. Kecemasan pada masa kehamilan memiliki potensi untuk memicu timbulnya gangguan suasana hati selama kehamilan, suatu kondisi tidak menguntungkan, baik untuk kesejahteraan ibu maupun janin yang ada di dalam kandungannya (Kemenkes.RI, 2019).
- Berdasarkan penelitian Zainiyah (2020), ada 70 ibu hamil di Jawa Timur mengalami tingkat kecemasan yang bervariasi, sebanyak 31,4% mengalami kekhawatiran yang sangat berat, sementara 12,9% mengalami kekhawatiran berat.

Pendahuluan

- Di wilayah Sidoarjo, dari jumlah ibu hamil dilaporkan sebanyak 373.000.000 dan 58,7% yang merasa cemas dalam menghadapi persalinan.
- Faktor mempengaruhi kecemasan yaitu Usia, umur kehamilan, paritas, tingkat pendidikan, pekerjaan, sosial ekonomi, riwayat kehamilan, riwayat ANC, faktor nyeri dan pendamping persalinan.
- Untuk mencapai strategi cepat penurunan AKI dan AKB dapat dilakukan dengan mengurangi terjadinya kecemasan yang dapat menyebabkan partus lama, dengan cara non-farmakologi yaitu memberikan terapi murottal al-qur'an sebagai alat untuk mengurangi kecemasan ibu.
- Manfaat terapi menggunakan audio Murottal Al Qur'an berefek mereduksi ketegangan urat saraf reflektif, menciptakan ketenangan pikiran dan meningkatkan kenyamanan sehingga dapat menurunkan dan mengontrol kecemasan.

Pendahuluan

- Rasa cemas yang berlebihan akan membawa dampak negatif pada ibu hamil dan janinnya, tentunya akan mengakibatkan nyeri semakin meningkat pada saat proses persalinan, kontraksi menjadi lemah, kekuatan mengedan ibu berkurang, dan mengalami partus lama.
- Risiko dari persalinan yang lama dapat menimbulkan bahaya pada janin atau janin akan mengalami fetal distress. Jika hal ini tidak segera diatasi, maka akan terjadi peningkatan angka mortalitas dan morbiditas pada ibu hamil.
- Komplikasi yang dapat terjadi pada janin, yaitu kelahiran yang belum cukup bulan, berat badan lahir rendah, komplikasi setelah kelahiran dan terhambatnya pertumbuhan janin. Kecemasan yang berlebihan juga dapat memicu munculnya penyakit pada ibu yaitu hipertensi saat kehamilan, diabetes gestasional dan preeklamsia (Durankus & Aksu, 2020).

Temuan Penting Penelitian

- Penggunaan murottal al-qur'an dapat membantu mengurangi tingkat kecemasan ibu dalam persiapan persalinan, karena memberikan efek menenangkan dan mengurangi ketegangan yang dirasakan oleh ibu.
- Mendengarkan suara yang tenang dan merenungkan makna ayat-ayat al-qur'an, dapat mengalihkan perhatian ibu dari rasa sakit atau kecemasan yang dialami selama persalinan, serta membantu ibu fokus pada sesuatu yang positif, mengurangi perasaan cemas dan ibu menjadi lebih dekat dengan tuhan.
- Dengan menggunakan pendekatan non farmakologi (murottal al-qur'an), resiko efek samping dapat diminimalkan atau bahkan dihindari sepenuhnya, sehingga mengurangi potensi merugikan baik bagi ibu maupun bayi yang sedang dalam proses persalinan.

Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)

1. Bagaimana efektifitas terapi Murottal Al-Qur'an untuk mengurangi kecemasan pada ibu saat Persalinan?
2. Bagaimana penerapan terapi murottal al-qur'an?

Manfaat Penelitian

Manfaat Teoritis

Diharapkan hasil penelitian ini digunakan dalam peningkatan pemahaman dan memberikan masukan bagi perkembangan ilmu, khususnya yang berhubungan dengan Murottal al-qur'an pada surat apa yang paling efektif sebagai alat untuk mengurangi kecemasan ibu dalam persiapan persalinan, sehingga dapat meminimalisir terjadinya kecemasan, serta sebagai bahan bacaan dan kepustakaan untuk penelitian selanjutnya.

Manfaat Praktis

Hasil penelitian tersebut digunakan sebagai bentuk informasi bagi masyarakat khususnya tentang efektivitas Murottal al-qur'an dengan surat apa yang paling efektif sebagai alat untuk mengurangi kecemasan ibu dalam persiapan persalinan. Dan juga sebagai masukan dalam rangka mengurangi ibu yang cemas saat menghadapi persalinan sehingga persalinannya berjalan lancar.

GAP Penelitian

- Banyak penelitian yang telah dilakukan tentang cara mengurangi kecemasan ibu menghadapi persalinan, tetapi menggunakan intervensi non-farmakologi (murottal al-qur'an) belum banyak dilakukan pada negara lain, karena al-qur'an adalah teks suci dalam islam dan tidak semua negara memiliki populasi muslim yang signifikan.
- Beberapa penelitian belum banyak yang terfokus pada penggunaan surat tertentu, dalam murottal al-qur'an seperti surat ar-rahman karena memiliki pesan-pesan yang menyenangkan dan dapat membantu mengurangi kecemasan.

Metode

- Dalam penelitian ini menggunakan metode tinjauan ruang lingkup (scoping review), karena metode tersebut memberikan ruang lingkup dan cakupan pada suatu topik yang khusus. Tinjauan ruang lingkup untuk memberikan gambaran umum tentang konsep-konsep inti dari sebuah literatur yang telah tersedia.
- Maka prosedur tinjauan ruang lingkup penelitian, menggunakan metodologi dari Arksey dan O'Malley. Prosedur dari metode tinjauan ruang lingkup terdiri dari 5 langkah meliputi : (1) mengidentifikasi pertanyaan penelitian (2) mengidentifikasi penelitian yang relevan (3) pemilihan studi (4) mengekstraksi dan memetakan data (5) menyusun, merangkum dan melaporkan hasil penelitian.

Metode

Berikut penjabaran mengenai langkah-langkah metode tinjauan ruang lingkup :

Langkah 1 : Mengidentifikasi Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana efektifitas terapi Murottal Al-Qur'an untuk mengurangi kegelisahan pada ibu saat Persalinan?
2. Bagaimana penerapan terapi murottal al-qur'an?

Metode

Langkah 2 : Mengidentifikasi studi yang Relevan

- Dalam pencarian artikel yang sistematis dilakukan pada 5 database : *ScienceDirect, Google Scholar, Pubmed, researchgate, proquest*. Dalam pencarian artikel, penulis menggunakan operator Boolean dengan “AND”, kemudian pemotongan untuk memperluas pencarian berbagai bentuk kata. Kata kunci untuk pencarian artikel yang sistematis adalah (“Islamic therapy” ATAU “Spiritual therapy” ATAU “Qur'an therapy” ATAU “ Terapi Qur'an”) and (“Childbirth anxiety” ATAU “Religious coping in childbirth” ATAU “Kecemasan melahirkan”).
- Dalam tinjauan ruang lingkup mencakup hasil penelitian primer dan analisis kualitatif dan kuantitatif mengenai murottal al-qur'an untuk menurunkan kecemasan ibu bersalin. Periode penelitian dalam tinjauan ruang lingkup adalah 10 tahun terakhir, sehingga penelitian ini mencari artikel penelitian menggunakan 5 database yang diterbitkan tahun 2013 hingga 2023.

Metode

Langkah 3 : Pemilihan Studi

- Penentuan Kriteria inklusi dan eksklusi. Semua penelitian survei mengenai murottal al-qur'an sebagai alat untuk mengurangi kegelisahan ibu menghadapi persalinan disertakan. Dalam penelitian ini dikarenakan terbatasnya artikel yang diperoleh, penulis tidak membatasi artikel yang menggunakan bahasa inggris.
- Kriteria inklusi artikel yang dipilih meliputi artikel terbit tahun 2013-2023, intervensi menggunakan terapi murottal al-qur'an, memiliki teks yang lengkap, populasi penelitian yaitu ibu bersalin dan wanita hamil, artikel berfokus pada penggunaan murottal untuk menurunkan kecemasan ibu bersalin, tidak ada batasan jenis penelitian. Sedangkan untuk kriteria eksklusi yaitu artikel tidak full teks, penanganan kecemasan dengan intervensi lain dan tidak ada penulis yang dihubungi untuk mendapatkan informasi tambahan, publikasi sebelum tahun 2013, populasinya wanita tidak hamil.
- Dalam proses pemilihan studi dilakukan dengan cara mengikuti preferensi dalam pelaporan item-item untuk tinjauan sistematis dan meta-analisis. Data diproses dan dipilih dalam tahap-tahap berikut : identifikasi, penyaringan, pemeriksaan kelayakan, dan penerapan kriteria inklusi. Proses pemilihan artikel menggunakan program bibliografi Mendeley untuk membuat daftar referensi artikel terkait. Perbedaan dalam temuan artikel dikomunikasikan dan didiskusikan sampai jumlah artikel yang sama dilaporkan.

Metode

Langkah 4 : Mengekstrak dan Memetakan Data

- Data penelitian yang didapatkan diekstraksi dengan menggunakan lembar kerja Microsoft Excel. Data dikumpulkan dalam tabel ekstraksi menggunakan Microsoft Excel yang berisi judul artikel, penulis, tujuan penelitian, tahun publikasi, desain penelitian, sampel penelitian, metode pengumpulan data, dan temuan utama penelitian.

Langkah 5 : Menyusun, Merangkum, dan Melaporkan Hasil

- Dalam pencarian artikel penulis menemukan hasil yang mengidentifikasi mengenai efektivitas murottal al-qur'an mengurangi kecemasan pada ibu yang akan melahirkan, yakni dengan mendengarkan atau membaca murottal al-qur'an.

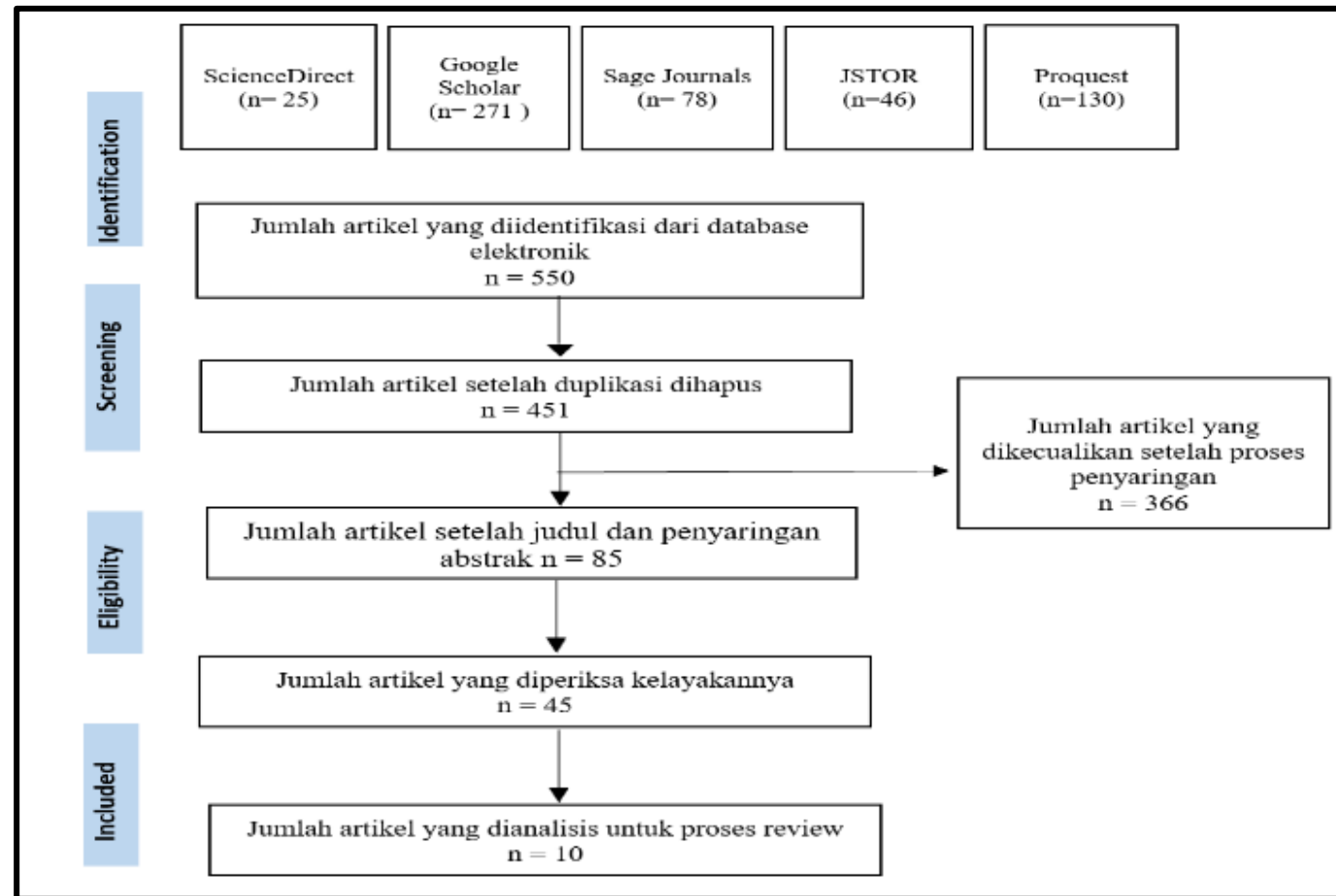
Metode

Analisis menggunakan diagram prisma

- PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-analyses) merupakan alat dan panduan yang digunakan untuk melakukan penilaian terhadap sebuah systematic reviews dan atau meta analysis. PRISMA membantu para penulis dan peneliti dalam menyusun sebuah systematic review dan meta analysis yang berkualitas. PRISMA tersusun atas checklist yang berisikan panduan item apa saja yang harus ada dan dijelaskan secara cermat pada sebuah systematic review dan meta analysis. Dengan menerapkan beberapa langkah yaitu identifikasi (Identification), penyaringan (Screening), pemeriksaan kelayakan (Eligibility), dan penerapan kriteria inklusi (Included).

Metode

Gambar Diagram PRISMA



Hasil

Sebanyak 550 artikel berhasil diidentifikasi. Pada perangkat lunak mendelley digunakan untuk menemukan dari 451 artikel setelah duplikasi dihapus, menyisakan 85 artikel untuk penyaringan judul dan abstrak untuk mengidentifikasi artikel yang memenuhi kriteria inklusi. Sebanyak 366 artikel dianggap tidak relevan dan teks tidak lengkap, berdasarkan penyaringan judul dan abstrak karena tidak membahas cara penerapan terapi murottal al-qur'an atau surah yang digunakan untuk terapi murottal al-qur'an, sehingga menyisakan 45 artikel untuk tinjauan teks lengkap atau diperiksa kelayakannya.

Hasil

Berdasarkan kriteria inklusi, terdapat 10 artikel yang akhirnya dimasukkan dalam penelitian Artikel-artikel yang dianalisis berasal dari negara indonesia. Penelitian paling banyak diterbitkan dalam jurnal antara tahun 2021 dan tahun 2023. Desain penelitian yang paling banyak digunakan yaitu metode Quasy Experimental pendekatan One Group Pretest-Posttest. Sedangkan merangkum mengenai Surat yang digunakan dalam terapi murottal pada persalinan, dan cara penerapan menggunakan terapi menggunakan ayat suci al-qu'an (murottal) di beberapa negara indonesia.

Pembahasan

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmasanti Aprilia di tahun 2021 dengan judul perbedaan antara penerapan terapi dengan memperdengarkan sebuah lantunan sebuah ayat al qur'an (murottal), terdapat dalam surah ar-rahman yang berada pada sebuah wilayah kerja di puskesmas kecamatan kaliabang tengah dalam kota bekasi sebelum, dan sesudah pemberian, yang menunjukkan terdapat sebuah perbedaan antara kecemasan ibu hamil selama trimester ketiga, baik sebelum membaca al-Qur'an dan sesudah membaca surah Ar-Rahman. Dalam kasus 6 responden (3,33%) mengalami kecemasan ringan, sebelum diberikan intervensi dengan penerapan dari sebuah terapi murottal al-qur'an, serta diperoleh 14 responden (77,8%) tidak menghadapi cemas sesudah pemberian intervensi dengan terapi menggunakan murottal dalam al-qur'an, maka dapat di simpulkan hasilnya ($p < 0,001$). Serta cara penerapannya yaitu ibu hamil yang sedang menghadapi trimester ketiga, yang telah diberikan terapi sebuah tindakan memperdengarkan ayat dari dalam al qur'an (murottal), menggunakan surah yang terdapat dalam al qur'an yaitu ar-rahman dalam kurun waktu tiga hari, dengan durasi dua puluh menit. Penggunaan metode dalam penerapan terapi mendengarkan ayat suci al-qur'an melalui media handphone pribadi, hasil setelah diberikan terapi menunjukkan bahwa responden mengatakan tubuh maupun pikirannya menjadi lebih baik, rileks dan menjadi lebih tenang saat melakukannya.

Pembahasan

Penelitian diatas sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fitri, Retno Widowati pada tahun 2021 dengan judul pengaruh terapi dengan menggunakan murottal al-Qur'an, untuk mengurangi penderitaan dan kekhawatiran ibu multipara selama satu fase aktif menunjukkan bahwa, hasil dari dilakukannya Uji Statistik, pada Sampel Paired T-Test, menemukan bahwa perbedaan dari rata-rata pada hasil dari sebuah pemberian terapi dengan lantunan ayat al-qur'an (murottal), terhadap pre dan post test sebuah rasa cemas yang dialami ibu sebesar 22,20, kemudian dikurangi angka 12,75 maka hasilnya yaitu berjumlah 9,45, ber kesimpulan nilai Sig. (2-tailed) yaitu diperoleh $0,000 < 0,05$. Serta cara penerapannya yaitu Surah Ar-rahmaan dengan menggunakan speaker selama 20 menit.

Pembahasan

Penulis menyimpulkan dari review beberapa artikel diatas, bahwa terapi murottal membuat ibu bersalin merasa lebih tenang, yang mengurangi kecemasan pasien karena persalinan. Ibu yang menjalani persalinan sering mengalami kecemasan sebelum persalinan, termasuk kekhawatiran tentang keberhasilan persalinan, dan bagaimana mereka akan kembali normal dan melihat bayinya dengan kondisi yang sehat. Baik sebelum maupun sesudah memasuki ruang persalinan, ibu bersalin sering mengalami kecemasan. Ibu bersalin cemas dan khawatir karena mereka tidak memiliki banyak informasi tentang prosedur persalinan, standar operasional, dan hasilnya.

Pembahasan

Semua ibu bersalin memiliki cara unik untuk mengatasi kecemasan mereka saat menjalani persalinan. Saat seorang ibu mengalami persalinan, kecemasan dan stres psikologis adalah hal yang normal. Namun, sejauh mana rasa khawatir tersebut, berdampak pada sesuatu tergantung pada bagaimana seorang ibu dalam menanganinya. Ketakutan, ketakutan, atau kecemasan didefinisikan sebagai kecemasan. Ketakutan yang dialami ibu yang akan melahirkan, berbeda-beda dan bervariasi tergantung pada seberapa baik ibu mempersiapkan persalinan. Oleh karena itu, kecemasan yang dialami ibu hamil, jika tidak diatasi segera dapat berdampak buruk pada kesehatan fisik dan mental ibu dan janin. Beberapa hal dipengaruhi oleh kecemasan ibu hamil, seperti nyeri, kondisi fisik, riwayat pemeriksaan dari kehamilan, bentuk pengetahuan, dukungan sosial bagi masyarakat sekitar, dan pendidikan pada anak usia sekolah.

