

Murottal Al-Qur'an Reduces Mother's Anxiety in Preparation for Childbirth: Scoping Review

[Murottal Al-Qur'an Mengurangi Kecemasan Ibu Dalam Persiapan Persalinan : Scoping Riwiew]

Dini Ayu Puspitasari¹⁾, Yanik Purwanti.,S.ST.,M.Keb ^{*.2)}

¹⁾Program Studi S1 Kebidanan, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

²⁾ Program Studi S1 Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

*Email korespondensi : yanik1@umsida.ac.id

Abstract. *Anxiety can have an impact on the labor process, such as weakening contractions and reducing the mother's pushing strength, so this problem will hinder the labor process and can cause prolonged labor. The risk of prolonged labor will cause serious conditions for the fetus or the fetus will experience fetal distress. If this is not addressed immediately, there will be an increase in mortality and morbidity rates in pregnant women. The aim of the research is to determine the effectiveness of Murottal Al-Qur'an in reducing maternal anxiety in childbirth preparation. The scoping review method because this method provides scope and coverage on a specific topic, is reviewed from 5 databases including: ScienceDirect, Google Scholar, Sage Journals, JSTOR, Proquest. The scope review method consists of 5 steps including: (1) identifying research questions (2) identifying relevant research (3) selecting research relevant (4) extracting and mapping data (5) compiling, summarizing and reporting research results. Data processing uses a Microsoft Excel worksheet and then assesses the suitability of articles at the PRISMA stage.*

Keywords – *Childbirth, Anxiety, Listening to Al-Quran*

Abstrak. Kecemasan dapat menimbulkan dampak pada proses persalinan seperti melemahnya kontraksi dan kekuatan mengedan ibu akan berkurang sehingga masalah ini akan menghambat proses persalinan dan dapat menyebabkan terjadinya partus lama. Risiko dari partus lama akan menimbulkan kondisi gawat pada janin atau janin mengalami fetal-distress. Jika hal ini tidak segera diatasi, terjadi peningkatan angka mortalitas dan morbiditas pada ibu hamil. Tujuan penelitian untuk mengetahui efektivitas murottal al-qur'an mengurangi kecemasan ibu dalam persiapan persalinan. Metode tinjauan ruang lingkup karena metode tersebut memberikan ruang lingkup dan cakupan pada suatu topik yang khusus, dikaji dari 5 database meliputi: ScienceDirect, Google Scholar, Sage Journals, JSTOR, Proquest. metode tinjauan ruang lingkup terdiri dari 5 langkah meliputi : (1) mengidentifikasi (2) merumuskan pertanyaan penelitian; (3) memilih penelitian yang relevan; (4) perolehan dan pemetaan data dan (5) mengumpulkan, merangkum, dan menyebarkan temuan penelitian penelitian. Pengolahan data menggunakan lembar kerja Microsoft Excel kemudian untuk penilaian kelayakan artikel pada tahapan dengan PRISMA. Hasil didapatkan 60% artikel menggunakan Surah Ar-Rahman, 30% artikel menggunakan surah maryam, Serta 10% menggunakan Surah Al-Mulk. Kesimpulan banyak peneliti yang menggunakan surah ar-rahman dengan media handphone dan speaker. Rekomendasi semoga peneliti ini dapat diaplikasikan kepada masyarakat untuk penanganan secara non farmakologi untuk mengatasi kecemasan ibu persiapan persalinan.

Kata Kunci – *Melahirkan, Kecemasan, Mendengarkan Al-Quran*

I. PENDAHULUAN

Kecemasan didefinisikan sebagai respons emosional, atau kekhawatiran berlebihan tentang perasaan yang menyebabkan ketidakberdayaan. Ketidakberdayaan secara neurotik, maupun rasa ketidaknyamanan, kedewasaan, serta ketidaksanggupan dalam menghadapi sebuah kewajiban dari realita dari sebuah lingkungan, dikenal sebagai kecemasan. Sebuah studi komorbiditas nasional menemukan bahwa, satu dari empat individu yang didiagnosa menderita gangguan kecemasan. Namun, 107.000.000 ibu hamil yang ada pada negara Indonesia, atau presentase 28,7% dari total ibu, mengalami kecemasan menjelang persalinan[1]. UNICEF mengatakan bahwa, sekitar 12,231,142 juta orang, atau 30% dari total 12,231,142 juta ibu, mengalami kecemasan karena kehamilan pertama selama proses persalinan[2].

Pada negara berkembang yang ada di seluruh dunia memiliki tingkat risiko yang signifikan mengalami permasalahan psikologis pada ibu hamil sekitar 15,6%, sementara ibu setelah melahirkan memiliki permasalahan dalam psikologisnya sekitar 19,8%. Negara-negara ini meliputi negara Senegal, Afrika selatan, Zimbabwe, Uganda, Nigeria dan Ethiopia[3]. Hypnosis adalah teknik relaksasi yang menggabungkan berbagai aktivitas, seperti konsentrasi pikiran, pernafasan, visualisasi diri, berkomunikasi dengan janin didalam perut ibu. Hypnosis yang

dilakukan semasa persalinan, dan bentuk pernafasan selama proses persalinan. Metode dari tindakan hypnosis dapat diterapkan berawal pada masa sebelum bersalin, maka dapat membantu untuk mengurangi tingkat dari sebuah rasa cemas. tindakan sebuah hypnosis ini, dapat memberikan manfaat sebagai rileksasi pada otot-otot dalam tubuh ibu, membantu mereka tetap tenang dan rileks selama masa persalinan[4]. Penanganan dengan menggunakan pendekatan yang dilakukan secara farmakologi mencakup sebuah terapi dengan menggunakan obat kimia. Sedangkan pendekatan secara non farmakologi, mencakup bentuk terapi yang diberikan tanpa menggunakan berbagai macam obat, seperti terapi menggunakan relaksasi, terapi musik dengan mempergunakan pendengaran responden, aromaterapi berupa penciuman dengan bahan lemon atau lavender, herbal atau menggunakan rempah, atau terapi mendengarkan ayat-ayat Al-Qur'an[5]. Selama tiga hari berturut-turut, responden mendengarkan murottal surah Ar-Rahman sebanyak 78 ayat dalam al-Qur'an selama 20 menit setiap pagi dan sore. Peneliti yang bernama wargeya pada tahun (2021) menjelaskan hasil penelitiannya bahwa, terapi dengan metode rileksasi pendengaran dengan lantunan, dari sebuah ayat dalam a- qur'an pada surah ar-rahman, secara teratur dalam kurun waktu 3 hari secara berturut, dapat mengurangi kecemasan ibu hamil yang ada pada trimester ketiga dengan signifikan [6].

China, salah satu negara di Benua Asia, memiliki tingkat kecemasan antenatal, yang awalnya 9,1% menjadi 59,5% yang dinilai dengan berbagai skala, menunjukkan bahwa jika kasus kesehatan psikologi ibu hamil tidak segera diperhatikan dan tidak ditindaklanjuti, itu akan menjadi bahaya bagi kesehatan dan keselamatan ibu hamil[7]. Di wilayah Sidoarjo, dari jumlah ibu hamil dilaporkan sebanyak 373.000.000 dan 58,7% yang merasa cemas dalam menghadapi persalinan[8].

Ketakutan mengurangi kesadaran akan masalah. Individu berkonsentrasi pada berbagai hal yang paling penting, dan mengabaikan sebuah hal yang lain. Sering sesak napas, denyut nadi, maupun tekanan darah yang menjadi lebih tinggi, mulut kering, wajah merah dan pucat, kehilangan nafsu makan, gelisah, penglihatan kabur, antisipasi stimulus dari luar, berbicara lebih banyak, insomnia, dan kemurungan. Selain itu, ada rasa ancaman yang meningkat, berkeringat, sakit kepala, sakit dada, mual, perasaan tidak mampu memecahkan masalah, dan rasa sesak di dada[9]. Jika terjadi kecemasan pada masa persalinan maka akan ada dampak yang mungkin timbul yaitu kontraksi menjadi lemah dan kekuatan mengedan ibu juga akan ikut berkurang, Proses persalinan yang berlangsung lama dapat memperlambat proses persalinan secara keseluruhan dan berpotensi menyebabkan partus lama[10].

Definisi dari Murottal Al Qur'an berisi istilah lain untuk pengobatan yang menggunakan suara bacaan dari beberapa ayat, dari sebuah kitab suci allah yang terdapat di dalam al-qur'an. Sedangkan salah satu ayat suci al-qur'an dari berbagai surah yang terdapat dalam al-qur'an, isi dari surah tersebut menceritakan sebuah bentuk kemurahan dari Allah untuk seluruh umat manusia, itu memberikan banyak berkah yang tak terhitung jumlahnya kepada manusia, baik di dunia maupun kelak di akhirat nanti. Sebuah bentuk penelitian menunjukkan berupa, pengobatan dengan menggunakan media audio dengan terapi memutarakan lantunan dari sebuah ayat suci yang ada pada ayat al-qur'an, sebagaimana dijelaskan yaitu terdapat pada surah dalam al qur'an yaitu ar-rahman, dapat membantu mengurangi ketegangan yang terjadi pada urat saraf reflektif, serta dapat menenangkan sebuah pikiran seseorang, dan membuatnya lebih nyaman. Akibatnya, ini dapat membantu mengurangi dan mengendalikan kecemasan. Salah satu cara untuk menangani kecemasan selama trimester ketiga kehamilan, sebelum persalinan adalah dengan mendengarkan bacaan audio Surah Ar-Rahman. Metode ini memiliki banyak kelebihan, serta dapat dikatakan sebagai prosedur yang mudah dan dapat dilakukan kapan saja dengan mandiri[11].

Urgensi penelitian ini penting untuk dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai topik diatas dikarenakan topik tersebut dapat digunakan sebagai metode secara non farmakologi untuk mengatasi kecemasan pada ibu persiapan persalinan karena belum banyak yang menerapkan dalam dunia kesehatan dan hanya ada di negara indonesia. Untuk peneliti selanjutnya yang sudah mereview artikel ini semoga bisa mengembangkan lebih baik lagi dari segi penerapan terapi dilakukan di luar indonesia.

Sebuah faktor yang dapat berpengaruh terhadap, tingkat kecemasan yang terjadi pada ibu hamil ada faktor internal yaitu keadaan psikologi ibu hamil, pengetahuan, pengalaman, usia dan faktor eksternal yaitu dukungan keluarga, tenaga Kesehatan. Dampak yang bisa dialami oleh ibu hamil jika tidak mendapatkan asuhan pelayanan Kesehatan yang tepat bagi ibu, timbul penyulit saat kehamilan dan persalinan. Sedangkan pada bayi mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin serta meningkatkan kejadian asfiksia pada bayi. Upaya untuk mengatasi kecemasan pada ibu hamil, dapat melalui berbagai cara yaitu secara farmakologi dan non farmakologi. Banyak penelitian yang memberikan cara secara non farmakologi agar mengurangi efek tidak bagus untuk kehamilan ibu, salah satunya adalah memberikan terapi murottal Qur'an[12]. Semua artikel yang ditemukan mengidentifikasi pengaruh dan efektivitas dari pemberian terapi dengan memperdengarkan sebuah ayat yang ada pada al-qur'an, sebagai bentuk penanganan untuk mengurangi kecemasan yang di alami oleh ibu yang sedang hamil pada trimester akhir yaitu ketiga, dan ibu yang akan mendekati persalinan, diberbagai tempat dengan penerapan terapi yaitu memperdengarkan lantunan ayat suci al-qur'an menggunakan Surah Ar-Rahman, Surah Maryam dan ayat suci al-qur'an yang terdapat pada Surah Al-Mulk. Sedangkan pada surah dalam al-qur'an Ar-Rahman yang terdiri atas 78 ayat, dan merupakan ayat yang ke 55 yang ditetapkan pada al-qur'an. maka ayat tersebut yaitu surah ar-rahman, terdapat efektivitas dari surah tersebut yaitu bentuk terapi murottal dapat membantu ibu bersalin merasa lebih tenang,

membantu mengurangi kecemasan seorang ibu karena persalinan. Ibu bersalin sering mengalami kecemasan tinggi sebelum dan sesudah persalinan, karena pikiran negatif mereka tentang hal-hal seperti apakah sebuah persalinan akan berjalan dengan lancar sesuai yang diinginkan, apakah setelah persalinan akan kembali normal, berfikir negatif jika keluarga tidak dapat melihat bayi mereka atau bayi ibu dalam keadaan tidak selamat[13].

Lanjutan dari, Ayat dari Al-Qur'an Surah Ar-Rahman, dapat memberikan manfaat bagi ibu yaitu membuat ibu merasa rileks dan tenang. Ini karena dari beberapa ayat tersebut dapat membangkitkan hormon endorfin pada tubuh manusia, mengoptimalkan perasaan agar menjadi lebih tenang, dan mengalihkan perhatian dari sebuah ketakutan, gelisah dan rasa khawatir. Sehingga durasi proses persalinan menjadi lebih singkat[14].

Kesimpulan penelitian terdahulu adalah ada pengaruh terapi Murottal Al Qur'an Surah Ar-Rahman terhadap penurunan tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Molawe[13]. Kecemasan dapat dikatakan sebagai sebuah unsur psikologi, yang menggambarkan sebuah perasaan, keadaan emosional bagi seorang perempuan saat sedang menghadapi kenyataan hidupnya. Kecemasan dapat menyebabkan spasme pada pembuluh darah, sehingga terjadi peningkatan tekanan darah pada ibu hamil, namun jika tidak diberi penatalaksanaan dengan tepat, maka dapat menyebabkan hipertensi pada kehamilan dan preeklamsia [15].

II. 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 dari sebuah penelitian; (2) menemukan penelitian yang relevan; (3) memilih studi (4) mengumpulkan dan memetakan data dan (5) merakit, memadatkan, dan menyajikan temuan penelitian. Berikut penjabaran mengenai langkah-langkah metode tinjauan ruang lingkup :

Dalam tahap ini, peneliti mengidentifikasi pertanyaan penelitian untuk digunakan sebagai referensi dalam proses pencarian artikel. Salah satu metode penelitian yang berkualitas adalah dengan membuat protokol penelitian yang memastikan bahwa semua langkah dan proses penelitian jelas. Hal ini mencegah terjadinya penolakan, karena desain penelitian yang tidak konsisten atau hasil dan kesimpulan yang tidak konsisten juga. Selain itu, protokol penelitian digunakan untuk mencegah sumber-sumber yang kurang berkualitas, digunakan dan dijadikan sebagai bahan penelitian. Proses ini dilakukan melalui per-review sebagai pengawasan eksternal. Dengan demikian, pertanyaan penelitian ini ada 2 yaitu : Surat apa saja yang dipakai dalam terapi murottal pada persalinan, dan Bagaimana bentuk penerapan terapi murottal al-qur'an.

Dalam pencarian artikel yang sistematis dilakukan pada 5 database : *ScienceDirect*, *Google Scholar*, *Sage Journals*, *JSTOR*, *Proquest*. Dalam pencarian artikel, penulis menggunakan operator Boolean dengan "OR", kemudian pemotongan untuk memperluas pencarian berbagai bentuk kata. Kata kunci untuk pencarian artikel yang sistematis yaitu ("Childbirth" OR "Parturition" OR "Labor" OR "Nativity") AND ("Anxiety" OR "Worry" OR "Concern") AND ("Listening to the Koran" OR "Qur'anic"). Dalam tinjauan ruang lingkup mencakup hasil penelitian primer, dan analisis kualitatif dan kuantitatif mengenai bentuk terapi pemberian murottal al-qur'an, untuk mengurangi kecemasan pada ibu bersalin. Periode penelitian dalam tinjauan ruang lingkup adalah 5 tahun terakhir, sehingga penelitian ini mencari artikel penelitian menggunakan 5 database yang diterbitkan tahun 2019 hingga 2024.

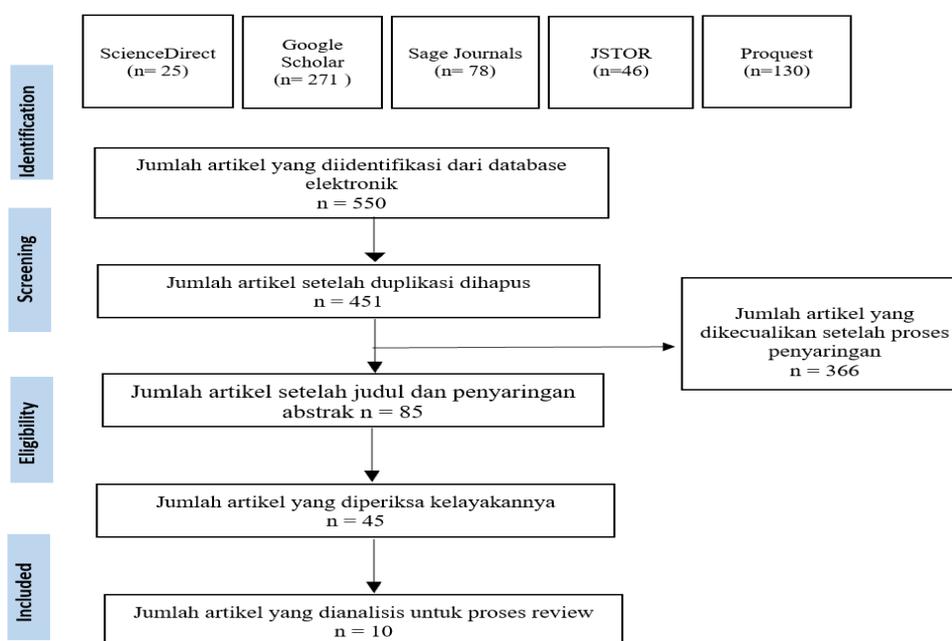
Kriteria inklusi dan eksklusi. Semua penelitian survei mengenai, terapi pemberian terapi dengan menggunakan murottal al-qur'an, mengurangi kecemasan dari seorang ibu dalam persiapan persalinan disertakan. Dalam sebuah penelitian ini dikarenakan terbatasnya artikel yang diperoleh, artikel yang diterbitkan menggunakan bahasa inggris dan bahasa indonesia. Kriteria inklusi artikel yang dipilih meliputi artikel terbit tahun 2019-2024, intervensi menggunakan terapi pemberian terapi dengan memperdengarkan lantunan ayat suci al-qur'an, sebuah artikel yang memiliki teks lengkap, populasi yang ada pada sebuah penelitian yaitu ibu bersalin, artikel berfokus pada penggunaan murottal untuk mengurangi kecemasan ibu menghadapi persalinan. Sedangkan untuk kriteria eksklusi yaitu tidak termasuk protokol penelitian, tinjauan studi, surat kepada editor, abstrak konferensi dan studi tanpa hasil, penanganan kecemasan dengan intervensi lain, artikel tidak dapat diakses. 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 melakukan pemetaan data artikel terkait. Perbedaan dalam temuan artikel dikomunikasikan dan didiskusikan sampai jumlah artikel yang sama dilaporkan.

Hasil dari pemetaan data didapatkan surah paling banyak digunakan untuk mengurangi kecemasan ibu menghadapi persalinan adalah Surah Ar-Rahman, Surah Maryam dan Surah Al-Mulk. Serta jumlah artikel yang didapatkan sebanyak 550 artikel, lanjut pemetaan data menggunakan diagram PRISMA yang diperoleh dari berbagai databased meliputi 25 artikel didapatkan dari *Scencedirect*, 271 artikel didapatkan dari *Google Scholar*, 78 didapatkan dari *Sage Journals*, 46 didapatkan dari *JSTOR* dan 130 didapatkan dari *Proquest*. Jumlah artikel setelah duplikasi

dihapus sebanyak 451 artikel, jumlah artikel yang dikecualikan setelah proses penyaringan sebanyak 366 artikel, jumlah artikel setelah judul dan penyaringan abstrak sebanyak 85 artikel, jumlah artikel yang diperiksa kelayakannya sebanyak 45 artikel, jumlah artikel yang dianalisis untuk proses review sebanyak 10 artikel. Kemudian 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, lokasi penelitian, desain dalam sebuah penelitian, sampel dari penelitian, metode pengumpulan data yang diambil dengan proses penelitian, serta hasil dari penelitian. Artikel-artikel yang dianalisis berasal dari negara Indonesia. Semua penelitian diterbitkan dalam jurnal antara tahun 2021 dan tahun 2023. Desain penelitian yang paling banyak digunakan yaitu metode *Quasy Experimental* pendekatan *One Group Pretest-Posttest*.

Sebagaimana dinyatakan oleh, Mas'ud Ja'far bin Abi Thalib, menjelaskan terapi murottal surah Maryam ayat 1-45 yaitu surah Maryam yang menunjukkan, kekuatan Allah dan menjelaskan mengenai ketabahan, dan kesabaran seorang wanita, yang bernama ibu Maryam sedang hamil tanpa seorang laki-laki, dicaci maki dan diasingkan oleh orang-orang di sekitarnya, tetapi tetap kuat dan sabar. Hal ini adalah, salah satu doa yang paling disukai oleh seluruh ibu hamil, karena surah tersebut juga dapat mendoakan agar anak yang dikandungnya menjadi anak yang baik, shaleh maupun shalehah. Selain itu, penerapan terapi dengan lantunan ayat suci al-Qur'an pada surah Al-Mulk dapat menenangkan pikiran dan hati ibu bersalin[16].

Sedangkan penjabaran pertanyaan penelitian yang pertama yaitu surah apa saja yang digunakan dalam terapi murottal mengurangi kecemasan ibu persiapan persalinan, maka jawaban penelitian adalah Surah paling banyak digunakan, dalam tindakan terapi murottal untuk membantu ibu dalam mengurangi adanya kecemasan dalam persiapan persalinan, setelah dilakukan analisis yaitu 60% terdapat pada 6 artikel terapi murottal menggunakan Surah Ar-Rahman, 30% atau sama dengan 3 artikel yang didapatkan membahas mengenai terapi murottal menggunakan Surah Maryam, Serta 10% atau hanya 1 artikel yang membahas mengenai terapi murottal menggunakan Surah Al-Mulk. Kemudian penjabaran pertanyaan penelitian yang kedua yaitu cara penerapan terapi murottal mengurangi kecemasan ibu persiapan persalinan, jawaban penelitian yaitu paling banyak menggunakan media handphone ibu pribadi sebanyak 70% dari artikel yang dianalisis dan media speaker sebanyak 30%. Pelaksanaan tersebut diawali dengan ibu bersalin di posisikan dengan nyaman agar ibu mudah dalam mendengarkan terapi, Kemudian diminta agar ibu memejamkan mata saat mendengarkan lantunan ayat suci al-Qur'an yang sedang diputar, sehingga seorang ibu dapat fokus pada suara dan rileks sampai surat yang diputar berhenti, serta keluarga di anjurkan untuk diam sejenak agar efek dari terapi menjadi lebih maksimal, kemudian mengenai durasi pemberian terapi selama 20 menit dan feedback yang didapatkan setelah pemberian terapi murottal pada ibu bersalin adalah ibu tampak lebih tenang dan tidak cemas akan proses persalinannya.



Gambar Diagram alur identifikasi studi dan proses inklusi menggunakan Preferred Reporting Items for Systematic Review dan Meta-Analysis.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

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.

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 disimpulkan 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[17].

Penelitian tersebut juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hariyanti, Diah Indriastuti di tahun 2021 dengan judul Pengaruh dari pemberian terapi menggunakan bahan murottal al-qur'an dengan surah ar-rahman, terhadap sebuah tingkat rasa cemas yang lebih rendah, pada ibu hamil yang berada pada trimester ketiga berada dalam wilayah kerja di puskesmas kabupaten Molawe yang menunjukkan bahwa, hasil tingkat kecemasan sebelum diberikan tindakan intervensi sebesar 33,17, atau dapat dikatakan sebagai kategori berat, sementara tingkat dari rasa cemas sesudah intervensi rata-rata 16,49, yang merupakan kategori ringan. Maka dapat ditarik sebagai kesimpulan yaitu terdapat hubungan, antara penanganan terapi dengan menggunakan murottal al-qur'an pada surah yang ada di dalam al-qur'an yaitu ar-rahman, dan tingkat dari rasa cemas yang dialami ibu yang sedang hamil selama trimester ketiga, menurut uji Wilcoxon signed ranks test dengan angka signifikansi diketahui, di mana nilai $p < 0,001$. Ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak. Serta cara penerapannya yaitu jangka waktu setiap pagi dan sore selama tiga hari berturut-turut, responden diminta untuk mendengarkan murottal al-qur'an sebanyak 78 ayat, dari surah ar-rahman selama kurun waktu dua puluh menit, serta untuk media penerapan terapi yang digunakan adalah menggunakan handphone[18].

Penelitian di atas sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti bernama Susiloningtyas Is, et al pada tahun 2022, dengan judul the effect of murottal surah ar-rahman therapy, on the level of anxiety in mothers during, the active phase of labor yang menunjukkan bahwa Rasa cemas menurun baik sebelum maupun sesudah terapi murottal. Dengan demikian, dapat dikategorikan bahwa kecemasan berat didapatkan hasil dua (18,2) turun menjadi nol (63,6), sedangkan dalam kategori rasa cemas sedang hasilnya enam (54,5) turun menjadi kecemasan ringan dengan hasil delapan (72,7), serta tidak ada kecemasan sama sekali dua (18,2). Maka dapat disimpulkan ada pengaruh pemberian tindakan terapi dengan memperdengarkan lantunan ayat dalam al qur'an, pada surah yaitu Ar-Rahman terhadap standar dari sebuah rasa cemas yang terdapat pada ibu bersalin, dengan $p\text{-value} = 0,005$, dari kecemasan yang dialami ibu bersalin pada saat kala satu dalam fase aktif. Serta cara penerapannya yaitu Setelah penjelasan yang diinformasikan, kelompok dari intervensi responden akan menjawab pertanyaan yang telah disiapkan, sebuah bentuk kuesioner yang berhubungan dengan kecemasan yaitu Hamilton Rating Scale for Anxiety (HRS-A). Kemudian dilanjutkan dengan, speaker murottal surah Ar-Rahman ditempatkan di samping responden selama dua puluh menit. Setelah mendengarkan sebuah lantunan ayat al-qur'an (murottal), responden berlanjut menjawab kembali sebuah kuesioner mengenai rasa cemas yang dibuat dengan Hamilton Rating Scale for Anxiety (HRS-A) yang sudah dipersiapkan oleh peneliti, untuk mengidentifikasi hasil dari seberapa besar pengaruh pemberian terapi murottal terhadap rasa nyeri, yang dialami responden[19].

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dwi wirastri, Ernawati, Eka Mustika di tahun 2022 dengan judul Pengaruh Murottal Qur'an Surah Ar-Rahman terhadap Kecemasan pada Ibu Bersalin di Wilayah Kerja Puskesmas Deggeng yang menunjukkan bahwa Responden sebelum pemberian terapi mengalami, cemas ringan yaitu sebanyak 21 orang (55,3%), Tidak mengalami kecemasan yaitu sebanyak 9 orang (23,6%) cemas sedang sebanyak 6 orang (15,7%), cemas berat sebanyak 2 orang (5,26). Sedangkan, responden setelah pemberian terapi tidak mengalami kecemasan yaitu sebanyak 23 orang (60,5%), mengalami cemas ringan yaitu sebanyak 11 orang (28,9%), yang mengalami cemas sedang, yaitu sebanyak 4 orang (10,6 %). Kesimpulan dari Uji t-independen sample sebagai hasil dari tes, diperoleh hasil t hitung sebesar 3.464, dengan nilai p value 0,001 ($p < 0,05$), sehingga H_0 diterima. Ini menunjukkan bahwa Murottal Qur'an memiliki pengaruh terhadap tingkat kecemasan ibu bersalin. Serta cara penerapannya yaitu dengan menggunakan speaker yang berisikan Ayat Suci Ayat Suci Al-Quran yaitu Surah Ar-Rahman dengan durasi 60-70 menit secara konstan[20].

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[21].

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Endar Timiyatun, Dian Nur Adkhanasari, Andri Setyorini pada tahun 2023 dengan judul Upaya Penurunan Kecemasan Dengan Terapi Murottal Ibu Primipara menunjukkan bahwa penurunan kecemasan dari 27,37 sebelum intervensi, menjadi 8,87 setelah intervensi. Nilai $p=0,000$ ($p>0,005$), dan perubahan nilai rata-rata skor antara sebelum dan sesudah 18,5. Hal ini menunjukkan bahwa terapi Murottal Al Quran berpengaruh menurunkan tingkat dari kecemasan ibu primipara. Selain itu, cara penerapannya adalah dengan mendengarkan murottal Ar-Rahman, melalui ponsel dengan surah yang telah didownload sebelumnya dengan kurun waktu selama satu jam, dapat juga menggunakan tape recorder atau jika menggunakan ponsel diperdengarkan pada telinga[22].

Surat Ar-Rahman dipilih sebagai pilihan untuk terapi murottal karena beberapa alasan yang signifikan. Pertama, surat ini dianggap sebagai salah satu yang paling indah dan sering diucapkan dalam berbagai aktivitas keagamaan. Kedua, isi ayat-ayatnya sangat efektif dalam mengurangi stres, kecemasan, dan rasa sakit. Ketiga, surat ini memiliki kualitas suara yang sangat indah saat dibacakan dengan penuh penghayatan[23].

Penelitian berikut sejalan juga, dengan penelitian yang dilaksanakan oleh peneliti bernama Zulkahfi, Nila Kurnia Safitri di tahun 2020 dengan judul pengaruh terapi murottal al-quran menggunakan ayat suci pada al qur'an dalam surah yaitu maryam terhadap standar dari rasa cemas yang lebih rendah pada seorang ibu sedang hamil menjalani trimester ketiga sekitar puskesmas meninting, yang menunjukkan bahwa kebanyakan dari ibu hamil yang menghadapi trimester ketiga sebelum intervensi mengalami, kecemasan dengan kategori ringan (43,8%) dan berat (25,0%). Sedangkan sebagian besar ibu hamil dalam trimester ketiga setelah intervensi mengalami kecemasan dalam kategori tidak cemas, yaitu 11 responden (68,8%). Maka dapat ditarik kesimpulan yaitu terdapat hubungan antara terapi murottal surah maryam pada ayat al-qur'an yang dapat mengurangi rasa cemas pada ibu sedang hamil menghadapi trimester ketiga, dengan kesimpulan nilai $p-value$ $0,0005 < 0,05$. Terapi murottal, yang dilakukan selama 14 hari, juga dapat menurunkan skor kecemasan, rata-rata 13,6. Serta bentuk penerapan terapi menggunakan media berupa handphone dengan durasi selama 20 menit[15].

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kholidahzia et al di tahun 2021 dengan judul pengaruh murottal surah maryam, terhadap tingkat kecemasan pada ibu yang akan bersalin pada saat sedang menghadapi kala satu fase aktif yang menunjukkan bahwa, sebelum terapi murottal ibu bersalin memiliki skor kecemasan rata-rata yaitu skor 16,50, yang merupakan tingkat kecemasan ringan. Namun, setelah terapi murottal, skor kecemasan rata-rata turun menjadi 10,81. Maka dapat disimpulkan, terdapat pengaruh terapi penerapan murottal dalam tingkat dari rasa cemas pada ibu yang akan bersalin menghadapi kala satu fase aktif, menurut hasil paired sample t-test, dengan p value $0,000 < 0,05$. Serta cara penerapan terapi yaitu selama 1 jam. Peneliti melakukan terapi murottal dengan cara memutar surah yang akan digunakan dengan menggunakan media Handphone[24].

Penelitian berikut juga sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Alifia Putri Nabila di tahun 2023 dengan judul terapi pemberian murottal menggunakan surah al-mulk, untuk menurunkan derajat dari kecemasan pada ibu bersalin, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa sebelum diberikan terapi, tingkat kecemasan rata-rata adalah 41,87 dengan bentuk standar deviasi 2,503, tetapi sesudah diberikan terapi, tingkat kecemasan rata-rata turun menjadi 21,73 dengan bentuk standar deviasi yaitu 3,011, yang menunjukkan bahwa terapi ini dapat berpengaruh menurunkan tingkat kecemasan ibu bersalin dengan rata-rata yaitu sebesar 20,14. Maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan dalam tingkat kecemasan antara sebelum dan sesudah terapi murottal al-mulk, menurut hasil dari uji statistik dengan $p value$ $0,000$ ($p < \alpha 0,05$). Serta cara penerapannya yaitu selama kurun waktu 20 menit, serta bentuk penerapan terapi menggunakan media berupa handphone dengan durasi 20 menit[16].

Kecemasan adalah suatu bentuk dari pengalaman psikologis yang dapat dirasakan oleh seseorang, sebagai bentuk sesuatu hal yang dirasa tidak akan pernah menjadi kesenangan. Proses sebuah persalinan yang kemungkinan besar menyebabkan sebuah rasa cemas, terutama bagi ibu primipara baru pertama kali bersalin, karena mereka belum pernah memiliki sebuah pengalaman sebelumnya, yang dapat menimbulkan terjadinya kecemasan, ketegangan dari sebuah pikiran, atau ketakutan. Kemudian akibat perubahan hormon selama masa kehamilan, ibu mengalami perubahan fisik pada tubuhnya dan perubahan mental. Dengan adanya perubahan ini, janin akan lebih mudah untuk tumbuh dan berkembang sampai pada saat akan dilahirkan. Ibu primipara mengalami persalinan lebih lama dari pada ibu multipara, yang menyebabkan mereka mengalami kecemasan karena nyeri persalinan yang lebih lama, yang menyebabkan ibu merasa lebih letih, dan lebih sering mengalami keluhan nyeri, merasa lebih takut tentang kemungkinan komplikasi yang lebih besar apabila terjadi kecemasan tidak segera diatasi. Kecemasan menghadapi persalinan yang dialami oleh multigravida berkaitan dengan pengalaman persalinan sebelumnya. Ketika mempunyai pengalaman persalinan yang menyenangkan sebelumnya, maka akan bertanya apakah akan mengalami hal yang sama lagi atau proses persalinannya lancar. Jika seseorang ika ibu bersalin pernah mengalami pengalaman yang dirasa oleh ibu mengecewakan pada persalinan sebelumnya, maka akan merasa terbebani dengan kemungkinan adanya pengalaman yang mengecewakan berikutnya akan terjadi lagi[25].

Sedangkan hubungan yang terjadi secara signifikan antara usia seorang ibu, dan tingkat sebuah kecemasan yang dialaminya saat menghadapi proses persalinan. Kehamilan yang terjadi di bawah usia dua puluh tahun memiliki kondisi biologis yang tidak ideal, emosi yang tidak stabil, dan perkembangan mental yang belum lengkap, sehingga mudah mengalami guncangan. Dianggap terlalu muda untuk bersalin jika ibu hamil di bawah 20 tahun. Usia persalinan yang lebih muda meningkatkan tingkat kecemasan ibu tentang sebuah persalinan. Semua gangguan kesehatan yang terkait dengan kehamilan dapat menjadi masalah besar bagi seorang ibu hamil, belum tentu siap secara fisik dan mental dalam menghadapi situasi ini. Ini akan meningkatkan kecemasan ibu. Selain itu, ibu hamil yang berusia lebih dari 35 tahun dianggap sebagai kehamilan beresiko tinggi, karena kondisi fisik mereka tidak seperti pada usia 20 hingga 35 tahun[16].

Suara murottal Al-Qur'an mengurangi kecemasan melalui tiga tahap. Pertama, suara didengarkan melalui telinga, lalu melalui ossicles dan akhirnya sampai ke bagian dalam telinga, atau membran basilaris. Rambut silia mengubah getaran menjadi getaran elektrik. Setelah terhubung ke nervus auditori secara langsung, frekuensi ini dikirim ke lobus temporal korteks auditori untuk otak menerjemahkannya. Maka tafsiran otak terhadap terapi murottal dapat mempengaruhi penyembuhan[17].

Kecemasan selama persalinan dapat menyebabkan keluarnya kadar katekolamin yang berlebihan, yang dapat menyebabkan penurunan aliran darah ke rahim, penurunan kontraksi rahim, dan penurunan aliran darah ke plasenta. Selain itu, reaksi tersebut dapat menimbulkan peningkatan dalam produksi hormon, yang berdampak pada sebagian besar organ yang ada di dalam tubuh seperti denyut nadi rendah, jantung berdebar, dan lamanya persalinan kala I. Ibu bersalin harus tenang menjelang persalinan agar persalinan berjalan lancar. Jika ibu bersalin merasa tenang saat menghadapi persalinan, persalinan akan berjalan lebih lancar, jika kecemasan berlanjut pada proses persalinan akan dapat menyebabkan lemahnya kontraksi otot rahim dan dapat menghambat dilatasi servik sehingga semakin memperlama proses persalinan[26].

Menurut penelitian yang sudah beredar dan dilakukan oleh peneliti bernama Dr. Ahmad Al Qadhi, sebagai direktur utama Institut Kedokteran Islam untuk Pendidikan dan Penelitian di Florida, As, membaca dan mendengarkan ayat-ayat, pada Al-Quran memiliki dampak fisik, dan mental yang berhubungan dengan cara berfikir positif dan negatif bagi manusia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa organ, jaringan, dan sel mengalami perubahan yang signifikan, termasuk penurunan depresi, kesedihan, dan kemampuan untuk menjadi lebih tenang sekaligus menyembuhkan penyakit. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa mendengarkan ayat Al-Quran dapat menyebabkan kebahagiaan, ketenangan, dan menurunkan ketegangan urat syaraf reflek dengan tingkat keberhasilan 97% [13].

Efektivitas dari adanya terapi murottal dapat mengurangi hormon penyebab terjadinya stres, mengaktifkan hormon endorfin alami yang ada dalam tubuh, meningkatkan sebuah perasaan agar menjadi lebih tenang, dan menghindarkan rasa fokus dari ketakutan, cemas, dan ketegangan pada sebuah pikiran manusia. Ini juga dapat memperbaiki sistem kimia tubuh, seperti menurunkan tekanan darah pada tubuh dan memperlambat sebuah pernapasan, detak jantung responden, denyut nadi, aktivitas gelombang otak. Laju dari pernafasan akan menjadi, lebih dalam ataupun lambat. Hal ini bermanfaat untuk meningkatkan rasa tenang, mengedalikan emosi, pemikiran seseorang menjadi lebih matang, dan sistem metabolisme yang semakin baik. Trauma akibat pengalaman yang tidak menyenangkan sebelumnya atau ketidaktahuan akan sesuatu adalah dua faktor yang sering menyebabkan kecemasan. Seorang calon ibu sering mengalami kecemasan tentang masa persalinan menjelang hari-hari terakhir sebelum proses kelahiran. Hal ini dapat akan dirasakan oleh seorang ibu baru saja bersalin, ataupun ibu pernah mengalami kejadian trauma pada kelahiran sebelumnya[20].

Peneliti 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. 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.

IV. SIMPULAN

Dari beberapa artikel yang sudah dianalisis dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian terapi murottal al-qur'an untuk mengurangi kecemasan ibu persiapan persalinan, desain penelitian yang paling banyak digunakan yaitu metode Quasy Experimental pendekatan One Group Pretest-Posttest, serta penerapan terapi dilakukan di berbagai daerah di negara Indonesia. Sedangkan surah yang paling sering digunakan dalam, sebuah terapi menggunakan lantunan ayat al qur'an (murottal) untuk mengurangi rasa cemas ibu dalam persiapan persalinan yaitu setelah dilakukan analisis yaitu 60 % terdapat pada 6 artikel terapi murottal menggunakan Surah AR-Rahman, 30% atau sama dengan 3 artikel yang didapatkan membahas mengenai terapi murottal menggunakan Surah Maryam, Serta 10% atau hanya 1 artikel yang membahas mengenai terapi murottal menggunakan Surah Al-Mulk.

Kemudian penjabaran pertanyaan penelitian yang kedua yaitu cara penerapan terapi murottal mengurangi kecemasan ibu persiapan persalinan, jawaban penelitian yaitu paling banyak menggunakan media handphone ibu pribadi sebanyak 70% dari artikel yang dianalisis dan media speaker sebanyak 30%. Pelaksanaan tersebut diawali dengan ibu bersalin di posisikan dengan nyaman agar ibu mudah dalam mendengarkan terapi, langkah selanjutnya ibu diberikan arahan untuk menutup mata, pada saat mendengarkan terapi supaya ibu dapat terfokus dalam suara yang diperdengarkan, dan mengusahakan agar perasaan tenang sampai surat yang diputar berhenti. Keluarga di anjurkan untuk diam sejenak agar efek dari terapi menjadi lebih maksimal mengenai durasi pemberian terapi selama 20 menit dan feedback yang didapatkan setelah pemberian terapi murottal pada ibu bersalin adalah ibu tampak lebih tenang dan tidak cemas akan proses persalinannya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tiada kata yang pantas terucap selain mengucapkan puji syukur kepada Allah SWT, dan berterimakasih sebanyak-banyaknya kepada kedua orangtua, keluarga dan teman-teman, serta pihak-pihak yang telah banyak membantu selama dalam proses penyusunan artikel ini yang tidak dapat saya sebutkan semuanya. Terimakasih kepada bapak dan ibu dosen, terutama ibu dosen pembimbing yang senantiasa membimbing dan membantu dalam penelitian ini, serta mengarahkan saya hingga saya bisa menyelesaikan tugas akhir ini dengan baik dan maksimal.

REFERENSI

- [1] C. Elsera, puput risti K, R. Tp, E. Rusminingsih, and A. Rochana, "Kecemasan Berat Masa Kehamilan," *Pros. Semin. Nas. Unimus*, vol. 5, pp. 1119–1123, 2020.
- [2] Kemenkes R1, *Profil kesehatan Indonesia 2019*. 2019. [Online]. Available: <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-indonesia-2019.pdf>
- [3] R. H. Muliiani, "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Pada Ibu Bersalin Dalam Masa Pandemi Covid 19," *J. Bina Cipta Husada*, vol. 27, pp. 56–66, 2022.
- [4] D. R. Yuliani and F. N. Aini, "Kecemasan Ibu Hamil Dan Ibu Nifas Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Kecamatan Baturraden," *J. Sains Kebidanan*, vol. 2, no. 2, pp. 11–14, 2020, doi: 10.31983/jsk.v2i2.6487.
- [5] Z. Zainiyah and E. Susanti, "Anxiety in Pregnant Women During Coronavirus (Covid-19) Pandemic in East Java, Indonesia," *Maj. Kedokt. Bandung*, vol. 52, no. 3, pp. 149–153, 2020, doi: 10.15395/mkb.v52n3.2043.
- [6] E. Septa and Prautami, "Sistem Pendukung Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester Iii Di Klinik Abi Umami Dw Sarmadi Palembang," *J. Midwifery Nurs.*, vol. 1, no. 1, pp. 13–18, 2019, [Online]. Available: <https://iocscience.org/ejournal/index.php/JMN/article/view/13/11>
- [7] C. Hospital and K. Hospital, "Labour and Delivery," *BJOG An Int. J. Obstet. Gynaecol.*, vol. 126, no. S1, pp. 87–114, 2019, doi: 10.1111/1471-0528.15635.
- [8] A. Hidayah, G. T. Sumini, and Y. Santutri Bedha, "Perbedaan tingkat kecemasan ibu hamil primigravida dan multigravida trimester III dalam menghadapi persalinan di RSUD Al Islam H.M Mawardi Sidoarjo Tahun 2020," *Hosp. Majapahit*, vol. 13, no. 1, pp. 112–121, 2021.
- [9] E. Sukaedah and L. Fadilah, "Hubungan Tingkat Pendidikan Dan Dukungan Suami Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida Trimester Iii," *J. Med. (Media Inf. Kesehatan)*, vol. 3, no. 1, pp. 56–62, 2016, doi: 10.36743/medikes.v3i1.152.
- [10] F. Durankuş and E. Aksu, "Effects of the COVID-19 pandemic on anxiety and depressive symptoms in pregnant women: a preliminary study.," *J. Matern. neonatal Med. Off. J. Eur. Assoc. Perinat. Med. Fed. Asia Ocean. Perinat. Soc. Int. Soc. Perinat. Obstet.*, vol. 35, no. 2, pp. 205–211, Jan. 2022, doi: 10.1080/14767058.2020.1763946.
- [11] . M., D. N. Lilis, and E. Lovita, "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kecemasan Pada Ibu Bersalin," *Jambura J. Heal. Sci. Res.*, vol. 3, no. 1, pp. 115–125, 2021, doi: 10.35971/jjhsr.v3i1.8467.
- [12] subagyo widyo Mukhadiono, wahyuningsih dyah, "HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SUAMI DENGAN TINGKAT KECEMASAN PADA IBU PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III DALAM MENGHADAPI PERSALINAN," *Hub. ANTARA DUKUNGAN SUAMI DENGAN TINGKAT KECEMASAN PADA IBU PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III DALAM MENGHADAPI PERSALINAN*, vol. 10, no. 1, pp. 53–59, 2015, [Online]. Available: <http://www.jks.fikes.unsoed.ac.id/index.php/jks/article/view/97>
- [13] M. J. Hariyanti, Diah Indriastuti, "Pengaruh Terapi Murottal Al Qur'an Surah Ar-Rahman Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Molawe," *J. Ilmiah Karya Kesehat.*, vol. 02, no. 01, pp. 91–97, 2021, [Online]. Available: <https://stikesks-kendari.ejournal.id/JIKK/article/view/566>
- [14] Wahida, M. Nooryanto, and S. Andarini, "Terapi Murotal Al-Qur'an Surat Arrahman Meningkatkan Kadar β -Endorphin dan Menurunkan Intensitas Nyeri pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif," *J. Kedokt. Brawijaya*, vol. 28, no. 3, pp. 213–216, 2015, doi: β -Endorphin, intensitas nyeri, kala.
- [15] M. J. Susiloningtyas Is, Emi Sutrisminah, Yuli Astuti, "Efek Terapi Murottal Surat Ar-Rahman terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin Kala I," *J. Kesehat.*, vol. 13, no. 3, pp. 509–515, 2022, doi: 10.26630/jk.v13i3.2834.
- [16] N. Herwati, Dewi, "Pengaruh Terapi Murottal 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 Murottal Surat Ar-Rahman Therapy on the Anxiety Level of Mothers in the First Stage)," *Indones. Sch. J. Nurs. Midwifery Sci.*, vol. 03, no. 04, pp. 1199–1205, 2023, doi: <https://doi.org/10.54402/isjnms.v3i04.411>.
- [17] S. Susiloningtyas, S. Sutrisminah, Y. Astuti, and M. Jayanti, "Efek Terapi Murottal Surat Ar-Rahman terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin Kala I The Effect of Murottal Surat Ar-Rahman Therapy on the Level of Anxiety in Mothers During The Active Phase Of Labor," *J. Kesehat.*, vol. 13, no. 3, pp. 509–515, 2022, [Online]. Available: <http://ejournal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JK>
- [18] I. Zulkahfi, Nila Kurnia Safitri, "PENGARUH TERAPI MUROTTAL AL QURAN SURAH MARYAM TERHADAP PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MENINTING," *Prima*, vol. 6, no. 2, pp. 74–79, 2020, [Online]. Available: <https://jurnal-kesehatan.id/index.php/JDAB/article/view/169>

- [19] S. Alifia Putri Nabila, "TERAPI MUROTTAL AL MULK TERHADAP PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN PADA IBU BERSALIN," *J. Telenursing*, vol. 5, no. 2, pp. 3095–3103, 2023, doi: <https://doi.org/10.31539/joting.v5i2.7938>.
- [20] H. W. Rahmasanti Aprilia, "Perbedaan Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Sebelum dan Sesudah Pemberian Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman di Wilayah Kerja Puskesmas Kaliabang Tengah Kota Bekasi," *J. Holistics Heal. Sci.*, vol. 3, no. 2, pp. 99–108, 2021, doi: <https://doi.org/10.35473/jhhs.v3i2.102>.
- [21] B. fina farlina Dwi wirastri, Ernawati, Eka Mustika, "Pengaruh Murrotal Qur ' an Surat Ar -Rahman terhadap Kecemasan pada Ibu Bersalin di Wilayah Kerja Puskesmas Denggen," *Prohealth J.*, vol. 19, no. 2, pp. 97–104, 2022, doi: 10.59802/phj.202119294.
- [22] Y. Fitri and Y. A. Retno Widowati, "Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Bersalin Multipara Kala I Fase Aktif," *J. Penelit. dan Kaji. Ilm. Kesehat. Politek. Medica Farma Husada Mataram*, vol. 7, no. 2, pp. 207–216, 2021, doi: 10.33651/jpkik.v7i2.267.
- [23] E. O. Endar Timiyatun, Dian Nur Adkhanasari, Andri Setyorini, "Upaya Penurunan Kecemasan Dengan Terapi Murottal Pada Ibu Primipara," *Ukhuwah J. Pengabd. Kpd. Masy.*, vol. 1, no. 2, pp. 01–06, 2023, doi: 10.52395/ujpkm.v1i2.386.
- [24] W. S.-J. K. S. D. A. Batulicin and undefined 2020, "Pengaruh terapi Murottal Al-Qur'an surah Maryam terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III," *jurnal-kesehatan.id*, vol. 9, no. 1, pp. 77–83, 2020, Accessed: Jan. 14, 2024. [Online]. Available: <http://www.jurnal-kesehatan.id/index.php/JDAB/article/view/169>
- [25] N. Kholidahzia, I. T. Utami, N. A. Fauziah, and R. Wahyuni, "Pengaruh Murottal Surat Maryam Terhadap Tingkat Kecemasan pada Ibu Bersalin Kala 1 Fase Aktif," *J. Matern. Aisyah (JAMAN AISYAH)*, vol. 2, no. 3, pp. 174–180, 2021, [Online]. Available: <https://journal.aisyahuniversity.ac.id/index.php/Jaman/article/view/mUROTTAL URATMARYAM>
- [26] R. Retna and R. Sumanti, "Pengaruh Audio Murottal Al-Qur'an Surat Ar-Rahman Terhadap Faktor Yang Mempengaruhi Lama Persalinan," *J. SMART Kebidanan*, vol. 8, no. 1, pp. 38–43, 2021, doi: 10.34310/sjkb.v8i1.431.

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.