



## PEMBERIAN TERAPI MURROTAL QUR'AN DAN SHOLAWAT TERHADAP KECEMASAN IBU BERSALIN SEBELUM OPERASI SECTIO CAESAREA DI RUMAH SAKIT BHAKTI MULIA JAKARTA BARAT TAHUN 2024

Jamilah<sup>1</sup>, Meylia Mahardhita<sup>2</sup>

<sup>1,2,3</sup> Program Studi Sarjana Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara  
mahardhitameylia@gmail.com

### Abstrak

Saat ini, sebagian besar orang menganggap operasi sesar sebagai hal yang menakutkan. Tahun 2022, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan bahwa kecemasan menyumbang 15% dari semua kesakitan di dunia. Pemberian terapi murrotal Qur'an dan sholawat adalah salah satu metode non-farmakologi untuk mengurangi kecemasan. Mengetahui bagaimana terapi murrotal Qur'an dan sholawat mempengaruhi kecemasan ibu hamil sebelum operasi sectio caesarea di Rumah Sakit Bhakti Mulia Jakarta Barat pada tahun 2024. Quasy experiment dengan desain untuk dua kelompok sebelum tes dan setelah tes. Penelitian ini melibatkan 74 ibu yang ingin melahirkan secara elektif SC. Penelitian ini dilakukan dengan teknik purposive sampling dan menganalisis data menggunakan uji T-Test Independen, yang sebelumnya telah diuji untuk homogenitas dan normalitas. Hasil penelitian univariat menunjukkan bahwa kecemasan ibu bersalin sebelum operasi sectio caesarea sebelum dan sesudah terapi murrotal Qur'an menurun dengan selisih nilai rata-rata 13,08, dan kecemasan ibu bersalin sebelum dan sesudah mendengarkan sholawat menurun dengan selisih nilai rata-rata 14,08. Hasil uji T-Test independen dengan p value 0,862. Tidak ada bukti bahwa murotal Qur'an dan sholawat mempengaruhi tingkat kecemasan ibu hamil dengan preeklampsia. Ibu hamil yang mengalami kecemasan sebelum operasi sectio caesarea harus melakukan terapi murotal Qur'an atau sholawat setidaknya dua kali sehari selama lima belas menit. Ini dapat membantu mereka menjadi lebih dekat dengan Allah dan menciptakan ketenangan dan kenyamanan dalam hidup mereka.

**Kata kunci:** Murattal Qur'an, Sholawat, Kecemasan, Ibu yang sedang hamil sebelum operasi sectio caesarea

### Abstract

Until now, most people think that caesarean section is a scary experience. According to WHO, in 2022, anxiety will contribute around 15% of global morbidity rates. One of the non-pharmacological therapies to reduce anxiety is providing Qur'an murrotal therapy and sholawat. In 2024 to determine the impact of sholawat and murrotal Qur'an therapy on the anxiety levels of mothers giving birth before to caesarean section surgery at Bhakti Mulia Hospital in West Jakarta. Pretest and posttest design in a quasi-experiment with two groups. Purposive sampling was used to select 74 ladies who wished to give birth via elective SC between November and December 2024. The Independent T-Test was used to analyze the data, which had already been checked for homogeneity and normality. According to the univariate study's findings, women' average anxiety levels before caesarean section surgery and after receiving murrotal Qur'an therapy dropped by an average of 13.08. The average difference between the anxiety levels of moms who gave birth before caesarean section surgery and after the prayer was heard was 14.08. results of an independent T-test with a p-value of 0.862. The impact of prayer and the murotal Qur'an on the anxiety levels of pregnant women with preeclampsia is the same. In order to become closer to Allah and to bring comfort and serenity into their lives, mothers who are anxious before having a caesarean section should practice sholawat or murotal Qur'an therapy at least twice a day for fifteen minutes.

**Keywords:** Pre-Operation Sectio Caesarea, anxiety, Sholawat, and the Murrotal Qur'an in women giving delivery

@Jurnal Ners Prodi Sarjana Keperawatan & Profesi Ners FIK UP 2025

✉ Corresponding author : Meylia Mahardhita  
Address : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara  
Email : mahardhitameylia@gmail.com  
Phone : 081325224315

## PENDAHULUAN

Meskipun setiap ibu hamil berharap melahirkan secara normal, operasi sesar harus dilakukan jika ada masalah dengan janin (bayi terlalu besar, kelainan letak, risiko gawat janin, bayi abnormal, kelainan tali pusat, dan bayi kembar) dan ibu (gangguan panggul, kelainan kontraksi rahim, ketuban pecah dini, pre eklamsia). Saat ini, sebagian besar orang menganggap operasi sesar sebagai hal yang menakutkan. Pasien mungkin takut operasi mereka akan gagal atau mati karena banyak masalah yang mungkin terjadi selama proses operasi atau setelahnya. Jika klien tidak mendapat informasi apapun tentang penyakitnya dan tindakan yang diambil terhadapnya, reaksi cemas akan muncul (Rasjidi, 2021).

Pada tahun 2022, World Health Organization (WHO) mengklaim bahwa kecemasan akan menjadi penyebab utama ketidakmampuan orang di seluruh dunia, dan gangguan mental akan menyumbang sekitar 15% dari semua kesakitan di dunia. Menghadapi operasi sesar, gangguan kecemasan menyertai 40 juta orang di Amerika Serikat, dengan prevalensi 17,7% (National Institute of Mental Health dalam Shalihah, 2023). Jumlah kasus kecemasan ibu sebelum persalinan di Asia Pasifik tertinggi di India (56.675.969 kasus, atau 4,5% dari populasi), dengan Maldives yang paling rendah (12.739 kasus, atau 3,7% dari populasi). Yang paling rendah di Indonesia adalah 9.162.886 kasus, atau 3,7% dari populasi (Khoiriyah & Handayani, 2023).

Data Kementerian Kesehatan 2 Republik Indonesia tahun 2020 menunjukkan bahwa sekitar 43,3% ibu hamil mengalami kecemasan dan sekitar 48,7% mengalami kecemasan saat persalinan. Persentase tertinggi masalah kecemasan terjadi pada kelompok umur 65 tahun ke atas, dengan 28,6%. Persentase terendah terjadi pada kelompok umur 55-64 tahun, dengan 11%, dan persentase terendah terjadi pada kelompok umur 45-54 tahun dan 15-24 tahun, masing-masing.

Firdaus (2022) mengatakan bahwa ketakutan akan persalinan menyebabkan ibu mengalami kecemasan sebelum operasi sesar. Beberapa pernyataan yang paling umum diungkapkan termasuk takut akan mengalami rasa sakit setelah pembedahan, takut terjadi perubahan fisik, seperti menjadi buruk dan tidak berfungsi secara normal, takut keganasan (jika diagnosa

yang ditegakkan belum pasti), takut atau cemas mengalami kondisi yang sama dengan orang lain dengan penyakit yang sama, takut memasuki ruang operasi, menghadapi petugas dan peralatan bedah, dan takut mati saat dilakukan anestesi. Tidak mengherankan jika pasien sering menunjukkan emosi yang berlebihan karena kecemasan yang mereka alami.

Ibu yang melahirkan setelah operasi sesar tentunya menghadapi risiko medis dan psikologis. Bayi yang menjalani operasi sesar memiliki risiko kematian karena gagal ASI, gangguan paru-paru, gangguan sistem saluran cerna, dan kekebalan tubuh yang lemah terhadap alergi dan stres. Risiko ibu adalah infeksi dari rumah sakit, terutama setelah operasi sesar, tromboflebitis terutama pada multipara dengan parikositosis, ileus terutama karena peritonitis, dan kurang sering karena dasar obstruksi (Savitri, 2021).

Terapi kecemasan dapat dilakukan dengan cara farmakologis atau non farmakologis. Seperti yang dinyatakan dalam buku Chandler et al. (2021), terapi non farmakologi, seperti terapi murrotal dan sholawat, diyakinkan memiliki efek yang lebih rendah, lebih aman, dan dapat digunakan untuk jangka waktu yang lebih lama. Sangat penting bagi seseorang untuk menerima segala sesuatu yang menyimpannya, baik positif maupun negatif. Jika seseorang percaya dengan Tuhan dan agamanya, mereka akan lebih mudah menerima apa yang terjadi pada kehidupan mereka. Hal ini dapat meningkatkan rasa percaya diri dan perasaan aman, yang dapat mengurangi kecemasan ibu hamil (Rahman, 2021).

Karena mayoritas orang Indonesia beragama Islam dan mempercayai kitab suci Al-Qur'an, terapi murrotal Qur'an sangat populer di negara itu. Untuk ibu hamil dengan tekanan darah tinggi, mendengarkan murrotal Qur'an dan sholawat adalah metode non-invasif dan non-farmakologi yang mudah digunakan, tidak membutuhkan bantuan ahli terapi, dan tidak menimbulkan efek samping. Al-Qur'an, yang dianggap sebagai kalam Allah SWT oleh umat muslim, diturunkan kepada Nabi Muhammad SAW sebagai mukjizat melalui perantaraan malaikat Jibril dan disampaikan kepada manusia sebagai pedoman hidup untuk membantu mereka menemukan kebahagiaan baik di dunia maupun di akhirat (Nurqalbi dan Kamaruddin, 2021).

Sholawat dan murrotal Qur'an dapat mengontrol dan mempengaruhi tekanan darah sistolik dan diastolic serta rasa cemas dan stres (Taha et al., 2023). Al-Quran dapat membantu ibu

hamil merasa tenang dan nyaman dengan mendorong gelombang delta sentral dan frontal. Otak akan menghasilkan zat kimia neuropeptide sebagai tanggapan atas kenikmatan dan kenyamanan setelah sel dirangsang (Nugraheni et al., 2021). Salah satu cara terapi nonfarmakologis untuk menenangkan diri dengan mendengarkan Al-Qur'an dan sholawat dapat menurunkan tekanan darah dan curah jantung dengan meningkatkan oksigena. Ketenangan jiwa juga dapat meningkatkan oksigena dengan menginduksi hormon endorphin, yang pada gilirannya mengurangi spasme otot dan vasokonstriksi pembuluh darah.

Studi telah menyelidiki fungsi dan peran shalawat, seperti yang dijelaskan dalam kitab "Ahwalus Shalawat", yang menyatakan bahwa shalawat memiliki kemampuan untuk menghilangkan kesulitan dan penyakit yang diderita seseorang. Shalawat juga dapat menenangkan hati, memberi keselamatan, dan menggunakan Al-Qur'an sebagai obat untuk berbagai penyakit. Salah satunya adalah bukti bahwa pembacaan shalawat dapat membantu mengatasi kecemasan. Ini sangat menarik dan merupakan salah satu bukti kuasa Allah atas manfaat bershalawat kepada Nabi-Nya.

Beberapa ahli telah menunjukkan bahwa terapi murotal Qur'an dapat mempercepat penyembuhan, mengurangi stres, dan kecemasan karena efeknya secara fisik dan psikologis. Ahmad Al-Khadi, direktur utama Islamic Medicine Institute for Education and Research di Florida, AS, berbicara di konferensi tahunan ke XVII Ikatan Dokter Amerika di Missuori, AS, tentang temuannya tentang pengaruh terapi murotal Qur'an pada kesehatan fisik dan psikologis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mendengarkan ayat-ayat Al-Qur'an memiliki efek yang signifikan, dengan 97% meningkatkan ketenangan dan menurunkan ketegangan urat saraf reflektif. Mendengarkan terapi murrotal bermanfaat bagi kesehatan Anda. Instrumen penyembuhan yang paling mudah dijangkau adalah terapi murrotal (Safara, 2020). Terapi murottal Qur'an dapat membantu mengendalikan emosi (pengendalian kemarahan) dan tekanan darah pada penderita hipertensi. Mendengarkan murottal Qur'an selama 7 hari berturut-turut dapat menurunkan tekanan darah sistol dan diastol pada penderita hipertensi (Hartingsih et al., 2022).

Menurut Hariyanti et al. (2021), penelitian di Indonesia tentang murottal Al Qur'an Surat Ar-Rahman menunjukkan bahwa terapi murottal Al

Qur'an menurunkan tingkat kecemasan ibu hamil di trimester ketiga. Niafatun et al. (2021) melakukan penelitian tambahan tentang sholawat. Mereka menemukan bahwa intervensi mendengarkan dan membaca sholawat syifa atau tibil qulub memiliki dampak yang signifikan terhadap tingkat kecemasan pasien yang dirawat setelah operasi ORIF di RSUD Ngudi Waluyo. Peneliti ingin membandingkan terapi murotal Qur'an dan terapi sholawat karena keduanya memiliki nilai spiritual atau psikoreligius dan merupakan terapi non farmakologis yang dapat menenangkan jiwa. Namun, belum ada penelitian yang membandingkan kedua terapi tersebut.

Sebanyak 157 ibu hamil yang akan menjalani operasi sesar di Rumah Sakit Bhakti Mulia Jakarta Barat dari Agustus hingga Oktober 2023. Dengan melakukan wawancara langsung kepada 15 ibu hamil yang akan menjalani operasi sesar, peneliti menemukan bahwa 13 (87%) dari mereka sudah mengalami kecemasan tentang kehamilan mereka. Penulis ingin melakukan penelitian tentang "Perbedaan Pemberian Terapi Murrotal Qur'an dengan Sholawat terhadap Kecemasan Ibu Bersalin Sebelum Operasi Sectio Caesarea di Rumah Sakit Bhakti Mulia Jakarta Barat Tahun 2024" karena terapi ini biasanya diberikan kepada pasien yang akan menjalani operasi sesar dan tidak pernah dipelajari apakah dapat mengurangi kecemasan.

## METODE

Studi ini menyelidiki efek terapi murrotal Qur'an dan sholawat pada kecemasan ibu hamil sebelum sectio caesarea di Rumah Sakit Bhakti Mulia Jakarta Barat pada tahun 2024. Penelitian ini dilakukan berdasarkan daftar pasien Rumah Sakit Bhakti Mulia Jakarta Barat dari Agustus hingga Oktober 2023. Dari 157 ibu hamil yang menjalani operasi sesar, 87% sudah mengalami kecemasan tentang kehamilan mereka. Pasien yang sedang menjalani operasi sesar biasanya menerima terapi murrotal Qur'an dengan sholawat. Namun, tidak ada penelitian yang dilakukan tentang apakah ini dapat membantu mengurangi kecemasan atau tidak. Dalam penelitian ini, sampelnya adalah ibu yang ingin melahirkan secara SC elektif antara bulan November dan Desember 2024. Sampel diambil secara tidak sengaja. Digunakan desain quasi eksperimental, penelitian ini merancang dua kelompok sebelum tes dan setelah tes. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji beda tidak berpasangan

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**Hasil**

Tabel 1. Umur dan Pendidikan Responden di Rumah Sakit Bhakti Mulia Jakarta Barat pada tahun 2024

Variabel	Kelompok Murrotal Qur'an		Kelompok Sholawat	
	Frekuensi	%	Frekuensi	%
1. Usia				
< 20 tahun	3	8,1	5	13,5
20-35 tahun	30	81,1	30	81,1
>35 tahun	4	10,8	2	5,4
2. Pendidikan				
SD	2	5,4	3	8,1
SMP	18	48,6	18	48,6
SMA	14	37,8	13	35,1
PT	2	8,1	3	8,1

Menurut tabel 1 di atas, mayoritas responden dalam kelompok murrotal Qur'an berumur 20-35 tahun, yaitu 30 orang (81,1%), 4 orang yang lebih dari 35 tahun, yaitu 10 orang (10,8%), dan 3 orang yang kurang dari 20 tahun, yaitu 8,9%. Dari segi pendidikan, mayoritas responden memiliki SMP 18 orang (48,6%), SMA 14 orang (37,8%), SD 2 orang (5,4%), dan pendidikan tinggi 2 orang (5,4%).

Tabel 2. Nilai Kecemasan Ibu Bersalin Sebelum dan Sesudah Terapi Murrotal Qur'an di Rumah Sakit Bhakti Mulia Jakarta Barat pada Tahun 2024

No	Kecemasan Ibu Bersalin Pre Operasi Sectio Caesarea	Sebelum		Sesudah	
		N	%	N	%
1	Tidak Ada	0	0,0	18	48,6
2	Ringan	8	21,6	17	45,9
3	Sedang	12	32,4	2	5,4
4	Berat	17	45,9	0	0,0
Total		37	100	37	100

Menurut hasil penelitian pada tabel 2, kecemasan ibu bersalin sebelum operasi sectio caesarea sebelum terapi murrotal Qur'an tertinggi adalah ibu dengan kecemasan berat, yaitu 17 orang (45,9%), kecemasan sedang, yaitu 12 orang (32,4%), dan kecemasan ringan, yaitu 8 orang (21,6%).

Tabel 3. Nilai Kecemasan Ibu Bersalin Sebelum dan Sesudah Terapi Murrotal Qur'an di Rumah Sakit Bhakti Mulia Jakarta Barat pada Tahun 2024

Kecemasan Ibu Bersalin Pre Operasi Sectio Caesarea	N	Mean	SD	Min-Maks	95%CI

Sesudah	37	14,22	3,917	7-22	12,91-15,52
---------	----	-------	-------	------	-------------

Dari tabel 3, dapat dilihat bahwa dari 37 responden, rata-rata kecemasan ibu bersalin sebelum operasi sectio caesarea sebelum terapi murrotal Qur'an sebesar 27,30 dengan standar deviasi 7,820, dan skor terendah adalah 15 dan skor tertinggi adalah 41 dengan nilai 95% CI yaitu 24,69–29,90. Sedangkan, rata-rata kecemasan ibu bersalin sebelum operasi sectio caesarea sesudah terapi murrotal Qur'an sebesar 14,22 derajat.

Tabel 4. Nilai Rata-Rata Kecemasan Ibu Bersalin Pre Operasi Sectio Caesarea Sebelum dan Sesudah Terapi Sholawat di Rumah Sakit Bhakti Mulia Jakarta Barat Tahun 2024

No	Kecemasan Ibu Bersalin Pre Operasi Sectio Caesarea	Sebelum		Sesudah	
		N	%	N	%
1	Tidak Ada	0	0,0	19	51,4
2	Ringan	5	13,5	17	45,9
3	Sedang	13	35,1	1	2,7
4	Berat	19	51,4	0	0,0
Total		37	100	37	100

Menurut hasil penelitian pada tabel 4, ibu bersalin yang mengalami kecemasan sebelum operasi sectio caesarea sebelum terapi sholawat terbanyak mengalami kecemasan berat, yaitu 19 ibu (51,4%), kecemasan sedang, yaitu 13 ibu (35,1%), dan kecemasan ringan, yaitu 5 ibu (13,5%).

Tabel 5. Nilai Kecemasan Ibu Bersalin Sebelum dan Sesudah Terapi Sholawat di Rumah Sakit Bhakti Mulia Jakarta Barat Pada Tahun 2024

Kecemasan Ibu Bersalin Pre Operasi Sectio Caesarea	N	Mean	SD	Min-Maks	95%CI
Sesudah	37	14,19	4,38	7-22	12,81-15,57

Dari tabel 5, dapat dilihat bahwa dari 37 responden, rata-rata kecemasan ibu bersalin sebelum operasi sectio caesarea sebelum terapi sholawat sebesar 28,27 dan standar deviasi 7,582, dengan nilai 95% CI 25,74–30,80. Sementara itu, rata-rata kecemasan ibu bersalin sebelum operasi sectio caesarea sesudah terapi sholawat sebesar 14,19 dan standar deviasi 4,38.

Tabel 6. Hasil dari Uji Kolmogorov-Smirnov untuk Normalitas

Kecemasan Ibu Bersalin Pre Operasi Sectio Caesarea	<i>P</i> value	$\alpha=5\%$	Keterangan
Murrotal Qur'an			
Sebelum	0,080	Lebih besar	Normal
Sesudah	0,090	Lebih besar	Normal
Sholawat			
Sebelum	0,053	Lebih besar	Normal
Sesudah	0,064	Lebih besar	Normal

Berdasarkan Tabel 6, hasil menunjukkan bahwa data berdistribusi normal. Hasil uji normalitas Shapiro-Wilk menunjukkan bahwa angka sig. lebih besar dari 0,05.

Tabel 7. Hasil Pengujian Homogenitas

Kecemasan Ibu Bersalin Pre Operasi Sectio Caesarea	Sig	Keterangan
Sebelum	0,856	Homogen
Sesudah	0,898	Homogen

Berdasarkan Tabel 7, hasil uji homogenitas data sebelum perlakuan kecemasan ibu bersalin sebelum operasi sectio caesarea menunjukkan hasil signifikan lebih besar dari 0,05 (sig > 0,05), dan hasil uji homogenitas data sesudah perlakuan kecemasan menunjukkan hasil signifikan lebih besar dari 0,05 (sig > 0,05), yang menunjukkan bahwa data tersebut sebagian memiliki varian yang homogen. Dengan demikian, metode statis digunakan untuk menghasilkan data yang homogen dan berdistribusi normal.

Tabel 8. Kecemasan Ibu Hamil Sebelum Operasi Sectio Caesarea dan Efek Terapi Murrotal Qur'an dan Sholawat di Rumah Sakit Bhakti Mulia Jakarta Barat pada tahun 2024

No	Kecemasan Ibu Bersalin Pre Operasi Sectio Caesarea	Mean	Standar Deviasi	Min-Maks	<i>p</i> value
1	Sebelum Intervensi	27,30	7,820	15-41	0,000
2	Sesudah Intervensi	14,22	3,917	7-22	

Ada bukti bahwa terapi murrotal Qur'an mempengaruhi kecemasan ibu bersalin sebelum operasi sectio caesarea di Rumah Sakit Bhakti Mulia Jakarta Barat pada tahun 2024. Hasil dari uji paired simple t test menunjukkan bahwa nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$ .

Tabel 9. Pengaruh Pemberian Terapi Sholawat terhadap Kecemasan Ibu Bersalin Pre Operasi Sectio Caesarea di Rumah Sakit Bhakti Mulia Jakarta Barat Tahun 2024

No	Kecemasan Ibu Bersalin Pre Operasi Sectio Caesarea	Mean	Standar Deviasi	Min-Maks	<i>p</i> value
1	Sebelum Intervensi	28,27	7,582	15-41	0,000
2	Sesudah Intervensi	14,19	4,135	7-22	

Ada pengaruh terapi sholawat terhadap kecemasan ibu bersalin sebelum operasi sectio caesarea di Rumah Sakit Bhakti Mulia Jakarta Barat pada tahun 2024, seperti yang ditunjukkan oleh hasil uji paired simple t test, di mana nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$ . Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terapi sholawat memiliki efek terhadap kecemasan ibu bersalin.

Tabel 10. Kecemasan Ibu Hamil Sebelum Operasi Sectio Caesarea dan Efek Terapi Murrotal Qur'an dan Sholawat di Rumah Sakit Bhakti Mulia Jakarta Barat pada Tahun 2024

Kecemasan Ibu Bersalin Pre Operasi Sectio Caesarea	Rata-rata Murrotal Qur'an	Rata-rata Sholawat	Selisih	P Value
Sebelum	27,30	28,27	0,97	0,726
Sesudah	14,22	14,19	0,03	0,862

Hasil uji t independen menunjukkan bahwa terapi murrotal Qur'an dengan sholawat tidak mempengaruhi kecemasan ibu bersalin sebelum operasi sectio caesarea di Rumah Sakit Bhakti Mulia Jakarta Barat pada tahun 2024. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak, dengan nilai signifikansi sesudah perlakuan sebesar  $0,862 > 0,05$ .

### Pembahasan

#### 1. Nilai Kecemasan Ibu Bersalin Sebelum dan Sesudah Terapi Murrotal Qur'an di Rumah Sakit Bhakti Mulia Jakarta Barat Pada Tahun 2024

Hasilnya menunjukkan bahwa dari 37 responden, rata-rata kecemasan ibu bersalin sebelum operasi sectio caesarea sebelum terapi murrotal Qur'an adalah 27,30 dengan standar deviasi 7,820, dan skor terendah adalah 15 dan skor tertinggi adalah 41 dengan nilai 95% CI 24,69–29,90.

Stuart (2020) mengatakan kecemasan adalah perasaan takut yang didukung oleh keadaan. Ibu hamil dengan hipertensi kehamilan, juga dikenal sebagai preeclampsia, akan selalu khawatir tentang kondisi kehamilannya, dan kecemasan ini akhirnya akan membahayakan kesehatan mereka. Rasa takut yang dirasakan seorang ibu selama kehamilan dan menjelang persalinan dikaitkan dengan rasa takut yang dirasakan olehnya sendiri dan janinnya, yang dipengaruhi oleh sejumlah variabel (Sari et al., 2023). Menurut Handayani dan Jamila (2020), murotal memiliki kemampuan untuk mengaktifkan sistem saraf parasimpatis, yang bertindak berlawanan dengan sistem saraf simpatis. Akibatnya, kedua sistem saraf autonom seimbang, yang merupakan dasar dari respon relaksasi. Rangsangan saraf otonom yang terkendali menghasilkan sekresi epinefrin dan norepinefrin, yang menghambat produksi angiotensin, yang pada gilirannya dapat menurunkan tekanan darah. Ini adalah beberapa fungsi saraf parasimpatis, termasuk mempersarafi jantung dan memperlambat denyut jantung (Ramdaniati et al., 2020). Mendengarkan Murottal Qur'an dapat merangsang sistem saraf parasimpatis dan berinteraksi dengan hipotalamus, yang menghasilkan peningkatan produksi endorfin di kelenjar hipofisis dan pengurangan hormon stres.

Sesuai dengan hasil penelitian Meinawati dan Khairah (2023) menunjukkan bahwa 28 (56%) ibu hamil dengan preeclampsia mengalami kecemasan sebelum menerima terapi murottal. Namun, setelah terapi dimulai, 48 (96%) ibu hamil dapat menghentikan kecemasan mereka. Hasil penelitian Hartiningsih et al. (2022) menunjukkan bahwa sebelum terapi murottal tekanan darah sistolik rata-rata 149,8 mmHg (12,68) dan setelah terapi murottal tekanan darah diastolik rata-rata 94,1 mmHg (12,68), dengan perbedaan nilai rata-rata 8,81. Skor kecemasan sebelum terapi murottal  $28,5 \pm SD 9,83$  dan  $13,4 \pm SD 7,36$ . Setelah terapi murottal, skor kecemasan turun dengan nilai mean  $14,72 \pm 2,47$ . Hasil penelitian tambahan yang dilakukan oleh Setyaningsih et al. (2020) menunjukkan bahwa tingkat kecemasan sebelum terapi murottal rata-rata (mean) 29.93 lebih tinggi daripada tingkat kecemasan sesudah terapi murottal rata-rata (mean) 23.80.

Peneliti berpendapat bahwa terapi Murottal Al-Qur'an mengurangi kecemasan ibu hamil sebelum operasi sectio caesarea. Ini karena ibu menjadi tenang dan percaya bahwa segala sesuatu hanya milik Allah. Meskipun tidak memahami dan memahami ayat Al-Qur'an tersebut, karena rasa

pasrah dan ikhlas membuat ibu siap menghadapi risiko yang terjadi terhadap dirinya dan janinnya. Ibu hamil yang ingin melahirkan sebelum operasi sectio caesarea merasa cemas karena kondisi kehamilannya yang dapat memengaruhi janin dan ibunya sendiri. Khawatir akan mengalami kelainan yang menyebabkan ketegangan, kesedihan, dan bahkan susah tidur karena pikirannya sendiri meskipun ibu belum tahu apa yang akan terjadi. Melalui terapi murottal Al-Qur'an surat Ar-Rahman, ibu percaya bahwa Allah akan melindungi ibu dan janin dalam kandungannya. Ini membuatnya tenang dan pasrah, memberinya keyakinan bahwa semua sudah diatur, dan percaya bahwa jika penanganan yang tepat dilakukan, ibu akan selamat.

## **2. Nilai Kecemasan Ibu Bersalin Sebelum Operasi Sectio Caesarea Sebelum dan Sesudah Terapi Sholawat di Rumah Sakit Bhakti Mulia Jakarta Barat pada Tahun 2024**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 37 responden, rata-rata kecemasan ibu bersalin sebelum operasi sectio caesarea sebelum terapi sholawat sebesar 28,27 dan standar deviasi 7,582. Skor terendah untuk kecemasan ibu bersalin sebelum terapi sholawat adalah 15 dan skor tertinggi adalah 41 dengan nilai 95% CI 25,74–30,80.

Sholawat nabi adalah kombinasi ayat-ayat Al-Qur'an dan syair pujian yang ditujukan kepada nabi yang dilantunkan oleh manusia. Bacaan Al-Qur'an secara fisik mengandung unsur suara manusia, yang merupakan alat penyembuhan yang luar biasa dan mudah diakses yang dapat "menurunkan hormon-hormon stres, mengaktifkan hormon endorfin alami dan memperbaiki sistem kimia tubuh sehingga menurunkan tekanan darah, memperlambat pernafasan, detak jantung, denyut nadi dan aktivitas gelombang otak" (Sikwandi et al., 2020). Akibatnya, endorfin alami muncul, perasaan rileks meningkat, Oleh karena itu, peneliti akan menggunakan sholawat syifa, yang biasanya dibaca saat hati seseorang tidak tenang, baik karena diselimuti kegelisahan atau kecemasan, untuk menghilangkan atau mengobati kegelisahan hati (Sandi, 2020). Sholawat dapat membantu mengatasi masalah dan kecemasan. Bagi orang yang mengalami masalah atau sakit, mereka yang percaya kepada Allah SWT percaya bahwa permohonannya akan diterima sehingga dapat memperkuat jiwa, tubuh, dan pikiran mereka, yang berarti sistem saraf otonom

berkurang dan respons fisiologis berkurang (Watiniah, 2021).

Menurut penelitian Kristiana (2021), tingkat kecemasan ibu bersalin preeklampsia pada kelompok intervensi sebelum diberi aromaterapi lemon dan sholawat nabi menunjukkan rata-rata 23,54, termasuk dalam kategori kecemasan sedang; 7 orang (53,8%) mengalami kecemasan sedang, 3 orang (23,1%) mengalami kecemasan berat, dan 3 orang (23,1%) mengalami kecemasan ringan. Tingkat kecemasan ibu hamil yang mengalami preeklampsia di Rumah Sakit Bhakti Wira Tamtama Semarang menurun sebesar 6,92. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Nofiah et al. (2020), tingkat kecemasan sebelum intervensi adalah 31.91, dan tingkat kecemasan setelah intervensi adalah rata-rata 15.16. Dari data ini, dapat disimpulkan secara statistik bahwa setelah intervensi mendengarkan dan membaca sholawat, tingkat kecemasan turun. Hasil penelitian selanjutnya dilakukan oleh Maklumah dan Kumalasari (2022) dalam penelitian tingkat kecemasan pada pre intervensi didapatkan nilai 19,67. Nilai rata-rata tingkat kecemasan pada post intervensi didapatkan 15,23. Dari data di atas dapat disimpulkan secara statistik adanya penurunan tingkat kecemasan setelah dilakukan intervensi mendengarkan dan membaca sholawat menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan setelah diberikan sholawat. Peneliti berasumsi terjadinya penurunan kecemasan pada ibu bersalin pre operasi sectio caesarea setelah diberi terapi sholawat syifa, hal ini disebabkan oleh karena setelah mendengarkan sholawat Syifa ibu menjadi tenang karena adanya keyakinan bahwa Allah bersama ibu. Saat ibu mendengarkan shalawat Syifa secara berulang-ulang menjadikan ibu mengingat dan menghafalnya yang selanjutnya dilafalkannya, kondisi ini menjadikan ibu mengalihkan pikiran dari rasa cemas dan memfokuskan diri untuk mengikuti lantunan Sholawat Syifa serta meyakinkan diri kepada Allah menjadikan ibu berpikir positif sehingga menciptakan suasana rileks, emosi stabil dan bahagia.

### **3. Kecemasan Ibu Hamil Sebelum Operasi Sectio Caesarea dan Efek Terapi Murrotal Qur'an dan Sholawat di Rumah Sakit Bhakti Mulia Jakarta Barat pada tahun 2024**

Studi tersebut menemukan bahwa terapi murrotal Qur'an dengan sholawat tidak mengurangi kecemasan ibu bersalin sebelum

operasi sectio caesarea di Rumah Sakit Bhakti Mulia Jakarta Barat pada tahun 2024. Hasil uji t test independen menunjukkan bahwa nilai signifikansi sesudah perlakuan sebesar  $0,862 > 0,05$ .

Kurniasih et al. (2021) menyatakan bahwa salah satu metode distraksi adalah terapi ini, yang digunakan untuk mengalihkan perhatian dan memulai proses penyembuhan. Murrotal Qur'an adalah sarana relaksasi dan penyembuhan berbasis audio yang lebih baik. Ini disebabkan oleh fakta bahwa murrotal Al-Qur'an memiliki intensitas bunyi yang nyaman dan tidak sakit kurang dari 60 dB (Hamidiyanti dan Pratiwi, 2020). Ketika terapi murrotal diberikan rangsangan, otak menghasilkan zat kimia yang disebut neuropeptide untuk mengeluarkan hormon endorfin. Molekul ini berikatan dengan reseptor-reseptor dan memberikan umpan balik berupa kenyamanan dan kenikmatan (Asmaja, 2020). Rasa sakit dapat diobati dengan berdoa dan bersholawat kepada nabi. Berulang-ulang "dapat menghilangkan rasa was-was dan kecemasan sebagai pengalihan perhatian ke stimulasi lain" (Nofiah et al., 2020). Jika Anda percaya pada Allah SWT, Anda mungkin menghadapi kesulitan atau penyakit yang akan membantu Anda memenuhi doanya. Membaca atau mendengarkan sholawat akan membuat jiwa, tubuh, dan pikiran kuat, mengurangi sistem saraf otonom dan reaksi tubuh. Ini akan menghilangkan tantangan dan kecemasan yang dihadapinya (El-Faruqi, 2020).

Peneliti belum menemukan hasil penelitian terdahulu yang membandingkan murrotal Al-Qur'an dengan sholawat untuk mengurangi kecemasan ibu hamil sebelum operasi sectio caesarea. Sebaliknya, peneliti menemukan hasil yang membandingkan murrotal Al-Qur'an dengan terapi dzikir, di mana sholawat dimasukkan ke dalam dzikir karena mengingat Allah. Menurut Taha et al. (2023) hasilnya menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara kedua metode.

Peneliti berpendapat bahwa tidak ada hubungan antara terapi murrotal Alquran surat ar-rahman dan shalawat syifa. Ini disebabkan oleh fakta bahwa terapi ini menumbuhkan keyakinan kepada Allah dan kepasrahan, yang menghasilkan optimisme dan ketenangan jiwa. Meskipun demikian, berdasarkan perbedaan nilai rata-rata, shalawat Syifa dapat menurunkan kecemasan lebih banyak daripada murrotal Alquran surat Ar-Rahman. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa ibu bersalin yang menerima intervensi murrotal

Alquran surat Ar-Rahman hanya mendengarkan, sementara ibu bersalin yang menerima intervensi shalawat Syifa selain mendengarkan juga.

## SIMPULAN

Di Rumah Sakit Bhakti Mulia Jakarta Barat pada tahun 2024, tingkat kecemasan ibu bersalin sebelum dan sesudah terapi murrotal Qur'an adalah 27,30 dan 14,22. Di Rumah Sakit Bhakti Mulia Jakarta Barat pada tahun 2024, tingkat kecemasan ibu bersalin sebelum operasi sectio caesarea adalah 28,27, dan setelah terapi sholawat adalah 14,19. Di Rumah Sakit Bhakti Mulia Jakarta Barat pada tahun 2024, nilai  $p = 0,862$  menunjukkan bahwa terapi murrotal Qur'an dan sholawat tidak berdampak pada kecemasan ibu bersalin sebelum operasi sectio caesarea.

Ibu yang mengalami kecemasan sebelum operasi sectio caesarea harus melakukan terapi murrotal Qur'an atau sholawat setidaknya dua kali sehari selama 15 menit untuk mengurangi kecemasan. Ini dapat membantu mereka lebih mendekatkan diri pada Allah dan menciptakan ketenangan dan kenyamanan dalam hidup mereka. Diharapkan tenaga kesehatan mempertimbangkan untuk memberikan terapi Murottal Qur'an dan shalawat kepada ibu hamil sebelum operasi sectio caesarea, karena ini dapat membantu mengurangi kecemasan secara non-farmakologi. Selama minimal 15 menit, ibu bersalin diharapkan dapat menurunkan kecemasan dengan murottal Qur'an atau sholawat.

Diharapkan bahwa peneliti akan melakukan penelitian lebih lanjut dengan melihat faktor lain yang terkait dengan kecemasan, seperti pendidikan, pekerjaan, dan tingkat nyeri.

## DAFTAR PUSTAKA

- Asmaja J. (2020). Pengaruh Terapi Murrotal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Bidan Praktik Mandiri CMH Palembang. *Skripsi*. Poltekkes Kemenkes, Palembang.
- Chandler, S. K., Robins, J. L., & Kinser, P.A. (2021). *Nonpharmacologic Interventions for the Self- Management of Anxiety in Parkinson's disease: A comprehensive review*, Behavioural Neurology.
- Firdaus, I. (2022). *Dampak Hebat Emosi Kesehatan*. Jogjakarta: Fiah Book.
- Hajiri, F., Pujiastuti, S. E., & Siswanto, J. (2021). Terapi Murottal dengan Akupresur Terhadap Tingkat Kecemasan dan Kadar Gula Darah Pada Pasien dengan Penyakit Jantung Koroner. *Jurnal Keperawatan Silampari*. 2, 146–159.
- Hamidiyanti, B. Y., & Pratiwi, I. G. (2020). Effects of Listening to the Quran on Anxiety Level of Primipara. *Health, Spirituality and Medical Ethics*, 52-56.
- Handayani, F & Jamila K. (2020). Pengaruh Komunikasi Terapeutik terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Pra Operasi Fraktur di RSUD Labuang Baji Makasar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnostik*. vol 13 (1)
- Hartiningsih S, Nurhayati P, Oktavianto E, Setyorini A. (2022). Terapi Murottal Berpengaruh terhadap Tekanan Darah dan Kecemasan pada Lansia Penderita Hipertensi. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*. Volume 4 Nomor 4, e-ISSN 2715-6885; p-ISSN 2714-9757.
- Hariyanti, Indriastuti D, Jasmin M. (2021). Pengaruh Terapi Murottal Al Qur'an Surah Ar-Rahman Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Molawe. *Jurnal Ilmiah Karya Kesehatan*, Volume 02. Nomor 01. E-ISSN : 2747-2108
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Gangguan Psikologi pada Ibu Hamil*. Jakarta : Kemenkes RI.
- Khoiriyah, R., Handayani, S. (2023). Kesehatan Mental Emosional Ibu Pre Operasi Sectio Caesarea. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Mulawarman*. Vol. 3 No. 2. Hal 164-173.
- Kristiana D. (2021). Aromaterapi Lemon dan Sholawat Nabi terhadap Penurunan Kecemasan dan Tekanan Darah Ibu Bersalin Preeklampsia di RS Bhakti Wira Tamtama Semarang. *Skripsi*. Poltekkes Kemenkes Semarang Jurusan Kebidanan.
- Kurniasih, E., Kurnia, A., & Istiqomah, L. F. (2021). Pengaruh Terapi Spiritual (Islam) Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Hemodialisa. *Jurnal Keperawatan Galuh*, 3(1), 15-20.
- Meinawati L., Khairoh M. (2023). Terapi Murottal Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Ibu Bersalin. *Jurnal Ilmiah : J-Hestech*, Vol. 6 No.1, Halaman 55 – 64
- Niafatun., Fitri, Arofiati., & Yanuar. (2021). Pengaruh Mendengarkan dan Membaca Sholawat terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Post OP ORIF di RSUD Ngudi Waluyo. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 10 (1), 2086-3454.



- Nugraheni, N., & Romdiyah, R. (2021). Perbedaan Perlakuan Senam Hamil Dan Terapi Murotal Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III, *Jurnal Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat UNSIQ*, 5.
- Nurqalbi, S., & Kamaruddin, M. (2021). Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Menghadapi Persalinan di Rumah Sakit Siti Khadijah III Makassar, *Medika Alkhairaat: Jurnal Penelitian Medis dan Kesehatan*.  
<https://doi.org/10.31970/ma.v1i2.30>
- Rahman, A. (2021). Terapi Dzikir Dalam Islam Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil, *Jurnal Tarbawi*, 5(1), p. 76.
- Ramdaniati, S., Kusmiati, S., & Sakti, B. (2020). *The Effect of Using Murottal Quran Therapy on Low Birth Weight Infants*. 10(8), 14–20.
- Rasjidi, I. (2021). *Kecemasan Ibu Bersalin dalam Mengahdapi Persalinan*. Jakarta: CV AgungSeto.
- Safara M. (2020). The Effect of Spiritual Music on Health in Different Religions. *Delhi Psychiatry Journal* 17 Nomor 1: 134–37.
- Savitri, R. (2021). *Kecemasan Bagaimana Mengatasi Penyebabnya*. Jakarta: Pustaka Populer Obor.
- Sari N, Parwati, Indriana. (2023). Hubungan antara Tingkat Pengetahuan Ibu dan Dukungan Suami dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III dalam Menghadapi Persalinan. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*. P - ISSN: 2580-6173 | E – ISSN : 2548-6144 Vol. 7 No. 1.
- Setyaningsih D, Ariyanti I, Octaviani D, Yunadi F., (2020), Terapi Murrotal Al-Mulk dalam Penurunan Kecemasan Ibu Bersalin. *Jurnal Kebidanan*, Vol 6, No 3, Juli 2020 : 388-393.
- Shalihah, A. (2023). Gambaran Kecemasan Preoperatif (Satu Hari Sebelum Operasi) Sectio Caesarea di Bangsal RSUP dr. M. Djamil Padang. *Proposal Skripsi*. Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.
- Sikwandi, A., Santoso, T. H. dan Tribagus, C. (2021). Pengaruh Terapi Sholawat Nabi terhadap Tingkat Depresi pada Lansia di UPT PSLU Bondowoso, *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), pp. 1689–1699.
- Stuart. (2021). *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. Jakarta: EGC.
- Taha, Rendiansyah., Firmawati., & Harismayanti. (2023). Efektivitas Terapi Spiritual Murrotal AL-Qur'an dan Terapi Dzikir Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Hemodialisa di RSUD Toto Kabila, *Jurnal Ilmu Kesehatan dan Gizi*, 1(2), 149-160.
- Watinih, I. (2021). *Kumpulan Shalawat Nabi Super Lengkap*. Jakarta: Karya Media.