

PENGARUH TERAPI MUSIK MUROTTAL TERHADAP PENGURANGAN NYERI PERSALINAN KALA I FASE AKTIF DI BPM BIDAN DEWI YUSTIANTI, S.Tr.Keb REJOMULYO KECAMATAN JATI AGUNG KABUPATEN LAMPUNG SELATAN TAHUN 2020

Mega Ria Puspita¹, Vida Wira Utami², Fitria³

¹Mahasiswa Program Studi DIV Kebidanan Universitas Malahayati Bandar Lampung
Email: megaaja200022@gmail.com

^{2,3}Dosen Program Studi DIV Kebidanan Universitas Malahayati Bandar Lampung
Email: vida_hermawan@yahoo.com, aldita_samia@yahoo.com

ABSTRACT : THE EFFECT OF MUROTTAL MUSIC THERAPY ON THE REDUCTION OF PHASE I ACTIVE LABOR AT BPM DEWI YUSTIANTI, S.TR.KEB REJOMULYO KECAMATAN JATI AGUNG, SELATAN LAMPUNG REGENCY, 2020.

Background: *According to Elvoski, stated that about 90% of women experience pain during childbirth and only 4-7% of women do not experience pain during childbirth. Based on the results of a pre-survey conducted on February 14, 2020 at BPM Dewi Yustianti, S.Tr.Keb Rejomulyo, Jati Agung Subdistrict, South Lampung Regency, 9 maternal data were obtained. Where 7 out of 9 patients who faced childbirth stated that they could not stand the pain that was felt, especially during the first stage.*

Purpose: *The purpose of this study was to determine the effect of Murottal Music Therapy on the Reduction of Stage I Labor Pain in the Active Phase at BPM Dewi Yustianti, S.Tr.Keb Rejomulyo, Jati Agung District, South Lampung Regency in 2020.*

Methods: *This type of quantitative research, pre experimental research design, with the One group pretest - posttest design approach. The population of all mothers who gave birth was 123 people. A sample of 20 people. With a purposive sampling technique. Data analysis using T-test.*

Results: *The results showed that the average pain before murottal music therapy was given was 5.95, after being given murottal music therapy was 3.90. Tr.Keb Rejomulyo, Jati Agung Subdistrict, South Lampung Regency in 2020.*

Conclusion: *the effect of Murottal Music Therapy on the Reduction of Stage I Labor Pain in the Active Phase at BPM Dewi Yustianti, S.Tr.Keb Rejomulyo, Jati Agung District, South Lampung Regency in 2020. The t test results obtained p value $0.000 < \alpha (0.05)$. It is recommended for health workers, especially midwives, to provide therapy to listen to the Al-quran to Muslim mothers who give birth as a non-pharmacological alternative to reducing pain in laboring mothers apart from using pharmacological drugs.*

Keywords: Murottal music, labor pain

Pendahuluan : Menurut Elvoski, menyatakan bahwa sekitar 90 % wanita mengalami nyeri saat proses melahirkan dan hanya 4-7 % wanita yang tidak mengalami nyeri saat melahirkan. Berdasarkan hasil pra survey yang dilakukan pada tanggal 14 Februari 2020 di BPM Dewi Yustianti, S.Tr.Keb Rejomulyo Kecamatan Jati Agung Kabupaten Lampung Selatan di peroleh data ibu bersalin sebanyak 9 orang. Dimana 7 dari 9 pasien yang menghadapi persalinan menyatakan tidak tahan dengan nyeri yang dirasakan terutama pada kala I

Tujuan: Tujuan penelitian ini diketahui Pengaruh Terapi Musik Murottal Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di BPM Dewi Yustianti, S.Tr.Keb Rejomulyo Kecamatan Jati Agung Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2020.

Metode: Jenis Penelitian Kuantitatif, rancangan penelitian *Pra experimental*, dengan pendekatan *One group pretest – posttest design*. Populasi seluruh ibu yang bersalin sebanyak 123 orang. Sampel sebanyak 20 orang. Dengan teknik sampling *purposive sampling*. Analisa data dengan uji *T-test*

Hasil : Hasil penelitian menunjukkan nyeri sebelum diberikan terapi musik murottal sebesar 5,95, sesudah diberikan terapi musik murottal sebesar 3,90.

Simpulan : Diketahui ada Pengaruh Terapi Musik Murottal Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di BPM Dewi Yustianti, S.Tr.Keb Rejomulyo Kecamatan Jati Agung Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2020. Hasil uji *t* didapat *p value* $0,000 < \alpha (0,05)$. Disarankan bagi tenaga kesehatan khususnya bidan agar memberikan terapi mendengarkan Al-qur'an pada ibu bersalin yang beragama islam sebagai salah satu alternative non-farmakologi pengurangan nyeri pada ibu bersalin selain menggunakan obat farmakologi.

Kata Kunci : Musik murottal, Nyeri Persalinan

PENDAHULUAN

Persalinan adalah proses pengeluaran hasil konsepsi (janin dan plasenta) yang telah cukup bulan atau dapat hidup diluar kandungan melalui jalan lahir atau melalui jalan lain dengan bantuan atau tanpa bantuan (kekuatan sendiri) (Mochtar, 2009).

Nyeri saat persalinan merupakan kondisi fisiologis yang dialami oleh hampir semua ibu bersalin. Saat yang paling berat, dan kebanyakan ibu mulai merasakan sakit atau nyeri pada saat persalinan adalah kala I fase aktif. Dalam fase ini kebanyakan ibu merasakan sakit yang hebat karena kegiatan rahim mulai lebih aktif, Pada fase ini kontraksi semakin lama semakin kuat dan semakin sering. Stres atau rasa takut secara fisiologis dapat menyebabkan kontraksi uterus menjadi semakin terasa nyeri dan sakit dirasakan. Kondisi tersebut membuat uterus semakin tegang sehingga aliran darah dan oksigen ke dalam otot-otot uterus berkurang karena mengecil dan menyempit akibatnya rasa nyeri yang tidak terelakkan (Mander, 2003).

Tindakan yang dapat dilakukan untuk mengatasi rasa nyeri persalinan yaitu dapat dilakukan dengan terapi farmakologi dan non farmakologi. Manajemen nyeri secara farmakologi lebih efektif dibanding dengan metode nonfarmakologi namun metode farmakologi lebih mahal, dan berpotensi mempunyai efek yang kurang baik. Sedangkan metode nonfarmakologi bersifat non intrusif, non invasif, murah, sederhana, efektif dan tanpa efek yang merugikan (Maryunani, 2010).

Menurut Potter & Perry (2006), tindakan non farmakologi stimulasi dan masase kutaneus,

terapi es dan panas, stimulasi saraf elektrik transkutan, distraksi, teknik relaksasi, imajinasi terbimbing, hipnosis. Distraksi dapat dilakukan dengan metode distraksi pengelihatian (Visual) dan distraksi pendengaran (Audio).

Menurut Elvoski, menyatakan bahwa sekitar 90 % wanita mengalami nyeri saat proses melahirkan dan hanya 4-7 % wanita yang tidak mengalami nyeri saat melahirkan. Peneliti telah melakukan studi pendahuluan dengan melakukan interview terhadap 10 ibu pernah melahirkan dan didapatkan data bahwa 7 ibu menyatakan nyeri ketika persalinan, sedangkan 3 diantaranya tidak merasakan nyeri. Relaksasi dengan mendengarkan Alqur'an merupakan salah satu metode terapi Nonfarmakologis yang dapat mengurangi nyeri dan juga dapat memberikan ketenangan jiwa, karena ketenangan jiwa dapat menginduksi hormon *endorphin* dan mereduksi hormon-hormon yang mengakibatkan vasokonstriksi pembuluh dan spasme darah ibu. Selain itu ketenangan jiwa juga dapat meningkatkan oksigenasi (Sari, 2010).

Murottal merupakan rekaman suara Al-Qur'an yang dilagukan oleh seorang Qori' (pembaca Al-Qur'an). Lantunan Al-Qur'an secara fisik mengandung unsur suara manusia, suara manusia merupakan instrumen penyembuhan yang menakjubkan dan alat yang paling mudah dijangkau. Suara dapat menurunkan hormon-hormon stres, mengaktifkan hormon *endorfin* alami, meningkatkan perasaan rileks, dan mengalihkan perhatian dari rasa takut, cemas dan tegang, memperbaiki sistem kimia tubuh sehingga menurunkan tekanan darah serta memperlambat pernafasan, detak jantung,

denyut nadi, dan aktivitas gelombang otak. Laju pernafasan yang lebih dalam atau lebih lambat tersebut sangat baik menimbulkan ketenangan, kendali emosi, pemikiran yang lebih dalam dan metabolisme yang lebih baik (El-Qudsy, 2013).

Murottal al-qur'an surah al-fatihah merupakan salah satu terapi yang efektif karena surah al-fatihah merupakan surah terbaik al-qur'an. Hadist yang diriwayatkan oleh Bukhari dan Muslim menyebutkan bahwa surah al-fatihah dapat digunakan sebagai ruqyah dan obat bagi seseorang yang sakit. Seorang ibu hamil pasti mempunyai keinginan dan harapan yang besar akan persalinan yang lancar, bayi dan ibu sehat. Dengan terapi murottal qur'an akan meningkatkan kualitas kesadaran seseorang terhadap Tuhan, baik orang yang paham arti dari bacaan al-quran maupun tidak. Kesadaran ini menyebabkan totalitas kepasrahan kepada Allah SWT, dalam keadaan ini otak berada dalam gelombang alpha, dimana energi otak berfrekuensi 7-14HZ sehingga menjadi optimal dan menurunkan nyeri serta mendatangkan ketenangan bagi pendengarnya (Suprapti, 2016).

METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian *pre eksperiment* dengan pendekatan *one group pretest posttest design*. Variabel dalam penelitian ini ada 2 yaitu variabel independent (murottal al-quran) dan variabel dependent (nyeri persalinan), populasi dalam penelitian ini adalah ibu bersalin yaitu sebanyak 123 ibu, sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 20 ibu bersalin yang mengalami nyeri persalinan kala I fase aktif, teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Analisa data menggunakan uji *T-test dependent*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Tabel 1
Nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif sebelum mendengarkan Terapi Musik Murottal di BPM Dewi Yustianti, S.Tr.Keb Rejomulyo Kecamatan Jati Agung Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2020

Varia bel	N	M e a n	Me d ia n	S D	M i n	M a x
nyeri sebelum mend engar kan murott al	20	5,95	6,00	0,686	5	7

Berdasarkan tabel 1 di atas dapat diketahui bahwa dari 20 responden penelitian, diperoleh hasil nilai mean atau nilai rata-rata nyeri sebelum mendengarkan murottal sebesar 5,95 (dimana dalam kategori nyeri sedang) dengan nilai median 6,00, standar deviasi sebesar 0,686, hasil rata-rata terendah atau hasil minimal yaitu sebesar 5 dan hasil jumlah tertinggi atau hasil maksimal sebesar 7.

Tabel 2
Nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif sesudah mendengarkan Terapi Musik Murottal di BPM Dewi Yustianti, S.Tr.Keb Rejomulyo Kecamatan Jati Agung Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2020

Variabel	N	Me an	Med ian	SD	Mi n	Ma x
nyeri sesudah mendengarkan murottal	20	3,90	4,00	0,641	2	6

Berdasarkan tabel 2 di atas dapat diketahui bahwa dari 20 responden penelitian, diperoleh hasil nilai mean atau nilai rata-rata nyeri sesudah diberikan terapi mendengarkan ayat Alqur'an sebesar 3,90, (dimana dalam kategori nyeri ringan) dengan nilai median 4,00, standar deviasi sebesar 0,641, hasil rata-rata terendah atau hasil minimal yaitu sebesar 2 dan hasil jumlah tertinggi atau hasil maksimal sebesar 6.

Analisis Bivariat

Tabel 3
Pengaruh Terapi Musik Murottal Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di BPM Dewi Yustianti, S.Tr.Keb Rejomulyo Kecamatan Jati Agung Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2020

Berdasarkan tabel 3 diatas dapat hasil uji *t* didapat *p value* $0,000 < \alpha (0,05)$ artinya H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti ada Pengaruh Terapi Musik Murottal Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di BPM Dewi Yustianti, S.Tr.Keb Rejomulyo Kecamatan Jati Agung Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2020.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian diatas dapat diketahui bahwa bahwa dari 20 responden penelitian, diperoleh hasil nilai mean atau nilai rata-rata nyeri sebelum mendengaran murrotal sebesar 5,95(dimana dalam kategori nyeri sedang) dengan nilai median 6.00, standar deviasi sebesar 0,686, hasil rata-rata terendah atau hasil minimal yaitu sebesar 5 dan hasil jumlah tertinggi atau hasil maximal sebesar 7.

Berdasarkan hasil penelitian diatas dapat diketahui bahwa bahwa dari 20 responden penelitian, diperoleh hasil nilai mean atau nilai rata-rata nyeri sesudah diberikan terapi mendengarkan ayat Alqur'an sebesar 3,90(diaman dalam kategori nyeri ringan), dengan nilai median 4,00, standar deviasi sebesar 0,641, hasil rata-rata terendah atau hasil minimal yaitu sebesar 2 dan hasil jumlah tertinggi atau hasil maximal sebesar 6.

Berdasarkan hasil penelitian analisa bivariat menggunakan uji *t test sample dependent* didapatkan nilai *p-value* sebesar $0.000 < \alpha (0,05)$ yang berarti ada Pengaruh Terapi Musik Murottal Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di BPM Dewi Yustianti, S.Tr.Keb Rejomulyo Kecamatan Jati

Agung Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2020.

Hasil Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Sari, Ika Permana (2010) yang berjudul Pengaruh Mendengarkan Ayat Suci Al-Quran Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Primipara di Puskesmas Mergangsan Yogyakarta. Dengan Hasil penelitian

Hasil Pengukuran nyeri	N	Mean	SE	SD	P value
Sebelum	20	5,95	0,153	0,686	0,000
Sesudah	20	3,90	0,143	0,641	0,001

menunjukkan penurunan tingkat nyeri persalinan diuji menggunakan Wilcoxon dengan derajat kemaknaan $P < 0.05$.didapatkan hasil kelompok experiment $P=0.001$ dan kelompok kontrol $P = 0.414$. yang berarti mendengarkan ayat alqur'an dapat menurunkan nyeri persalinan.

Berdasarkan teori Murrotal Al-Qur'an adalah membaca alqur'an yang memfokuskan pada dua hal yaitu kebenaran bacaan dan lagu Al-Qur'an.Karena konsentrasi bacaan difokuskan pada penerapan merupakan tajwid sekaligus lagu, maka porsi lagu Al-Qur'an tidak dibawakan sepenuhnya, tetapi hanya pada nada asli atau sedang (Zuhdi, 2015).

Terapi murrotal Al-Qur'an bukanlah semata pengobatan atau penyembuhan dari suatu penyakit, melainkan merupakan obat, rahmat, pendidikan, kebahagiaan, dan taqqaro kepada Allah SWT.lamerupakan jalan menuju keselamatan menuju dunia maupun akhirat. Terapi murrotal Al-Qur'an merupakan penyembuhan menyeluruh dan program yang sempurna bagi hidup, tubuh, jiwa, dan ruh (Al-Kahel, 2012).

Pemberian terapi bacaan Al-Qur'an terbukti mengaktifkan sel-sel tubuh dengan mengubah getaran suara menjadi gelombang yang ditangkap oleh tubuh, menurunkan stimuli reseptor nyeri dan otak terangsang mengeluarkan analgesik opioid natural endogen.Opioid ini bersifat permanen untuk membloke nociceptor nyeri (Imannudin, 2015).

Eksperimen yang dilakukan oleh Ahmed Elkadi mengungkapkan bahwa pembacaan Al-Qur'an dapat memunculkan relaksasi pada ketegangan syaraf beserta perubahan-perubahan fisiologis. Peneliti menilai, hanya dengan pembacaan Al-Qur'an saja dapat membuat efek yang baik bagi tubuh, terlebih lagi jika pembacaan Al-Qur'an tersebut diperdengarkan dengan irama yang stabil dan dilakukan dengan tempo yang lambat serta harmonis, maka akan memunculkan ketenangan bagi pendengarnya dan dapat dijadikan penyembuh baik dari gangguan fisik maupun psikis. Berdasarkan hasil penelitian ini, secara tidak langsung terapi murottal Al-Qur'an dapat dijadikan sebagai penyembuh sakit. Al-Qur'an sebagai penyembuh telah dilakukan dan dibuktikan, orang yang membaca Al-Qur'an atau mendengarkan akan memberikan perubahan arus listrik di otot, perubahan sirkulasi darah, perubahan detak jantung dan perubahan kadar darah pada kulit. Alkahel (2011) menyebutkan membaca atau mendengarkan Al-Qur'an akan memberikan efek relaksasi, sehingga pembuluh darah nadi dan denyut jantung mengalami penurunan. Terapi bacaan Al-Qur'an ketika diperdengarkan pada orang atau pasien akan membawa gelombang suara dan mendorong otak untuk memproduksi zat kimia yang disebut neuropeptide. Molekul ini akan memengaruhi reseptor didalam tubuh sehingga hasilnya tubuh merasa nyaman (Handayani, 2014).

Menurut pendapat peneliti berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dengan memberikan terapi mendengarkan ayat Alqur'an dapat menurunkan nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif, hal tersebut dikarenakan oleh efek relaksasi yang ditimbulkan setelah mendengarkan ayat Alqur'an. Perbedaan rasa nyeri pada tiap responden sebelum dan sesudah dilakukan terapi alqur'an disebabkan oleh bagaimana responden tersebut menanggapi rasa nyeri yang dialaminya dan disebabkan oleh faktor usia dan paritas ibu, dimana ibu yang memiliki usia lebih muda dan paritas pertama mengalami nyeri lebih tinggi hal tersebut dikarenakan belum pernah mengalami nyeri persalinan sebelumnya. Dimana berdsarkan hasil penelitian yang paling banyak adalah ibu dengan usia < 35 tahun.

SIMPULAN

Ada Pengaruh Terapi Musik Murottal Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di BPM Dewi Yustianti, S.Tr.Keb Rejomulyo Kecamatan Jati Agung Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2020, analisa data menggunakan uji t didapat p value $0,000 < \alpha 0,05$.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Kaheel. 2013. *Pengobatan Qur'ani, Manjuranya berobat dengan Al-Qur'an* Jakarta: Amzah
- Arikunto, 2013. *Prosedur Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta
- Bobak. 2004. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Jakarta : EGC.
- El-Qudsy, Hasan. 2013. *Dahsyatnya bacaan Al-Qur'an Bagi Ibu hamil*. Surakarta: Al-Qudwah.
- Handayani, rohmi. *Pengaruh terapi Murrotal Al-Qur'an Untuk penurunan nyeri persalinan dan kecemasan pada ibu bersalin kala I fase aktif*.
- Hastono. 2007. *Analisa Data Kesehatan*. Jakarta : FK. UI.
- Imannudin, 2015. *Perbedaan efektifitas terapi distraksi musik klasik dengan murrotal terhadap nyeri persalinan kala I*.
- JNPK-KR. 2009. *Pelatihan Asuhan Persalinan Normal*. Jakarta : JNPK-KR
- Manuaba, IGB., 2010. *Ilmu Kebidanan, penyakit Kandungan dan KB untuk Pendidikan Bidan Edisi 2*. Jakarta : EGC.
- Mander, Rosemary. 2012. *Nyeri Persalinan*. Jakarta: EGC
- Maryunani, A. 2010. *Nyeri Dalam Persalinan "Teknik Dan Cara Mengatasinya"*. Jakarta: TIM.
- Mochtar, Rustam, 2012. *Sinopsis Obstetri*. Jakarta; EGC.

