

PENGARUH TERAPI MUROTTAL QUR'AN DAN SHOLAWAT TERHADAP  
KECEMASAN IBU HAMIL DENGAN PREEKLAMPSIA  
DI RSUD KOJA JAKARTA UTARA

Cynthia Indah Febrina Yamin<sup>1</sup>, Vivi Silawati<sup>2\*</sup>, Cholisah Suralaga<sup>3</sup>

<sup>1-3</sup>Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nasional

Email Korespondensi: vivi.sila@civitas.unas.ac.id

Disubmit: 12 Agustus 2024

Diterima: 28 Desember 2024

Diterbitkan: 01 Januari 2025

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v7i1.11546>

**ABSTRACT**

*One of the causes of Maternal Mortality Rate (MMR) is Preeclampsia. The risk of Preeclampsia increases in pregnant women who experience anxiety. One of the non-pharmacological therapies to reduce anxiety and blood pressure is giving murottal Qur'an therapy and prayer. To determine the effect of murottal Qur'an therapy and prayer on the anxiety of pregnant women with Preeclampsia at Koja Hospital, North Jakarta in 2023. Quasy Experiment with Two Group Pretest and Posttest Design. The sample in this study was pregnant women who were anxious because of Preeclampsia at Koja Hospital, North Jakarta in May 2023, as many as 30 respondents using a purposive Sampling Technique. Data analysis used the Paired Sample T-Test and Independent T-Test, which were previously tested for Normality and Homogeneity. The results of the univariate study showed that the level of anxiety in pregnant women with Preeclampsia before and after listening to the murottal Qur'an decreased with an average difference of 13.07. The level of anxiety in pregnant women with Preeclampsia before and after the sholawat was heard decreased with an average difference of 13.27. The results of the bivariate study were Paired Sample T-Test murottal Qur'an and sholawat (P-Value 0.000). Independent T-Test test results with a P-Value of 0.681. There is an effect of murottal Qur'an and prayer on the anxiety level of pregnant women with preeclampsia. There is no difference in the effect of murottal Qur'an therapy and prayer on the anxiety level of pregnant women with Preeclampsia. Pregnant women with Preeclampsia who experience anxiety should do murottal Qur'an therapy or prayer to reduce anxiety at least twice a day for 15 minutes to get closer to Allah and create peace and comfort in life.*

**Keywords:** *Murottal Qur'an, Prayers, Anxiety for Pregnant Women, Preeclampsia*

**ABSTRAK**

Salah satu penyebab Angka kematian Ibu (AKI) adalah Preeklampsia. Risiko Preeklampsia meningkat pada ibu hamil yang mengalami kecemasan, begitu juga yang mengalami Preeklampsia akan meningkatkan kecemasan. Salah satu terapi non farmakologi untuk menurunkan kecemasan dan tekanan darah adalah pemberian terapi murottal Qur'an dan sholawat. Mengetahui pengaruh terapi murottal Qur'an dan sholawat terhadap kecemasan ibu hamil dengan Preeklampsia di RSUD Koja Jakarta Utara tahun 2023. *Quasy Experiment* dengan

rancangan *Two Group Pretest and Posttest Design*. Sampel dalam penelitian yaitu ibu hamil yang mengalami cemas karena Preeklampsia di RSUD Koja Jakarta Utara sejak bulan Mei - Juni 2023 sebanyak 30 responden dengan teknik *Purposive Sampling*, analisa data menggunakan uji *Paired Sample T-Test* dan *T-Test Independent* yang sebelumnya dilakukan uji Normalitas dan Homogenitas. Hasil penelitian univariat tingkat kecemasan pada Normalita ibu hamil dengan Preeklampsia sebelum dan sesudah diperdengarkan murrotal Qur'an mengalami penurunan dengan selisih nilai rata-rata 13,07. Tingkat kecemasan pada ibu hamil dengan Preeklampsia sebelum dan sesudah diperdengarkan sholawat mengalami penurunan dengan selisih nilai rata-rata 13,27. Hasil penelitian bivariat uji *Paired Sample T-Test* Murottal Qur'an dan sholawat (*P-Value* 0,000). Hasil uji *T-Test Independent* dengan *P-Value* 0,681. Ada pengaruh murottal Qur'an dan sholawat terhadap tingkat kecemasan ibu hamil dengan Preeklampsia. Tidak terdapat perbedaan pengaruh terapi murottal Qur'an dan terapi sholawat terhadap tingkat kecemasan ibu hamil dengan Preeklampsia. Ibu hamil Preeklampsia yang mengalami kecemasan hendaknya melakukan terapi murottal Qur'an atau terapi sholawat untuk mengurangi kecemasan minimal dua kali sehari selama 15 menit dan dapat lebih mendekatkan diri pada Allah serta dapat menciptakan ketenangan dan kenyamanan dalam hidup.

**Kata Kunci:** Murottal Qur'an, Sholawat, Kecemasan Ibu Hamil, Preeklampsia

## PENDAHULUAN

Kesehatan menjadi aspek yang sangat penting bagi ibu hamil untuk diperhatikan. Komplikasi yang banyak terjadi pada ibu hamil adalah kehamilan dengan tekanan darah tinggi (Preeklampsia). Preeklampsia menjadi salah satu penyebab morbiditas dan mortalitas pada ibu hamil oleh sebab itu dapat meningkatkan angka kematian ibu (AKI). Kecemasan yang dialami ibu hamil akan melatar belakangi dan mempengaruhi tekanan darah menjadi tinggi dalam kehamilan karena pada saat cemas pembuluh darah akan menyempit sehingga tekanan darah akan menjadi meningkat, tekanan darah yang terus meningkat dan mengalami perburukkan yang biasa disebut Preeklampsia.

Apabila ibu hamil dengan Preeklampsia mengalami kecemasan maka tekanan darah tinggi akan meningkat dan risiko menjadi semakin besar. Kecemasan yang terjadi biasanya pada kehamilan di trimester III dan dapat menjadikan

dampak yang negatif pada ibu maupun janinnya. Ibu hamil dengan Preeklampsia dapat mengalami stres yang lebih berat dibandingkan dengan ibu hamil tanpa Preeklampsia (Isworo et al., 2021). Menurut penelitian Karo (2021) ditemukan perbedaan antara skor kecemasan ibu hamil normal dengan ibu hamil dengan Preeklampsia, dimana rata-rata skor kecemasan ibu hamil normal adalah 18,50 sedangkan pada ibu hamil dengan Preeklampsia adalah 30,45. Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Saddam (2022) menunjukkan bahwa pada penelitian ini terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan dengan kejadian Preeklampsia di Rumah Sakit Khusus Daerah Ibu dan Anak Pertiwi Makassar.

World Health Organization (2020) mendapatkan data bahwa diperkirakan 295.000 perempuan dan remaja perempuan meninggal karena komplikasi terkait kehamilan dan persalinan. Gangguan kehamilan

akibat hipertensi merupakan penyebab utama dari morbiditas, kecacatan jangka panjang dan bahkan kematian pada ibu dan bayinya. Hipertensi di seluruh dunia pada kehamilan sekitar 14% dari semua kematian ibu. Amerika Latin dan Karibia 25,7%, Asia dan Afrika berkontribusi 9,1%, sekitar 16% di Afrika. Indonesia pada tahun 2019, diketahui bahwa jumlah kematian ibu terbanyak kedua disebabkan oleh hipertensi kehamilan yang berjumlah 1.066 kasus setelah penyebab karena perdarahan dan penyebab ketiga adalah karena infeksi sebanyak 207 kasus. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2020) memperkirakan pada tahun 2024 angka kematian ibu di Indonesia turun menjadi 183/100.000 kelahiran hidup dan di tahun 2030 turun menjadi 131 per 100.000 kelahiran hidup.

Dinas Kesehatan Provinsi DKI Jakarta (2022) didapati bahwa Angka Kematian Ibu (AKI) sebesar 152 orang jumlah ibu hamil dengan Preeklampsia 22 orang ibu, sayangnya angka ini terus meningkat di lima tahun terakhir baik, dilihat dari tahun 2017 sebanyak 44 AKI dan tahun 2018 sebanyak 98 AKI dengan jumlah kematian ibu hamil dengan Preeklampsia sebanyak 27 orang, tahun 2019 AKI sebanyak 100 orang dengan jumlah kematian ibu hamil dengan Preeklampsia sebanyak 29 orang tahun 2020 sebanyak 177 AKI dengan jumlah kematian ibu hamil dengan preeklampsia sebanyak 25 orang serta di tahun 2021 sebanyak 152 Angka Kematian Ibu. Angka kematian ibu pada tahun 2022 adalah 73,2 tiap 100/kelahiran hidup. Mengingat kematian ibu akibat Preeklampsia cukup banyak tiap tahunnya, dibutuhkan pelayanan yang tepat untuk itu. Ibu hamil yang mengalami Preeklampsia sering merasa cemas karena memikirkan keadaannya dan

keselamatan bayinya (Erawati, 2022).

Menurut Stuart & Sundeen (2019) kecemasan yang dialami ibu bersalin dikarenakan oleh hal-hal seperti cemas menghadapi proses kelahiran bayi, cemas mengkhawatirkan keadaan janin dan cemas pada keberhasilan proses persalinan. Adapun kaitannya kecemasan dengan preeklamsia terjadi karena hipotalamus mengeluarkan *Corticotrophin Releasing Factor* (CRF) sebagai umpan balik munculnya kecemasan. CRF merangsang hipofisis sehingga hormon Adenokortikotropik (ACTH) keluar sebagai hormon stres utama tubuh. Kemudian ACTH melalui aliran darah menuju kelenjar adrenal. Kelenjar adrenal akan mengeluarkan epinefrin (adrenalin) dan kortisol sehingga tekanan darah dan kadar gula darah naik agar terpenuhinya kebutuhan ke otak, jantung, otot, dan tulang (Hardianti & Mairo, 2018).

Kecemasan terjadi pada ibu Preeklampsia akan semakin memperparah Preeklamsianya, apabila kondisi ini tidak terkelola dengan baik akan berdampak pada kesejahteraan ibu saat bersalin dan bayi yang dilahirkan. Pengaruh secara fisik dan psikis tersebut dapat berlanjut menjadi stroke, kejang, partus lama, bayi lahir dengan berat yang rendah hingga kematian ibu dan janin yang dikandungnya (Hayati, 2018).

Penanganan pada Preeklamsia dalam kehamilan dapat dilakukan dengan dua cara yaitu farmakologis dan non farmakologis. Terapi murrotal dan terapi sholawat adalah terapi non farmakologi. Terapi non farmakologi seperti yang telah diungkapkan dalam buku Chandler et al. (2019) diyakinkan mempunyai efek yang lebih rendah, lebih aman dan dapat digunakan dalam jangka waktu yang lama. Aspek religius

berperan penting bagi seseorang dalam menerima segala sesuatu yang menyimpannya, baik dalam hal positif maupun dalam hal negatif. Seseorang tersebut akan lebih dapat menerima dengan lapang dada apa yang menimpa pada kehidupannya jika percaya dengan Tuhan dan agamanya. Hal tersebut dapat meningkatkan rasa percaya diri dan perasaan aman semakin meningkat sehingga kecemasan yang dirasakan ibu hamil akan jauh lebih berkurang (Rahman, 2020).

Terapi murrotal Qur'an cukup populer di Indonesia, karena mayoritas penduduk Indonesia beragama Islam yang beriman terhadap kitab suci Al-qur'an. Mendengarkan murrotal Qur'an dan sholawat merupakan terapi non farmakologi atau terapi non invasif untuk ibu hamil dengan tekanan darah tinggi yang dapat diterapkan secara sederhana, tidak membutuhkan ahli terapi, harga terjangkau dan tidak menimbulkan efek samping. Sebagai umat muslim, Al-Qur'an merupakan kalam Allah SWT diturunkan kepada Nabi Muhammad SAW, yang merupakan mukjizat melalui perantara malaikat Jibril untuk disampaikan kepada umat manusia sebagai pedoman hidup sehingga umat manusia mendapat petunjuk untuk kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat (Nurqalbi & Kamaruddin, 2019).

Murrotal Qur'an dan sholawat memiliki kemampuan untuk mengatur dan mempengaruhi rasa cemas, stres dan juga tekanan darah sistolik dan diastolik (Taha et al., 2023). Al-Quran sebagai stimulan yang didominasi gelombang delta daerah sentral dan frontal yang dapat memberikan rasa tenang dan nyaman bagi ibu hamil. Zat kimia *neuropeptide* akan di produksi otak setelah dirangsang sel yang merupakan umpan balik kenikmatan

dan kenyamanan (Nugraheni & Romdiyah, 2018). Relaksasi dengan intervensi mendengarkan Al-Qur'an dan sholawat merupakan salah satu metode terapi non farmakologis yang dapat memberikan ketenangan jiwa, karena ketenangan jiwa dapat menginduksi hormon endorfin dan mereduksi hormon-hormon yang mengakibatkan vasokonstriksi pembuluh darah dan spasme otot sehingga dapat memperlancar peredaran darah yang pada akhirnya akan menurunkan curah jantung dan tekanan darah. Selain itu ketenangan jiwa juga dapat meningkatkan oksigenasi dan mengurangi stres (Hajiri et al., 2019).

Al-Qur'an mempunyai banyak keutamaan, salah satunya sifatnya adalah sebagai obat penyembuh atau yang biasa disebut Asy-Syifa. Seperti yang tertuang dalam Al-Qur'an surat Yunus Ayat 57 yang berbunyi :

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ  
وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ

Arab-Latin : Yā ayyuhan-nāsu qad jā'atkum mau'izatum mir rabbikum wa syifā`ul limā fiṣ-ṣudūri wa hudaw wa raḥmatul lil-mu`minīn.

Artinya : Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman (QS: Yunus Ayat 57).

Dalam kitab suci Al-Qur'an surat Al-Imran ayat 139 bahwa dengan keimanan mampu menghilangkan rasa lemah, bersedih hati oleh karena itu kecemasan dapat dihindari, berikut bacaan Al-Qur'an surat Al-Imran ayat 139 :

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِن كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Arab-Latin: Wa lā tahiṇu wa lā taḥzanu wa antumul-a'launa ing kuntum mu`minīn.

Artinya : Dan janganlah kamu (merasa) lemah, dan jangan (pula)

bersedih hati, sebab kamu paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang beriman (QS:Al-Imran 139).

Berkaitan dengan shalawat merupakan salah satu bentuk penghargaan kepada Nabi Muhammad SAW merupakan kekasih Allah, sebagai salah satu pembawa risalah ajaran-Nya memiliki peranan penting dalam penyebarluasan agama Islam. Allah SWT sangat memuliakan Nabi Muhammad SAW sebagai umatnya tentu tidak asing lagi dengan kegiatan sekaligus ibadah membaca shalawat bahkan di masa sekarang membaca shalawat tidak hanya amalan yang bernilai pahala tapi juga sudah mulai menjadi budaya. Puluhan hingga ratusan juta umat muslim di dunia pada setiap harinya aktif menyuarakan shalawat dan salam kepada Nabi, setiap kali mereka mendirikan shalat atau setiap kali mereka menyebut yang lahir dari lisan mereka adalah Shallallahu 'alayhi wa sallam. Sebagaimana tertuang dalam Al-qur'an surat Al Ahzab ayat 56 :

إِنَّ اللَّهَ وَمَلَائِكَتَهُ يُصَلُّونَ عَلَى النَّبِيِّ يَا أَيُّهَا  
الَّذِينَ آمَنُوا صَلُّوا عَلَيْهِ وَسَلِّمُوا تَسْلِيمًا

Arab-Latin: Innallāha wa malā`ikatahu yuṣallūna 'alan-nabiyy, yā ayyuhallażīna āmanu ṣallu 'alaihi wa sallimu taslīmā.

Artinya : Sesungguhnya Allah dan malaikat-malaikat Nya bershalawat untuk Nabi. Hai orang-orang yang beriman, bershalawatlah kamu untuk nabi dan ucapkanlah salam penghormatan kepadanya (QS: Al Ahzab ayat 56).

Berbagai penelitian telah menelaah fungsi dan peranan shalawat sebagaimana telah dijelaskan juga dalam kitab "Ahwalus Shalawat" yang menjelaskan bahwa shalawat dapat menghilangkan kesulitan dan penyakit yang diderita oleh seseorang. Selain itu beberapa manfaat dari shalawat adalah untuk

menenangkan hati serta memperoleh keselamatan, Al-Qur'an sebagai obat dalam menghadapi berbagai kondisi medis. Salah satunya adalah hubungan terkait pembacaan shalawat dengan mengatasi kecemasan seseorang. Tentunya ini merupakan hal yang menarik dan menjadi salah satu bukti kuasa Allah terhadap manfaat bershalawat kepada Nabi-Nya.

Terapi murotal Qur'an dapat mempercepat penyembuhan, mengurangi stres dan kecemasan sebab dapat berpengaruh secara fisik maupun psikologis telah dibuktikan oleh beberapa ahli seperti yang dilakukan Ahmad Al-Khadi Direktur Utama *Islamic Medicine Institute for Education and Research* di Florida, Amerika Serikat, dalam konferensi tahunan ke XVII Ikatan Dokter Amerika, wilayah Missouri AS, Ahmad Al-Khadi melakukan presentasi tentang hasil penelitiannya dengan tema pengaruh Al-Qur'an pada manusia dalam perspektif fisiologi dan psikologi. Hasil penelitian tersebut menunjukkan hasil positif bahwa mendengarkan ayat suci Al-Qur'an memiliki pengaruh yang signifikan dengan hasil penelitian menunjukkan 97% bahwa pengaruh mendatangkan ketenangan dan menurunkan ketegangan urat saraf reflektif. Mendengarkan terapi murrotal sangat baik untuk kesehatan. Terapi murrotal merupakan instrumen penyembuhan yang paling mudah dijangkau (Safara, 2019). Terapi murrotal Qur'an dapat mengendalikan emosi (*Anger Management*) dan tekanan darah pada penderita hipertensi dengan mendengarkan murottal Qur'an dapat memberikan dampak positif, karena dapat memberikan ketenangan dan perasaan nyaman yang dapat mengendalikan emosi marah dan tekanan darah. Terapi murotal Qur'an selama 7 hari

berturut-turut dapat menurunkan tekanan darah sistol dan diastol pada penderita hipertensi (Hartiningsih et al., 2022).

Hasil penelitian selanjutnya di Indonesia berkaitan dengan murottal Al Qur'an dilakukan oleh Hariyanti et al. (2021) menjelaskan ada pengaruh terapi murrotal Al Qur'an Surat Ar-Rahman bermanfaat untuk menurunkan tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester ketiga. Penelitian lainnya berkaitan dengan sholat dilakukan oleh Nofiah et al. (2020) menjelaskan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pada pemberian intervensi mendengarkan dan membaca sholat syifa atau tibil qulub terhadap tingkat kecemasan pasien post OP ORIF di RSUD Ngudi Waluyo.

Penggunaan terapi murottal Qur'an dan terapi sholat memiliki nilai berbasis spiritual atau psikoreligius dan sama Kudi merupakan terapi non farmakologis yang dapat menenangkan jiwa hanya saja belum ada penelitian yang membandingkan kedua intervensi tersebut, sehingga peneliti tertarik untuk membandingkan kedua intervensi tersebut. Berdasarkan data yang diperoleh dari register pasien pada bulan Januari sampai bulan Maret tahun 2023 di RSUD Koja, jumlah ibu hamil dengan Preeklamsia berjumlah 157 orang, lalu peneliti melakukan pembelajaran pendahuluan kepada 15 orang ibu hamil yang mengalami Preeklamsia dengan melakukan wawancara secara langsung maka di dapatkanlah ada sebanyak 13 (87%) orang ibu hamil yang sudah merasakan cemas terhadap kehamilannya maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh Terapi Murottal Qur'an dan Sholawat Terhadap Kecemasan Ibu Hamil dengan Preeklamsia di RSUD Koja Jakarta Utara Tahun 2023".

## TINJAUAN PUSTAKA

### Kecemasan

Stuart & Sundeen (2019) berpendapat bahwa kecemasan adalah perasaan takut yang didukung oleh situasi yang dialami. Kecemasan merupakan perasaan khawatir, gugup atau gelisah tentang sesuatu dengan hasil yang tidak pasti dan dapat mengiringi, mempengaruhi atau menyebabkan depresi termasuk (Atkinson, 2020).

Kecemasan dapat diukur dengan alat yang disebut *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS). Skala HARS merupakan pengukuran kecemasan yang didasarkan pada munculnya simpton pada individu yang mengalami kecemasan. Menurut skala HARS terdapat 14 simpton yang nampak pada individu yang mengalami kecemasan.

### Preeklamsia

Preeklamsia menurut American College of Obstetricians and Gynecologist Committee on Obstetric Practice (2019) terbagi menjadi Preeklamsia tanpa atau dengan gangguan berat. Preeklamsia tanpa gangguan berat adalah adanya peningkatan tekanan darah sistolik  $\geq 140$  mmhg atau diastolik  $\geq 90$  mmhg setelah dua kali pengukuran dengan jarak minimal 4 jam pada usia kehamilan lebih dari 20 minggu pada ibu hamil yang sebelumnya mempunyai tekanan darah normal. Sedangkan Preeklamsia gangguan berat merupakan gangguan berbagai sistem tubuh yang spesifik pada kehamilan yang ditandai dengan adanya hipertensi (tekanan darah sistolik  $\geq 160$  mmHg dan diastolik  $\geq 110$  mmHg) disertai proteinuria ( $\geq 30$  mg/liter urin atau  $\geq 300$  mg/24 jam) yang didapatkan setelah umur kehamilan 20 minggu, tanda yang ditunjukkan dalam menegakkan diagnosis Preeklamsia gangguan

berat adalah adanya hasil pemeriksaan laboratorium berupa trombositopenia, gangguan fungsi hati, nyeri epigastrium, progresif insufisiensi ginjal yaitu konsentrasi kreatin serum lebih besar dari 1,1 mg/dL atau dua kali lipat konsentrasi kreatinin serum jika tidak ada penyakit ginjal lainnya, edema paru dan gangguan visual.

### **Murottal Qur'an**

Murottal Qur'an adalah rekaman suara Al-Quran yang dilagukan oleh seorang qari atau pembaca Al-Quran. Murottal juga dapat diartikan sebagai lantunan ayat suci Al-Quran yang direkam dan diperdengarkan dengan tempo yang lambat dan harmonis (Amelia et al., 2022). Murottal Qur'an memiliki lantunan yang indah sehingga membuat tubuh menjadi rileks menurunkan hormon kreatina stres, dapat mengalihkan perhatian dari rasa takut, cemas dan tegang, lebih mendekatkan diri kepada Tuhan, serta dapat memperbaiki sistem kimia tubuh sehingga menurunkan tekanan darah, memperlambat pernapasan, detak jantung, denyut nadi dan aktivasi gelombang otak. Terapi murottal Qur'an yaitu mendengarkan ayat Al-Qur'an yang dibacakan dengan tartil dan benar dengan efek akan membawa ketenangan pikiran (Taha et al., 2023).

### **Sholawat**

Sholawat berasal dari bahasa arab yaitu "*shallaa* atau *ash shalatu*," mengandung arti doa, keberkahan, kemuliaan, kesejahteraan dan ibadah. Sholawat artinya doa, merupakan permohonan untuk diri sendiri dan orang lain. Sholawat sebagai ibadah merupakan rasa tunduk kepada Allah SWT dan mengharapkan pahala dari-Nya (Tika, 2020).

Umat Islam percaya dengan bershawat dapat menyembuhkan jiwa dan berbagai penyakit. Bershawat kepada Nabi juga mempunyai manfaat yang baik sebagai salah satu cara berdo'a di berbagai keadaan yang dapat di gunakan untuk menyembuhkan rasa sakit dan apabila di baca berulang-ulang kali dapat menghilangkan rasa was-was dan kecemasan, dan sebagai teknik untuk mengalihkan perhatian ke stimulus lain (Muhtarom, 2019).

Sholawat nabi merupakan suatu perpaduan antara ayat suci Al-Qur'an dengan syair pujian yang di tujukan kepada nabi dengan dilantunkan oleh suara manusia. Secara fisik, bacaan Al-Qur'an memiliki komponen suara manusia yang merupakan alat penyembuhan yang menakjubkan dan mudah ditemukan 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., 2019). Akibatnya, hormon stres menurun, endorfin alami muncul, perasaan rileks meningkat dan teralihkan dari rasa takut, cemas, tegang, dan sistem kimiawi tubuh menjadi lebih baik sehingga tekanan darah menurun dan sistem pernapasan, detak jantung, denyut nadi, dan gelombang otak. aktivitas menjadi lambat. Oleh sebab itu dalam penelitian ini, peneliti akan menggunakan sholawat syifa' yang umumnya dibaca pada saat hati seseorang sedang tidak tenang, baik karena diselimuti kegelisahan atau kecemasan sehingga kegelisahan hati akan hilang atau terobati (Sandi, 2018).

### **Kehamilan**

Kehamilan adalah fertilisasi atau penyatuan spermatozoa dan ovum kemudian dilanjutkan dengan implantasi atau nidasi. Kehamilan normal akan berlangsung selama 40 minggu atau 9 bulan menurut kalender internasional jika dihitung dari fertilisasi sampai bayi lahir. Kehamilan dibagi menjadi 3 trimester yaitu trimester pertama mulai 0-12 minggu, trimester kedua 13-27 minggu, dan trimester ketiga 28-40 minggu. Untuk terjadi kehamilan harus ada spermatozoa, ovum, pembuahan ovum (Konsepsi) dan nidasi (Implantasi) hasil konsepsi. Setiap spermatozoa terdiri atas tiga bagian yaitu kaput atau kepala yang berbentuk lonjong agak gepeng dan mengandung bahan nukleus, ekor dan bagian yang silindrik (leher) menghubungkan kepala dengan ekor (Prawirohardjo, 2018).

Inpartu merupakan salah satu istilah medis yang mengarah kepada tahapan seorang wanita yang sedang berada pada tahap persalinan. Sedangkan persalinan merupakan proses pengeluaran hasil konsepsi (janin dan plasenta) yang telah cukup bulan sehingga janin mampu untuk bertahan hidup diluar. Inpartu ditandai dengan adanya keluar lendir bercampur darah karena serviks mulai membuka dan mendatar. Oleh sebab itu ibu hamil yang belum masuk dalam keadaan inpartu adalah seorang ibu hamil yang tidak sedang berada pada tahap persalinan. Sehingga dalam penelitian ini peneliti akan menentukan kriteria dalam pengambilan responden yaitu pasien hamil Preeklampsia yang belum masuk dalam kondisi inpartu dan mengalami kecemasan.

#### Rumusan Masalah

Berdasarkan data pengkajian pada bulan Januari - Maret 2023 di RSUD Koja jumlah ibu hamil dengan Preeklampsia berjumlah 157 orang

dan dari hasil wawancara 15 orang ibu hamil dengan Preeklampsia, 87% diantaranya mengalami kecemasan. Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat dikemukakan rumusan masalah sekaligus pertanyaan dalam penelitian ini adalah "Adakah pengaruh terapi murottal Qur'an dan sholawat terhadap kecemasan ibu hamil dengan Preeklampsia selama perawatan di RSUD Koja Jakarta Utara Tahun 2023?".

Sehingga tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi murottal Qur'an dan sholawat terhadap kecemasan pada ibu hamil dengan Preeklampsia di RSUD Koja Jakarta Utara Tahun 2023.

#### METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Quasi Eksperimen*. Pendekatan yang dilakukan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik *Two Group Pretest and Posttest Design*. Pelaksanaan penelitian ini dilakukan mulai dari penyusunan dilakukan dari bulan Mei sampai dengan bulan Juli tahun 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil yang mengalami cemas karena Preeklampsia di RSUD Koja Jakarta Utara pada bulan Juni sampai Juli sebanyak 30 responden. Teknik sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Purposive Sampling* sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Jumlah sampel untuk penelitian eksperimen diperlukan sebanyak 30 sampel, dengan demikian jumlah sampel dibagi menjadi 15 orang pada masing-masing kelompok sehingga sampel menjadi 30 responden (15 orang kelompok terapi murottal Qur'an Surat Ar Rahman serta 15 orang kelompok terapi sholawat Syifa'). Kriteria inklusi yang dimaksud adalah (1) Ibu hamil belum



inpartu dengan Preeklamsia yang dirawat di RSUD Koja; (2) Bersedia menjadi responden; (3) Dapat berkomunikasi dengan baik; (4) Dapat mendengar dengan baik; dan (5) Beragama Islam. Adapun Kriteria eksklusi yang dimaksud adalah (1) Ibu hamil dengan Preeklampsia yang mengalami komplikasi lain dalam kehamilan; dan (2) Gangguan psikiatris. Variabel bebas pada penelitian ini adalah terapi murottal Qur'an Surat Ar Rahman dan sholawat Syifa' sedangkan variabel terikat pada penelitian ini adalah kecemasan pada ibu hamil dengan Preeklampsia. Alat dan bahan yang

digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner yang berisi lembar pengukuran tingkat kecemasan dengan menggunakan *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS). Data yang telah dikumpulkan pada penelitian ini selanjutnya diolah dengan menggunakan program komputer dengan beberapa tahapan yaitu merekapitulasi hasil jawaban kuesioner yang diisi oleh responden kemudian dilakukan *editing*, *coding*, *processing*, dan *cleaning*. Data kemudian dianalisis menggunakan analisis univariat nilai mean dan analisis bivariat uji beda *paired t test*.

## HASIL PENELITIAN

### Hasil Analisis Univariat

**Tabel 1. Kecemasan Sebelum dan Sesudah Terapi Murottal Qur'an pada Ibu Hamil dengan Preeklampsia di RSUD Koja Jakarta Utara Tahun 2023**

Kecemasan Kelompok Murottal Qur'an	Mean	Selisih	S. D	Min	Max
<i>Sebelum</i>	27,60	13,07	8,331	17	41
<i>Sesudah</i>	14,53				

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa kecemasan sebelum pada kelompok terapi murottal Qur'an nilai rata-rata *pretest* 27,60 dengan nilai minimum 17 dan nilai maximum 41. Sesudah pada kelompok terapi

murottal Qur'an diperoleh nilai rata-rata *posttest* 14,53 dengan nilai minimum 7 dan nilai maksimum 22 sehingga didapatkan selisih nilai kecemasan pada kelompok murottal Qur'an sebesar 13,07.

**Tabel 2. Kecemasan Sebelum dan Sesudah Terapi Sholawat pada Ibu Hamil dengan Preeklampsia di RSUD Koja Jakarta Utara Tahun 2023**

Kecemasan Kelompok Sholawat	Mean	Selisih	S. D	Min	Max
<i>Sebelum</i>	28,47	13,27	9,070	16	41
<i>Sesudah</i>	15,20				

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa kecemasan sebelum pada kelompok terapi sholawat nilai rata-rata *pretest* 28,47 dengan nilai minimum 16 dan nilai maximum 41. Sesudah pada kelompok sholawat

**Hasil Analisis Bivariat**

diperoleh nilai rata-rata *posttest* 15,20 dengan nilai minimum 8 dan nilai maksimum 22 sehingga didapatkan selisih nilai kecemasan pada kelompok sholawat sebesar 13,27.

**Tabel 3. Pengaruh Terapi Murottal Qur'an dan Sholawat terhadap Kecemasan Ibu Hamil dengan Preeklampsia di RSUD KOJA Jakarta Utara Tahun 2023**

Kecemasan	<i>Pretest Mean</i>	<i>Posttest Mean</i>	Selisih <i>Mean</i>	<i>P-Value</i>
Kelompok Terapi Murottal Qur'an	27,60	14,53	13,07	0,000
Kelompok Terapi Sholawat	28,47	15,20	13,27	0,000

Berdasarkan tabel 3 hasil uji beda menggunakan *Paired Sample T-Test* pada kelompok terapi murottal Qur'an dan kelompok terapi sholawat sebelum dan sesudah perlakuan memiliki nilai *P-Value*

0,000 ( $< 0,05$ ) artinya terdapat pengaruh terapi murottal Qur'an dan sholawat terhadap kecemasan ibu hamil dengan Preeklampsia di RSUD Kojakarta Utara tahun 2023.

**Tabel 4. Perbedaan Pengaruh Terapi Murottal Qur'an dan Sholawat terhadap Kecemasan Ibu Hamil dengan Preeklampsia di RSUD Kojakarta Utara Tahun 2023**

Kecemasan	Murottal Qur'an <i>Mean</i>	Sholawat <i>Mean</i>	Selisih <i>Mean</i>	<i>P-Value</i>
<i>Pretest</i>	27,60	28,47	0,87	0,788
<i>Posttest</i>	14,53	15,20	0,67	0,681

Berdasarkan tabel 4 perhitungan nilai kecemasan ibu hamil *pretest* pada kelompok terapi murottal Qur'an sebesar 27,60 dan pada kelompok terapi sholawat sebesar 28,47 sehingga didapatkan selisih nilai *mean pretest* sebesar 0,788. Perhitungan nilai *mean kecemasan ibu hamil posttest* pada kelompok terapi murottal Qur'an sebesar 14,53 dan pada kelompok terapi sholawat sebesar 15,20

sehingga didapatkan selisih nilai *mean posttest* sebesar 0,681.

Hasil Uji *T-Test Independent* diketahui nilai *P-Value posttest* sebesar  $0,681 < 0,05$ , maka dapat disimpulkan  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan pengaruh terapi murottal Qur'an dan sholawat terhadap kecemasan ibu hamil dengan Preeklampsia di RSUD Kojakarta Utara tahun 2023.

## PEMBAHASAN

### Kecemasan Sebelum dan Sesudah Terapi Murottal Qur'an pada Ibu Hamil dengan Preeklampsia di RSUD KOJA Jakarta Utara Tahun 2023

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil bahwa kecemasan sesudah pada kelompok terapi murottal Qur'an mengalami perubahan, hal ini dapat dilihat dari hasil ditemukan adanya penurunan

nilai kecemasan pada ibu hamil dengan Preeklampsia. Hasil tersebut menandakan bahwa terapi murottal Qur'an berhasil menurunkan kecemasan pada ibu hamil dengan Preeklampsia.

Stuart & Sundeen (2019) berpendapat bahwa kecemasan adalah perasaan takut yang didukung oleh situasi yang dialami. Ibu hamil yang mengalami hipertensi dalam

kehamilan atau disebut dengan Preeklampsia akan selalu berpikir cemas akan kondisi kehamilannya dan kondisi cemas ini akhirnya akan berdampak pada kondisi kehamilannya menjadi berisiko. Kecemasan yang dirasakan seorang ibu selama masa kehamilan hingga menjelang persalinan terkait dengan kecemasan pada dirinya sendiri maupun janin di dalam kandungannya yang dipengaruhi oleh berbagai faktor (Sari et al., 2023). Terapi Murottal mampu memacu sistem saraf parasimpatis yang mempunyai efek berlawanan dengan sistem saraf simpatis, sehingga terjadi keseimbangan pada kedua sistem saraf autonom yang menjadi prinsip dasar dari timbulnya respons relaksasi (Handayani & Jamila, 2019). Beberapa fungsi dari saraf parasimpatis diantaranya adalah mempersarafi jantung dan memperlambat denyut jantung. Sedangkan rangsangan saraf otonom yang terkendali akan menyebabkan sekresi epinefrin dan norepinefrin sehingga menghambat pembentukan angiotensin yang kemudian dapat menurunkan tekanan darah (Ramdaniati et al., 2018). Mendengarkan Murottal Qur'an dapat merangsang sistem saraf parasimpatis dan berkomunikasi dengan hipotalamus untuk meningkatkan sekresi endorfin di kelenjar hipofisis dan menekan hormon stres (Nugraheni & Romdiyah, 2018).

Sesuai dengan hasil penelitian Meinawati & Khairoh (2023) menunjukkan hasil sebelum dilakukan terapi murottal pada ibu hamil dengan Preeklampsia terdapat 28 (56%) ibu hamil yang mengalami kecemasan, sesudah diberikan terapi murottal menunjukkan hasil sebanyak 48 (96%) ibu bisa menghilangkan keemasannya tentang Preeklampsia saat ini. Hasil penelitian Hartiningsih et al. (2022)

menunjukkan hasil sebelum dilakukan terapi murottal tekanan darah sistolik rata-rata 149,8 mmHg (12,68) dan setelah dilakukan terapi murottal tekanan darah 141,07 dengan selisih nilai mean 8,81. Sebelum dilakukan terapi murottal tekanan darah diastolik rata-rata 94,1 mmHg (12,68) dan setelah dilakukan terapi murottal tekanan darah 88,6 dengan selisih nilai mean 5,44. Sebelum dilakukan terapi murottal skor kecemasan  $28,5 \pm SD 9,83$  dan setelah dilakukan terapi murottal skor kecemasan  $13,4 \pm SD 7,36$ , terdapat penurunan skor kecemasan setelah diberikan terapi murottal dengan nilai mean  $14,72 \pm 2,47$ . Hasil penelitian selanjutnya dilakukan oleh Setyaningsih et al. (2020) menunjukkan hasil tingkat kecemasan sebelum diberikan terapi murottal didapatkan rata-rata (*mean*) 29.93 lebih tinggi dibandingkan dengan tingkat kecemasan sesudah diberikan terapi murottal dengan rata-rata 23.80.

Peneliti berasumsi terjadinya penurunan kecemasan pada ibu hamil dengan Preeklampsia setelah diberi terapi Murottal Qur'an, hal ini disebabkan oleh karena dengan terapi Murottal Qur'an maka ibu menjadi tenang, pasrah dan percaya bahwa semuanya hanya milik Allah semata. Meskipun tidak mengerti dan tidak memahami makna per ayat Al- Qur'an tersebut, respons emosional pun muncul seperti menangis, ingat akan kesalahan diastolik yang lalu dan ingat akan kebahagiaan yang Allah telah berikan, karena adanya rasa ikhlas, pasrah dan percaya kepada Penciptanya menjadikan ibu siap menghadapi risiko yang terjadi terhadap diri dan janinnya. Terjadinya kecemasan pada ibu hamil dengan Preeklampsia disebabkan oleh karena kondisi kehamilannya yang bisa menimbulkan dampak pada

ibu dan janin yang ada di dalam kandungannya sehingga dikhawatirkan akan mengalami kelainan yang menimbulkan terjadinya ketegangan, sedih, bahkan susah tidur yang disebabkan oleh pikirannya sendiri meskipun ibu belum mengetahui apa yang akan terjadi kedepannya. Melalui terapi Murottal Qur'an surat Ar-Rahman maka ibu percaya bahwa Allah akan melindungi, menyayangi ibu dan janin dalam kandungannya sehingga hatinya menjadi tenang dan pasrah serta timbul keyakinan bahwa semua sudah ditentukan dan meyakini bahwa jika sudah melakukan yang terbaik untuk kehamilannya dan mendapatkan penanganan yang tepat dan segera maka ibu dan bayi akan sehat dan selamat.

#### **Kecemasan Sebelum dan Sesudah Terapi Sholawat pada Ibu Hamil dengan Preeklampsia di RSUD Koja Jakarta Utara Tahun 2023**

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil bahwa kecemasan sesudah pada kelompok terapi sholawat mengalami perubahan, hal ini dapat dilihat dari hasil ditemukan adanya penurunan kecemasan pada ibu hamil dengan Preeklampsia. Hasil tersebut menandakan bahwa terapi sholawat berhasil menurunkan kecemasan pada ibu hamil dengan Preeklampsia.

Sholawat nabi merupakan suatu perpaduan antara ayat suci Al-Qur'an dengan syair pujian yang di tujukan kepada nabi dengan dilantunkan oleh suara manusia. Secara fisik, bacaan Al-Qur'an memiliki komponen suara manusia yang merupakan alat penyembuhan yang menakjubkan dan mudah ditemukan 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., 2019). Akibatnya, hormon stres menurun, endorfin alami muncul, perasaan rileks meningkat dan dapat teralihkan dari rasa takut, cemas, tegang, dan sistem kimiawi tubuh menjadi lebih baik sehingga tekanan darah menurun dan sistem pernapasan, detak jantung, denyut nadi, dan gelombang otak, aktivitas menjadi lambat. Oleh sebab itu dalam penelitian ini, peneliti menggunakan sholawat syifa' yang umumnya dibaca pada saat hati seseorang sedang tidak tenang, baik karena diselimuti kegelisahan atau kecemasan sehingga kegelisahan hati akan hilang atau terobati (Sandi, 2018). Sholawat bermanfaat untuk menghilangkan kesulitan dan rasa kecemasan yang diderita seseorang. Keyakinan kepada Allah SWT bagi seseorang yang mengalami masalah atau sakit, mereka percaya bahwa permohonannya akan diterima sehingga dapat memperkuat jiwa, tubuh dan pikiran yang memberikan efek sistem saraf otonom berkurang dan respons fisiologis menurun (Watiniah, 2021).

Sejalan dengan hasil penelitian Kristiana (2021) didapatkan bahwa kecemasan ibu bersalin Preeklampsia pada kelompok intervensi sebelum diberikan aroma terapi lemon dan sholawat nabi menunjukkan rata-rata nilai kecemasan 23,54 termasuk dalam kategori kecemasan sedang dengan rincian sebanyak 7 orang (53,8%) mengalami kecemasan sedang, 3 orang (23,1%) mengalami kecemasan berat dan 3 orang (23,1%) mengalami kecemasan ringan. Sesudah diberikan aroma terapi lemon dan sholawat nabi diperoleh rata-rata nilai kecemasan ibu bersalin Preeklampsia 16,62 termasuk dalam kategori ringan, artinya kecemasan ibu bersalin Preeklampsia di Rumah

Sakit Bhakti Wira Tamtama Semarang mengalami penurunan sebesar 6,92. Penelitian yang dilakukan Nofiah et al. (2020) kecemasan pada *pre* intervensi didapatkan nilai 31.91. Nilai rata-rata kecemasan pada *post* intervensi didapatkan 15.16. Dari data di atas dapat disimpulkan secara statistik adanya penurunan kecemasan setelah dilakukan intervensi mendengarkan dan membaca sholawat menunjukkan adanya penurunan kecemasan setelah diberikan sholawat. Hasil penelitian selanjutnya dilakukan oleh Mamlukah & Kumalasari (2022) dalam penelitian kecemasan pada *pre* intervensi didapatkan nilai 19,67. Nilai rata-rata kecemasan pada *post* intervensi didapatkan 15,23. Dari data di atas dapat disimpulkan secara statistik adanya penurunan kecemasan setelah dilakukan intervensi mendengarkan dan membaca sholawat menunjukkan adanya penurunan kecemasan setelah diberikan sholawat.

Peneliti berasumsi terjadinya penurunan kecemasan pada ibu hamil dengan Preeklamsia setelah diberi terapi sholawat Syifa', hal ini disebabkan karena sholawat Syifa' lebih dikenal, sering dikumandangkan di beberapa pengajian atau masjid oleh karena itu ibu merasa tidak asing dan lebih mudah dalam melafalkannya. Setelah mendengarkan sholawat Syifa', ibu menjadi lebih tenang karena adanya keyakinan bahwa Allah dan Nabi bersama ibu. Allah senang melihat umatnya yang mengagungkan Nabi. Saat ibu mendengarkan shalawat Syifa secara berulang-ulang menjadikan ibu mengingat dan menghafalnya yang selanjutnya tanpa disadari ibu mulai melafalkannya dengan perasaan bahagia, 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, bahagia dan kecemasan berkurang.

### **Pengaruh Terapi Murottal Qur'an dan Sholawat terhadap Kecemasan Ibu Hamil dengan Preeklampsia di RSUD Koja Jakarta Utara Tahun 2023**

Hasil analisis dengan uji *Paired Sample T-Test* dapat dilihat terdapat perbedaan penurunan kecemasan ibu hamil dengan Preeklampsia sebelum dan sesudah pemberian terapi murottal Qur'an.

Terapi murottal Qur'an yang digunakan sebagai relaksasi, dapat mengurangi denyut nadi, penurunan tekanan darah, detak jantung melambat, pernapasan, dan aktivitas gelombang otak, sehingga dapat mengurangi kecemasan. Relaksasi adalah sebuah keterampilan yang dapat digunakan untuk mengurangi perasaan tegang dan cemas. Terapi Murottal Qur'an sebagai relaksasi merupakan saduran dari relaksasi benson, dimana relaksasi merupakan kombinasi dari relaksasi dan keyakinan spiritual dari subjek. Relaksasi Benson merupakan pengembangan dari relaksasi pernapasan ditambah dengan keyakinan spiritual subjek untuk mencapai kesembuhan (Septianingrum et al., 2019).

Mendengarkan lantunan ayat Al-Qur'an dapat merangsang hipotalamus untuk menghasilkan endorfin dan menekan hormon kortison, dan katekolamin, sehingga menyebabkan perasaan rileks. Seseorang yang membaca atau mendengarkan lantunan ayat Al-Qur'an akan mengalami perubahan psikologis, Ini termasuk mengurangi kecemasan dan depresi, merasa tenang, dan menghilangkan

ketakutan dan kesedihan (Fatmawati et al., 2022). Melihat dari sudut pandang fisiologis, ketika seseorang mendengarkan audio atau suara pembacaan ayat-ayat suci Al-Qur'an dengan nada merdu, sinyalnya akan ditangkap oleh dedaunan telinga, impuls akan diteruskan ke thalamus (batang otak) (Ramdaniati et al., 2018). Hal ini menyatakan bahwa intervensi tersebut berupa terapi murottal Qur'an, pengaruh fisiologis yang membantu menurunkan kecemasan pada ibu hamil yang akan melahirkan. Murottal Qur'an dapat dibuat sebagai media relaksasi setiap ibu hamil akan menjalani persalinan merasa cemas, karena efek yang dirasakan saat mendengarkan murottal Qur'an dapat memberikan respons positif kepada pendengar (Suhita & Arini, 2019).

Sejalan dengan hasil penelitian Meinawati & Khairoh (2023) menunjukkan hasil uji Wilcoxon didapatkan *P-Value* 0,000. Dari nilai *P-Value* yaitu 0,000 ( $<0,005$ ) menunjukkan adanya pengaruh terapi murottal terhadap penurunan kecemasan pada ibu hamil dengan Preeklampsia. Hasil penelitian Hartiningsih et al. (2022) menunjukkan hasil *P-Value* 0,000 sehingga dapat disimpulkan bahwa terapi murottal dapat menurunkan kecemasan pada penderita hipertensi. Hasil penelitian selanjutnya dilakukan oleh Setyaningsih et al. (2020) menunjukkan hasil dengan nilai *P-Value* sebesar 0,000 (*P-Value*  $<0,05$ ). Hal ini berarti bahwa  $H_0$  diterima yaitu ada pengaruh pemberian terapi murottal Al Mulk terhadap kecemasan pada pasien Preeklampsia di RSUD Prof. Dr. Margono Soekardjo Purwokerto. Hasil penelitian lainnya dilakukan oleh Rodhiyani (2023) menunjukkan hasil *P-Value* sebesar 0,042 (*P-Value*  $<0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa

perlakuan terapi Murottal Al-Qur'an mampu menurunkan kecemasan pada ibu hamil dengan hipertensi.

Peneliti berasumsi adanya pengaruh pemberian terapi Murottal Qur'an surat Ar Rahman terhadap kecemasan pada ibu hamil dengan Preeklampsia, hal ini disebabkan oleh karena lantunan ayat suci Al-Qur'an yang didengarkan dibaca dengan tartil menimbulkan rasa syahdu yang berdampak pada terjadinya ketenangan di dalam jiwa. Saat didengarkan melalui telinga selama 15 menit maka akan direspons oleh otak melalui gelombang Delta menuju hipotalamus dibantu oleh sistem limbik untuk mengeluarkan hormon endorfin yaitu hormon penghambat rasa sakit dan nyeri dan menekan hormon kortison dan katekolamin (menekan hormon kecemasan) sehingga memberikan umpan balik berupa kenikmatan dan kenyamanan, dengan demikian maka kecemasan pun menjadi berkurang.

### **Pengaruh Terapi Sholawat terhadap Kecemasan Ibu Hamil dengan Preeklampsia di RSUD Koja Jakarta Utara Tahun 2023**

Hasil analisis dengan uji *Paired Sample T-Test* terdapat perbedaan penurunan kecemasan ibu hamil dengan Preeklampsia sebelum dan sesudah pemberian sholawat.

Sholawat kepada Nabi Muhammad SAW merupakan bentuk ibadah yang mendekatkan diri kepada Allah SWT sama halnya seperti berdzikir (Al-Jauhari, 2020). Sholawat nabi merupakan suatu perpadanan antara ayat suci Al-Qur'an dengan syair pujian yang ditujukan kepada nabi dengan dilantunkan suara manusia. Secara fisik lantunan Al-Qur'an memiliki komponen suara manusia yaitu sebagai instrumen penyembuhan yang menakjubkan dan mudah didapatkan (Ghina, 2020). Akibatnya hormon-hormon stres berkurang,

muncul hormon endorfin alami, perasaan rileks bertambah dan teralihkan dari rasa takut, cemas, tegang, serta sistem kimia tubuh menjadi lebih baik sehingga tekanan darah menurun dan sistem pernafasan, detak jantung, denyut nadi serta aktivitas gelombang otak diperlambat (Sikwandi et al., 2019).

Sejalan dengan hasil penelitian Kristiana (2021) didapatkan bahwa hasil uji *Paired T-Test* diperoleh nilai *P-Value* = 0,000 ( $< 0,05$ ) sehingga dapat disimpulkan ada perbedaan tingkat kecemasan ibu bersalin Preeklampsia sebelum dan sesudah diberikan aroma terapi lemon dan sholawat nabi. Penelitian yang dilakukan Nofiah et al. (2020) hasil uji *Wilcoxon* diperoleh *P-Value* 0.000  $< 0.05$  yang berarti  $H_0$  ditolak, sehingga ada pengaruh pemberian intervensi mendengarkan dan membaca sholawat terhadap kecemasan pasien Post Op ORIF di RSUD Ngudi Waluyo Wlingi. Hasil penelitian selanjutnya dilakukan oleh Mamlukah & Kumalasari (2022) dalam penelitian hasil uji *Wilcoxon* diperoleh *P-Value* 0.000  $< 0.05$  yang berarti  $H_0$  ditolak, sehingga ada pengaruh pemberian intervensi mendengarkan dan membaca sholawat terhadap kecemasan pada ibu hamil di masa pandemi. Taha et al. (2023) dalam penelitiannya menunjukkan hasil nilai rata-rata (*mean*) sebelum (*pretest*) diberikan terapi dzikir sebesar 36,67 dan sesudah (*posttest*) diberikan terapi dzikir didapatkan nilai rata-rata sebesar 23,53 dengan nilai Sig. 0,000.

Peneliti berasumsi adanya pengaruh terapi sholawat Syifa terhadap kecemasan pada ibu hamil dengan Preeklampsia, hal ini disebabkan karena melalui shalawat Syifa terjadi proses pengalihan pikiran di mana ketika ibu mengalami kecemasan berubah menjadi fokus pada pendengaran

untuk mendengarkan sholawat Syifa' yang selanjutnya ibu melafalkan dan melantungkannya. Dimulai dari telinga mendengarkan sholawat Syifa' selama 15 menit sebanyak 2 kali sehari dengan waktu kapan pun ibu mau secara berulang-ulang, selanjutnya direspons oleh otak menuju ke hipotalamus. Adanya rangsangan tersebut maka otak akan membentuk memproduksi zat neuropeptida atau penghantar kuat ke otak untuk mengeluarkan hormon endorfin sehingga tercipta rasa nyaman.

### **Perbedaan Kecemasan Ibu Hamil dengan Preeklampsia Sebelum dan Sesudah pada Kelompok Terapi Murottal Qur'an dan Kelompok Terapi Sholawat di RSUD Koja Jakarta Utara Tahun 2023**

Hasil Uji *T-Test Independent* diketahui nilai *P-Value posttest* sebesar 0,681  $< 0,05$ , maka dapat disimpulkan  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan kecemasan ibu hamil dengan Preeklampsia sebelum dan sesudah pada kelompok terapi murottal Qur'an dan kelompok terapi sholawat di RSUD Koja Jakarta Utara Tahun 2023.

Kurniasih et al. (2021) mengatakan terapi ini merupakan salah satu teknik distraksi yang digunakan untuk mengalihkan perhatian dan proses penyembuhan. Murottal Qur'an dapat digunakan sebagai metode relaksasi yang dapat digunakan sebagai metode penyembuhan berbasis audio yang lebih baik. Ini karena murottal Al-Qur'an memiliki intensitas bunyi kurang dari 60 dB yang menimbulkan perasaan nyaman dan tidak sakit (Hamidiyanti & Pratiwi, 2019). Murottal bekerja pada otak dimana ketika didorong dengan rangsangan terapi murottal maka otak akan memproduksi zat kimia yang disebut

zat *neuropeptide* untuk mengeluarkan hormon endorfin. Molekul ini menyangkut ke dalam reseptor-reseptor dan memberikan umpan balik berupa kenikmatan dan kenyamanan (Asmaja, 2019). Berdoa dengan bersholawat kepada nabi dapat menghilangkan rasa sakit. Apabila dilakukan berulang-ulang dapat menghilangkan rasa was-was dan kecemasan sebagai pengalihan perhatian ke stimulasi lain (Nofiah et al., 2020). Keyakinan kepada Allah SWT jika dipercaya dapat menghadapi masalah atau sakit bahwa akan dikabulkan doanya. Dengan membaca atau mendengarkan sholawat akan membuat jiwa, tubuh dan pikiran menjadi kuat, sehingga menurunkan sistem saraf otonom dan respons fisiologis. Hal ini akan menghilangkan kesulitan dan kecemasan yang dihadapinya (El-Faruqqi, 2018).

Peneliti belum menemukan hasil penelitian terdahulu yang membandingkan langsung antara terapi murottal Qur'an dengan terapi sholawat terhadap kecemasan pada ibu hamil Preeklamsia, namun peneliti menemukan hasil yang membandingkan antara murottal Qur'an dengan terapi dzikir di mana pada dasarnya sholawat termasuk ke dalam dzikir karena mengingat Allah. Berdasarkan hasil penelitian Taha et al. (2023) didapatkan hasil tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara terapi murottal Al-Qur'an dan terapi dzikir. Sementara itu berdasarkan penelitian Widiastuti et al. (2018) menunjukkan hasil bahwa terapi zikir memiliki efektivitas yang lebih baik dalam menurunkan kecemasan dibandingkan terapi Murottal Al-Qur'an.

Peneliti berasumsi tidak ditemukannya perbedaan pengaruh antara pemberian terapi murottal Qur'an Surat Ar-Rahman dengan

terapi shalawat Syifa', hal ini disebabkan oleh karena melalui terapi tersebut menjadikan adanya keyakinan kepada Allah serta timbul kepasrahan sehingga memunculkan harapan dan pandangan positif terhadap kehidupan serta memberikan ketenangan jiwa. Meskipun demikian jika dilihat berdasarkan selisih nilai rata-rata menunjukkan hasil bahwa pemberian terapi shalawat Syifa' dapat menurunkan kecemasan lebih banyak dibandingkan dengan murottal Qur'an Surat Ar-Rahman, hal ini disebabkan oleh karena ibu hamil dengan Preeklamsia yang mendapatkan intervensi murottal Qur'an surat Ar Rahman hanya mendengarkan saja, sementara itu ibu hamil dengan Preeklamsia yang mendapatkan intervensi terapi shalawat Syifa' selain mendengarkan juga mampu melantunkan sholawat tersebut, dengan demikian dapat diketahui bahwa pemberian sholawat Syifa' menjadikan ibu hamil dengan Preeklamsia lebih aktif dalam pengalihan suasana dan perasaan. Ibu menjadi lupa akan hal yang dicemaskannya dan menjadi lebih pasrah sehingga memunculkan harapan dan pandangan positif terhadap kehidupan serta memberikan ketenangan jiwa yang berdampak pada kecemasan ibu berkurang.

## KESIMPULAN

Perbedaan kecemasan pada ibu hamil dengan Preeklamsia sebelum dan sesudah dilakukan terapi murottal Qur'an di RSUD Koja Jakarta Utara Tahun 2023 mengalami penurunan dengan selisih nilai rata-rata sebesar 13,07.

Perbedaan kecemasan pada ibu hamil dengan Preeklamsia sebelum dan sesudah dilakukan terapi sholawat di RSUD Koja Jakarta Utara Tahun 2023 mengalami



penurunan dengan selisih nilai rata-rata sebesar 13,27.

Terdapat pengaruh terapi murottal Qur'an dan sholat terhadap kecemasan ibu hamil dengan Preeklampsia di RSUD Koja Jakarta Utara tahun 2023 dengan nilai *P-Value* 0,000

Tidak terdapat perbedaan pengaruh terapi murottal Qur'an dan sholat terhadap kecemasan ibu hamil dengan Preeklampsia di RSUD Koja Jakarta Utara tahun 2023 dengan nilai *P-Value* 0,681..

### Saran

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian dengan mengkaji variabel lain yang berkaitan dengan kecemasan seperti pendidikan, pekerjaan, respons emosional dan tingkat nyeri serta peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan intervensi lebih sering lagi. Selain itu peneliti berikutnya diharapkan melakukan penelitian dengan menggabungkan murottal Qur'an dan sholat secara bergantian.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan pada institusi pendidikan agar dapat digunakan sebagai bahan tambahan untuk memperkaya pengetahuan dan keperluan referensi ilmu kebidanan khususnya menjadi terapi alternatif non farmakologi yang mempunyai pengaruh terhadap kecemasan pada ibu hamil dengan Preeklampsia.

Diharapkan pemberian terapi Murottal Qur'an dan sholat dapat dijadikan sebagai pertimbangan tenaga kesehatan khususnya untuk diberikan kepada ibu hamil yang mengalami Preeklampsia sehingga dapat dijadikan sebagai salah satu penatalaksanaan non farmakologi dalam menurunkan kecemasan.

Bidan diharapkan dapat memberikan intervensi murottal

Qur'an atau sholat kepada ibu hamil khususnya yang mengalami Preeklampsia agar dapat menurunkan kecemasan pada setiap kali kunjungan minimal 15 menit.

Ibu hamil Preeklampsia yang mengalami kecemasan hendaknya melakukan terapi murottal Qur'an atau sholat untuk mengurangi kecemasan minimal dua kali sehari selama 15 menit agar dapat lebih mendekatkan diri pada Allah serta dapat menciptakan ketenangan dan kenyamanan dalam hidup.

### DAFTAR PUSTAKA

- al-Jauhari, I. Z. (2020). *Keajaiban 40 Selawat Pilihan*. Mudah Urus Enterprise Sdn Bhd.
- Amelia, S., Kartika, I. R., & Apriliani, Y. (2022). Efektifitas Terapi Musik Klasik Dan Murottal Al-Quran Terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi. *Media Karya Kesehatan*, 5(1).
- American College Of Obstetricians And Gynecologist Committee On Obstetric Practice. (2019). Acog Practice Bulletin. Diagnosis And Management Of Preeclampsia And Eclampsia. Number 33 American College Of Obstetricians And Gynecologists. *International Journal Of Gynaecology And Obstetrics: The Official Organ Of The International Federation Of Gynaecology And Obstetrics*, 77(1), 67-75.
- Asmaja, J. (2019). *Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester Iii Di Bidan Praktik Mandiri Cmh Palembang*. Poltekkes Kemenkes, Palembang.
- Atkinson, R. L. (2020). *Pengantar Psikologi*. Erlangga.
- Chandler, S. K., Robins, J. L., &

- Kinser, P. A. (2019). Nonpharmacologic Interventions For The Self-Management Of Anxiety In Parkinson's Disease: A Comprehensive Review. *Behavioural Neurology*, 2019, 1-9.  
<https://doi.org/10.1155/2019/8459579>
- Dinas Kesehatan Provinsi Dki Jakarta. (2022). *Profil Kesehatan Provinsi Banten Tahun 2021*.
- El-Faruqqi. (2018). *Kitab Terlengkap, Dzikir, Do'a, Shalawat Dan Asmaul Husna* (2nd Ed.). Nabawi.
- Erawati, D. (2022). *Hubungan Faktor Usia Ibu Hamil Dengan Kejadian Pre Eklampsia Di Puskesmas Kesongo Kecamatan Kedungadem Kabupaten Bojonegoro*. Institut Teknologi Sains Dan Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang.
- Fatmawati, R., Mendri, K., & Khasanah, F. (2022). *Pengaruh Terapi Spiritual Mendengarkan Murottal Al-Qur'an Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Keperawatan Tingkat Akhir Yang Sedang Mengerjakan Tugas Akhir Di Poltekkes Kemenkes Yogyakarta*. Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta.
- Ghina, F. (2020). *Pengaruh Bacaan Shalawat Terhadap Kecemasan Mahasiswa Kedokteran Uin Jakarta Tahun Pertama Preklinik*. Universitas Islam Negeri.
- Hajiri, F., Pujiastuti, S. E., & Siswanto, J. (2019). Terapi Murottal Dengan Akupresur Terhadap Tingkat Kecemasan Dan Kadar Gula Darah Pada Pasien Dengan Penyakit Jantung Koroner. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 2(2), 146-159.  
<https://doi.org/10.31539/Jks.V2i2.507>
- Hamidiyanti, B. Y., & Pratiwi, I. G. (2019). Effects Of Listening To The Quran On Anxiety Level Of Primipara. *Health, Spirituality And Medical Ethics*, 52-59.
- Handayani, F., & Jamila, K. (2019). Pengaruh Komunikasi Terapeutik Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Pra Operasi Fraktur Di Rsud Labuang Baji Makasar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnostik*, 13(1).
- Hardianti, F. A., & Mairo, Q. K. N. (2018). Kecemasan, Riwayat Preeklampsia Dan Kejadian Preeklampsia Pada Ibu Hamil Multigravida. *Journal Of Applied Nursing (Jurnal Keperawatan Terapan)*, 4(1), 21.
- 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*, 2(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*, 4(4).
- Hayati, F. (2018). Perbedaan Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin Di Puskesmas Dengan Di Bidan Praktik Mandiri. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 7(1).
- Isworo, A., Hakimi, M., & Wibowo, T. A. (2021). Hubungan Antara Kecemasan Dengan Kejadian Preeklampsia Di Kabupaten Banyumas Jawa Tengah. *Berita Kedokteran Masyarakat*, 18(1).
- Karo, S. (2021). *Literature Riview* :

- Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Terhadap Preeklampsia*. Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*.
- Kristiana, D. (2021). *Aromaterapi Lemon Dan Sholawat Nabi Terhadap Penurunan Kecemasan Dan Tekanan Darah Ibu Bersalin Preeklampsia Di Rs Bhakti Wira Tamtama Semarang*. Poltekkes Kemenkes Semarang.
- 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. <https://doi.org/10.25157/jkg.v3i1.6584>
- Mamlukah, & Kumalasari, I. (2022). Pengaruh Psikoedukasi Zikir Terhadap Tekanan Darah, Kecemasan, Dan Depresi Ibu Hamil Di Masa Pandemi. *Window Of Health: Jurnal Kesehatan*, 5(3), 622-632. <https://doi.org/10.33096/woh.vi.50>
- Meinawati, L., & Khairah, M. (2023). Terapi Murottal Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Ibu Hamil Dengan Preeklampsia. *Journal Of Health Educational Science And Technology*, 6(1), 55-64. <https://doi.org/10.25139/htc.v6i1.5324>
- Muhtarom, A. (2019). Peningkatan Spiritualitas Melalui Zikir Berjamaah. *Anil Islam*, 9(2), 248-267.
- Nofiah, N., Arofiati, F., & Primanda, Y. (2020). Pengaruh Mendengarkan Dan Membaca Sholawat Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Post Op Orif Di Rsud Ngudi Waluyo. *Dinamika Kesehatan Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 10(1), 293-302. <https://doi.org/10.33859/dksm.v10i1.415>
- Nugraheni, N., & Romdiyah, R. (2018). Perbedaan Perlakuan Senam Hamil Dan Terapi Murottal Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester Iii. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat Unsiq*, 5(2), 226-236. <https://doi.org/10.32699/ppkm.v5i2.469>
- Nurqalbi, S., & Kamaruddin, M. (2019). Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Menghadapi Persalinan Di Rumah Sakit Siti Khadijah Iii Makassar. *Medika Alkhairaat: Jurnal Penelitian Kedokteran Dan Kesehatan*, 1(2), 69-73. <https://doi.org/10.31970/ma.v1i2.30>
- Prawirohardjo, S. (2018). *Ilmu Kebidanan*. Yayasan Bina Pustaka.
- Rahman, A. (2020). Terapi Dzikir Dalam Islam Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil. *Jurnal Tarbawi*, 5(1), 76.
- Ramdaniati, S., Kusmiati, S., & Sakti, B. (2018). The Effect Of Using Murottal Quran Therapy On Low Birth Weight Infants. *Global Journal Of Health Science*, 10(8), 14. <https://doi.org/10.5539/gjhs.v10n8p14>
- Rodhiyani, S. (2023). *Efektivitas Relaksasi Berupa Murottal Al-Qur'an Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Ibu Hamil Dengan Hipertensi Menjelang Persalinan*. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Saddam, M. (2022). *Hubungan Antara Kecemasan Dengan Kejadian Preeklampsia*.

- Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar.
- Safara, M. (2019). The Effect Of Spiritual Music On Health In Different Religions. *Delhi Psychiatry Journal*, 17(1), 134-137.
- Sandi, H. (2018). Analisis Praktik Keperawatan Pada Pasien Hipertensi Dengan Intervensi Inovasi Terapi Dzikir Dan Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Di Ruang Instalasi Gawat Darurat Di Rsud A. Wahab Sjahranie Samarinda. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 13(2).
- Sari, N. L. P. M. R., Parwati, N. W. M., & Indriana, N. P. R. K. (2023). The Correlation Between Mother's Knowledge Level And Husband Support Toward Anxiety Level Of Pregnant Mother In The Third Trimester During Labor. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 7(1), 35-44.  
<https://doi.org/10.37294/Jrkn.V7i1.469>
- Septianingrum, Y., Hatmanti, N. M., & Fitriyani, A. (2019). The Effect Of Murottal Qur'an On Menstrual Pain In Nursing Student Of Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya. *Nurse And Health*, 8(1), 8-15.  
<https://doi.org/10.5281/zenodo.2634942>
- Setyaningsih, D., Ariyanti, I., Octaviani, D., & Yunadi, F. (2020). Terapi Murrotal Al-Mulk Dalam Penurunan Kecemasan Ibu Dengan Pre Eklamsi. *Jurnal Kebidanan*, 6(3), 388-393.  
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.33024/Jkm.V6i3.2723>
- Sikwandi, A., Santoso, T. H., & Tribagus, C. (2019). Pengaruh Terapi Sholawat Nabi Terhadap Tingkat Depresi Pada Lansia Di Upt Pslu Bondowoso. *Journal Of Chemical Information And Modeling*, 53(9), 1689-1699.
- Stuart, & Sundeen. (2019). *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. Egc.
- Suhita, B. M., & Arini, D. Y. (2019). The Effectiveness Of Murottal Al- Qur ' An Therapy By Surah Ar-Rahman Toward Anxiety Of Chronic Kidney Disease ( Ckd ) Which Is Being Hemodialysis. *Strada Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 8(2).
- Taha, R., Firmawati, & Harismayanti. (2023). Efektivitas Terapi Spiritual Murrotal Al-Qur'an Dan Terapii Dzikir Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Hemodialisa Di Rsud Toto Kabila. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Gizi*, 1(2), 149-160.
- Tika, A. (2020). *The Amazing Shalawat*. Gramedia Pustaka Utama.
- Watiniah, I. (2021). *Kumpulan Shalawat Nabi Super Lengkap*. Karya Media.
- Widiastuti, A., Rusmini, R., Mulidah, S., & Haryati, W. (2018). Terapi Dzikir Dan Murottal Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Pre Eklampsia Ringan. *Link*, 14(2), 98.  
<https://doi.org/10.31983/Link.V14i2.3706>
- World Health Organization. (2020). *Who Recommendations On Drug Treatment For Non-Severe Hypertension In Pregnancy*. Human Reproduction Program (Hrp).