



Original Research Paper

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

Dini Ayu Puspitasari^{1*}, Yanik Purwanti², Rafhani Rosyidah²

¹Program Studi S1 Kebidanan Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

²Program Studi S1 Pendidikan Profesi Bidan Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Email Corresponding:

diniayupuspitasari04@gmail.com

Page : 631 - 643

Kata Kunci :

Melahirkan,
Kecemasan,
Mendengarkan Al-Qur'an

Keywords:

Childbirth,
Anxiety,
Listening to the Al-Qur'an

Published by:

Tadulako University,
Managed by Faculty of Medicine.
Email: healthytadulako@gmail.com
Phone (WA): +6285242303103
Address:
Jalan Soekarno Hatta Km. 9. City of
Palu, Central Sulawesi, Indonesia

ABSTRAK

Latar Belakang: Kecemasan pada ibu hamil dapat mempengaruhi proses persalinan dengan menurunkan kekuatan kontraksi dan mengedan, yang mengakibatkan partus lama dan meningkatkan risiko komplikasi pada janin serta ibu. Salah satu cara untuk mengurangi kecemasan adalah melalui murottal Al-Qur'an, namun belum banyak penelitian yang mengeksplorasi efektivitasnya. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk menilai efektivitas murottal Al-Qur'an dalam mengurangi kecemasan ibu dalam persiapan persalinan. **Metode:** Metode tinjauan ruang lingkup digunakan untuk mengumpulkan dan menganalisis penelitian terkait dari lima database, yaitu ScienceDirect, Google Scholar, Sage Journals, JSTOR, dan Proquest. Langkah-langkah metode ini meliputi mengidentifikasi pertanyaan penelitian, menemukan penelitian relevan, pemilihan penelitian, ekstraksi data, serta penyusunan dan pelaporan hasil penelitian. Data diolah menggunakan lembar kerja Microsoft Excel dan dinilai menggunakan PRISMA. **Hasil:** Dari hasil penelitian, sebanyak 60% artikel menggunakan Surah Ar-Rahman, 30% menggunakan Surah Maryam, dan 10% menggunakan Surah Al-Mulk. Mayoritas peneliti menggunakan murottal Al-Qur'an dengan media handphone dan speaker. **Kesimpulan:** Berdasarkan temuan ini, dapat disimpulkan bahwa penggunaan murottal Al-Qur'an, khususnya Surah Ar-Rahman, dapat menjadi metode non-farmakologi yang efektif dalam mengurangi kecemasan ibu dalam persiapan persalinan. Rekomendasi untuk mengaplikasikan hasil penelitian ini kepada masyarakat sebagai salah satu upaya penanganan kecemasan ibu hamil secara non-farmakologi.

ABSTRACT

Background: Anxiety in pregnant women can affect the childbirth process by reducing contraction strength and pushing power, leading to prolonged labor and increased risks for both the fetus and the mother. One method to reduce anxiety is through recitation of the Quran (murottal), but there is limited research exploring its effectiveness. **Objective:** This study aims to assess the effectiveness of Quranic recitation in reducing anxiety among expectant mothers in preparation for childbirth. **Method:** The scoping review method was employed to collect and analyze relevant studies from five databases: ScienceDirect, Google Scholar, Sage Journals, JSTOR, and Proquest. The methodological steps included identifying the research question, locating relevant studies, selecting studies, extracting data, and synthesizing and reporting the findings. Data were processed using Microsoft Excel worksheets and assessed using the PRISMA guidelines. **Results:** Findings from the research revealed that 60% of the articles utilized Surah Ar-Rahman, 30% used Surah Maryam, and 10% utilized Surah Al-Mulk. The majority of researchers employed Quranic recitation through mobile phones and speakers. **Conclusion:** Based on these findings, it can be concluded that the use of Quranic recitation, particularly Surah Ar-Rahman, may serve as an effective non-pharmacological method for reducing anxiety among expectant mothers preparing for childbirth. Recommendations include applying the results of this research to the community as part of efforts to address anxiety in pregnant women through non-pharmacological means.

PENDAHULUAN

Kecemasan merupakan respons emosional atau kekhawatiran berlebihan yang tidak jelas sehubungan dengan perasaan ketidakberdayaan. Kecemasan adalah ketidakberdayaan neurotik, ketidaknyamanan, ketidakdewasaan, dan ketidakmampuan untuk menghadapi tuntutan realitas (lingkungan). The National Comorbidity Study melaporkan satu dari empat orang terdiagnosis mengalami gangguan kecemasan. Sedangkan di Indonesia data ibu hamil yang mengalami kecemasan mencapai 107.000.000 atau 28,7% di mana kecemasan terjadi saat menjelang proses persalinan¹. Menurut (UNICEF) menyatakan bahwa dalam proses persalinan ibu akan menghadapi sejumlah masalah. Masalah yang dialami ibu bersalin sekitar 12,231,142 juta jiwa dari 30% diantaranya sebagaimana besar ibu mengalami kecemasan karena hamil pertama². Pada negara berkembang yang ada di seluruh dunia memiliki tingkat risiko yang signifikan mengalami permasalahan psikologis pada ibu hamil sekitar 15,6%, sementara ibu setelah melahirkan memiliki permasalahan dalam psikologisnya sekitar 19,8%. Negara-negara ini meliputi negara Senegal, Afrika selatan, Zimbabwe, Uganda, Nigeria dan Ethiopia³. Persalinan merupakan proses alami dan fisiologis ketika akan melahirkan janin melalui vagina. Kasus kematian seorang calon ibu dapat disebabkan oleh komplikasi secara langsung yang terjadi pada fase kehamilan, persalinan, dan berbagai faktor post partum⁴. Penanganan dengan pendekatan farmakologi merupakan penanganan yang menggunakan terapi obat-obatan kimia, sedangkan penanganan secara non farmakologi adalah penanganan yang dilakukan tanpa obat-obatan seperti terapi relaksasi, terapi musik, aroma terapi, herbal dan Murottal Al-Qur'an⁵. Dalam penelitian ini, responden mendengarkan Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman sebanyak 78 ayat selama 20 menit, setiap pagi dan sore hari dalam kurun waktu tiga hari

berturut-turut. Sejalan dengan peneliti terdahulu yang dilakukan oleh Wargeya (2021) menerangkan bahwa terapi Murottal Al Qur'an Surah Ar-Rahman yang diberikan tiga hari lamanya, mampu mereduksi tingkat kecemasan yang dialami oleh ibuhamil trimester III secara signifikan⁶.

Tingkat kecemasan dan stres yang dialami setiap individu berbeda-beda dan memiliki coping tersendiri untuk mengelola perasaan negatif yang mereka rasakan⁷. Di wilayah Sidoarjo, dari jumlah ibu hamil dilaporkan sebanyak 373.000.000 dan 58,7% yang merasa cemas dalam menghadapi persalinan⁸.

Kecemasan menurunkan kesadaran seorang akan masalah. Individu fokus pada apa yang penting sekarang dan mengesampingkan yang lainnya. Sering sesak napas, peningkatan denyut jantung dan tekanan darah, mulut kering, wajah merah dan pucat, kehilangan nafsu makan, gelisah, penglihatan kabur,antisipasi rangsangan eksternal, peningkatan bicara, insomnia, dan kemurungan. Ada juga rasa sesak di dada, berkeringat dan sakit kepala, mual, perasaan tidak mampu memecahkan masalah dan rasa ancaman yang meningkat⁹. Jika terjadi kecemasan pada masa persalinan maka akan ada dampak yang mungkin timbul yaitu kontraksi menjadi lemah dan kekuatan mengedan ibu juga akan ikut berkurang, Proses persalinan yang berlangsung lama dapat memperlambat proses persalinan secara keseluruhan dan berpotensi menyebabkan partus lama¹⁰.

Pengobatan dengan pemanfaatan bunyi bacaan ayat-ayat kitab suci Al Qur'an secara audio disebut juga dengan Murottal Al Qur'an. Ada banyak surah dalam Al Qur'an yang menerangkan tentang kemurahan Allah kepada hamba-hamba-Nya, salah satunya adalah surah Ar-Rahman, yang melimpahkan berbagai berkah yang tidak dapat diukur oleh manusia baik didunia dan juga di akhirat. Sebuah penelitian menyatakan bahwa pengobatan dengan audio Murottal Al Qur'an Surah Ar-

Rahman berefek mereduksi ketegangan urat saraf reflektif, menciptakan ketenangan pikiran dan meningkatkan kenyamanan sehingga dapat menurunkan dan mengontrol kecemasan. Terapi komplementer dengan mendengarkan bacaan Surah Ar-Rahman secara audio menjadi salah satu penanganan kecemasan pada kehamilan trimester III pre persalinan yang memiliki banyak kelebihan seperti prosedur yang tidak rumit dan dapat dilakukan secara mandiri¹¹.

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

Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan ibu hamil ada faktor internal yaitu keadaan psikologi ibu hamil, pengetahuan, pengalaman, usia dan faktor eksternal yaitu dukungan keluarga, tenaga Kesehatan. Dampak yang bisa dialami oleh ibu hamil jika tidak mendapatkan asuhan pelayanan Kesehatan yang tepat bagi ibu timbul penyulit saat kehamilan dan persalinan sedangkan pada bayi mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin serta meningkatkan kejadian asfiksia pada bayi. Upaya untuk mengatasi kecemasan pada ibu hamil dapat melalui cara farmakologi dan non farmakologi. Banyak penelitian yang memberikan cara secara non farmakologi agar mengurangi efek tidak bagus untuk kehamilan ibu, salah satunya adalah memberikan terapi murottal Qur'an¹².

BAHAN DAN CARA

Dalam penelitian ini menggunakan metode tinjauan ruang lingkup (*scoping review*),

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

Pada tahap ini peneliti melakukan identifikasi mengenai pertanyaan penelitian untuk digunakan sebagai acuan dalam pencarian artikel. Pengembangan protokol penelitian merupakan salah satu cara untuk melakukan penelitian yang berkualitas, karena semua tahap dan proses penelitian bersifat transparan, mencegah terjadinya penolakan karena kurangnya koherensi antara desain penelitian, serta hasil dan kesimpulan yang diperoleh. Protokol penelitian juga digunakan untuk mencegah pengambilan sumber-sumber yang tidak berkualitas agar tidak digunakan dan dijadikan bahan untuk melakukan penelitian. Hal tersebut dilakukan sebagai pengawasan eksternal melalui peer-review. Berdasarkan hal tersebut, maka pertanyaan dalam penelitian ini ada 2 yaitu : Surat apa saja yang dipakai dalam terapi murottal pada persalinan dan Bagaimana penerapan terapi murottal al-qur'an

Dalam pencarian artikel yang sistematis dilakukan pada 5 database : *ScienceDirect*, *Google Scholar*, *Sage Journals*, *JSTOR*, *Proquest*. Dalam pencarian artikel, penulis menggunakan operator Boolean dengan "OR", kemudian pemotongan untuk memperluas pencarian berbagai bentuk kata. Kata kunci untuk pencarian artikel yang sistematis yaitu ("Childbirth" OR "Parturition" OR "Labor" OR

“Nativity”) AND (“Anxiety” OR “Worry” OR “Concern”) AND (“Listening to the Koran” OR “Qur’anic”). Dalam tinjauan ruang lingkup mencakup hasil penelitian primer dan analisis kualitatif dan kuantitatif mengenai murottal al-qur’an untuk mengurangi kecemasan ibu bersalin. Periode penelitian dalam tinjauan ruang lingkup adalah 5 tahun terakhir, sehingga penelitian ini mencari artikel penelitian menggunakan 5 database yang diterbitkan tahun 2019 hingga 2024.

Kriteria inklusi dan eksklusi. Semua penelitian survei mengenai murottal al-qur’an mengurangi kecemasan ibu dalam persiapan persalinan disertakan. Dalam penelitian ini dikarenakan terbatasnya artikel yang diperoleh, artikel yang diterbitkan menggunakan bahasa inggris dan bahasa indonesia. Kriteria inklusi artikel yang dipilih meliputi artikel terbit tahun 2019-2024, intervensi menggunakan terapi murottal al-qur’an, memiliki teks yang lengkap, populasi penelitian yaitu ibu bersalin, artikel berfokus pada penggunaan murottal untuk mengurangi kecemasan ibu menghadapi persalinan. Sedangkan untuk kriteria eksklusi yaitu tidak termasuk protokol penelitian, tinjauan studi, surat kepada editor, abstrak konferensi dan studi tanpa hasil, penanganan kecemasan dengan intervensi lain, artikel tidak dapat diakses. Dalam proses pemilihan studi dilakukan dengan cara mengikuti preferensi dalam pelaporan item-item untuk tinjauan sistematis dan meta-analisis. Data diproses dan dipilih dalam tahap-tahap berikut : identifikasi, penyaringan, pemeriksaan kelayakan, dan penerapan kriteria inklusi. Proses pemilihan artikel menggunakan program bibliografi Mendeley untuk melakukan pemetaan data artikel terkait. Perbedaan dalam temuan artikel dikomunikasikan dan didiskusikan sampai jumlah artikel yang sama dilaporkan.

Hasil dari pemetaan data didapatkan surah paling banyak digunakan untuk mengurangi kecemasan ibu menghadapi persalinan adalah Surah Ar-Rahman, Surah Maryam dan Surah

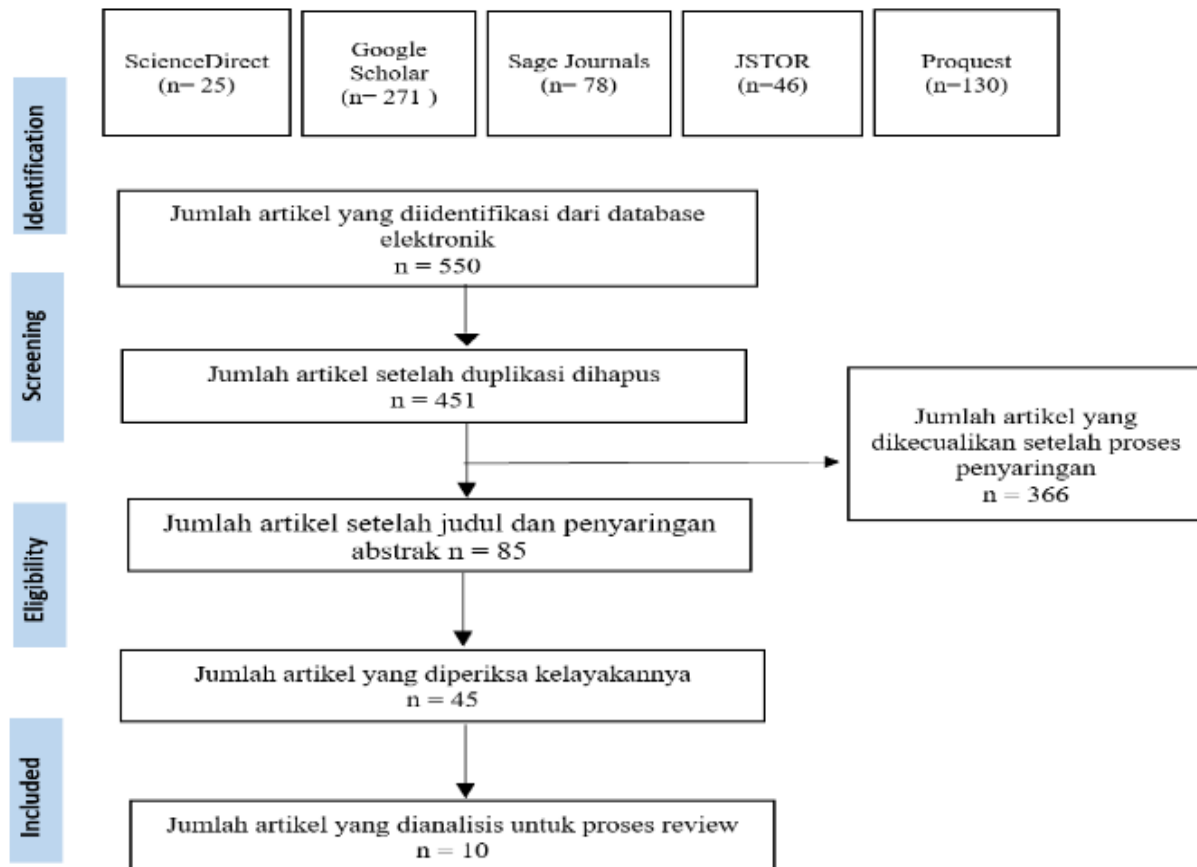
Al-Mulk. Serta jumlah artikel yang didapatkan sebanyak 550 artikel, lanjut pemetaan data menggunakan diagram PRISMA yang diperoleh dari berbagai databased meliputi 25 artikel didapatkan dari *Scimedirect*, 271 artikel didapatkan dari *Google Scholar*, 78 didapatkan dari *Sage Journals*, 46 didapatkan dari *JSTOR* dan 130 didapatkan dari *Proquest*. Jumlah artikel setelah duplikasi dihapus sebanyak 451 artikel, jumlah artikel yang dikecualikan setelah proses penyaringan sebanyak 366 artikel, jumlah artikel setelah judul dan penyaringan abstrak sebanyak 85 artikel, jumlah artikel yang diperiksa kelayakannya sebanyak 45 artikel, jumlah artikel yang dianalisis untuk proses review sebanyak 10 artikel. Kemudian data penelitian yang didapatkan diekstraksi dengan menggunakan lembar kerja *Microsoft Excel*. Data dikumpulkan dalam tabel ekstraksi menggunakan *Microsoft Excel* yang berisi judul artikel, penulis, tujuan penelitian, lokasi penelitian, desain penelitian, sampel penelitian, metode pengumpulan data, dan hasil penelitian. Artikel-artikel yang dianalisis berasal dari negara indonesia. Semua penelitian diterbitkan dalam jurnal antara tahun 2021 dan tahun 2023. Desain penelitian yang paling banyak digunakan yaitu metode *Quasy Experimental pendekatan One Group Pretest-Posttest*.

Semua artikel yang ditemukan mengidentifikasi pengaruh dan efektivitas terapi murottal al-qur’an untuk mengurangi kecemasan ibu bersalin atau ibu hamil pada trimester III mendekati persalinan diberbagai tempat dengan terapi murottal al-qur’an menggunakan Surah Ar-Rahman, Surah Maryam dan Surah Al-Mulk. Pada Surah Ar-Rahman terdiri atas 78 ayat dan merupakan ayat ke 55 dalam Al-Qur’an dalam surah Ar-Rahman terdapat efektivitas yaitu ibu bersalin yang diberikan terapi murottal dapat merasakan ketenangan batin yang memberikan manfaat pada penurunan tingkat kecemasan ibu karena akan bersalin. Kecemasan yang dialami oleh

ibu bersalin sebelum tindakan persalinan disebabkan oleh pikiran negatif ibu mengenai takut jika persalinannya tidak berjalan dengan lancar, apakah setelah bersalin dapat kembali normal, takut tidak dapat melihat bayinya atau bayi tidak selamat, maka ibu bersalin terlihat lebih memiliki tingkat kecemasan yang tinggi pada saat sebelum atau sesudah memasuki ruang bersalin¹³. Pengaruh Al-Qur'an surah Ar-Rahman terhadap tubuh dapat memberikan relaksasi dan ketenangan jiwa, lantunan ayat suci Al-Qur'an mampu memberikan efek relaksasi karena dapat mengaktifkan hormon endorfin, meningkatkan perasaan rileks, mengalihkan perhatian dari rasa takut, cemas dan tegang sehingga durasi proses persalinan menjadi lebih singkat¹⁴. Kecemasan merupakan unsur psikologi yang menggambarkan perasaan, keadaan emosional seseorang perempuan saat menghadapi kenyataan hidupnya. Kecemasan dapat menyebabkan spasme pada pembuluh darah sehingga terjadi peningkatan tekanan darah pada ibu hamil, namun jika tidak diberi penatalaksanaan dengan tepat dapat menyebabkan hipertensi pada kehamilan dan preeklamsia¹⁵. Menurut Mas'ud Ja'far bin Abi Thalib menjelaskan terapi murottal surah maryam ayat 1-45 bahwa surat maryam memperlihatkan betapa besarnya kekuasaan allah dan menceritakan tentang ketangguhan serta kesabaran seorang wanita yaitu ibu maryam yang sedang hamil tanpa adanya seorang laki-laki, selalu di caci maki dan diasingkan oleh orang disekitarnya tetapi tetap kuat dan sabar. Surat maryam sebagai salah satu doa yang merupakan keutamaan ibu hamil yaitu doa agar anak yang dikandungnya menjadi anak yang sholeh atau sholehah. Sedangkan terapi murottal surah Al-Mulk menjadi obat penenang bagi ibu bersalin dimana lantunan ayat suci Al-Qur'an dapat menenangkan hati dan pikiran¹⁶.

Sedangkan penjabaran pertanyaan penelitian yang pertama yaitu surah apa saja yang digunakan dalam terapi murottal

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



Gambar 1. Diagram alur identifikasi studi dan proses inklusi menggunakan Preferred Reporting Items for Systematic Review dan Meta-Analysis

HASIL

Sebanyak 550 artikel berhasil diidentifikasi. Pada perangkat lunak mendelley digunakan untuk menemukan dari 451 artikel setelah duplikasi dihapus, menyisakan 85 artikel untuk penyaringan judul dan abstrak untuk mengidentifikasi artikel yang memenuhi kriteria inklusi. Sebanyak 366 artikel dianggap tidak relevan dan teks tidak lengkap, berdasarkan penyaringan judul dan abstrak karena tidak membahas cara penerapan terapi murottal al-qur’an atau surah yang digunakan untuk terapi murottal al-qur’an, sehingga menyisakan 45 artikel untuk tinjauan teks lengkap atau diperiksa kelayakannya. Berdasarkan kriteria inklusi, terdapat 10 artikel yang akhirnya dimasukkan dalam penelitian Artikel-artikel yang dianalisis berasal dari negara indonesia. Penelitian paling banyak

diterbitkan dalam jurnal antara tahun 2021 dan tahun 2023. Desain penelitian yang paling banyak digunakan yaitu metode Quasy Experimental pendekatan One Group Pretest-Posttest. Sedangkan merangkum mengenai Surat yang digunakan dalam terapi murottal pada persalinan dan cara penerapan terapi murottal al-qur’an di negara indonesia.

PEMBAHASAN

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmasanti Aprilia di tahun 2021 dengan judul Perbedaan Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Sebelum dan Sesudah Pemberian Murottal Al-Qur’an Surah Ar-Rahman di Wilayah Kerja Puskesmas Kaliabang Tengah Kota Bekasi yang menunjukkan bahwa Kecemasan ibu hamil trimester III sebelum pemberian murottal Al-

Qur'an memiliki rata-rata kecemasan ringan sebanyak 6 responden (3,33%) dan sesudah pemberian murottal Al-Qur'an memiliki rata-rata tidak cemas sebanyak 14 responden (77,8%). Sehingga ada perbedaan kecemasan ibu hamil trimester III sebelum dan sesudah pemberian murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman dengan ($p < 0,001$). Serta cara penerapannya yaitu ibu hamil trimester III yang telah melakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman selama 3 hari dengan durasi 20 menit. Penerapan menggunakan media handphone menunjukkan perbaikan dalam hal kecemasan dimana responden merasakan lebih rileks dan sangat menenangkan jiwa saat melaksanakan terapi murottal Surah Ar-Rahman¹⁷.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hariyanti, Diah Indriastuti di tahun 2021 dengan judul Pengaruh Terapi Murottal Al Qur'an Surah Ar-Rahman Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Molawe yang menunjukkan bahwa Tingkat kecemasan sebelum intervensi sebesar 33,17 atau kategori berat, sedangkan nilai rata-rata tingkat kecemasan sesudah intervensi sebesar 16,49 atau kategori ringan. Uji wilcoxon signed ranks test, diketahui angka signficancy menunjukkan nilai $p < 0,001$ maka H_0 ditolak yang berarti bahwa ada pengaruh terapi Murottal Al Qur'an Surah Ar-Rahman terhadap penurunan tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III. Serta cara penerapannya yaitu Responden mendengarkan Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman sebanyak 78 ayat selama 20 menit, setiap pagi dan sore hari dalam kurun waktu tiga hari berturut-turut, maka penerapan terapi murottal dengan media handphone¹⁸.

Tingginya angka kematian ibu termasuk kurangnya akses ibu bersalin terhadap pelayanan kesehatan yang berkualitas yang disebabkan tempat pelayanan kesehatan yang belum optimal. Kualitas dan efektifitas

pelayanan kesehatan ibu belum memadai, sistem rujukan kesehatan maternal belum mantap dan masih lemahnya manajemen kesehatan¹⁹.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dwi wirastri, Ernawati, Eka Mustika di tahun 2022 dengan judul Pengaruh Murottal Qur'an Surah Ar-Rahman terhadap Kecemasan pada Ibu Bersalin di Wilayah Kerja Puskesmas Denggen yang menunjukkan bahwa Responden sebelum pemberian terapi mengalami cemas ringan yaitu sebanyak 21 orang (55,3%), Tidak mengalami kecemasan yaitu sebanyak 9 orang (23,6%) cemas sedang sebanyak 6 orang (15,7%), cemas berat sebanyak 2 orang (5,26%). Sedangkan responden setelah pemberian terapi tidak mengalami kecemasan yaitu sebanyak 23 orang (60,5%), mengalami cemas ringan yaitu sebanyak 11 orang (28,9%), yang mengalami cemas sedang yaitu sebanyak 4 orang (10,6%). Uji t-independen sample test diperoleh hasil t hitung sebesar 3.464 dengan p value 0,001 ($p < 0,05$) maka H_a diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh Murottal Qur'an terhadap tingkat kecemasan pada Ibu bersalin. Serta cara penerapannya yaitu bentuk penerapan dalam penelitian ini menggunakan speaker yang berisikan surah Ar-Rahman durasi 60-70 menit secara konstan²⁰.

Penelitian diatas sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fitri, Retno Widowati pada tahun 2021 dengan judul Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur' An Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Bersalin Multipara Kala I Fase Aktif yang menunjukkan bahwa Uji Statistik *Paired Sample T-Test* diperoleh perbedaan nilai *Mean Paired Differences* (rata-rata) sebesar 9,45 yaitu selisih rata-rata hasil terapi murottal Al-qur'an terhadap pre-test kecemasan dengan post-test kecemasan 22,20 dikurangi 12,75 = 9,45 dengan nilai Sig. (*2-tailed*) sebesar 0,000 < 0,05. Serta cara penerapannya yaitu Surah Ar-

rahmaan dengan menggunakan speaker selama 20 menit²¹.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Endar Timiyatun, Dian Nur Adkhanasari, Andri Setyorini pada tahun 2023 dengan judul Upaya Penurunan Kecemasan Dengan Terapi Murottal Pada Ibu Primipara yang menunjukkan bahwa Penurunan kecemasan pada ibu primipara, sebelum diberikan intervensi yaitu 27,37 menjadi 8,87 setelah dilakukan intervensi. Perubahan nilai rata-rata skor antara sebelum dan sesudah 18,5. Nilai $p=0,000$ ($p>0,005$). Hal tersebut berarti ada pengaruh pemberian terapi Murottal Al Quran terhadap penurunan tingkat kecemasan pada ibu primipara. Serta cara penerapannya yaitu Mendengarkan murottal Ar-Rahman di hp yang sudah di download terlebih dahulu selama 1 jam, menggunakan tape recorder atau handphone pada telinga²².

Surat Ar-Rahman dipilih sebagai pilihan untuk terapi murottal karena beberapa alasan yang signifikan. Pertama, surat ini dianggap sebagai salah satu yang paling indah dan sering diucapkan dalam berbagai aktivitas keagamaan. Kedua, isi ayat-ayatnya sangat efektif dalam mengurangi stres, kecemasan, dan rasa sakit. Ketiga, surat ini memiliki kualitas suara yang sangat indah saat dibacakan dengan penuh penghayatan²³.

Penelitian berikut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Zulkahfi, Nila Kurnia Safitri di tahun 2020 dengan judul Pengaruh Terapi Murottal Al Quran Surah Maryam Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III Di Wilayah Kerja Puskesmas Meninting yang menunjukkan bahwa tingkat kecemasan yang dirasakan oleh ibu hamil trimester III sebelum intervensi sebagian besar termasuk dalam kategori cemas ringan (43,8%), dan cemas berat (25,0%). Sedangkan tingkat kecemasan yang dirasakan ibu hamil trimester III setelah intervensi sebagian besar kecemasan berada pada kategori tidak cemas yaitu sebanyak 11

responden (68,8%). Nilai $p-value = 0,0005 < 0,05$ menunjukkan adanya pengaruh terapi Murottal Al-qur'an Surah Maryam terhadap penurunan kecemasan pada ibu hamil trimester III. Serta cara penerapannya yaitu Terapi murottal dilakukan selama 14 hari dapat menurunkan skor kecemasan dengan rata-rata 13,6. serta bentuk penerapan terapi menggunakan media berupa handphone dengan durasi 20 menit¹⁵.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kholidahzia et al di tahun 2021 dengan judul Pengaruh Murottal Surah Maryam Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Bersalin Kala 1 Fase Aktif yang menunjukkan bahwa Ibu bersalin sebelum dilakukan terapi murottal skor rata-rata kecemasan adalah 16,50 (cemas ringan) dan setelah dilakukan terapi murottal rata-rata skor kecemasan menurun menjadi 10,81. Hasil paired sample t-test didapatkan p value $0,000 < 0,05$ artinya ada pengaruh murottal terhadap tingkat kecemasan pada ibu bersalin kala 1 fase aktif. Serta cara penerapannya yaitu selama 1 jam. Peneliti melakukan terapi murottal dengan cara memutar surah yang akan digunakan dengan media Handphone²⁴.

Penelitian berikut juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Alifia Putri Nabila di tahun 2023 dengan judul Terapi Murottal Al Mulk Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Bersalin yang menunjukkan bahwa Sebelum dilakukan terapi rata-rata tingkat kecemasannya adalah 41,87 dengan standar deviasi 2,503. Setelah dilakukan terapi murottal surah Al-Mulk, rata-rata tingkat kecemasannya menurun menjadi 21,73 dengan standar deviasi 3,011. Dengan demikian intervensi terapi murottal surah Al-Mulk dapat menurunkan rata-rata tingkat kecemasan sebesar 20,14. Hasil uji statistik diperoleh p value 0,000 ($p\ value < \alpha\ 0,05$) artinya ada perbedaan yang signifikan tingkat kecemasan antara sebelum dan sesudah pemberian intervensi terapi murottal Al-Mulk.

Serta cara penerapannya yaitu Selama 20 menit, serta bentuk penerapan terapi menggunakan media berupa handphone dengan durasi 20 menit¹⁶.

Kecemasan merupakan suatu pengalaman emosional yang dirasakan oleh individu sebagai sesuatu yang tidak menyenangkan. Proses persalinan cenderung memicu kecemasan, terlebih pada ibu yang baru pertama kali melahirkan, sehingga belum ada pengalaman sebelumnya yang dapat menyebabkan ketegangan emosi, cemas dan rasa takut. Selama kehamilan, ibu mengalami perubahan fisik dan psikis yang terjadi akibat perubahan hormon. Perubahan ini akan mempermudah janin untuk tumbuh dan berkembang sampai saat dilahirkan, adapun ibu primipara mengalami proses persalinan lebih lama dari pada proses persalinan pada multipara sehingga primipara mengalami kecemasan akibat nyeri persalinan yang lebih lama, hal tersebut menyebabkan primipara merasa lebih letih, persepsi nyeri meningkat dan rasa takut lebih parah yang dapat meningkatkan kecemasan. Kecemasan menghadapi persalinan yang dialami oleh multigravida berkaitan dengan pengalaman persalinan sebelumnya. Ketika mempunyai pengalaman persalinan yang menyenangkan sebelumnya, maka akan bertanya apakah akan mengalami hal yang sama lagi atau proses persalinannya lancar, jika mengalami pengalaman yang mengecewakan, maka akan terbebani dengan perasaan bahwa kemungkinan yang mengecewakan itu muncul kembali²⁵.

Sedangkan hubungan yang signifikan antara usia ibu dengan kecemasan dalam menghadapi persalinan. Kehamilan diusia kurang dari 20 tahun secara biologis belum optimal dan emosinya cenderung labil, dan mental ibu belum matang sehingga mudah mengalami guncangan. Hamil pada usia kurang dari 20 tahun merupakan usia yang dianggap terlalu muda untuk bersalin. Semakin muda

usia ibu bersalin maka tingkat kecemasan menghadapi persalinan semakin berat. Baik secara fisik maupun psikologis, ibu bersalin belum tentu siap menghadapinya sehingga gangguan kesehatan selama kehamilan bisa dirasakan berat. Hal ini akan meningkatkan kecemasan yang dialaminya. Demikian juga yang terjadi pada ibu hamil dengan umur lebih dari 35 tahun, umur ini digolongkan pada kehamilan beresiko tinggi dimana keadaan fisik sudah tidak prima lagi seperti pada umur 20-35 tahun¹⁶.

Mekanisme terjadinya penurunan kecemasan dengan murottal Al-Qur'an adalah pertama murottal didengarkan melalui telinga, setelah itu suara ditransmisikkan melalui *ossicles*, dilanjutkan ke bagian dalam telinga yaitu pada membran *basisilaris*. Frekuensi getaran dirubah menjadi getaran elektrik oleh rambut silia, tersambung secara langsung dengan *nervus auditori* dan diteruskan ke *lobus temporal* di korteks auditori untuk diterjemahkan oleh otak. Kemudian otak menanggapi respon terhadap terapi murottal dalam bentuk tafsirannya yang akan berpengaruh terhadap penyembuhan¹⁷.

Efek dari kecemasan dalam persalinan dapat memicu keluarnya kadar katekolamin secara berlebih, sehingga dapat berakibat turunnya aliran darah ke rahim, turunnya kontraksi rahim, turunnya aliran darah ke plasenta, oksigen yang tersedia untuk janin juga akan menurun atau berkurang, maka hal tersebut dapat menyebabkan lamanya persalinan kala I. Reaksi ini dapat menyebabkan peningkatan produksi hormon yang mempengaruhi sebagian besar organ tubuh seperti jantung berdebar, denyut nadi dan nafas menjadi cepat, mengeluarkan keringat berlebih, emosi yang tidak stabil juga dapat membuat rasa sakit menjadi meningkat sehingga menimbulkan kecemasan dan persepsi nyeri. Menjelang persalinan ibu bersalin membutuhkan ketenangan agar proses persalinan menjadi lancar tanpa hambatan, semakin ibu tenang

menghadapi persalinan maka persalinan akan berjalan semakin lancar, jika kecemasan berlanjut pada proses persalinan maka dapat melemahkan kontraksi otot rahim dan dapat menghambat dilatasi servik sehingga semakin memperlama proses persalinan²⁶.

Menurut penelitian yang telah dilakukan oleh Dr. Ahmad Al Qadhi direktur utama *Islamic Medicine Institute for Education and Research* di Florida, Amerika Serikat yaitu tentang manfaat dan pengaruh mendengarkan ayat suci Al-Quran pada manusia terhadap perspektif fisiologis dan psikologis. Dari hasil penelitian tersebut menunjukkan terjadi perubahan pada organ, jaringan dan sel dalam tingkat yang besar, lingkup perubahan yang terjadi adalah penurunan tingkat depresi, kesedihan, dan dapat memperoleh ketenangan sekaligus menyembuhkan penyakit selain itu tingkat keberhasilan dalam hasil penelitian tersebut mencapai 97%, bahwa dengan mendengarkan ayat suci Al-Quran memiliki pengaruh mendatangkan kebahagiaan, ketenangan, menurunkan ketegangan urat syaraf reflektif serta menyembuhkan penyakit¹³.

Efektivitas terapi murottal 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 pernapasan, 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. Kecemasan sering disebabkan oleh ketidaktahuan akan sesuatu atau trauma karena memiliki pengalaman yang tidak menyenangkan sebelumnya. Menjelang hari-hari terakhir sebelum melahirkan, seorang calon ibu sering kali dilanda kecemasan

menghadapi masa persalinan. Hal ini dialami oleh calon ibu yang akan melahirkan bayi pertamanya ataupun yang telah mengalami trauma ketika melahirkan sebelumnya²⁰.

Peneliti menyimpulkan dari review beberapa artikel diatas bahwa ibu bersalin yang diberikan terapi murottal dapat merasakan ketenangan batin yang berdampak pada penurunan tingkat kecemasan pasien karena akan bersalin. Kecemasan yang dialami oleh ibu bersalin sebelum tindakan persalinan yaitu ibu takut jika persalinannya tidak akan berhasil dan apakah setelah bersalin mereka bisa kembali normal atau tidak melihat bayinya. Ibu bersalin terlihat lebih memiliki tingkat kecemasan yang tinggi pada saat sebelum ataupun sesudah memasuki ruang persalinan. Informasi yang terbatas mengenai prosedur ataupun standar operasional prosedur dari tindakan persalinan itu sendiri harapan dan juga hasil tindakan persalinan itu sendiri menjadi pencetus utama untuk timbulnya kecemasan dan rasa takut pada ibu bersalin. Kecemasan yang dialami oleh ibu bersalin tergantung pada masing-masing pribadi ibu bersalin, tentang bagaimana menyikapi saat menjalani proses persalinan. Stressor psikologis kecemasan itu merupakan hal yang normal saat seorang ibu akan menghadapi proses persalinan, tetapi sejauh apa cemas itu akan berpengaruh tergantung pada pribadi ibu itu sendiri dalam menghadapi rasa cemas yang timbul. Kecemasan atau anxietas adalah rasa khawatir, takut yang tidak jelas sebabnya. Kecemasan yang dialami ibu bersalin berbeda-beda dan tergantung sejauh mana ibu mempersiapkan persalinannya. Dengan demikian, kecemasan yang dialami ibu bersalin apabila tidak segera diatasi dapat berpengaruh pada fisik maupun psikologis baik bagi ibu maupun janin. Kecemasan ibu bersalin dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu nyeri, keadaan fisik, riwayat pemeriksaan kehamilan, pengetahuan, dukungan lingkungan sosial, dan pendidikan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dari beberapa artikel yang sudah dianalisis dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian terapi murottal al-qur'an untuk mengurangi kecemasan ibu persiapan persalinan, desain penelitian yang paling banyak digunakan yaitu metode Quasy Experimental pendekatan One Group Pretest-Posttest, serta penerapan terapi dilakukan di berbagai daerah di negara Indonesia. Sedangkan Surah paling banyak digunakan dalam terapi murottal untuk mengurangi kecemasan ibu dalam persiapan persalinan setelah dilakukan analisis yaitu 60% terdapat pada 6 artikel terapi murottal menggunakan Surah AR-Rahman, 30% atau sama dengan 3 artikel yang didapatkan membahas mengenai terapi murottal menggunakan Surah Maryam, Serta 10% atau hanya 1 artikel yang membahas mengenai terapi murottal menggunakan Surah Al-Mulk. Kemudian penjabaran pertanyaan penelitian yang kedua yaitu cara penerapan terapi murottal mengurangi kecemasan ibu persiapan persalinan, jawaban penelitian yaitu paling banyak menggunakan media handphone ibu pribadi sebanyak 70% dari artikel yang dianalisis dan media speaker sebanyak 30%. Pelaksanaan tersebut diawali dengan ibu bersalin di posisikan dengan nyaman agar ibu mudah dalam mendengarkan terapi, kemudian ibu diminta untuk memejamkan mata saat mendengarkan agar ibu fokus pada suara yang diperdengarkan dan rileks sampai surat yang diputar berhenti keluarga dianjurkan untuk diam sejenak agar efek dari terapi menjadi lebih maksimal mengenai durasi pemberian terapi selama 20 menit dan feedback yang didapatkan setelah pemberian terapi murottal pada ibu bersalin adalah ibu tampak lebih tenang dan tidak cemas akan proses persalinannya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tiada kata yang pantas terucap selain mengucapkan puji syukur kepada Allah SWT, dan berterimakasih sebanyak-banyaknya

kepada kedua orangtua, keluarga dan teman-teman, serta pihak-pihak yang telah banyak membantu selama dalam proses penyusunan artikel ini yang tidak dapat saya sebutkan semuanya. Terimakasih kepada bapak dan ibu dosen, terutama ibu dosen pembimbing yang senantiasa membimbing dan membantu dalam penelitian ini, serta mengarahkan saya hingga saya bisa menyelesaikan tugas akhir ini dengan baik dan maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

1. Sulis muslihatun e anugrah belian. hubungan tingkat kecemasan dengan sikap ibu hamil menghadapi persalinan di era pandemi di puskesmas jumo temanggung. *j kebidanan indones*. 2023;14(1):124-131. doi:<https://doi.org/10.36419/jki.v14i1.768>
2. Asrul, A. (2023). Effectiveness of Al-Qur'an Murottal Therapy Against Anxiety of Preoperative Patients. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(1), 129–135. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v12i1.913>
3. Muliani RH. Faktor-Faktor Yang mempengaruhi kecemasan pada ibu bersalin dalam masa pandemi covid 19. *j bina cipta husada*. 2022;27:56-66.
4. Wijayanti NWD, Sulastri, Nurlaili S. Penerapan Hand And Foot Massage Untuk Mengurangi Nyeri Pada Ibu Post Sestio Caesarea. *Heal Tadulako J*. 2024;10(1):96-104. doi:<https://doi.org/10.22487/htj.v10i1.1003>
5. Mardalena m, purnama eka sari wi, kurniyati k. pengaruh endorphin massage dan terapi murottal terhadap kecemasan ibu hamil trimester iii. *j midwifery*. 2023;11(1):188-194. doi:[10.37676/jm.v11i1.4561](https://doi.org/10.37676/jm.v11i1.4561)
6. Lastaro, Beni, Indri heri susanti ia. pengaruh terapi murottal al-qur'an terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi sectio caesaria. *penelit perawat prof*. 2024;6(2):667-674.

- doi:<https://doi.org/10.37287/jppp.v6i2.2178>
7. Dafrosia darmi manggasa, Rantesigi nirva N. pengaruh edukasi perkembangan luka berbasis foto terhadap kecemasan pasien ulkus diabetik. *Heal Tadulako J.* 2024;10(2):173-179.
doi:<https://doi.org/10.22487/htj.v10i2.945>
 8. Niar N, Nurfadhila N, Rusni RS. Terapi Murottal Al-Qur'an Surah Yunus Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea. *J Pendidik dan Teknol Kesehat.* 2024;7(1):82-89.
doi:10.56467/jptk.v7i1.121
 9. Ditiara, F., & Wisnu, S. (2022). Evidence Based Case Report (EBCR): Pengaruh Murottal Al-Quran terhadap Tingkat Kecemasan pada Ibu Bersalin. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 3(1), 105-112.
 10. Durankuş f, aksu e. effects of the covid-19 pandemic on anxiety and depressive symptoms in pregnant women: a preliminary study. *j matern neonatal med off j eur assoc perinat med fed asia ocean perinat soc int soc perinat obstet.* 2022;35(2):205-211.
doi:10.1080/14767058.2020.1763946
 11. Endah puji astutik E suryo. perubahan kecemasan dan kesejahteraan spiritual ibu hamil melalui peran murottal. *Kebidanan.* 2023;XV(01):1-112.
doi:<https://doi.org/10.35872/jurkeb.v15i01.564>
 12. Setiawati i, qomari sn. the effect of murrattal recitation of qur ' an muri-q to anxiety of pregnant in the third trimester. 2022;4(1):83- 92.
 13. Herwati, dewi n. pengaruh terapi murottal surat ar-rahman terhadap tingkat kecemasan ibu bersalin kala i fase aktif di bpm rika rohaeni s.st kecamatan muncang kabupaten lebak (the effect of murottal surah ar-rahman therapy on the anxiety level of mothers in the first stage . *indones sch j nurs midwifery sci.* 2023;03(04):1-7.
doi:<https://doi.org/10.54402/isjnms.v3i04.411>
 14. Susiloningtiyas s, sutrisminah s, astuti y, jayanti m. efek terapi murottal surat ar-rahman terhadap tingkat kecemasan ibu bersalin kala i the effect of murottal surat ar-rahman therapy on the level of anxiety in mothers during the active phase of labor. *j kesehat.* 2022;13(3):509-515.
<http://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/jk>
 15. Rifaannudin, M. (2022). Penggunaan Al-Qur'an untuk Terapi Ibu Melahirkan: Studi Living Qur'an di PMB Nina Yunita, Mlarak-Ponorogo. *Diya Al-Afkar: Jurnal Studi al-Quran dan al-Hadis*,9(02), 317-331.
 16. Alifia putri nabila s. terapi murottal al mulk terhadap penurunan tingkat kecemasan pada ibu bersalin. *j telenursing.* 2023;5(2):3095-3103.
doi:<https://doi.org/10.31539/joting.v5i2.7938>
 17. Tri Rastuti, Raudotul atun sukmaningtyas wilis. hubungan pendampingan suami dengan tingkat kecemasan ibu bersalin. *Penelit Perawat Prof.* 2024;2(6):467-476.
doi:<https://doi.org/10.37287/jppp.v6i2.2172>
 18. Meinawati L, Khairoh M. Terapi Murottal Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Ibu Hamil Dengan Preeklampsia. *J Heal Educ Sci Technol.* 2023;6(1):55-64.
doi:10.25139/htc.v6i1.5324
 19. Badariati, Ratna Devi M khairiyah. Faktor Determinan Pemilihan Tenaga Penolong Persalinan Di Kabupaten Sigi. *Heal Tadulako J.* 2024;10(2):231-238.
doi:<https://doi.org/10.22487/htj.v10i2.1086>
 20. Dwi wirastri, ernawati, eka mustika b fina farlina. pengaruh murrattal qur ' an surat ar-rahman terhadap kecemasan pada ibu bersalin di wilayah kerja puskesmas denggen. *prohealth j.* 2022;19(2):97-104.

- doi:10.59802/phj.202119294
21. Tyas ES, Prasetya FI, Winata P, ... Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin. *Med J* 2023;8(2):221-226. http://jurnal.stikesalqodiri.ac.id/index.php/Jurnal_STIKESAlQodiri/article/view/309%0A.
22. Endar timiyatun,dian nur adkhanasari, andri setyorini eo. upaya penurunan kecemasan dengan terapi murottal pada ibu primipara. *ukhuwah j pengabdian kpd masy*. 2023;1(2):01-06. doi:10.52395/ujpkm.v1i2.386
23. Hestiani rumakamar, yusrah taqiyah, & alam, r. i. (2022). pengaruh terapi murottal al-qur'an surah ar-rahman terhadap kecemasan hospitalisasi pada anak. *window of nursing journal*, 83–90. <https://doi.org/10.33096/won.v3i1.361>
24. Stanisic DM, Kalezic N, Rakic A, et al. Comparison of Post-Cesarean Pain Perception of General Versus Regional Anesthesia , a Single-Center Study. *Medicina (B Aires)*. Published online 2023:1-10.
25. Herliana M, Ulya Y, Pricilia Yunika. Efektivitas Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin. *J Midwifery Reprod Sci*. 2023;4(1):2808-1080. doi:<https://doi.org/10.57267/fundus.v4i1.354>
26. Yulianti r, yuliasari d, dewi putri r, sari ne. pengaruh murottal dengan kecemasan persalinan kala i pada ibu primipara di wilayah kerja puskesmas way dente kabupaten tulang bawang. *mj (midwifery journal)*. 2022;2(2):87-93. <https://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/mj/article/view/4934>