



## Efektivitas Murottalal-Qur'an Dan Aromaterapi Inhalasi Lemon Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif

Sri Rohmah 1, Resi Galaupa 1

<sup>1</sup> Program Studi Sarjana Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara Jakarta, Indonesia

### INFORMASI

Korespondensi:  
srirohmah2508@gmail.com

Keywords:  
Labor Pain, Murottalal-Qur'an,  
Aromatherapy, Lemon Inhalation

### ABSTRACT

*Background: Childbirth is the process of expulsion of the fetus that occurs at full term of pregnancy (37-42 weeks) born spontaneously with a back of the head presentation, without complications for both mother and fetus. In 2018, 63% of mothers did not know about the preparations that had to be made to reduce labor pain. As an effort to treat labor pain, many methods were used, such as pharmacological and non-pharmacological methods. One of the many non-pharmacological efforts to do is touch or by listening to music.*

*Research Objectives: Knowing the effect of murottalal-quran and lemon inhalation aromatherapy on the intensity of labor pain in the active phase of the first stage of labor at PMB Mimi Nurkomariah.*

*Research Method: quasy experimental design with a pretest-posttest one group design. Samples were birth mothers who were recorded in the report at PMB Mimi Nurkomariah as many as 30 samples using a purposive sampling technique. Bivariate analysis using the Wilcoxon Signed Rank Test.*

*Results: The results of a univariate study on the level of maternal pain before administration of murottalal-qur'an and lemon inhalation aromatherapy were mothers who experienced severe pain, namely 20 people (66.67%) and those who experienced moderate pain, namely 10 people (33.33%) and after administration murottalal-qur'an and lemon inhalation aromatherapy, mothers experienced moderate pain, namely 17 people (56.67%) and those who experienced mild pain, namely 13 people (43.33%). The results of the bivariate study obtained a p value = 0.000.*

*Conclusions and Suggestions: There is the effect of murottalal-quran and lemon inhalation aromatherapy on the intensity of labor pain during the first active phase of PMB Mimi Nurkomariah. It is expected that mothers in labor always prepare themselves for labor pain and use methods that make the mother feel calm in facing labor.*

## PENDAHULUAN

Persalinan adalah proses pengeluaran janin yang terjadi pada kehamilan cukup bulan (37-42 minggu) lahir spontan dengan presentase belakang kepala, tanpa komplikasi baik ibu maupun janin. Persalinan mempengaruhi kondisi ibu, dimana lama persalinan akan membuat emosional ibu meningkat sehingga ibu merasa cemas dan takut. Kondisi tersebut juga dapat menyebabkan kelelahan dan meningkatkan persepsi nyeri pada ibu (Wahyuni et al., 2019).

Menurut *World Health Organization* (WHO), setiap hari pada tahun 2017 sekitar 810 wanita meninggal, pada akhir tahun mencapai 295.000 orang dari 94% diantaranya terdapat di Negara berkembang. (WHO, 2019). Pada tahun 2018 angka kematian bayi baru lahir sekitar 18 kematian per 1.000 kelahiran hidup, Tingginya Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB) disebabkan oleh komplikasi pada kehamilan dan persalinan. (UNICEF 2019).

Menurut UNICEF mengawali tahun 2019 terdapat 395.000 persalinan terjadi diseluruh dunia. Hampir setengah kelahiran ini diestimasikan berasal dari 8 negara diseluruh dunia yaitu, India, China, Nigeria, Indonesia, Amerika Serikat, dan Republik Kongo (WHO, 2019).

Berdasarkan penelitian di Amerika Serikat 70% - 80% wanita yang melahirkan mengharapkan persalinan berlangsung 20% - 50% persalinan di rumah sakit besar dilakukan dengan *section caesaria* disebabkan ibu bersalin lebih memilih operasi yang relative tidak merasakan nyeri (Hindriani, dkk., 2019). Mulyana (2018) menyatakan di Indonesia dari data persalinan rumah sakit di seluruh Indonesia didapatkan 15% ibu bersalin mengalami komplikasi persalinan, 21% ibu menyatakan bahwa persalinan yang dialami merupakan persalinan yang menyakitkan, sedangkan 63% ibu tidak mengetahui tentang persiapan yang harus dilakukan untuk mengurangi nyeri persalinan (Mulyani, 2018).

Nyeri persalinan yang berlebihan dan terlalu lama akan menimbulkan kecemasan dan tekanan psikologis, sehingga dapat mempengaruhi keadaan fisik ibu bersalin, seperti peningkatan tekanan darah, frekuensi nafas dan denyut jantung. Apabila hal ini terus terjadi, maka nyeri yang hebat selama persalinan dapat menimbulkan kelelahan pada ibu sehingga berisiko terjadinya partus lama yang dapat menjadi salah satu penyebab kematian ibu dan anak. Selain itu nyeri persalinan juga dapat mempengaruhi psikologi ibu. Nyeri yang tidak dapat ditangani akan menimbulkan rasa cemas pada ibu, dan sebaliknya rasa cemas yang berlebihan juga dapat

menambah intensitas nyeri yang dirasakan ibu bersalin (Siti Nurhayati, 2022).

Untuk penanganan nyeri persalinan, metode farmakologi atau menggunakan (obat-obatan) maupun non-farmakologi (melalui tehnik non obat-obatan misalnya pijatan, sentuhan ataupun mendengarkan music). banyak digunakan. Adapula yang menyebutkan jenis terapi non farmakologi terdiri dari distraksi, relaksasi, kompres dan massage. Metode non-farmakologi banyak digunakan oleh ibu bersalin sebagai cara mengurangi nyeri persalinan dengan dalih lebih meminimalisir side effect bahan kimia dari obat-obatan yang dapat berpengaruh kurang baik untuk ibu dan terutama untuk bayinya. Metode non farmakologi juga di klaim lebih efektif, mudah dan bisa dilakukan oleh suami atau keluarga ibu bersalin dengan di awasi oleh tenaga kesehatan dan tidak memiliki efek buruk (Feva Tridiyawati et al., 2022)

Salah satu teknik distraksi yaitu musik. Dalam perkembangannya musik memiliki efek terapi dalam mengatasi gangguan suasana hati, seperti kecemasan. Musik dapat mengurangi nyeri, depresi, pergolakan, dan agresi serta meningkatkan indikasi dan suasana hati yang positif. Selain itu musik dianggap sebagai bagian integral dalam peribadatan lintas budaya dan agama, mampu menenangkan jiwa menjadi sarana untuk memusatkan diri pada kesadaran spiritual, serta mengangkat seseorang pada sebuah situasi damai hening, dan sadar akan diri sendiri (Indah & Inggit, 2022).

Kepercayaan spiritual memainkan peranan penting dalam menghadapi kecemasan persalinan. Beberapa penelitian telah menunjukkan pengurangan rasa nyeri dan penurunan kecemasan pada pasien yang menggunakan doa maupun praktik spiritualitas lainnya pada saat mengalami stres, individu akan mencari dukungan dari keyakinan agamanya. Salah satu terapi yang menjadi bagian dari terapi musik dan terapi spiritualitas adalah terapi murottal Al-Qur'an (mendengarkan bacaan ayat-ayat suci Al-Qur'an) (Liviana et al., 2017).

Terapi murottal Al-Qur'an menjadi bagian dari terapi musik (karena murottal Al-Qur'an dapat diartikan sebagai rekaman suara Al-Qur'an yang dilagukan oleh seorang Qori' (pembaca Al-Qur'an). Murottal Al-Qur'an juga menjadi terapi spiritualitas karena membuat individu mengingat Allah SWT.

Mendengarkan Al-Qur'an rata-rata didominasi gelombang delta dari gambaran elektroensefalografi (EEG), yang mengidentifikasi pikiran sangat rileks, sehingga memberi ketenangan, ketentraman dan

kenyamanan. Efek ketenangan ini juga ada dalam QS. Az-Zumar ayat 23.

Aromaterapi merupakan salah satu terapi non-farmakologi yang menggunakan minyak esensial atau uap dalam pelaksanaannya berguna untuk meningkatkan kesehatan fisik, mental, dan spiril seseorang. aromaterapi lemon merupakan jenis aromaterapi yang dapat digunakan untuk mengatasi nyeri dan cemas.

**METODE**

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Quasi Eksperimental* adalah suatu eksperimen yang dalam mengontrol situasi penelitian dengan menggunakan rancangan tertentu dan atau penentuan subjek untuk mendapatkan salah satu dari berbagai tingkat penelitian. Situasi penelitian merupakan variabel dependen yang diberikan intervensi atau perlakuan oleh peneliti dengan pendekatan *post test only group*. Penelitian ini dilakukan pada bulan Maret-April 2023. Pengambilan sampel menggunakan tehnik *purposive sampling* dengan cara mengambil sampel sesuai dengan kriteria inklusi yaitu ibu inpartu kala I fase aktif pembukaan 4, ibu yang bersedia menjadi responden, ibu tidak mendapatkan obat yang mempunyai efek anti nyeri, ibu dalam persalinan normal tanpa induksi persalinan, ibu dalam lingkup budaya yang sama serta ibu beragama islam. Sampel yang digunakan sebanyak 30 ibu bersalin yang telah bersedia menjadi responden. Penelitian ini diberikan *pre-test* tentang intensitas nyeri persalinan kala I, setelah itu diberikan *murottalal-qur'an* dan aromaterapi inhalasi lemon kemudian diberikan *post-test* tentang intensitas nyeri persalinan kala I fasi aktif. Sebelum dilakukan analisis, terlebih dahulu dilakukan uji normalitas *Kolmogorof Smirnov* untuk mengetahui data berdistribusi tidak normal. Perbedaan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif antara *pre-test* dan *post-test* menggunakan uji Wilcoxon. Penelitian ini menggunakan tingkat kepercayaan 95% dengan nilai = 0.05.

**HASIL**

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa sebelum diberikan intervensi sebagian besar responden ibu bersalin primipara mengalami nyeri berat yaitu sejumlah 20 orang (66,67%) dan yang mengalami nyeri sedang yaitu sejumlah 10 orang (33,33%).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tingkat Nyeri Kala I Fase Aktif Sebelum Dilakukan Terapi Murottal Al-Quran dan Aromaterapi Inhalasi Lemon Tahun 2023

Tingkat Nyeri	Frekuensi	Presentase (%)
Nyeri Ringan	10	33,33
Nyeri Sedang	20	66,67
Jumlah	30	100

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Nyeri Kala I Persalinan Pada Ibu Primipara Sesudah Dilakukan Terapi Murottal Al-Quran dan Aromaterapi Inhalasi Lemon Tahun 2023

Tingkat Nyeri	Frekuensi	Presentase (%)
Nyeri Ringan	13	43,33
Nyeri Sedang	17	56,67
Jumlah	30	100

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa setelah dibeikan intervensi sebagian besar responden ibu bersalin primipara mengalami nyeri sedang yaitu sejumlah 17 orang (56,67%) dan yang mengalami nyeri ringan yaitu sejumlah 13 orang (43,33%).

Tabel 3. Hasil Analisis Efektivitas Murottal Al-Quran dan Aromaterapi Inhalasi Lemon Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif di PMB Mimi Nurkomariah Tahun 2023

	n	Median	P
Sebelum	30	3	0,000
Sesudah	30	2	( $\rho < 0,05$ )

*Hasil Uji SPSS Wilcoxon Signed Ranks Test*

Berdasarkan nilai analisis uji *Wilcoxon* didapatkan nilai  $\rho < \alpha$  (0,000 < 0,05), ini berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Dengan demikian terapi Murottal Al-Quran dan Aromaterapi Inhalasi Lemon efektif terhadap penurunan intensitas nyeri kala I Fase Aktif di PMB Mimi Nurkomariah tahun 2023.

**PEMBAHASAN**

Nyeri persalinan merupakan masalah kompleks yang dialami setiap ibu bersalin baik yang prima maupun yang multi. Faktor utama penyebab persalinan adalah terjadinya kontraksi Rahim yang menyebabkan dilatasi serviks dan iskemi Rahim sehingga hanya sedikit oksigen yang mengalir ke daerah Rahim. Faktor lain yang mempengaruhi nyeri persalinan diantaranya adalah kecemasan dan stress dimana jika ibu bersalin



tidak mampu mengatasi kecemasan yang dialaminya maka nyeri yang dirasakannya juga akan bertambah (Feva Tridiyawati et al., 2022).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Siti Nurhayati, 2022) dalam penelitiannya yang menggunakan Aromaterapi lavender juga menggunakan alat yang menghasilkan uap atau berisi air atau diffuser yang ditambah 4-5 tetes minyak esensial kedalam uap berisi air atau diffuser lalu letakkan alat ditempat yang aman atau disudut ruangan. Efek teuretik dari Aromaterapi dapat dirasakan dalam waktu 30 menit setelah terhirup.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Afifah & Nuraida (2021) penggunaan Aroma terapi lemon dan Bitter Orange juga efektif dalam menurunkan tingkat nyeri persalinan kala I karena kandungan lemon dalam Bitter Orange (*C. Aurantium*) yaitu limonene yang merupakan komponen utama dalam senyawa kimia jeruk yang dapat menghambat system kerja prostaglandin sehingga dapat manguangi rasa nyeri.

Pemberian Terapi Murottal Alqur'an Dan Aromaterapi Inhalasi Lemon karena dapat menurunkan nyeri persalinan, didapatkan hasil penelitian dilapangan ditemukan bahwa sebelum diketahui bahwa sebelum diberikan intervensi sebagian besar responden ibu bersalin primipara mengalami nyeri berat yaitu sejumlah 20 orang (66,67%) dan yang mengalami nyeri sedang yaitu sejumlah 10 orang (33,33%), sedangkan setelah dibeikan intervensi sebagian besar responden ibu bersalin primipara mengalami nyeri sedang yaitu sejumlah 17 orang (56,67%) dan yang mengalami nyeri ringan yaitu sejumlah 13 orang (43,33%). Dengan kata lain dalam penelitian ini terjadi penurunan nyeri secara lebih signifikan.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang (SR & Kamaruddin, 2019) diwilayah Makasar Berdasarkan uji Wilcoxon Signed Rank Test kelompok perlakuan menunjukkan bahwa nilai  $p=0.000$  lebih kecil dari  $\alpha = 0,05$  sehingga  $H_a$  diterima, maka disimpulkan ada pengaruh pemberian terapi murottal Al- Qur'an terhadap tingkat kecemasan

Saat peneliti melakukan observasi ditemukan bahwa sebelum ibu mendapatkan terapi murottal Al Qur'an saat his datang sikap ibu sangatlah agresif seperti membentak orang disekitarnya, tidak dapat merespon anjuran bidan untuk melakukan relaksasi dengan nafas panjang dan tidak mampu mengendalikan diri untuk tidak berteriak. Namun, setelah mendapatkan terapi murottal Al Qur'an tindakan agresif ibu sedikit berkurang seperti sudah jarang berteriak dan bersedia

melakukan anjuran bidan untuk melakukan relaksasi dengan nafas panjang.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Sumarni et al., 2019) dalam penelitiannya yang menggunakan Aromaterapi lavender juga menggunakan alat yang menghasilkan uap atau berisi air atau diffuser yang ditambah 4-5 tetes minyak esensial kedalam uap berisi air atau diffuser lalu letakkan alat ditempat yang aman atau disudut ruangan. Efek teuretik dari Aromaterapi dapat dirasakan dalam waktu 30 menit setelah terhirup.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Afifah & Nuraida (2021) penggunaan Aroma terapi lemon dan Bitter Orange juga efektif dalam menurunkan tingkat nyeri persalinan kala I karena kandungan lemon dalam Bitter Orange (*C. Aurantium*) yaitu limonene yang merupakan komponen utama dalam senyawa kimia jeruk yang dapat menghambat system kerja prostaglandin sehingga dapat manguangi rasa nyeri.

Penelitian berasumsi bahwa Terapi Murottal Al-Qur'an Dan Aromaterapi Inhalsi Lemon dapat menurunkan nyeri pada ibu dengan persalinan kala I fase aktif di puskesmas pacellekang kab.gowa tahun 2022. Apabila nyeri persalian ini dapat diatasi dengan baik, maka hormon stress menurun. Peras petugas adalah memberikan bantuan dan dukungan pada ibu berupa manajemen nyeri yang tepat agar seluruh rangkaian proses persalianan berlangsung aman dan nyaman baik bagi ibu maupun bagi bayi yang dilahirkan.

Dari penelitian yang telah dilakukan, peneliti menemukan keterbatasan yaitu adapun keterbatasan dalam penelitian ini adalah peneliti mendapatkan hal yang tidak terduga bahwa responden sebagian besar tidak menyukai aroma lemon sehingga menimbulkan rasa kurang nyaman dan untuk penilaian nyeri beberapa responden berbeda dalam menanggapi nyeri yang didapatkan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Wahyuni, S., Komariah, N., & Novita, N. (2019). Perbedaan Nyeri Persalinan Pada Ibu Yang Mendapatkan Terapi Murottal Qur'an Dan Musik Klasik Di Klinik Bersalin Kota Palembang. *JPP (Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang)*, 14(2), 106–111. <https://doi.org/10.36086/jpp.v14i2.411>
- Feva Tridiyawati, Mariyani, & Resi Galaupa. (2022). Kombinasi Terapi Murottal Al-Quran Surat Ar-Rahman dan Gym Ball Exercise dalam Pengurangan Rasa Nyeri Persalinan. *Jurnal Antara Kebidanan*, 5(1), 31–35. <https://doi.org/10.37063/>

ak.v5i1.654

- Indah, S., & Inggit, P. (2022). Pengaruh Terapi Murotal Al Qur'an Surah Alfatihah Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Bersalin Pada Ibu Bersalin Kala 1 Fase Aktif Di Wilayah Kerja Puskesmas Kelumbayan Barat. *Jurnal Maternitas Aisyah*, 3(1), 12. <http://journal.aisyahuniversity.ac.id/index.php/jaman>
- Liviana, Handayani, T. N., Mubin, M. F., Istibsyaroh, I., & Ruhimat, A. (2017). Efektifitas terapi musik pada nyeri persalinan kala i fase laten. *Jurnal Ners Widya Husada*, 4(2), 47–52.
- Siti Nurhayati, F. (2022). NYERI PADA PERSALINAN PRIMIGRAVIDA KALA I FASE AKTIF The Effecto of Lavender Aroma Therapy on Reducing Pain Intensity in Primigravida Labor in the First Stage of Active Phase Siti Nurhayati Hukuba , Feva Tridiyawati Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusa. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*.
- SR, N., & 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>
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Sutopo (ed.); 2nd ed.). Alfabeta