

## BAB 6

### PENUTUP

#### 6.1 Kesimpulan

Berdasarkan tujuan studi literatur mengenai bagaimana efektivitas terapi murattal Al-Qur'an dalam mengurangi nyeri persalinan, dapat disimpulkan sebagai berikut :

- 1) Berdasarkan hasil analisis seluruh literatur dapat disimpulkan bahwa terapi murattal Al-Qur'an efektif dalam menurunkan intensitas nyeri persalinan. Penurunan nyeri terjadi melalui mekanisme relaksasi dan distraksi yang menurunkan kecemasan, menstabilkan emosi, serta menekan aktivitas sistem saraf simpatis sehingga produksi hormon stres berkurang dan pelepasan endorfin meningkat. Efektivitas terapi murattal Al-Qur'an terlihat lebih baik dibandingkan atau setara dengan beberapa terapi nonfarmakologis lain serta menunjukkan perbedaan nyata antara ibu yang mendapatkan intervensi dan yang tidak. Keberhasilan terapi ini juga dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan ibu, kesiapan psikologis, serta peran bidan dalam memberikan edukasi dan pendampingan. Oleh karena itu terapi murattal Al-Qur'an dapat direkomendasikan sebagai intervensi nonfarmakologis yang aman, mudah diterapkan, dan efektif dalam membantu ibu mengendalikan nyeri selama proses persalinan.
- 2) Nyeri persalinan merupakan proses fisiologis yang dipengaruhi oleh faktor kontraksi uterus, respons stres, serta kondisi psikologis dan spiritual ibu. Terapi murattal Al-Qur'an terbukti efektif dalam menurunkan intensitas nyeri persalinan melalui efek relaksasi, distraksi, dan penguatan spiritual yang menekan aktivitas sistem saraf simpatis serta meningkatkan pelepasan endorfin sebagai analgesik alami tubuh. Pendengaran murattal membantu ibu menjadi lebih tenang, mengurangi kecemasan, dan meningkatkan kemampuan coping terhadap kontraksi terutama pada kala I fase aktif. Berdasarkan mekanisme tersebut, terapi murattal Al-Qur'an dapat direkomendasikan sebagai intervensi nonfarmakologis yang aman dan bermanfaat dalam penatalaksanaan nyeri persalinan.

## **6.2 Implikasi dan Rekomendasi**

### **6.2.1 Implikasi**

Studi literatur ini berimplikasi pada pendekatan dan pelaksanaan asuhan nonfarmakologi pada ibu yang merasakan nyeri berlebihan pada proses persalinan. Terapi murattal Al-Qur'an intervensi nonfarmakologi yang bekerja melalui mekanisme modulasi dan persepsi nyeri, sehingga mampu menurunkan ketegangan fisik, meningkatkan ketenangan emosional, serta merangsang pelepasan hormon endorfin yang berperan dalam mengurangi sensasi nyeri. Intervensi ini efektif diterapkan pada ibu bersalin sebagai bentuk dukungan spiritual dan psikologis, yang pada akhirnya dapat membantu memperlancar proses persalinan serta meningkatkan pengalaman positif ibu selama melahirkan.

### **6.2.2 Rekomendasi**

Berdasarkan kesimpulan diatas, maka terdapat beberapa saran sebagai berikut :

- 1) Studi literatur ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi penelitian selanjutnya dalam mengembangkan riset mengenai efektivitas murattal Al-Qur'an sebagai terapi nonfarmakologis dalam upaya pencegahan nyeri persalinan. Penelitian lanjutan perlu dilakukan dengan desain yang lebih kuat serta mempertimbangkan perbandingan jenis surah, bagaimana pemberian pada ibu bersalin non muslim dan variasi durasi pemberian murattal agar diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai perbedaan efektivitas terapi tersebut.
- 2) Institusi pendidikan kebidanan diharapkan dapat mendorong mahasiswa untuk melakukan penelitian terkait terapi ini sebagai upaya memperkaya *evidence based practice* dalam kebidanan.
- 3) Diharapkan dapat dijadikan sebagai informasi tambahan kepada tenaga kesehatan terutama bidan sebagai bahan dalam melakukan pendekatan dan pelayanan kepada ibu Bersalin terkait Terapi murattal AL-Qur'an dalam mengurangi nyeri persalinan.
- 4) Diharapkan dapat membantu meningkatkan peran serta masyarakat, khususnya suami, keluarga, maupun pendamping persalinan dalam memahami pentingnya terapi murattal Al-Qur'an sebagai upaya

nonfarmakologi untuk mengurangi nyeri persalinan, sehingga ibu yang menjalani proses melahirkan dapat merasa lebih tenang, nyaman, dan mampu menghadapi persalinan dengan lebih baik.

