

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Persalinan merupakan proses alamiah keluarnya janin, plasenta, serta selaput ketuban melalui jalan lahir maupun metode lainnya. Persalinan ini dimulai dengan adanya nyeri yang disebabkan oleh kontraksi dan dilatasi serviks. Nyeri yang dirasakan saat proses persalinan dapat mempengaruhi kenyamanan ibu secara fisik dan psikologi. Jika nyeri tersebut tidak dikelola dengan baik, maka dapat menimbulkan kecemasan dan stress.<sup>1</sup> Menurut data global dari World Health Organization (WHO, 2020) menyatakan bahwa sekitar 85-90% ibu mengalami nyeri hebat saat proses persalinan, data ini menunjukkan bahwa hanya ada 10-15% ibu merasakan nyeri yang masih dapat dikendalikan. Sementara di Indonesia, berdasarkan data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2019, sebanyak 15 % ibu di Indonesia mengalami komplikasi persalinan yang disertai nyeri, 22 % ibu mengaku bahwa persalinan yang dialaminya merupakan persalinan yang menyakitkan karena merasakan nyeri hebat saat proses persalinan dan sebanyak 63 % ibu mengaku tidak memperoleh informasi terkait persiapan yang dapat dilakukan untuk membantu mengurangi nyeri saat persalinan.<sup>2</sup>

Nyeri persalinan merupakan sensasi tidak nyaman yang timbul akibat adanya rangsangan pada saraf sensorik. Tingkatan nyeri yang dirasakan selama persalinan akan berbeda antara satu dengan yang lainnya tergantung pada stimulasi dan ambang toleransi nyeri yang dimiliki.<sup>3</sup> Ada banyak faktor yang mempengaruhi perasaan nyeri tersebut diantaranya, jumlah kelahiran sebelumnya, dukungan keluarga, presentasi janin, emosi, tingkat beta-endorphin, kontraksi rahim dan ambang nyeri alami.<sup>4</sup> Perasaan takut, cemas dan stress akan mempengaruhi kemampuan tubuh untuk menahan rasa nyeri. Keadaan ini juga dapat menghasilkan sejumlah hormon katekolamin (hormon stress) yang berlebihan seperti epinefrin dan norepinephrin. Katekolamin yang tinggi dalam darah bisa memperpanjang waktu proses persalinan dengan mengurangi aliran darah menuju plasenta.<sup>5</sup>

Sepanjang proses persalinan berlangsung kepala janin mulai turun kedalam rongga panggul dan menekan saraf pudendal sehingga memicu adanya rasa sensasi

nyeri yang dirasakan oleh ibu. Kontraksi yang berlangsung secara regular dengan intensitas yang semakin sering juga memicu rasa nyeri pada ibu. Kondisi ini juga memberikan pengaruh terhadap fisik dan psikologi ibu.<sup>6</sup> Nyeri yang dialami saat proses persalinan ini dapat menimbulkan respons fisiologis berupa perubahan tekanan darah, peningkatan aktivitas saraf simpatis, pernapasan, denyut jantung, dan apabila tidak diatasi, kondisi ini juga akan meningkatkan rasa takut, khawatir dan stress sehingga hal ini berisiko mengganggu mekanisme fungsional dan memperpanjang durasi persalinan. Akibatnya, ibu juga akan merasakan ketidaknyamanan yang cukup intens karena nyeri yang signifikan selama proses persalinan berlangsung.<sup>7</sup>

Setiap ibu akan mempunyai respon sendiri-sendiri terhadap nyeri persalinan dan melahirkan. Hal ini karena setiap orang mempunyai ambang batas rangsangan nyeri yang berbeda-beda.<sup>6</sup> Ibu yang sudah mengalami persalinan sebelumnya akan memiliki coping yang baik dalam mengatasi nyeri untuk kehamilan selanjutnya. Pengalaman melahirkan sebelumnya memiliki pengaruh yang kuat terhadap respon nyeri dan kesiapan ibu untuk menghadapi persalinan berikutnya.<sup>8</sup> Kondisi psikologis dan faktor agama juga berkaitan erat dengan respon nyeri yang dirasakan ibu. Stress dapat menimbulkan nyeri yang lebih berat, namun kondisi ini akan relatif stabil atau cenderung terkendali apabila ibu memiliki tingkat keimanan yang tinggi, sehingga mekanisme pertahanan nyeri akan semakin baik.<sup>3</sup>

Ketidaknyamanan yang dirasakan ibu akibat nyeri berlebihan ini dapat memperlama proses persalinan dan menyebabkan ibu kelelahan yang berlebihan sehingga meningkatkan kemungkinan terjadinya komplikasi persalinan. Sebuah penelitian yang dilakukan di Amerika Serikat menyebutkan bahwa 70% sampai 80% Wanita yang melahirkan mengharapkan proses persalinan berjalan tanpa rasa nyeri. Sehingga diperlukan penatalaksanaan nyeri persalinan untuk mengurangi nyeri yang dirasakan oleh ibu serta menunjang pengalaman persalinan yang menyenangkan tanpa rasa takut dan cemas. Untuk mewujudkannya, berbagai metode dilakukan agar proses melahirkan menjadi lebih nyaman dan ibu tidak selalu merasakan sakit.<sup>3</sup>

Upaya untuk mengurangi rasa nyeri persalinan bisa dengan menggunakan terapi farmakologi dan nonfarmakologi. Terapi farmakologi merupakan terapi dengan obat-obatan kimiawi seperti epidural, namun berpotensi mempunyai efek kurang baik pada ibu dan janin sehingga tidak menjadi pilihan utama saat persalinan. Sedangkan terapi nonfarmakologi adalah terapi yang tidak membahayakan pada ibu dan janin, terapi ini juga memiliki banyak kelebihan seperti tidak menimbulkan efek samping serta meningkatkan relaksasi dan rasa kontrol ibu selama persalinan. Selain itu, terapi farmakologi sudah pasti relatif murah dan mudah diterapkan. Sehingga terapi nonfarmakologi semakin diminati dalam beberapa tahun terakhir, baik sebagai pelengkap terapi farmakologi atau terkadang sebagai terapi utama. Beberapa teknik yang umum digunakan meliputi audioanalgesia, relaksasi (yaitu, yoga dan hipnosis), teknik manual (yaitu, pijat, refleksiologi, dan shiatsu), akupunktur, bola bersalin, sudah banyak digunakan.<sup>9</sup>

Audioanalgesia adalah salah satu metode distraksi yang memanfaatkan suara sebagai rangsangan, seperti alunan musik, *white noise*, musik instrumental atau suara lainnya yang membantu menurunkan persepsi seseorang terhadap nyeri. Terapi audioanalgesia ini bekerja dengan cara mengalihkan fokus individu yang mulanya kepada rasa nyeri menjadi ke suara yang didengar. Dengan begitu persepsi terhadap nyeri menurun. Audioanalgesia juga membantu menstabilkan denyut jantung, menurunkan tekanan darah, dan merangsang pelepasan hormon endorfin yang dikenal sebagai analgesic alami tubuh. Salah satu bentuk dari audioanalgesia yang dapat diterapkan pada ibu saat proses persalinan adalah mendengarkan Murottal Qur'an.<sup>10</sup>

Berdasarkan data yang dirilis Timesprayer per 17 May 2025 jumlah penduduk muslim di Indonesia mencapai 245,1 juta jiwa dengan persentase sekitar 87,2 % dari total populasi, menjadikan Indonesia sebagai negara dengan jumlah penduduk muslim terbesar di dunia.<sup>11</sup> Kondisi ini membuka peluang besar pada penerapan pendekatan islami dibidang kesehatan, termasuk dalam manajemen nyeri saat persalinan. Ditengah berbagai alternatif pengelolaan nyeri, terapi murottal Al-Qur'an menjadi salah satu pilihan yang relevan dan potensial. Selain sejalan dengan nilai-nilai spiritual mayoritas masyarakat, terapi ini juga dinilai



efektif sebagai metode nonfarmakologis untuk membantu mengurangi nyeri pada ibu bersalin.

Murattal Al-Qur'an adalah lantunan ayat-ayat suci Al-qur'an yang dilantunkan dengan merdu yang mampu menghasilkan gelombang delta sehingga memberikan rasa tenang, nyaman, dan tentram bagi pendengarnya.<sup>12</sup> Sesuai dengan sebutan nama lain Al-Qur'an yaitu Asy-syifa yang berarti obat penyembuh, beberapa penelitian membuktikan bahwa ayat-ayat Al-qur'an terbukti memberi pengaruh terhadap pengurangan kesakitan. Menurut penelitian yang telah dilakukan oleh Dr. Ahmad Al Qadhi direktur utama Islamic Medicine Institute for Education and Research, di Floridina, Amerika Serikat yaitu tentang manfaat dan pengaruh mendengarkan ayat suci Al Qur'an pada manusia terhadap perspektif fisiologis dan psikologis. Dari hasil penelitian tersebut menunjukkan terjadi perubahan pada organ dan jaringan. Hasil penelitian tersebut mencapai 97%, bahwa dengan mendengarkan ayat suci Al Qur'an memiliki pengaruh mendatangkan kebahagiaan, ketenangan, menurunkan ketegangan urat syaraf reflektif serta menyembuhkan penyakit.<sup>10</sup>

Tidak hanya memberikan efek fisiologi berupa relaksasi dan mengurangi nyeri, Murottal Al-Qur'an juga meningkatkan ketenangan spiritual yang mendengarkannya. Pada ibu bersalin mendengarkan murottal Al-Qur'an dapat berfungsi sebagai bentuk sugesti positif yang menumbuhkan kecintaan pada Tuhan serta mengurangi kecemasan yang dapat memperberat rasa nyeri. Kajian neurofisiologi dengan EEG juga menemukan bahwa bacaan Al-Qur'an meningkatkan gelombang alpha dan theta yang berhubungan dengan kondisi rileks dan santai sehingga memperkuat analgesia alami melalui mekanisme modulasi nyeri.<sup>13</sup>

Penelitian yang dilakukan oleh Safnita hamzah dengan judul pengaruh teknik murottal Al-Qur'an terhadap penurunan tingkat nyeri ibu bersalin kala I fase aktif di RSUD dr Zainoel Abidin. Penelitian ini membagi responden ke dalam dua kelompok, yaitu kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa kelompok perlakuan yang mendapat intervensi murottal Al-Qur'an mengalami penurunan skala nyeri secara signifikan, dari rata-rata 7,9 (nyeri berat) menjadi 4,9 (nyeri sedang). Sementara itu, kelompok kontrol yang tidak

mendapatkan intervensi menunjukkan perubahan yang tidak signifikan, yakni dari 7,8 menjadi 7,9 (nyeri berat). Terdapat perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok dengan nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), yang menunjukkan bahwa terapi nonfarmakologi berpengaruh terhadap penurunan nyeri pada ibu bersalin.<sup>12</sup>

Penelitian tentang terapi murottal Al-Qur'an juga dilakukan oleh Sri rohmah (2023) dimana penelitian ini mengkombinasikan murottal Al-Qur'an dengan aromaterapi inhalasi lemon.<sup>14</sup> Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya penurunan frekuensi ibu yang mengalami nyeri berat saat persalinan berkurang menjadi nyeri sedang ketika diberikan perlakuan terapi. Dengan demikian terapi Murottal Al-Qur'an yang dikombinasikan dengan aromaterapi Inhalasi Lemon efektif terhadap penurunan intensitas nyeri kala I Fase Aktif.<sup>15</sup>

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian *literatur review* efektifitas terapi murattal Alqur'an dalam mengurangi nyeri saat proses persalinan. Tenaga kesehatan terutama bidan memiliki peran yang sangat penting dalam proses persalinan. Sebagai mitra utama bagi ibu, bidan diharapkan mampu menjadi sosok yang tidak hanya professional tetapi juga empatik, dapat dipercaya, serta mampu memahami kondisi fisik dan emosional ibu dengan penuh kepedulian. Salah satu bentuk pendampingan yang dapat diberikan bidan adalah melalui pemberian terapi nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri saat persalinan. Disamping pelaksanaannya yang relatif mudah dilakukan, terapi ini dinilai lebih aman, efek samping yang rendah dibanding terapi farmakologis, dan mendukung proses persalinan yang lebih nyaman. Salah satu metode nonfarmakologis yang mulai banyak diterapkan adalah terapi murotal Al-Qur'an. Pendekatan ini tidak hanya memberikan efek relaksasi secara psikologis, tetapi juga memperkuat spiritualitas ibu, sehingga dapat menurunkan persepsi terhadap rasa nyeri selama proses persalinan.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimana efektifitas terapi murattal Alqur'an dalam mengurangi nyeri saat proses persalinan?

### **1.3 Tujuan Penulisan**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui dan menganalisis secara sistematis hasil-hasil penelitian yang telah ada mengenai bagaimana efektifitas terapi murattal Alqur'an dalam mengurangi nyeri saat proses persalinan.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengetahui efektifitas dari terapi murattal Alqur'an dalam mengurangi nyeri saat proses persalinan.
2. Mengetahui bagaimana mekanisme kerja dari terapi murattal Alqur'an dalam mengurangi nyeri saat proses persalinan.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Manfaat Terhadap Peneliti**

Penelitian studi literatur ini dapat memperdalam pengetahuan dan pemahaman penulis terkait efektifitas penerapan terapi murattal Alqur'an dalam mengurangi nyeri saat proses persalinan normal serta menambah pengalaman dalam pelaksanaan studi literatur seperti melakukan eksplorasi, seleksi, dan penyusunan telaah pustaka dengan pendekatan yang terarah dan sistematis.

#### **1.4.2 Manfaat Terhadap Masyarakat**

Penelitian studi literatur ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait alternatif pengelolaan nyeri saat bersalin yang bersifat spiritual dan mudah diakses sehingga dapat mendorong kemandirian ibu bersalin bersama keluarga dalam mempersiapkan persalinan.

#### **1.4.3 Manfaat Terhadap Ilmu Pengetahuan**

Penelitian studi literatur ini dapat memberikan informasi sebagai sumber rujukan ilmiah yang bisa menjadi dasar bagi inovasi dan metode pengembangan kegiatan pembelajaran terkait penerapan terapi murattal Alqur'an dalam mengurangi nyeri saat proses persalinan normal. Selain itu, hasil dari studi literatur ini dapat dimanfaatkan sebagai tambahan referensi literatur ilmiah terkait terapi nonfarmakologi.