



PENGARUH MUROTTAL SURAT MARYAM TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA IBU BERSALIN KALA 1 FASE AKTIF

Nur Kholidahzia¹, Iis Tri Utami², Nur Alfi Fauziah³, Rini Wahyuni⁴

^{1,2,3,4}Program Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan, Fakultas Ilmu Kesehatan,
Jl. A Yani No. 1 A Tambak Rejo, Wonodadi, Pringsewu, Kabupaten Pringsewu, Lampung 35372.

Telp: (0729) 7081587

Email: nurkholidaziatibar@gmail.com

ABSTRAK

Persalinan merupakan proses fisiologis atau proses pengeluaran hasil konsepsi yang dapat hidup dari dalam uterus ke dunia luar, sehingga memungkinkan ibu untuk dapat melahirkan janinnya melalui jalan lahir. Salah satu penyebab persalinan tidak lancar adalah perasaan cemas. Prevalensi kecemasan pada ibu bersalin terdapat 12 (19%) ibu cemas berat, 35 (55,6%) ibu cemas sedang, dan 16 (25,4%) ibu cemas ringan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh murottal surat maryam terhadap tingkat kecemasan pada ibu bersalin kala 1 fase aktif di PMB Erma Yunita Kecamatan Tanjung Raja Kabupaten Lampung Utara tahun 2021. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif yaitu dengan rancangan *pre experiment* dan desain penelitian *one group pretest and posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah rata-rata ibu bersalin setiap bulan di PMB Erma Yunita yang berjumlah 21 orang dengan sampel 16 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*. Analisis data menggunakan *paired sample t-test*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 15 ibu bersalin sebelum dilakukan terapi murottal didapatkan skor rata-rata kecemasan adalah 16,50 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 surat maryam terhadap tingkat kecemasan pada ibu bersalin kala 1 fase aktif di PMB Erma Yunita Kecamatan Tanjung Raja Kabupaten Lampung Utara tahun 2021. Saran ibu bersalin dapat menjadikan terapi murottal sebagai cara untuk mengurangi tingkat kecemasan sehingga proses persalinan berlangsung nyaman dan lancar.

Kata Kunci: *murottal, kecemasa, ibu bersalin, kala 1*

I. PENDAHULUAN

Persalinan merupakan proses fisiologis atau proses pengeluaran hasil konsepsi yang dapat hidup dari dalam uterus ke dunia luar, sehingga memungkinkan ibu untuk dapat melahirkan janinnya melalui jalan lahir. Persalinan normal terjadi pada kehamilan cukup bulan (37-42 minggu), lahir spontan dengan presentasi belakang kepala yang berlangsung dalam 18 jam, tanpa komplikasi baik pada ibu maupun janin (Jannah, 2014).

Resiko kematian ketika melahirkan semakin mempengaruhi kestabilan emosi ibu. Jika kondisi emosi yang tidak stabil sampai pada proses persalinan, dapat menyebabkan

persalinan menjadi tidak lancar (Primasnia dkk, 2013). Salah satu penyebab persalinan tidak lancar adalah perasaan cemas disebabkan kekhawatiran akan proses persalinan dan kelahiran bayi. Sehingga dalam pandangan masyarakat persalinan masih dianggap pertaruhan nyawa antara hidup dan mati (Handayani dkk, 2014).

Kecemasan merupakan suasana/perasaan hati (*mood*) atau pengalaman yang ditandai dengan adanya kekhawatiran, perasaan tidak menyenangkan dan ketegangan fisik. Berdasarkan hasil penelitian Sidabukke (2020) dari 63 ibu bersalin terdapat 12 (19%) ibu bersalin mengalami cemas berat, 35 (55,6%)

ibu bersalin mengalami cemas sedang, dan 16 (25,4%) ibu bersalin mengalami cemas ringan. Kecemasan dan kekhawatiran pada ibu bersalin apabila tidak ditangani secara serius akan berdampak serta berpengaruh terhadap fisik dan psikis, baik pada ibu maupun janin (Sucipto, 2010).

Kecemasan dapat di kurangi dengan menggunakan terapi relaksasi dan ditraksi, di antaranya terapi Al-Qur'an, yoga, musik, hipnoterapi, dan penerapan senam kehamilan (Karyati, 2016). Murottal merupakan salah satu musik yang memiliki pengaruh positif bagi pendengarnya. Pemberian terapi murottal dilakukan pada kala I fase aktif, karena lama dan kekuatan kontraksi pada fase aktif bertahap meningkat (Yolanda, 2015).

Pengaruh Al-Qur'an dapat memberikan relaksasi dan ketenangan jiwa juga tersirat dalam Al-Quran (QS) Az-Zumar (39): 23 yang berbunyi " Allah telah menurunkan perkataan yang paling baik (Yaitu) Al-Qur'an yang serupa (ayat-ayatnya), kemudian menjadi tenang kulit dan hati mereka ketika mengingat Allah, dengan kitab itu Allah memberi petunjuk kepada siapa yang dia kehendaki. Dan barang siapa yang di biarkan sesat oleh Allah, maka tiada seorangpun yang memberi petunjuk."

Didukung oleh penelitian Handayani dkk (2014) di Jawa Tengah terhadap 42 responden menyatakan dengan mendengarkan ayat suci Al-Quran memiliki pengaruh dalam memberikan ketenangan dan menurunkan ketegangan urat syaraf reflektif. Ada perbedaan rata-rata penurunan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan terapi murottal Al-Qur'an, rata-rata kecemasan sebelum terapi murottal adalah 26,67 dan rata-rata setelah dilakukan terapi murottal adalah 20,52.

Kecemasan yang dialami oleh ibu saat proses persalinan akan mengakitbatkan tubuh ibu merasa lebih lelah, kehilangan kekuatan. Perasaan takut dan cemas selama proses persalinan dapat mempengaruhi his. Akibatnya memperlambat pembukaan sehingga mempengaruhi kelancaran persainan (Adelina, 2014).

II. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif yaitu dengan rancangan *pre experiment* dengan rancangan *one group pretest posttest*.

Populasi dalam penelitian ini adalah rata-rata ibu bersalin setiap bulan di PMB Erma Yunita yang berjumlah 21 orang. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 16 orang.

Variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: Variabel bebas (*Independen*) adalah variabel yang dapat mempengaruhi variabel terikat yang dalam penelitian ini adalah murottal surat maryam. Dan variabel terikat (*Dependen*) adalah variabel yang terikat atau variabel yang dipengaruhi oleh varibel bebas. Variabel terikat dalam penelitian adalah tingkat kecemasan.

III. HASIL PENELITIAN

Dari penelitian yang dilakukan didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 1 Rata-rata tingkat kecemasan sebelum dilakukan terapi murottal surat maryam pada ibu bersalin kala 1 fase aktif di PMB Erma Yunita Kecamatan Tanjung Raja Kabupaten Lampung Utara tahun 2021

Variabel	N	Mean	Standar Deviasi	Min-Max
Rata-rata tingkat kecemasan sebelum dilakukan terapi murottal surat maryam	16	16,50	4,397	8 - 25

Berdasarkan tabel 1 diatas diketahui bahwa dari 16 ibu bersalin kala 1 fase aktif didapatkan rata-rata tingkat kecemasan sebelum dilakukan terapi murottal surat maryam adalah 16,5 (cemas ringan) dengan skor minimal 8 dan maksimal 25.

Tabel 2 Rata-rata tingkat kecemasan sesudah dilakukan terapi murottal surat maryam pada ibu bersalin kala 1 fase aktif di PMB Erma Yunita Kecamatan Tanjung Raja Kabupaten Lampung Utara tahun 2021

Variabel	N	Mean	Standar Deviasi	Min-Max
Rata-rata tingkat kecemasan	16	10,81	3,188	5-16

sesudah dilakukan terapi murottal surat maryam				
--	--	--	--	--

Berdasarkan tabel 2 diatas diketahui bahwa dari 16 ibu bersalin didapatkan rata-rata tingkat kecemasan sesudah dilakukan terapi murottal surat maryam adalah 10,81 dengan skor minimal 5 dan skor maksimal 16.

Tabel 3 Pengaruh murottal surat maryam terhadap tingkat kecemasan pada ibu bersalin kala 1 fase aktif di PMB Erma Yunita Kecamatan Tanjung Raja Kabupaten Lampung Utara tahun 2021

Variabel	N	Mean	P value
Rata-rata tingkat kecemasan sebelum dilakukan terapi murottal surat Maryam	16	16,50	0,000
Rata-rata tingkat kecemasan sesudah dilakukan terapi murottal surat maryam		10,81	

Berdasarkan tabel 3 diatas diketahui bahwa dari 16 ibu bersalin sebelum dilakukan terapi murottal surat maryam didapatkan 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 surat maryam terhadap tingkat kecemasan pada ibu bersalin kala 1 fase aktif di PMB Erma Yunita Kecamatan Tanjung Raja Kabupaten Lampung Utara tahun 2021.

IV. PEMBAHASAN

Rata-rata tingkat kecemasan sebelum dilakukan terapi murottal pada ibu bersalin kala 1 fase aktif di PMB Erma Yunita Kecamatan Tanjung Raja Kabupaten Lampung Utara tahun 2021.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 16 ibu bersalin kala 1 fase aktif didapatkan rata-rata tingkat kecemasan sebelum dilakukan terapi murottal adalah 16,5 dengan skor minimal 8 dan maksimal 25.

Menjelang hari-hari sebelum melahirkan, seorang calon ibu sering dilanda rasa cemas menghadapi masa persalinan, hal ini dialami oleh ibu yang akan melahirkan bayi pertama baik ibu yang telah mengalami trauma pada persalinan sebelumnya. Selain itu cemas yang berlebihan pada ibu hamil juga dapat memperlambat dilatasi servik sehingga semakin memperlama proses persalinan (Machmudah, 2012). 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 (Moekroni, 2016).

Kecemasan haruslah diatasi agar tidak terjadi komplikasi pada saat persalinan. Terdapat beberapa metode untuk menagatasi kecemasan yakni melalui pendekatan farmakolgi dan nonfarmakolgi. Metode farmakolgi dapat dilakukan dengan cara memberikan obat. Sedangkan metode norfarmakologi terdiri dari beberapa tindakan penanganan , seperti teknik relaksasi, terapi musik, terapi murottal, dan terapi menggunakan aromaterapi. Salah satu upaya peneliti dalam mengurangi kecemasan pada ibu bersalin menggunakan terapi murottal (Faridah, 2015). Murottal merupakan rekaman suara yang dilakukan oleh seorang Qori' (pembaca Al-Qur'an) lantunan Al-Qur'an secara fisik mengandung unsur suara manusia, suara manusia merupakan instrumen penyembuhan yang menabjubkan dan alat yang paling mudah dijangkau. Suara dapat menurunkan hormon-hormon stres, mengaktifkan hormon endorfin alami, meningkatkan perasaan rileks, mengalihkan perhatian dari rasa takut, cemas dan tegang (Handayani, 2014).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Qonitun (2018) yang menunjukkan bahwa dari 19 responden sebelum di berikan Terapi Murottal sebagian besar sebanyak 10 (52,6%) responden mengalami

kecemasan berat, dan sebagian kecil sebanyak 3 (15,8%) responden mengalami kecemasan ringan.

Menurut asumsi peneliti, salah satu cara untuk menghindari komplikasi yang disebabkan oleh kecemasan adalah dengan menggunakan metode yang dapat menurunkan peningkatan hormon adrenalin di dalam tubuh ibu bersalin yang merupakan penyebab dari kecemasan. Salah satu metode yang dapat digunakan yaitu terapi murottal.

Rata-rata tingkat kecemasan sesudah dilakukan terapi murottal pada ibu bersalin kala 1 fase aktif di PMB Erma Yunita Kecamatan Tanjung Raja Kabupaten Lampung Utara tahun 2021.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 16 ibu bersalin didapatkan rata-rata tingkat kecemasan sesudah dilakukan terapi murottal adalah 10,81 dengan skor minimal 5 dan skor maksimal 16.

Murottal mampu memacu sistem saraf parasimpatis yang mempunyai efek berlawanan dengan sistem saraf simpatis. Sehingga terjadi keseimbangan pada kedua sistem saraf autonom tersebut. Hal inilah yang menjadi prinsip dasar dari timbulnya respon relaksasi, yakni terjadi keseimbangan antara sistem saraf simpatis dan sistem saraf parasimpatis. Efek dari murottal dan zikir antara lain dapat menurunkan kecemasan. Selain itu juga Al-Qur'an memiliki pengaruh yang mampu merelaksasi ketegangan urat syaraf tersebut. Fakta ini secara tepat terekam dalam system detector elektronik yang didukung komputer guna mengukur perubahan apapun dalam fisiologi(organo) tubuh (Mahmudi, 2011).

Terapi murottal mampu memberikan ketentraman, ketenangan dan mengurangi kecemasan. Penelitian ini menggunakan salah satu surat yaitu Maryamn. Terapi murottal Al-Qur'an surat Maryamn dapat mendatangkan ketenangan dan meminilmalkan tingkat kecemasan ibu bersalin kala I fase aktif bagi yang mendengarnya (Sangiran, 2011). Penelitian ini sejalan dengan Wirakhmi (2016) yang mengatakan bahwa surat Maryam memiliki banyak ayat, yang dibaca berulang-ulang sehingga dapat mengalihkan perhatian dan berfungsi sebagai hipnosis yang membuat seseorang merasa nyaman, tenang dan bahagia.

Penelitian ini sejalan dengan penelitain yang dilakukan oleh Handayani (2016) yang menunjukkan bahwa rerata tingkat kecemasan pada ibu bersalin primigravida kala I fase aktif sebesar 20,52 dengan standar error 1,228 dan skor kecemasan minimal pada ibu bersalin primigravida kala I fase aktif sebesar 5 dan skor maksimal sebesar 40. Tingkat kecemasan sesudah dilakukan terapi murottal mempunyai interval dengan skor kecemasan 5 - 40, lebih kecil dari interval sebelum terapi murottal yaitu 12 - 47.

Menurut asumsi peneliti, adanya penurunan tingkat kecemasan disebabkan oleh faktor murottal secara langsung memberikan pengaruh fisik dan psikis terhadap responden. Hal ini ditandai dengan sebagian responden mengatakan merasa lebih tenang saat diperdengarkan terapi murottal dan pernafasan mereka teratur. Menurut pengamatan peneliti hal ini terjadi akibat responden meresapi dan benar-benar melakukan serangkaian intervensi dengan baik.

Pengaruh murottal terhadap tingkat kecemasan pada ibu bersalin kala 1 fase aktif di PMB Erma Yunita Kecamatan Tanjung Raja Kabupaten Lampung Utara tahun 2021.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 16 ibu bersalin sebelum dilakukan terapi murottal didapatkan skor rata-rata kecemasan adalah 16,50 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 di PMB Erma Yunita Kecamatan Tanjung Raja Kabupaten Lampung Utara tahun 2021.

Kecemasan pada ibu bersalin primigravida kala I fase aktif mengalami penurunan sesudah diberikan terapi murottal dan terdapat perbedaan rerata penurunan kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan terapi murottal, dengan demikian pemberian terapi murottal dapat menurunkan tingkat kecemasan pada ibu bersalin primigravida kala I fase aktif (Handayani, 2014).

Pada konteks ini lantunan ayat suci Al-Qur'an mengandung unsur suara manusia. Merdunya lantunan ayat suci Al-Qur'an dari (qari') suara

manusia dapat memberikan perubahan yang menakjubkan yaitu penyembuhan berupa penurunan kecemasan apabila mendengarkan ayat suci Al-Qur'an dengan penuh penghayatan dan kekhusyuan. Surah Maryam adalah salah satu surah yang dibaca oleh Rasulullah SAW kepada golongan jin, sehingga mereka menjauh. Bagi wanita hamil, sangat dianjurkan membaca maupun mendengarkan surat Maryam agar selama kehamilannya mendapatkan penjagaan dari Allah SWT dan dijauhkan dari gangguan makhluk Allah yang hasud dari bangsa jin (Saman, 2011).

Pemberian terapi murottal Al-Qur'an surat Maryam selama 1 jam dapat meningkatkan kadar β -Endorphin pada ibu bersalin kala I fase aktif baik pada ibu primipara maupun multipara (Wahida, 2015). Menurut ajaran agama Islam, bukan hanya membaca Al-Qur'an saja yang menjadi ibadah, amal, pahala, dan rahmat, dengan mendengarkan bacaan Al-Qur'an pun pahalanya sama dengan orang yang membacanya. Adapun beberapa keistimewaan dalam ayat Al-Qur'an antara lain dapat menghilangkan duka serta memasukkan kegembiraan dalam hati, menghilangkan kesusahan, bahkan bisa untuk penyembuhan penyakit-penyakit fisik, sebagai petunjuk hidup, sebagai obat hati, sebagai penyebar kasih sayang diantara umat manusia, sebagai rahmat dalam kehidupan, sebagai pembeda yang jelas antara yang benar dan yang salah, dan sebagai peta petunjuk ke jalan yang lurus (Trisetyaningsih, 2018).

Mendengarkan murattal efektif dalam meningkatkan kemampuan konsentrasi dan dapat meminimalisir kecemasan, dengan menurunnya kecemasan maka faktor penghambat konsentrasi akan berkurang sehingga tingkat konsentrasi akan meningkat (Julianto, 2014).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Handayani (2014) yang menunjukkan bahwa rata-rata intensitas nyeri sebelum terapi murottal adalah 6,57, rata-rata setelah dilakukan terapi murottal adalah 4,93. Uji *Paired t test* menunjukkan bahwa ada perbedaan rerata penurunan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif sebelum dan sesudah dilakukan terapi murottal dengan nilai p value < 0,05).

Didukung oleh penelitian Dewita (2013) yang menunjukkan bahwa ada pengaruh terapi

murottal terhadap tingkat kecemasan menghadapi persalinan pada ibu trimester ketiga $p = 0,007$ ($p < 0,05$). Terapi murottal efektif menurunkan tingkat kecemasan menghadapi persalinan ibu hamil trimester ketiga. Sejalan dengan penelitian Trisetyaningsih (2018) yang menunjukkan bahwa ada pengaruh terapi murottal terhadap perubahan skor kecemasan ibu bersalin kala I fase laten di RS Nur Hidayah Bantul.

Menurut asumsi peneliti, sesudah diberikan terapi murottal ibu bersalin kala I fase aktif mengungkapkan perasaannya lebih tenang, rileks, bisa berfikir positif dan optimis, rasa berdebar-debarnya berkurang, ekspresi ibu nampak lebih rileks dan saat di ajak berkomunikasi ibu bisa fokus dengan isi pembicaraan. Jadi terapi murottal yang diberikan pada ibu bersalin kala I fase laten merupakan suatu terapi atau salah satu obat yang bermanfaat dan berpengaruh untuk tubuh dimana pengaruhnya tergantung seberapa jauh tingkat sugesti keimanan, kekhusyuan, dan konsentrasi saat mendengarkan murottal.

V. SIMPULAN

Berdasarkan dari penelitian dan Berdasarkan uraian teori dan pembahasan diatas maka penulis menyimpulkan hasil penelitian ini sebagai berikut:

1. Rata-rata tingkat kecemasan sebelum dilakukan terapi murottal pada ibu bersalin kala 1 fase aktif di PMB Erma Yunita Kecamatan Tanjung Raja Kabupaten Lampung Utara tahun 2021 adalah 16,50 (cemas ringan)
2. Rata-rata tingkat kecemasan sesudah dilakukan terapi murottal pada ibu bersalin kala 1 fase aktif di PMB Erma Yunita Kecamatan Tanjung Raja Kabupaten Lampung Utara tahun 2021 adalah 10,81 (tidak cemas)
3. Ada pengaruh murottal terhadap tingkat kecemasan pada ibu bersalin kala 1 fase aktif di PMB Erma Yunita Kecamatan Tanjung Raja Kabupaten Lampung Utara tahun 2021 dengan p value 0,000.

DAFTAR PUSTAKA

- Adelina, E. 2014. Hubungan Dukungan Suami Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Menghadapi Persalinan di Puskesmas Turi Sleman. Skripsi-Universitas Alma Ata.
- Al-Atsari, 2017. *Aktualisasi Akhlak Muslim*. Jakarta: Pustaka Imam Syafi'i.
- Asrinah, dkk. 2010. *Asuhan Kebidanan Masa Persalinan*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Depkes, R.I. 2017. *Buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA)*. Jakarta: Depkes RI.
- Handayani, Rohmi, dkk. 2014. Pengaruh Terapi Murottal Al-Quran Untuk Penurunan Nyeri Persalinan Dan Kecemasan Pada Ibu Bersalin Kala 1 Fase Aktif. *Bidan Prada: Jurnal Ilmiah Kebidanan*, Vol. 5 No. 2.
- Haviva. 2015. *Seimbangkan Dunia dan Akhiratmu*. Jakarta: Suka Buku.
- Hawari, D. 2016. *Manajemen Stres Cemas dan Depresi*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Heriani. 2016. Kecemasan dalam Menjelang Persalinan Ditinjau dari Paritas, Usia dan Tingkat Pendidikan. *Jurnal Ilmu Kesehatan Aisyah*, Vol. 1, No. 2, Juli-Maret 2016, P-ISSN: 2502-4825.
- Jannah, Nurul. 2014. *Askeb II Persalinan Berbasis Kompetensi*. Jakarta: EGC
- Karyati, S. 2016. Aplikasi Terapi Murottal Al-Qur'an Dan Komunikasi Terapeutik Sebagai Upaya Menurunkan Tingkat Kecemasan Persalinan. *The 4 th Univesity Research Coloquium*, 175-182
- Kuswanti, Ina. 2013. *Asuhan Kebidanan II Persalinan*. Jogjakarta : Pustaka Pelajar.
- Lestari, et.al., 2015. Pengaruh Terapi Murottal Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien dengan Penyakit Jantung Koroner di Ruang ICCU RSUD dr. Soedarso Pontianak. Universitas Tanjungpura Pontianak.
- Notoatmodjo, 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nurasiah, S., & dkk. 2012. *Asuhan Persalinan Normal Bagi Bidan*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Primasnia. P., Wagiyo & Elisa. 2013. Hubungan Pendampingan Suami dengan Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida dalam Menghadapi Proses Persalinan Kala I di Rumah Bersalin Kota Ungaran. *Prosiding Seminar Nasional & Internasional. Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES Telogorejo Semarang*,
- Sucipto, Sintikhewati Yenly. 2010. Hubungan Antara Usia Ibu Hamil Dengan Kesiapan Mental Menghadapi Persalinan Di Desa Kasidi Kecamatan Ungaran Barat. *Jurnal Kebidanan Panti Wilasa*, Vol. 1 No. 1.
- Sugiyono. 2018. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sulistiyawati, Ari. 2012. *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Bersalin*. Jakarta: Salemba Medika.
- Sumarah, dkk, 2010. *Perawatan Ibu Bersalin*. Jakarta . Fitramaya.
- Sumaryani S., Sari P.I. 2015. Senam dysmenorrhea berbasis Ar-Rahman terhadap penurunan Nyeri. *Jurnal Ners* Vol. 10 No. 2 : 360-365.
- Trisetiyaningsih, Yanita. dkk. 2018 Pengaruh Terapi Murottal Terhadap Perubahan Skor Kecemasan Ibu Bersalin Kala I Fase Laten. *Media Ilmu Kesehatan* Vol.7, No.1
- Wahyuni, Riza, Deswita. 2013. Pengaruh Terapi Murottal Terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi Persalinan Pada Ibu Hamil Trimester Ketiga. *Ners Jurnal Keperawatan* vol9.No 2 : 111-122
- Walyani, S. 2016. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- WHO. *World Health Statistics 2014: World Health Organization*, 2014.

Yana, dkk. 2015. Efektivitas Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Intensitas Nyeripersalinan Kala I Fase Aktif. Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau JOM Vol. 2 No. 2, Oktober 2015

Yolanda, D., 2015. Pengaruh Terapi Murrotal terhadap Penurunan Nyeri Persalinan pada Primigravida Bukit tinggi. STIKES Yarsi.