Pengaruh Terapi Metode Arrahim (Aromaterapy, Hypnoterapy dan Murotal Quran) Terhadap Kecemasan Dan Lama Persalinan di Klinik Pratama Arsy Medika Kab Cirebon

Nunung Nurjanah, Fika Nurul Hidayah, Wiwin Widayanti
Program Studi Sarjana Kebidanan, STIKes Muhammadiyah Cirebon
Jalan Kalitanjung Timur No. 14/18 A Kel.Kec Harjamukti Kota Cirebon
Email : nung.bidan@gmail.com, fikanurulhidayah@gmail.com
wiwinwidayanti12@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Persalinan dan kelahiran bayi merupakan anugrah terindah bagi anggota keluarga. Ibu melahirkan memiliki karakteristik persalinan yang bervariasi dan berbeda-beda serta terus berubah. Ketakutan, kecemasan dan stress yang berlebihan dapat menyebabkan pembentukan ketokolamin dan menimbulkan kemajuan persalinan melambat, kelelahan merupakan faktor penyebab fase laten panjang (persalinan lama). Ibu yang tidak didukung secara emosional akan mengalami kesulitan dalam persalinan dan meningkatkan nyeri. Bidan diharapkan dapat memberikan asuhan persalinan normal, ibu dan anak lahir sehat dan selamat dengan dukungan secara fisik, psikologis dan spiritual.Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia masih tinggi yaitu 305/100.000 kelahiran hidup (KH), hal ini masih jauh dari target Sustainable Development Goals (SDGs) yaitu kurang dari 70/100.000 Kelahiran Hidup (KH).Pendekatan farmakologi dan non farmakologi dapat diaplikasikan dalam asuhan untuk mengurangi kecemasan dan mencegah partus lama diantaranya metode terapy Arromaterapy , Hypnoterapy, dan Murotal Qur'an (Arrahiim).

Tujuan: mengetahui Pengaruh Metode Arrahim (Aromaterapy, Hypnoterapy dan Murotal Quran) Terhadap Kecemasan Dan Lama Persalinan di Klinik Pratama Arsy Medika Kab Cirebon

Metode : Desain penelitian yang digunakan adalah pre experimental design dengan rancangan one group pretest posttest design. Populasi Seluruh ibu bersalin pada bulan Juni- Juli 2021 di Klinik Pratama Arsy Medika Kab. Cirebon sebanyak 46 ibu bersalin. Teknik sampling dengan *Total sampling*. Pengumpulan data menggunakan lembar observasi. Data dianalisis dengan uji wilcoxon sign rank test dan uji T.

Hasil Penelitian: Sebagian besar ibu bersalin di di Klinik Pratama Arsy Medika berumur 20-35 tahun (84.8%), Ibu bersalin pada kala I terdapat 34 ibu (73.9%) dengan lama persalinan durasi normal, dan 12 ibu (26.1%) dengan lama persalinan durasi tidak normal. Sedangkan pada Kala II, ibu dengan durasi bersalin normal sebanyak 42 (91.3%), dan 4 (8.7%) ibu bersalin dengan durasi tidak normal. Sebelum diberikan intervensi berupa metode Arrahim, ibu bersalin dengan kecemasan berat sebanyak 4 (8.7 %) ibu, kecemasan sedang sebanyak 14 (30.4%) ibu. Setelah diberikan intervensi berupa metode Arrahim, Sebagian besar ibu bersalin tidak mengalami kecemasan (78.3%). Rata-rata skor kecemasan ibu bersalin sebelum mendapatkan intervensi sebesar 2.33 dengan standar deviasi 0.845, sedangkan setelah mendapatkan intervensi berupa Metode Arrahim ratarata skor kecemasan ibu turun menjadi 1.22 dengan standar deviasi 0.417.rata-rata lama persalinan kala I pada ibu primigravida adalah 8.33 jam, hal ini lebih cepat dari standar normal yakni ≤ 12 jam. Hasil analisis mengunakan Uji T satu sampel didapatkan nilai p sebesar 0.004 (<0.05), artinya rata-rata waktu bersalin Kala I ibu primigravida lebih cepat daripada batas normal.

Kesimpulan :Intervensi berupa Metode Arrahim berpengaruh positif terhadap kecemasan ibu bersalin.dan membuktikan bahwa intervensi berupa metode Arrahim mempengaruhi lama persalinan Kala I pada ibu Primigravida. Pada ibu multigravida, didapatkan nilai p > 0.05 sehingga dapat disimpulkan metode Arrahim memberikan pengaruh tidak signifikan pada lama bersalin kala I. Kata Kunci :Metode Arrahim , Kecemasan, Lama Persalinan

ABSTRACT

Background: Childbirth and the birth of a baby are the most beautiful gifts for family members. Mothers giving birth have the characteristics of childbirth that are varied and different and are constantly changing. Excessive fear, anxiety and stress can cause the formation of catecholamines and cause slow labor progress, fatigue is a factor causing a long latent phase (prolonged labor). Mothers who are not emotionally supported will have difficulty in labor and increase pain. Midwives are expected to provide normal delivery care, mothers and children are born healthy and safe with physical, psychological and spiritual support. The Maternal Mortality Rate (MMR) in Indonesia is still high at 305/100,000 live births (KH), this is still far from the target Sustainable Development Goals (SDGs) are less than 70/100,000 live births (KH). Pharmacological and nonpharmacological approaches can be applied in care to reduce anxiety and prevent prolonged labor including Arromaterapy, Hypnotherapy, and Murotal Qur'an (Arrahiim) therapeutic methods.
Objective: to determine the effect of the Arrahim Method (Aromatherapy, Hypnotherapy and Murotal Quran) on Anxiety and Labor Duration at Arsy Medika Primary Clinic, Cirebon Regency.
Methods: The research design used was a pre experimental design with a one group pretest posttest design. Population All mothers give birth in June-July 2021 at the Arsy Medika Pratama Clinic Kab. Cirebon as many as 46 mothers gave birth. Sampling technique with total sampling. Collecting data using observation sheets. Data were analyzed by Wilcoxon sign rank test and T test.
Research result: Most of the mothers giving birth at the Arsy Medika Primary Clinic were aged 20-35 years (84.8%), mothers giving birth in the first stage there were 34 mothers (73.9%) with normal duration, and 12 mothers (26.1%) with abnormal duration. While in Stage II, mothers with normal duration of labor were 42 (91.3%), and 4 (8.7%) mothers gave birth with abnormal duration. Prior to the intervention in the form of the Arrahim method, 4 (8.7%) mothers gave birth with severe anxiety, 14 (30.4%) mothers with moderate anxiety. After being given an intervention in the form of the Arrahim method, most of the mothers who gave birth did not experience anxiety (78.3%). The average maternal anxiety score before receiving the intervention was 2.33 with a standard deviation of 0.845, while after receiving the intervention in the form of the Arrahim Method the average maternal anxiety score decreased to 1.22 with a standard deviation of 0.417. The average length of the first stage of labor in primigravida mothers was 8.33 hours, this is faster than the normal standard of 12 hours. The results of the analysis using the T-test of one sample obtained a p-value of 0.004 (<0.05), meaning that the average delivery time of the first stage of primigravida mothers was faster than the normal limit.
Conclusion: The intervention in the form of the Arrahim method had a positive effect on maternal anxiety. And it proved that the intervention in the form of the Arrahim method affected the duration of the first stage of labor in Primigravida mothers. In multigravida mothers, p value > 0.05 was obtained, so it can be

concluded that the Arrahim method had no significant effect on the duration of delivery in the first stage.
Keywords: Arrahim Method, Anxiety, Length of Labor

PENDAHULUAN

Persalinan adalah proses membuka dan menipisnya serviks dari janin turun kedalam jalan lahir kemudian berakhir dengan pengeluaran bayi yang cukup bulan atau hampir cukup bulan atau dapat hidup diluar kandungan disusul dengan pengeluaran plasenta dan selaput ketuban dari tubuh ibu melalui jalan lahir dengan bantuan atau tanpa bantuan. Persalinan dianggap normal jika prosesnya terjadi pada usia kehamilan cukup bulan (setelah 37 minggu) tanpa disertai dengan penyulit (APN, 2017). Persalinan dimulai (inpartu) sejak uterus berkontraksi dan menyebabkan perubahan pada serviks (membuka atau menipis) dan berakhir dengan lahirnya plasenta secara lengkap. (1)(2)

Terdapat beberapa penentu terjadinya kecemasan pada ibu bersalin yaitu, nyeri persalinan, Keadaan fisik ibu, riwayat pemeriksaan kehamilan, kurangnya pengetahuan tentang proses persalinan, dukungan dari lingkungan sosial serta latar belakang. (Mochtar Rustam, 2018). Kontraksi rahim yang akan memperpanjang waktu persalinan. hal ini merupakan suatu kerugian bagi seorang ibu maupun janin yang berada dalam rahim ibu Bahwa mereka mengalami pengalaman yang tidak menyenangkan dalam hidupnya yaitu cemas pada saat melahirkan. Kecemasan merupakan salah satu penyebab terjadinya partus lama dan kematian janin. (Aryasatiani, 2015) . (3)

Kecemasan merupakan unsur kejiwaan yang menggambarkan perasaan, keadaan emosional yang dimiliki oleh seseorang pada saat menghadapi kenyataan atau kejadian dalam hidupnya. Menyatakan bahwa kecemasan merupakan reaksi emosi yang tidak menyenangkan, yang ditandai dengan ketakutan, adanya hambatan terhadap keinginan pribadi dan perasaan-perasaan yang tertekan yang muncul dalam kesadaran Pada umumnya ibu mengalami kecemasan menjelang persalinan. Meskipun persalinan adalah suatu hal yang fisiologis, namun didalam menghadapi proses persalinan dimana terjadi serangkaian perubahan fisik dan psikologis yang dimulai dari terjadinya kontraksi rahim, dilatasi jalan lahir, dan pengeluaran bayi

serta plasenta yang diakhiri dengan bonding awal antara ibu dan bayi"(Ria, Sidabukke, and Siregar 2020) (4)

Rasa sakit yang dialami wanita selama persalinan dipengaruhi oleh beberapa faktor fisiologis dan psikososial dan intensitasnya dapat sangat bervariasi. Sebagian besar wanita merasa cemas dalam menghadapi persalinan dari cemas ringan, sedang dan berat . (4)

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Klinik Pratam Arsy Medika dengan menggunakan data sekunder rekam medis pasien terdapat 168 persalinan selama Januari-Desember 2020 dengan rincian sebanyak 25 orang (14,9 %) mengalami partus lama. Berdasarkan penelitian sebelumnya faktor -faktor yang mempengaruhi kejadian partus lama adalah Cepalopelvis disproportion, Malpresentasi dan malposisi, Ketuban pecah dini, primigravida, kelainan his, kelainan passager , kelainan janin , kelainan jalan lahir. (5)

Menurut peneltian Aryasatiani dalam penelitiannya menemukan lebih dari 12 % ibu-ibu yang pernah melahirkan mengatakan bahwa mereka mengalami cemas pada saat melahirkan dimana pengalaman tersebut merupakan saat-saat tidak menyenangkan dalam hidupnya. Rasa takut dan sakit menimbulkan stress yang mengakibatkan pengeluaran adrenalin. Hal ini mengakibatkan penyempitan pembuluh darah dan mengurangi aliran darah yang membawa oksigen ke rahim sehingga terjadi penurunan kontraksi rahim yang akan menyebabkan memanjangnya waktu persalinan. Hal ini kurang menguntungkan bagi ibu maupun janin yang berada dalam rahim ibu. (6)

Persalinan lama adalah persalinan yang berjalan lebih dari 24 jam untukprimigravida dan atau 18 jam untuk multigravida (Mochtar, 1998), masalah yang terjadi pada persalinan lama adalah fase laten lebih dari 8 jam. Persalinan telah berlangsung 12 jam atau lebih bayi belum lahir. Dilatasi serviks dikanan garis waspada pada persalinan fase aktif (Saifuddin, 2002). Menurut Manuaba (2008) persalinan lama pada kala II merupakan persalinan yang berlangsung lebih dari 2 jam pada primigravida dan lebih dari 1 jam multigravida. (7)

Strategi manajemen nyeri dalam persalinan termasuk asuhan sayang ibu dan bayi dapat dilakukan dengan intervensi non-farmakologis (yang bertujuan untuk

membantu wanita mengatasi rasa sakit dalam persalinan) dan intervensi farmakologis (yang bertujuan untuk menghilangkan rasa sakit persalinan). terapi non farmakologi dalam penelitian ini dengan terapy Arrahim (Aromaterapy, Murotal Qur'an dan Hypnoterapy).

Aromaterapi adalah teknik pengobatan dengan aroma minyak esensial dari proses penyulingan berbagai bagian tanaman, bunga, maupun pohon yang masingmasing mengandung sifat terapi yang berbeda (Ramadhan & Zettira, 2017). Menurut Wijayanegar (2019) dalam penelitiannya menyimpulkan Pemberian aromaterapi lavender efektif dalam menurunkan kecemasan ibu hamil trimesterIII dalam persiapan menghadapi persalinan. Hal ini dibuktikan dengan pemberian aromaterapi lavender lebih efektif 1,52 menurunkan skala kecemasan dibandingkan dengan tanpa memberikan aromaterapi pada ibu hamil trimester III.
(8)

Hipnoterapi adalah suatu teknik yang dapat digunakan untuk merubah persepsi subyektif seseorang. Hipnoterapi diberikan melalui bahasa lesan (linguistic) yang dapat mempengaruhi pikiran bawah sadar pasien. Pesan-pesan dalam bentuk sugesti akan cepat tersampaikan oleh *sender* ke *reciver* sehinga mampu mengubah atau mempengaruhi pikiran seseorang dengan cepat. Hal yang akan diakibatkan dari hipnoterapi yaitu perubahan tingkat kesadaran dan ingatan sehingga sugesti yang diberikan akan mudah masuk dan akan diingat sampai seseorang tersebut tidak mengalami keadaan hypnosis (Jin-Seong & Young 2012). Hipnoterapi pada neurofisiologi akan memunculkan perasaan relaksasi. Pada saat relaksasi seseorang dapat dengan mudah mengikuti panduan dan menerima sugesti yang diberikan terapis (Jensen & Patterson 2014).

Hipnoterapi pada masa kehamilan dan persalinan merupakan perpaduan antara proses kelahiran alami dengan terapi hipnosis untuk membangun rasa percaya diri, persepsi positif, menurunkan ketakutan, kecemasan dan ketegangan pada sebelum persalinan, selama persalinan dan sesudah persalinan. Hipnoterapi yang digunakan salah satunya dengan metode self-hipnosis yaitu sugesti positif dalam menghadapi kehamilan dan persalinan secara alami, lancar, dan nyaman. Ketika ibu melahirkan

terbebas dari rasa takut, maka otot tubuh dan otot rahim mengalami relaksasi yang membuat proses kelahiran menjadi lebih mudah dan bebas stress (Kuswandi, 2013) Beberapa penelitian tentang pengaruh kursus singkat *self-hypnosis* terhadap durasi persalinan, keberhasilan menyusui, perawatan bayi dan jenis persalinan membuktikan bahwa hipnosis dan *selfhipnosis* memberikan efek terhadap durasi persalinan, nyeri persalinan, komplikasi, lamanya rawat inap di rumah sakit, keadaan bayi saat lahir, kecemasan dan stres selama persalinan, kepuasan terhadap persalinan, serta depresi postpartum (Werner, Uldbjerg, Zachariae, & Nohr, 2013a)(9)

Audio murottal surat Ar-Rahman yang diperdengarkan saat persalinan menjadi salah satu upaya asuhan sayang ibu pada masa persalinan. Surat Ar- Rahman merupakan salah satu surat di dalam Al-Qur'an. Berdasarkan analisis data yang dilakukan hasil penelitian menunjukkan tidak ada perbedaan lama persalinan antara kelompok kontrol dengan intervensi. Analisis kualitatif dilakukan untuk mengkaji persepsi ibu bersalin terhadap murottal Al- Qur'an surat Ar-Rahman dan juga persepsi bidan sebagai pemberi asuhan pada proses persalinan.(10)

Salah satu metode yang digunakan untuk menurunkan atau menghilangkan kecemasan saat ibu melahirkan adalah dengan murottal. Murottal biasanya dilakukan pada ibu melahirkan untuk menurunkan atau bahkan menghilangkan kecemasan sehingga didapatkan waktu persalinan lebih pendek atau singkat.Murottal merupakan rekaman suara AlQur'an yang dilagukan oleh seorang Qori' (pembaca Al- Qur'an). Lantunan Al-Qur'an secara fisik mengandung unsur suara manusia. Suara manusia merupakan instrumen penyembuhan yang menakjubkan dan alat yang paling mudah dijangkau. Suara 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 pernafasan, detak jantung, denyut nadi, dan aktivitas gelombang.

Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik untuk membuktikan adakah Pengaruh Terapi Arrahim (Aromaterapi, Hipnogterapi dan Murotal Qur'an) terhadap kecemasan dan lama persalinan pada ibu bersalin di Klinik Arsya Medika .

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan adalah pre experimental design dengan rancangan one group pretest posttest design. Populasi Seluruh ibu bersalin pada bulan Juni- Juli 2021 di Klinik Pratama Arsy Medika Kab. Cirebon sebanyak 46 ibu bersalin. Teknik sampling dengan *Total sampling*. Pengumpulan data menggunakan lembar observasi. Data dianalisis dengan uji wilcoxon sign rank test dan uji T.

HASIL PENELITIAN

1. Karakteristik Demografi Responden Penelitian

Berikut diuraikan hasil penelitian berdasarkan data karakteristik Ibu Bersalin di Klinik Pratama Arsy Medika pada penelitian ini.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu Bersalin berdasarkan Umur dan Paritas di Klinik Pratama Arsy Medika

Karakteristik Responden	f	%
Umur Ibu		
< 20 tahun	3	6.5
20 – 35 tahun	39	84.8
> 35 tahun	4	8.7
Paritas		
Primigravida	24	52.2
Multigravida	22	47.8
Kala I		

Normal	34	73.9
Tidak Normal	12	26.1
Kala II		
Normal	42	91.3
Tidak Normal	4	8.7

Berdasarkan tabel 1 di atas, diketahui bahwa Sebagian besar ibu bersalin di di Klinik Pratama Arsy Medika berumur 20-35 tahun (84.8%), dan hanya Sebagian kecil ibu berumur <20 tahun dan >35 tahun. Ibu primigravida sebanyak 24 ibu (52%), dan multigravida sebanyak 22 (47.8%). Ibu bersalin pada kala I terdapat 34 ibu (73.9%) dengan durasi normal, dan hanya 12 ibu (26.1%) dengan durasi tidak normal. Sedangkan pada Kala II, ibu dengan durasi bersalin normal sebanyak 42 (91.3%), dan hanya 4 (8.7%) ibu bersalin dengan durasi tidak normal.

2. Gambaran Kecemasan Ibu Bersalin di klinik pratama arsy medika Sebelum dan setelah Intervensi berupa Metode Arrahim.

Berikut akan diuraikan hasil penelitian mengenai Pengaruh Metode Arrahim terhadap Kecemasan Ibu Bersalin di Klinik Pratama Arsy Medika.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Kecemasan Ibu Bersalin sebelum dan setelah intervensi (Metode Arrahim) di Klinik Pratama Arsy Medika

TINGKAT KECEMASAN	PENGUKURAN			
	PRE		POST	
	n	%	n	%
Tidak Cemas	7	15.2	36	78.3
Ringan	21	45.7	10	21.7
Sedang	14	30.4	0	0.0
Berat	4	8.7	0	0.0
Total	**46**	**100.0**	**46**	**100.0**

Berdasarkan tabel 2 di atas, diketahui bahwa sebelum diberikan intervensi berupa metode Arrahim, ibu bersalin dengan kecemasan berat sebanyak 4 (8.7) ibu, kecemasan sedang sebanyak 14 (30.4%) ibu, kecemasa ringan sebnayak 21 (45.7%) ibu dan ibu yang tidak mengalami kecemesan sebanyak 7 (15.2%) ibu. Sedangkan setelah diberikan intervensi berupa metode Arrahim, Sebagian besar ibu bersalin tidak mengalami kecemasan (78.3%), dan hanya 10 ibu (21.7%) ibu ayng mengalami kecemasan ringan, dan tidak ada ibu bersalin yang mengalami kecemasan sedang dan berat setelah mendapatkan intervensi dengan metode Arrahim.

3. Pengaruh Metode Arrahim terhadap Kecemasan Ibu Bersalin di Klinik Pratama Arsy Medika

Berikut hasil analisis uji hipotesis pengaruh intervensi berupa metode Arrahim terhadap Kecemasan Ibu Bersalin.

Tabel 3 Pengaruh Metode Arrahim terhadap Kecemasan Ibu Bersalin di Klinik Pratama Arsy Medika

Skor Kecemasan	Rata-rata	Median (min – Maks)	Std. Deviasi	*P Value*
Pre	2.33	2 (1 _ 4)	0.845	0.0001*
Post	1.22	1 (1 _ 2)	0.417	

Keterangan: * *Wilcoxon Signed Rank Test*

Berdasarkan tabel 3 di atas, diketahui bahwa rata-rata skor kecemasan ibu bersalin sebelum mendapatkan intervensi sebesar 2.33 dengan standar deviasi 0.845, sedangkan setelah mendapatkan intervensi berupa Metode Arrahim rata-rata skor kecemasan ibu turun menjadi 1.22 dengan standar deviasi 0.417. Hasil analisis menggunakan uji Wilcoxon didapatkan nilai p sebesar 0.0001 (<0.05), artinya ada perbedaan skor kecemasan antara sebelum dan setelah pemberian intervensi berpa Metode Arrahim kepada ibu bersalin di Klinik Pratama Arsy Medika tahun 2022. Hal ini membuktikan bahwa intervensi berupa Metode Arrahim berpengaruh positif terhadap kecemasan ibu bersalin.

4. Pengaruh Metode Arrahim terhadap Lama Persalinan Kala I di Klinik Pratama Arsy Medika

Berikut hasil analisis uji hipotesis pengaruh intervensi berupa metode Arrahim terhadap lama Bersalin kala I.

Tabel 4 Pengaruh Metode Arrahim terhadap Lama Bersalin Kala I di Klinik Pratama Arsy Medika

Paritas	Lama Persalinan Kala I			*P Value*
	Rata-rata	Median (min – Maks)	Batas Normal	
Primigravida	8.33	7 (1 – 22)	≤12 jam	0.004
Multigravida	7.65	6 (1 – 26)	≤8 jam	0.817

Keterangan: * *One sample T Test*

Berdasarkan tabel 4 di atas, diketahui bahwa rata-rata lama persalinan kala I pada ibu primigravida adalah 8.33 jam, hal ini lebih cepat dari standar normal yakni ≤ 12 jam. Hasil analisis mengunakan Uji T satu sampel didapatkan nilai p sebesar 0.004 (<0.05), artinya rata-rata waktu bersalin Kala I ibu primigravida lebih cepat daripada batas normal. Hal ini juga membuktikan bahwa intervensi berupa metode Arrahim mempengaruhi lama persalinan Kala I pada ibu Primigravida. Pada ibu multigravida, didapatkan nilai p > 0.05 sehingga dapat disimpulkan metode Arrahim memberikan pengaruh tidak signifikan pada lama bersalin kala I.

PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 1, karakteristik ibu bersalin meliputi umur, paritas, lama persalinan.Sebagian besar ibu bersalin di di Klinik Pratama Arsy Medika berumur 20-35 tahun (84.8%). Ibu bersalin pada kala I terdapat 34 ibu (73.9%) dengan durasi normal, dan 12 ibu (26.1%) dengan durasi tidak normal. Sedangkan pada Kala II, ibu dengan durasi bersalin normal sebanyak 42 (91.3%), dan hanya 4 (8.7%) ibu bersalin dengan durasi tidak normal.

Karakteristik umur sesuai usia produktif perempuan yaitu 20-35 tahun. Hal ini menggambarkan bahwa ibu bersalin Sebagian besar sudah mendapatkan pengalaman melahirkan. Paritas terbanyak primigravida.

Berdasarkan tabel 2 di atas, diketahui bahwa sebelum diberikan intervensi berupa metode Arrahim, ibu bersalin mengalami kecemasan berat, sedang , ringan dan hanya 7 (15,2 %) yang tidak mengalami kecemasan. Sedangkan setelah diberikan intervensi berupa metode Arrahim, Sebagian besar ibu bersalin tidak mengalami kecemasan (78.3%), dan hanya 10 ibu (21.7%) ibu yang mengalami kecemasan ringan, dan tidak ada ibu bersalin yang mengalami kecemasan sedang dan berat setelah mendapatkan intervensi dengan metode Arrahim.

Berdasarkan tabel 3 bahwa rata-rata skor kecemasan ibu bersalin sebelum mendapatkan intervensi sebesar 2.33 dengan standar deviasi 0.845, sedangkan setelah mendapatkan intervensi berupa Metode Arrahim rata-rata skor kecemasan ibu turun menjadi 1.22 dengan standar deviasi 0.417. Hasil analisis menggunakan uji Wilcoxon didapatkan nilai p sebesar 0.0001 (<0.05), artinya ada perbedaan skor kecemasan antara sebelum dan setelah pemberian intervensi berpa Metode Arrahim kepada ibu bersalin di Klinik Pratama Arsy Medika tahun 2022. Sesuai dengan penelitian Aromaterapi mempengaruhi sistem limbik di otak yang merupakan pusat emosi, suasana hati dan *mood* dan menghasilkan hormon endorphin dan encephalin, yang bersifat sebagai penghilang rasa sakit dan serotonin yang berfungsi menghilangkan ketegangan atau stres serta kecemasan saat menghadapi persalinan. Penurunan tingkat kecemasan ibu hamil responden 1 sebelum self hypnosis adalah 10,58 (kecemasan ringan) dan setelah hypnotherapy adalah 6,98 (tidak ada kecemasan), responden 2 sebelum self hypnosis 14,8 (kecemasan ringan) dan setelah self hypnotherapy adalah 9,80 (tidak ada kecemasan). Dan pada res[onden 3 sebelum self hypno yaitu 19,7 (kecemasan sedang) sesudah self hypno yaitu 15,98 (kecemasan ringan). Kesimpulannya: terdapat pengaruh self hypnosis terhadap tingkat kecemasan ibu hamil di masa pandemic covid-19.(6)

Keberhasilan penanganan dalam mengatasi kecemasan dengan murottal berbedabeda antara satu individu yang satu dengan yang lainnya. Hal ini dipengaruhi oleh kebiasaan dan kepribadian individu tersebut. Oleh karena itu kebutuhan dan efektifitas intervensi antara satu dengan yang lainnya juga berbeda-

beda. Ibu bersalin yang beragama Islam pasti pernah mendengarkan ayat Al-Qur'an atau pernah mebacanya. Walaupun kebiasaan setiap individu berbeda terhadap Al-Qur'an tetapi Al-Qur'an secara sifat memang telah terbukti sebagai obat (As- yifa'). Sesuai dengan penelitian Rata-rata kecemasan sebelum terapi murottal adalah 26,67, rata-rata setelah dilakukan terapi murottal adalah 20,52. Uji *Paired t test* menunjukkan bahwa ada perbedaan rerata penurunan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan terapi murottal dengan nilai *p value*<α (0,000<0,05).(11)

Berdasarkan tabel 4 Hasil analisis mengunakan Uji T satu sampel didapatkan nilai p sebesar 0.004 (<0.05), artinya rata-rata waktu bersalin Kala I ibu primigravida lebih cepat daripada batas normal. Hal ini juga membuktikan bahwa intervensi berupa metode Arrahim mempengaruhi lama persalinan Kala I pada ibu Primigravida. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang telah dilakukan Dr. Al Qadhi, direktur utama Dr. Al Qadhi, direktur utama *Islamic Medicine Institute for Education and Research di* Amerika Serikat, tentang pengaruh mendengarkan ayat suci Al-Qur'an pada manusia terhadap perspektif fisiologis dan psikologis. Berhasil membuktikan hanya dengan mendengarkan bacaan ayat-ayat Al-Qur'an dapat merasakan perubahan fisiologis dan psikologis yang sangat besar. Dari hasil penelitian tersebut menunjukan 97%, bahwa mendengarkan ayat suci Al- Qur'an memiliki pengaruh mendatangkan ketenangan dan menurunkan ketegangan urat syaraf reflektif.(11)

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis penelitian yang telah dilakukan dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh Terapy Arrahim terhadap kecemasan dan lamanya

persalinan kala I. Peran Bidan sebagai garda terdepan dalam asuhan persalinan memiliki kontribusi terhadap terjadinya kenaikan dan penurunan rasa cemas ibu bersalin. Diharapkan ibu bersalin diberikan asuhan secara holistik untuk memenuhi kebutuhannya yang dapat dilakukan secara non farmakologi dengan aromatherapy, hipnoterapy dan mendengarkan murotal Qur'an sehingga ibu bersalin dapat melewati persalinan dengan lancar dan tenang. Peneliti selanjutnya disarankan menerapkan metode Arrahim pada ibu bersalin dengan menambahkan kelompok control sebagai pembanding sehingga uji statistic dapat diketahui berapa besar efektifnya antara yang diberikan terapy Arrahim dan tidak diberikan.

DAFTAR PUSTAKA

1. JNPK KR.Asuhan Persalinan Normal. 2017.
2. Salsabilla AR. Aromaterapi Lavender sebagai Penurun Tingkat Kecemasan Persalinan. J Ilm Kesehat Sandi Husada. 2020;12(2):761–6.
3. Sinaga R, Tobing HP, Sianipar K. Penerapan Aromatherapi Terhadap Penurunan Kecemasan Ibu Inpartu. Community Engagem Emerg J. 2020;2(1):132–40.
4. Astuti W, Setyowati H, Rahayu E, Wijayanti K. Pengaruh Aromaterapi Bitter Orange Terhadap Nyeri Dan Kecemasan Fase Aktif Kala 1. 2nd Univ Res Coloquium 2015. 2015;ISSN 2407-9189.
5. Klinik Pratama Arsy Medika. No Title. 2020.
6. Simanullang E, Linda L, Sinaga K. Pengaruh Aroma Terapi Mawar Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin Kala I. Indones Heal Issue. 2022;1(1):90–7.
7. Saraung mitrami widiastuti, Rompas S, Bataha yolanda b. Analisis FaktorFaktor Yang Berhubungan Dengan Universitas Indonesia Analisis FaktorFaktor Yang Berhubungan Dengan. J Keperawatan. 2017;5(2):1–8.
8. Miarso C, Novyriana E, Muthoharoh S. Teknik Aromaterapi Lavender Untuk mengurangi Kecemasan Ibu Hamil Mengahadapi Persalinan. Univ Reseacrh Colloqium. 2018;8(2):557–60.

9. Amru DE, Selvia A. Pengaruh Senam Yoga Terhadap Penurunan Nyeri Haid Pada Remaja Putri Di Institut Kesehatan Mitra Bunda. Midwifery Care J. 2022;3(1):22–9.
10. Retna R, Sumanti R. Pengaruh Audio Murottal Al-Qur'an Surat ArRahman Terhadap Faktor Yang Mempengaruhi Lama Persalinan. J SMART Kebidanan. 2021;8(1):38.
11. Handayani R, Fajarsari D, Asih DRT, Rohmah DN. Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur ' an Untuk Penurunan Kecemasan Pada Ibu Bersalin. J Ilmiiah Kebidanan. 2014;5(2):1–15.