



**PENGARUH PENGGUNAAN AROMATERAPI DAN TERAPI MUSIK MUROTAL  
PADA IBU BERSALIN DENGAN KECEMASAN  
DI PMB NURAENI PURNAWATI**

**Sylvia Meristika R**

Politeknik Kesehatan Bhakti Pertiwi Husada Kota Cirebon

Email : [merisrahman25@gmail.com](mailto:merisrahman25@gmail.com)

*Abstrak*

**Pendahuluan** : Proses persalinan merupakan pengalaman yang membutuhkan banyak tenaga, emosi, serta fisik. Banyak ibu yang mengalami cemas saat persalinan.. Untuk mengatasi kecemasan apat dilakukan secara farmakologis dan non farmakologis. Aromaterapi dan terapi musik murotal erupakan suatu teknik non farmakologis untuk mengurangi kecemasan. **Tujuan Penelitian:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penggunaan aromaterapi dan terapi musik murotal pada ibu bersalin dengan kecemasan. **Metode Penelitian:** Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel dari penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin dengan kecemasan di PMB Nuraeni Purnawati pada tanggal 10 Agustus – 20 September 2022 sebanyak 30 orang. Pengumpulan data menggunakan lembar observasi dan SOP. Analisis datanya menggunakan uji *chi square*. **Hasil penelitian:** Kurang dari setengah (43,3%) ibu bersalin penggunaan aromatherapy dan terapi musik murotalnya tidak sesuai SOP. Sebagian kecil (23,3%) ibu bersalin mengalami cemas sedang saat persalinan. Terdapat pengaruh penggunaan aromaterapi dan terapi musik murotal pada ibu bersalin dengan kecemasan di PMB Nuraeni Purnawati Tahun 2022 ( $\rho$  value = 0,043). **Kesimpulan:** Penggunaan aromaterapi dan terapi musik murotal pada ibu bersalin dapat mengatasi kecemasan.

*Kata Kunci*  
*Abstract*

Aromaterapi, Terapi Musik Murotal, Kecemasan

**Introduction:** *The process is an experience that requires a lot of energy, emotion, and physicality. Many mothers experience anxiety during childbirth. To overcome anxiety, it is done pharmacologically and non-pharmacologically. Aromatherapy and murotal music therapy are non-pharmacological techniques to reduce anxiety.*

**Research Objectives:** *This study aims to determine the effect of using aromatherapy and murotal music therapy on pregnant women with anxiety.*

**Research Methods:** *This type of research is a quantitative research with a cross sectional approach. The sample of this study was all mothers giving birth with anxiety at PMB Nuraeni Purnawati in 10 August – 20 September 2022 as many as 30 people. Data collection uses observation sheets and SOPs. Analysis of the data using the chi square test.*

**Results:** *Less than half (43.3%) of mothers giving birth using aromatherapy and murotal music therapy did not comply with the SOP. a small portion (23.3%) of maternity mothers experienced moderate anxiety during delivery. There is an effect of using aromatherapy and murotal music therapy on pregnant women with anxiety at PMB Nuraeni Purnawati in 2022 ( $\rho$  value = 0.043). Conclusion: The use of aromatherapy and murotal music therapy in maternity mothers can overcome anxiety.*

*Keywords*

Aromatherapy, Murotal Music Therapy, Anxiety

## Pendahuluan

Persalinan merupakan proses akhir dari masa kehamilan yang telah dilalui ibu dan keluarga selama tiga periode trimester. Persalinan diartikan dengan proses membuka atau menipisnya serviks, hingga janin turun ke dalam jalan lahir (Manuaba, 2017). Ketika proses persalinan dimulai, peran ibu adalah melahirkan bayinya, sedangkan peran petugas kesehatan adalah memantau persalinan untuk mendeteksi dini adanya komplikasi serta bersama keluarga memberikan bantuan dan dukungan ibu bersalin (Indrayani & Moudy, 2018).

Proses persalinan sendiri merupakan pengalaman yang membutuhkan banyak tenaga, emosi, serta fisik. Banyak ibu yang mengalami perubahan psikologis seperti sulit tidur, ketakutan, kesepian, stress, marah, kelelahan, kecewa, perasaan putus asa, terutama kecemasan dalam menghadapi persalinan (Kartikasari dkk., 2017).

Persalinan yang lancar merupakan salah satu perhatian yang serius karena dapat berkontribusi terhadap angka kematian ibu baik selama kehamilan maupun persalinan. Hal ini dapat dibuktikan sewaktu pelaksanaan konferensi internasional seperti *Conference on population and Development (ICPD)* yang dilaksanakan di Kairo, Mesir, lalu dimana diadakannya *Fourth World Conference on Women* di Beijing, Cina, *Safe Motherhood Technical Consultation* dan terakhir di Colombo, Sri Lanka yang menyatakan bahwa setiap ibu hamil dapat menjalani kehamilan dan persalinan dengan selamat dengan indikator adanya penurunan angka kematian ibu (Isnaniar dkk., 2020).

Secara umum di Indonesia terjadi penurunan kematian ibu selama periode 1991-2015 dari 390 menjadi 305 per 100.000 kelahiran hidup. Walaupun terjadi kecenderungan penurunan angka kematian ibu, namun tidak berhasil mencapai target MDGs yang harus dicapai yaitu sebesar 102 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2015. Hasil supas tahun 2015 memperlihatkan angka kematian ibu tiga kali lipat dibandingkan target MDGs.

Jumlah kematian ibu yang dihimpun dari pencatatan program kesehatan keluarga di Kementerian Kesehatan pada tahun 2020 menunjukkan 4.627 kematian di Indonesia. Jumlah ini menunjukkan peningkatan dibandingkan tahun 2019 sebesar 4.221 kematian. Berdasarkan penyebab, sebagian besar kematian ibu pada tahun 2020 disebabkan oleh perdarahan sebanyak 1.330 kasus, hipertensi dalam kehamilan sebanyak 1.110 kasus, dan gangguan sistem peredaran darah sebanyak 230 kasus (Kementerian Kesehatan RI, 2020).

Jumlah kematian ibu di Provinsi Jawa Barat tercatat paling banyak se-Indonesia, yakni mencapai 745 jiwa pada 2020. Sedangkan jumlah bayi lahir di Provinsi Jawa Barat mencapai 880.250 jiwa dan yang meninggal sebanyak 2.891 jiwa (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, 2020). Sedangkan jumlah kematian ibu di Kabupaten Cirebon sebanyak 39 ibu dari 47.585 kelahiran hidup dengan penyebab eklamsi 17 (46%), perdarahan 7 (19%), Jantung 3 (8%), gangguan metabolik (5%), infeksi 1 (3%) dan lain-lain 7 (19%) yaitu tumor rahim 1, TB Paru 1, Sindrom Dispepsi 1, Aspirasi 1, Oedem paru 1, gagal ginjal 1 dan SOL 1 (Dinas Kesehatan Kabupaten Cirebon, 2020).

PMB Nuraeni Purnawati merupakan salah satu Praktik Mandiri Bidan yang berada di Kecamatan Arjawinangun Kabupaten Cirebon. Menurut catatan PMB Nuraeni Purnawati berdasarkan tahun 2020 tercatat jumlah ibu hamil yang melakukan pemeriksaan sebanyak 189 orang, jumlah ibu bersalin sebanyak 68 persalinan dan bayi baru lahir sebanyak 68 bayi, sedangkan jumlah rujukan sebanyak 15 kasus, sedangkan pada tahun 2021 tercatat jumlah ibu hamil yang melakukan pemeriksaan sebanyak 210 orang, jumlah ibu bersalin sebanyak 89 persalinan dan bayi baru lahir sebanyak 89 bayi, sedangkan jumlah rujukan sebanyak 8 kasus. Meskipun tidak ada angka kematian ibu maupun bayi, namun upaya pencegahan dan penanganan pada ibu bersalin tetap perlu dilakukan.

Kelancaran persalinan perlu mendapatkan perhatian terutama

kecemasan ibu saat persalinan. Kecemasan yang dialami oleh ibu bersalin ini semakin lama akan semakin meningkat seiring dengan semakin seringnya kontraksi muncul sehingga keadaan ini akan membuat ibu semakin tidak kooperatif, stress persalinan secara refleks menyebabkan peningkatan kadar katekolamin ibu jauh diatas kadar yang ditemukan pada wanita yang tidak hamil atau wanita hamil sebelum persalinan. Stress psikologis dan hipoksia yang berkaitan dengan nyeri dan rasa cemas meningkatkan sekresi adrenalin (Primasnia dkk., 2018).

Penanganan non medis untuk mengatasi kecemasan ibu bersalin dengan pemberian aromaterapi dan musik. Aromaterapi merupakan suatu metode menggunakan minyak atsiri untuk meningkatkan kesehatan fisik dan juga mempengaruhi kesehatan emosi seseorang. Minyak atsiri merupakan minyak alami yang diambil dari tanaman aromatik. Minyak jenis ini dapat digunakan sebagai minyak pijat (*massage*), inhalasi, produk untuk mandi, dan parfum. Minyak atsiri adalah bahan berbau yang dihasilkan oleh bahan alam. Dalam bidang pengobatan, aromaterapi digolongkan dalam terapi komplementer, yaitu terapi yang dilakukan untuk melengkapi terapi konvensional (Sharma, 2019).

Terapi musik murottal Al-Qur'an atau bacaan AL-Qur'an dengan keteraturan irama dan bacaan yang benar juga merupakan sebuah musik Al-Qur'an mampu mendatangkan ketenangan dan meminimalkan kecemasan 97% bagi mereka yang mendengarnya, 65% mendapatkan ketenangan dari bacaan AlQur'an dan 35% mendapatkan ketenangan dari bacaan dalam bahasa Arab bukan Al-Qur'an. Mendengarkan pembacaan Quran memunculkan respons relaksasi terhadap ketenangan, perhatian, dan kedamaian pada umat muslim. Terapi Al-Quran menghasilkan harmonisasi optimal, yang akan meningkat status kesehatan psikologis, sosial, spiritual, & fisik (Rifiana & Sari, 2019).

Hasil penelitian (Kartikasari dkk., 2017) menunjukkan ada hubungan pemberian musik dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi persalinan ( $p$ -value 0,001), juga penelitian yang dilakukan oleh (Rilyan, 2017) di Ruang Bersalin Rumah Sakit Pertamina Bintang Amin menunjukkan bahwa dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara pemberian aromaterapi dengan tingkat kecemasan ibu ( $p$ -value 0,000).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan penulis di PMB Nuraeni Purnawati. terhadap 10 ibu bersalin, sebanyak 6 dari 10 ibu mengatakan bahwa ibu khawatir akan keselamatan bayi dan dirinya menghadapi proses persalinan meskipun ibu sudah mempersiapkan diri sebaik-baiknya. Dari 6 ibu tersebut mengatakan jika belum menggunakan aromatherapy dan terapi musik murottal untuk mengatasi kecemasannya.

Berdasarkan hal tersebut penulis memandang penting untuk melakukan penelitian lebih dalam mengenai **"Pengaruh Penggunaan Aromaterapi dan Terapi Musik Murottal Pada Ibu Bersalin dengan Kecemasan di PMB Nuraeni Purnawati Tahun 2022"**

### Metode Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel dari penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin dengan kecemasan di PMB Nuraeni Purnawati pada tanggal 10 Agustus – 20 September 2022 sebanyak 30 orang. Pengumpulan data menggunakan lembar observasi dan SOP. Analisis datanya menggunakan uji *chi square*.

### Hasil Penelitian

Penelitian ini telah dilakukan untuk mengetahui pengaruh penggunaan aromaterapi dan terapi musik murottal pada ibu bersalin dengan kecemasan di PMB Nuraeni Purnawati. Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 10 Agustus – 20 September 2022 di PMB Nuraeni

Purnawati dengan jumlah sampel yang diperoleh dan dianalisis sebanyak 30 ibu bersalin. Adapun hasil penelitian ini dijelaskan dalam bentuk tabel dan narasi sebagai berikut:

1. Analisis Univariat

- a. Gambaran Penggunaan Aromatherapy dan Terapi Musik Murotal Pada Ibu Bersalin di PMB Nuraeni Purnawati.

**Tabel 1**  
**Distribusi Frekuensi Penggunaan Aromatherapy dan Terapi Musik Murotal Pada Ibu Bersalin di PMB Nuraeni Purnawati**

Penggunaan Aromatherapy dan Terapi Musik Murotal Pada Ibu Bersalin	Frekuensi (F)	Persen (%)
Tidak diberikan	13	43.3
Diberikan	17	56.7
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100.0</b>

Berdasarkan Tabel 4.1, menunjukkan bahwa ibu bersalin yang penggunaan aromatherapy dan terapi musik murotalnya tidak sesuai SOP sebanyak 13 orang (43,3%) dan yang sesuai SOP sebanyak 17 orang (56,7%). Hal ini menunjukkan bahwa kurang dari setengah (43,3%) ibu bersalin di PMB Nuraeni Purnawati yang penggunaan aromatherapy dan terapi musik murotalnya tidak sesuai SOP.

- b. Gambaran Kecemasan pada Ibu Bersalin di PMB Nuraeni Purnawati

**Tabel 2**  
**Distribusi Frekuensi Kecemasan pada Ibu Bersalin di PMB Nuraeni Purnawati**

Kecemasan pada Ibu Bersalin	Frekuensi (F)	Persen (%)
Berat	0	0
Sedang	7	23.3
Ringan	11	36.7
Tidak cemas	12	40.0
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100.0</b>

Berdasarkan Tabel 4.2, menunjukkan bahwa ibu bersalin yang cemas sedang sebanyak 7 orang (23,3%), cemas ringan sebanyak 11 orang (36,7%) dan yang tidak cemas sebanyak 12 orang (40,0%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian kecil (23,3%) ibu bersalin di PMB Nuraeni Purnawati mengalami cemas sedang saat persalinan.

2. Analisis Bivariat

- a. Pengaruh Penggunaan Aromaterapi dan terapi musik murotal pada Ibu Bersalin dengan Kecemasan di PMB Nuraeni Purnawati Tahun 2022

**Tabel 3**  
**Pengaruh Penggunaan Aromaterapi dan Terapi Musik Murotal pada Ibu Bersalin dengan Kecemasan di PMB Nuraeni Purnawati Tahun 2022**

Penggunaan Aromatherapy dan Terapi Musik Murotal	Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin						Total	p value
	Sedang		Ringan		Tidak cemas			
	n	%	n	%	n	%		
Tidak diberikan	5	38,5	6	46,2	2	15,4	13	100
Diberikan	2	11,8	5	29,4	1	5,8	17	100
<b>Jumlah</b>	<b>7</b>	<b>23,3</b>	<b>11</b>	<b>36,7</b>	<b>12</b>	<b>40,0</b>	<b>30</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 4.3, menunjukkan bahwa proporsi ibu bersalin yang mengalami cemas sedang dan penggunaan aromatherapy dan terapi musik murotalnya tidak sesuai SOP sebesar 38,5%, lebih tinggi dibanding dengan proporsi ibu bersalin yang mengalami cemas sedang dan penggunaan aromatherapy dan terapi musik murotalnya tidak sesuai SOP sebesar 11,8%. Hasil uji statistik dengan uji *chi square* pada  $\alpha = 0,05$  diperoleh  $p\ value = 0,043$ , sehingga  $p\ value < \alpha (0,05)$  sehingga hipotesis nol ditolak yang artinya bahwa terdapat pengaruh penggunaan aromaterapi dan terapi musik murotal pada ibu bersalin dengan kecemasan di PMB Nuraeni Purnawati Tahun 2022.

#### D. Pembahasan

##### 1. Gambaran Penggunaan Aromatherapy dan Terapi Musik Murotal Pada Ibu Bersalin di PMB Nuraeni Purnawati

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa kurang dari setengah (43,3%) ibu bersalin di PMB Nuraeni Purnawati yang penggunaan aromatherapy dan terapi musik murotalnya tidak sesuai SOP. Ibu bersalin yang penggunaan aromatherapy dan terapi musik murotalnya tidak sesuai SOP dapat dikarenakan rasa sakit atau kelelahan pada proses persalinan sehingga tidak dapat mengikuti aromatherapy dan terapi musik murotal sesuai dengan SOP.

Aromaterapi adalah terapi atau pengobatan dengan menggunakan bau-bauan yang berasal dari tumbuh-tumbuhan, bunga, pohon yang berbau harum dan enak. Minyak atsiri digunakan untuk mempertahankan dan meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan, sering digabungkan untuk menenangkan

sentuhan penyembuhan dengan sifat terapeutik dari minyak atsiri (Poerwadi, 2018).

Aromaterapi merupakan suatu metode menggunakan minyak atsiri untuk meningkatkan kesehatan fisik dan juga mempengaruhi kesehatan emosi seseorang. Minyak atsiri merupakan minyak alami yang diambil dari tanaman aromatik. Minyak jenis ini dapat digunakan sebagai minyak pijat (*massage*), inhalasi, produk untuk mandi, dan parfum. Minyak atsiri adalah bahan berbau yang dihasilkan oleh bahan alam. Dalam bidang pengobatan, aromaterapi digolongkan dalam terapi komplementer, yaitu terapi yang dilakukan untuk melengkapi terapi konvensional (Sharma, 2019).

Murottal adalah lantunan ayat-ayat suci Al Quran yang di lagukan oleh seorang qori (pembaca Al-Qur'an) direkam serta di perdengarkan dengan tempo yang lambat serta (Rifiana & Sari, 2019). Murottal merupakan salah satu musik yang memiliki pengaruh positif bagi pendengarnya (Nuryani, 2017). Murottal adalah cara membaca Al-Qur'an dengan irama sedang, tidak terlalu lambat dan tidak terlalu cepat (tartil) (Nuryaningsih & Fatimah, 2017).

Terapi murottal bekerja pada otak, ketika otak diberi rangsangan dari luar (terapi Al-Quran), maka otak memproduksi zat kimia yang disebut neuropeptide. Molekul ini akan mengangkut ke dalam reseptor-reseptor mereka yang ada di dalam tubuh dan akan memberikan umpan balik berupa ketenangan atau kenyamanan (O'Riordon, 2002 dalam Handayani, dkk, 2018).

Bacaan Al-Qur'an yang dilantunkan dengan tempo lambat, lembut penuh penghayatan dapat menimbulkan suatu respon relaksasi.

Faktor lain adalah keyakinan bahwa Al-Qur'an kitab suci yang mengandung firman Allah dan merupakan pedoman hidup bagi manusia. Dengan mendengarkan murottal Al-Qur'an membawa subjek lebih dekat dengan Tuhannya serta menuntun subjek untuk mengingat dan menyerahkan segala permasalahan yang dimiliki kepada 26 Tuhan. Hal ini akan menambah keadaan rileks, sehingga dengan mendengar bacaan Al-Qur'an dapat juga disebut relaksasi religius (Faradisi, 2012 dalam Wahida dkk, 2018).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Rifiana & Sari, 2019) di Kecamatan Seputih Surabaya Kabupaten Lampung Tengah yang tidak mengikuti terapi Murottal Al-Qur'an sebesar 40% dan juga penelitian (Isnaniar dkk., 2020) di Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru yang tidak mengikuti terapi musik sebesar 39,5%.

Asumsi peneliti perlunya memberikan penyuluhan terlebih dahulu kepada ibu bersalin mengenai penggunaan aromatherapy dan terapi musik murottal sehingga ibu mau mengikuti anjuran dari petugas kesehatan melaksanakan aromatherapy dan terapi musik murottal guna mengatasi kecemasan yang dialaminya.

## 2. Gambaran Kecemasan pada Ibu Bersalin di PMB Nuraeni Purnawati

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian kecil (23,3%) ibu bersalin di PMB Nuraeni Purnawati mengalami cemas sedang saat persalinan. Ibu yang mengalami cemas merupakan sesuatu yang wajar karena menghadapi proses yang umumnya menyakitkan atau membuat seorang wanita khawatir akan kelancaran dan keselamatan anak dan ibu saat bersalin.

Menurut kamus Kedokteran Dorland (Manuaba, 2017), kata kecemasan atau disebut dengan anxiety adalah keadaan emosional yang tidak menyenangkan, berupa respon-respon psikofisiologis yang timbul sebagai antisipasi bahaya yang tidak nyata atau khayalan, tampaknya disebabkan oleh konflik intrapsikis yang tidak disadari secara langsung.

Ansietas adalah suatu perasaan takut akan terjadinya sesuatu yang disebabkan oleh antisipasi bahaya dan merupakan sinyal yang membantu individu untuk bersiap mengambil tindakan menghadapi ancaman. Pengaruh tuntutan, persaingan, serta bencana yang terjadi dalam kehidupan dapat membawa dampak terhadap kesehatan fisik dan psikologi. Salah satu dampak psikologis yaitu ansietas atau kecemasan (Stuart & Sundeen, 2017)

Ibu merasa perjuangannya bukanlah menjadi beban dan tanggung jawab sendiri, tetapi ada suami atau anggota yang ikut merasakan dan menyaksikan bagaimana perjuangan yang dilalui ibu selama proses persalinan. Ibu sangat merasa anak yang dilahirkan sangat berharga karena memperoleh dukungan yang diberikan oleh suaminya selama proses persalinan (Isnaniar dkk., 2020).

Kecemasan merupakan hal yang normal terjadi pada setiap individu, reaksi umum terhadap stress kadang dengan disertai kemunculan kecemasan. Secara umum, kecemasan itu dikatakan menyimpang bila rasa cemas atau takut tidak proporsional atau berlebihan, sehingga individu tidak mampu meredam (merepresi) rasa cemas tersebut, di mana kebanyakan orang akan mampu menanganinya

tanpa adanya kesulitan yang berarti (Hawari, 2017).

Rasa takut dan cemas dapat menetap bahkan meningkat meskipun situasi yang betul-betul mengancam tidak ada, dan ketika emosi-emosi ini tumbuh berlebihan dibandingkan dengan bahaya yang sesungguhnya, emosi ini menjadi tidak adaptif. Kecemasan yang berlebihan dapat mempunyai dampak yang merugikan pada pikiran serta tubuh bahkan dapat menimbulkan penyakitpenyakit fisik (Manuaba, 2017).

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian (Kartikasari dkk., 2017) bahwa ibu bersalin yang mengalami cemas sedang sebesar 29,5%, juga penelitian yang dilakukan oleh (Rilyan, 2017) di Ruang Bersalin Rumah Sakit Pertamina Bintang Amin menunjukkan bahwa 30,5% ibu bersalin mengalami cemas sedang.

Pihak PMB perlu adanya SOP untuk mengatasi rasa cemas yang dihadapi oleh ibu saat bersalin. Bagi ibu bersalin agar selalu mengikuti anjuran atau nasihan bidan atau petugas kesehatan agar proses persalinannya berjalan dengan lancar dan ibu merasa lega dengan persalinannya.

### 3. Pengaruh Penggunaan Aromaterapi dan terapi musik murotal pada Ibu Bersalin dengan Kecemasan di PMB Nuraeni Purnawati Tahun 2022

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh penggunaan aromaterapi dan terapi musik murotal pada ibu bersalin dengan kecemasan di PMB Nuraeni Purnawati Tahun 2022 ( $p$  value = 0,043). Hal terbukti dari analisis bivariat menunjukkan bahwa proporsi ibu bersalin yang mengalami cemas sedang dan penggunaan aromatherapy dan terapi musik murotalnya tidak sesuai SOP

sebesar 38,5%, lebih tinggi dibanding dengan proporsi ibu bersalin yang mengalami cemas sedang dan penggunaan aromatherapy dan terapi musik murotalnya tidak sesuai SOP sebesar 11,8%.

Hal ini sebagaimana teori menyatakan bahwa kelancaran persalinan perlu mendapatkan perhatian terutama kecemasan ibu saat persalinan. Kecemasan yang dialami oleh ibu bersalin ini semakin lama akan semakin meningkat seiring dengan semakin seringnya kontraksi muncul sehingga keadaan ini akan membuat ibu semakin tidak kooperatif, stress persalinan secara refleks menyebabkan peningkatan kadar katekolamin ibu jauh diatas kadar yang ditemukan pada wanita yang tidak hamil atau wanita hamil sebelum persalinan. Stress psikologis dan hipoksia yang berkaitan dengan nyeri dan rasa cemas meningkatkan sekresi adrenalin (Primasnia dkk., 2018).

Hasil penelitian ini mendukung teori bahwa penanganan non medis untuk mengatasi kecemasan ibu bersalin dengan pemberian aromaterapi dan musik. Aromaterapi merupakan suatu metode menggunakan minyak atsiri untuk meningkatkan kesehatan fisik dan juga mempengaruhi kesehatan emosi seseorang. Minyak atsiri merupakan minyak alami yang diambil dari tanaman aromatik. Minyak jenis ini dapat digunakan sebagai minyak pijat (*massage*), inhalasi, produk untuk mandi, dan parfum. Minyak atsiri adalah bahan berbau yang dihasilkan oleh bahan alam. Dalam bidang pengobatan, aromaterapi digolongkan dalam terapi komplementer, yaitu terapi yang dilakukan untuk melengkapi terapi konvensional (Sharma, 2019).

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori bahwa terapi musik murottal Al-Qur'an atau bacaan AL-Qur'an dengan keteraturan irama dan bacaan yang benar juga merupakan sebuah musik Al-Qur'an mampu mendatangkan ketenangan dan meminimalkan kecemasan 97% bagi mereka yang mendengarnya, 65% mendapatkan ketenangan dari bacaan AlQur'an dan 35% mendapatkan ketenangan dari bacaan dalam bahasa Arab bukan Al-Qur'an. Mendengarkan pembacaan Quran memunculkan respons relaksasi terhadap ketenangan, perhatian, dan kedamaian pada umat muslim. Terapi Al-Quran menghasilkan harmonisasi optimal, yang akan meningkat status kesehatan psikologis, sosial, spiritual, & fisik (Rifiana & Sari, 2019).

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian (Kartikasari dkk., 2017) menunjukkan ada hubungan pemberian musik dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi persalinan ( $p$ -value 0,001), juga penelitian yang dilakukan oleh (Rilyan, 2017) di Ruang Bersalin Rumah Sakit Pertamina Bintang Amin menunjukkan bahwa dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara pemberian aromaterapi dengan tingkat kecemasan ibu ( $p$ -value 0,000).

Terdapat pengaruh penggunaan aromaterapi dan terapi musik murottal pada ibu bersalin dengan kecemasan, maka upaya yang perlu dilakukan oleh PMB Nuraeni Purnawati adalah melaksanakan SOP penggunaan aromatherapy dan terapi musik murottal sebagai salah satu upaya untuk mengatasi kecemasan pada ibu bersalin.

## E. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian mengenai pengaruh penggunaan aromaterapi dan terapi musik murottal pada ibu bersalin dengan kecemasan, dapat diambil simpulan sebagai berikut:

1. Kurang dari setengah (43,3%) ibu bersalin di PMB Nuraeni Purnawati yang penggunaan aromatherapy dan terapi musik murottalnya tidak sesuai SOP.
2. Sebagian kecil (23,3%) ibu bersalin di PMB Nuraeni Purnawati mengalami cemas sedang saat persalinan.
3. Terdapat pengaruh penggunaan aromaterapi dan terapi musik murottal pada ibu bersalin dengan kecemasan di PMB Nuraeni Purnawati Tahun 2022 ( $p$  value = 0,043).

## F. Saran

1. Bagi PMB Nuraeni Purnawati.  
Pihak PMB Nuraeni Purnawati agar memberikan penyuluhan kepada ibu bersalin mengenai penggunaan aromaterapi dan terapi musik murottal, dan melaksanakan SOP penggunaan aromatherapy dan terapi musik murottal sebagai salah satu upaya untuk mengatasi kecemasan pada ibu bersalin.
2. Bagi Poltekes BPH Cirebon  
Perlunya menambah materi perkuliahan pengaruh penggunaan aromaterapi dan terapi musik murottal pada ibu bersalin dengan kecemasan agar menjadi bekal bagi mahasiswa ketika terjun ke lapangan atau ketika sedang melakukan praktik di tempat bersalin.
3. Bagi Ibu Bersalin  
Perlunya merencanakan persalinan dengan baik dan selalu mengikuti anjuran atau nasihan bidan atau petugas kesehatan agar proses persalinannya berjalan dengan lancar dan ibu merasa lega dengan persalinannya.

#### 4. Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini dapat dikembangkan lebih lanjut dengan memperhatikan variabel lain yang belum diteliti atau dengan desain lain yang berbeda.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Dinas Kesehatan Kabupaten Majalengka. (2020). *Profil Kesehatan Kabupaten Majalengka Tahun 2019*. Majalengka: Dinas Kesehatan Kabupaten Majalengka.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat. (2020). *Upaya Sektor Kesehatan Masyarakat Dalam Tantangan Bonus Demografi di Jawa Barat*. Bandung: Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat.
- Hawari, D. (2017). *Manajemen Stres, Cemas dan Depresi*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
- Indrayani, & Moudy, D. (2018). *Asuhan Persalinan dan Bayi Baru Lahir*. Surabaya: CV Trans Info Media.
- Isnaniar, I., Norlita, W., & Gusrita, S. (2020). Pengaruh Peran Suami Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Dalam Menghadapi Proses Persalinan Di Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru. *Photon: Jurnal Sain dan Kesehatan*, 11(1), 32–44. <https://doi.org/10.37859/jp.v11i1.2144>
- Kartikasari, E., Hernawily, & Halim, A. (2017). Hubungan Pendampingan Keluarga dengan Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida dalam Menghadapi Proses Persalinan. *Jurnal Keperawatan ISSN 1907-0357*, XI(2), 250–257.
- Kementerian Kesehatan RI. (2021). *Kemendes. Profil Kesehatan Indonesia 2020*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Manuaba, I. (2017). *Penyakit Kandungan dan KB Untuk Pendidikan Bidan*. Jakarta: Buku Kedokteran ECG.
- Nuryani, T. (2017). Hubungan Senam Yoga dan Dzikir dengan Proses Persalinan di Puskesmas Tanjungsari Kabupaten Sumedang. *Journal Kebidanan*, II, 56–65.
- Nuryaningsih, & Fatimah. (2017). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Poerwadi. (2018). *Aromaterapi Sahabat Calon Ibu*. Jakarta: Dian Rakyat.
- Primasnia, P., Wagiyo, -, & Elisa, -. (2018). Hubungan Pendampingan Suami Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida Dalam Menghadapi Proses Persalinan Kala I Di Rumah Bersalin Wilayah Kota Ungaran. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 1(4), 212–216. Diambil dari <http://pmb.stikestelogorejo.ac.id/e-journal/index.php/ilmukeperawatan/article/view/184>
- Rifiana, A. J., & Sari, Y. M. (2019). Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap kecemasan Ibu Bersalin Di Kecamatan Seputih Surabaya Kabupaten Lampung Tengah Tahun 2019. *Jurnal Kebidanan Universitas Islam Lamongan*, 2, 7891–7900.
- Rilyan. (2017). Hubungan Pendampingan Suami Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin ( Kala I ) Di Ruang Bersalin Rumah Sakit Pertamina Bintang Amin. *Jurnal Kesehatan Holistik ( The Journal of Holistic Healthcare )*, 11(3), 188–195.
- Setiawan, T., & Susaldi, S. (2022). Aroma Terapi Peppermint dapat Menurunkan Kejadian Nausea pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea. *Journal of Nursing Education and Practice*, 2(1), 161-169.
- Sharma. (2019). *Aromaterapi*. Jakarta: Karis.
- Stuart, G. W., & Sundeen. (2017). *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. Jakarta: Buku Kedokteran ECG.