

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Kecemasan

1. Definisi Kecemasan

Ansietas atau kecemasan adalah perasaan takut yang tidak jelas karena ketidakyamanan atau ketakutan yang disertai dengan ketidakpastian, ketidakberdayaan, isolasi dan ketidaknyamanan. Perasaan takut dan tidak menentu dapat mendatangkan signal peringatan tentang bahaya yang akan datang dan membuat individu untuk siap mengambil tindakan menghadapi ancaman (Stuart, 2016)

Kecemasan merupakan suatu perasaan tidak santai yang samar-samar karena adanya ketidaknyamanan atau rasa takut yang disertai suatu respons. Sumber perasaan tidak santai tersebut tidak spesifik atau tidak diketahui oleh individu. Kecemasan dapat pula diterjemahkan sebagai suatu perasaan bahaya yang merupakan sinyal yang membantu individu untuk siap menngambil tindakan untuk menghadapi ancaman (Sutejo, 2018)

2. Tingkat Kecemasan

ada beberapa tingkatan kecemasan, antara lain :

a) Kecemasan ringan

Berhubungan dengan ketegangan dalam hidup dalam hidup sehari-hari sehingga menyebabkan seseorang menjadi waspada dan meningkatkan lahan persepsinya. Kecemasan menumbuhkan motivasi belajar serta menghasilkan pertumbuhan dan kreativitas.

b) Kecemasan Sedang

Kecemasan Sedang dapat membuat seseorang untuk memusatkan perhatian pada hal yang penting dan mengesampingkan yang lain, sehingga seseorang mengalami perhatian yang selektif, tetapi dapat melakukan sesuatu yang lebih terarah.

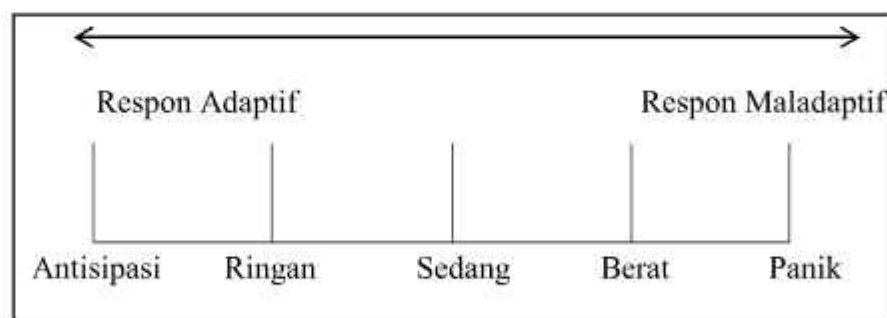
c) Kecemasan berat

Kecemasan ini sangat mengurangi persepsi individu. Adanya kecenderungan untuk memusatkan pada suatu yang terinci dan spesifik serta tidak dapat berpikir tentang hal lain. Semua perilaku ditujukan untuk mengurangi ketegangan. Individu tersebut memerlukan banyak pengarahan untuk dapat memusatkan pada satu hal lain.

d) Tingkat panik

Kecemasan berhubungan dengan ketakutan dan merasa diteror, hal yang rinci terpecah dari proporsinya. Karena mengalami kehilangan kendali, individu yang panik tidak dapat melakukan sesuatu walaupun dengan arahan. Panik jiwa seseorang yang kepribadian dan peningkatan jiwa, menurunnya kemampuan untuk berhubungan dengan orang lain, persepsi yang menyimpang, dan kehilangan pemikiran yang rasional. Tingkat ansietas ini tidak sejalan dengan kehidupan, jika berlangsung terus dalam waktu lama, dapat terjadi mati dan kematian.

3. Rentang respon kecemasan



Gambar 2. 2 Rentang Respon Ansietas

Respon kecemasan dibagi menjadi dua yaitu :

a) Respon Adaptif

Hasil yang positif akan didapatkan jika individu dapat menerima dan mengatur kecemasan. Kecemasan dapat menjadi suatu tantangan, motivasi yang kuat untuk menyelesaikan masalah dan

merupakan sarana untuk mendapatkan penghargaan yang tinggi. Strategi adaptif biasanya digunakan seseorang untuk mengatur kecemasan antara lain bicara kepada orang lain, berdoa, membaca, tidur, latihan dan menggunakan tehnik relaksasi.

b) Respon Maladaptif

Ketika kecemasan tidak dapat diatur, individu menggunakan mekanisme koping yang disfungsi dan tidak berkesinambungan dengan yang lainnya.

4. Faktor Yang mempengaruhi Kecemasan

a. Faktor Predisposisi

Menurut Stuart (2016), faktor yang dapat terjadi kecemasan antara lain :

1) Faktor biologis

Menunjukkan bahwa otak mengandung reseptor yang dapat meningkatkan neurotransmitter *gamma-amino butyric acid* (GABA) yang berperan penting dalam mekanisme biologis yang berkaitan dengan kecemasan. Benzodiazepine dapat mengatur kecemasan pada seseorang dengan menghambat aktivitas sel. Penghambat GABA juga berperan penting dalam mekanisme biologis yang berhubungan dengan kecemasan sebagaimana halnya dengan endorphine.

2) Faktor Psikologis

Faktor psikologis dapat dilihat dari pandangan psikoanalitik, pandangan interpersonal, dan pandangan perilaku.

a) Pandangan psikoanalitik

Kecemasan merupakan permasalahan emosional yang terjadi pada dua elemen kepribadian. Id mewakili dorongan insting dan implus primitif, sedangkan superego menggambarkan hati nurani dan dikendalikan oleh norma budaya seseorang. Ego berfungsi sebagai penengah tuntutan

kedua elemen yang bertentangan dan fungsi kecemasan adalah sebagai pengingat ego bahwa ada bahaya.

b) Pandangan interpersonal

Kecemasan di akibatkan karena perasaan takut tidak adanya penerimaan dan penolakan interpersonal. Kecemasan berhubungan dengan perkembangan trauma, seperti perpisahan dan kehilangan, yang dapat menimbulkan kelemahan spesifik. Seseorang yang mengalami harga diri rendah terutama mudah mengalami perkembangan kecemasan yang berat.

c) Pandangan perilaku

Kecemasan dapat mengganggu kemampuan seseorang untuk mencapai suatu tujuan yang dikatakan sebagai produk frustrasi. Individu yang biasa dengan kehidupan dini, dihadapkan pada ketakutan berlebihan akan berpengaruh terhadap kecemasan kehidupan selanjutnya.

d) Sosial Budaya

Kecemasan dapat ditemukan dengan mudah dalam keluarga. Ada ketumpang tindihan antara gangguan kecemasan dan depresi. Faktor latar belakang ekonomi juga berpengaruh terhadap kecemasan seseorang.

b. Faktor prepotensi

Faktor pencetus kecemasan adalah stimulus yang dipersiapkan oleh individu sebagai tantangan, ancaman, atau tuntutan yang membutuhkan energy ekstra untuk mengatasinya faktor pencetus kecemasan dapat di kelompokkan menjadi dua antara lain:

1) Faktor eksternal

Ancaman terhadap integritas fisik meliputi disabilitas fisiologis yang akan mengakibatkan penurunan kemampuan untuk melakukan aktivitas sehari-hari seperti penyakit, trauma fisik, tindakan pembedahan yang dilakukan.

2) Faktor internal

a) Usia

Maturitas atau kematangan individu akan mempengaruhi kemampuan coping mekanisme coping seseorang sehingga individu yang lebih matur sukar mengalami kecemasan karena individu mempunyai kemampuan adaptasi yang lebih besar terhadap kecemasan dibandingkan usia yang belum matur. Usia matur yaitu usia dewasa, tingkat kecemasannya lebih sedikit dibandingkan dengan usia remaja. Hal ini dibuktikan bahwa usia yang matur memiliki kemampuan coping yang cukup dalam mengatasi kecemasan (Sari, 2021).

b) Tingkat Pengetahuan

Tingkat pengetahuan seseorang mempengaruhi terhadap respon kecemasan yang dialami. Pengetahuan yang dimiliki seseorang akan dapat menurunkan cemas yang dialami dalam mempersepsikan suatu hal. Biasanya pengetahuan ini didapatkan dari informasi ataupun pengalaman.

c) Kepribadian

Orang yang berkepribadian pencemas lebih mudah mengalami kecemasan. Adapun ciri-ciri orang dengan kepribadian ini yaitu, tidak sabar, kompetitif, ambisius, dan ingin serba sempurna.

d) Paritas

Paritas dapat mempengaruhi kecemasan, karena terkait dengan aspek psikologis. Pada ibu yang baru pertama kali melahirkan, belum ada bayangan mengenai apa yang akan terjadi saat bersalin dan ketakutan karena sering mendengar cerita mengerikan dari teman atau saudara tentang pengalaman saat melahirkan seperti ibu atau bayi meninggal dan ini akan mempengaruhi *mindset* ibu mengenai proses persalinan yang menakutkan (Maulida & Wahyuni, 2020)

5. Respon fisiologi terhadap kecemasan

Beberapa respons fisiologis tubuh terhadap kecemasan antara lain :

- a) Sistem Kardiovaskuler : palpitasi, jantung berdebar, tekanan darah meninggi, tekanan darah menurun, pingsan, bradikardi.
- b) Sistem Pernapasan : Takipnea, dyspnea, tekanan pada dada, pernafasan dangkal, pembengkakan tenggorokan, sensasi tercekik.
- c) Sistem Neoromuskular : refleks meningkat, reaksi terkejut mata sering berkedip-kedip, insomnia tremor, gelisah, rigiditas, kelemahan umum.
- d) Sistem gastrointestinal : Hilangnya nafsu makan, menolak untuk makan, rasa tidak nyaman pada abdomen, mual, nyeri ulu hati, diare.
- e) Sistem urinitas : Tidak dapat menahan BAK, Sering BAK.
- f) Sistem integument : Wajah memerah, berkeringat pada satu tempat (telapak tangan) sensasi gatal.

6. Respon perilaku, kognitif, dan afektif terhadap kecemasan

Beberapa respons perilaku, kognitif, dan afektif terhadap kecemasan seorang antara lain :

- a) Sistem perilaku : Gelasah, ketegangan fisik, tremor, gugup, bicara cepat kurang koordinasi, menarik diri dari hubungan interpersonal, menghindar, melarikan diri dari masalah, cenderung mendapat cedera.
- b) Sistem kognitif : perhatian terganggu, konsentrasi buruk, mudah lupa, salah dalam memberikan penilaian, hambatan berpikir, kreativitas menurun, bingung.
- c) Sistem afektif : Mudah terganggu, tidak sabar, gelisah, tegang, ketakutan, gugup.

7. Penatalaksanaan

a. Farmakologi

Tehnik Farmakologi merupakan tehnik yang dilakukan dengan cara pemberian obat-obat atau medikasi. Obat-obat tersebut antara lain:

- 1) kecemasan
 - a) Golongan benzodiazepin
 - b) Buspiron
- 2) Antidepresan

SNRI (inhibitor serotonin dan reuptake norepinefrin).

Perawatan kecemasan umum terbaik untuk individu adalah salah satu yang mencakup psikoterapi dan obat-obatan. Untuk praktisi yang terlibat, jalannya pengobatan dapat diperpanjang.

b. Non Farmakologi

Kecemasan dapat diatasi dengan berbagai macam terapi non-farmakologi, berikut adalah macam-macam terapinya :

c. Distraksi pendengaran

Teknik distraksi yang cukup efektif adalah musik, yang dapat menurunkan nyeri fisiologis, stress, dan kecemasan dilakukan dengan mengalihkan perhatian seseorang dari nyeri, musik dan lagu dapat didengarkan dengan durasi 15 menit agar memberikan efek terapeutik/penyembuhan (R. Fatmawati, 2022)

d. Terapi Spiritual

Kegiatan spiritual dapat memberikan respon positif dalam mengurangi tingkat stres. Terapi spiritual dapat berupa berdoa, meditasi atau membaca buku/ tulisan keagamaan meningkatkan kemampuan beradaptasi terhadap gangguan stressor yang dialami (R. Fatmawati, 2022)

e. Humor

Kemampuan seseorang untuk merespon hal lucu dan tertawa menghilangkan stress. Hipotesis fisiologis mengatakan bahwa tertawa dapat mengeluarkan endorfin ke dalam sirkulasi dan perasaan stres hilang (R. Fatmawati, 2022)

8. Alat Ukur Kecemasan

Amsterdam preoperative Anxiety & information Scale (APAIS) merupakan salah satu instrument yang spesifik digunakan untuk

menentukan kecemasan praoperatif yang secara garis besar terdapat dua hal yang dinilai melalui kuesioner APAIS, yaitu kecemasan dan kebutuhan inkubasi. Untuk mengetahui tingkat kecemasan dari Ringan, Sedang dan Berat dapat di ukur dengan Skala APAIS. Alat ukur ini terdiri dari enam item kuesioner yaitu :

a. Mengenal anastesi

- 1) Saya takut di bius
- 2) Saya terus menerus memikirkan tentang pembiusasan
- 3) Saya ingin mengetahui banyak hal tentang anastesi

b. Mengenal pembedahan/Operasi

- 1) Saya merasa cemas dengan prosedur operasi
- 2) Saya terus menerus memikirkan tentang operasi
- 3) Saya ingin mengetahui banyak hal tentang prosedur operasi

Dari kuesioner tersebut, untuk setiap item mempunyai nilai 1-5 dari setiap jawaban, yaitu 1= sama sekali tidak, 2= tidak terlalu, 3= sedikit, 4= agak 5=sangat . jadi dapat diklasifikasikan sebagai berikut :

6 : Normal

7-12 : kecemasan ringan

13-18 : kecemasan sedang

19-24 : kecemasan berat

25-30 : kecemasan berat sekali

B. Konsep *Sectio Caesarea*

1. Definisi *Sectio Caesarea* (SC)

Sectio caesarea merupakan suatu persalinan buatan dimana janin dilahirkan melalui insisi transabdominal yaitu dengan membuat sayatan pada dinding depan perut dan dinding rahim (Hijratun, 2021). Persalinan *Sectio Caesar* umumnya menjadi pilihan terakhir dari berbagai kesulitan persalinan yang terjadi, guna mendukung keselamatan ibu dan bayi dari kemungkinan-kemungkinan komplikasi yang timbul bila persalinan tersebut berlangsung pervaginam atau normal. Persalinan ini dilakukan

atas instruksi dokter dengan melihat berbagai indikasi medis yang menyertai (Sirait, 2022).

2. *Etiologi sectio caesarea*

Menurut Hijratun (2021) dan Sirait (2022), faktor penyebab sectio caesarea terbagi menjadi dua kategori besar yaitu faktor dari ibu dan faktor dari janin yang akan diuraikan sebagai berikut :

a. Faktor ibu

1) *Cepalo Pelvik Disproportion (CPD)*

merupakan komplikasi akibat ketidaksesuaian ukuran lingkar panggul ibu dengan ukuran lingkar kepala janin, hal ini disebabkan karena bentuk panggul yang mengalami kelainan sehingga menyebabkan rongga panggul menjadi asimetris dan abnormal.

2) Pre-eklamsia

merupakan penyakit yang belum diketahui penyebabnya secara pasti, namun diduga akibat gangguan *multisystem* yang ditandai dengan hipertensi, *proteinuria* dan kelainan janin (keterlambatan pertumbuhan janin, berkurangnya cairan ketuban) yang tidak ditangani menjadi eklamsi (Hasanah,2020).

3) *Plasenta previa*

merupakan plasenta yang berimplimentasi terlalu rendah sehingga menutupi sebagian atau keseluruhan *ostium uteri internum*. Hal ini dapat disebabkan karena keadaan endometrium yang kurang baik dan memicu plasenta untuk terus tumbuh meluas yaitu ditempat yang lebih rendah dekat *ostium uteri internum* demi mencukupi kebutuhan janin Rosyidah dan Azizah, 2019).

4) *Ketuban pecah dini (KPD)*

merupakan pecahnya selaput ketuban sebelum terdapat tanda persalinan yang sebagian besar terjadi pada akhir kehamilan maupun jauh sebelum waktu melahirkan. KPD yang terjadi sebelum usia kehamilan 37 minggu disebut KPD pretem.

5) Riwayat *Sectio caesarea* sebelumnya

Yang memiliki Riwayat jenis insisi uterus sebelumnya, jumlah *sectio caesarea* sebelumnya dan jumlah indikasi *sectio caesarea* sebelumnya. Hal ini disebabkan karena sebagian negara besar apabila telah dilakukan prosedur *sectio caesarea* sebelumnya maka persalinan selanjutnya juga harus diakhiri dengan tindakan *sectio caesarea*.

b. Faktor janin

1) *Fetal distress* atau gawat janin

merupakan kondisi ketika janin tidak mendapatkan pasokan oksigen yang cukup selama masa kehamilan yang di tandai dengan adanya bradikarsi berat atau takikardi. Namun, hal ini tidak menjadi indikasi utama tindakan *sectio caesarea* melainkan ditunjang juga oleh kondisi ibu.

2) Bayi *besar* dengan berat sekitar 400 gram atau lebih

Bayi yang lahir dengan ukuran yang besar menyebabkan bayi sulit keluar dan dapat mengalami kemungkinan komplikasi yang lebih berat daripada bayi normal. Hal ini terjadi karena sifatnya masih seperti bayi prematur yang tidak bisa bertahan dengan baik terhadap persalinan yang lama.

3) Malposisi janin (letak sungsang)

merupakan keadaan dimana janin terletak memanjang didalam rahim dengan posisi kepala berada pada bagian atas rahim (*difundus uteri*) dan bokong berada dibagian bawah ibu (*kavum uteri*).

3. Manifestasi klinis *Sectio Caesarea*

menurut Hijratun (2021) persalinan *sectio caesarea* memerlukan perawatan yang lebih komprehensif yaitu perawatan perawat post operatif dan perawatan postpartum sebab manifestasi klinis yang dapat timbul pada pasien dengan post *sectio caesarea* adalah sebagai berikut:

a. Kehilangan darah selama prosedur operasi \pm 600-800 ml.

- b. Nyeri akibat luka pembedahan
- c. Terpasang kateter urinalis
- d. Abdomen lunak dan tidak ada distensi
- e. Bising usus tidak terdengar atau samar
- f. Ketidakmampuan menghadapi situasi baru (Emosi labil)
- g. Aliran *lochea* sedang dan bebas bekuan yang berlebihan.

4. Komplikasi Persalinan *Sectio caesarea*

Berikut adalah komplikasi persalinan *sectio caesarea* (Sirait, 2021) :

a. Perdarahan

Perdarahan post partum *sectio caesarea* terjadi karena kegagalan mencapai *homeostatis* ditempat insisi uterus ataupun pada *placental bed* akibat *tonia uteri* yang ditandai dengan kehilangan darah <1000 ml.

b. Infeksi *puerperal*

Infeksi *puerperal* merupakan peradangan yang disebabkan oleh masuknya kuman kedalam alat genitalia yang ditandai dengan peningkatan suhu tubuh.

c. Komplikasi lainnya

Komplikasi ini meliputi sepsis berat, tromboemboli, luka pada struktur urinalis, hipoksia pada bayi dan trauma persalinan.

C. Konsep Murottal Al-Qur'an

1. Definisi Murottal

Al-Qur'an sumber ejaan islam yang pertama dan utama menurut keyakinan umat islam dan diakui keberadaannya oleh penelitian ilmiah yang didalamnya terdapat firman-firman (Wahyu) Allah, yang disampaikan oleh malaikat jibril kepada Nabi muhammad secara beranggur-anggur yang bertujuan untuk menjadi petunjuk bagi umat silam dalam hidup dan kehidupannya, guna mendapatkan kesejahteraan di dunia dan akhirat (Ajahari,2018).

2. Manfaat Terapi Murottal

Manfaat terapi Murattal Al-Qur'an antara lain :

a. Menurunkan kecemasan

Murottal Al-Qur'an memiliki hasil signifikan dalam menurunkan kecemasan pasien praoperasi. Penelitian yang dilakukan oleh Atmaja dan Saputra (2020) mendapatkan hasil yang signifikan terhadap kelompok intervensi yakni pasien katarak yang mendapatkan murottal sebelum operasi. Hasil signifikan juga didapatkan oleh Maulana, Elita dan Misrawati (2015).

b. Menurunkan tingkat depresi

Penelitian Rafique, Anjum dan Raheem (2019) mendapatkan hasil bahwa tingkat depresi kelompok muslim wanita yang mendapatkan intervensi murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman lebih menurun signifikan dibandingkan kelompok kontrol. Selain pada kelompok wanita muslim, murottal Al-Qur'an juga dapat menurunkan tingkat depresi pada lansia (Amana dan Purnamasari, 2017). Kombinasi murottal Al-Qur'an dengan logoterapi juga efektif dalam meningkatkan kualitas hidup pasien wanita dengan gangguan depresi mayor (Jahangiri dan Mohammadi, 2018).

Murottal Al-Qur'an dapat mengurangi gejala depresi pada pasien penyakit kronik. Dalam penelitiannya, Babamohamadi dkk. (2017) mengungkapkan murottal Al-Qur'an mudah diimplementasikan, murah dan bisa.

c. Memperbaiki kualitas tidur

Penelitian yang dilakukan oleh Oktora dan Purnawan (2018) memberikan hasil perbedaan yang bermakna antara kualitas tidur sebelum dan sesudah pemberian terapi murottal Al-Qur'an pada lansia. Peningkatan kualitas tidur juga didapatkan dalam penelitian oleh Wuryaningsih dkk. (2018) kepada mahasiswa keperawatan yang diberikan intervensi murottal Al-Qur'an.

d. Meningkatkan memori

Murottal Al-Qur'an dapat meningkatkan kemampuan penyerapan memori. Suteja Putra dkk. (2018) dalam penelitiannya mendapatkan hasil tes memori yang lebih tinggi pada responden yang telah mendengar murottal Al-Qur'an dibandingkan sebelum mendapat intervensi. Memori kerja yang diukur dengan digit span test juga meningkat pada kelompok mahasiswa yang diberikan murottal Al-Qur'an (Aziza, Wiyono dan Fitriani, 2019). Anak-anak yang diberikan murottal Al-Qur'an mendapat nilai digit span test yang lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol (Hojjati dkk., 2014).

3. Waktu yang diperlukan untuk mendengarkan Murottal Al-Qur'an

Terapi berupa musik atau suara harus didengarkan minimal 10-15 menit untuk memberikan efek terapeutik. Sedangkan durasi pemberian terapi musik atau suara selama 10-15 menit dapat memberikan efek relaksasi. Lantunan ayat suci dengan intensitas suara 50 desibel dapat berfungsi sebagai terapi yang berdampak positif bagi tubuh manusia. Intensitas suara tersebut dapat menimbulkan kenyamanan untuk siapa saja yang mendengarkannya, baik yang paham atau tidak arti dari murottal Al-Qur'an tersebut Handayani dalam (Safitri et al., 2021).

Seorang ibu yang menghadapi proses persalinan diasumsikan berada dalam kondisi antara hidup dan mati, harus menghadapi rasa sakit seorang diri demi melahirkan bayinya. Rasa sakit merupakan sesuatu yang subjektif dimana masing-masing ibu memiliki tingkat ambang sakit yang berbeda-beda. Harapan dari seorang ibu bersalin tentulah menginginkan proses persalinan berjalan lancar tanpa kendala dan melahirkan bayi yang sehat. Ibu tersebut membutuhkan banyak support, dorongan dan motivasi dari orang-orang sekitarnya. Dengan mendengarkan murottal Al-Qur'an, memicu hormon-hormon tertentu yang menurunkan rasa nyeri, kecemasan dan menghilangkan stress (Safitri et al., 2021).

4. Pengaruh Murotal Al-Qur'an Terhadap tubuh

Terapi murotal bekerja pada otak ketika berikan rangsangan dari luar (terapi Al-Qur'an) Maka otak memproduksi zat kimia yang disebut *neuropeptide*. Molekul ini akan mengangkutkan reseptor-reseptor mereka yang ada di dalam tubuh dan akan memberikan ketenangan dan kenyamanan (Handayani et al., 2014) beberapa keistimewaan bacaan Al-Qur'an antara lain dapat membantu mendapatkan keturunan, mempermudah proses kelahiran dan penyembuhan penyakit jiwa sebagaimana Allah telah berfirman dalam (QS. Yunus [10]:57) Wahai Manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran (Al-Qur'an) dari Tuhanmu penyembuh bagi penyakit yang dalam dada di dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang yang beriman ” .

5. Al-Qur'an Surah Al-fatihah

Sebagai umat Muslim, pasti mengetahui bahwa surah Al Fatihah memiliki banyak sekali keutamaan.

a. Ummu Al-Qur'an.

Surah Al Fatihah merupakan surah yang mampu merangkum seluruh isi Alquran yang terdiri dari 114 surah dan 6666 ayat.

b. Salah satu rukun sholat.

Sebagaimana hadist Rasulullah “Tidak sah shalatnya seseorang yang tidak membaca Al-Fatihah.” (HR. Muslim).

c. Sebagai penyembuh.

Dengan mengharap kesembuhan dari Allah dengan mengagungkan nama Allah Swt, dan mengakui kebesarannya, maka Allah akan penyakit apa pun dari dalam diri. Karena sesungguhnya, segala macam penyakit datang dari Allah. Salah satu ikhtiar untuk mendapat kesembuhan ialah dengan membaca Surah Al Fatihah. Selain itu, surah Al-Fatihah juga 28 merupakan surah yang paling mulia yang belum pernah diturunkan dalam kitab Turat dan Injil. Rasulullah Saw. bersabda: “Apakah engkau suka aku ajarkan kepadamu surah yang belum diturunkan di Taurat, Injil, Zabur dalam Al-Furqon

sepertinya?” dia menjawab, ya wahai Rasulullah. Rasulullah SAW. bersabda: Bagaimana anda membaca dalam salat? Beliau menjawab, membaca Ummu Al-Qur’an (Al-Fatihah), maka Rasulullah SAW. bersabda: “Demi jiwaku yang ada ditangannya. Tidak diturunkan dalam Taurat, Injil, Zabur, tidak juga dalam Al-Furqon semisalnya.” (Di Shahihkan Al-Albany dalam Shahih Tirmizi).” Masih banyak lagi keutamaan dari surah Al Fatihah dapat merasakannya ketika rutin membacanya dalam kondisi apa pun, karena surah Al Fatihah merupakan surah yang mulia (Wulan & Musyarapah, 2022).

6. Surah Al-insyirah

Surah *Al-Insyirah* merupakan surah ke-94 dalam Al-Qur’an dan surah ke-12 yang diterima oleh nabi surah ini digolongkan dalam surah makkiyah. Surah ini berjumlah 8 ayat. Surat ini dinamai dengan asy-syarh ada juga yang menamainya surah alam nasyrah atau surat al-insyirah. surat ini salah satu surah Al-Qur’an yang bisa menjadi terapi dalam menurunkan kecemasan diturunkan pada saat Nabi Muhammad SAW mendapatkan sebuah amanah yang sangat berat, surah ini diturunkan sebagai pelapang agar Nabi kuat menjalani amanah dari Allah (Ayumi et al., 2021) ayat 1 yang berbunyi *أَلَمْ نَشْرَحْ لَكَ صَدْرَكَ* (“ bukankah kami telah melapangkan untukmu dadamu”) kata Kata nasyrah terambil dari kata syaraha yang antara lain berarti memperluas,melapangkan.pada ayat 2-3 yang berbunyi *وَوَضَعْنَا عَنْكَ وِزْرَكَ* (dan kami telah menghilangkan bebanmu daripadamu) *الَّذِينَ نَقْضُ ظُهُرَكَ* (yang memberatkan punggungmu) Kata waadha ‘na Kami telah menanggalkan berbentuk kata kerja masa lampau. Sayyid Quthub mengemukakan bahwa ayat-ayat surah ini memberi kesan adanya kecemasan dalam jiwa Rasul saw. menyangkut misi dakwah yang beliau emban akibat hambatan-hambatan yang menghadang perjalanannya serta usaha tipu daya kaum musyrikin. Ayat-ayat ini Sayyid menurutnya, memberi kesan bahwa dada beliau penuh dengan keluh kesah yang berat dan di atas pundak beliau bertumpuk beban besar,

sehingga beliau sangat mendambakan bantuan dan bekal untuk menghadapinya. Ayat-ayat surah ini turun untuk maksud tersebut.

Pada ayat ke empat berbunyi *وَرَفَعْنَا لَكَ ذِكْرَكَ* (dan kami tinggikan namamu dan sebutanmu) Kata rafa'a berarti mengangkat atau meninggikan Kata dzikir menurut pengertian bahasa adalah menghadirkan sesuatu di dalam benak, baik diucapkan dengan lisan maupun tidak. Dikrullah adalah menghadirkan kemaujudan Allah, kebesaran dan keagungan-Nya, baik dengan maupun tanpa diucapkan dengan lisan. Ayat ke 5-6 *فَإِنْ مَعَ يُسْرًا أَلْتُسْرَ ۖ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا* (maka sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan *يُسْرًا أَلْتُسْرَ مَعًا* (seungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan) Allah menurunkan ayat 5 dan 6 bermaksud menjelaskan salah satu sunnah-Nya yang bersifat umum dan konsisten yaitu, "setiap kesulitan pasti disertai atau disusul oleh kemudahan selama yang bersangkutan bertekad untuk menanggulangnya." Ini dibuktikan-Nya antara lain dengan contoh konkret pada diri pribadi Nabi Muhammad. Ayat 7-8 yang berbunyi *فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ ۖ وَإِلَىٰ رَبِّكَ فَارْغَبْ* Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain. (dan hanya kepada Tuhanmulah hendaknya kamu berharap) pada ayat 7 menerangkan Allah menerangkan Jika kamu telah selesai mengurus aneka macam kepentingan global dan semua kesibukannya, maka bersungguh-sungguhlah untuk menjalankan ibadah dan melangkahlah kepada-Nya dengan penuh semangat, menggunakan hati yg kosong lagi tulus, dan niat karena Allah. Adapun ayat 8 Allah menyampaikan penekanan bahwa harapan hendaknya tertuju hanya pada Allah SWT (Nurkhaeriyah & Aji, 2021).

7. Dzikir

Dzikir (*Dzukru*) menurut bahasa adalah ingat, menurut istilah adalah mengingat Allah SWT dengan maksud untuk mendekatkan diri kepadanya. Banyak sekali manfaat dari dzikir kepada Allah SWT, yang diterangkan sendiri oleh Allah SWT. Yang diterangkan oleh Allah SWT dalam kitabnya Al-Qur'an ataupun diterangkan dalam hadist Nabi SAW.

Seperti Pada Surat Ar'Radu ayat 28 Allah berfirman yang artinya "(yaitu orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenang dengan mengingat Allah. Ingatlah hanya dengan mengingat Allah-lah menjadi tenang". diantaranya manfaat dzikir adalah dapat menenangkan hati, mendapat ampunan dan pahala yang besar, menghapus keburukan dan dosa, memudahkan pertolongan dari Allah (Aisyatin Kamila, 2022)

8. Alur Pelaksanaan Terapi Murottal Al-Qur'an

Alur pelaksanaan murottal Al-Qur'an menurut (Huda, 2017) murottal Al-Qur'an sebagai sebagian dari terapi musik dapat menggunakan langkah-langkah berikut :

- a. Pilih ayat yang akan diperdengarkan.

Penelitian ini menggunakan ayat Al-Qur'an, Surah Al-fatihah Surah Al-insyirah Dzikir yang dibacakan oleh Misyari Rasyid Al-Kabir di Kuwait yang menciptakan ketenangan.

- b. Gunakan earphone

Supaya tidak mengganggu pasien atau staf yang lain dan membantu pasien berinteraksi pada Murottal Al-Qur'an.

- c. Pastikan tombol-tombol *mp3 player* mudah ditekan.

- d. Minta pasien berkonsentrasi

Pada Murottal Al-Qur'an dengan mengikuti irama dilantunkan dari qori.

- e. Intruksikan pasien untuk tidak menganalisa Murottal Al-Qur'an

"Nikmati Murottal Al-Qur'an kemanapun alunannya membawa anda"

- f. Murottal Al-Qur'an harus didengarkan Minimal 15 menit supaya dapat memberikan efek terapeutik

9. Hubungan Murottal Al-Qur'an Terhadap Kecemasan

Tehnik pengalihan perhatian untuk mengatasi kecemasan adalah murottal Al-Qur'an. Murottal Al-Qur'an merupakan dari instrumen musik yang dapat mengurangi kecemasan. Harmoni musik yang indah menggetarkan gendang telinga, menggertakan cairan di telinga bagian

dalam dan menarik telinga dalam bentuk nada yang menggertarkan sel-sel rambut yang bergerak ke otak melalui saraf koklea yang menuju ke belahan otak kanan dan kiri. Hal ini memiliki pengaruh dalam kenyamanan dan relaksasi. Terapi murottal 15 menit yang lambat, harmonis, dan dapat, mengurangi hormon stress dan mengaktifkan endorfin alami serotonin (R. Fatmawati, 2022).

D. Hasil Penelitian Yang Relevan

Tabel 2.1 Hasil Penelitian Yang Relevan

No	Judul Artikel; Penulis tahun	Metode (Desain, Sampel, Intrumen, Analisis)	Hasil Penelitian
1	Pengaruh Murottal Al-Qur'an terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi sectio caesarea di Rumah sakit Ridhoka Salma Cikarang; Putri Azzahroh, Anik Hanifah, Nurwati ; 2019	D:desain penelitian ini kuantitatif dengan pendekatan pre-eksprerimental S: seluruh pasien pre operasi <i>sectio caesarea</i> dengan tehnik pengambilan <i>purposive sampling</i> I: Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar kuesioner (<i>HARS-A</i>) A: Analisa data univariat dengan distribusi frekuensi dan menggunakan analisis Hasil uji beda menggunakan <i>paired sample T-Test</i>	Hasil penelitian dari 30 responden tingkat kecemasan sebelum diberikan murottal 24,73 dan sesudah diberikan murottal 19,87 dengan begitu ibu pre operasi mengalami penurunan tingkat kecemasan sebanyak 4,867 Hasil uji beda menggunakan <i>paired sample T-Test</i> tingkat dapat nilai p =0,000<0,005, dengan demikian hasil analisis tersebut di dapatkan ada pengaruh

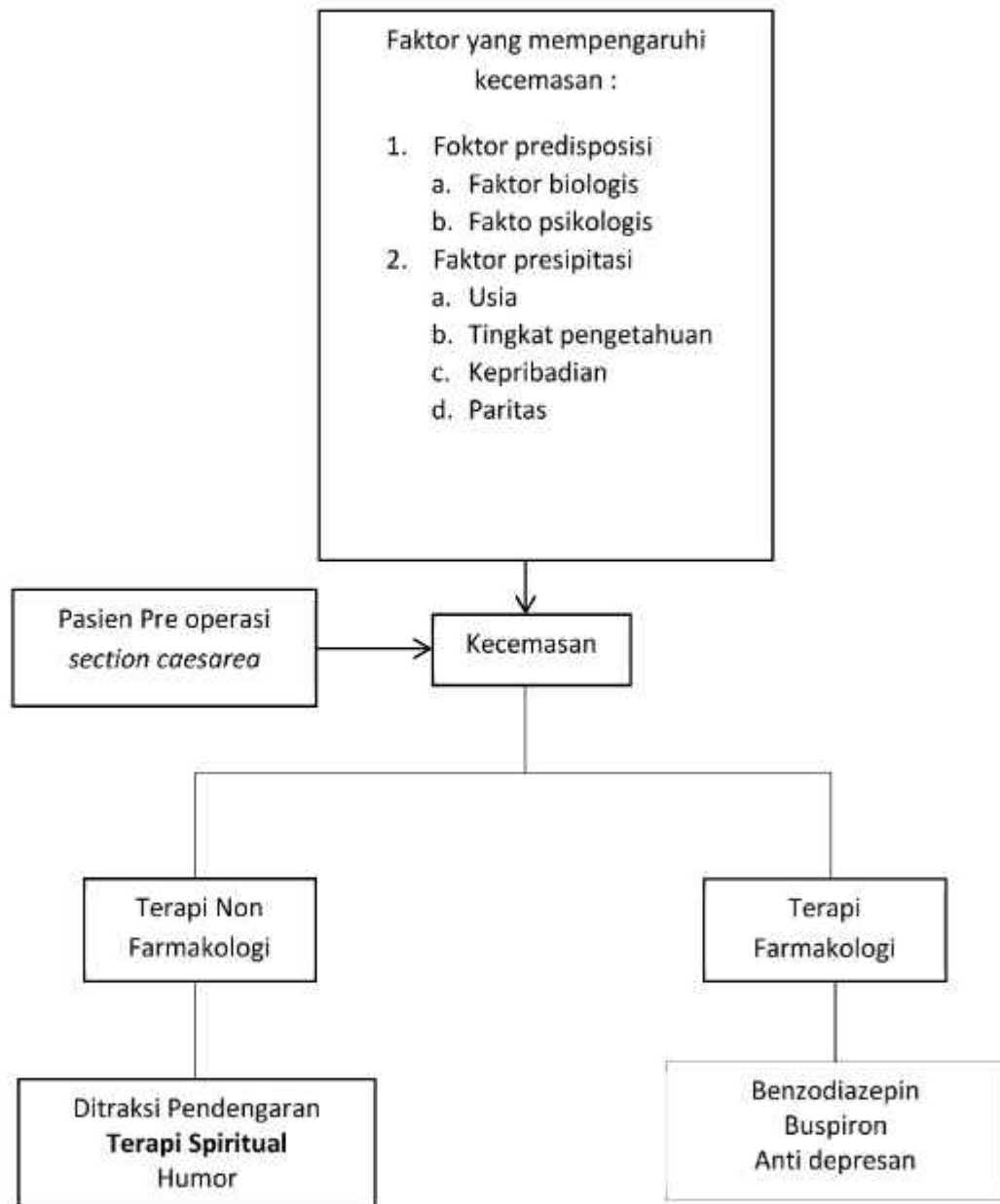
No	Judul Artikel; Penulis tahun	Metode (Desain, Sampel, Instrumen, Analisis)	Hasil Penelitian
			terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi sectio caesarea
2	Pengaruh Terapi Murottal Al-qur'an terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi sectio caesarea; Weni Widya Shari; 2022	D:desain penelitian ini kuantitatif dengan pendekatan pre-eksperimental S: seluruh pasien pre operasi <i>sectio caesarea</i> dengan tehnik pengambilan berurutan I: Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar kuesioner (<i>STAI-State</i>) A: Analisa data univariat dengan uji analisis dekriptif dan analisis bivariat menggunakan analisis Hasil uji t	Setelah di analisis dengan uji t kecemasan sebelum dan sesudah terapi murottal al-qur'an ditemukan selisih yang bermakna ($p < 0,005$) hasil menunjukkan ada pengaruh intervensi murottal AL-qur'an terhadap kecemasan.
3	Pengaruh Pemberian Terapi Musik (Murottal) terhadap kecemasan pada pasien pre operasi ; Febrina Angraini simamora, Nanda Masraini Daulay, Sukma Murni Lubis 2021	D:desain penelitian ini kuantitatif dengan pendekatan pre-eksperimental S: seluruh pasien pre operasi dengan tehnik <i>purposive sampling</i> I: - A: Analisa data univariat dengan uji analisis dekriptif dan analisis bivariat dengan uji	Hasil analisis uji statistik <i>wilcoxon</i> diperoleh nilai <i>p value</i> adalah 0,001, dan hasil uji statistik <i>Mann Whitney</i> diperoleh nilai <i>p value</i> adalah 0,000, dengan menunjukan bahwa ada pengaruh yang signifikan

No	Judul Artikel; Penulis tahun	Metode (Desain, Sampel, Instrumen, Analisis)	Hasil Penelitian
		<i>wilcoxon signed rank test</i> dan <i>Mann whitney</i>	terapi murottal terhadap kecemasan pasien pre operasi di RSUD panyabungan.
4	Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Dalam Menghadapi Proses Persalinan ; Ayu Rahmadhani , Tutik Agustini, Yusrah Taqiyah ; 2021	D:desain penelitian ini kuantitatif dengan pendekatan Quasy eksperimental desain S: Ibu hamil trimester III tehnik <i>total sampling</i> I: Instrumen yan digunakan Hamilton Rating Scale for Anxiety (HARS). A: Analisa data yang digunakan adalah univariat dan bivariat, dimana bivariat menggunakan analisa uji Wilcoxon.	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh terapi murottal Al – Qur'an terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil ($p=0,000$) dimana terdapat perbedaan hasil sebelum dan setelah pemberian terapi murottal Al – Qur'an terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III dalam menghadapi proses persalian di Puskesmas Kolakaasi Kab.Kolaka. Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada pengaruh terapi

No	Judul Artikel; Penulis tahun	Metode (Desain, Sampel, Instrumen, Analisis)	Hasil Penelitian
			murrotal Al – Qur'an terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi proses persalinan.
5	Pengaruh Murrotal Qur'an Dengan Kecemasan pada Ibu Bersalin Fase Laten di Wilayah Kerja Puskesmas Denggen ; Fibrianti Eka Faizaturrahmi Baiq Disnalia Siswari ;2022	D:desain penelitian ini kuantitatif dengan pendekatan pre-eksperimental S: seluruh ibu Bersalin Fase Laten dengan metode accidental sampling. I: - A: Analisa data univariat dengan uji analisis dekriptif dan analisis bivariat dengan <i>uji paired sample T-test</i>	Hasil: Berdasarkan hasil analisis Pengaruh Murrotal Qur'an terhadap tingkat kecemasan ibu bersalin dengan menggunakan uji paired sample T-test diperoleh hasil t hitung sebesar 3,417 dengan p value 0,002 (p value < 0,05) maka H_0 diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada Pengaruh Murrotal Al-Qur'an Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Bersalin Fase Laten Di Wilayah Kerja

E. Kerangka Teori

Berdasarkan teori yang telah di jelaskan, bahwasannya terdapat kerangka teori sebagai berikut :



Gambar 2.2 Sumber (Stuart,2016)

F. Kerangka Konsep



Gambar 2.3 Kerangka Konsep

G. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah suatu jawaban sementara dari pertanyaan penelitian. Biasanya hipotesis dirumuskan dalam hubungan antara dua variabel, variabel bebas dan variabel terikat. Hipotesis berfungsi untuk menentukan ke arah pembuktian, artinya hipotesis ini merupakan pernyataan yang harus dibuktikan (Notoatmodjo, 2018) Hipotesis dalam penelitian ini :

- 1) H_a : Ada pengaruh terapi murrotal Al-Qur'an Surah *Al-insyirah* terhadap kecemasan pada pasien pre operasi *section caesarea* di RSIA Restu Bunda Kota Bandar Lampung Tahun 2024
- 2) H_o : Tidak ada pengaruh terapi murrotal Al-Qur'an Surah *Al-insyirah* Terhadap Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi *Sectio Caesarea* di RSIA Restu Bunda Kota Bandar Lampung Tahun 2024