

Perbedaan Efektivitas Pemberian Terapi Murotal Dengan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Tingkat Kecemasan pada Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea di RSUD Cilacap Tahun 2023

Differences of Effectiveness Giving Murotal Therapy with Deep Breathing Relaxation on the Level of Anxiety in Preoperative Sectio Caesarea Patients at Cilacap Hospital in 2023

Dinar Nuning Prasasti¹, Evy Apriani², Resti Ikhda Samsiyah²

^{1,2}Health Science Al-Irsyad University Cilacap
Jl.Cerme No.24 Sidanegara Cilacap

ABSTRAK

Menjalani kelahiran melalui pembedahan SC sering kali menimbulkan kecemasan klien. Kecemasan pada pasien pra operasi SC harus diatasi agar pasien siap secara fisik dan psikologi dalam menjalani operasi sehingga tidak menghambat saat dilakukan tindakan operasi. Teknik distraksi dapat dilakukan dengan terapi murottal Al-Qur'an dengan mengalihkan perhatian. Tindakan lain yang dapat digunakan untuk mengurangi tingkat kecemasan pre operasi adalah dengan relaksasi nafas dalam. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui perbedaan efektivitas pemberian terapi murotal dengan relaksasi nafas dalam terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi *sectio caesarea*. Penelitian ini menggunakan metode *quasi experiment* dalam bentuk *two group pre test-post test*. Jumlah sampel sebesar 32 yang terbagi dalam 2 kelompok murottal Al-Qur'an dan relaksasi nafas dalam menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen untuk mengetahui kecemasan menggunakan Kuesioner *State Trait Anxiety Inventory* (STAI). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pemberian terapi murotal Al-Qur'an ($p = 0,000$) dan relaksasi nafas dalam ($p = 0,001$). Pemberian terapi murotal Al-Qur'an lebih efektif dibandingkan dengan diberikan relaksasi nafas dalam ($p = 0,035$). Ibu pre SC disarankan dapat menurunkan tingkat kecemasan menjelang persalinan SC dengan mengkombinasikan pemberian terapi murotal dengan relaksasi nafas dalam.

Kata Kunci : Murotal, Relaksasi, Nafas Dalam, Pre Operasi, Sectio Caesarea

ABSTRACT

Labor with SC surgery often causes anxiety. Anxiety in preoperative SC patients must be overcome so that the patient is physically and psychologically ready to undergo surgery so that it does not hinder the operation. Distraction techniques can be done with Al-Qur'an murottal therapy by diverting attention. Another action that can be used to reduce preoperative anxiety levels is deep breathing relaxation. The aim of the study was to determine the differences in the effectiveness of giving murotal therapy with deep breathing relaxation on anxiety levels in preoperative sectio caesarea patients. This study used a quasi-experimental method in the form of two group pre-test post test. The number of samples was 32 which were divided into 2 groups of murottal Al-Qur'an and deep breathing relaxation using purposive sampling technique. The instrument for knowing anxiety uses the State Trait Anxiety Inventory (STAI) Questionnaire. The results showed that there were differences in the level of anxiety before and after giving Al-Qur'an murotal therapy ($p = 0.000$) and deep breathing relaxation ($p = 0.001$). Al-Qur'an murotal therapy was more effective than deep breathing relaxation ($p = 0.035$). pre SC mothers regarding coping that can reduce the level of anxiety before labor with SC method by combining murotal therapy with deep breathing relaxation.

Keyword : Murotal, Relaxation, Deep Breathing, Pre Operation, Sectio Caesarea