

PENGARUH PEMBACAAN DZIKIR PADA IBU MELAHIRKAN TERHADAP TINGKAT NYERI INTRA NATAL DI RUMAH BERSALIN FAJAR YOGYAKARTA

Effect of Reading Dhikr Women On The Level Of Birth Pain Intra Christmas At Home Delivery Dawn Yogyakarta

Sri Sumaryani¹ & Indri Nurasa²

^{1, 2}Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
Jl. Lingkar Barat Taman Tirto Kasihan Bantul Yogyakarta 55182
^{*)}e-mail: yanipsikumy@gmail.com

ABSTRAK

Melahirkan atau yang biasa disebut dengan proses persalinan merupakan suatu proses membuka dan menipisnya serviks, dan janin turun ke dalam jalan lahir. Gejala awal persalinan akan menimbulkan nyeri yang sangat hebat karena adanya kontraksi uterus dan otot abdomen. Nyeri intra natal adalah suatu nyeri yang dirasakan saat terjadinya proses persalinan (melahirkan). Saat nyeri persalinan muncul, ada baiknya bagi ibu untuk membaca dzikir. Dzikir adalah mengingat Allah SWT dan menghadirkan apa yang tadinya ada di dalam benak untuk kemudian dilafadzkan atau disebut-sebut yang dapat dilakukan secara lisan dengan menggunakan lidah atau bisa juga diucapkan tanpa adanya keterlibatan lidah, yaitu melalui hati. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pembacaan dzikir pada ibu melahirkan terhadap tingkat nyeri intra natal. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Desain penelitian pra eksperimen, dengan rancangan *pre test-post test* tanpa kelompok kontrol. Sampel penelitian berjumlah 30 responden. Pengumpulan data dilakukan dengan observasi langsung kepada responden untuk mengukur tingkat nyeri. Analisa data menggunakan uji statistik *wilcoxon signed rank test* dan *regresi linier* dengan menggunakan SPSS 14. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil uji statistik untuk nilai *pre test* dan *post test* tingkat nyeri diperoleh nilai signifikansi 0,02 dengan $p < 0,05$.

Kata kunci: pembacaan dzikir, melahirkan, nyeri intra natal, tingkat nyeri

ABSTRACT

The delivery or usually called labor process is a process open and thin the cervix, and descent of the fetus into the way of birth. The early symptom of delivery will be appearing very heavy because there are uterus contraction and abdomen muscle. In partum pain is a pain which feel when delivery process happening (labor). When labor pain appears, there is a good for the mother to read dzikir. Dzikir is remembering Allah SWT and make present what before in the mind and then pronounced or make cal can do spoken by tongue or pronounced without there are involving tongue, by heart. The purpose of this research is to know about the influence of reading dzikir to the delivery mother toward in partum level of pain. Technique sampling used purpose sampling. The research of design pre experiment, with pre test-post test without control group design. The sample in this research's total is 30 respondents. The manner of data was did by direct observation to the respondents to measure pain level. Data analysis used statistic test wilcoxon signed rank test and regression linier in SPSS 14. The results of research showed that results of the statistic pretest and posttest of pain level show significance value 0,02 with $p < 0,05$.

Keywords: reading dzikir, delivery, in partum pain, pain level

LATAR BELAKANG

Hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) menunjukkan bahwa AKI di Indonesia pada tahun 2007 sebanyak 248 per 100.000 kelahiran hidup. Salah satu

penyebab AKI seperti yang telah disebutkan di atas adalah melahirkan/proses persalinan. Proses persalinan merupakan proses alamiah dan suatu kejadian fisiologis yang normal. Selama proses persalinan, setiap ibu yang melahirkan pasti akan merasakan nyeri. Nyeri

intra natal disebabkan oleh adanya kontraksi dinding rahim, adanya proses membuka dan menipisnya serviks, janin turun ke dalam jalan lahir dan ketuban didorong melalui jalan lahir, sehingga menimbulkan nyeri yang hebat (Mansjoer, 2000; McKinney, 2000; Old, 2004; Wiknjastro, 2006).

Setiap wanita atau ibu-ibu yang akan melahirkan memiliki harapan dan persepsi yang unik mengenai persalinan, termasuk harapan atau persepsi tentang rasa nyeri dan kemampuan ibu untuk mengatur/mengatasi nyeri tersebut. Seorang ibu yang mampu dan berhasil menangani perasaan nyeri saat melahirkan adalah sosok ibu yang memandang pengalamannya dalam melahirkan sebagai suatu peristiwa hidup yang positif. Pengalaman tiap-tiap ibu terhadap variasi nyeri persalinan dari berbagai elemen baik fisik maupun psikis adalah sangat berbeda (Mariyah, 2005; McKinney, 2000).

Ada dua upaya yang dilakukan untuk meminimalkan rasa nyeri yang terjadi sewaktu melahirkan, yaitu manajemen farmakologi dan nonfarmakologi (Klossner, 2006; McKinney, 2000; Old, 2004). Peneliti mencoba untuk mengurangi nyeri intra natal dari sisi spiritual, yaitu dengan cara memperbanyak membaca dzikir saat menghadapi proses persalinan dengan adanya dukungan dari suami, keluarga, teman dekat, dan tentunya perawat. Perawat yang memimpin proses persalinan normal dapat membantu dan membimbing pasien untuk melafadzkan dzikir dalam upaya mengurangi nyeri intra natal.

Berdzikir tidak hanya dilakukan setelah menunaikan ibadah fardhu/shalat 5 waktu saja, namun dapat juga dilakukan saat seseorang merasa telah jauh dan merasa lupa pada Allah SWT, tertekan, cemas, mengendalikannya hawa nafsunya, bahkan dalam keadaan nyeri. Sebagaimana terdapat dalam Firman Allah SWT dalam QS Al Ahzab [33]: 41: "*Hai orang-orang yang beriman, berzikirlah (dengan menyebut nama) Allah, dzikir yang sebanyak-banyaknya*".

Dan dalam QS Al Kahfi [18]: 24: "*Dan ingatlah kepada Tuhanmu jika kamu lupa*". Serta hadist yang diriwayatkan dari Abu Hurairah RA bahwa Rasulullah SAW bersabda, Allah telah berfirman: "*Aku bersama hamba-Ku selama dia berdzikir kepada-Ku dan kedua bibirnya bergerak menyebut-Ku*" (HR Ibnu Majah, Ibnu Hibban, Ahmad, dan Hakim) (Hassan, 2006; Nawawi, 1999; Wiknjastro, 2006).

METODE

Penelitian pra eksperimen dengan rancangan *one-group pre-post test design*. Sampel penelitian ini adalah ibu-ibu primigravida dan multigravida yang jumlah keseluruhannya 30 orang, terbagi dalam 1 kelompok, 30 orang kelompok eksperimen dan tanpa kelompok kontrol. Kelompok tersebut telah memasuki waktu persalinan dan akan melahirkan secara normal, dengan kriteria inklusi sebagai berikut: beragama Islam; responden berumur 25-35 tahun; ibu primigravida dan multigravida; memasuki proses persalinan kala I fase aktif; dan ingin melahirkan secara normal. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* (Hidayat, 2003).

Instrumen yang digunakan berupa pengukuran observasi tidak terstruktur, yang mengarah kepada penelitian kualitatif. Lembar observasi yang disediakan oleh peneliti kemudian diisi oleh responden yang meliputi biodata responden. Alat ukur untuk menilai rasa nyeri menggunakan skala nyeri VDS (*Verbal Descriptor Scale*). Adapun intensitas dan karakteristik dari skala nyeri adalah sebagai berikut: 0 = tidak ada nyeri sama sekali; 1 = nyeri sangat ringan; 2-3 = nyeri ringan; 4-6 = nyeri sedang; 7-9 = nyeri berat; 10 = nyeri sangat berat. Skala nyeri dihubungkan dengan kriteria tingkat nyeri menurut Mankoski.

Penelitian menggunakan uji *wilcoxon signed rank test* dengan bantuan SPSS 14. Sebelum penelitian ini dilaksanakan, peneliti melakukan permohonan dan persetujuan izin

dari badan atau lembaga yang bersangkutan. Kepada responden, sebelum melakukan penelitian, peneliti memberikan *informed consent* dan surat permohonan bersedia menjadi responden sebagai alat persetujuan peneliti dan responden untuk saling bekerjasama.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden Ibu

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik responden ibu berdasarkan golongan umur, tingkat pendidikan, pekerjaan, dan status kehamilan di RB Fajar Yogyakarta, Mei 2009 (N=30).

No	Karakteristik responden	Kelompok eksperimen (n)	%
1	Golongan usia:		
	21-25	3	10
	26-30	9	30
	31-35	18	60
	Total:	30	100
2	Tingkat pendidikan:		
	SMP	4	13,3
	SMA	13	43,3
	Diploma	3	10
	S 1	9	30
	S 2	1	3,3
Total:	30	100	
3	Jenis pekerjaan:		
	Ibu rumah tangga	16	53,3
	PNS	4	13,3
	Wirasuasta	3	10
	Karyawan swasta	7	23,3
Total:	30	100	
4	Status kehamilan:		
	Primigravid	7	23,3
	Multigravida	23	76,7
Total:	30	100	

Dari tabel 1 diketahui ibu hamil yang akan segera melahirkan dengan usia responden terbanyak adalah 31-35 tahun berjumlah 18 orang (60%). Tingkat pendidikan responden paling banyak adalah SMA berjumlah 13 orang (43,3%). Jenis pekerjaan

responden yang paling banyak yaitu ibu rumah tangga berjumlah 16 orang (53,3%). Status kehamilan responden terbanyak adalah multigravida berjumlah 23 orang (76,7%).

Frekuensi Tingkat Nyeri Intranatal

Tabel 2. Distribusi frekuensi tingkat nyeri intra natal kelompok eksperimen tanpa kelompok kontrol sebelum (*pre test*) dan sesudah (*post test*) pembacaan dzikir di RB Fajar Yogyakarta, Mei 2009 (N=30)

Tingkat nyeri intra natal:	<i>Pre test</i>		<i>Post test</i>	
	Jumlah	%	Jumlah	%
Sedang	4	13,3	8	26,7
Berat	19	63,3	22	73,3
Sangat berat	7	23,3	0	0
Jumlah	30	100	30	100

Dari tabel 2 diketahui tingkat nyeri kelompok eksperimen tanpa kelompok kontrol sebelum membaca dzikir pada kala 1 fase aktif/pembukaan 3 (*pre test*) paling banyak pada tingkat nyeri berat berjumlah 19 orang (63,3%). Setelah membaca dzikir pada kala 1 fase aktif/pembukaan 10 (*post test*) didapatkan hasil paling banyak pada tingkat nyeri berat berjumlah 22 orang (73,3%).

Analisis Tingkat Nyeri Intranatal

Tabel 3. Hasil analisis tingkat nyeri intra natal kelompok eksperimen tanpa kelompok kontrol sebelum (*pre test*) dan sesudah (*post test*) pembacaan dzikir di RB Fajar Yogyakarta, Mei 2009 (N=30)

Kelompok	Keterangan	Mean	St. deviasi	P value
Eksperimen	<i>Pre test</i>	2,10	0,60	0,02
	<i>Post test</i>	1,73	0,44	

Dari tabel 3 diketahui nilai *pre test* dan *post test* tingkat nyeri yaitu 0,022 dengan $p < 0,05$. Nilai ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan sebelum dan

sesudah pembacaan dzikir pada ibu melahirkan terhadap tingkat nyeri intra natal.

Analisis Uji Regresi Linier

Tabel 4. Hasil analisis *regresi linier* karakteristik responden sebelum (*pre test*) dan sesudah (*post test*) pembacaan dzikir terhadap tingkat nyeri intra natal di RB Fajar Yogyakarta, Mei 2009 (N=30)

Karakteristik responden	<i>Pre test</i>	<i>Post test</i>
	<i>P value</i>	<i>P value</i>
Umur	0,710	0,321
Tingkat pendidikan	0,032	0,349
Jenis pekerjaan	0,833	0,127
Status kehamilan	0,835	0,901

Dari tabel 4 diketahui nilai yang diperoleh pada karakteristik responden di tingkat pendidikan sebelum (*pre test*) pembacaan dzikir terhadap tingkat nyeri intra natal yaitu 0,032 dengan $p < 0,05$.

Persalinan merupakan suatu proses pengeluaran hasil konsepsi yang dapat hidup dari dalam uterus melalui vagina ke dunia luar. Tiga faktor yang perlu diperhatikan pada persalinan yaitu jalan lahir (tulang dan jaringan lunak pada panggul ibu), janin, dan kekuatan ibu (Old, 2004; Wiknjastro, 2006).

Proses persalinan juga dimulai karena adanya perubahan-perubahan dalam biokimia dan biofisika, yaitu adanya penurunan kadar estrogen dan progesteron. Menurunnya kadar kedua hormon (estrogen dan progesteron) terjadi kira-kira 1-2 minggu sebelum dimulainya persalinan, sedangkan kadar prostaglandin pada kehamilan dari minggu ke 15 hingga aterm meningkat, terlebih ketika berlangsungnya proses intra natal (Old, 2004; Wiknjastro, 2006).

Kala I berlangsung dari awal gejala sampai serviks berdilatasi sempurna (10 cm). Saat fase laten, kontraksi masih belum teratur dan sangat lemah, sedangkan pada saat fase aktif, kontraksi lebih sering, lebih lama, dan lebih kuat (Mansjoer, 2000; Wiknjastro, 2006).

Saat pembukaan serviks mencapai 3 cm (fase laten) dan sebelum ibu bersalin dibimbing untuk membaca dzikir, sebagian besar skala nyeri yang didapat adalah 7, dan saat serviks membuka sampai 10 cm (fase aktif), skala nyeri persalinan yang dihasilkan setelah pembacaan dzikir adalah 9. Hal ini menunjukkan bahwa semakin besar ukuran pembukaan serviks, semakin besar pula intensitas nyeri yang dirasakan oleh ibu saat persalinan.

Melahirkan merupakan suatu kerja keras yang mengusahakan wanita untuk mendapatkan sumber-sumber kopingnya. Respon wanita berubah saat proses persalinan. Saat awal persalinan, wanita sering merasa senang dan lebih banyak bicara, walaupun kegelisahan menjadi suatu respon yang biasa terjadi. Saat proses persalinan berlangsung, ibu biasanya tampak lebih tertutup dan fokus terhadap kekuatan dan koping terhadap stres saat kontraksi. Ibu yang kurang mempersiapkan persalinan secara fisiologi untuk persalinan akan mudah kehilangan kontrol selama fase aktif dan mungkin akan menangis, berteriak, atau memukul selama kontraksi. Respon ini yang menghalangi proses persalinan oleh karena adanya semacam ketegangan otot. Ketegangan otot menjadi reaksi perlawanan terhadap pelebaran serviks dan turunnya kepala bayi.

Asumsi peneliti, membaca dzikir dapat menjadi metode non farmakologi dari sisi spiritual untuk mengurangi rasa gelisah yang dirasakan saat proses melahirkan akibat dari ketegangan otot yang terjadi selama proses persalinan. Kegelisahan atau kecemasan pada ibu melahirkan dalam penelitian ini berkurang setelah membaca dzikir. Hal tersebut ditandai dengan tidak adanya reaksi berteriak secara histeris pada ibu melahirkan dalam penelitian ini. Jika kegelisahan berkurang, hal tersebut dapat mempermudah proses persalinan karena tidak adanya ketegangan otot sehingga terjadi pelebaran serviks dan mempermudah turunnya kepala bayi.

Asumsi peneliti, saat seseorang merasakan nyeri, hormon *endorphin* yang dihasilkan menjadi lebih tinggi, dan ditambah pula dengan pembacaan dzikir yang merupakan bentuk kepasrahan dan berserah dirinya seorang manusia kepada Allah SWT yang akan menghasilkan penurunan tingkat nyeri.

Membaca dzikir dapat memberikan manfaat untuk menurunkan sekresi hormon kortisol, membuat kerja otak seimbang dan menurunkan *down regulator reseptor* GABA, serta adanya keselarasan pada tubuh dan melepaskan hormon *endorphin*. Hal itu akan berdampak positif pada peningkatan immunitas tubuh, sehingga nyeri yang dirasakan pada ibu yang melahirkan menjadi berkurang.

Penelitian ini juga didukung oleh penelitian awal yang dilakukan oleh Prof Dr Fanani, SpKJ (K), metode terapi religi, salah satunya adalah ruqyah, lebih ditujukan kepada penderita nonpsikotik dan mereka yang memiliki intelegensia yang tidak terlalu rendah. Pada dasarnya, metode ruqyah contohnya seperti memperdengarkan bacaan Al Quran, doa, dan dzikir. Berdasarkan penelitian tersebut hasil yang diperoleh ternyata penderita gangguan jiwa yang diperdengarkan ayat suci Al Quran bisa menurunkan ketegangan otot hingga 60%, sementara itu jika diperdengarkan menggunakan yang lainnya (bukan menggunakan Al Quran), ketegangan otot itu hanya turun 30% (Kusumastuti, 2007).

KESIMPULAN DAN SARAN

Karakteristik responden sebagian besar yang berpengaruh terhadap tingkat nyeri pada *pre test* ialah tingkat pendidikan. Tingkat nyeri kala I fase aktif pada ibu melahirkan sebelum dilakukan pembacaan dzikir dan sesudah dilakukan pembacaan dzikir sebagian besar dalam kategori berat, akan tetapi berdasarkan hasil analisis terdapat pengaruh yang signifikan antara sebelum dan sesudah

dilakukan pembacaan dzikir terhadap tingkat nyeri kala I fase aktif pada ibu melahirkan di Rumah Bersalin Fajar Yogyakarta dengan *p value* = 0,022.

Implikasi hasil penelitian ini antara lain untuk membantu ibu dalam memilih metode yang tepat dalam mengurangi nyeri intra natal/persalinan, khususnya dari sisi spiritual dengan menambah model terapi membaca dzikir.

DAFTAR PUSTAKA

- Hassan, A. 2006. Tarjamah Bulughul Maram-Ibnu Hajar Al-'Asqalani. Bandung: Diponegoro.
- Hidayat, A.A. 2003. Dasar-Dasar Riset Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika.
- Klossner, N.J. 2006. Introductory Maternity Nursing. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
- Kusumastuti, E. 2007. Kesehatan-Skizofrenia, Retardasi Mental, Epilepsi Tak Efektif Diterapi Religi. <http://www.suarakaryaonline.com/news.html?id=167527>. Diakses 8 Februari 2007.
- Mansjoer, A., Triyanti, K., Savitri, R., Wardhani, W.I., Setiowulan, W. 2000. Kapita Selektta Kedokteran. Jakarta: Media Aesculapius.
- Mariyah, E., Hakimi, M. 2005. Hambatan Budaya dalam Interaksi Bidan-Ibu Hamil – dalam Buku Masalah Kesehatan dalam Kajian Ilmu Sosial Budaya. Yogyakarta: Kepel Press.
- McKinney. 2000. Maternal Child Nursing. 2nd ed. Philadelphia: WB Saunders Company.
- Nawawi, I. 1999. Imam Nawawi Terjemah Riyadhush Shalihin. Rev. Ed. Jilid 2. Cet. IV. Jakarta: Pustaka Amani.
- Old, S.B., London, M.L., Ladewig, P.A.W., Davidson, M.R. 2004. Maternal Newborn Nursing and Women Health Care. 7th ed. New Jersey: Pearson Prentice Hall.

- Shihab, M.Q. 2006. Wawasan Al Quran tentang Zikir dan Doa (Cet.1). Jakarta: Lentera hati.
- Wiknjosastro, H. 2006. Ilmu Kebidanan. (Ed. 3, Cet. 8). Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.