

Perbedaan Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Sebelum dan Sesudah Pemberian Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman di Wilayah Kerja Puskesmas Kaliabang Tengah Kota Bekasi

Aprillia Rahmasanti¹, Hapsari Windayanti²

^{1,2}Program Studi Kebidanan Program Sarjana, Fakultas Kesehatan,
Universitas Ngudi Waluyo

Email : aprilliar174@gmail.com, hapsari.email@gmail.com

ABSTRAK

Kecemasan pada ibu hamil mencapai 373.000.000 di Indonesia dan 107.000.000 (28,7%), kecemasan pada ibu hamil terjadi saat mendekati persalinan. Dampak kecemasan dapat menyebabkan depresi setelah melahirkan, berpengaruh pada kesehatan, kesejahteraan, dan perkembangan bayi. Terapi murottal Al-Qur'an dapat menghasilkan *endorphin* alami, menurunkan hormon stress, dan merileksasikan sehingga dapat menurunkan kecemasan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan kecemasan ibu hamil trimester III dengan pemberian murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman di Wilayah Kerja Puskesmas Kaliabang Tengah Kota Bekasi. Desain penelitian *Quasy Experimental* pendekatan *One Group Pretest-Posttest*. Populasi seluruh ibu hamil trimester III yang berada di Wilayah Kerja Puskesmas Kaliabang Tengah Kota Bekasi berjumlah 68 ibu hamil dan sampel berjumlah 18 ibu hamil, dengan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan pengisian kuesioner PASS (*Perinatal Anxiety Screening Scale*). Analisa data menggunakan *uji wilcoxon*. Hasil penelitian ini yaitu ada perbedaan kecemasan ibu hamil trimester III sebelum dan sesudah pemberian murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman ($p < 0,001$). Terapi murottal Al-Qur'an dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif untuk menurunkan kecemasan pada ibu hamil khususnya pada umat muslim. Hasil analisis univariat yaitu kecemasan ibu hamil trimester III sebelum pemberian murottal Al-Qur'an dengan rata-rata cemas ringan dan kecemasan ibu hamil trimester III sesudah pemberian murottal Al-Qur'an dengan rata-rata tidak cemas. Kecemasan ibu hamil trimester III sebelum pemberian murottal Al-Qur'an memiliki rata-rata kecemasan ringan sebanyak 6 responden (3,33%) dan sesudah pemberian murottal Al-Qur'an memiliki rata-rata tidak cemas sebanyak 14 responden (77,8%). Hasil analisis bivariat yaitu ada perbedaan kecemasan ibu hamil trimester III sebelum dan sesudah pemberian murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman ($p < 0,001$). Setelah diberikan terapi murottal terjadi penurunan kecemasan sebanyak 8 point. Bagi petugas kesehatan maupun ibu hamil muslim dapat menerapkan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman dalam kehidupan sehari-hari untuk penanganan kecemasan pada ibu hamil.

Kata Kunci : Kecemasan Ibu Hamil Trimester III, Murottal, Surat Ar-Rahman

ABSTRACT

Differences in Anxiety for Third Trimester Pregnant Women Before and After Giving Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman in the Work Area of the Central

Perbedaan Kecemasan Ibu... Aprillia Rahmasanti, Hapsari Windayanti

Journal of Holistics and Health Sciences

Vol. 3, No. 2 September 2021

Kaliabang Health Center, Bekasi City

Anxiety in pregnant women reaches 373.000,000 in Indonesia and 107.000,000 (28.7%), anxiety in pregnant women occurs when approaching delivery. The impact of anxiety can lead to depression after childbirth, affecting the health, well-being, and development of the baby. Murottal Al-Qur'an therapy can produce natural endorphins, reduce stress hormones, and relax so that it can reduce anxiety. The purpose of this study was to determine the difference in the anxiety of third trimester pregnant women with the provision of murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman in the Work Area of the Central Kaliabang Health Center, Bekasi City. Quasy Experimental research design with One Group Pretest-Posttest approach. The population of all third trimester pregnant women who are in the Work Area of the Central Kaliabang Health Center Bekasi City is 68 pregnant women and a sample of 18 pregnant women, using purposive sampling technique. Data was collected by filling out the PASS (Perinatal Anxiety Screening Scale) questionnaire. Data analysis using Wilcoxon test. The results of this study were that there were differences in the anxiety of pregnant women in the third trimester before and after giving murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman ($p < 0.001$). Al-Qur'an murottal therapy can be used as an alternative to reduce anxiety in pregnant women, especially Muslims. The results of the univariate analysis are the anxiety of pregnant women in the third trimester before giving murottal Al-Qur'an with an average of mild anxiety and the anxiety of pregnant women in the third trimester after giving murottal Al-Qur'an with an average of not being anxious. The anxiety of pregnant women in the third trimester before giving murottal Al-Qur'an had an average of mild anxiety as many as 6 respondents (3.33%) and after giving murottal Al-Qur'an had an average of 14 respondents (77.8) %. The results of the bivariate analysis showed that there were differences in the anxiety of pregnant women in the third trimester before and after giving murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman ($p < 0.001$). After being given murottal therapy there was a decrease in anxiety as much as 8 points. For health workers and Muslim pregnant women can apply murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman therapy in daily life for handling anxiety in pregnant women.

Key Words : Anxiety Of Third Trimester Pregnant Women, Murottal, Surat Ar-Rahman

PENDAHULUAN

Setiap harinya sekitar 830 wanita setiap harinya meninggal disebabkan oleh komplikasi kehamilan atau persalinan. Angka Kematian Ibu (AKI) yaitu sebanyak 305 per 100.000 KH di Indonesia pada tahun 2015 (Profil Kesehatan Indonesia, 2018). Angka Kematian Ibu di Provinsi Jawa Barat meningkat 5 kasus dari tahun sebelumnya sebanyak 700 kasus atau 79,68 per 100.000 KH pada tahun 2018 (Profil Kesehatan Provinsi Jabar, 2018).

Pada masa kehamilan menjadi suatu keadaan yang rentan bagi ibu hamil karena dapat menimbulkan suatu kondisi cemas selama masa kehamilan (Rismalinda, 2015). Kecemasan dalam kehamilan merupakan tanda dan gejala ketakutan pada sebagian perihal yang berhubungan dengan kehamilan atau persalinan (Schetter & Tanner, 2015). Angka kasus kejadian kecemasan yang terjadi pada ibu hamil mencapai 373.000.000 di Indonesia dan sebanyak

107.000.000 (28,7%) kejadian kecemasan pada ibu hamil terjadi saat mendekati persalinan (Depkes RI, 2014).

Riset yang dilakukan Wiulin Setiowati & Nurul Asnita, (2020) tentang murottal Al-Qur'an yang dapat mengurangi kecemasan ibu hamil trimester ketiga, pada 20 responden ibu hamil trimester ketiga dilaporkan mengalami pengurangan kecemasan pada pemberian terapi murottal Al- Qur'an Surah Maryam dengan nilai saat sebelum pemberian terapi (30%) ibu hamil dengan kecemasan sedang, dan (70%) ibu hamil dengan kecemasan berat. Sesudah diberikan terapi kecemasan berkurang menjadi (45%) ibu hamil dengan kategori kecemasan ringan, (45%) kecemasan sedang, serta (10%) ibu hamil dengan kecemasan berat.

Penanganan kecemasan menggunakan terapi non farmakologi dapat digunakan karena cara yang dilakukan sederhana, mudah, efektif digunakan jika teratur dan tidak mempunyai efek samping berbahaya. Terapi yang sudah terbukti efektivitasnya dalam mengurangi kecemasan ibu hamil adalah terapi murottal Al-Qur'an (Kaheel, 2012).

Hasil dari studi pendahuluan yang dilakukan peneliti ke Puskesmas, dilanjutkan dengan melakukan wawancara kepada 15 ibu hamil pada tanggal 13–14 Oktober 2020 yang dilakukan peneliti secara *door to door*, dan didapatkan hasil wawancara 7 dari 15 ibu hamil menyatakan merasakan kecemasan karena takut akan rasa nyeri persalinan, 3 dari 15 ibu hamil merasakan kecemasan karena takut terjadi sesuatu yang buruk terjadi pada bayinya, dan 5 dari 15 ibu hamil merasakan kecemasan karena takut tidak mampu untuk meneran saat proses persalinan. Kemudian beberapa dari ibu hamil mengatakan sudah pernah mendengarkan murottal Al-Qur'an melalui aplikasi youtube ataupun saat mengaji dan banyak diantaranya mengatakan merasakan ketenangan serta menjadi rileks saat mendengar murottal dilantunkan.

Berdasarkan latar belakang tersebut maka peneliti melakukan penelitian tentang “Adakah Perbedaan Kecemasan Ibu Hamil Trimester III sebelum dan Sesudah Pemberian Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman di Wilayah Kerja Puskesmas Kaliabang Tengah Kota Bekasi?”.

METODE

Desain penelitian ini menggunakan *Quasi Experimental* dengan pendekatan *One Group Pre-Post test Design*. Populasi penelitian yaitu seluruh ibu hamil trimester III yang berada di Wilayah Kerja Puskesmas Kaliabang Tengah Kota Bekasi pada Bulan November 2020 sebanyak 68 orang. Sedangkan sampel diambil dengan teknik *purposive sampling* sebanyak 18 ibu hamil dengan kriteria inklusi eksklusi yaitu bersedia untuk diberikan terapi murottal Al-Qur'an, beragama Islam, memiliki HP android, tidak mengalami gangguan pendengaran, tidak mengalami keterbatasan dalam membaca, dan menulis, ibu hamil yang tidak kooperatif. Instrumen penelitian ini menggunakan PASS (*Perinatal Anxiety Screening Scale*) dan Standar Operasional Prosedur (SOP) terapi murottal Al-Qur'an. Analisa data terdiri dari analisis univariat dan bivariat. Karena data berdistribusi tidak normal maka menggunakan uji statistik *Uji Wilcoxon*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1. Gambaran Karakteristik Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Kaliabang Tengah Kota Bekasi selama bulan November 2020

Karakteristik Responden	F	%
Usia		
Resiko (< 20 th dan > 35 th)	1	5,6 %
Tidak Beresiko (20 - 35 th)	17	94,4 %
Paritas		
Primigravida	10	55,6 %
Multigravida	8	44,4 %
Usia Kehamilan		
7 bulan	7	38,9%
8 bulan	6	33,3%
9 bulan	5	27,8%
Pekerjaan		
Bekerja	5	27,8%
Tidak bekerja	13	72,2%
Pendidikan		
Dasar	4	22,2%
Menengah	7	38,9%
Tinggi	7	38,9%
Σ Responden	18	100 %

Berdasarkan Tabel 1 mayoritas karakteristik responden yaitu pada usia tidak bersiko hamil sebanyak 17 responden (94,4%), paritas primigravida sebanyak 10 responden (55,6%), usia kehamilan 7 bulan sebanyak 7 responden (38,9%), tidak bekerja sebanyak 13 reponden (72,2%), dan pendidikan menengah dan tinggi dengan jumlah masing-masing 7 responden (38,9%).

Tabel 2. Gambaran Kecemasan Sebelum Pemberian Murottal Al-Qur'an Surah Ar- Rahman di Wilayah Kerja Puskesmas Kaliabang Tengah Kota Bekasi.

Kecemasan Ibu Hamil Trimester III		
	F	%
Sebelum Intervensi		
Tidak Cemas	3	16,7 %
Cemas Ringan	6	33,3 %
Cemas Sedang	4	22,2 %
Cemas Berat	5	27,8 %
Jumlah	18	100 %

Berdasarkan Tabel 2 Sebagian besar kecemasan ibu hamil trimester III sebelum intervensi rata-rata kategori cemas ringan sebanyak 6 ibu hamil (33,3%).

Tabel 3. Gambaran Kecemasan Sesudah Pemberian Murottal Al-Qur'an Surah Ar- Rahman di Wilayah Kerja Puskesmas Kaliabang Tengah Kota Bekasi.

Kecemasan Ibu Hamil Trimester III		
	F	%

Sesudah Intervensi

Tidak Cemas	14	77,8 %
Cemas Ringan	2	11,1 %
Cemas Sedang	2	11,1 %
Cemas Berat	0	0 %
Jumlah	18	100 %

Berdasarkan Tabel 3 Sebagian besar kecemasan ibu hamil trimester III sesudah intervensi rata-rata kategori tidak cemas sebanyak 14 ibu hamil (77,8%).

Tabel 4. Uji Normalitas *Shapiro-Wilk*

Kecemasan Ibu Hamil	Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.
Sebelum intervensi	0,870	18	0,018
Sesudah Intervensi	0,544	18	0,000

Berdasarkan Tabel 4 diketahui bahwa nilai sig. sebelum dan sesudah intervensi data berdistribusi tidak normal. Sehingga untuk menentukan perbedaan kecemasan ibu hamil trimester III sebelum dan sesudah pemberian murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman menggunakan Uji Wilcoxon.

Tabel 5. Perbedaan Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Sebelum dan Sesudah Pemberian Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman di Wilayah Kerja Puskesmas Kaliabang Tengah Kota Bekasi

Kecemasan Ibu Hamil Trimester III	N	Mea n Ran k	p-value
Negative ranks	15	8	
Positive ranks	0	0	0,000
Ties	3		
Total	18		

Berdasarkan Tabel 5 terdapat 15 responden mengalami penurunan kecemasan dan tidak ada responden yang mengalami peningkatan kecemasan setelah dilakukan intervensi. Kemudian terdapat 3 responden yang tidak mengalami perubahan pada sebelum dan sesudah intervensi. Ada penurunan pada kecemasan dengan rata-rata 8 point. Sehingga ada perbedaan kecemasan ibu hamil trimester III sebelum dan sesudah pemberian murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman di wilayah kerja Puskesmas Kaliabang Tengah Kota Bekasi ($P < 0,001$).

Pembahasan

1. Karakteristik Responden

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar rata-rata usia responden dalam keadaan usia ideal untuk hamil (20-35 tahun) sebanyak 17 responden (94,4%). Wanita hamil dengan usia 21-35 tahun secara fisik organ reproduksinya sudah berkembang dan berfungsi secara sempurna. Selain itu, secara psikologis ibu hamil sudah memiliki emosi yang stabil, pemikiran yang matang, mampu mengatasi masalah serta mampu menerima peran baru sebagai seorang ibu (Budiyarti, 2018). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian

ini bahwa banyak dari ibu hamil usia (21-35 th) mengalami kecemasan dikarenakan semakin tua usia dan semakin muda usia ibu hamil akan berpengaruh pada kondisi kesiapan ibu hamil baik secara psikologis dan fisik. Sebagian besar responden merupakan primipara yaitu sebanyak 10 responden (55,6%). Semakin sering wanita melahirkan, semakin matang kesiapan dalam menghadapi persalinan sehingga kecemasan yang dialami semakin ringan (Fajrin, 2017). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian ini bahwa banyak ibu hamil primigravida mengalami kecemasan, hal ini dikarenakan ibu hamil yang belum memiliki pengalaman pada kehamilan dan persalinan.

Sebagian besar usia kehamilan yaitu 7 bulan (38,9%). Menurut Dunkel Schetter, C., & Tanner, L. (2012), trimester III merupakan usia kehamilan yang paling rentan untuk mengalami kecemasan. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian ini bahwa banyak ibu hamil dengan usia kehamilan 7 bulan yang mengalami kecemasan dikarenakan usia tersebut sudah memasuki trimester III kehamilan, semakin dekat usia kehamilan menjelang persalinan maka semakin tinggi tingkat kecemasan ibu hamil.

Sebagian besar ibu hamil tidak bekerja sebanyak 13 responden (72,2%). Pekerjaan dapat mempengaruhi kecemasan pada ibu hamil karena ibu akan merasa cemas apabila pekerjaannya tidak mampu diselesaikan karena kehamilan yang menjadi penghambat ibu untuk bekerja (Said et al, 2015). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian ini bahwa banyak ibu yang tidak bekerja mengalami kecemasan karena selama dirumah aja ibu akan semakin fokus pada ketidaknyamanan kehamilannya, hal ini membuat ibu hamil menjadi cemas.

Sebagian besar pendidikan yaitu menengah dan tinggi dengan jumlah masing-masing sebanyak 7 responden (38,9%). Kecemasan dipengaruhi oleh pengetahuan karena semakin tinggi tingkat pendidikan, maka semakin berkualitas wawasan, baik pula dalam menerima dan mendapatkan informasi tentang kehamilan (Said et al, 2015). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian ini bahwa banyak dari ibu hamil pada pendidikan menengah dan tinggi mengalami kecemasan karena mendengar pengalaman wanita hamil yang buruk tentang kehamilan dan persalinan.

2. Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Sebelum Pemberian Terapi Murottal Al- Qur'an Surah Ar-Rahman

Hasil penelitian diketahui data sebelum diberikan intervensi didapatkan tingkat kecemasan ibu hamil yaitu sebagian besar berada pada kategori kecemasan ringan. Berdasarkan hasil penelitian menggunakan kuesioner PASS diketahui data bahwa paling banyak ibu hamil mengalami kecemasan seperti khawatir tentang kehamilan/ bayinya, khawatir tentang masa depan, takut sesuatu yang buruk akan terjadi, merasa kewalahan, sulit tidur, sulit berkonsentrasi dan merasa gelisah. Hal ini dikaitkan dengan karakteristik responden (usia, paritas, pekerjaan, dan pendidikan) terhadap kecemasan ibu hamil trimester III.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Rinata & Andayani (2018) menyatakan adanya hubungan pada karakteristik ibu hamil usia, paritas, pendidikan dan dukungan keluarga terhadap kecemasan ibu hamil trimester III. Semakin tua usia maka semakin matang tingkat emosional ibu dan ibu

memiliki kemampuan untuk menghadapi dan menyelesaikan masalah (Budiyarti, 2018). Sedangkan paritas, semakin sering wanita melahirkan, semakin matang kesiapan dalam menghadapi persalinan sehingga kecemasan yang dialami semakin ringan (Fajrin, 2017). Jika usia kehamilan semakin mendekati persalinan, maka semakin cemas perasaan yang dialami oleh ibu hamil (Rinata & Andayani (2018). Kecemasan dipengaruhi oleh pendidikan ibu hamil karena jika ibu memiliki pendidikan/ pengetahuan yang baik mengenai kehamilan maka memungkinkan ibu untuk mencegah terjadinya kecemasan selama kehamilan (Said *et al*, 2015).

Penelitian lain oleh Suyani (2015) menyatakan bahwa ibu hamil yang bekerja akan merasakan kecemasan jika ia tidak mampu menyelesaikan pekerjaannya akibat kehamilannya. Sebaliknya, jika pekerjaan tidak membebani, tidak memberatkannya, tidak mengeluarkan banyak tenaga, sehingga ibu bisa melakukannya selama kehamilan, maka pekerjaannya mampu memberikan efek positif untuk ibu hamil. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh karakteristik responden terhadap kecemasan ibu hamil.

3. Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Sesudah Pemberian Terapi Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman

Berdasarkan hasil penelitian sesudah pemberian intervensi kepada ibu hamil trimester III diketahui berdasarkan data bahwa adanya penurunan kecemasan pada ibu hamil sebanyak 14 responden (77,8%) tidak mengalami kecemasan. Berdasarkan karakteristik didapatkan hasil paling besar responden yang mengalami penurunan kecemasan yakni pada ibu hamil dengan karakteristik usia tidak beresiko hamil (21-35 tahun), usia kehamilan rata-rata 8 bulan, paritas multigravida, pendidikan menengah dan tinggi, serta ibu hamil yang tidak bekerja. Hasil penelitian tersebut bisa disimpulkan bahwa adanya keterkaitan penurunan kecemasan ibu hamil terhadap karakteristik responden.

Sedangkan, berdasarkan kuesioner PASS diketahui data bahwa adanya penurunan kecemasan paling banyak pada jawaban yaitu khawatir tentang bayi dan kehamilannya, ketakutan bahaya akan menimpa, takut sesuatu yang buruk dapat terjadi, khawatir tentang banyak hal, dan merasa kewalahan. Adapun penyebab terjadinya penurunan kecemasan pada ibu hamil berdasarkan hasil wawancara disimpulkan bahwa ibu merasa sangat tenang dan rileks setelah mendengarkan murottal, meningkatkan keyakinan kepada Allah SWT, pasrah dan berserah diri kepada Allah SWT (tawakal), menghilangkan kesedihan ibu dan mampu menurunkan kecemasan yang dirasakan oleh ibu terhadap kehamilannya.

Penelitian ini didukung dengan riset Wahida S (2015) yang menyatakan bahwa terapi murottal memiliki keteraturan irama serta semua teks yang benar pada Al-Qur'an menjadi suatu irama yang mampu mendatangkan ketenangan jiwa serta mampu menurunkan kecemasan. Al-Qur'an merupakan suatu aktivitas untuk tingkatkan nilai spiritual paling utama untuk penganut yang beragama islam. Aspek spiritual ialah aspek ruhaniah yang mempunyai energi yang kuat yang sama besarnya dan bisa melebihi kekuatan raga. Mengagungkan kekuasaan Allah, ibu menjadi lebih

berserah diri atau pasrah dan rileks dalam menangani setiap masalah dalam kehamilan dan persalinannya.

4. Perbedaan Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Sebelum dan Sesudah Pemberian Terapi Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman

Pada penelitian diperoleh hasil bahwa terdapat 15 responden mengalami penurunan kecemasan dan tidak ada responden yang mengalami peningkatan kecemasan setelah dilakukan intervensi. Kemudian terdapat 3 responden yang tidak mengalami perubahan pada sebelum dan sesudah intervensi. Ada penurunan pada kecemasan ibu hamil trimester III dengan rata-rata 8 point. Sehingga bisa disimpulkan bahwa ada Perbedaan Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Sebelum dan Sesudah Pemberian Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman di Wilayah Kerja Puskesmas Kaliabang Tengah Kota Bekasi ($p < 0,001$).

Hasil penelitian ini sejalan pada penelitian sebelumnya yang dilaksanakan oleh Deswita, D. (2013) yang menyatakan adanya pengaruh terapi murottal terhadap kecemasan ibu hamil menghadapi persalinan dengan nilai sebelum diberikan terapi (33,3%) cemas ringan dan (66,7%) cemas sedang. Setelah diberikan terapi murottal menjadi (33,3%) tidak cemas, (41,7%) cemas ringan, dan (25%) cemas sedang.

Mekanisme terjadinya penurunan kecemasan dengan murottal Al-Qur'an adalah pertama murottal didengarkan melalui telinga, setelah itu suara ditransmisikan melalui *ossicles*, dilanjutkan ke bagian dalam telinga yaitu pada membran *basilaris*. Frekuensi getaran dirubah menjadi getaran elektrik oleh rambut silia, tersambung secara langsung dengan *nervus auditori* dan diteruskan ke *lobus temporal* di korteks auditori untuk diterjemahkan oleh otak. Kemudian otak menanggapi respon terhadap terapi murottal dalam bentuk tafsirannya yang akan berpengaruh terhadap penyembuhan (Uprianingsih, 2013).

Kesimpulan dari hasil penelitian ini adalah ibu hamil trimester III yang telah melakukan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman selama 3 hari secara berturut-turut menunjukkan perbaikan dalam hal kecemasan dimana responden merasakan lebih rileks dan sangat menenangkan jiwa saat melaksanakan terapi murottal Surah Ar-Rahman.

SIMPULAN

Kecemasan ibu hamil trimester III sebelum pemberian murottal Al-Qur'an memiliki rata-rata kecemasan ringan sebanyak 6 responden (3,33%) dan sesudah pemberian murottal Al-Qur'an memiliki rata-rata tidak cemas sebanyak 14 responden (77,8%). Sehingga ada perbedaan kecemasan ibu hamil trimester III sebelum dan sesudah pemberian murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman di wilayah kerja Puskesmas Kaliabang Tengah Kota Bekasi dengan ($p < 0,001$).

Dari hasil penelitian ini diharapkan bagi petugas kesehatan maupun ibu hamil dapat menerapkan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman dalam kehidupan sehari-hari untuk penanganan kecemasan pada ibu hamil.

UCAPAN TERIMA KASIH

1. Prof. Dr. Subiyantoto, M.Hum, selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo

2. Rosalina, S.Kp.,M.Kes. selaku Dekan Fakultas Kesehatan yang telah memberikan izin penelitian.
3. Luvi Dian Afriyani, S.Si.T., M.Kes, selaku Ketua Program Studi Kebidanan Program Sarjana yang telah memberikan izin penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Kaheel. (2012). *Lantunan Qur'an untuk Penyembuhan*. Yogyakarta: Pustaka Pasantren.
- Asmaja, Jumil. (2019). *Pengaruh Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Di Bidan Praktik Mandiri Cmh Palembang*. Poltekkes Palembang: Skripsi.
- Budiyarti, Y., & Makiah. (2018). *Murottal Al Qur ' an Therapy Effect on Anxiety Level of Third Trimester Primigravida Pregnant Women*. *Jurnal Citra Keperawatan*, xx(x), 89–99.
- Cholil, Adam. (2014). *Dahsyatnya Al-Qur'an Menjadi Petunjuk dan Solusi Bagi Umat Manusia dalam Mengarungi Samudera Kehidupan*. Jakarta: AMP press.
- Deswita, D. (2013). Pengaruh Terapi Murottal Terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi Persalinan Pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas. *NERS Jurnal Keperawatan*, 9 (2) , 116. <https://doi.org/10.25077/njk.9.2.116-126.2013>
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat. (2017). *Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat 2017*. Diskes Jabarprov, 52.
- Dunkel Schetter, C., & Tanner, L. (2012). *Anxiety, depression and stress in pregnancy: Implications for mothers, children, research, and practice*. *Current Opinion in Psychiatry*, 25(2), 141–148. <https://doi.org/10.1097/YCO.0b013e3283503680>.
- Fajrin, F.I. (2017). Hubungan Paritas Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III dalam Menghadapi persalinan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 4, 9–15.
- Fitriana Ikhtiarinawati Fajrin. (2017). Hubungan Paritas Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Dalam Menghadapi Persalinan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 4, 9–15.
- Rinata, E., & Andayani, G. A. (2018). Karakteristik ibu (usia, paritas, pendidikan) dan dukungan keluarga dengan kecemasan ibu hamil trimester III. *Medisains*, 16(1), 14. <https://doi.org/10.30595/medisains.v16i1.2063>.
- Said. (2012). *Cara Islami Mencegah dan Mengobati Gangguan Otak, Stress, dan*

Depresi. Jakarta : Qultum Meida.

- Dunkel Schetter, C., & Tanner, L. (2012). *Anxiety, depression and stress in pregnancy: Implications for mothers, children, research, and practice*. *Current Opinion in Psychiatry*, 25(2), 141–148. <https://doi.org/10.1097/YCO.0b013e3283503680>.
- Suyani. (2020). Hubungan Tingkat Pendidikan Dan Status Pekerjaan Dengan Kecemasan Pada Ibu Hamil. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, Vol. 8 No.(Hubungan Tingkat Pendidikan Dan Status Pekerjaan Dengan Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III), 19–28.
- Uprianingsih, A. (2013). Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Tingkat Depresi Pada Lansia di Kelurahan Batua Kecamatan Manggala Kota Makassar. *Jurnal psikologi*, 3(1), 1–7.
- Wahida, Nooryanto, Andarini. (2015). Terapi Murottal Al-Qur'an Surah Arrahman Meningkatkan Kadar B-endorphin dan Menurunkan Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif. *Jurnal Kedokteran Brawijaya*, Vol. 28, No. 3.
- Deswita, D. (2013). Pengaruh Terapi Murottal Terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi Persalinan Pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas. *NERS Jurnal Keperawatan*, 9(2), 116.
- World Health Organization (2020). *Maternal Mortality*. From <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/maternal-mortality>.