

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Selama masa kehamilan, wanita yang mengandung akan mengalami berbagai transformasi, baik dari segi fisik maupun mental. Perubahan ini sebagian besar disebabkan oleh pengaruh hormon, yaitu meningkatnya kadar estrogen dan progesteron yang diproduksi oleh korpus luteum yang kemudian berkembang menjadi korpus graviditas, dan proses sekresi dilanjutkan oleh plasenta setelah terbentuk sepenuhnya. Hal ini menimbulkan aspek-aspek psikologis yang dapat menyebabkan berbagai masalah emosional bagi wanita hamil, salah satunya adalah kecemasan (Lisa Rahmawati, 2017).

Kecemasan sering kali muncul akibat ketidakpahaman mengenai sesuatu atau dampak dari pengalaman traumatis yang pernah dialami sebelumnya. Menjelang waktu-waktu terakhir sebelum proses melahirkan, seorang calon ibu sering kali mengalami kecemasan terkait dengan persalinan. Situasi ini dapat dirasakan oleh calon ibu yang akan melahirkan anak pertamanya atau oleh mereka yang pernah mengalami trauma saat melahirkan sebelumnya (Sindhu, 2009).

Data Organisasi Kesehatan Dunia *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2019 mencatat bahwa angka kematian ibu (AKI) di seluruh dunia mencapai 303.000 jiwa. Di kawasan ASEAN, AKI tercatat sebesar

235 per 100.000 kelahiran hidup (Sekretariat ASEAN, 2020). Berdasarkan Data Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI), AKI di Indonesia mengalami peningkatan dari 359 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2012-2015 menjadi 205 per 100.000 kelahiran hidup, dengan jumlah kematian ibu di Indonesia pada tahun 2021 mencapai 6.856 jiwa (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019).

Provinsi Lampung pada tahun 2018 tercatat memiliki Angka Kematian Ibu (AKI) sebesar 148 per 100.000 kelahiran hidup. Meskipun angka tersebut jauh dibandingkan nilai AKI nasional, tetapi nilai AKI tersebut masih belum mencapai target yang ditetapkan pada *Sustainable Development Goals* (SDGs) (Dinas Kesehatan Provinsi Lampung, 2019)

Kecemasan pada kehamilan apabila tidak ditangani akan memberi dampak dan pengaruh terhadap fisik dan psikis ibu maupun janin. Bila tidak diatasi gangguan mood dan kecemasan perinatal dapat menyebabkan efek buruk pada wanita dan anak-anak mereka, mulai dari meningkatnya risiko perawatan oleh medis, kondisi kesehatan yang buruk, gizi buruk/berlebihan, tidak percaya diri, masalah keuangan, merokok, penggunaan narkoba, bunuh diri, pembunuhan pada bayi (Kendig, dkk, 2017). Kecemasan ini dapat berdampak buruk pada perempuan hamil dari awal kehamilan hingga proses melahirkan, menghambat perkembangan janin dan mengurangi efektivitas kontraksi otot rahim. Berdasarkan hasil pra survei wawancara dengan 15 ibu hamil trimester III 3% mengatakan mengalami kecemasan, yang disebabkan oleh rasa takut menghadapi persalinan. Apabila ibu masih

merasakan kecemasan sampai saat persalinan dapat menyebabkan dilatasi serviks lambat dan proses persalinan menjadi lama (Machmudah, 2012).

Kecemasan dapat dihilangkan secara farmakologi dan non- farmakologi. Secara farmakologi kecemasan dapat diatasi dengan pemberian obat sedangkan secara non-farmakologi bisa dilakukan dengan menggunakan teknik distraksi. Salah satu cara dari teknik distraksi yaitu metode mendengarkan murottal (Handayani dkk, 2014).

Penanganan kecemasan menggunakan terapi nonfarmakologis 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 (Rahmasanti & Windayanti, 2021).

Terapi murottal Al-Qur'an, atau pembacaan Al-Qur'an dengan irama yang teratur dan bacaan yang tepat, juga berfungsi sebagai musik Al-Qur'an yang dapat membawa ketenangan serta mengurangi kecemasan hingga 97% bagi para pendengarnya. Sebanyak 65% merasakan kedamaian dari bacaan Al-Qur'an, sementara 35% merasakan ketenangan yang berasal dari pembacaan dalam bahasa Arab yang bukan Al-Qur'an (Ghofar dan Ningsih, dalam Wahida dkk, 2015). Mendengarkan pembacaan Al-Qur'an menciptakan respons relaksasi yang berkaitan dengan ketenangan, perhatian, dan kedamaian bagi umat Muslim. Terapi Al-Qur'an menghasilkan kondisi harmonis yang ideal, yang dapat meningkatkan kesehatan psikologis, sosial, spiritual, serta fisik (Abbas, 2016).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Abbas (2016) yang menunjukkan bahwa tingkat rasa sakit dan kecemasan saat persalinan segera, serta 6 jam dan 12 jam setelah operasi, jauh lebih rendah pada grup yang mendengarkan Al-Quran dibandingkan dengan grup yang tidak mendengarkan Al-Quran. Di sisi lain, tingkat kepuasan pasien rata-rata segera, pada 6 jam, dan pada 12 jam pasca operasi, secara signifikan lebih tinggi di kelompok yang mendengarkan Al-Quran ketimbang kelompok yang tidak mendengarkan Al-Quran ($p = 0.0001$). Temuan dari penelitian Handayani (2014) menunjukkan bahwa kecemasan selama proses persalinan tahap I fase aktif setelah dilakukan terapi murottal mendapatkan nilai dalam rentang 5-40, yang lebih rendah dibandingkan dengan nilai sebelum terapi murottal yang berada pada rentang 12-47, dengan rata-rata pengurangan kecemasan sebesar -6,14.

Hasil penelitian Wahyuni dan Deswita (2013) menunjukkan kecemasan pada ibu hamil setelah diberi terapi murottal dari 4 responden yang mengalami kecemasan ringan pada pretest, terdapat 1 responden yang masih cemas ringan pada posttest, dan ada 3 responden tidak cemas pada posttest. Selain itu terdapat 8 responden yang mengalami kecemasan sedang pada pretest, tetapi setelah terapi (posttest) hanya 3 responden yang masih cemas sedang dan 4 responden cemas ringan dan 1 responden tidak cemas.

Salah satu tehnik distraksi yang digunakan untuk mengatasi kecemasan adalah terapi murottal (mendengarkan bacaan ayat-ayat suci Al- Qur'an). Hasil penelitian yang telah dilakukan Dr. Al Qadhi, direktur utama Dr. Al

Qadhi, direktur utama *Islamic Medicine Institute for Education and Research di Florida*, Amerika Serikat, tentang pengaruh mendengarkan ayat suci Al-Qur'an pada manusia terhadap perspektif fisiologis dan psikologis. Berhasil membuktikan hanya dengan mendengarkan bacaan ayat-ayat Al-Qur'an dapat merasakan perubahan fisiologis dan psikologis yang sangat besar. Dari hasil penelitian tersebut menunjukkan 97%, bahwa mendengarkan ayat suci Al- Qur'an memiliki pengaruh mendatangkan ketenangan dan menurunkan ketegangan urat syaraf reflektif (Remolda, 2009).

Berdasarkan hasil pra survei di Puskesmas Roworejo dilakukan pra survei dengan wawancara pada 10 ibu hamil, 7 dari 10 ibu hamil mengatakan mengalami kecemasan yang disebabkan oleh rasa takut menghadapi persalinan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “apakah ada pengaruh terapi murottal terhadap kecemasan pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Roworejo Kabupaten Pesawaran?”

C. Tujuan penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh terapi murottal terhadap Tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Roworejo Kabupaten Pesawaran tahun 2025.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui karakteristik ibu hamil (umur, pendidikan, pekerjaan) di Puskesmas Roworejo Kabupaten Pesawaran Tahun 2025.
- b. Diketahui rata-rata kecemasan (*pretest dan posttest*) pada kelompok intervensi pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Roworejo Kabupaten Pesawaran Tahun 2025.
- c. Diketahui pengaruh terapi murottal terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Roworejo Kabupaten Pesawaran Tahun 2025

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan menjadi data penunjang untuk pengembangan penelitian selanjutnya tentang kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan.

2. Praktis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi bidan untuk dapat memberikan solusi terapi kecemasan bagi ibu hamil trimester III menghadapi persalinan.
- b. Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi ibu hamil untuk dapat membantu mengatasi kecemasan pada trimester III kehamilan menghadapi persalinan.
- c. Diharapkan untuk peneliti selanjutnya untuk bisa melakukan penelitian menggunakan metode yang berbeda seperti kasus kontrol.

E. Ruang Lingkup

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif. Desain dalam penelitian ini yaitu dengan *quasi exsperiment* dengan desain *one group pretest-posttest*. Variabel independen dalam penelitian ini yaitu Terapi Murottal sedangkan variabel dependen yaitu Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III.