

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan merupakan suatu pengalaman yang membahagiakan bagi seorang perempuan terlebih jika kehamilan tersebut sangat diinginkan, namun proses kehamilan juga sering dianggap sebagai sesuatu hal yang mengkhawatirkan. Hal ini sering terjadi pada perempuan yang baru pertama kali hamil (primigravida), karena pada saat proses kehamilan terjadi beberapa perubahan yang secara fisiologis dapat mengakibatkan rasa tidak nyaman (Budiyarti, 2018). Reaksi psikologis dalam kehamilan yang terjadi yaitu reaksi cemas, gangguan ini ditandai dengan rasa cemas dan kebutuhan yang berlebihan terutama sekali pada hal-hal yang masih tergolong wajar. Reaksi panik juga timbul dalam periode yang relatif singkat tanpa sebab yang jelas, reaksi obsesif komulatif selalu timbul perasaan, rangsangan, atau pikiran. Reaksi ini dapat terjadi pada ibu yang kurang mendapat perhatian dari suami atau keluarga yang lain (Elvina, 2018).

Kecemasan sebelum persalinan merupakan kejadian psikis yang paling sering dialami ibu hamil ketika memasuki dua belas minggu usia kehamilan (Hidayah, 2021). Menurut laporan World Health Organization pada tahun 2018 terdapat 73,02% angka ibu hamil pada masa trimester III pre persalinan yang mengalami kecemasan. Indonesia adalah salah satu negara dengan banyaknya kecemasan pada kehamilan trimester III yang tinggi yakni sebesar 69,89% (Kemenkes RI, 2019). Di provinsi Lampung jumlah ibu hamil pada tahun 2022 sebanyak 160.016 orang, di Kota Bandar Lampung sendiri sebanyak 19.592 orang ibu hamil pada tahun 2022.

Kecemasan pada kehamilan trimester III pre-persalinan pada umumnya disebabkan oleh beberapa hal seperti pengetahuan kurang dan pengalaman persalinan yang tidak menyenangkan (Siregar, 2021). Menerangkan bahwa kecemasan pre persalinan terjadi pada calon ibu yang akan melahirkan bayi pertamanya dan persalinan pada ibu yang telah mengalami trauma ketika melahirkan sebelumnya (Alza, 2018).

Kecemasan pada kehamilan apabila tidak ditangani akan memberi dampak dan pengaruh terhadap fisik dan psikis ibu maupun janin. Dampak kecemasan dapat memicu respon tubuh baik fisik maupun psikologis ibu hamil. Pada respon fisik kecemasan menyebabkan peningkatan system saraf simpatik. Sistem endokrin yang terdiri dari kelenjar-kelenjar seperti adrenalin, tiroid, dan pituari (pusat pengendalian kelenjar, melepaskan pengeluaran hormone masing-masing ke aliran darah yang mengakibatkan system saraf otonom mengaktifkan kelenjar adrenal yang berfungsi memberi tenaga pada ibu serta mempersiapkan secara fisik dan psikis. Adanya hormone adrenalin dan hormone non adrenalin menimbulkan disregulasi biokimia tubuh, sehingga muncul ketegangan fisik pada ibu hamil (Marwiyah, 2018). Ibu hamil yang mengalami stress yang tinggi dan mood (suasana hati) yang mengganggu selama kehamilan ini dapat mengakibatkan bayi dengan BBLR (berat badan lahir rendah), kelahiran preterm, kromosomal, abortus spontan, rendahnya APGAR skor, neuro endokrin dysregulation (Puspitasari & Wahyuntari, 2020).

Guna menghindari dampak negatif dari kecemasan bagi ibu hamil dan bayi yang dikandung maka dapat dilakukan tindakan untuk mengatasi kecemasan tersebut. Terdapat 2 jenis terapi yang dapat digunakan untuk mengatasi kecemasan pada ibu hamil yaitu terapi farmakologi dan terapi non farmakologis. Terapi farmakologi yang dilakukan untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil yaitu dengan pemberian obat anti ansietas, tetapi terapi farmakologi dapat berdampak atau mengalami efek samping yang kurang baik terutama bagi ibu hamil karena dapat menyebabkan resiko tinggi ketergantungan obat, melahirkan bayi yang berat badannya kurang dari 2,5 kg dan melahirkan bayi prematur, sehingga lebih dianjurkan untuk menggunakan terapi non farmakologis (Budiyarti, 2018)

Terapi non farmakologi untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil yang saat ini dikembangkan dengan tujuan untuk merelaksasikan ibu hamil, salah satu terapi yang digunakan adalah dengan terapi religi murottal Al Qur'an. Terapi religi murottal Al Qur'an bekerja merangsang otak untuk memproduksi zat kimia yang disebut neuropeptide, yang akan memberikan umpan balik berupa rileksasi atau kenyamanan. Saat seseorang mendengarkan suara (murottal Al Qur'an), gelombang suara ini tersebar di udara lalu diterima oleh telinga, kemudian

berubah menjadi isyarat-isyarat elektronik dan melalui syaraf pendengaran dengan panduan selaput pendengaran di dalam otak menyebabkan sel-sel tubuh memberi respon. Selanjutnya gelombang suara beralih ke berbagai wilayah otak bagian depan yang secara bersama-sama memberikan respon terhadap isyarat-isyarat tersebut kemudian menterjemahkannya ke dalam bahasa yang bisa dipahami oleh manusia (Budiyarti, 2018).

Menurut Penelitian Ramadahani (2021) yang berjudul pengaruh terapi Murottal Al-Qur'an terhadap index kecemasan ibu hamil Trimester III dalam menghadapi proses persalinan yang menyatakan bahwa ada pengaruh pemberian terapi Murottal Al - Qur' an terhadap ibu hamil trimester III dalam menghadapi proses persalinan dengan nilai p value sebesar 0,000. Hasil penelitian ini serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh Budiyarti (2018) yang berjudul pengaruh terapi murottal Al-Quran terhadap tingkat kecemasan ibu hamil primigravida trimester III di Wilayah puskesmas pekauman yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian terapi murottal Al Qur' an terhadap tingkat kecemasan ibu hamil primigravida trimester III.

Menurut penelitian Handayani (2014) yang berjudul pengaruh terapi Murottal Al-Quran untuk penurunan nyeri persalinan dan kecemasan pada ibu bersalin kala satu fase aktif di RSUD. Prof. Dr. Margono Soekardjo Purwokerto yang menunjukkan rata-rata skala nyeri kala I fase aktif sesudah dilakukan terapi murottal sebesar 4,93. Nilai tersebut menunjukkan adanya penurunan skala nyeri kala I fase aktif sesudah dilakukan terapi murottal. Hasil penelitian ini mendukung hasil eksperimen pertama yang membuktikan bahwa 97% responden, baik muslim maupun non-muslim, baik yang mengertibahasa arab maupun tidak, mengalami beberapa perubahan fisiologis yang menunjukkan tingkat ketegangan urat syaraf tersebut.

Berdasarkan data prasurvey yang dilakukan peneliti pada tanggal 11 Januari 2024 jumlah ibu hamil tiga bulan terakhir di Puskesmas simpur Bandar Lampung, sebanyak 107 ibu hamil. Dari hasil wawancara yang dilakukan didapatkan hasil yaitu Hal hal yang dicemaskan ibu hamil tersebut diantaranya rasa sakit saat melahirkan, cemas tentang dirinya ketika persalinan nanti serta bayinya. Penanganan yang dilakukan ibu yaitu dengan istirahat, berbagi cerita

tentang kecemasan yang dirasakan kepada suami/keluarga, selain itu dengan berusaha melupakan dengan menyibukan diri melakukan kegiatan sehari-hari namun itu semua hanya bertahan sementara. Terapi Murottal Al-Quran sampai saat ini belum dilakukan di Puskesmas simpur Bandar Lampung untuk diperdengarkan khusus bagi ibu hamil trimester ketiga untuk membantu mengurangi kecemasan terhadap persalinan.

Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh terapi murottal Al-Quran terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III di Puskesmas simpur Bandar Lampung.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut “Apakah terdapat pengaruh terapi murottal Al-Quran terhadap penurunan tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Simpur Bandar Lampung?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh terapi murottal Al-Quran terhadap tingkat kecemasan menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester III.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat kecemasan ibu hamil trimester III sebelum diberikan terapi murottal Al-Quran
- b. Mengetahui tingkat kecemasan ibu hamil trimester III setelah diberikan terapi murottal Al-Quran
- c. Mengetahui pengaruh terapi murottal Al-Quran terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Sebagai bahan informasi bagi tenaga kesehatan maupun mahasiswa. Penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi dan pengembangan serta sebagai sumber pustaka tentang pengaruh terapi murottal Al-Quran terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III.

2. Manfaat Aplikatif

a. Manfaat Institusi

Sebagai salah satu bahan acuan untuk pengembangan penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh terapi murottal Al-Quran terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III dan dapat menambah referensi dalam asuhan kebidanan.

b. Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan bacaan serta informasi bagi institusi pendidikan mengenai pengaruh terapi murottal Al-Quran terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini bermanfaat dan sebagai data pendukung untuk penelitian selanjutnya. Dapat dipakai sebagai acuan bagi penelitian berikutnya, yang terkait dengan pengaruh terapi murottal Al-Quran terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III.

E. Ruang Lingkup

Penelitian ini menggunakan desain *pre-eksperimen* dengan pendekatan *one group pretest-posttest design*. Penelitian ini dilakukan pada ibu hamil trimester III yang mengalami kecemasan. Untuk mengetahui adakah pengaruh terapi murottal Al-Quran terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil Trimester III di Puskesmas Simpur Bandar Lampung.