

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan suatu keadaan dimana kondisi yang mengubah keadaan fisik dan psikososial seorang ibu hamil mengalami perubahan akibat perkembangan maupun pertumbuhan janin dan reproduksinya. Adanya banyaknya faktor internal dan eksternal yang berdampak pada kehamilan dan menyebabkan masalah. Misalnya yaitu kecemasan, ibu hamil sering mengalami kecemasan terutama di trimester III, sebagai reaksi perubahan yang terjadi pada dirinya dan lingkungannya. Hal ini menimbulkan perasaan tidak menyenangkan dan ketidaknyamanan karena kecurigaan akan bahaya. Pikiran, perasaan, faktor biologis, psikologis, dan genetic memengaruhi perilaku seorang ibu (Setiawati, Rumilawaty and Zakiah, 2023).

WHO menyebutkan terdapat 73,02% ibu hamil terserang kecemasan di Trimester III kehamilan menjelang persalinan pada tahun 2018. Indonesia merupakan negara dengan tingkatan kecemasan yang tinggi di kehamilan trimester III yaitu sebesar 69,89% (Febriani, Maryam and Nurhidayah, 2022).

Berdasarkan data, cakupan pemeriksaan ibu hamil K4 tahun 2022 sebesar 86,2% hampir mencapai target RPJMN sebesar 90%. Sedangkan cakupan pemeriksaan ibu hamil K6 tahun 2022 di Indonesia sebesar 70,9%, sehingga capaian tahun 2022 ini sudah memenuhi target RPJMN sebesar 60% (Profil Kesehatan Indonesia, 2022). Berdasarkan data tahun 2020 kunjungan ibu hamil K4 di Kabupaten Sleman sebesar 92,6% (Profil Dinas Kesehatan Sleman, 2020).

Tingkat kecemasan ibu hamil di trimester III ketiga ketika menghadapi persalinan yakni 22,9% kecemasan ringan, 35,4% kecemasan sedang, 22,9% kecemasan berat, dan 12,5% kecemasan berat sekali. Sekitar 10% ibu hamil dan 13% ibu bersalin mengalami masalah kesehatan mental seperti kecemasan di beberapa negara maju termasuk Inggris dan Australia. Masalah ini lebih

sering terjadi di negara berkembang, seperti Cina, India, Pakistan, Afrika Selatan, Chili, Jamaika, Meksiko, dan Ugdana. Di Indonesia, masalah kecemasan 28,7% terhadap ibu hamil menjelang melahirkan. Selama kehamilan, ibu hamil mungkin merasa khawatir akan mengalami keguguran, khawatir tentang kelainan janin. Sebagian besar kecemasan mereka meningkat menjelang akhir kehamilan yaitu pada saat menjelang persalin (Desya Apriliani a, 2022).

Kecemasan merupakan wujud dari keadaan emosi yang negatif sehingga menghasilkan kekhawatiran terhadap perubahan-perubahan yang terjadi pada ibu sepanjang kehamilan, terhadap perkembangan janin, proses persalinan yang akan datang, dan terhadap kesiapan psikologis ibu. Permasalahan tersebut seringkali memberikan dampak negatif pada janin dan ibu, memiliki dampak jangka panjang kepada perkembangan dan pertumbuhan anak. Kecemasan lebih umum pada ibu primigravida. Hal ini disebabkan oleh ketakutan akan rasa nyeri, komplikasi selama persalinan, dan kecacatan pada janin. Jika tidak diobati, kecemasan dapat membahayakan ibu dan janin (Halil and Puspitasari, 2023).

Dalam trimester ketiga ibu menjadi sangat gugup karena menantikan kelahiran bayinya, yang disebut sebagai periode pengharapan, penantian dan kehati-hatian. Trimester ketiga adalah saat dimana orang-orang mempersiapkan kelahiran dan berkonsentrasi pada merawat bayi. Wanita hamil di trimester ketiga yang tidak dapat meredakan kecemasan dan ketakutannya, dapat menyebabkan persalinan lebih lama, nyeri persalinan yang lebih besar dan tingkat stress yang meningkat selama persalinan. Selain efek tersebut, ada kemungkinan peningkatan ketidakseimbangan emosi setelah melahirkan, yang dikenal sebagai *baby blues* dan kurangnya *attachment* antar ibu dan bayi (Mustika anti dan Wirastri, 2022).

Kebanyakan ibu hamil mengalami sindrom persalinan selama trimester ketiga kehamilan, periode ini juga disebut sebagai masa krisis dalam kehamilan. Ibu hamil merasakan cemas dan khawatir akan kehidupannya sendiri, bayi, kelainan pada bayi, persalinan, nyeri persalinan maupun tidak

tahu kapan akan melahirkan. Wanita hamil yang menderita menghasilkan lebih banyak hormon adrenalin atau epinefrin, yang dapat mengubah curah jantung menjadi tinggi. Jika masalah ini masih belum ditangani, ibu hamil Trimester ketiga berpotensi mengalami tekanan darah tinggi atau preeklamsi yang dapat menyebabkan kematian. Di trimester ketiga, kecemasan yang berlebihan dapat menyulitkan proses persalinan yang dapat menegangkan otot tubuh, terutama otot jalan lahir yang menjadi kaku dan keras. Otot-otot ini dapat sulit mengembang dan berbahaya bagi ibu dan bayi. Terdapat 2 faktor yang dapat mengakibatkan kecemasan terhadap ibu hamil yakni faktor eksternal maupun internal. Faktor internal yaitu berupa keyakinan terkait kelahiran serta perasaan sebelum melahirkan juga faktor eksternal berupa informasi, dukungan suami dan tenaga medis (Halil and Puspitasari, 2023).

Upaya pemerintah dalam penatalaksanaan ibu hamil dengan keluhan kecemasan yaitu masuk pada program ANC (*Antenatal Care*) terpadu yang merupakan salah satu program yaitu pemberian KIE pada ibu hamil yang masuk pada setiap kunjungan ANC (Profil Kesehatan Indonesia, 2022).

Upaya untuk mencegah dampak negative dari kecemasan terhadap ibu hamil beserta bayinya bisa dicegah dengan dilakukannya terapi farmakologi maupun non farmakologi. Obat anti ansietas bisa diberikan sebagai bagian dari terapi farmakologi, namun bisa memiliki efek samping yang kurang baik, khususnya untuk ibu hamil. Oleh karenanya, disarankan guna memakai terapi non farmakologi karena pengobatan ini lebih mudah, sederhana, dan dapat ketergantungan obat dapat dikurangi, melahirkan bayi sebelum waktunya dan memiliki berat badan dibawah 2,5 kg. Beberapa literatur juga menyatakan bahwa terapi yang bukan farmakologi sangat efektif dan dapat mengurangi efek samping yang merugikan. Untuk membantu ibu hamil merasa lebih nyaman, banyak pendekatan non-farmakologis yang sedang dikembangkan. Misalnya yaitu dengan menggunakan terapi Murottal Al-Quran, serta banyaknya penelitian yang membuktikan bahwa Murottal Al Qur'an dapat memberikan relaksasi dan ketenangan pada ibu hamil (Iin Setiawati, Qomari and Soliha, 2023).

Terapi komplementer yang dapat menstimulai gelombang delta yang dapat menjadikan ibu merasa tenang, tentram, nyaman salah satunya adalah Murottal Al-Qur'an. Terapi murottal Al-Qur'an dapat merangsang pembentukan *neuropeptide* di otak. *Neuropeptide* membantu orang merasa nyaman dan rileks. Gelombang suara murottal Al Qur'an tersebar di udara dan diterima telinga seseorang sebagai isyarat elektronik. Kemudian, lewat selaput pendengaran di otak, isyarat elektronik melalui syaraf pendengaran yang meningkatkan respon sel tubuh. Selanjutnya, berbagai area di bagian depan otak memberikan respons terhadap gelombang suara. Wilayah-wilayah ini kemudian menterjemahkan isyarat ke dalam bahasa yang bisa dimengerti oleh manusia.

Surah dalam Al-Qur'an yang disarankan untuk dibaca ibu hamil adalah surah Maryam. Surah ini disebut sebagai surah Maryam karena perjuangan Maryam dalam menjalani masa kehamilannya sendiri, cacian masyarakat sekitarnya setelah kelahiran putranya, dan keyakinannya yang teguh. Membaca surah itu tujuannya bukan hanya beribadah, tetapi guna meminta kebaikan juga atas membaca Al-Qur'an (Fitria, Naqiyah and Navisah, 2022).

Penelitian yang telah dilakukan oleh (Wiulin Setiowati, 2020) sebelum diberikan relaksasi dengan murottal Al-qur'an Surah Maryam menunjukkan 14 orang (70%) ibu hamil trimester tiga mengalami Kecemasan berat dan 6 individu (30%) mengalami kecemasan sedang. Setelah diberikan relaksasi dengan Murottal Al-Qur'an sebagian ibu merasakan kecemasan ringan, yaitu 9 orang (45%), ibu merasakan kecemasan sedang 9 individu (45%) serta ibu yang merasakan kecemasan berat 2 individu (10%). Hasil analisis menggunakan *uji Wilcoxon* didapat nilai $p = 0,000 < \alpha = 0,05$.

Studi pendahuluan yang sudah dilaksanakan tanggal 30 April 2024 peneliti melakukan wawancara langsung kepada bidan . Bulan April-Mei 2024 jumlah kunjungan ibu hamil K4 Trimester tiga sejumlah 40 ibu hamil. Hasil wawancara kepada 11 ibu hamil trimester III, didapatkan 8 (73%) ibu hamil trimester III mengatakan bahwasanya ibu terserang kecemasan menjelang persalinan, Berlandaskan latar belakang tersebut, maka peneliti memilih PMB

Anisa Mauliddina sebagai salah satu fasilitas kesehatan berdasarkan survei yang telah dilakukan. Peneliti dapat menggunakan masalah yang ada untuk memberikan asuhan komplementer, seperti terapi murottal Al-Qur'an, dikarenakan di PMB Anisa Mauliddina belum pernah dilakukan pemberian asuhan komplementer kepada klien yang memiliki masalah tersebut.

Berdasarkan dari penguraian tersebut, penulis terdorong melaksanakan penelitian yang berjudul “Pengaruh Relaksasi Dengan Murottal Al-Qur’an Surah Maryam Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III di PMB Anisa Mauliddina Kab. Sleman“

B. Rumusan masalah

Adapun rumusan permasalahan dalam penelitian ini yaitu “apakah Relaksasi dengan Murottal Al-Qur’an Surah Maryam dapat berpengaruh terhadap tingkat kecemasan ibu hamil Trimester III di PMB Anisa Mauliddina Kab. Sleman ?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk memahami pengaruh Relaksasi dengan Murottal Al-Qur’an Surah Maryam terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester III di PMB Anisa Mauliddina

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui tingkat kecemasan Ibu Hamil Trimester III sebelum diberikan Relaksasi dengan Murottal Al-Qur’an Surah Maryam
- b. Untuk mengetahui tingkat kecemasan Ibu Hamil Trimester III sesudah diberikan Relaksasi dengan Murottal Al-Qur’an Surah Maryam
- c. Untuk menganalisa pengaruh pemberian Relaksasi dengan Murottal Al-Qur’an Surah Maryam terhadap kecemasan pada Ibu Hamil Trimester III

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharap hasil penelitian bisa membantu pengembangan ilmu kebidanan baik dari segi teori maupun praktek kebidanan mengenai pengobatan

nonfarmakologi untuk mengurangi kecemasan terhadap ibu hamil trimester III.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi Pendidikan

Bisa dipergunakan oleh mahasiswa kebidanan dalam praktiknya sebagai bahan referensi dalam menurunkan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III mempergunakan Relaksasi dengan Murottal Al-Quran Surah Maryam.

b. Bagi PMB Anisa Mauliddina

Sebagai bahan masukan dan evaluasi yang diperlukan bagi pelaksanaan asuhan kebidanan secara komprehensif khususnya penerapan terapi non farmakologi dalam pemberian Relaksasi dengan Murottal Al-Qur'an Surah Maryam terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester III.

c. Bagi Ibu Hamil Trimester III

Penelitian diharapkan bisa dijadikan sebagai tambahan informasi untuk ibu sebagai terapi non farmakologi, seperti Relaksasi dengan menggunakan Murottal Al-Qur'an Surah Maryam pada kecemasan ibu hamil trimester III

d. Peneliti

Guna meningkatkan pengetahuan maupun pengalaman yang terkait dengan profesi yang ditekuni penulis sebagai seorang bidan professional, kemudian bisa diperluasm diterapkan dan bisa menjadi sumber ilmu pengetahuan berkaitan dengan proses kebidanan

E. Keaslian Penelitian

No	Judul	Peneliti	Desain Peneliti	Hasil Penelitian	Perbedaan
1	“Pengaruh Terapi Murottal Al Qur’an Surah Ar-Rahman Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Molawe”	(Hariyanti,Diah Indriastuti, Muh.Yasmin,2021)	<i>Pra-Experimental</i> menggunakan pendekatan <i>one group pre-post test design</i>	Memiliki p value =0,00<0,05, penelitian menunjukkan terapi murottal Al-Qur’an surah Ar-Rahman berdampak pada menurunnya tingkatan kecemasan ibu hamil dalam trimester ketiga. Penelitian dianalisis dengan Uji <i>Wilcoxon</i>	Pada penelitian sebelumnya mempergunakan desain pra-experimental mempergunakan pendekatan one-grup pre-post test design. Sedangkan dalam penelitian memakai <i>Quasi Eksperiment</i> yaitu <i>two group pretest-posttest</i>
2	“Pengaruh Murottal Qur’an Muri-Q terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Mendekati Kelahiran”	(Iin Setiawati, 2023)	Analistik observasional menggunakan pendekatan prospective	Hasil pengujian statistic membuktikan $\rho < \alpha$ (0,000<0.05) yang Bisa dinyatakan Murottal Qur’an metode muri-Q efektif membuat tingkat kecemasan ibu hamil trimester tiga menurun	Pada penelitian sebelumnya mempergunakan alat ukur <i>Zhung Self Rating Scale</i> guna menetapkan tingkatan kecemasan, sedang dalam penelitian mempergunakan instrument HARS sebagai alat ukurnya.
3	“Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur’an Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Dalam Menghadapi Proses Kehamilan”	(Ayu Rahmadhani , Tutik Agustini 2021)	<i>Quasi Eksperiment</i> menggunakan pendekatan <i>One Group Pretest-Postest</i>	penelitian mempergunakan Uji Wilcoxon didapatkan nilai $\rho = 0.000 < 0,05$ artinya menerima Ha. Penelitian menunjukkan adanya pengaruh pemberian terapi Murottal Al –Qur’an pada ibu hamil trimester III dalam menghadapi proses persalinan.	Penelitian sebelumnya mempergunakan <i>Quasi Eksperiment</i> memakai pendekatan <i>One Group Pretest-Postest</i> sementara desain penelitian memanfaatkan <i>Quasi Eksperiment</i> dengan pendekatan <i>Two Group Pretest-Postest</i>
4	“ <i>Depression and anxiety in second and third trimesters among pregnant</i> ”	(japheth Adina a, 2022)	<i>Cross Sectional</i>	16,2% dan 6,6% perempuan memiliki gejala depresi dan kecemasan, dan 12,5% dari mereka yang memiliki gejala depresi juga memiliki kecemasan.	Peneliti sebelumnya menggunakan <i>Cross Sectional Desaint</i> , sedangkan desain penelitian ini mempergunakan <i>Quasi Eksperiment</i>

No	Judul	Peneliti	Desain Peneliti	Hasil Penelitian	Perbedaan
	<i>women in Kenya: A hospital-based prevalence study</i>				

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

