

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Kehamilan merupakan masa sensitive bagi Wanita dalam siklus hidupnya. Kehamilan biasanya berlangsung 280 hari atau 40 minggu atau 9 bulan kalender. Kehamilan dibagi menjadi 3 trimester, yakni trimester I (0-12 minggu), trimester II (13- 28 minggu), dan trimester III (29-40 minggu). (Yuliani, Diki Retno *et al.*, 2021). Penelitian-penelitian menyebutkan bahwa tingkat depresi atau cemas selama trimester pertama kehamilan sama dengan kecemasan biasa pada umumnya sedangkan tingkat depresi selama trimester kedua dan ketiga hampir dua kali lipat dari trimester pertama (Aprilia & Richmond, 2011). Pada trimester 3 sebagian besar ibu hamil mengalami kondisi cemas, diantaranya berpotensi menjadi ibu yang merasa khawatir terhadap proses persalinan yang akan dihadapinya. Perubahan hormonal akibat efek adaptasi tumbuh kembang janin dalam rahim menyebabkan terjadinya perubahan fisik dan psikis. Perubahan tersebut dapat menjadi kehamilan diawali dengan bertemunya sel telur dan sperma hingga terjadi pembuahan, dilanjutkan dengan implantasi hingga janin lahir. *World Health Organization* (2018) menunjukkan sekitar 8-10% mengalami kecemasan selama kehamilan dan meningkat menjadi 13% ketika menjelang persalinan. Kecemasan pada ibu hamil dapat berpotensi menimbulkan depresi pada ibu hamil. Kondisi tersebut dapat menimbulkan hal yang tidak baik bagi kondisi janin (Kemenkes RI, 2019).

Pada tahun 2019, data Angka kecemasan ibu yang disajikan oleh WHO yang mengungkapkan bahwa terdapat 12.230.142 ibu hamil seluruh dunia mengalami masalah selama kehamilan trimester ketiga dengan 30% mengalami masalah kecemasan saat menjelang melahirkan, 11,8% mengalami depresi, dan 13,2% menderita kecemasan dan depresi (Hasim, *et al* 2019). Di Indonesia angka kejadian kecemasan pada ibu hamil mencapai 57,5% dengan kecemasan berat (Yuliani & Aini, 2020). Pada 112 puskesmas di 24 kabupaten

yang berada di provinsi Jawa Barat dengan hasil penelitian terdapat 798 ibu hamil (21%) dari 2.928 ibu hamil menunjukkan gangguan psikiatri berupa kecemasan atau ansietas dalam menghadapi proses persalinan (Sianippar, 2018).

Kecemasan adalah kondisi mental yang dipenuhi kekhawatiran dan ketakutan terhadap apa yang mungkin terjadi. Penyakit ini merupakan salah satu gangguan psikologis ibu yang terjadi pada kasus, termasuk ibu hamil berisiko tinggi. Ibu akan semakin merasa khawatir terhadap kesehatan dirinya, ibu akan takut bayinya akan lahir diwaku yang tidak biasa, mempunyai riwayat keguguran, dan akan terus takut kehilangan bayinya. Kecemasan pada ibu hamil merangsang kontraksi rahim. Akibat dari kondisi ini dapat berupa peningkatan tekanan darah yang dapat menyebabkan preeklampsia dan keguguran, berat badan lahir rendah (BBLR) dan kelahiran prematur juga bersifat efek negatif yang menimbulkan kecemasan pada ibu hamil (Saputri & Yudianti, 2020).

Beberapa metode yang telah diakui memiliki potensi dalam mengurangi tingkat kecemasan adalah metode aromaterapi, hipnosis, setting tempat persalinan, bola persalinan, dan musik (Suriyati, 2019). Dari sekian banyak terapi non-farmakologi, pada penelitian ini menggunakan terapi sholawat dan murrotal al-quran sebagai metode untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil. Karena metode ini tidak hanya menawarkan manfaat relaksasi tetapi juga memberikan dukungan spiritual yang signifikan. Terapi sholawat dan murrotal Al-Quran memiliki potensi untuk mengurangi kecemasan melalui efek menenangkan yang dihasilkan oleh lantunan ayat-ayat suci dan sholawat, yang telah terbukti dalam berbagai penelitian memiliki efek positif pada kondisi psikologis seseorang.

Terapi sholawat dan murrotal al-quran merupakan metode non-farmakologis yang tidak memiliki efek samping yang serius seperti efek samping yang dapat terjadi pada pengobatan farmakologis. Terapi non-farmakologis telah terbukti efektif dalam mengurangi kecemasan pada berbagai populasi, termasuk ibu hamil (Bahrah & Wigunarti, 2023).

Sholawat merupakan sebuah upaya sebagai salam penghormatan dalam memohonkan rahmat atas Nabi dengan sepenuh hati kepada Allah SWT. Sholawat yang dimaksud adalah Sholawat dengan subjek pembacanya orang-orang mukmin kepada Nabi Muhammad SAW (Ghinaa, 2020). Terapi shalawat melibatkan pengulangan doa dan pujian terhadap Nabi Muhammad SAW, yang diyakini memiliki efek menenangkan dan meningkatkan ketenangan jiwa. Dalam buku El-Faruqi disebutkan bahwa doa Nabi juga mempunyai manfaat yang baik, karena salah satu cara doa dalam berbagai situasi dapat digunakan untuk menyembuhkan sakit dan bila dibaca berulang kali dapat menghilangkan perasaan gelisah dan kecemasan, dan sebagai teknik untuk mengalihkan perhatian ke rangsangan lain (El-Faruqi, 2016). Penelitian Nofiah et al., (2019) membuktikan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pada pemberian terapi mendengar dan membaca sholawat terhadap kecemasan (Nofiah et al., 2019).

Murottal Al-Qur'an merupakan salah satu metode pengobatan yang diperlukan untuk mengobati berbagai macam gangguan pada sel tubuh. Murottal (mendengarkan bacaan Al-Qur'an) adalah salah satu metode penyembuhan dengan menggunakan Al-Qur'an. Mendengarkan murottal akan menimbulkan efek tenang dan rileks pada diri seseorang, sehingga akan turut memberikan kontribusi dalam penurunan tekanan darah. Perasaan rileks dari mendengarkan murottal juga dapat mempengaruhi kecemasan, seperti laporan dari salah satu hasil penelitian bahwa, ada perbedaan rata-rata skor kecemasan sebelum dan sesudah mendengarkan murottal (Rahmadhani et al., 2021). Penelitian lain menunjukkan bahwa murottal dapat membantu menurunkan kecemasan pada ibu hamil (Yuliani et al., 2018).

Metode terapi dengan shalawat dan murottal Al-Quran mempunyai kesamaan yaitu berisi lantunan-lantunan dzikir dan perkataan-perkataan baik dalam Al-Quran yang dikombinasikan dengan nada-nada musik sehingga menghasilkan irama shalawat yang indah untuk didengar. Sehingga kedua metode terapi ini cocok untuk digabungkan pada penelitian ini untuk melihat hubungan antara metode tersebut dengan kecemasan ibu hamil.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Bidan Praktik Mandiri Bd. R desa Talun Kecamatan Ibum Kabupaten Bandung dan didapatkan data jumlah ibu hamil sejak bulan Januari 2024 sebanyak 38 ibu hamil dimana diantaranya terdapat 7 ibu hamil trimester I, 13 ibu hamil trimester II, dan 18 ibu hamil. Saat melakukan wawancara dengan Bd. R ibu hamil cenderung memiliki kegelisahan menuju persalinan. Ibu hamil merasa cemas karena berbagai faktor diantaranya seperti kehamilan pertama, ekonomi, dan trauma persalinan yang lalu.

Studi pendahuluan juga dilakukan peneliti kepada Bd. R yang mengatakan sudah diberikan konseling dan terhadap tanda – tanda bahaya kehamilan serta edukasi nutrisi untuk mengurangi kecemasan dan menjaga kondisi pada ibu hamil. Akan tetapi ibu hamil masih merasa cemas dan gelisah karena kurangnya pengetahuan ibu hamil bagaimana cara mengurangi kecemasan berlebih menjelang persalinan. Sehingga diperlukan pemberian terapi untuk mengurangi kecemasan salah satunya menggunakan terapi sholawat dan murrotal al-quran. Selain itu, terapi ini selaras dengan nilai-nilai agama yang dianut oleh ibu hamil di BPM Bidan R, sehingga lebih mudah diterima dan dipraktikkan. Studi pendahuluan menunjukkan bahwa meskipun telah diberikan konseling dan edukasi nutrisi, ibu hamil masih mengalami kecemasan karena kurangnya pengetahuan tentang cara mengelola stres menjelang persalinan. Oleh karena itu, penggunaan terapi sholawat dan murrotal Al-Quran diharapkan dapat memberikan solusi yang lebih efektif dan holistik untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil.

Berdasarkan masalah tersebut maka peneliti berminat untuk melakukan penelitian tentang “gambaran terapi sholawat dan murrotal al-quran dalam menurunkan kecemasan pada ibu hamil di BPM Bidan R.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan maka dirumuskan masalah untuk mengetahui “Gambaran Terapi Sholawat dan murrotal al-quran Dalam Menurunkan Kecemasan Pada Ibu hamil di BPM Bidan R”

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui Gambaran Terapi Sholawat dan murrotal al-quran Dalam Menurunkan Kecemasan Pada Ibu hamil di BPM Bidan R.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Untuk mengetahui dan menggambarkan tingkat kecemasan sebelum melakukan terapi sholawat dan murrotal al – qur'an pada ibu hamil.
- b. Untuk mengetahui dan menggambarkan tingkat kecemasan sesudah melakukan terapi Sholawat dan Murrotal Al-Quran pada ibu hamil.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi, menambah wawasan ibu hamil, dan peningkatan pengetahuan pada ibu hamil tentang cara mengurangi kecemasan.

#### **1.4.2 Manfaat Praktis**

##### **a. Bagi Institusi Program Studi DIII Kebidanan**

Sebagai tambahan literatur dan referensi bagi mahasiswa Kebidanan dalam rangka peningkatan pengetahuan ibu hamil khususnya tentang cara mengurangi kecemasan terhadap ibu hamil

##### **b. Bagi Lahan**

Untuk dapat meningkatkan pelayanan khususnya yang mempengaruhi penurunan kecemasan.

##### **c. Bagi Peneliti**

Hasil penelitian dapat menjadi salah satu sumber informasi dan memperkaya wawasan ilmu pengetahuan dan bahan kepustakaan sekaligus dijadikan acuan untuk penelitian dan yang berhubungan dengan cara mengurangi kecemasan terhadap ibu hamil.