

ABSTRAK

PENERAPAN TERAPI MUROTTAL AL-QUR'AN SURAH AR-RAHMAN TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III

Dinda Risqiana Febrianti , Windha Widyastuti

**Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Fakultas
Ilmu Kesehatan Unniversitas Muhammadiyah
Pekajangan Pekalongan**

Kehamilan merupakan masa transisi untuk menjadi peran ibu yang sering kali menyebabkan ibu menjadi cemas. Kecemasan dapat semakin meningkat terutama pada trimester III karena adanya ketakutan mendekati persalinan dan adanya perubahan fisik dan psikologis. Kecemasan dapat diatasi dengan melakukan teknik relaksasi seperti terapi murottal Al Qur'an. **Tujuan** studi kasus ini menggambarkan penerapan murottal terhadap penurunan tingkat kecemasan pada ibu hamil Trimester III. **Metode** yang digunakan adalah studi kasus pada dua klien yang mengalami kecemasan pada kehamilan Trimester III dengan menggunakan kuesioner Hamilton Rating Scale For Anxiety (HAR-S), menggunakan pendekatan proses keperawatan dengan menerapkan terapi murottal Al Qur'an Surah Ar Rahman selama 3 hari berturut turut (pagi,siang,sore). **Hasil** dari studi kasus ini menunjukkan terapi murottal dapat menurunkan kecemasan, pada kedua klien dari kecemasan sedang skor 27 dan 26 menjadi kecemasan ringan skor 21 dan 20. **Kesimpulan** dari studi kasus ini adalah terapi mendengar murottal Al Qur'an efektif dapat menurunkan tingkat kecemasan pada ibu hamil Trimester III. **Saran** untuk pembaca dapat menggunakan terapi murottal Al Qur'an surah Ar Rahman untuk menurunkan kecemasan.

Kata kunci: Kehamilan, Kecemasan, Ibu hamil, Terapi Murottal

ABSTRACT

THE IMPLEMENTATION OF SURAH AR-RAHMAN MUROTTAL THERAPY TO THE LEVEL OF ANXIETY IN THE 3rd TRIMESTER PREGNANT WOMEN

Dinda Risqiana Febrianti¹, Windha Widyastuti²

**Vocational Program in Nursing Faculty of Health Sciences
University of Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan**

Pregnancy is a transitional period to become a mother's role which often causes mothers to become anxious. Anxiety can increase, especially in the third trimester due to fear of approaching labor and physical and psychological changes. Anxiety can be overcome by practicing relaxation techniques such as murottal Al Qur'an therapy. The purpose of this case study is to illustrate the application of murottal to reducing anxiety levels in third trimester pregnant women. The method used is a case study on two clients who experience anxiety in the third trimester of pregnancy using the Hamilton Rating Scale for Anxiety (HAR-S) questionnaire, using a nursing process approach by applying murottal therapy of the Qur'an Surah Ar Rahman for 3 consecutive days (morning, afternoon, evening). The results of this case study show that murottal therapy can reduce anxiety, for both clients from moderate anxiety scores of 27 and 26 to mild anxiety scores of 21 and 20. The conclusion of this case study is that listening to murottal Al Qur'an therapy can effectively reduce anxiety levels in third trimester pregnant women. Suggestions for readers can use murottal Al Qur'an therapy in surahAr Rahman to reduce anxiety.

Keywords: *anxiety, murottal therapy, pregnancy, pregnant women*