

**TERAPI EDUKASI DAN DZIKIR SEBAGAI SOLUSI KECEMASAN
PADA IBU HAMIL DALAM PERSIAPAN PERSALINAN**

DI MASA PANDEMI COVID-19

(Studi di Desa Bhuluh Kecamatan Socah)

NASKAH PUBLIKASI

**Diajukan Dalam Rangka Untuk Melengkapi Sebagian Persyaratan
Menjadi Sarjana Keperawatan**



Oleh:

MAR'ATUS SOLIKHATI

NIM. 17142010030

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
STIKes NGUDIA HUSADA MADURA
2021**

HALAMAN PENGESAHAN

**TERAPI EDUKASI DAN DZIKIR SEBAGAI SOLUSI
KECEMASAN PADA IBU HAMIL DALAM PERSIAPAN
PERSALINAN DI MASA PANDEMI COVID-19**

(Studi di Desa Bhuluh Kecamatan Socah)

NASKAH PUBLIKASI

Disusun Oleh :

Oleh:

MAR'ATUS SOLIKHATI

NIM. 17142010030

Telah disetujui pada tanggal :

6 AGUSTUS 2021

NHM
Pembimbing

Qurrotu Aini, S.Kep.,Ns., M.Kes

NIDN. 0726058403

**EDUCATION THERAPY AND DZIKIR AS AN ANXIETY SOLUTION
FOR PREGNANT WOMEN IN PREPARATION CHILDBIRTH DURING
THE COVID-19 PANDEMIC**

(The study of the Village Bhuluh Village Socah Distric Bangkalan)

Mar'atus solikhati, Qurrotu Aini, S.Kep., Ns., M.Kes

ABSTRACT

Pregnancy in the zombicovid-19 era causes severe maternal anxiety. Based on a preliminary study of February 2021 at the village of bhuluh, of 10 I've got six moms with severe anxiety, two women with moderate anxiety, And two mothers pregnant with mild anxiety. The purpose of this study is to analyzes differences Anxiety about being pregnant in preparation for childbirth during the pandemic Education therapy and Dzikir therapy.

This type of research used an experimental quasi-experiment method. variable independent of educational therapy and the Dzikir, the variable dependency on Pregnant mother. The study population of 34 pregnant mothers and samples of 11 pregnant mothers with simple random sampling, the research instruments using questionnaires. Statistical test using mann whiney.

Studies indicated there was a difference in maternal anxiety before and after the Dzikir pvalue therapy: 0.007Anxiety of pregnant mothers before and after being given Dzikir pvalue therapy: 0.011. Based on mann withne's test being given education and Dzikir obtained $0,007 < \alpha 0,05$. Suggests a difference in maternal anxiety given to educational and therapeutic therapy.

Based on the results of the pregnant woman's anxiety on her way childbirth is primarily during pandemics, it is recommended to do educational therapy and Dzikir, kama has proven to be effective in reducing maternal anxiety

Keyword: Educational Therapy And Dzikir , Maternal Anxiety In Preparation Childbirth During The Covid-19 Pandemic

LATAR BELAKANG MASALAH

Kehamilan di era pandemic Covid-19 menyebabkan parahnya angka kecemasan pada ibu. Penyakit yang tergolong jenis baru muncul pertama kali di Wuhan Cina kemudian disebut Covid-19 (*Coronavirus Disease 2019*). MERS (*Middle East Respiratory Syndrome*) dan SARS (*Severe Acute Respiratory Syndrome*) adalah 2 jenis corona virus yang dapat menyebabkan beberapa gejala baik ringan sampai dengan berat. Berbagai penelitian kebanyakan menyimpulkan bahwa kehamilan menyebabkan tubuh lebih rentan terhadap gejala Covid-19 karena sistem kekebalan tubuh wanita hamil berubah sehingga wanita hamil berisiko untuk memiliki gejala yang berat dibandingkan dengan wanita yang tidak sedang hamil (Kemenkes, 2020).

Menurut *World Health Organization* (WHO), sekitar 15% dari seluruh ibu hamil yang mengalami kecemasan, akan bertumbuh dan berkembang akan tetapi menjadi komplikasi yang akan mengancam jiwa ibu apabila kecemasannya berlebihan.

Kecemasan meningkat menjelang persalinan terutama pada trimester III . di Indonesia sekitar 28,7% dari 107.000.000 mengalami kecemasan dan di Pulau Jawa, sebesar 52,3% atau 355.873 dari 679.765 ibu hamil di trimester III yang mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan (Alibasjah, 2016).

Berdasarkan Survei Penduduk Antar Sensus (SUPAS) tahun 2015, Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia berada pada angka 305/100.000 kelahiran hidup. Bahkan hingga 2016 angka tersebut belum mengalami penurunan yang signifikan, penyebab Angka Kematian Ibu (AKI) juga bisa berasal dari kecemasan ibu menghadapi persalinan. Maka dari itu perlunya melakukan solusi dalam menghadapi persalinan agar tidak terjadi kecemasan yang berlebihan, dan Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia dapat menurun, (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2017).

Kesiapan persalinan adalah usaha ibu hamil untuk menghadapi kelahiran bayi yang meliputi kesiapan fisik, mental (psikologis) dan materi yang cukup agar

kelahiran anak berjalan dengan lancar, menghasilkan ibu dan anak yang sehat. Kesiapan persalinan difokuskan pada ibu hamil trimester III karena merupakan kesiapan aktif menunggu kelahiran bayi dan menjadi orang tua (Lucia dkk, 2015). Hal-hal yang harus disiapkan ibu dalam kesiapan persalinan yaitu ada empat hal yang harus dipersiapkan agar proses persalinan berjalan lancar yaitu: kesiapan fisik, kesiapan psikologis, kesiapan finansial dan kesiapan kultural (Rahmawati, 2014).

Kecemasan merupakan orientasi subjek mengenai masa depan dan bersifat umum, mengacu pada kondisi ketika individu merasakan kekhawatiran atau kegelisahan, ketegangan, dan rasa tidak nyaman yang tidak terkendali mengenai kemungkinan akan terjadi sesuatu yang buruk (Halgin & Whitbourne, 2018). Kecemasan adalah suatu keadaan yang menggambarkan suatu pengalaman subyektif mengenai ketegangan mental kesukaran dan tekanan yang menyertai suatu konflik atau fenomena yang sangat tidak menyenangkan serta ada hubungan

berbagai perasaan (Wahyu Asnuriyati 2020). Kecemasan pada ibu, Penyakit yang tergolong jenis baru muncul pertama kali di Wuhan Cina kemudian disebut covid-19 (*Coronavirus Disease 2019*). MERS (*Middle East Respiratory Syndrome*) dan SARS (*Savere Acute Respiratory Syndrome*) adalah 2 jenis corona virus yang dapat menyebabkan beberapa gejala baik ringan sampai berat. Berbagai penelitian kebanyakan menyimpulkan bahwa kehamilan menyebabkan tubuh lebih rentan terhadap gejala covid-19 yang berat karena sistem kekebalan tubuh wanita hamil berubah sehingga wanita hamil beresiko untuk memiliki gejala yang berat dibandingkan dengan wanita yang tidak sedang hamil (Kemenkes, 2020).

Mengenai Gambaran Kecemasan Ibu Hamil di masa pandemi Covid-19 di Indonesia total sampel 71 orang dengan hasil penelitian sebanyak 85,5% ibu hamil mengalami kecemasan ringan sebanyak 13,4% kecemasan sedang dan 2,55% kecemasan berat. Di Jawa timur, khususnya pulau Madura telah

di lakukan penelitian, dan hasil penelitian menunjukkan bahwa 31.4% mengalami kecemasan sangat berat, 12.9% mengalami kecemasan berat, dan sisanya ibu tidak mengalami kecemasan atau dalam keadaan normal. Simpulannya pandemi perlu diatasi untuk menghindari dampak negatif pada ibu dan janinnya (Zainiyah & susanti, 2020). Kecemasan ibu hamil akan lebih dirasakan ketika menjelang persalinan. Ibu hamil yang mengalami kecemasan diharapkan memiliki penghayatan religiusitas. Sehingga dapat mengatasi kecemasan yang termasuk gangguan kejiwaan ibu hamil (Nurmalasari, 2018).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 10 Februari 2021 di Desa Bhuluh Kecamatan Socah, dari 10 ibu hamil didapatkan sebanyak 6 ibu hamil (60%) yang mengalami kecemasan berat pada masa pandemi covid-19, dan 2 ibu hamil (20%) yang mengalami kecemasan sedang, dan 2 ibu hamil (20%) mengalami kecemasan ringan. Dari data di atas dapat di simpulkan masih banyak ibu hamil yang mengalami kecemasan

pada era pandemi covid-19.

Adapun faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan adalah : Faktor eksternal : penyakit, trauma fisik, pembedahan yang akan dilakukan, harga diri. Faktor internal : usia, tingkat pendidikan, jenis kelamin, tingkat pengetahuan, salah satu contoh faktor usia pada saat kehamilan dapat mempengaruhi tingkat kecemasan pada ibu hamil mempengaruhi kondisi kehamilan ibu , karena selain berhubungan dengan kematangan organ reproduksi juga berhubungan dengan kondisi psikologis terutama kesiapan dalam menerima kehamilan, motivasi, dukungan keluarga, informasi, media, jumlah kasus. Contoh kecemasan yang sering ditemui dalam kehidupan sehari hari adalah cemas saat menghadapi kejadian traumatik misalkan kecemasan menghadapi persalinan terutama ibu yang pertama kali akan melahirkan (Aisyiyah, 2017).

Dampak ibu yang mengalami kecemasan berlebih saat hamil ialah, seperti sulit makan dan tidur, mual berlebihan, berat badan berkurang,

dan dapat menimbulkan kontraksi uterus berlebihan sehingga terjadi vasokonstriksi akibatnya aliran darah utero placenta menurun yang mengakibatkan terjadi hipoksia dan bradikardi janin. Ibu bisa lebih sering stress, stres tinggi juga dapat menyebabkan hipertensi dan komplikasi lainnya. Anak yang dilahirkan ibu yang mengalami kecemasan yang berlebih selama kehamilan akan memiliki kadar hormon stress tinggi termasuk adrenalin dan kortisol, yang dapat membahayakan ibu atau janin, depresi dan kecemasan pada ibu selama kehamilan akan berdampak pada pertumbuhan neonatal, perilaku dan proses pematangan, timbulnya gangguan kesehatan mental anak nantinya. Selain itu bayi yang dilahirkan nanti berat badan kurang dan tidak responsif terhadap orang lain, dan timbulnya gangguan kesehatan mental anak nantinya. Kecemasan ibu hamil juga dapat berdampak terhadap proses kehamilan itu sendiri maupun menjelang proses melahirkan. (Janiawarty, 2016).

Kedadaan emosional ibu selama kehamilan juga mempunyai

pengaruh yang besar terhadap perkembangan masa prenatal. Ketika seorang ibu hamil mengalami ketakutan, kecemasan, stres dan emosi lain yang mendalam, maka terjadi perubahan psikologis, antara lain meningkatnya pernapasan dan sekresi oleh kelenjar. Adanya produksi hormon adrenalin sebagai tanggapan terhadap ketakutan akan menghambat aliran darah ke daerah kandungan dan membuat janin kekurangan udara (Marhamah, 2018) Maka dari itu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi kecemasan pada kehamilan adalah dengan melakukan edukasi kesehatan (pendidikan kesehatan) tentang pencegahan virus covid-19 dan persiapan menjelang persalinan yang bertujuan meningkatkan pengetahuan, merubah sikap ibu agar memahami mengenai persalinan. Sesuai kebijakan dalam Undang-undang No. 36 tahun 2009 tentang kesehatan, bahwa pemerintah wajib menjamin ketersediaan sarana informasi dan sarana pelayanan kesehatan reproduksi yang aman, bermutu dan terjangkau oleh masyarakat. Pusat Pelayanan Kesehatan Masyarakat (Puskesmas)

merupakan salah satu fasilitas kesehatan masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan masyarakat (Profil Kesehatan Indonesia, 2014) . Penggunaan dzikir sebagai intervensi untuk ibu hamil dalam menghadapi proses persalinan juga pernah dibuktikan oleh (Kelly, 2016). Penggunaan dzikir untuk mengatasi kecemasan ibu hamil pertama telah dilakukan oleh Maimunah dan Retnowati. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa subjek yang mengikuti pelatihan relaksasi dzikir mengalami penurunan kecemasan yang signifikan. Pemberian dzikir kepada ibu hamil mampu menurunkan kecemasan menjelang persalinannya. Pada pandangan Islam, dzikir merupakan salah satu ritual yang memiliki unsur terapeutik. Efek yang didapatkan dari berzikir yaitu dapat melenyapkan kegelisahan, keresahan dan kecemasan dalam hati. Dzikir secara emosional dapat memunculkan emosi-emosi positif, seperti perasaan cinta, bahagia, dan nikmat , memberikan ketenangan, ketentraman, tidak cemas, stres, dan depresi (*a state of well being*).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian *Quasi experiment*. Variabel independennya terapi edukasi dan dzikir, variabel dependen kecemasan pada ibu hamil. Populasi penelitian sebanyak 34 ibu hamil dan sampel 11 ibu hamil dengan *Simple Random Sampling*, Instrumen penelitian menggunakan kuesioner. uji statistik menggunakan *Mann Whitney*.

HASIL PENELITIAN

4.1 Data Umum

4.1.1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia

Tabel 4.1 Pada tabel 4.1 distribusi usia ibu hamil pada kelompok dzikir di Desa Bhuluh Kecamatan soch Kabupaten Bangkalan, Mei 2021

Usia	Kelompok Dzikir		kelompok Edukasi	
	frekuensi	persentase (%)	frekuensi	persentase (%)
20-25 Tahun	0	0	1	9,1
26-30 Tahun	7	63,6	3	27,3
31-35 Tahun	4	36,4	7	63,6
Jumlah	11	100	11	100

Sumber: Data Primer Bulan April 2021

Pada tabel 4.1 menyebutkan bahwa distribusi usia ibu hamil pada kelompok dzikir sebagian besar

adalah usia 26-30 tahun sebanyak 7 ibu hamil (63,6%) dan pada kelompok edukasi sebagian besar berusia 31-35 tahun sebanyak 7 ibu hamil (63,6%)

4.1.2 Tabel 4.2 Distribusi frekuensi ibu hamil berdasarkan pekerjaan di Desa Bhuluh Kecamatan Socah Kabupaten Bangkalan Mei 2021

Pekerjaan	Kelompok Dzikir		Kelompok Edukasi	
	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
Petani	4	36,3	3	27,2
Ibu rumah tangga	3	27,3	4	36,4
Swasta	3	27,3	2	18,2
Pns	1	9,1	2	18,2
Jumlah	11	100	11	100

Sumber: Data Primer Bulan April 2021

Pada tabel 4.2 menyebutkan bahwa distribusi ibu hamil berdasarkan pekerjaannya pada kelompok dzikir hampir setengahnya adalah petani sebanyak 4 ibu hamil (36,3%) dan pada kelompok edukasi hampir setengahnya sebagai ibu rumah tangga sebanyak 4 ibu hamil (36,4%)

4.1.3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan pendidikan

Tabel 4.3 Tabel 4.3 Distribusi frekuensi ibu hamil berdasarkan pekerjaan di Desa Bhuluh Kecamatan Socah Kabupaten Bangkalan Mei 2021

Jenis pendidikan	Kelompok Dzikir		Kelompok Edukasi	
	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
SMP	7	63,6	6	54,5
SMA	3	27,3	3	27,3
Perguruan tinggi	1	9,1	2	18,2
Jumlah	11	100	11	100

Sumber: Data Primer Bulan April 2021

Pada tabel 4.3 d bahwa distribusi ibu hamil pada pendidikan kelompok dzikir sebagian besar adalah SMP sebanyak 7 orang yaitu (63,6%) dan pada kelompok edukasi sebagian besar SMP sebanyak 6 ibu hamil yaitu (54,5%).

4.2 Data Khusus

4.2.1 Perbedaan kecemasan ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan terapi dzikir pada kelompok perlakuan

Tabel 4.5 Distribusi frekuensi kecemasan pada ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan dzikir pada kelompok perlakuan di Desa Bhuluh Kecamatan Kamal Kabupaten Bangkalan, Mei 2021

No. Responden	Kelompok Perlakuan			
	Skor Pre Test	Kategori	Skor Post Test	Kategori
1	18	Berat	6	Normal
2	19	Berat	4	Normal
3	13	Sedang	8	Ringan
4	17	Berat	5	Normal
5	11	Sedang	7	Normal
6	10	Sedang	6	Normal
7	19	Berat	4	Normal
8	11	Sedang	7	Normal
9	17	Berat	5	Normal
10	11	Sedang	7	Normal
11	19	Berat	6	Normal
<i>Mean (rata-rata)</i>	15.73		5.91	
<i>Std. Deviation</i>	3.690		1.300	
<i>P-Value</i>	0,002			

Sumber: Data Primer Bulan April 2021

Berdasarkan tabel 4.5 dari 11 ibu hamil pada kelompok perlakuan yang diberikan terapi dzikir didapatkan bahwa nilai *mean* pada kecemasan ibu hamil pre test 15.73 dan post test 5.91.

4.2.2 Perbedaan kecemasan ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan terapi edukasi

Tabel 4.6 Distribusi frekuensi kecemasan ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan edukasi pada kelompok perlakuan di

Desa Bhuluh Kecamatan Socah Kabupaten Bangkalan.

No. Responden	Kelompok Perlakuan			
	Skor Pre Test	Kategori	Skor Post Test	Kategori
1	11	Sedang	7	Normal
2	10	Sedang	9	Ringan
3	17	Berat	11	Sedang
4	12	Sedang	6	Normal
5	18	Berat	11	Sedang
6	14	Sedang	13	Sedang
7	13	Sedang	7	Normal
8	17	Berat	10	Ringan
9	14	Berat	8	Ringan
10	19	Berat	9	Ringan
11	13	Sedang	6	Normal
<i>Mean (rata-rata)</i>	14.36		8.82	
<i>Std. Deviation</i>	2.976		2.272	
<i>P-Value</i>	0,000			

Sumber: Data Primer Mei 2021

Berdasarkan tabel 4.6 dari 11 ibu hamil kelompok yang diberikan terapi edukasi didapatkan bahwa nilai *mean* pada kecemasan ibu hamil pre test 14,36 dan post test 8,82.

4.2.3 Perbedaan kecemasan ibu hamil sesudah diberikan terapi edukasi dan dzikir.

Tabel 4.7 Distribusi frekuensi kecemasan ibu hamil

sebelum dan sesudah diberikan edukasi dan dzikir di Desa Bhuluh Kecamatan Socah. Kabupaten Bangkalan

No. Responden	Kelompok dzikir		Kelompok edukasi	
	Skor	Kategori	Skor	Kategori
1	6	Normal	7	Normal
2	4	Normal	9	Ringan
3	8	Ringan	11	Sedang
4	5	Normal	6	Normal
5	7	Normal	11	Sedang
6	6	Normal	13	Sedang
7	4	Normal	7	Normal
8	7	Normal	10	Ringan
9	5	Normal	8	Ringan
10	7	Normal	9	Ringan
11	6	Normal	6	Normal

	1	1
Mean (rata-rata)	5.91	8.82
Std. Deviation	1.300	2.272
P-Value	0,011	

Sumber: Data Primer Mei

2021

Berdasarkan tabel 4.7 dari 11 ibu hamil pada kelompok yang diberikan terapi dzikir dan 11 ibu hamil pada kelompok yang diberikan terapi edukasi didapatkan bahwa nilai *mean* kecemasan ibu hamil sesudah di berikan terapi dzikir 5.91 dan sesudah diberikan terapi edukasi 8.82.



PEMBAHASAN

5.1 Perbedaan tingkat kecemasan pada ibu hamil dalam persiapan persalinan di masa pandemi Covid-19 sebelum dan sesudah diberikan terapi dzikir di Desa Bhuluh Kecamatan Socah Kabupaten Bangkalan

Berdasarkan hasil penelitian sebelum diberikan terapi dzikir terhadap kecemasan ibu hamil di masa pandemi Covid-19 diketahui bahwa rata-rata terapi dzikir yang dirasakan ibu hamil adalah 15.73 yang termasuk dalam kategori kecemasan berat. Sedangkan sesudah diberikan terapi dzikir terhadap kecemasan ibu hamil di masa pandemi covid-19 diketahui bahwa rata-rata terapi dzikir yang dirasakan ibu hamil adalah 5.91 yang termasuk dalam kategori kecemasan normal.

Menurut Niko (2018), kecemasan ibu hamil dapat berkurang dengan bantuan dzikir, karena dengan berdzikir dapat menenangkan perasaan cemas yang muncul. Menurut salah satu peneliti lain mengatakan bahwa ada perasaan cemas ketika bayi dalam kandungan tidak bergerak, kemudian ibu hamil membaca dzikir tiba-tiba bayi dalam kandungan bergerak dan menganjurkan pada ibu hamil agar membaca lafadz dzikir yang banyak diucapkan "Lailahaillallah, subhanallah dan alhamdulillah" dan ibu hamil lebih merasa tenang, tidak khawatir, gelisah dan tidak merasa cemas bahkan memperoleh ketentraman hati yang dirasakan oleh ibu hamil.

Menurut Mardiyah (2017), untuk mencapai ketenangan jiwa dzikir tidak hanya dilakukan dalam

bentuk menyebut nama Allah tetapi juga dzikir dengan hati dan perbuatan. Karena itu seorang mukmin selalu berdzikir kepada Allah dalam berbagai kesempatan.

Pemberian sesi materi dan praktek dzikir sejalan dengan pendapat di atas, dengan tujuan agar subjek dapat meresapi makna yang ada pada dzikir sehingga selalu ada dalam diri ibu hamil.

Dengan cara berdzikir ibu hamil akan lebih tenang tidak sepenuhnya merasa kecemasan, kegelisahan bahkan ketakutan untuk menghadapi masa persalinannya.

Melalui terapi dzikir, mampu untuk membantu dalam mengembalikan ketenangan dan ketenangan ibu hamil. Respon fisiologis dengan teknik distraksi ini juga dapat menurunkan tekanan darah serta memperlambat pernafasan, detak jantung, dan denyut nadi sehingga

menggunakan terapi murottal ini sebagai media salah satu untuk mengurangi kecemasan pada persalinan

5.2 Perbedaan tingkat kecemasan pada ibu hamil dalam persiapan persalinan di masa pandemi Covid-19 sebelum dan sesudah di berikan terapi edukasi di Desa Bhuluh Kecamatan Socah Kabupaten Bangkalan

Berdasarkan hasil penelitian sebelum diberikan terapi edukasi terhadap kecemasan ibu hamil di masa pandemi Covid-19 diketahui bahwa rata-rata terapi edukasi yang dirasakan ibu hamil adalah 14.36 yang termasuk dalam kategori kecemasan sedang. Sedangkan sesudah diberikan terapi edukasi terhadap kecemasan ibu hamil di masa pandemi covid-19 diketahui bahwa rata-rata terapi edukasi yang dirasakan ibu hamil adalah 8.82

yang termasuk dalam kategori kecemasan ringan.

Menurut Ramadani (2019), Cara yang dapat dilakukan untuk mengatasi kecemasan ibu dalam menghadapi persalinan adalah melalui edukasi. Informasi yang diberikan diharapkan dapat mengurangi pengaruh negatif berupa kecemasan dan ketakutan akibat pengaruh cerita-cerita yang menakutkan mengenai kehamilan dan persalinan.

Menurut Maulidya (2017) tentang Pengaruh edukasi terhadap kecemasan ibu hamil menjelaskan bahwa kecemasan seseorang yang timbul adalah akibat dari kurangnya kepercayaan diri dan pengetahuan akan suatu hal yang mengakibatkan mereka berfikir irrasional dan dapat di ubah dengan pemberian edukasi.

Menurut peneliti Perbedaan

tingkat kecemasan ibu hamil dalam persiapan persalinan di masa pandemi Covid-19 sebelum dan sesudah di berikan terapi edukasi di Desa Bhuluh Kecamatan Socah Kabupaten Bangkalan yaitu kecemasan seseorang yang timbul adalah akibat dari kurangnya kepercayaan diri dan pengetahuan akan suatu hal yang mengakibatkan mereka berfikir negatif dan dapat diubah dengan pemberian edukasi. Media edukasi ini menggunakan media leaflet, karna dengan media leaflet akan dapat membantu pemahaman ibu hamil dalam memahami materi apa yang di sampaikan oleh konselor.

5.3 Perbedaan tingkat kecemasan ibu hamil dalam persiapan persalinan di masa pandemi Covid-19 yang di berikan terapi edukasi dan terapi dzikir di Desa Bhuluh Kecamatan Socah Kabupaten Bangkalan

Berdasarkan penelitian di dapatkan hasil uji *Independent t test* $p\text{-value } 0,011 < \alpha 0,05$ yang artinya H_0 di tolak dan H_a diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan kecemasan ibu hamil antara kelompok yang diberikan terapi edukasi dan dzikir.

Menurut Qonitun dan Betalia (2018), beberapa upaya telah dilakukan untuk menangani kecemasan pada ibu bersalin seperti pemberian dukungan spiritual dan relaksasi progresif. Salah satu cara untuk mengatasi kecemasan yaitu terapi dzikir yang berguna dalam kecemasan saat hamil karena dapat menurunkan rasa nyeri dan dapat membuat perasaan tidak nyaman. Terapi dzikir telah banyak diterapkan sebagai alternatif untuk menambah ketenangan, dan yang didengarkan di rumah sakit dan di tempat yang sunyi dapat membangkitkan

tanggapan relaksasi dan ketenangan atau penurunan ketegangan urat saraf refleks.

Menurut Mulyani (2019), Setelah di berikan Terapi edukasi dan dzikir dan telah tercapainya kondisi rileks, maka ibu hamil dapat mengakses sifat primitif pada otak belakangnya sehingga memicu pengeluaran hormon endorfin. Karena endorfin adalah hormon alami yang di produksi oleh tubuh manusia, maka endorfin adalah penghilang rasa tidak nyaman dan penghilang rasa sakit terbaik yang bermanfaat untuk mengurangi stress.

Menurut Prastika, (2017) untuk mengatasi persepsi yang salah terhadap proses persalinan, salah satunya dengan pemberian informasi atau edukasi tentang persiapan dan proses persalinan tersebut sehingga ibu hamil yang memiliki kecemasan terhadap

persalinan dapat mengubah persepsi yang salah tentang proses tersebut.

Menurut peneliti yaitu Perbedaan tingkat kecemasan ibu hamil dalam persiapan persalinan di masa pandemi Covid-19 yang diberikan terapi edukasi dan terapi dzikir di Desa Bhuluh Kecamatan Socah Kabupaten Bangkalan sangat efektif, karena pada saat seseorang mengalami kecemasan yang digunakan adalah keyakinan atau nilai dasar hidup orang tersebut dan keyakinan ini berakar dalam spiritual yaitu dengan terapi dzikir.

Terapi dzikir ini lebih berpengaruh terhadap kecemasan ibu hamil karena adanya perubahan yang di tunjukkan dengan penurunan kategori kecemasan pada kelompok terapi dan dzikir menunjukkan bahwa bagi ibu hamil yang mengikuti sehingga kecemasan yang

di alami dalam menghadapi kehamilan menjelang persalinannya dapat menurun. Hal tersebut

menunjukkan bahwa faktor psikologis sangat berkaitan dan menentukan reaksi fisiologis kehamilan dan persalinan.

Ketenangan yang didapatkan setelah mengikuti terapi edukasi dan dzikir memberikan ketenangan dan kesiapan secara psikologis pada ibu hamil sehingga akan membantu memperlancar proses persalinan.

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan analisa antara variabel dependen dan variabel independen dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada perbedaan tingkat kecemasan pada ibu hamil dalam persiapan persalinan di masa pandemi Covid-19 sebelum dan sesudah diberikan terapi dzikir
2. Ada perbedaan tingkat kecemasan ibu hamil dalam

persiapan persalinan di masa pandemi Covid-19 sebelum dan sesudah di berikan terapi edukasi

3. Ada perbedaan tingkat kecemasan ibu hamil dalam persiapan persalinan di masa pandemi Covid-19 yang di berikan terapi edukasi dan terapi dzikir

6.2 Saran

6.2.1 Saran Teoritis

Dapat dijadikan sebagai sarana untuk meningkatkan wawasan dan menerapkan pengetahuan serta menjadi evaluasi untuk dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil yang bervariasi sehingga dapat mengurangi kecemasan ibu hamil

6.2.2 Saran Praktis

a. Bagi Ibu hamil

Sebaiknya untuk ibu hamil yang mengalami kecemasan pada saat menjelang persalinan apalagi saat pandemi covid, ibu hamil melakukan terapi edukasi dan dzikir, karna terapi edukasi telah terbukti efektif untuk menurunkan kecemasan ibu hamil

b. Bagi peneliti selanjutnya

Sebagai tambahan ilmu pengetahuan dalam bidang kesehatan, sebagai pengalaman belajar dan acuan dalam melakukan penelitian selanjutnya. Terapi edukasi dan zikir tidak terbatas di terapkan hanya pada ibu hamil di masa pandemi. Tapi dapat pula di uji cobakan pada ibu dengan kehamilan anak pertama ataupun kepada ibu hamil yang resiko tinggi yang memiliki skor kecemasan yang tinggi.

c. Bagi tenaga kesehatan / bidan

Sebaiknya di lakukan tindak lanjut jika ada pasien ibu hamil yang mengalami kecemasan pada saat menjelang persalinan, petugas kesehatan atau bidan dapat membimbing ibu hamil agar ibu hamil menerapkan terapi ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Alibasjah, W, R., Izza, K., & Susiloningsih, N. (2016). *Hubungan Usia Ibu Hamil Trimester 3 Dengan Kecemasan Menghadapi Persalinan Pada Primigravida Di Wilayah Kerja Puskesmas Palimanan Cirebon*. Fakultas Kedokteran Diponegoro, 19–26.
- Aisyah, S., dkk (2018). *Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data*. Jember: Universitas Muhammadiyah Jember.

- Aspiani, Reni Yuli. (2017). Buku Ajar Asuhan Keperawatan Maternitas. Jakarta:Trans Info Media
- Badan Pusat Statistik, (2015). Angka Kematian Ibu Menurut Pulau per 100.000 Kelahiran Hidup. <https://www.bps.go.id/dynamictable/2018/06/05/1439/angka-kematian-ibu-menurut-pulau-per-100-000-kelahiran-hidup-2015.html> Diakses tanggal 20 Desember 2018
- Chayatin, Nurul, (2009). Ilmu Keperawatan Komunitas Pengantar dan Teori. Edisi 1. Jakarta : Salemba Medika.
- Cunha, B. A. (2015). *Antibiotics Essentials, 14thed. New Delhi: Jaypee Brothers Medical Publishers*, page 17-155.
- Handayani, R, Fajarsari, D, Asih, DRT, Rohmah, (2016) DN. *Pengaruh terapi murotalAl-qur'an terhadap penurunan intensitas nyeri Persalinan dan kecemasan dalam Persalinan primigravida kala I fase aktif di RSUD Prof. Dr. Margono Soekardjo. Jurnal Ilmiah Kebidanan, Vol. 7 No. 1 Agustus 2017 p: 119-129*
- Hayati, Fatihatul. (2020). "Yoga Untuk Meringankan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil." *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)* 2(2): 85
- Kemenkes RI. Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, (2014)
- (2020). *Jaga Diri dan Keluarga Anda dari Virus Corona – Covid-19*. [Online] Tersedia pada : www.kemkes.go.id [Diakses 4 Maret 2020].
- Profil Kesehatan Indonesia 2017. Jakarta: Kemenkes RI. Diakses pada tanggal 31 Januari 2019 dari <http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-tahun-2017.pdf>
- Profil Kesehatan Indonesia tahun (2015). Jakarta : Kemenkes RI;
- Kelly, Deanna L. Et Al. (2016). —*Schizophrenia Clinical Symptom Differences In Women Vs. Men With And Without A History Of Childhood Physical Abuse.*l
- Kumala SI. (2012). *Kesehatan Reproduksi*. Jakarta: Salemba Medika;
- Maulana, Heri, d.j, (2009). Promosi Kesehatan (Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC, (2009).
- Notoatmodjo S. (2012). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Nursalam. (2017). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis. (P. P.

- Lestari, Ed.) (4th ed.). Jakarta: Salemba Medika
- (2015). Manajemen Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika
- (2014). Manajemen Keperawatan: Aplikasi Dalam Praktik Keperawatan Profesional. Jakarta: Salemba Medika
- Rasmussen SA, Smulian JC, Lednicky JA, Wen TS, Jamieson DJ. Corona disease 2019 (COVID-19) and pregnancy : what obstetricians need to know. *Am J Obstet Gynecol.* (2020);222(5)1–12
- Sutejo. (2018)., *Konsep dan Praktik Asuhan Keperawatan Kesehatan Psikososial.* Yogyakarta : Pustaka Baru Press.
- Sugiyono. (2010). Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta
- (2018). Metode Penelitian Kombinasi (*Mixed Methods*). Bandung: CV Alfabeta.
- Sujarweni, V. Wiratna. (2014). Metode Penelitian: Lengkap, Praktis, dan Mudah Dipahami. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Z Zainiyah and E Susanti (2020): *Anxiety in Pregnant Women During Coronavirus (Covid-19) Pandemic in East Java, Indonesia*
- Usdati Mardhiyah Nuristighfari Masri Khaerani (2017): pelatihan dzikir untuk menurunkan kecemasan ibu hamil pertama. Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta