



**PENGARUH KOMBINASI RELAKSASI DENGAN DZIKIR
DAN TERAPI MUROTTAL AL-QUR'AN SURAH MARYAM
TERHADAP KESEJAHTERAAN JANIN DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS BANGETAYU SEMARANG**

SKRIPSI

Untuk memenuhi persyaratan mencapai Sarjana Keperawatan

Disusun Oleh:

Bella Pratiwi

30901800028

PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG

SEMARANG

2022

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, dengan sebenarnya menyatakan bahwa skripsi ini Saya susun tanpa Tindakan plagiarisme sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Jika dikemudian hari ternyata Saya melakukan Tindakan plagiarisme, saya bertanggung jawab sepenuhnya dan bersedia menerima sanksi yang dijatuhkan oleh Universitas Islam Sultan Agung Semarang kepada saya.

Semarang, 12 Januari 2022

Mengetahui,

Wakil Dekan I



(Ns.Hj. Sri Wahyuni, M.Kep,Sp.Kep.Mat)

Peneliti,



(Bella Pratiwi)

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul:

**PENGARUH KOMBINASI RELAKSASI DENGAN DZIKIR DAN
MUROTAL AL-QUR'AN SURAH MARYAM TERHADAP
KESEJAHTERAAN JANIN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
BANGETAYU SEMARANG**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

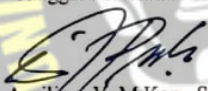
Nama : **Bella Pratiwi**

NIM : 30901800028

Telah disahkan dan disetujui oleh Pembimbing pada:

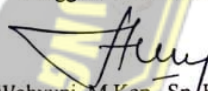
Pembimbing I

Tanggal : 12 Januari 2022


Ns. Aprihanti Y. M.Kep., Sp.Kep.Mat
NIDN. 0609067504

Pembimbing II

Tanggal : 12 Januari 2022


Ns. Sri Wahyuni, M.Kep., Sp/Kep. Mat
NIDN. 0618048901



HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul:

**PENGARUH KOMBINASI RELAKSASI DENGAN DZIKIR DAN
MUROTAL AL-QUR'AN SURAH MARYAM TERHADAP
KESEJAHTERAAN JANIN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
BANGETAYU SEMARANG**

Disusun oleh:

Nama : Bella Pratiwi

NIM : 30901800028

Telah dipertahankan di depan penguji pada tanggal 13 Januari 2022 dan
dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Penguji I,

Ns. Hj. Tutik Rahayu, M.Kep., Sp.Kep.Mat
NIDN. 0624027403

Penguji II,

Ns. Apriliani Yulianti W, M.Kep., Sp.Kep.Mat
NIDN. 0618048901

Penguji III,

Ns. Hj. Sri Wahyuni, M.Kep., Sp. Kep. Mat
NIDN. 0609067504

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan



Iwan Ardian, SKM., M.Kep.
NIDN. 0622087404

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG
Skripsi, Januari 2022**

ABSTRAK

Bella Pratiwi

**PENGARUH KOMBINASI RELAKSASI DENGAN DZIKIR DAN MUROTTAL
AL-QUR'AN SURAH MARYAM TERHADAP KESEJAHTERAAN JANIN DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS BANGETAYU SEMARANG**

41 + 3 tabel + xiii + 11 lampiran

Latar Belakang : Kesejahteraan janin merupakan kondisi dimana janin dalam keadaan sejahtera yang diukur berdasarkan denyut jantung dan gerakan janin. Penanda kesejahteraan janin meliputi denyut jantung janin, gerak napas janin, gerak badan janin, tonus otot janin, serta jumlah air ketuban, adapun faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan janin antara lain faktor genetik, penambahan berat badan dan nutrisi ibu hamil yang tidak adekuat, penyakit ibu yang kronis, infeksi selama kehamilan dan paparan karsinogen. Salah satu cara untuk menjaga keadaan janin dalam keadaan sejahtera yaitu dengan memberikan stimulasi pralahir, yaitu dengan relaksasi dzikir dan murottal Al-Qur'an. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kombinasi relaksasi dengan dzikir dan terapi murottal Al-qur'an surah Maryam terhadap kesejahteraan janin di Wilayah Kerja Puskesmas Bangetayu Semarang.

Metode : Metode penelitian yang digunakan adalah *kuantitatif* menggunakan *Pre-Eksperimental Design* dengan rancangan *One Group Pretest-Posttest*. Pengambilan sampel menggunakan teknik *probability sampling*, jumlah responden sebanyak 40 ibu hamil dengan menggunakan *uji McNemar*.

Hasil : Dari hasil pengujian Dzikir dan murottal Al-Qur'an terhadap kesejahteraan janin didapatkan angka signifikansi 0.000, yang artinya < 0.05 . Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kesejahteraan setelah diberikan intervensi relaksasi dengan dzikir dan murottal Al-Qur'an.

Simpulan : Hasil penelitian menyimpulkan bahwa ada pengaruh kombinasi relaksasi dengan dzikir dan terapi murottal Al-Qur'an surah Maryam terhadap kesejahteraan janin *p value* 0.000.

Kata kunci : Dzikir, Murottal Al-Qu'an, kesejahteraan janin

Daftar Pustaka : (2015 – 2021)

**THE EFFECT OF COMBINATION OF RELAXATION WITH DHIKR
AND MUROTTAL AL-QUR'AN SURAH MARYAM ON FETAL
WELFARE IN THE WORKING AREA OF BANGETAYU PUSKESMAS
SEMARANG**

Thesis, January 2021

ABSTRACT

Bella Pratiwi

**The Effect of Combination of Relaxation with Dhikr and Murottal Al-Qur'an
Surah Maryam on Fetal Welfare in the Work Area of the Bangetayu Health
Center Semarang**

xiii + 41 pages + 5 table + 3 picture

Background : Fetal well-being is a condition in which the fetus is in a state of well-being as measured by heart rate and fetal movement. The markers of fetal well-being include fetal heart rate, fetal breathing movements, fetal body movements, fetal muscle tone, and the amount of amniotic fluid, while factors that can affect fetal welfare include genetic factors, weight gain and inadequate nutrition of pregnant women, maternal diseases chronic conditions, infections during pregnancy and exposure to carcinogens. One way to keep the fetus in a prosperous state is to provide prenatal stimulation, namely by relaxing dhikr and murottal Al-Qur'an. This study aims to determine the effect of the combination of relaxation with dhikr and murottal Al-qur'an therapy from Surah Maryam on fetal welfare in the Work Area of the Bangetayu Health Center Semarang.

Methods : The research method used is quantitative using Pre-Experimental Design with One Group Pretest-Posttest design. Sampling using probability sampling technique, the number of respondents as many as 40 pregnant women using the McNemar test.

Results : From the results of the test of Dhikr and murottal Al-Qur'an on the welfare of the fetus, a significance number of 0.000, which means <0.05 . This shows that there are differences in welfare after being given relaxation interventions with dhikr and murottal Al-Qur'an.

Conclusion : The results of the study concluded that there was an effect of a combination of relaxation with dhikr and murottal Al-Qur'an Surah Maryam therapy on the welfare of the fetus, p value 0.000.

Keywords : Dhikr, Murottal Al-Qur'an, fetal well-being

Bibliographies : 40 (2015 – 2021)

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan Alhamdulillahirobbilalmin segala puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “Pengaruh Kombinasi Relaksasi dengan Dzikir dan Murottal Al-Qur’an Surah Maryam terhadap Kesejahteraan Janin di Wilayah Kerja Puskesmas Bangetayu Semarang.” Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Penulisan skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Drs. Bedjo Santoso, M.T., Ph.D. selaku Rektor Universitas Islam Sultan Agung Semarang
2. Iwan Ardian SKM. M. Kep. Selaku Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung
3. Ns. Indra Tri Astuti M.Kep.,Sp.Kep.An selaku Kaprodi S1 Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung
4. Ns. Apriliani Yulianti Wuriningsih, M.Kep., Sp.Kep.Mat selaku pembimbing I yang telah sabar dan ikhlas meluangkan waktu dan tenaganya. Terimakasih karena sudah membimbing, memberikan ilmu yang bermanfaat, nasehat, serta semangat dalam menyusun skripsi ini.

5. Ns. Sri Wahyuni, M.Kep., Sp. Kep. Mat selaku pembimbing II yang telah membuat saya antusias dalam membuat skripsi yang baik dan benar serta meluangkan waktu dan tenaganya dalam memberikan bimbingan.
6. Seluruh Dosen Pengajar dan Staf Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan serta bantuan kepada penulis selama menempuh studi.
7. Teruntuk kedua Orang Tua saya Bapak Kastawi dan Ibu Siti Aslakatun yang selalu memberikan doa dan dukungannya.
8. Kepada keluarga besar saya, terutama kakek dan nenek yang tiada hentinya mendoakan saya, memberi semangat dan selalu memberikan dukungan.
9. Kepada kekasih tersayang Muhamad Ali Farhan, yang selalu memotivasi dan memberi semangat.
10. Sahabat - sahabat saya yang telah memberikan dukungan dan semangat untuk menyelesaikan skripsi ini.
11. Teman-teman angkatan 2018 Prodi S1 Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
12. Teman-teman 1 Departemen Maternitas yang sudah memberi dukungan dan semangat dalam menyusun skripsi ini.
13. Semua pihak yang tidak dapat penulis tuliskan satu per satu.

Semoga Allah SWT membalas budi baik semua pihak yang telah memberi kesempatan, dukungan dan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini. Besar harapan penulis akan saran dan kritik yang bersifat membangun, penulis sadari bahwa skripsi ini jauh dari sempurna, namun penulis berharap bermanfaat kiranya skripsi ini dapat bermanfaat bagi para pembaca.



DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	i
HALAMAN PERSETUJUAN	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN	ii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar belakang.....	1
B. Rumusan masalah.....	5
C. Tujuan penelitian.....	7
D. Manfaat penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Tinjauan teori	8
1. Kesejahteraan janin	8
2. Kombinasi relaksasi dengan dzikir dan terapi murottal Al-qur'an surah Maryam.....	11
3. Pengaruh kombinasi relaksasi dengan dzikir dan terapi murottal Al-Qur'an surah Maryam terhadap kesejahteraan janin.....	14
B. Kerangka teori	15
C. Hipotesis	16
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	15
A. Kerangka konsep	15
B. Variabel penelitian	15

C. Jenis dan desain penelitian	16
D. Populasi dan sampel penelitian	17
E. Tempat dan Waktu Penelitian	19
F. Definisi oprasional dan definisi istilah.....	19
G. Instrumen/ alat pengumpulan data	21
H. Metode pengumpulan data	21
I. Rencana analisa data	23
J. Etika penelitian.....	26
BAB IV HASIL PENELITIAN	26
A. Analisa Univariat.....	26
B. Analisa Bivariat	28
BAB V PEMBAHASAN	30
A. Karakteristik responden.....	30
B. Pengaruh kombinasi relaksasi dengan dzikir dan terapi murottal Al-Qur'an surah Maryam terhadap kesejahteraan janin	35
C. Keterbatasan penelitian	38
D. Implikasi untuk keperawatan	38
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN.....	40
A. Simpulan.....	40
B. Saran.....	41
DAFTAR PUSTAKA	42

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Definisi Operasional.....	19
Tabel 4. 1 Distribusi frekuensi karakteristik ibu hamil	26
Tabel 4. 2 Distribusi frekuensi sebelum dan sesudah intervensi.....	27
Tabel 4. 3 Hasil Uji Normalitas	28
Tabel 4. 4 Pengaruh kombinasi.....	28



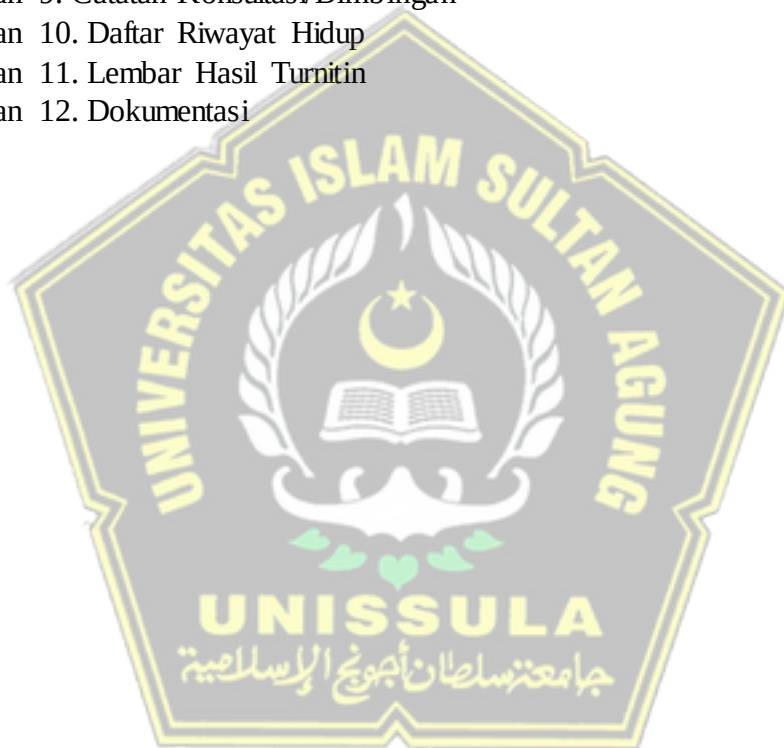
DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori.....	15
Gambar 3. 1 Kerangka Konsep	15
Gambar 3. 2 Skema Alur Penelitian.....	23



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Izin Penelitian
- Lampiran 2. Surat Ijin Pengambilan Data Penelitian
- Lampiran 3. Surat Jawaban Ijin Pengambilan Data/pelaksanaan Penelitian
- Lampiran 4. *Ethical Clearance*
- Lampiran 5. Hasil Pengolahan Data
- Lampiran 6. Lembar Persetujuan menjadi Responden
- Lampiran 7 Lembar Observasi
- Lampiran 8 Standar Operasional Prosedur
- Lampiran 9. Catatan Konsultasi/Bimbingan
- Lampiran 10. Daftar Riwayat Hidup
- Lampiran 11. Lembar Hasil Turnitin
- Lampiran 12. Dokumentasi



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Kesejahteraan janin merupakan perkembangan janin yang normal. Hal ini ditandai dengan tidak ada gangguan pada ibu. Kehamilan tidak selalu berjalan dengan normal adapun faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan janin antara lain faktor genetik, penambahan berat badan dan nutrisi ibu hamil yang tidak adekuat, penyakit ibu yang kronis, infeksi selama kehamilan dan paparan karsinogen. Dampak dari tidak sejahteranya janin dapat mengakibatkan ketinggian Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB). Pada janin terjadinya hipoksia, gangguan pertumbuhan, cacat bawaan, infeksi hingga kematian (Hodijah et al., 2018).

Salah satu negara yang berada di kawasan Asia yaitu Indonesia yang gagal menurunkan Angka Kematian Ibu (AKI) akibat perdarahan (32%), eklamsia (14%), persalinan jangka panjang (12%), infeksi (11%), dan keguguran Target (14%). Penyakit jantung (5%) dan lain-lain (12%). Perdarahan ibu diakibatkan oleh retensi plasenta, anemia berat, persalinan lama, dan lainnya (Maharani & Hayati, 2020). Menurut *World Health Organization* (WHO) Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia menempati peringkat ke-3 dari seluruh negara di ASEAN. Meskipun banyak tujuan yang belum dapat di selesaikan, banyak negara di keseluruhan dunia berpegang teguh dengan komitmen pada salah satu agendanya yaitu agenda pembangunan global *Milenium Development Goals* (MDGs) dalam bentuk

suatu agenda untuk membangun secara terus-menerus yang dikenal dengan *Sustainable Development Goals* (SDGs) (Ulfiana, 2020). Trauma persalinan serta penyakit infeksi merupakan faktor utama pemicu tingginya angka kematian bayi perinatal di negara berkembang. Pemantauan kesejahteraan janin dalam kandungan merupakan satu dari banyaknya cara untuk dapat menurunkan angka kematian janin yang diakibatkan dari kematian perinatal akibat hipoksia janin dalam kandungan. Beberapa variabel yang dapat digunakan sebagai parameter untuk menentukan kesehatan janin, yaitu: gerakan pernapasan, gerakan janin, tekanan janin, denyut jantung janin, dan volume cairan ketuban. (Nugraheni & Romdiyah, 2018).

Pada masa kehamilan ibu dapat memberikan rangsangan pada janin melalui suara-suara, salah satunya melalui memperdengarkan musik yang akan membentuk getaran teratur, sehingga pada penginderaan dapat menerima rangsangan dari organ tubuh, janin dengan usia 3 minggu yang berada didalam kandungan telah mempunyai perasaan, kesadaran, daya ingat, keahlian belajar, sanggup mengenali perbandingan antara terang dan gelap dan dapat menerima rangsangan dari luar. Rangsangan yang diberikan kepada janin yaitu meliputi fisik-motorik janin yaitu dengan mengelus perut ibu atau sentuhan terhadap kulit perut ibu, juga dapat memberikan stimulasi kognitif terhadap janin dengan mengajak berbicara dan juga menceritakan suatu hal kepada janin di dalam rahim serta stimulasi yang efektif yaitu dengan menyentuh perasaan janin di dalam rahim menggunakan musik maupun murottal Al-qur'an yang dapat merangsang perkembangan dari sel-

sel otak janin (Suri, 2019). Teknik mengingat Allah atau yang biasa disebut dengan dzikir merupakan satu dari berbagai teknik mendekatkan diri kepada Allah dalam agama Islam, dikarenakan berdzikir mampu menenangkan jiwa seseorang, membangun kepercayaan diri seseorang, membangkitkan kepercayaan diri, memberikan kekuatan, perasaan aman, merasa tenang, serta memberikan perasaan bahagia tersendiri. Menurut dunia kedokteran juga dapat didapati yaitu seseorang yang memiliki keterbiasaan dengan hal baik yaitu mengingat Allah dengan cara berdzikir dengan langsung otak akan memproses otomatis dan akan berespon cepat terhadap pengeluaran endorphine yang dapat membuat seseorang merasa bahagia maupun membuat seseorang merasakan kenyamanan (Patimah et al., 2015). Dzikir adalah sebuah tindakan yang dilakukan seseorang untuk mengingat kenikmatan yang di beri dari Allah. Dan juga, berdzikir diartikan dapat meliputi pengertiannya yaitu melafalkan lafal berdzikir serta memikirkan kepada Allah di berbagai situasi, merasa takut dan juga memiliki harapan hanya dengan Allah, dikarenakan seluruh perihal apapun serta urusan di diri manusia apapun merupakan kehendak Allah (Niko, 2018).

Gelombang delta dapat terstimulus dengan lantunan ayat suci Al-qur'an dan dapat menyebabkan pendengarnya merasa dirinya dalam keadaan ketenangan, ketenangan, dan kenyamanan (Trianingsih, 2019). Ketika seorang wanita mengandung, didalam Islam disunnahkan untuk memberi stimulasi pralahir kepada janin dengan mendengarkan Al-Qur'an secara rutin. Agar saat anak lahir, anak telah terbiasa dengan lantunan Al-

Qur'an. Hal itu adalah versi yang dipergunakan seseorang ketika akan memberi stimulasi kepada janin yang berada di dalam kandungan melalui luar rahim, dapat memiliki kemanfaatan bagi ibu dan kandungannya. Para ulama' terdahulu telah mempraktikkan mendengarkan Al-Qur'an pada janin untuk mencerdaskan otak. Surah yang anjurkan untuk dibaca selama kehamilan untuk memberikan stimulasi pralahir kepada janin merupakan surah Maryam. Adapun tujuannya mendengarkan surah Maryam yaitu untuk mendekatkan diri terhadap sang pencipta dan juga untuk meminta permohonan agar janin yang dikandung menjadi anak yang sholeh. (Setiowati, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian Nugraheni dan Romdiah, (2018) menyatakan bahwa ibu hamil trimester III pada kelompok terapi murotal lebih baik untuk mengurangi kecemasan dibandingkan dengan ibu hamil trimester III yang diberi perlakuan senam hamil p-value 0,01 dengan selisih rata 0,71 point. Hasil penelitian Trianingsih (2019) juga terdapat pengaruh kombinasi murotal Al- qur'an surah Ar-Rahman dan dzikir terhadap intensitas nyeri kala I.

Survei pendahuluan yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Bangetayu didapatkan hasil sebanyak 50 ibu hamil yang melakukan kunjungan pada bulan Mei - Juni 2021. Dari 15 ibu hamil yang dilakukan wawancara, didapatkan 3 orang (15,0 %) ibu hamil yang memiliki kebiasaan mendengarkan Al-qur'an dan dzikir, 5 orang (50,0 %) ibu hamil yang tidak memiliki kebiasaan mendengarkan Al-qur'an dan dzikir, 4 orang (20,0%)

ibu hamil yang memiliki pengetahuan rendah tentang keuntungan yang bisa didapatkan ketika mendengarkan Al-qur'an dan berdzikir dan 3 ibu hamil (15,0%) mengatakan mempunyai kegiatan bekerja kemudian tidak mempunyai waktu yang banyak untuk digunakan mendengarkan Al-qur'an dan berdzikir. Dengan hasil survei yang didapat penulis akan melakukan penelitian yang berjudul pengaruh kombinasi relaksasi dengan dzikir dan terapi murotal Al qur'an surah Maryam terhadap kesejahteraan janin di wilayah kerja Puskesmas Bangetayu.

B. Rumusan masalah

Melakukan pengamatan kesejahteraan janin adalah suatu kegiatan yang perlu dikerjakan saat seseorang atau ibu yang sedang mengandung, yang bertujuan agar mengetahui perkembangan maupun peningkatan janin. Adapun faktor-faktor yang dapat menyebabkan angka pada normalitas pada perinatal tinggi yaitu dengan adanya penyakit infeksi pada kehamilan maupun trauma pada saat persalinan. Tingginya angka perinatal dapat diturunkan dengan melakukan pemantauan kesejahteraan janin dalam rahim. Mengenai komponen ukuran untuk diketahuinya kesejahteraan maupun kesehatan janin yaitu dengan pemeriksaan gerakan janin, gerakan napas janin, tonus janin, denyut jantung janin, dan volume air ketuban.

Salah satu pendekatan keyakinan kerohaniyan didalam agama Islam yaitu dengan teknik berdzikir atau memikirkan Allah. Teknik tersebut berisi lafal-lafal dzikir yang mampu memberikan ketenangan bagi

setiap orang, menumbuhkan kepercayaan diri seseorang, memberi daya positif dalam suatu hal, merasa nyaman, tenang, dan juga dapat memberi sensasi kebahagiaan. Menurut bidang kedokteran perasaan bahagia dan nyaman dapat diperoleh dengan keotomatisan otak pada saat menerima respon ataupun mendapatkan respon dari pengeluaran endorpin pada saat seseorang melakukan berdzikir dengan sering.

Ketika seorang wanita mengandung, didalam Islam disunnahkan untuk memberi stimulasi pralahir kepada janin dengan mendengarkan Al qur'an secara rutin. Agar saat anak lahir, anak telah terbiasa dengan lantunan ayat suci Al qur'an. Mendengarkan Al qur'an merupakan suatu cara yang dipakai untuk memberikan stimulasi kepada janin yang dilakukan melalui luar rahim, dan dari mendengarkan Al qur'an bagi ibu dan janin mendapatkan keuntungan. Para ulama' terdahulu telah mempraktikan mendengarkan Al-Qur'an pada janin untuk mencerdaskan otak. Surah yang dianjurkan untuk dibaca selama kehamilan untuk memberikan stimulasi pralahir kepada janin yaitu surah Maryam. Mendengarkan surah Maryam tersebut memiliki tujuan yaitu untuk mendekatkan diri terhadap Allah dan berharap agar janin yang dikandung menjadi anak yang shaleh.

Berdasarkan hasil Survei pendahuluan yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Bangetayu didapatkan hasil sebanyak 50 ibu hamil yang melakukan kunjungan pada bulan Mei - Juni 2021. Dari 15 ibu hamil yang dilakukan wawancara, didapatkan 3 orang ibu hamil yang memiliki

kebiasaan mendengarkan Al-qur'an dan dzikir, 5 orang ibu hamil yang tidak memiliki kebiasaan mendengarkan Al-qur'an dan dzikir, 4 orang ibu hamil yang memiliki pengetahuan rendah tentang keuntungan yang bisa didapatkan ketika mendengarkan Al-qur'an dan berdzikir dan 3 ibu hamil mengatakan mempunyai kegiatan bekerja kemudian tidak mempunyai waktu yang banyak untuk digunakan mendengarkan Al-qur'an dan berdzikir. Berdasarkan dari survei, maka peneliti ingin membuktikan bagaimanakah pengaruh kombinasi relaksasi dengan dzikir dan terapi murotal Al qur'an surah Maryam terhadap kesejahteraan janin di wilayah kerja Puskesmas Bangetayu?

C. Tujuan penelitian

1. Tujuan umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kombinasi relaksasi dengan dzikir dan terapi murotal Al qur'an surah Maryam terhadap kesejahteraan janin di Wilayah Kerja Puskesmas Bangetayu.

2. Tujuan khusus

- a. Diketuinya karakteristik ibu hamil (usia ibu, usia gestasi, gravida, pekerjaan, pendidikan, pendapatan) di wilayah kerja Puskesmas Bangetayu
- b. Diketuinya tingkat kesejahteraan janin sebelum diberikan kombinasi relaksasi dengan dzikir dan terapi murotal Al qur'an surah Maryam di wilayah kerja Puskesmas Bangetayu

- c. Diketuinya tingkat kesejahteraan janin sesudah diberikan kombinasi relaksasi dengan dzikir dan terapi murotal Al qur'an surah Maryam di wilayah kerja Puskesmas Bangetayu
- d. Diketuinya pengaruh kombinasi relaksasi dengan dzikir dan terapi murotal Al-qur'an surah Maryam terhadap tingkat kesejahteraan janin di Wilayah Kerja Puskesmas Bangetayu

D. Manfaat penelitian

1. Bagi instansi kesehatan

Diharapkan pada penelitian ini hasilnya dapat bermanfaat bagi pelayanan kesehatan mengenai kombinasi relaksasi dengan dzikir dan terapi murotal Al qur'an surah Maryam terhadap tingkat kesejahteraan janin.

2. Bagi institusi pendidikan

Bagi institusi pendidikan penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan untuk pembelajaran dan referensi bagi kalangan yang akan melakukan penelitian lebih lanjut dengan pembahasan yaitu kombinasi relaksasi dengan dzikir dan terapi murotal Al-qur'an surah Maryam terhadap tingkat kesejahteraan janin

3. Bagi masyarakat

Bagi masyarakat penelitian ini diharapkan bisa memberi arahan pada masyarakat tentang pengaruh kombinasi relaksasi dengan dzikir dan terapi murotal Al qur'an surah Maryam terhadap tingkat kesejahteraan janin. sehingga masyarakat mengaplikasikan terapi

tersebut dan mengetahui pengaruh kombinasi relaksasi dzikir dan terapi murotal Al qur'an surah Maryam terhadap tingkat kesejahteraan janin.



BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan teori

1. Kesejahteraan janin

Pemantauan kesejahteraan janin dapat dipakai untuk diketahuinya kesejahteraan janin yang berada perut ibunya, kemudian dapat diketahuinya ada atau tidaknya asfiksia dapat dideteksi secara dini, dengan ditunjukkannya Pertumbuhan Janin Terhambat (PJT). Janin bisa dikatakan sejahtera melalui banyaknya pemeriksaan yaitu terdiri dari gerakan dan perilaku janin serta denyut jantung (Hodijah et al., 2018). Pemeriksaan kehamilan merupakan suatu bentuk untuk memperhatikan kesehatan ibu dan janin dalam keadaan sehat. Tidak hanya digunakan sebagai cara untuk mengevaluasi keadaan ibu dan janin, pemeriksaan kehamilan juga berperan penting digunakan sebagai mengawasi tumbuh kembang janin serta dapat mengetahui dari dini ada atau tidaknya kelainan pada ibu ataupun janin. Ada berbagai alat ataupun metode yang bisa digunakan untuk memantau kesejahteraan janin antara lain :

a. Tinggi Fundus Uteri (TFU)

Tinggi fundus uteri (TFU) merupakan salah satu pengontrolan dalam masa kehamilan. Cara untuk mengukur

TFU diatas simfisis digunakan sebagai pengukuran untuk membantu memperkirakan panjang dan berat janin dalam kandungan. Cara Pengukuran dimulai melalui tepi atas simpisis pubis menuju midline fundus uteri dilakukan menggunakan tali meteran dan dicatat, dalam pengukuran umumnya didefinisikan sebagai jarak dalam sentimeter. Pemeriksaan TFU didasarkan pada perubahan anatomi dan fisiologi uterus selama kehamilan dan juga pengukuran TFU sebagai peran penting untuk memeriksakan keamilan (Sari, 2018).

b. Tafsiran Berat Janin (TBJ)

Pemantauan perkembangan janin dapat dilakukan melalui melihat Taksiran berat janin (TBJ). Taksiran berat janin (TBJ) merupakan suatu cara menafsirkan berat badan suatu janin saat masih berada didalam kandungan sehingga harapanya dapat diketahui keabnormalan pada janin, TBJ bisa untuk mengurangi tingkatan morbiditas dan mortalitas terkait kemungkinan penyulit yang dapat terjadi saat proses persalinan, salah satu cara yang gunanya dapat mengetahui taksiran berat janin yaitu dengan pemeriksaan ultrasonografi, dan pengukuran tinggi fundus uteri (Simanjuntak & Simanjuntak, 2020).

c. Denyut jantung janin (DJJ)

Pengukuran kesejahteraan janin bisa dilaksanakan melalui suatu metode yang sederhana, salah satunya yaitu dengan menghitung denyut jantung janin menggunakan fetal doppler. Denyut Jantung Janin adalah suatu indikator yang digunakan untuk memantau kondisi janin di dalam kandungan dengan keadaan sehat atau tidak.. Frekuensi DJJ normalnya adalah 120-160 kali/menit. Apabila DJJ < 110 kali/menit disebut bradikardi dan bila > 160 kali/menit disebut takikardi. Alat yang dapat digunakan untuk mendengarkan DJJ adalah leannac dan doppler. (Minarti & Risnawati, 2020)

d. Gerakan janin

Pengkajian janin bisa didapatkan dengan menggunakan metode yang sederhana, seperti perhitungan denyut jantung janin dengan menggunakan fetal doppler. Gerakan janin merupakan salah satu penanda kesehatan pertumbuhan dan perkembangan janin. Cara yang dapat dilakukan saat akan melakukan penghitungan gerakan janin yaitu dengan menghitung 10 gerakan dalam 1 hari dan dapat dicatat dalam grafik gerakan, adapun dalam 1 hari dapat merasakan lebih dari 10 gerakan. Pemeriksaan dengan gerakan janin dapat dilakukan di usia kehamilan > 16 minggu (Yani et al., 2021)

2. Kombinasi relaksasi dengan dzikir dan terapi murottal Al-qur'an surah Maryam

Teknik untuk mendekatkan diri kepada Allah atau mengingat Allah merupakan suatu pendekatan keyakinan kerohaniyan didalam agama Islam. Mendekatkan diri kepada Allah dapat dilakukan dengan berbagai hal diantaranya seperti sholat, membaca atau mendengarkan Al Qur'an, berdoa, berdzikir, serta mendengarkan ceramah keagamaan. Hal tersebut dapat memberikan seseorang ketenangan dan dapat berpikir positif, pikiran positif akan menghasilkan perasaan bahagia. dzikir dan murottal Al-Quran merupakan jenis terapi religius, terapi religius merupakan terapi keagamaan untuk menyembuhkan kesehatan seseorang (Hidayah, 2018).

a. Proses kombinasi

- 1) Mempersiapkan perlengkapan, seperti: tasbih, sajadah, Handphone (MP3), Headset, Alat-alat murottal yang sesuai dan lingkungan yang terasa hening sehingga dapat berkonsentrasi secara penuh.
- 2) melakukan prosedur pelaksanaan,
 - a) Menyapa dan memperkenalkan diri kepada responden
 - b) Menjelaskan prosedur terapi yang akan dilakukan

- c) Memberikan kesempatan kepada responden untuk bertanya sebelum dilakukan terapi relaksasi dzikir dan murottal
- d) Menjaga privasi responden
- e) Memulai kegiatan dengan cara yang baik, duduk dengan santai, tutup mata dan kendurkan otot-otot
- f) Bernapas dengan sacara perlahan dan dapat dimulai dengan berucap lafad dzikir yang dibacakan secara berulang-ulang
- g) Apanila didapati pemikiran yang dapat membuat diri gelisah, membuyarkan konsentrasi, kembalikan lagi dengan berfokus kepada pikiran
- h) Waktu yang dilakukan selama 10 menit
- i) Dilanjutkan dengan murottal Al-qur'an surah Maryam, batasi gangguan stimulasi eksternal seperti cahaya, suara, panggilan telepon selama mendengarkan terapi murottal
- j) Dekatkan handphone (MP3) dan perlengkapan alat terapi dengan responden
- k) Pastikan handphone (MP3) dan perlengkapan alat terapi dalam kondisi baik, Nyalakan handphone (MP3) dan lakukan terapi selama 20 menit

l) Pastikan volume suara terapi murottal sesuai dan tidak terlalu kecil maupun terlalu besar

3) Mengevaluasi terapi yang baru dilakukan, merapikan responden dan lingkungan di sekitar tempat terapi, berpamitan dengan responden, mencatat hasil observasi setelah dilakukan terapi murottal di lembar observasi yang hening sehingga dapat berkonsentrasi secara penuh (Patimah et al., 2015)

b. Keefektifan kombinasi

Kombinasi relaksasi dengan dzikir dan terapi murotal Al Qur'an surah Maryam dilakukan selama 30 menit, relaksasi dengan dzikir 10 menit kemudian di lanjut dengan murottal Al-Qur'an surah maryam selama 20 menit. Manfaat dari proses kombinasi tersebut adalah mengurangi ketakutan dan kegelisahan, mengurangi stress, mampu menenangkan janin dan memudahkan proses persalinan (Setiowati, 2020)

Berdasarkan penelitian sebelumnya menurut Trianingsih (2019) relaksasi dzikir dan murottal di lakukan selama 11-15 menit dan hasilnya terdapat adanya pengaruh kombinasi Murotal Al-qur'an surat Ar-Rahman dan dzikir terhadap intensitas nyeri kala I persalinan normal.

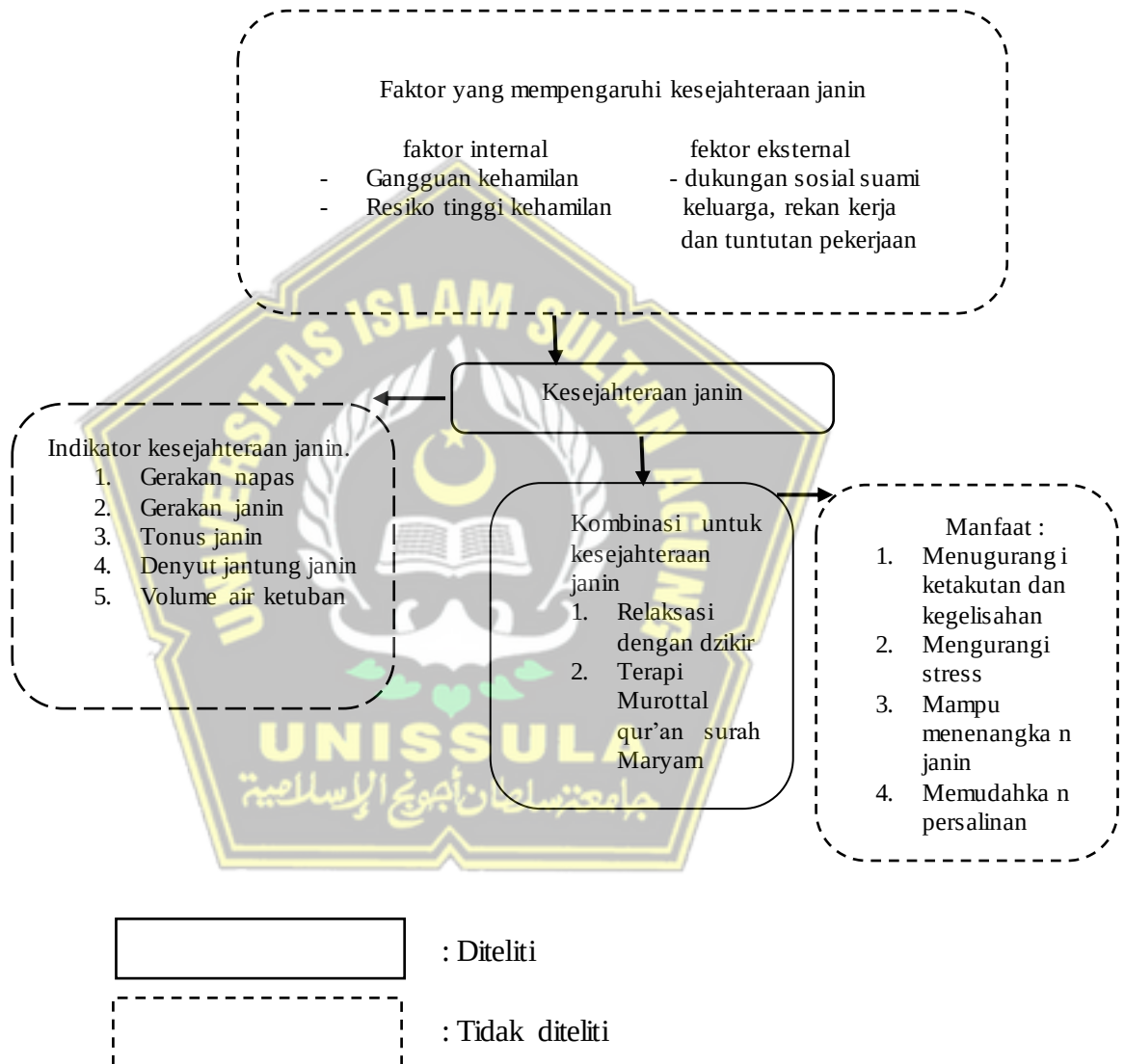
3. **Pengaruh kombinasi relaksasi dengan dzikir dan terapi murotal Al-Qur'an surah Maryam terhadap kesejahteraan janin**

Pengkombinasian murotal Al-qur'an dan relaksasi dengan dzikir adalah suatu metode distraksi yang cocok sebagai kesejahteraan janin. Lantunan ayat suci Al qur' an dapat menstimulasi gelombang Delta yang menimbulkan pada saat pendengar merasakan ketenangan, ketentraman serta merasa dirinya aman, sedangkan relaksasi dengan dzikir kepada Allah akan dapat memunculkan perasaan seseorang menjadi tenang, tentram serta nyaman (Trianingsih, 2019).

Penelitian tentang pengaruh kombinasi relaksasi dengan dzikir dan terapi murotal Al-qur'an surah Maryam terhadap kesejahteraan janin sejauh pengetahuan penulis, belum pernah dilakukan penelitian tentang hal tersebut, tapi juga terdapat hal-hal yang mampu mendukung penelitian ini yaitu, berdasarkan hasil penelitian sebelumnya oleh Widiastuti (2018) yang berjudul "Terapi Dzikir Dan Murottal Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Pre Eklampsia Ringan" menunjukkan adanya pengaruh Relaksasi dzikir mampu mengurangi kecemasan terhadap responden, dan juga terapi murotal dapat mengurangi kecemasan responden. Dan pada penelitian Trianingsih, (2019) yang berjudul "Pengaruh Murotal Al Qur'an dan Dzikir terhadap Intensitas Nyeri Kala I Persalinan" di

dapatkan hasil pengaruh kombinasi murottal Al Qur'an surah Ar-rahman dan dzikir terhadap intensitas nyeri kala I persalinan.

B. Kerangka teori



Gambar 2. 1 Kerangka Teori

(Sumber : Faradisa et al., 2017 ; Minarti & Risnawati, 2020)

C. Hipotesis

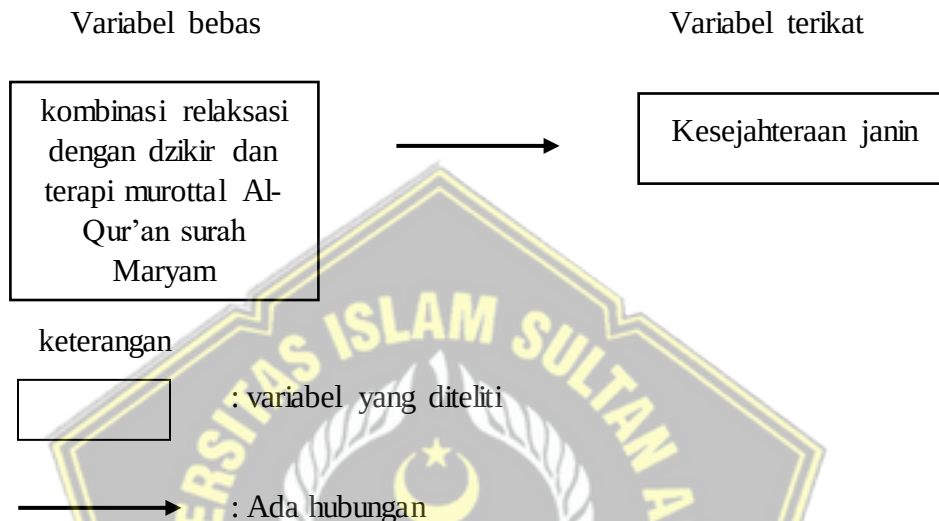
Hipotesis adalah jawaban sementara atau dugaan dalam masalah penelitian, yang jawabannya perlu diuji. Hipotesis diturunkan atau dirangkum dari kerangka teori atau kesimpulan teori (Suryana, 2012). Hipotesis dalam penelitian ini adalah H_a : terdapat pengaruh kombinasi relaksasi dengan dzikir dan terapi murotal Al-qur'an surah Maryam terhadap tingkat kesejahteraan janin di Puskesmas Bangetayu.



BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Kerangka konsep



Gambar 3.1 Kerangka Konsep

B. Variabel penelitian

Variabel penelitian merupakan suatu nilai dari objek individu yang memiliki banyak macam tertentu dan ditentukan oleh peneliti yang bertujuan untuk dipelajari dan mencari informasinya agar bisa ditarik kesimpulannya (Hikmah, 2017).

1. Variabel independen

Variabel independen adalah variabel bebas yang mampu mempengaruhi atau menjadi penyebab berubahnya variabel dependen atau variabel terikat (Hikmah, 2017). Variabel independen yang

digunakan pada penelitian ini yaitu kombinasi kombinasi relaksasi dengan dzikir dan terapi murotal Al qur'an surah Maryam

2. Variabel dependen

Merupakan variabel terikat yang mempengaruhi atau dapat menjadi akibat karena adanya variabel bebas (Hikmah, 2017). Variabel dependen dalam penelitian ini adalah kesejahteraan janin.

C. Jenis dan desain penelitian

Jenis metodologi penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah kuantitatif menggunakan metode *Pra-Exsperiment* dengan rancangan *One-group pretest-posttest design* yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh yang akan timbul pada saat dilakukan intervensi, merupakan hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan satu kelompok subjek. Hanya satu kelompok subjek dikarenakan keterbatasan waktu, maka peneliti hanya menggunakan kelompok intervensi dan tidak menggunakan kelompok kontrol. (Nursalam, 2015).

Subjek	Pretest	Perlakuan	Posttest
K	O	I	O1
	Time 1	Time 2	Time 3

Keterangan

- K : subjek (ibu hamil)
- O : observasi tingkat kesejahteraan janin sebelum diberikan terapi (kombinasi relaksasi dengan dzikir dan terapi murotal Al-qur'an surah Maryam)
- I : intervensi (kombinasi relaksasi dengan dzikir dan terapi murotal Al-qur'an surah Maryam)

- O1 : observasi tingkat kesejahteraan janin setelah diberikan terapi (kombinasi relaksasi dengan dzikir dan terapi murotal Al-qur'an surah Maryam)

D. Populasi dan sampel penelitian

1. Populasi

Populasi merupakan seluruh data subyek yang memiliki kualitas dan karakteristik. Yang ditentukan oleh peneliti melalui kriteria inklusi yang hasilnya berupa angka maupun bukan angka (siyoto, 2015). Pada penelitian ini populasi adalah ibu hamil yang melakukan ANC di wilayah kerja Puskesmas Bangetayu pada bulan Mei-Juni 2021 yang berjumlah 50 responden.

2. Sample

Sample adalah pilihan dari sebagian populasi yang dipilih karena jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh setiap populasi tersebut (Sugiyono., 2014). Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *sempling sederhana (simple random sampling)* yaitu pengambilan data dari setiap keseluruhan populasi mempunyai kesempatan yang sama untuk di pilih. Penentuan besar sampel yang akan digunakan yaitu menggunakan rumus *Lemeshow*, Berikut rumus *Lemeshow* yaitu :

$$n = \frac{N.Z_{\alpha}.p.q}{N.d^2 + Z_{\alpha}^2. p.q}$$

Keterangan :

n : jumlah sampel

N : jumlah populasi

Zo : Standar normal untuk nilai deviasi Nilai (1,96)

p : Proporsi kejadian, jika tidak diketahui maka 0,5

q : 1-p

d : Besar penyimpangan 0,1

Sesuai rumus di atas, di dapatkan hasil sebagai berikut.

$$n = \frac{N \cdot Z_a \cdot p \cdot q}{N \cdot d^2 + Z_a^2 \cdot p \cdot q}$$

$$n = \frac{50 \cdot (1.96)^2 \cdot 0.5 \cdot (1-0.5)}{50 \cdot (0.1)^2 + (1.96)^2 \cdot 0.5 \cdot (1-0.5)}$$

$$n = \frac{48.02}{0.5 + 0.9604}$$

$$n = 38.88$$

Untuk mengantisipasi apabila responden yang tidak mengikuti penelitian, maka hasil dari sampel di kali 10% untuk menghitung nilai *drop out*. Jadi keseluruhan jumlah sampel pada penelitian ini adalah 40 responden. Pengambilan sampel pada penelitian ini akan diambil di wilayah kerja Puskesmas Bangetayu Semarang.

a. Kriteria inklusi

Kriteria inklusi merupakan karakteristik yang umum subjek penelitian dari suatu populasi target yang mudah didapatkan atau terjangkau dan dilakukan penelitian (Nursalam, 2015). Subjek kriteria pada penelitian ini diantaranya adalah:

- 1) Ibu hamil beragama Islam
- 2) Ibu hamil yang bersedia menjadi responden
- 3) Ibu hamil trimester II dan III

b. Kriteria eksklusi

Kriteria eksklusi merupakan mengeluarkan/mengeluakan subjek yang memenuhi kriteria inklusi, dimana peneliti tidak menjadikan subjek ini ke dalam sample. Subjek kriteri penelitian :

- 1) Ibu hamil yang tidak bersedia menjadi responden
- 2) Ibu hamil yang dalam keadaan sakit
- 3) Ibu hamil yang menderita penyakit kronis ataupun komplikasi dalam kehamilan seperti hipertensi, preeklamsia, diabetes melitus, perdarahan, TBC.

E. Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat dilakukannya penelitian di wilayah kerja puskesmas Bangetayu Kabupaten Semarang. Pengumpulan data dan proses penelitian dilaksanakan pada bulan November 2021

F. Definisi oprasional dan definisi istilah

Tabel 3. 1 Definisi Operasional

No.	Variable Penelitian	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Variable
1.	kombinasi Relaksasi	suatu kombinasi terapi relaksasi yang	Timer dan Lembar	-	-

	dengan dzikir dan Murottal Al-Qur'an surah Maryam	menggabungkan dzikir dan murottal, dilakukan dengan melafalkan bacaan, (Subhanallah, Alhamdulillah, Allahu Akbar, La illaha illallah, dan Lahaula walaquwwata illabillah)	observasi untuk mengetahui pengaruh relaksasi dengan dzikir dan murottal Al-Qur'an surah Maryam
		dilakukan selama 1 minggu 3 kali perlakuan, selama 30 menit, 10 menit untuk berdzikir dan murottal selama 20 menit sebelum dilakukan pengukuran kesejahteraan janin	
2.	Kesejahteraan janin	Kondisi dimana janin di dalam rahim dalam keadaan sejahtera tidak terdapat gangguan apapun yang diukur berdasarkan denyut jantung dan gerakan janin	Doppler alat untuk pemantauan DJJ dan lembar observasi untuk mengetahui kesejahteraan janin dengan pretest-posttest Janin dalam keadaan sejahtera : DJJ 1. Resiko bradikardi (120-130) 2. Sejahtera (131-150) 3. Resiko takikardi 151-160 Gerakan janin 1. 4 - >4 : Normal 2. <4 : Tidak normal

G. Instrumen/ alat pengumpulan data

Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan untuk mengumpulkan data dan dapat mengerjakan suatu penelitian (Sugiyono., 2014). Pada penelitian ini menggunakan *Fetal doppler* HI bebe icd bistos BT-200 dan sudah teruji validitas dan reabilitas sesuai dengan Standard DEPKES RI AKL 21102807285 untuk mengukur kesejahteraan janin. Dan alat headset digunakan untuk mendengarkan murottal Al-Qur'an surah Maryam, juga tasbih untuk berdzikir.

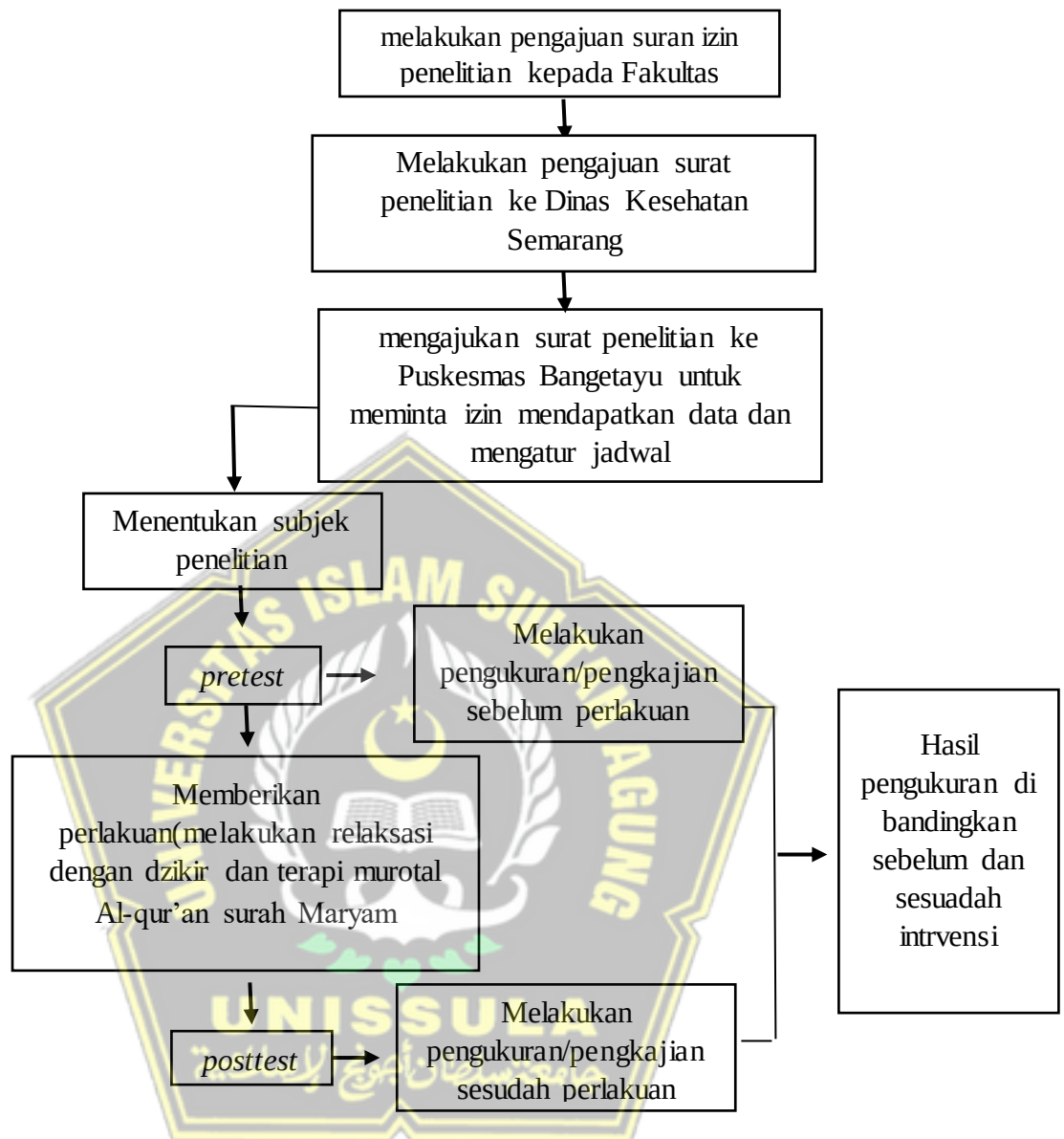
H. Metode pengumpulan data

Data pada penelitian ini yang dipakai merupakan data primer. Data primer yaitu di yang diambil secara langsung dari responden. Data penelitian ini diambil dari data primer yang diperoleh dari ibu hamil di wilayah kerja puskesmas Bangetayu. (Syahrums & Salim, 2012) Prosedur pengambilan data ini di lakukan dengan cara :

1. Peneliti terlebih melakukan pengajuan suran izin penelitian kepada Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang dan sesuai prosedur yang telah di tentukan.
2. Setelah meminta surat izin kepada pihak fakultas, mengajukan surat izin penelitian kepada dinas kesehatan kota Semarang, kemudian mengajukan surat izin penelitian dari fakultas dan surat izin penelitian dari dinas kesehatan kota Semarang kepada puskesmas Bangetayu, untuk meminta izin melakukan penelitian dan mendapatkan data kemudian mengatur jadwal untuk di lakukan kombinasi relaksasi dengan dzikir dan terapi murottal qur'an surah Maryam.

3. Melakukan pemilihan responden berdasarkan kriteria inklusi yang telah ditetapkan oleh peneliti. Pemilihan responden dilakukan dengan wawancara.
4. Menjelaskan secara rinci tujuan, manfaat dan tahap penelitian sesuai etika penelitian dan memberikan lembar persetujuan.
5. Mengukur tingkat kesejahteraan janin (*pretest*) sebelum intervensi
6. Melakukan intervensi (melakukan relaksasi dengan dzikir dan murottal Al-quran surah maryam).
7. Mengukur tingkat kesejahteraan janin (*posttest*) setelah intervensi.
8. Mengumpulkan data untuk diolah dan dianalisa.





Gambar 3. 2 Skema Alur Penelitian

I. Rencana analisa data

1. Pengolahan data

Pengelolaan data menurut siyoto (2015), sebagai berikut :

A. Editing

Hal ini dilaksanakan untuk mengecek data, dan mengantisipasi adanya kesalahan pada saat dikumpulkannya data yang sudah didapatkan.

B. Coding

Data coding merupakan kegiatan mengkalsifikasikan data dan memberikan kode untuk setiap masing-masing sesuai dengan tujuan dikumpulkannya data dan mengecek kelengkapan data. Pada penelitian ini deberikan kode sebagai berikut :

1) Umur

Terlalu muda : kode 0

Produktif : kode 1

Terlalu tua : kode 2

2) Usia gestasi

Trimester 2 : kode 0

Trimester 3 : kode 1

3) Paritas

Primigravida : kode 0

Multigravida : kode 1

4) Pekerjaan

Tidak bekerja : kode 0

Bekerja : kode 1

5) Pendapatan

Rendah : kode 0

Tinggi : kode 1

6) Sebelum dan setelah intervensi (relaksasi dzikir dan murotal

Al qur'an)

Resiko Bradikardi : kode 0

Sejahtera : kode 1

Resiko takikardi : kode 2

C. Entry

Data yang di peroleh dimasukkan ke dalam komputer dan diolah dengan mengaplikasikan progam SPSS versi 23.

D. Cleaning

Membersihkan atau membuang data yang sudah tidak dipakai atau tidak digunakan.

2. Analisa Data

Analisa data dilakukan dengan analisis univariat dan analisis bivariante sebagai berikut (Sugiyono, 2014):

a. Analisa Univariat

Analisis univariat merupakan analisis yang digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik responden dan dianalisis untuk mengetahui distribusi frekuensi dari setiap variabel. dengan karakteristik responden (usia ibu, usia gestasi, gravida, pendidikan pekerjaan dan penghasilan). Data akan disajikan dalam bentuk persentase kesejahteraan janin.

b. Analisa Bivariat

Analisa bivariat adalah analisis yang digunakan untuk perubahan dan melihat adanya pengaruh antara dua variabel yaitu variabel independen dan variabel dependen. Analisis bivariat dapat membuktikan hipotesis pada penelitian yaitu pengaruh relaksasi dengan dzikir dan terapi murotal Al qur'an terhadap kesejahteraan janin di wilayah kerja puskesmas Bangetayu.

Sebelum peneliti melakukan analisis bivariat, peneliti akan melakukan uji penormalan data terlebih dahulu dengan menggunakan uji *Shapiro WilL* karena jumlah responden yang akan diteliti adalah <50 . Pada penelitian ini apabila $p > 0,05$ maka berdistribusi normal, sehingga uji yang digunakan adalah uji *McNemar*

Hasil dari uji *McNemar* Apabila $p < 0,05$ maka H_0 ditolak. dan jika $p > 0,05$ H_0 diterima. Hal tersebut digunakan untuk mengetahui pengaruh kombinasi relaksasi dzikir dan murottal Al-qur'an surah Maryam terhadap kesejahteraan janin.

J. Etika penelitian

Masalah etika dalam penelitian yang harus diperhatikan antara lain menurut Syahputra (2018) meliputi :

1. *Justice* (Keadilan)

Pada penelitian ini peneliti memperlakukan responden dengan sama dan tidak membedakan, diperlakukan dengan sopan dan baik serta tidak membeda-bedakan ibu hamil.

2. *Beneficience* (manfaat)

Besar harapan peneliti dapat bermanfaat bagi ibu hamil semaksimal mungkin serta meminimalkan banyaknya hal yang dapat merugikan ibu hamil. Dalam penelitian ini diharapkan ibu hamil memahami tentang pengaruh dzikir dan murotal Al qur'an terhadap kesejahteraan janin.

3. *Nonmaleviciance* (keamanan)

Dalam penelitian ini peneliti memperhatikan hal yang dapat merugikan dan membahayakan responden. Penelitian menggunakan peralatan yang aman tidak berbahaya, tempat yang nyaman. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan *doppler* untuk mengetahui denyut jantung janin.

4. *Anonymity* (Tanpa nama)

Pada penelitian ini responden tidak menyantumkan nama panjang atau nama pendek tetapi hanya mencantumkan nama inisial serta mencantumkan kode pada lembaran penelitian untuk mengumpulkan data, serta menjaga privasi dan nama inisial.

BAB IV

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja puskesmas Bangetayu. Sempel pada penelitian ini yaitu ibu hamil yang berjumlah 40 responden, seluruh sampel tersebut di dapatkan dari pengukuran denyut jantung janin, pengukuran denyut jantung janin di gunakan untuk mengetahui pengaruh relaksasi dengan dzikir dan murotal Al qur'an surah maryam terhadap kesejahteraan janin di wilayah kerja puskesmas Bangetayu Semarang.

A. Analisa Univariat

1. Karakteristik responden

Data demogravi karakteristik responden pada penelitian ini yaitu usia ibu, usia gestasi, paritas, pekerjaan dan pendapatan sebagai berikut :

Tabel 4. 1 Distribusi frekuensi karakteristik ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Bangetayu,2021 (n=40)

karasteristik		(f)	(%)
Umur	Terlalu muda	4	10.0 %
	Produktif	33	82.5 %
	Terlalu tua	3	7.5 %
Total		40	100 %
Usia gestasi	Trimester 2	12	30.0 %
	Trimester 3	28	70.0 %
	Total	40	100 %
Paritas	Primigravida	28	70.0 %
	Multigravida	12	30.0 %
	Total	40	100 %
Pekerjaan	Tidak bekerja	19	47.5 %
	Bekerja	21	52.5 %
	Total	40	100 %

Pendapatan	Rendah	19	47.5 %
	Tinggi	21	52.5 %
Total		40	100 %

Berdasarkan tabel 4.1 di atas, dapat dilihat bahwa karakteristik umur responden di Puskesmas Bangetayu, sebagian besar berumur antara 20-34 tahun sebanyak 33 orang (82,5%), dan distribusi usia gestasi terbanyak dalam penelitian ini, yaitu usia gestasi antara 28-40 minggu sebanyak 28 orang (70.0%), untuk distribusi Paritas terbanyak dalam penelitian ini, yaitu multigravida sebanyak 28 orang (70.0%). Karakteristik Pekerjaan menunjukan distribusi kelompok terbanyak adalah responden yang bekerja sebanyak 21 orang (52.5 %), dan pendapatan menunjukan distribusi kelompok terbanyak adalah responden yang memiliki pendapatan tinggi > 2 juta sebanyak 21 orang (52.5 %).

2. Distribusi frekuensi kesejahteraan janin sebelum dan sesudah perlakuan

Tabel 4. 2 Distribusi frekuensi sebelum dan sesudah intervensi relaksasi dzikir dan murottal Al-Qur'an surah Maryam terhadap kesejahteraan janin di wilayah kerja Puskesmas Bangetayu,2021 (n=40)

	Sebelum intervensi		Setelah intervensi	
	N	%	N	%
Resiko Bradikardi	28	70.0	4	10.0
Sejahtera	5	12.5	34	85.0
Resiko takikardi	7	17.5	2	5.0
Total	40	100%	40	100%

Berdasarkan tabel 4.6 di atas, menunjukkan kesejahteraan janin meningkat setelah diberikan intervensi yaitu dari 5 orang (12,5%) menjadi 34 orang (85,0%)

B. Analisa Bivariat

1. Hasil Uji Normalitas

Tabel 4. 3 Hasil Uji Normalitas

	Shapiro-wilk		
	statistic	df	Sig.
pretest	.948	40	.066
posttest	.959	40	.156

Dari tabel 4.7 di atas, dapat dilihat hasil uji normalitas menggunakan shapiro-wilk didapatkan hasil pretest dengan nilai signifikansi $0,066 > 0,05$ dan posttest dengan nilai $0,156 > 0,05$ sehingga dapat disimpulkan semua data berdistribusi normal.

2. Hasil Pengaruh kombinasi relaksasi dengan dzikir dan terapi murottal Al-Qur'an surah Maryam terhadap kesejahteraan janin

Tabel 4. 4 Pengaruh kombinasi relaksasi dengan dzikir dan terapi murottal Al-Qur'an surah Maryam terhadap kesejahteraan janin

	value	df	Asymp sig. (2-sided)
<i>McNemar-Bowker Test</i>	29.000	2	.000
<i>N of valid cases</i>	40		

Berdasarkan tabel 4.8 diketahui bahwa pengaruh ini di uji dengan statistic Chi-Square yang menunjukkan hasil uji McNemar didapatkan nilai

signifikansi $0.000 < 0.05$, maka dapat disimpulkan ada pengaruh kombinasi relaksasi dengan dzikir dan terapi murottal Al-Qur'an surah Maryam terhadap kesejahteraan janin.



BAB V

PEMBAHASAN

Bab ini merupakan penjelasan hasil penelitian yang sudah di laksanakan peneliti, penjelasan berupa pengaruh kombinasi relaksasi dengan dzikir dan terapi murotal Al qur'an surah Maryam terhadap kesejahteraan janin di wilayah kerja Puskesmas Bangetayu yang telah dilakukan pada bulan Agustus 2021 sampai dengan Desember 2021. Penelitian ini mengambil sebanyak 40 responden yang menjadi kelompok intervensi. Peneliti akan menjelaskan karakteristik responden, dan pengaruh relaksasi dengan dzikir dan terapi murotal Al qur'an surah maryam terhadap kesejahteraan janin

A. Karakteristik responden

1. Karakteristik berdasarkan usia

Berdasarkan data yang telah di ambil, responden terbanyak pada penelitian ini berusia 20-34 tahun yaitu sebanyak 33 responden (82,5%) dari 40 responden, usia tersebut merupakan rentan usia yang sesuai untuk persiapan kehamilan dan melahirkan. Usia ibu kurang dari 20 dan lebih dari 34 tahun merupakan salah satu faktor resiko dari kehamilan beresiko tinggi. Pada usia tersebut ibu hamil rentan mengalami gangguan kehamilan berupa pre-eklampsia (suatu keadaan yang ditandai dengan meningkatnya tekanan darah selama kehamilan), eklampsia (kejang akibat pre-eklampsia), diabetes mellitus gestasional, gangguan persalinan dan beresiko melahirkan bayi dengan berat badan

lahir rendah serta melahirkan bayi dengan kelainan kromosom. Kondisi tersebut dapat berpengaruh terhadap kesejahteraan janin (Ernawati, 2018).

Kehamilan pada usia yang masih muda dapat terjadi dikarenakan dilakukannya pernikahan dini, pernikahan dini memiliki pengaruh bagi calon ibu yang masih memiliki usia muda akan tidak memahami suatu masalah pada saat hamil. Ibu yang tidak paham tentang butuhnya gizi untuk dirinya, dalam keadaan tersebut bisa membuat bayi yang akan dilahirkannya dapat kekurangan gizi. (Yana et al., 2016). Pada saat ini ibu yang hamil dengan usia 35 tahun atau lebih cenderung tinggi. Pada saat ini memiliki kemungkinan dapat diketahui penyebabnya yaitu banyaknya pendidikan dan pekerjaan untuk perempuan pada saat ini yang berkembang. Perempuan yang memiliki pendidikan yang tinggi berusaha untuk mendapatkan kerja untuk dirinya. Pada akibatnya banyak perempuan yang telat untuk menikah. (Kusparlina, 2016).

Astria (2017) menyatakan bahwa, umur ibu yang kurang dari 20 dan lebih dari 34 tahun dapat berpengaruh terhadap persiapan ibu dalam mengambil sebuah tanggungjawab sebagai seorang ibu. Usia kehamilan di bawah 20 tahun atau di atas 35 tahun dapat menimbulkan kecemasan selama kehamilan dan akan mempengaruhi kondisi janin (Maya, 2016). Sehingga dapat disimpulkan bahwa usia ibu hamil dapat berpengaruh terhadap kesejahteraan janin.

2. Karakteristik berdasarkan usia gestasi

Berdasarkan data yang telah di ambil dapat dilihat distribusi usia gestasi terbanyak pada penelitian ini yaitu usia gestasi antara 28-40 minggu sebanyak 28 orang (70,0%). Pada kehamilan ditinjau dari usia gestasi dibagi menjadi 3 bagian yaitu trimester pertama (0- 12 minggu), trimester kedua (13-27 minggu) dan trimester ketiga (28-40 minggu).

Hidayati 2018 Menyatakan bahwa, pada saat hamil terutama trimester III adalah masa yang rentan pada saat itu kebutuhan pada zat gizi mengalami kenaikan, apabila zat besi didalam aliran darah berkurang maka kadar hemoglobin bisa turun dan dapat mengakibatkan kelemahan pada perkembangan janin. Lamanya kehamilan yaitu mulai dari ovulasi sampai partus, usia kehamilan 40 minggu merupakan usia kehamilan matur (cukup bulan) usia kehamilan 28-36 minggu disebut usia kehamilan prematur (Maria & Sari, 2016). Semakin bertambahnya usia kehamilan maka aktivitas di dalam kandungan akan semakin meningkat. Kesejahteraan janin dapat dilihat dari aktivitas yang ditimbulkan janin semakin aktif janin di dalam kandungan maka menandakan bahwa kondisi janin dalam keadaan baik (Chabibah, 2017).

3. Karakteristik responden berdasarkan paritas

Berdasarkan data yang telah di ambil dapat dilihat berdasarkan paritas terbanyak pada penelitian ini yaitu primigravida sebanyak 28 orang (70,0%). Berdasarkan paritas di bagi menjadi dua yaitu

primigravida dan multigravida, Pada kehamilan primigravida, akan menjadi beberapa perbedaan pada fisik dan psikologi ibu. Perubahan uterus merupakan perubahan fisik yang terjadi terhadap ibu, yang disebabkan oleh meregangnya uterus oleh janin yang menjadikan uterus lebih tegang dari kehamilan multigravida (Hidayati, 2018).

Frekuensi denyut jantung janin pada kehamilan multigravida rata-rata memiliki hasil yang lebih tinggi dibandingkan dengan primigravida (Chabibah, 2017). Hal tersebut terdapat kemungkinan yang diakibatkan saat hamil dengan multigravida, yaitu kondisi psikologi yang dihadapi ibu baik, dan kecemasan maupun ketakutan terhadap kehamilan berkurang, sehingga ibu mendapatkan kesiapan mental yang lebih baik dikarenakan pengalaman ibu yang sudah merasakan pada kehamilan sebelumnya. Kesiapan emosional dan juga mental yang baik dapat membuat ibu hamil dengan multigravida dapat memperhatikan kesehatan janinnya (Monida, 2017).

4. Karakteristik berdasarkan pekerjaan

Berdasarkan data yang telah diambil, menunjukkan bahwa distribusi kelompok terbanyak adalah responden yang bekerja sebanyak 21 orang (52,5%). sehingga sebagian besar responden bekerja selama kehamilan. Pekerjaan merupakan suatu kegiatan yang bertujuan untuk menunjang kehidupan, Bekerja bagi ibu dapat berpengaruh terhadap keluarga. Ibu hamil dapat bekerja dengan baik, sampai dengan usia kehamilan 28 minggu tanpa mengalami kesulitan kemampuan

yang dilakukan selama kehamilan tergantung dengan beban kerja yang dikerjakan. Beban kerja yang berat pada ibu hamil seperti mengangkat beban dan gerakan mendorong dapat menimbulkan kelelahan memiliki efek buruk pada janin di dalam kandungan jika keadaan terjadi secara berulang kali akan berpengaruh terhadap kesehatan janin (Inayah, 2019).

Fitrayeni (2017) menyatakan bahwa, ibu hamil yang bekerja mengkhawatirkan akan kehilangan pekerjaan jika tidak dapat bekerja karena hamil, sebaliknya apabila ibu hamil dapat menyelesaikan pekerjaannya dengan kondisi tersebut, Ibu akan fokus dengan pekerjaannya dan rasa cemas yang ibu rasakan dapat mengalihkan hal tersebut, diakarenakan ibu tidak mengkhawatirkan pekerjaan yang akan hilang karena kehamilannya. Hal ini dapat berdampak positif dan kecemasan ibu dapat teralihkan. Di tempat kerja ibu dapat memiliki pengetahuan tentang kehamilan yang didapatkan dari rekan-rekan kerjanya dan pekerjaan ibu dapat meningkatkan pendapatan keluarga mereka.

5. Karakteristik responden berdasarkan pendapatan

Berdasarkan data yang telah diambil, menunjukkan bahwa distribusi kelompok terbanyak adalah responden yang berpendapatan tinggi sebanyak 21 orang (52,5%). Pendapatan di bagi menjadi dua, pendapatan rendah yaitu pendapatan < 2 juta dan pendapatan tinggi > 2 juta. Ibu yang sedang hamil sangat butuh perekonomian yang tinggi

maupun meningkat dikarenakan, pada masa hamil akan membutuhkan anggaran khusus seperti biaya untuk memeriksakan kehamilan, membeli makanan yang bergizi untuk ibu dan janin yang di kandungnya, pakaian hamil, biaya untuk persalinan dan terutama kebutuhan bayi setelah lahir nanti (Marsedi et al., 2017).

Seseorang dengan pendapatan atau perekonomian yang sedikit, condong lebih mengalami ketegangan, dan mereka yang perekonomiannya tinggi, condong lebih rileks. Kekhawatiran dan ketakutan ibu yang sedang mengandung, jika tidak ditanggapi dengan keseriusan, akan mempengaruhi status fisik dan psikologis ibu dan janinnya (Kusmiyati et al., 2018).

B. Pengaruh kombinasi relaksasi dengan dzikir dan terapi murottal Al-Qur'an surah Maryam terhadap kesejahteraan janin

Didapatkan hasil dari penelitian melalui uji statistik *Chi-Square* yang menunjukkan hasil uji McNemar didapatkan nilai signifikansi $0.000 < 0.05$, sehingga dari hasil tersebut menunjukkan adanya pengaruh kombinasi relaksasi dengan dzikir dan terapi murotal Al-qur'an surah Maryam terhadap kesejahteraan janin.

Penelitian Ulfiana (2020), menunjukkan bahwa orang yang mengalami kecemasan rentan terhadap berubahnya tanggapan dan mempunyai pemikiran negatif tentang masalah yang mereka hadapi. Terapi ataupun pengobatan menggunakan suara dengan murotal bacaan Al quran merupakan suatu cara untuk membuat pikiran terpusat kepada seseorang

yang sedang mengalami kecemasan, terapi tersebut mempengaruhi dalam bentuk perubahan arus otot, perubahan aliran darah, perubahan denyut jantung, dan perubahan kadar darah di kulit, ketertarikan janin dalam mendengarkan suara akan berpengaruh dalam ketenangan dalam menyimak sehingga berefek pada denyut jantung janin dan gerakan janin (Trianingsih, 2019). Organ yang pertama kali berfungsi pada janin yaitu organ pendengaran, sehingga janin dapat mendengarkan keadaan di dalam perut ibunya. Semakin bertambahnya usia kehamilan maka organ pendengaran tersebut akan semakin berkembang sehingga janin dapat mendengarkan suara dari luar tubuh ibunya. Sehingga pada bayi baru lahir, bayi akan cenderung menyukai suara ibunya dari pada suara orang lain (Widiastuti, 2018).

Penelitian Syamsudin dan Kadir (2021), melakukan penelitian dengan menggunakan teknik distraksi yaitu dengan mendengarkan murotal Al qur'an dan dzikir, mendengarkan Al-quran dengan penuh rasa yakin kepada Allah, akan menimbulkan seseorang merasakan proses pemasrahan dirinya kepada sang pencipta yang akan menciptakan keadaan pasif dari tubuh pendengar (Fuady Idham & Ahmad Ridha, 2017). Banyak upaya yang dilakukan untuk meningkatkan kesejahteraan janin, terapi komplementer dapat diterapkan untuk meningkatkan kesejahteraan jnin, dikarenakan terapi tersebut dapat mempengaruhi maupun penurunan tekanan darah pada seseorang, salah satu dari terapi tersebut yaitu terapi dengan dzikir, terapi dengan berdzikir adalah salah satu cara untuk mendekatkan diri untuk lebih

dekat kepada Allah, dengan berdzikir selain mendekatkan diri juga membuat hati menjadi lebih tenang, merasa ketentraman, kedamaian, dan tidak bisa yang dapat mempengaruhi disekitar lingkungan, semua bacaan dzikir memiliki implikasi yang mendalam yaitu keyakinan dan keimanan kepada Allah sehingga dapat membuat seseorang dalam keadaan relaks (Kumala et al., 2017).

Keadaan relaks yang dialami ibu hamil bisa melancarkan sirkulasi darah ibu dan janin melalui plasenta. Denyut jantung janin akan bersamaan dengan denyut jantung ibu untuk rangsangan suara yang pertama yang dapat didengar oleh janin saat berada didalam kandungan (Wahida et al., 2015). Dari hal tersebut, ibu yang sedang mengandung tidak boleh mengalami stres, dikarenakan agar bayi tidak mengalami gangguan pada perkembangan pada saat di dalam rahim. (Rahmawati & Marianingsih Thersia, 2020).

Penelitian Widiastuti (2018), menunjukan bahwa relaksasi dzikir dan murottal mempengaruhi turunya nilai kecemasan terhadap ibu yang sedang hamil dengan pre eklampsia ringan, dimana dalam penelitian ini responden melakukan aktivitas dzikir, dan murottal yang membuat bibir dan pikirannya bekerja hasilnya membuat responden merasa lebih mendekatkan diri dengan Allah.

C. Keterbatasan penelitian

Keterbatasan yang dihadapi peneliti dalam penelitian ini adalah

1. Perlakuan yang diberikan pada ibu hamil dilakukan di klinik yang sudah di siapkan, tetapi ada kendala bagi ibu hamil untuk menyempatkan waktu karena tidak berbarengan dengan jadwal pemeriksaan di puskesmas.
2. Kesejahteraan janin hanya dinilai berdasarkan DJJ saja tidak dilakukan penilaian terhadap gerakan janin.

D. Implikasi untuk keperawatan

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh kombinasi relaksasi dengan dzikir dan terapi murotal Al Qur'an surah Maryam terhadap kesejahteraan janin, sama dengan penelitian-penelitian sebelumnya yang menggunakan metode murottal. Implikasi keperawatan diharapkan penelitian ini dapat meningkatkan upaya pendidikan kesehatan atau promosi kesehatan. Hal tersebut dapat dilakukan oleh perawat dalam mengedukasi pentingnya pemantauan kesejahteraan janin dan bisa dilakukan suatu terapi yaitu relaksasi dengan dzikir dan murotal Al Qur'an, dan juga perawat dapat berperan sebagai *researcher* dalam berbagai riset keperawatan, sehingga hasil dari penelitian tersebut dapat diterapkan untuk meningkatkan kesehatan. Dari hasil penelitian ini bisa dipertimbangkan sebagai bahan masukan untuk tenaga kesehatan, serta masyarakat dapat menambah pengetahuannya tentang manfaat dzikir dan murottal Al-Qur'an (Sufirmansyah, 2021).

Diharapkan petugas kesehatan dalam menjelaskan kepada ibu hamil baik informasi langsung maupun tidak langsung yang diberikan pada saat program pemeriksaan rutin untuk ibu hamil. manfaat yang dapat diperoleh yaitu menjadi lebih tenang dan rileks, serta meminimalisir kecemasan kondisi tersebut dapat berpengaruh terhadap kesejahteraan janin (Somana & Trisnawati, 2019).



BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

1. Karakteristik responden ibu hamil diwilayah kerja Puskesmas Bangetayu berdasarkan usia sebagian besar merupakan ibu hamil dengan usia 20-34 tahun. Berdasarkan usia gestasi terbanyak dalam penelitian ini yaitu usia gestasi antara 28-40 minggu. Berdasarkan paritas sebagian besar yaitu primigravida. Dan berdasarkan pekerjaan, kelompok terbanyak adalah responden yang bekerja sebagai wiraswasta. Sedangkan berdasarkan pendapatan sebagian besar memiliki pendapatan tinggi.
2. Tingkat kesejahteraan janin sebelum diberikan kombinasi relaksasi dengan dzikir dan terapi murotal Al-qur'an surah Maryam ada 5 orang (12,5%)
3. Adanya peningkatan kesejahteraan janin di wilayah kerja Puskesmas Bangetayu setelah diberikan perlakuan berupa kombinasi relaksasi dengan dzikir dan terapi murrotal Al-Qur'an Surah Maryam yaitu 34 orang (85,0%)
4. Adanya pengaruh kombinasi relaksasi dengan dzikir dan terapi murotal Al qur'an surah Maryam terhadap jahteraan janin di wilayah kerja Puskesmas Bangetayu ditunjukkan dengan nilai signifikansi $0.000 < 0.05$, pada uji statistic *Chi-Square*.

B. Saran

1. Bagi instansi kesehatan

Dari hasil penelitian ini relaksasi dengan dzikir dan terapi murrotal Al-Qur'an Surah Maryam aman bagi ibu dan janin yang ada dalam kandungan, dan juga berharap kepada tenaga kesehatan terutama bidan dapat memotivasi ibu hamil untuk melakukan dzikir dan murottal Al-Qur'an secara rutin untuk kesejahteraan janin.

2. Bagi institusi pendidikan

Untuk penelitian selanjutnya diharapkan supaya bisa meneliti kesejahteraan janin dengan gerakan janin agar didapatkan hasil yang lebih maksimal.

3. Bagi masyarakat

Dzikir dan murotal Al qur'an bagi ibu hamil secara rutin dapat menumbuhkan sikap positif pada kehamilannya sehingga kualitas kehamilan yang baik dapat tercipta. Ibu hamil dapat menerapkan terapi dengan dzikir dan murottal Al-Qur'an untuk kesejahteraan janinnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Astria, W. (2017). kejadian Anemia pada Ibu Hamil Ditinjau dari Paritas dan Usia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 2(2), 123–130.
- Chabibah, N. (2017). Perbedaan Frekuensi Denyut Jantung Janin Berdasarkan Paritas Dan Usia Kehamilan. *Siklus : Journal Research Midwifery Politeknik Tegal*, 6(1), 195–198. <https://doi.org/10.30591/siklus.v6i1.471>
- Ernawati, A. (2018). Hubungan Usia Dan Status Pekerjaan Ibu Dengan Kejadian Kurang Energi Kronis Pada Ibu Hamil. *Jurnal Litbang*, XIV(1), 27–37.
- Faradisa, I. S., Sardjono, T. A., & Purnomo, M. H. (2017). Teknologi Pemantauan Kesejahteraan Janin. *Seminar Nasional Inovasi Dan Aplikasi Teknologi Di Industri 2017*, 1–6.
- Fitrayeni, F. (2017). Penyebab Rendahnya Kelengkapan Kunjungan Antenatal Care Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Pegambiran. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 10(1), 101. <https://doi.org/10.24893/jkma.v10i1.170>
- Fuady Idham, A., & Ahmad Ridha, A. (2017). Apakah Mendengarkan Murrotal Al-Quran Dapat Menurunkan Kecemasan Akademik Pada Mahasiswa? *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, 9(2), 141–154. <https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol9.iss2.art1>
- Hidayah, N. (2018). terapi psikoreligi dalam meningkatkan kesehatan pasien. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 11(1), 38–42.
- Hidayati, I. (2018). Hubungan Jumlah Paritas dan Umur Kehamilan dengan Kejadian Anemia Ibu Hamil. *Journal of Health Science and Prevention*, 2(1), 42–47.
- Hikmah, J. (2017). Proses Penelitian, Masalah, Variabel dan Paradigma Penelitian. *Jurnal Hikmah*, 14(1), 62–70.
- Hodijah, S., Ningsih, F. B., & Zulfa, M. (2018). Perbedaan Posisi Berbaring dan Miring terhadap Puntum Maksimum Denyut Jantung Janin (DJJ) Primigravida. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia*, 8(02), 94–100. <https://doi.org/10.33221/jiki.v8i02.151>
- Inayah, N. (2019). Hubungan pendidikan, pekerjaan dan dukungan suami terhadap keteraturan kunjungan ANC pada ibu hamil trimester III. *JHeS (Journal of Health Studies)*, 3(1), 64–70. <https://doi.org/10.31101/jhes.842>
- Kumala, O. D., Kusprayogi, Y., & Nashori, F. (2017). Efektivitas Pelatihan Dzikir dalam Meningkatkan Ketenangan Jiwa pada Lansia Penderita Hipertensi. *Psympathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(1), 55–66. <https://doi.org/10.15575/psy.v4i1.1260>

- Kusmiyati, S., Samosir, A. V., Sugiarto, A. E., & Kunci, K. (2018). Hubungan Tingkat Pendapatan Sosial Ekonomi Keluarga Dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik (KEK) Pada Ibu Hamil Di BPM Ny. A Desa Mangunjaya Kab. Sukabumi Tahun 2018. *Jurnal Bidan Cerdas*, 2(1), 1–6.
- Kusparlina, E. P. (2016). Hubungan Antara Umur dan Status Gizi Ibu Berdasarkan Ukuran Lingkar Lengan Atas Dengan Jenis BBLR. *Jurnal Penelitian Kesehatan "SUARA FORIKES" (Journal of Health Research "Forikes Voice")*, 7(1), 21–26.
- Maharani, S., & Hayati, F. (2020). Pengaruh Prenatal Gentle Yoga Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Menghadapi Persalinan. *Jurnal Endurance*, 5(1), 161. <https://doi.org/10.22216/jen.v5i1.4524>
- Maria, A., & Sari, U. S. C. (2016). Hubungan Usia Kehamilan dan Paritas Ibu Bersalin dengan Ketuban Pecah Dini. *Jurnal Vokasi Kesehatan*, II(1), 10–16.
- Marsedi, G., Widajanti, L., & Aruben, R. (2017). Hubungan Sosial Ekonomi Dan Asupan Zat Gizi Dengan Kejadian Kurang Energi Kronik (Kek) Pada Ibu Hamil Di Wilayah Puskesmas Sei Jang Kecamatan Bukit Bestari Kota Tanjung Pinang Tahun 2016. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro*, 5(3), 138–147.
- Maya, M. yntari. (2016). Kecemasan Ibu Hamil Ditinjau Dari Intensitas Membaca Al-Qur'an dan Kelompok Usia. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(1), 1–118.
- Minarti, M., & Risnawati, R. (2020). Posisi Ibu Hamil Memengaruhi Akurasi Pengukuran Kesejahteraan Janin. *Jurnal Bidan Cerdas*, 2(3), 170–176. <https://doi.org/10.33860/jbc.v2i3.93>
- Monida, P. (2017). Hubungan Paritas dengan Kejadian Hiperemesis Gravidarum pada Ibu Hamil di RSUD Indrasari Rengat. *Jurnal Bidan Komunitas*, III(1), 30–35. <http://ejournal.helvetia.ac.id/index.php/jbk>
- Niko. (2018). Pengaruh Terapi Dzikir Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Ibu Hamil. *Jurnal ISLAMIKA*, 01(01), 24–33.
- Nugraheni, & Romdiyah. (2018). Perbedaan Perlakuan Senam Hamil dan Terapi Murotal Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal PPKM II*, 1(2), 226–236.
- Nursalam. (2015). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis. In Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis (4th ed.). Jakarta. In *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*.
- Patimah, I., S, S., & Nuraeni, A. (2015). Pengaruh Relaksasi Dzikir terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronis yang Menjalani Hemodialisa. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, v3(n1), 18–24. <https://doi.org/10.24198/jkp.v3n1.3>
- Prof. Dr. Suryana, Ms. (2012). Metodologi Penelitian : Metodologi Penelitian

Model Praktis Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif. *Universitas Pendidikan Indonesia*, 1–243. <https://doi.org/10.1007/s13398-014-0173-7>

Rahmawati, A., & Marianingsih Thersia, E. (2020). Upaya Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Pertumbuhan Janin. *Jurnal Antara Abdimas Keperawatan*, 3(1), 5–9. <https://doi.org/10.37063/abdimaskep.v3i1.568>

Ramdani, H. T., Rilla, E. V., & Yuningsih, W. (2017). PENGARUH TERAPI PSIKORELIGI MUROTAL AL-QURAN TERHADAP TEKANAN DARAH PADA KLIEN DENGAN HIPERTENSI. *Jurnal Keperawatan 'Aisyiyah*, 4(1), 37–45.

Sari, D. P. (2018). Perhitungan Usia Kehamilan Berdasarkan Pengukuran Tinggi Fundus Uteri dengan Hari Pertama Haid Terakhir di BPS Farida Yuliani Desa Gayaman Kecamatan Mojoanyar Kabupaten Mojokerto. *Biomedika*, 11(2), 113–117. <https://doi.org/10.31001/biomedika.v11i2.402>

Setiowati. (2020). Pengaruh Terapi Murottal Al-Quran Surah Maryam terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III. *Universitas Darul Azhar*, 9(9), 77–83. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>

Simanjuntak, L. J., & Simanjuntak, P. A. (2020). Perbandingan Rumus Johnson Dan Rumus Risanto Dalam Menentukan Taksiran Berat Janin Pada Ibu Hamil Dengan Berat Badan Berlebih. *Nommensen Journal of Medicine*, 5(2), 24–27. <https://doi.org/10.36655/njm.v5i2.139>

siyoto, sandu. (2015). *dasar metodologi penelitian*.

Somana, A., & Trisnawati, H. (2019). Pengaruh Terapi Dzikir Dan Murottal Al-Qur'an Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Jantung Koroner Yang Akan Dilakukan Katerisasi Jantung. *JKBL*, 12(243), 1–8.

Sufirmansyah. (2021). Edukasi Mindfulness dan Dzikir Bagi Buruh Tani. *Jurnal Pkm*, 04(05), 545–557.

Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Suri, M. (2019). Intensitas komunikasi ibu hamil terhadap janin sebagai rangsangan pendengaran dan perkembangan otak dalam pengenalan kosakata. *Journal of Education Science*, 5(2), 33–38.

Syahputra, G. (2018). Etika Dalam Penelitian Biomedis dan Uji Klinis. *BioTrends*, 9(1), 7–15.

Syahrum, & Salim. (2012). Metodologi Penelitian Kuantitatif. In *Metodologi Penelitian Kuantitatif*.

Syamsudin, F., & Kadir, R. (2021). Terapi murottal al - qur'an dan terapi dzikir terhadap penurunan nyeri pasien post laparotomi. *Jurnal Islamika*, 000(1), 1–87.

- Trianingsih, I. (2019). Pengaruh Murotal Al Qur'an dan Dzikir terhadap Intensitas Nyeri Kala I Persalinan. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 15(1), 26. <https://doi.org/10.26630/jkep.v15i1.1283>
- ulfiana, elisa. (2020). Pengaruh Terapi Murotal Ar-Rahman Terhadap Lama Kala II dan Kesejahteraan Janin (APGAR Score). *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 3(September), 64–74.
- Wahida, S., Nooryanto, M., & Andarini, S. (2015). Terapi Murotal Al-Qur'an Surat Arrahman Meningkatkan Kadar β -Endorphin dan Menurunkan Intensitas Nyeri pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif. *Jurnal Kedokteran Brawijaya*, 28(3), 213–216. <https://doi.org/10.21776/ub.jkb.2015.028.03.9>
- Widiastuti, A. (2018). Terapi Dzikir dan Murottal untuk Mengurangi Kecemasan pada Pre Eklampsia Ringan. *Link*, 14(2), 98. <https://doi.org/10.31983/link.v14i2.3706>
- Yana, Musafaah, & Yulidasari, F. (2016). Hubungan antara Usia Ibu pada Saat Hamil dan Status Anemia dengan Kejadian Berat Badan Lahir Rendah (BBLR). *Jurnal Publikasi Kesehatan Masyarakat*, 3(1), 20–25.
- Yani, F., Adila, D. R., & Roslita, R. (2021). Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Pemantauan Gerakan. *Jurnal Cakrawala Promkes*, 3(1), 33–41. <https://doi.org/10.12928/promkes.v3i1.2848>

