

MENGAJARKAN IBU HAMIL MELANTUNKAN ASMAUL HUSNA DIKELAS IBU HAMIL POLINDES BERBELUK

Iin Setiawati*¹, Selvia Nurul Qomari²

^{1,2} Program Studi kebidanan STIKES Ngudia Husada Madura Bangkalan

*e-mail: iensetia@gmail.com

Abstract

Anxiety and depression during pregnancy are major problems that occur in society because of their high prevalence. This anxiety occurs from the first trimester until delivery, but several studies have stated that the level of depression or anxiety during the early trimester is the same as normal anxiety, while the level of depression or anxiety during the second and third trimesters is almost double that of the first trimester. The purpose of community service is to reduce the anxiety level of pregnant women by chanting Asmaul Husna. The method used for this community service is to first ask permission from the Berbeluk polindes midwife to take part in the holding of pregnant women classes. The implementation of community service at the Polindes Bereluk runs smoothly. Pregnant women feel helped by the community service that we do. It can be seen from the results of the questionnaire that showed a decrease in the value of anxiety in pregnant women before and after chanting Asmaul Husna. For further development, it can be accompanied by music so that reading Asmaul Husna becomes more interesting.

Keywords: class pregnancy, asmaul husna, pregnant

Abstrak

Kecemasan dan depresi selama kehamilan adalah masalah utama yang terjadi di masyarakat karena prevalensinya yang tinggi. Kecemasan ini terjadi dari trimester I sampai menjelang persalinan namun beberapa penelitian menyebutkan bahwa tingkat depresi atau kecemasan selama pada awal trimester sama dengan kecemasan biasa, sedangkan tingkat depresi atau kecemasan selama trimester kedua dan ketiga hampir dua kali lipat dari trimester pertama. Tujuan pengabdian masyarakat tingkat kecemasan ibu hamil menurun dengan melantunkan asmaul husna. Metode yang digunakan pengabdian masyarakat ini adalah dengan meminta ijin terlebih dahulu kebidan polindes Berbeluk untuk ikut dalam pelaksanaan kelas ibu hamil. Pelaksanaan pengabdian masyarakat di polindes berbeluk berjalan dengan lancar. Ibu hamil merasa terbantu dengan adanya pengabdian masyarakat yang kami lakukan. Nampak dari hasil kuesioner yang menunjukkan adanya penurunan nilai kecemasan pada ibu hamil sebelum dan setelah melantunkan asmaul husna. Untuk pengembangan selanjutnya bisa diiringi dengan alunan music sehingga pembacaan asmaul husna menjadi lebih menarik

Kata kunci: kelas ibu hamil, asmaul husna, ibu hamil

1. PENDAHULUAN

Ibu hamil yang mengalami kecemasan sejak awal kehamilan merupakan keadaan yang tidak bisa dihindari pada masa mengandung disebabkan ada perubahan fisik dan mental. Hal ini dialami karena ada peningkatan hormonal yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin sampai nanti dilahirkan (Siallagan & Lestari, 2018). Angka tersebut masih jauh dari target SDGs (Sustainable Development Goals) Tahun 2030 yakni 12 / 1000 kelahiran. Oleh sebab masih dibutuhkan upaya-upaya kesehatan yang mendukung untuk dapat mencapai target

SDGs Tahun 2030 (Kemenkes RI, 2018). Dalam kehamilan akan terjadi perubahan hormon. Perubahan hormon ini akan mengakibatkan ibu mengalami beberapa perubahan emosional yang akan menimbulkan kecemasan bahkan sampai depresi (Pieter, ZH. 2013).

Kecemasan dan depresi selama kehamilan adalah masalah utama yang terjadi di masyarakat karena prevalensinya yang tinggi. Kecemasan ini terjadi dari trimester I sampai menjelang persalinan namun beberapa penelitian menyebutkan bahwa tingkat depresi atau kecemasan selama pada awal trimester sama dengan kecemasan biasa, sedangkan tingkat depresi atau kecemasan selama trimester kedua dan ketiga hampir dua kali lipat dari trimester pertama (Ali Ns et al, 2013). Kecemasan dan depresi ibu hamil pada negara maju sekitar 7-20% dan dinegara berkembang sekitar lebih dari 20%. Berdasarkan penelitian yang dilakukan mandagi dkkdi Indonesia terdapat sekitar 28,7% ibu hamil yang mengalami kecemasan pada trimester III.

Penatalaksanaan secara farmakologis saja tidak lengkap tanpa disertai dengan terapi non farmakologi yaitu terapi spiritual dan juga sebaliknya, terapi non farmakologi tidak lengkap jika tidak disertai dengan terapi farmakologis (Lukman, 2012). Asmaul husna dapat digunakan untuk menangani beberapa gangguan, secara aplikatif melantunkan asmaul husna tidak sulit untuk dikerjakan. Terapi ini dapat dijadikan terapi pelengkap bagi farmakologi (Lukman, 2013). Salah satu bentuk distraksi yang sering digunakan adalah distraksi melantunkan asmaul husna, melantunkan asmaul husna biasanya dilakukan dengan melantunkan asmaul husna atau suatu mediasi dan juga dapat berupa suara-suara yang mengandung unsur-unsur spiritual sesuai dengan keyakinan yang dianut (perry and potter, 2013). Tujuan pengabdian masyarakat tingkat kecemasan ibu hamil menurun dengan melantunkan asmaul husna.

2. METODE

Metode yang digunakan pengabdian masyarakat ini adalah dengan meminta ijin terlebih dahulu kebidan polindes Berbeluk untuk ikut dalam pelaksanaan kelas ibu hamil, kemudian kami melakukan identifikasi ibu hamil dan meminta kesediaan ibu hamil untuk dijadikan responden. Kami menyebarkan kuesioner untuk diisi oleh ibu hamil sebagai pre test untuk tingkat kecemasan ibu hamil. kemudian ibu hamil mendapatkan materi penyuluhan tentang kehamilan dan Imunisasi dengan pemanfaatan buku KIA, dimateri ketiga setelah ibu hamil diminta untuk beristirahat sejenak, kami mengajari ibu hamil untuk melantunkan asmaul husna dengan lembaran asmaul husna. Posttest dilakukan 1 minggu setelah dilakukan mengajarkan ibu untuk melantunkan asmaul husna.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada hari kami tanggal 9 Februari 2023 tempat di Polindes Berbeluk.

Tabel 1 Distribusi frekuensi karakteristik ibu hamil dikelas ibu hamil polindes berbeluk Arosbaya

NO	USIA	FREKUENSI	%
1	<20 tahun	1	5
2	20-35 tahun	15	75
3	>35 Tahun	4	20
Total		20	100

NO	Paritas	Frekuensi	%
1	Primigravida	9	45
2	multigravida	10	50
3	Grandemultigravida	1	5
Total		20	100

NO	Usia Kehamilan	Frekuensi	%
1	Trimester 1	1	5
2	Trimester 2	7	35
3	Trimester 3	12	60
Total		20	100

NO	Pekerjaan	Frekuensi	%
1	Ibu Rumah Tangga	20	100
Total		20	100

Sumber data primer 2023

Berdasarkan Tabel 1 dapat diketahui bahwa usia ibu hamil Sebagian besar berusia 20-35 tahun yaitu sebanyak 15 ibu hamil (75%), untuk paritas ibu hamil separuhnya multigravida yaitu 10 ibu hamil (50%), untuk usia kehamilan Sebagian besar Trimester 3 yaitu 12 ibu hamil (60%) dan untuk pekerjaan ibu hamil seluruhnya tidak bekerja hanya sebagai ibu rumah tanggal yaitu 20 ibu hamil (100%).

Kegiatan Kelas Ibu Hamil pada hari pertama adalah:

NO	Nama	Alamat	No Hp	TTD
1	Nurriyah	Berbeluk	081906335910	[Signature]
2	Maisarah	Berbeluk	085826118628	[Signature]
3	HOSNI AWATI	Berbeluk	081713581755	[Signature]
4	Satipah	Berbeluk	08781578125	[Signature]
5	Sulastri	Compol	08770571637	[Signature]
6	Fatima	Berbeluk	083119119701	[Signature]
7	Hamilah	Berbeluk	08344130685	[Signature]
8	Husni Chatimah	Pejeran	087799138511	[Signature]
9	Laylatul B	Berbeluk	081230587414	[Signature]
10	nanik nasiah	berbeluk	085334711367	[Signature]
11	umm Habibah	berbeluk	081232826416	[Signature]
12	Zahrotul Camelia	"	087851095704	[Signature]
13	Dahriyah	Pejeran	08813-5772-7844	[Signature]
14	Hafifa	Berbeluk	085791781520	[Signature]
15	Istihanah	Berbeluk	085955088895	[Signature]
16	UMMUL FAROH	BERBELUK	083123272953	[Signature]
17	MUJIBAH	BERBELUK		[Signature]

Gambar 1 daftar hadir ibu hamil



Gambar 2 Pemberian Kuesioner untuk pretest



Gambar 3 penyuluhan tentang Kehamilan



Gambar 4 Penyuluhan tentang Imunisasi dan pemanfaat buku KIA



Gambar 5 Melatih dan mengajarkan pada ibu hamil untuk melantunkan asmaul husna

Tabel 2 Tingkat kecemasan ibu hamil sebelum melantunkan asmaul husna

NO	NILAI KECEMASAN	FREKUENSI	%
1	22-26	4	20
2	27-31	3	15
3	32-36	9	45
4	37-41	2	10
5	41-44	2	10
Total		20	100

Sumber: data primer 2023

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa nilai kecemasan ibu hamil hampir setengahnya di nilai 32-36 yaitu sebanyak 9 ibu hamil (45%)

ASMAUL HUSNA DAN ARTINYA										
بِكَبْرٍ	يَا كَبِيرُ	يَا كَبِيرُ	يَا كَبِيرُ	يَا كَبِيرُ	يَا كَبِيرُ	يَا كَبِيرُ	يَا كَبِيرُ	يَا كَبِيرُ	يَا كَبِيرُ	يَا كَبِيرُ

ANDA ADALAH

Ibu & Istri YANG LUAR BIASA

Gambar 6 lampiran asmaul husna

Pada hari Kamis tanggal 16 Februari 2023 kami melakukan penyebaran kuesioner Kembali kepada ibu hamil untuk melakukan post test.

Tabel 2 Tingkat kecemasan ibu hamil setelah melantunkan asmaul husna

No	Nilai kecemasan	Frekuensi	%
1	22-26	8	40
2	27-31	8	40
3	32-36	3	15
4	37-41	1	5
5	41-44	0	0
Total		20	100

Sumber data primer 2023

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui tingkat kecemasan ibu hamil setelah melantunkan asmaul husna hampir setengahnya pada nilai 22-26 yaitu sebanyak 8 ibu hamil (40%). Dari perbandingan sebelumnya nilai tingkat kecemasan ibu hamil menurun dari hampir setengahnya 32-36 menjadi 22-26 meskipun tingkat kecemasan sama yaitu kecemasan ringan.



Gambar 7 Evaluasi dari melantunkan asmaul husna

4. KESIMPULAN

Pelaksanaan pengabdian masyarakat di polindes berbeluk berjalan dengan lancar. Ibu hamil merasa terbantu dengan adanya pengabdian masyarakat yang kami lakukan. Nampak dari hasil kuesioner yang menunjukkan adanya penurunan nilai kecemasan pada ibu hamil sebelum dan setelah melantunkan asmaul husna. Untuk pengembangan selanjutnya bisa diiringi dengan alunan music sehingga pembacaan asmaul husna menjadi lebih menarik.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali NS, Azam IS, Ali BS, Tabbusum G, Moin SS. Frequency and associated factors for anxiety and depression in pregnant women: A hospital-based cross-sectional study. *Sci World J.* 201
- Fatmawati, E. (2013). Perbedaan pengaruh pemberian stimulasi antara musik klasik dan murottal terhadap denyut jantung janin dan gerakan janin pada ibu hamil trimester 2 serta 3 (Doctoral dissertation, UNS (Sebelas Maret University)).
- Huque, A. S. A., Ahmed, K. I., Mukit, M. A., & Mostafa, R. (2019). HMM-based supervised machine learning framework for the detection of fECG RR peak locations. *IRBM*, 40(3), 157- 166.
- Holmes P. (2011). *buku ajar kebidanan*. EGC.
- Lukman. (2012). Aliran Pemikiran Pendidikan Islam. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Kemkes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementrian Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699.
- KEMENKES RI. (2019). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019. In *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia* (Vol. 42, Issue 4).
- Setiawati, I., & Qomari, S. N. (2022). *The effect of murrattal recitation of Qur ' an Muri-Q to anxiety of pregnant in the third trimester*. 4(1), 83–92.
- Tobing, V. Y., Afyanti, Y., & Budiati, T. (2019). Terapi Alquran Meminimalkan Risiko Depresi Ibu Hamil Dengan Fetal Anomaly: Penerapan Evidence Based Practice. *Jurnal Ners Indonesia*, 9(1), 80. <https://doi.org/10.31258/jni.9.1.80-86>
- Ulyaeni Maulida. (2021). *Macam-Macam Keutamaan Mengamalkan Asmaul Husna yang Didapatkan Umat Muslim*. 4 Februari 2021.
- Widaryati. (2018). Pengaruh Terapi Murotal Al Qur'an terhadap Hemodinamik dan GCS Pasien Cedera Kepala. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan Aisyiyah* 12(1): 77-83
- Perry & Potter. (2013). *Fundamental of nursing*. Jakarta: Kedokteran EGC
- Pieter ZH, Namora LL. *Pengantar Psikologi Untuk Kebidanan*. Jakarta: Kencana; 2011