

PENGARUH TERAPI DZIKIR TERHADAP KECEMASAN MENJELANG PERSALINAN PADA IBU HAMIL TRIMESTER 3

Merlyna Suryaningsih, Eny Susanti, Qurrotu Aini
STIKes Ngudia Husada Madura, Jawa Timur, Indonesia

Kecemasan adalah kondisi kejiwaan yang penuh dengan kekhawatiran. Kondisi ini banyak dirasakan oleh ibu hamil terutama menjelang persalinan. Kondisi ini umumnya disebabkan karena ketakutan nyeri dan perdarahan saat melahirkan, takut ada kerusakan pada tubuhnya seperti episiotomi, ruptur, jahitan serta khawatir bayinya cacat. Hasil studi pendahuluan, 100% ibu hamil trimester 3 mengalami kecemasan di Poli Kandungan RSUD Anna Medika Madura. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis pengaruh terapi dzikir terhadap kecemasan menjelang persalinan pada ibu hamil trimester 3.

Desain penelitian adalah *Quasy Eksperiment* dengan pendekatan *Pretest-Posttest With Control Group Design*. Variabel independennya terapi dzikir (kalimat toyyibah), sedangkan variabel dependennya kecemasan menjelang persalinan. Populasi 40 ibu hamil trimester 3. Jumlah sampel 38 orang dengan teknik *purposive sampling*. Instrumen menggunakan kuesioner *Zung self-rating anxiety scale*. Uji statistik menggunakan *Paired T-Test* dan *independent t-test* dengan $\alpha 0,05$.

Hasil uji *paired T-test* pada kelompok perlakuan $P \text{ value } (0,000) \leq \alpha 0,05$ artinya ada pengaruh terapi dzikir terhadap penurunan kecemasan menjelang persalinan. Hasil uji *paired t-test* pada kelompok kontrol $p \text{ value } (0,108) \geq \alpha 0,05$ artinya tidak ada penurunan kecemasan pada kelompok yang tdk diberikan terapi dzikir. Hasil uji statistik *independent T-test p value* $(0,000) \leq 0,05$, sehingga disimpulkan ada pengaruh terapi dzikir dalam penurunan kecemasan menjelang persalinan pada ibu hamil Trimester 3.

Berdasarkan uraian diatas, maka disarankan ibu hamil trimester 3 yang mengalami kecemasan menjelang persalinan dapat menggunakan terapi non farmakologi terapi dzikir untuk menurunkan kecemasannya.

Kata Kunci: Terapi Dzikir, kecemasan, persalinan.