

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

LAPORAN PENGABDIAN MASYARAKAT


**PENDAMPINGAN PENURUNAN KECEMASAN IBU BERSALIN KALA I
DENGAN PENERAPAN AUDIO SENSORI MELALUI PRAKTIK
PENGUNAAN AIR WUDHU, DZIKIR, DAN MUROTTAL ALQUR'AN
SELAMA AKHIR KEHAMILAN DI PMB KABUPATEN PRINGSEWU**



Disusun Oleh :

Ketua :	Istikomah	(0229018702)
Anggota	Sumarni	(0221109401)
	Sirlia Diana	(0206068901)

**PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN DAN PENDIDIKAN PROFESI BIDAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU
TAHUN 2022**

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

1. Identitas PkM

A. Judul PkM

PENDAMPINGAN PENURUNAN KECEMASAN IBU BERSALIN KALA I DENGAN PENERAPAN AUDIO SENSORI MELALUI PRAKTIK PENGGUNAAN AIR WUDHU, DZIKIR, DAN MUROTTAL ALQUR'AN SELAMA AKHIR KEHAMILAN DI PMB KABUPATEN PRINGSEWU

B. Waktu PkM

Tahun Usulan	Tahun Pelaksanaan	Semeslater	Lama Penelitian
2022	2023	Genap	6 bulan

C. Mata Kuliah

Kode MK	Mata Kuliah
2064438	Asuhan Kebidanan Pada Persalinan dan Bayi Baru Lahir II

D. Dasar alqur'an

Surah dan ayat	
Ayat alquran	الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ
Artinya	“(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram”
Hadis	الإِسْلَامُ نَظِيفٌ فَتَنْظِفُوا فَإِنَّهُ لَا يَدْخُلُ الْجَنَّةَ إِلَّا نَظِيفٌ.
Artinya	“Agama Islam adalah agama yang bersih dan suci. Karena itu kamu harus menjaga kebersihan. Maka sesungguhnya tidak akan masuk surga kecuali hanya orang-orang yang suci.” (HR. Al-Baihaqi).

2. Identitas pelaksana PkM

Nama	Peran	Tugas
	Ketua Penelitian	Mengkoordinir pelaksanaan PkM
Nama	Peran	Tugas
Anggota 1	Sumarni	Melakukan pelatihan
Anggota 2	Sirlia Diana	Membantu mengkondisikan peserta pelatihan

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
FORMULIR SPMI		Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

NAMA	Tri Wahyuni	Membantu mengkondisikan peserta pelatihan
MHS		
PRODI		

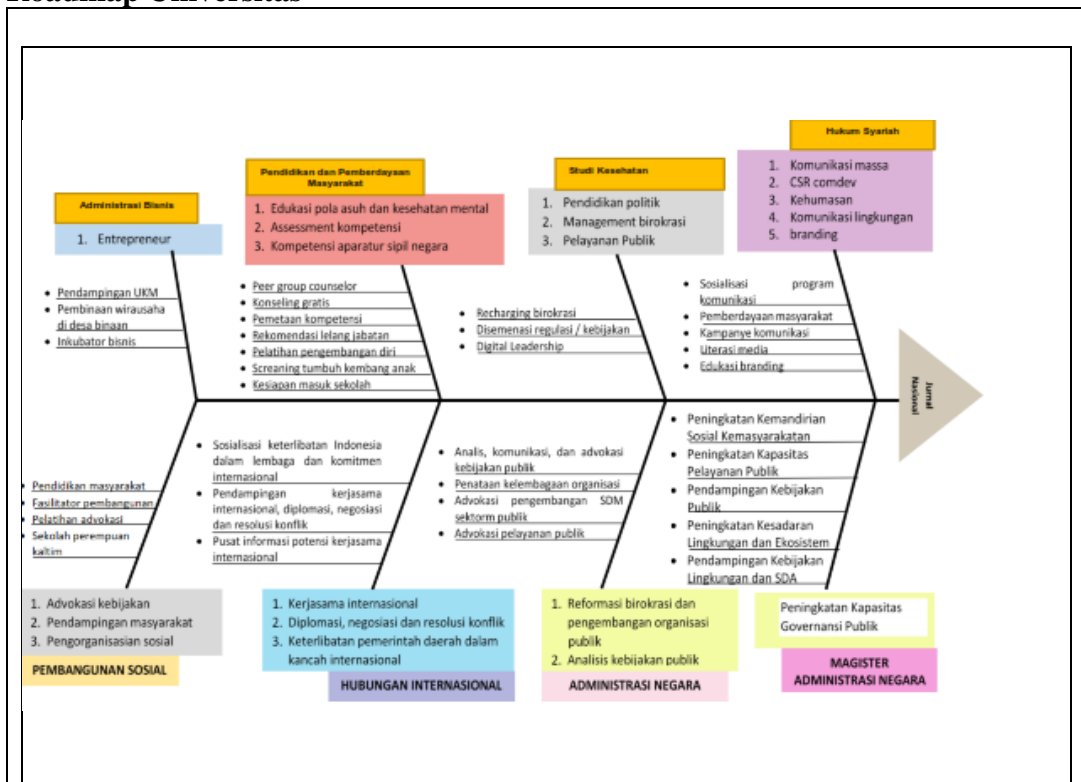
3. Mitra PkM

Institusi	Nama mitra	Kepakaran	e-mail dan no WA
UPTD Puskesmas Pringsewu	Rohayati.,S.ST	KIA	-

4. Luaran dan Target capaian

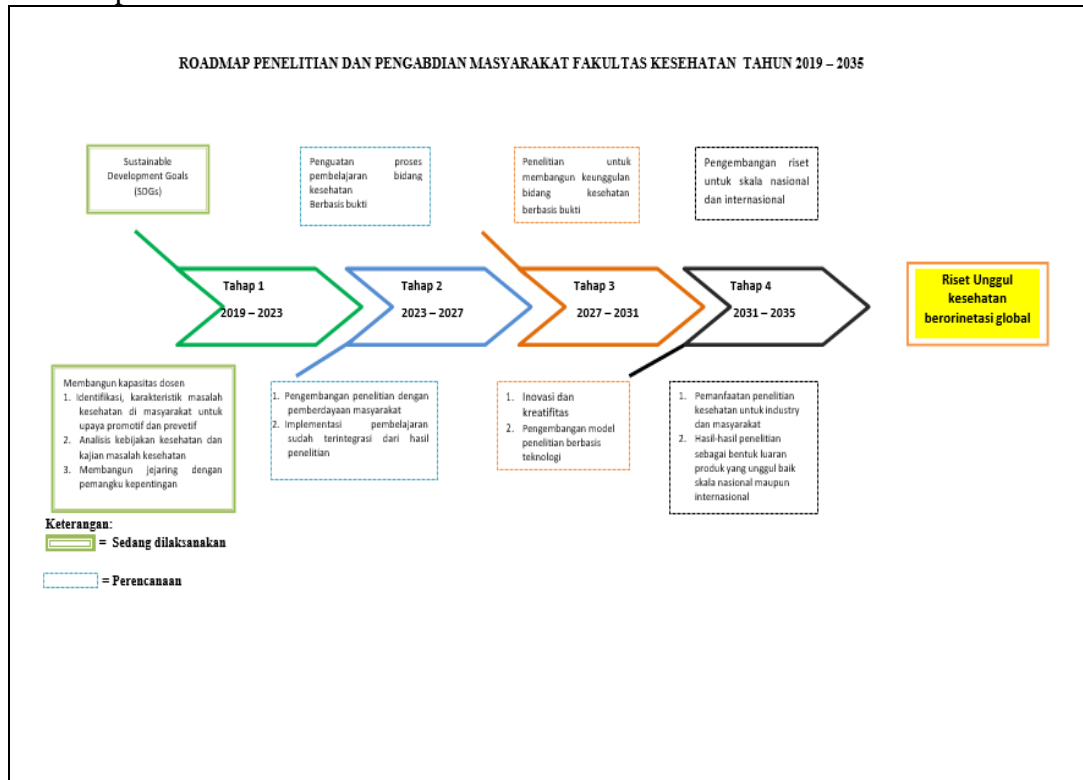
Tahun	Jenis Luaran
1	Jurnal nasional
1	HKI

5. Roadmap Universitas

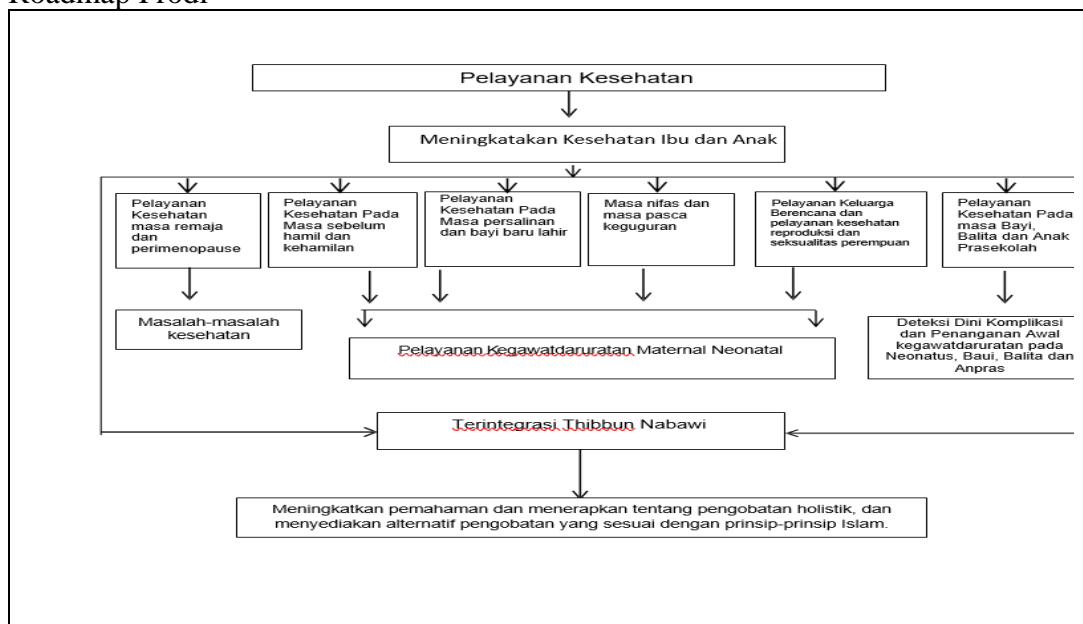



	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
FORMULIR SPMI		Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

6. Roadmap Fakultas

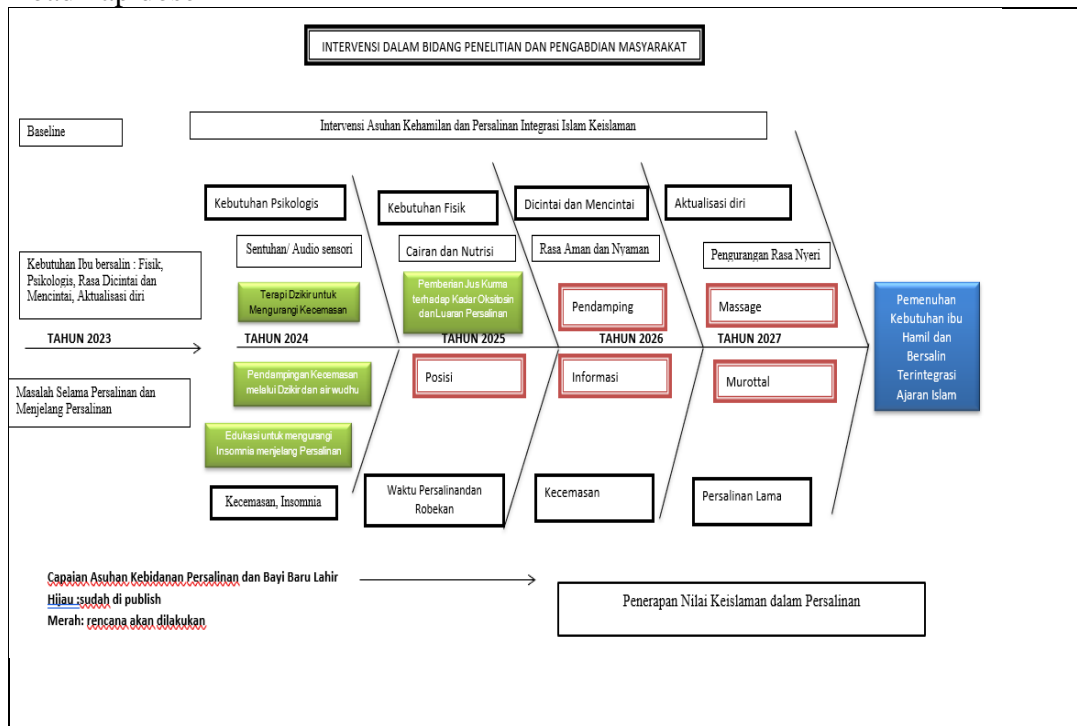


7. Roadmap Prodi




	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
FORMULIR SPMI		Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

8. Roadmap dosen



9. Anggaran PkM

NO	URAIAN	SATUAN	VOLUME	JUMLAH
1	Honor peneliti	1	Rp 1.500.000,00	Rp 1.000.000,00
2	Belanja barang habis pakai	1	Rp 3.000.000,00	Rp 1.500.000,00
3	Biaya perjalanan (survey, ambil data, transpot)	5	RP 300.000,00	Rp 1,500,000,00
4	Publikasi	1	Rp 1.000,000,00	Rp 500,000,00
5	Lain-lain	1	Rp 1.000.000,00	Rp 500.000,00
	Jumah			Rp 5.000.000,00



	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
FORMULIR SPMI		Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

10. Halaman pengesahan

1. Judul Penelitian	: Pendampingan Penurunan Kecemasan Ibu Bersalin Kala I Dengan Penerapan Audio Sensori Melalui Praktik Penggunaan Air Wudhu, Dzikir, Dan Murottal Alqur'an Selama Akhir Kehamilan Di PMB Kabupaten Pringsewu
2. Bidang Penelitian	: Kehamilan dan Persalinan
3. Ketua Peneliti	
a. Nama lengkap	: Istikomah, S.ST., <u>M.Keb</u>
b. NIDN	: 0229018702
c. Jabatan /golongan	: Asisten Ahli
d. Program Studi	: S1 Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan
e. No Hp	: 085269299767
4. Anggota Peneliti 1	:
a. Nama lengkap	: Bdn. Sumarni, <u>S.Str.Keb</u> , M.Keb
b. NIDN	: 0221109401
5. Anggota Peneliti 2	
a. Nama lengkap	: Sirii Diana, S.ST., <u>M.Keb</u>
b. NIDN	: 0206068901
6. Anggota Peneliti 3	
a. Nama lengkap	: Tri Wahyuni
b. NPM	: 2022206206176
7. Lokasi Pengabmas	: PMB wilayah Pringsewu Timur
8. Jumlah biaya yang <u>diusulkan</u>	: Mandiri

Pringsewu, Desember 2022

Mengetahui

 Nita F. Suryati, M.Epid NBM: 927024	 Kepala LPPM D. Soevan Adiputra, M.Pd, Kons NPM: 19537031985011001
---	--


1. Isi PkM

a. Keyword

Kecemasan, ibu bersalin, audiosensori

b. Latar Belakang

Menurut World Health Organization (WHO) diseluruh dunia sekitar 10 % wanita hamil dan 13 % wanita yang baru melahirkan mengalami gangguan jiwa, terutama depresi. Bahkan ibu yang mengalami depresi bisa melakukan bunuh diri. Hampir semua wanita berisiko mengalami gangguan jiwa selama kehamilan dan persalinan, risiko ini diawali dari kecemasan pada saat menghadapi persalinan (WHO, 2020). Dari penelitian Amidu et al., (2018) hanya 7,25% ibu bersalin yang tidak mengalami kecemasan maupun stress, 60,14% dari yang dipelajari populasi mengalami stres tetapi tidak kecemasan, sedangkan 32,6% mengalami stres dan kecemasan dengan risiko lebih tinggi persalinan lama (40,9%). Kecemasan adalah


	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

reaksi psikologis paling umum dari ibu hamil menjelang persalinandan tinggi pada di Indonesia, sehingga 93% wanita hamil takut melahirkan dan hampir 50% melaporkan tingkat kecemasan yang tinggi(Phutra, 2016).

Faktor yang mempengaruhi kecemasan adalah ketidak siapan ibu dalam menghadapi persalinan yang menyebabkan kecemasan kehamilan hingga kelahiran(Hassanzadeh et al., 2020). Faktor tersebut berkaitan dengan ketakutan akan proses persalinan, misalnya ketakutan akan nyeri persalinan dan perpanjangan persalinan. Tiga lainnya yang disebutkan terkait dengan waktu persalinan, ketakutan akan persalinan prematur, dan kejadian yang tidak diketahui selama persalinan. Komplikasi persalinan seperti pendarahan, ketakutan akan kematian saat persalinan, cedera alat kelamin, dan depresi adalah contoh dari kategori terakhir. Kategori keempat berkaitan dengan kualitas rumah sakit dan dampaknya terhadap kesehatan ibu dan bayi (Arfaie et al., 2017).

Secara umum, metode untuk mengurangi kecemasan dibagi menjadi dua kategori: farmasi dan non-farmasi. Penggunaan farmakologi akan menyebabkan banyaknya risiko dan komplikasi setelah persalinan. Oleh karena itu kebutuhan menggunakan metode non-farmakologis dan komplementer sebagai pendekatan yang terasa lebih aman, lebih sehat, dan lebih murah(Almushait & Ghani, 2014; Mascarenhas et al., 2019). Metode nonfarmakologis salah satunya dengan penggunaan rangsangan fonetik yang menyenangkan, dengan terapi musik. Salah satu jenis music dan bacaan, salah satu aspek yang paling mulia dari pembacaan Al-Qur'an.Musik ini memiliki sifat khusus, ritme dan melodinya sendiriAllah berfirman dalam ayat 28 Surat Ra'd: "Orang-orang yang menjadi Mereka percaya, hati mereka ditenangkan dengan mengingat Allah; Sesungguhnya dalam mengingat Allah hati menjadi tenang." Ayat ini menegaskan bahwa hanya mengingat Allah menenangkan hati dan mengingat Allah memberikan harapan kepada orang tersebut. Dengan kata lain, bacaan Al-Qur'an dan mengingat Allahefektif dalam mengurangi kecemasan seseorang(Naderyanfar, 2019).

Terapi Quran dengan lambat dantempo yang harmonis dapat menurunkan hormon stres dan mengaktifkan endorfin alami (serotonin).Pada penelitian

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

sebelumnya sikap religius pada ibu efektif menurunkan tingkat kecemasan dalam persalinan dan menurunkan nyeri fisik dan perineum postpartum. Memperhatikan terhadap dimensi religiositas dari keberadaan manusia dan perencanaan untuk memperbaikinya sangatlah penting (Dokuhaki & Ghodrati, 2021).

Ibadah harian, seperti berdoa, dapat mengurangi kecemasan dan stres dengan memberikan harapan dan kelegaan emosional. Oleh karena itu, dalam beberapa dekade terakhir, telah terjadi peningkatan jumlah penelitian yang dilakukan di bidang religiositas, agama, dan kesehatan. Mengingat kecenderungan ke arah religiositas dan pengobatan alternative dalam mengatasi kecemasan pada persalinan (Kadkhodaei et al., 2019).


c. Metode

1. Perencanaan

- a. Mengajukan Proposal ke LPPM Universitas Muhammadiyah Pringsewu
- b. Konsolidasi dengan pihak kampus
- c. Pengajuan surat ijin melakukan survey kegiatan.
- d. Menginventarisir jumlah ibu hamil yang akan menjadi peserta
- e. Membuat nota kesepakatan

2. Pelaksanaan

- a. Tim bersama dengan pihak kampus rapat koordinasi dalam waktu pelaksanaan pengabdian masyarakat.
- b. Tim bersama dengan pihak kampus menyiapkan jadwal dan tempat melakukan persamaan persepsi
- c. Pembuatan program audio murottal alqur'an surat Ar-Rahman disertai dengan bacaan dzikir dan pembuatan poster berwudhu menurut tuntunan islam
- d. Bersama dengan panitia memberikan poster dan program audio

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

e. Memberikan pendampingan melalui program audio yang telah dibuat dan memberikan poster berwudhu kepada peserta, kemudian peserta dibuat grup melalui aplikasi “*whatsapp*” dan akan di follow up seitan akhir minggu untuk melihat proses penurunan kecemasan yang dialami sampai dengan persalinan kala I pada kegiatan kelas ibu hamil sampai dengan follow up akhir di PMB wilayah pringsewu Timur dengan jumlah 25 ibu hamil.

f. Waktu pelaksanaan dilaksanakan di bulan Nopember - Desember 2022

3. Laporan


Membuat Laporan tertulis kepada LPPM Universitas Muhammadiyah Pringsewu.

d. Hasil dan Pembahasan

Kecemasan merupakan campuran dari emosi yang tidak menyenangkan yang didominasi oleh rasa takut, khawatir, dan kecemasan yang tidak terkendali tentang kondisi yang mengancam yang tidak jelas di masa depan. Pada ibu hamil, terutama pada trimester ketiga, perubahan psikologi ibu tampak lebih kompleks dan meningkat dibandingkan dengan sebelumnya. trimester, yang disebabkan oleh meningkatnya kondisi kehamilan hingga persalinan (Kamila & Mutianingsih, 2021).

Pasien dengan kecemasan sedang dapat dilakukan penatalaksanaan baik secara farmakologis, non-farmakologis. Terapi farmakologis yang diberikan untuk menurunkan kecemasan terdiri dari obat anxiolytic dan psikoterapi sedangkan untuk non-farmakologis dapat dilakukan dengan teknik distraksi, pemberian pendidikan kesehatan serta meningkatkan dukungan keluarga(Phutra, 2016).

Efek positif dari terapi doa untuk mengurangi kecemasan, meningkatkan ketenangan, konsentrasi dan umumnya meningkatkan religiusitas dan kesehatan fisik pasien dilaporkan. Religiusitas dalam perawatan sebagai sumber penting kesehatan fisik dan perbaikan pada orang; oleh karena itu perlu mempertimbangkan budaya individu dan masalah religiusitas dalam proses pengobatan(Puchalski, 2004).

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15


Sejalan dengan penelitian Handayani et al., (2014), yang menjelaskan bahwa ada penurunan skor kecemasan mulai dari 5-40 angka. Hal ini menunjukkan bahwa terapi murottal mampu merelaksasi ketegangan pada ibu bersalin terutama yang akan menjalani operasi pembedahan.

Sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa mendengarkan murottal Al Quran akan berpengaruh terhadap penurunan kecemasan yang signifikan. Quran memfasilitasi stabilisasi detak jantung, pernapasan, dan emosi. Bacaan Al-Qur'andapat mengontrol otak untuk mengurangi kecemasan, kelelahan, dan kebosanan serta menghasilkan relaksasi spiritual.Mendengarkan bacaan Al-Qur'an adalah pendekatan terapi yang dapat mengontrol detak jantung, pernapasan, tekanan darah, gelombang otak,suhu, dan tekanan otot(Khaskheli & Baloch, 2010).

Pada systematic review menjelaskan bahwa mendengarkan murottal Al Quran akan menjaga stabilitas tanda vital pada persalinan, memperbaiki pla nafas dan membuat ibu merasa lebih tenang. Efek positif mendengarkan bacaan Al-Qur'an dalam mengurangi skor kecemasan di berbagai setting pada persalinan (Ghiasi & Keramat, 2018).

Menurut pendapat peneliti, peneliti juga mengamati respon positif yang muncul dari pemberian terapi murottal ketika ibu responden inpartu primipara terlihat tenang sambil memejamkan mata menikmati lantunan Ar-Rahman dan menyebut nama Allah SWT di sela-sela kontraksi. atau hilang dan timbul dalam satu fase fase aktif yang menandakan responden dalam kondisi nyaman dan mendengarkan dengan baik serta tingkat kecemasan yang sebelumnya sangat berat dapat berkurang. Membuktikan bahwa murottal Al-Qur'an dapat mempengaruhi kondisi psikologisibu dalam kondisi bersalin dengan memicu hormon endorfin dan menekan hormone katekolamin atau hormon stres yang berisiko tinggi sehingga ibu tiba dalam kondisi psikologis yang nyaman.


e. Kesimpulan

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

Pendampingan melalui audiosensori pada ibu hamil dapat menurunkan kecemasan ibu hamil menghadapi persalinan. Dengan menurunkannya kecemasan pada ibu bersalin, akan meningkatkan membantu proses kemajuan persalinan pada ibu dan meningkatkan kesejahteraan janin sehingga dapat mengurangi angka kematian pada ibu bersalin.

f. Daftar Pustaka

1. Almushait, M., & Ghani, R. A. (2014). Perception toward Non-Pharmacological Strategies in Relieving Labor Pain: An Analytical Descriptive Study. *Journal of Natural Sciences Research*, 4(2), 5–12. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.10859.64805>
2. Amidu, N., Alhassan, M., Issah, H., Yakong, V., Yahaya, W., Adams, Y., & Dapare, P. (2018). Perceived Stress and Anxiety in Women during Labour: A Case of Tamale West Hospital, Tamale, Ghana. *Asian Journal of Medicine and Health*, 11(2), 1–10. <https://doi.org/10.9734/ajmah/2018/40373>
3. Bayrami, R., & Ebrahimipour, H. (2014). Effect of the Quran sound on labor pain and other maternal and neonatal factors in nulliparous women. *Journal of Research & Health*, 4(4), 898–902.
4. Dokuhaki, S., & Ghodrati, F. (2021). The Association between Religiosity and Jurisprudential Information with Anxiety of Pregnant Mothers during Labor and Postpartum Pain. *Women's Health Bulletin*, 8(2), 114–121. <https://doi.org/10.30476/whb.2021.89297.1094>
5. El-sayed, H. E. M., Hashimmahmoud, O., Saadoon, M., Mahmoud, M., & Saadoon, M. (2020). Effect of Listening to Holy Quran on Maternal and Neonatal Outcomes among Muslim Primiparous during the Active Phase of Labor. *International Journal of Novel Research in Healthcare and Nursing*, 7(2), 115–126.
6. Kadkhodaei, F., Mansouri, A., Salehi, H., F. A., Pour, B. K., & Nehbandani, S. (2019). A Comparative Study on the Effect of the Voice of the Holy Quran and Arendeshine Music on the Anxiety of the Primiparous Women of the Natural Provisional Candidate. *Asian Journal of Pharmaceutical Research and Development*, 7(6), 62–67.
7. Kamila, N. A., & Mutianingsih, R. (2021). Effectiveness of Al-Qur ' an Tadabbur Therapy on Nulliparous Women ' s Anxiety Level during Labor Efektivitas Terapi Tadabbur Al-Qur ' an untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida dalam Menghadapi Persalinan. *Global Medical and Health Communication*, 9(April), 55–60.
8. Phutra, H. (2016). *pengaruh terapi murottal al-qur'an terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi di rumah sakit Pku Muhammadiyah Yogyakarta*. STIKes A Yani Yogyakarta.
9. Puchalski, C. (2004). Spirituality in health: The role of spirituality in critical

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
FORMULIR SPMI		Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

care. *Critical Care Clinics*, 20(3), 487–504.
<https://doi.org/10.1016/j.ccc.2004.03.007>

- Saputri, I. N., & Ulfa, R. (2018). Pengaruh pemberian terapi murottal alquran terhadap penurunan tingkat kecemasan ibu preoperasi sectio caesaria di rumah sakit grand medistra lubuk pakam. *Jurnal Kebidanan Kestra (JKK)*, 1(1), 8–10.

2. Dokumentasi



3. Publikasi PkM

Jenis Publikasi	Nama Jurnal	Link
-	-	-