
ASUHAN KEPERAWATAN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DENGAN PENERAPAN MURROTAL AL-QURAN UNTUK MENGATASI MASALAH ANSIETAS DI DESA KARYA INDAH

Tahniah Luthfiyana¹, Fitri Dyna², Dini Maulinda³, Afrida Sriyani Harahap⁴

^{1,2,3,4}Institut Kesehatan Payung Negeri

Email: tahniahluthfii@gmail.com

ABSTRAK

Selama proses kehamilan perubahan psikologi yang terjadi pada ibu hamil seringkali menyebabkan terjadinya kecemasan terutama pada ibu hamil trimester III, hal ini dikarenakan semakin dekat dengan proses persalinan. Dampak dari kecemasan selama kehamilan adalah ibu berisiko mengalami ketidakseimbangan emosional setelah melahirkan atau dikenal dengan *baby blues* dan depresi postpartum serta lemahnya *bonding attachment* antara ibu dan bayi. Selain berdampak negatif terhadap ibu, kecemasan pada ibu juga dapat berpengaruh terhadap bayi yang berada dikandungan seperti gangguan tumbuh kembang pada bayi, berat badan lahir rendah (BBLR) dan peningkatan aktifitas Hipotalamus Hipofisis Adrenal (HHA). Kecemasan pada ibu hamil dapat diatasi dengan terapi non-farmakologis, salah satu terapi non-farmakologis yang dapat dilakukan untuk mengatasi kecemasan adalah murrotal Al-Quran. Tujuan dari studi kasus ini adalah untuk melakukan asuhan keperawatan pada ibu hamil trimester III dengan kecemasan melalui penerapan murrotal Al-Quran di Desa Karya Indah dengan jumlah responden 1 orang ibu hamil. Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus (case study) dengan desain deskriptif. Pengukuran tingkat ansietas klien dilakukan berdasarkan indikator kuesioner *Pregnancy Related Anxiety Questionnaire-Revised* (PRAQ-2) Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI) sesuai dengan diagnosa ansietas. Implementasi terapi relaksasi murrotal al-qur'an dilaksanakan selama 3 sesi dalam satu minggu selama \pm 20 menit/sesi. Hasil: menunjukkan adanya penurunan tingkat kesemasan pada pasien. Kesimpulan: Terapi relaksasi non-farmakologis murrotal Al-Qur'an terbukti efektif dalam menurunkan tingkat ansietas pada ibu hamil trimester III.

Kata Kunci: Kehamilan, Ansietas, Murrotal, Relaksasi.

ABSTRACT

During pregnancy, psychological changes that occur in pregnant women often cause anxiety, especially in the third trimester, as the labor process approaches. The impact of anxiety during pregnancy is that the mother is at risk of experiencing emotional imbalance after giving birth, known as baby blues and postpartum depression, as well as weak bonding attachment between mother and baby. In addition to having a negative impact on the mother, anxiety in the mother can also affect the baby in the womb, such as growth and development disorders in the baby, low birth weight (LBW), and increased activity of the Hypothalamus Pituitary Adrenal (HHA). Anxiety in pregnant women can be overcome with non-pharmacological therapy, one of the non-pharmacological therapies that can be done to overcome anxiety is the Quranic recitation. The purpose of this case study is to provide nursing care to pregnant women in the third trimester with anxiety through the application of Quranic recitation in Karya Indah Village

with 1 pregnant woman as a respondent. This study uses a case study approach with a descriptive design. Measurement of client anxiety levels was carried out based on the indicators of the Pregnancy Related Anxiety Questionnaire-Revised (PRAQ-2) questionnaire of the Indonesian Nursing Outcome Standards (SLKI) in accordance with the anxiety diagnosis. Implementation of the Al-Quran murrotal relaxation therapy was carried out for 3 sessions in one week for ± 20 minutes / session. Results: showed a decrease in the level of anxiety in patients. Conclusion: Non-pharmacological relaxation therapy of the Al-Quran murrotal has been proven effective in reducing anxiety levels in pregnant women in the third trimester.

Keywords: *Pregnancy, Anxiety, Murottal, Relaxation.*

A. PENDAHULUAN

Selama proses kehamilan perubahan psikologi yang terjadi pada ibu hamil seringkali menyebabkan terjadinya kecemasan terutama pada ibu hamil trimester III, hal ini dikarenakan semakin dekat dengan proses persalinan. Tingkat kecemasan selama kehamilan pada ibu hamil trimester III sangat beragam, dari ringan hingga berat (Asih et al., 2021). Menurut Lestari et al. (2025), perubahan psikologis sering terjadi pada ibu hamil di trimester III lebih kompleks dari trimester sebelumnya akibat kondisi kehamilan yang semakin membesar. Seiring bertambahnya usia kehamilan tersebut, perubahan psikologis yang paling dominan ialah rasa cemas terus menerus menjelang masa persalinan.

Tingkat kecemasan ibu hamil berdasarkan data WHO, (2020) sekitar 8-10% ibu hamil mengalami kecemasan selama masa kehamilan dan meningkat menjadi 12% menjelang kehamilan. Di Indonesia berdasarkan laporan Kemenkes, (2022) menunjukkan bahwa 43,3% ibu hamil mengalami kecemasan dan angka tersebut meningkat menjadi 48,7% menjelang persalinan.

Dampak dari kecemasan selama kehamilan adalah ibu berisiko mengalami ketidakseimbangan emosional setelah melahirkan atau dikenal dengan baby blues dan depresi postpartum serta lemahnya bonding attachment antara ibu dan bayi. Selain berdampak negatif terhadap ibu, kecemasan pada ibu juga dapat berpengaruh terhadap bayi yang berada dikandungannya seperti gangguan tumbuh kembang pada bayi, berat badan lahir rendah (BBLR) dan peningkatan aktifitas Hipotalamus Hipofisis Adrenal (HHA) yang menyebabkan perubahan produksi hormon steroid, rusaknya perilaku sosial dan risiko tinggi terjadinya infertilitas saat dewasa (Rahman, 2020).

Kecemasan pada ibu hamil dapat diatasi dengan terapi farmakologis dan non-farmakologis. Murrotal Al-Quran merupakan terapi non-farmakologis yang dapat mengatasi kecemasan pada ibu hamil. Terapi murrotal Al-Quran bekerja pada otak dan merangsang produksi zat neuropeptide, zat neuropeptide akan memberikan umpan balik berupa rileksasi (Lestari et al., 2025). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fatimah (2023), bahwa terapi murrotal Al-Quran dengan stimulant ayat suci Al-Quran dapat mempengaruhi delta pada otak yang memberikan rangsangan rasa tenang dan nyaman bagi ibu hamil. Produksi neuropeptide yang dihasilkan memberikan reaksi relaksasi dan kenyamanan yang membuat kecemasan pada ibu hamil berkurang.

Dalam Al-Quran terdapat salah satu surah yaitu surah Maryam. Surah Maryam merupakan surah yang mengisahkan perjuangan Maryam dalam menjalani masa kehamilan tanpa bantuan seorangpun, mendapat cacian setelah kelahiran putranya serta keteguhan imannya yang banyak memberikan pelajaran (Setiowati, 2020). Pada penelitian yang

dilakukan oleh Zulkahfi et al. (2020) dengan hasil terdapat pengaruh terapi Murrotal Al-quran Surah Maryam terhadap penurunan kecemasan yang dirasakan ibu hamil trimester III. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ulfah et al. (2025) bahwa terapi Murrotal Quran Surah Maryam efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Desa Karya Indah, Kecamatan Tapung, Kabupaten Kampar, Kota Pekanbaru, Provinsi Riau pada ibu hamil trimester 3 berjumlah 3 ibu hamil, mengeluhkan cemas menjelang persalinan. Keluhan yang disampaikan seperti rasa khawatir menjelang persalinan, rasa gelisah, kesulitan untuk tidur.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus (case study) dengan desain deskriptif. Untuk mengeksplorasi asuhan keperawatan maternitas dengan menggunakan Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI). Fokus penelitian diarahkan pada penerapan terapi murrotal al-qur’an sebagai intervensi *Evidence-Based Nursing Practice* (EBP) untuk menurunkan tingkat kecemasan ibu hamil pada trimester III. Keberhasilan intervensi diukur dengan membandingkan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pelaksanaan terapi murrotal al-qur’an. Subjek penelitian adalah ibu hamil trimester III dengan kriteria inklusi yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

1. Ibu hamil trimester III
2. Beragama islam
3. Mengalami kecemasan ringan-sedang

1) Waktu Pelaksanaan

Implementasi terapi relaksasi murrotal al-qur’an dilaksanakan pada tanggal 23-29 Oktober 2025 selama 3 sesi dalam satu minggu, yaitu di hari jum’at, minggu dan senin selama ± 20 menit/sesi. Tempat pelaksanaan dilakukan di kediaman responden di desa Karya Indah, Kecamatan Tapung, Kabupaten Kampar.

2) Pengumpulan Data dan Indikator Keberhasilan

Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan teknik wawancara, observasi, pengkajian dengan menggunakan format pengkajian dan kuisisioner sebagai luaran dari pengkajian ini. Kuisisioner pada penelitian ini menggunakan:

1. *Pregnancy Related Anxiety Questionnaire-Revised* (PRAQ-2): di isi oleh ibu hamil trimester 3 untuk mengukur tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi
2. Standart Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI): digunakan untuk menilai indikator keberhasilan luaran keperawatan terkait penurunan tingkat ansietas pada ibu hamil.

Tabel 3. 1 Indikator Keberhasilan Ekspektasi: Menurun

No	Kriteria Hasil	Meningkat	Cukup Meningkat	Sedang	Cukup Menurun	Menurun
1.	Verbalisasi khawatir akibat kondisi yang dihadapi	1	2	3	4	5
3.	Keluhan Pusing	1	2	3	4	5

No	Kriteria hasil	Memburuk	Cukup Memburuk	Sedang	Cukup Membaik	Membaik
1.	Pola Tidur	1	2	3	4	5
2.	Frekuensi Pernafasan	1	2	3	4	5
3.	Frekuensi Nadi	1	2	3	4	5
4.	Tekanan Darah	1	2	3	4	5

3) Teknik Analisa Data

Analisis data yang digunakan dalam pelaksanaan praktik *Evidence-Based Nursing* (EBN) ini adalah analisis deskriptif, yaitu menggambar hasil pengukuran tingkat kecemasan pada saat pre-test dan post-test. Data hasil intervensi disajikan dalam bentuk table distribusi frekuensi untuk memudahkan interpretasi hasil perubahan tingkat kecemasan sebelum diberikan asuhan keperawatan dan sesudah diberikan asuhan terapi murrotal al-qur'an.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Proses Pelaksanaan Intervensi

Pelaksanaan *Evidence Based Practice* (EBN) pada karya ilmiah ini berupa penerapan relaksasi murrotal al-quran terhadap ansietas pada ibu hamil primigravida di trimester III. Pengukuran tingkat ansietas klien dilakukan berdasarkan indikator kuesioner *Pregnancy Related Anxiety Questionnaire-Revised* (PRAQ-2) Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI) sesuai dengan diagnosa ansietas.

Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus (case study) dengan desain deskriptif. Untuk mengeksplorasi asuhan keperawatan maternitas dengan menggunakan Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI). Keberhasilan intervensi diukur dengan membandingkan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pelaksanaan terapi murrotal al-qur'an. Data yang dikumpulkan berupa kondisi ansietas pasien sebelum dan setelah pelaksanaan intervensi selama periode tindakan. Analisis dilakukan secara deskriptif dengan membandingkan perubahan respon pasien terhadap ansietas setelah diberikan intervensi.

Pelaksanaan intervensi dilakukan selama 3 hari yaitu pada hari Kamis tanggal 23 Otober 2025, Sabtu tanggal 25 Oktober 2025, Senin tanggal 26 Oktober 2025 dengan frekuensi 1 kali, durasi setiap sesi ± 20 menit, pada 1 orang ibu hamil primigravida trimester III yang mengalami ansietas. Pemberian intervensi dilakukan oleh penulis dengan cara mendemonstrasikan langsung relaksasi murrotal al-quran, kemudian pasien dibimbing untuk mempraktikkan langsung secara mandiri sesuai arahan.

Pelaksanaan intervensi dilakukan di Desa Karya Indah, Kecamatan Tapung, Kabupaten Kampar, Pekanbaru. Selama pelaksanaan, penulis memberikan pendampingan, memonitor respon dan perasaan ibu serta mengedukasi ibu agar mampu menerapkan relaksasi dengan murrotal al-qur'an secara mandiri dikehidupan sehari-hari. Hasil pelaksanaan menunjukkan adanya penurunan ansietas secara ringan, namun intervensi belum sepenuhnya mengatasi ansietas ibu secara optimal, sehingga ibu perlu melakukan intervensi ini secara berkelanjutan.

Hasil Pelaksanaan

Evaluasi dilakukan setiap hari melalui observasi respon subjektif dan objektif ibu, meliputi perasaan cemas, ketegangan, ekspresi wajah, pola nafas, serta kemampuan ibu dalam mempraktikkan terapi relaksasi murrotal al-qur'an, sesuai dengan Standar Luaran Keperawatan Indonesi (SLKI) pada diagnosa keperawatan ansietas. Berikut merupakan hasil

pelaksanaan intervensi murrotal al-qur'an pada ibu hamil primigravida dengan masalah keperawatan ansietas :

Tabel 5. 1 Hasil Indikator Keberhasilan

Indikator Ansietas	Hari Ke-1	Hari Ke-2	Hari Ke-3
Verbalisasi Khawatir	Cukup Meningkat	Sedang	Cukup Menurun
Keluhan Pusing	Cukup Meningkat	Cukup Menurun	Menurun
Pola tidur	Sedang	Cukup Membaik	Membaik
Frekuensi Pernafasan	Membaik	Membaik	Membaik
Frekuensi Nadi	Membaik	Membaik	Membaik
Tekanan Darah	Cukup Membaik	Cukup Membaik	Membaik

Berdasarkan Tabel 5.1 Terlihat bahwa tingkat ansietas Ny.SN mengalami penurunan setelah diberikan intervensi murrotal al-qur'an selama tiga hari. Pada hari pertama, pasien masih menunjukkan kecemasan yang cukup tinggi, ditandai dengan perasaan khawatir berlebihan, rasa pusing, nafsu makan menurun, sulit tidur dan tekanan darah yang relatif tinggi. Pada hari kedua dan ketiga, terjadi penurunan berupa penurunan perasaan khawatir yang cukup menurun, rasa pusing yang menurun, nafsu makan yang membaik, pola tidur yang membaik dan tekanan darah yang membaik. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi memberikan dampak positif terhadap penurunan tingkat kecemasan pada ibu.

Tabel 5. 2 Hasil Pregnancy Related Anxiety Questionnaire-Revised (PRAQ-2)

Tanggal	Nama Pasien	Pre-Test (PRAQ-2)	Post-Test (PRAQ-2)	Penurunan Score
23 Okt 2025- 27 Okt 2025	Ny.SN	34	21	13

Berdasarkan tabel 5.2 laporan tingkat kecemasan pada ibu hamil primigravida trimester III dengan menggunakan pengukuran skala kecemasan *Pregnancy Related Anxiety Questionnaire-Revised (PRAQ-2)*. Pada hari pertama dilakukan *Pre-Test* sebelum diberikan intervensi dengan hasil score 34 kategori kecemasan sedang, sesudah dilakukan intervensi pada hari ketiga dilakukan *Post-Test* dengan hasil score 21 kategori kecemasan ringan. Berdasarkan hasil *Pre-Test* dan *Post-Test* dapat disimpulkan bahwa terdapat penurunan tingkat kecemasan yang signifikan dari kategori tingkat kecemasan sedang menjadi kecemasan ringan setelah diberikan intervensi, yang menunjukkan bahwa intervensi terapi relaksasi murrotal al-qur'an efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada ibu hamil primigravida trimester III.

Pembahasan

1. Pengkajian Keperawatan

Pengkajian keperawatan merupakan penggunaan keterampilan untuk mengumpulkan data dalam bentuk wawancara dan pemeriksaan fisik dengan hasil penemuan data subjektif dan objektif pada riwayat dan kondisi kesehatan pasien (Carpenito, 2021). Pengkajian dilakukan untuk menentukan diagnosa keperawatan, intervensi dan implementasi yang tepat (Ackley et

al., 2018). Dalam studi kasus ini, pengkajian dilakukan menggunakan format keperawatan maternitas antenatal dengan metode wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik.

Pasien pada studi kasus ini adalah Ny.SN dengan keluhan rasa khawatir berlebihan, rasa pusing, tidak nafsu makan, sulit tidur dan tekanan darah tinggi. Keluhan yang dialami Ny.SN menunjukkan tanda dan gejala ansietas. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Nova & Dewi (2024) rasa khawatir, sulit tidur dan tekanan darah tinggi sangat mempengaruhi terhadap tingkat ansietas ibu hamil. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari (2019) bahwa sulit tidur pada ibu hamil sering terjadi selama periode trimester III, hal ini dikarenakan perubahan fisik pada ibu yang menyebabkan rasa tidak nyaman dan perubahan psikologis akibat ansietas yang menyebabkan gangguan tidur dan beresiko menyebabkan tekanan darah meningkat karena ibu kurang tidur. Ansietas merupakan suatu kondisi yang tidak menyenangkan meliputi rasa takut, khawatir, bingung dan rasa tidak suka yang sifatnya subjektif dan timbul karena adanya perasaan tidak aman terhadap bahaya yang diduga akan terjadi.

Berdasarkan uraian diatas, penulis berasumsi ansietas pada ibu hamil berupa rasa kekhawatiran dapat menyebabkan keluhan sulit tidur dan beresiko mengalami tekanan darah tinggi.

2. Diagnosa Keperawatan

Diagnosa keperawatan merupakan penilaian klinis terhadap respon klien mengenai masalah kesehatan atau proses kehidupan yang dialami, baik yang berlangsung secara aktual maupun potensial (Tim Pokja, 2018) Diagnosa keperawatan bertujuan untuk mengidentifikasi secara spesifik respon klien terhadap masalah kesehatan (Herdman & Kamitsuru, 2021).

Pada kasus ini pasien mengeluhkan rasa khawatir berlebihan, rasa pusing, tidak nafsu makan, sulit tidur dan tekanan darah tinggi. Keluhan yang disampaikan pasien menunjukkan tanda gejala ansietas berhubungan dengan krisis situasional yang sesuai dengan Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia (SDKI) yang meliputi tanda subjektif merasa khawatir dengan akibat dari kondisi yang dihadapi, mengeluh pusing, dan tidak nafsu makan. Tanda objektif meliputi sulit tidur dan tekanan darah meningkat. Pasien juga mengeluhkan rasa pegal diarea pinggang yang membuat pasien tidak nyaman saat duduk. Hal ini menunjukkan terdapat masalah keperawatan gangguan rasa nyaman berhubungan dengan gangguan adaptasi kehamilan.

Menurut Ns. Sriargianti Amir (2025) terdapat 7 diagnosa keperawatan yang biasa muncul pada ibu hamil yaitu : Nausea b.d kehamilan; Gangguan rasa nyaman b.d kehamilan; Ansietas b.d krisis situasional; Kelelahan b.d gangguan fisiologis; Inkontinensia urine stres b.d tekanan intraabdominal; Gangguan Pola tidur b.d kurang control tidur; Perfusi perifer tidak efektif b.d penurunan konsentrasi hemoglobin. Berdasarkan analisa penulis, maka dapat penulis simpulkan diagnosa keperawatan ansietas berhubungan dengan krisis situasional dan gangguan rasa nyaman berhubungan dengan adaptasi kehamilan merupakan diagnosa yang sering dialami pada ibu hamil.

3. Intervensi Keperawatan

Intervensi keperawatan merupakan seluruh tindakan yang akan dikerjakan oleh perawat didasarkan pada pengetahuan dan penilaian klinis untuk mencapai luaran (outcome) kesehatan yang diharapkan. Tindakan keperawatan meliputi tindakan observasi, terapeutik, edukasi, dan kolaborasi (Tim Pokja, 2018) Penyusunan intervensi pada penelitian ini mengacu pada Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI) dan keberhasilan intervensi mengacu pada Standar

Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI). Berdasarkan diagnosa yang telah ditegakkan yaitu ansietas dengan intervensi terapi relaksasi murrotal al-qur'an.

Terapi murrotal al-qur'an merupakan salah satu terapi nonfarmakologis yang digunakan untuk menurunkan tingkat kecemasan. Hal ini berpengaruh karena terapi murrotal al-qur'an bekerja pada otak dengan cara merangsang otak memproduksi zat kimia berupa neuropeptide. Neuropeptide memberikan umpan balik berupa rileksasi dan kenyamanan sehingga dapat menurunkan tingkat kecemasan (Lestari et al., 2025). Berdasarkan penelitian sebelumnya, penulis berasumsi bahwa terapi relaksasi dapat diterapkan pada ibu hamil primigravida trimester III untuk menurunkan tingkat kecemasan.

4. Implementasi dan Evaluasi Keperawatan

Implementasi merupakan tahapan pelaksanaan yang telah disusun dalam intervensi keperawatan untuk membantu klien mencapai indikator keberhasilan sesuai luaran yang telah diharapkan. Tahap ini meliputi pengelolaan intervensi mandiri dan intervensi kolaborasi (Tim Pokja, 2018). Pada kasus ini, implementasi yang dilakukan sesuai dengan perencanaan yang telah disusun sebelumnya yaitu, kontrak waktu dengan pasien, memberikan kuesioner dan melatih terapi relaksasi murrotal al-qur'an.

Penerapan implementasi ini dilakukan selama 3 hari. Peneliti melakukan tindakan sesuai dengan perencanaan sebelumnya yaitu mengidentifikasi tingkat ansietas pada pasien dengan memonitor keluhan kecemasan, memonitor sulit tidur, dan memonitor tanda-tanda vital, menciptakan lingkungan yang aman dan nyaman untuk melakukan terapi murrotal al-qur'an, memfasilitasi terapi murrotal al-qur'an, mendokumentasikan pengamatan selama sesi terapi, menjelaskan tujuan dan prosedur terapi murrotal al-qur'an pada pasien dan keluarga.

Setelah dilakukan implementasi maka dilanjutkan dengan tahap evaluasi. Evaluasi merupakan tahap akhir dari proses asuhan keperawatan yang sistematis untuk menilai sejauh mana tujuan keperawatan telah tercapai dan untuk menentukan rencana asuhan akan dihentikan, dilanjutkan atau dimodifikasi. Tahap ini membandingkan status kesehatan pasien dengankriteria hasil yang telah ditetapkan ditahap perencanaan. Evaluasi dilakukan secara berkesinambungan untuk menilai respon pasien terhadap tindakan keperawatan yang telah diberikan (Tim Pokja, 2019).

Berdasarkan asuhan keperawatan yang telah dilakukan selama 3 hari kepada Ny.SN maka dilakukan evaluasi keperawatan dengan menggunakan Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI) pada diagnosa keperawatan yang telah ditegakkan. Diagnosa keperawatan yang ditegakkan adalah ansietas b.d krisis situasional dengan luaran keperawatan yaitu tingkat kecemasan menurun dengan hasil terjadi penurunan berupa perasaan khawatir yang cukup menurun, rasa pusing yang menurun, nafsu makan yang membaik, pola tidur yang membaik dan tekanan darah yang membaik setelah diberikan terapi relaksasi murrotal al-qur'an .

Hasil evaluasi menunjukkan adanya penurunan tingkat ansietas setelah pemberian terapi relaksasi murrotal al-qur'an. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Asikin et al., (2024) tingkat kecemasan ibu hamil mengalami penurunan setelah diberikan perlakuan murrotal al-qur'an. Penurunan ansietas ini terjadi dikarenakan pengaruh bacaan surah murrotal yang didengarkan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Oktarosada & Yunitasari, (2024) dengan hasil penelitian yang menunjukkan terdapat pengaruh pemberian terapi murrotal al-quran terhadap penurunan tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III. Dengan demikian, penulis berasumsi intervensi murrotal al-qur'an untuk menurunkan tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III dinilai efektif.

5. Evidence Based Practice

Selama proses kehamilan perubahan psikologi yang terjadi pada ibu hamil seringkali menyebabkan terjadinya kecemasan terutama pada ibu hamil trimester III, hal ini dikarenakan semakin dekat dengan proses persalinan. Tingkat kecemasan selama kehamilan pada ibu hamil trimester III sangat beragam, dari ringan hingga berat (Asih et al., 2021).

Kecemasan yang dialami calon ibu dapat berupa perasaan khawatir, takut akan adanya ancaman yang terjadi pada dirinya dan janin namun penyebabnya belum diketahui dengan jelas. Kondisi cemas ditandai dengan tingkat kewaspadaan yang berlebih dan cenderung panik sehingga dapat mengganggu fisik, psikologis dirinya sendiri serta lingkungannya (Ayu Rahmadhani et al., 2021).

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Zulkahfi et al. (2020) didapatkan hasil bahwa terdapat penurunan skor kecemasan yang signifikan pada ibu hamil trimester III setelah diberikan terapi relaksasi murrotal Al-qur'an. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ayu Rahmadhani et al. (2021) bahwa setelah dilakukan pemberian intervensi murrotal Al-qur'an terdapat penurunan tingkat kecemasan ibu hamil dari kecemasan berat menjadi sedang, sedang menjadi ringan.

Berdasarkan penelitian sebelumnya, penelitian ini juga sejalan dengan hasil yang menunjukkan terdapat penurunan tingkat kecemasan yang signifikan dari sebelum dan sesudah diberikan intervensi murrotal Al-qur'an

KESIMPULAN DAN SARAN

Setelah dilakukan Asuhan Keperawatan pada ibu hamil trimester III dengan ansietas disimpulkan bahwa:

1. Pada pengkajian keperawatan didapatkan hasil pasien mengeluh rasa khawatir berlebihan terkait kondisi anaknya, rasa pusing, tidak nafsu makan, sulit tidur dan tekanan darah tinggi. Pasien juga mengeluh rasa pegal diarea pinggang dan tidak nyaman saat duduk.
2. Berdasarkan hasil analisa data pada pengkajian maternitas yang dilakukan didukung dengan adanya data data yang memperkuat tegaknya suatu masalah keperawatan maka dapat dirumuskan diagnosa keperawatan yaitu ansietas berhubungan dengan krisis situasional dan gangguan rasa nyaman berhubungan dengan adaptasi kehamilan.
3. Intervensi diagnosa ansietas yaitu terapi relaksasi berdasakan SIKI. Adapun intervensi yang diberikan yaitu terapi murrotal al-qur'an pada ibu hamil trimester III yang dipilih berdasarkan *evidence based practice* jurnal yang didapatkan.
4. Menerapkan implementasi keperawatan berupa terapi relaksasi murrotal al-qur'an yang dilakukan selama 3 hari, dilaksanakan \pm 20 menit sesuai dengan SOP.
5. Berdasarkan evaluasi hasil diperoleh bahwa masalah teratasi dengan luaran tingkat ansietas menurun
6. Berdasarkan hasil *evidence based practice* yang telah diterapkan terdapat penurunan tingkat kecemasan pada pasien dari kecemasan sedang menjadi kecemasan ringan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ackley, B. J., Ladwig, G. B., & Makic, M. B. F. (2018). *Nursing Diagnosis Handbook-E-Book: Nursing Diagnosis Handbook-E-Book*. Elsevier Health Sciences.
- Asih, N. W. Y., Ariyani, N. W., Darmapatni, M. W. G., Lindayani, I. K., & Somoyani, N. K. (2021). Gambaran Tingkat Kecemasan pada Ibu Hamil di Puskesmas II Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Barat. *Jurnal Infokes Informasi Kesehtan*, 11(2), 404–412.

- Asikin, M. S., Said, M. F. M., Khalid, N. F., Khaerina, I., Bakhtiar, A., & Amalia, R. (2024). *Pengaruh Mendengarkan Murottal Al- Qur ' an terhadap Tingkat Anxietas Ibu Hamil Trimester III di Rumah Sakit Sitti Khadijah Muhammadiyah I Cabang Makassar.*
- Ayu Rahmadhani, Tutik Agustini, & Yusrah Taqiyah. (2021). Pengaruh Terapi Murottal Al – Qur'an Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Dalam Menghadapi Proses Persalinan. *Window of Nursing Journal*, 113–122. <https://doi.org/10.33096/won.v2i2.831>
- Carpenito, L. J. (2021). *Handbook of nursing diagnosis*. Jones & Bartlett Learning.
- Fatimah, S. (2023). Efektivitas Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Kualitas Tidur Pada Ibu Hamil Primigravida Trimester Iii Di Pmb Atus Sa'diyah Banjarmasin. *Seminar Nasional Hasil Riset Dan Pengabdian*, 5, 2854–2859.
- Herdman, T. H., & Kamitsuru, S. (2021). *Nursing diagnoses*.
- Kemenkes, R. (2022). Profil kesehatan indonesia 2021. *Pusdatin. Kemenkes. Go. Id*, 63.
- Lestari, S. S., Ramadhan, F. V. A., & Sugesti, R. (2025). Pengaruh Terapi Murottal Al-Quran dan Prenatal Yoga Terhadap Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III di TPMB Bidan Kabupaten Cianjur Tahun 2024. *Journal of Innovation Research and Knowledge*, 4(11), 8443–8452.
- Nova, Y., & Dewi, M. K. (2024). *Hubungan Kekurangan Energi Kronik, Pola Tidur dan Tingkat Kecemasan dengan Kejadian Hipertensi dalam Kehamilan di Wilayah Kerja Puskesmas Ciapus Tahun 2021.* 01(11), 372–379. <https://doi.org/10.53801/oajjhs.v1i11.79>
- Ns. Sriargianti Amir, M. K. (2025). *Asuhan Keperawatan Maternitas: Aplikasi SDKI, SLKI, dan SIKI dalam Praktik Klinis*. PT Bukuloka Literasi Bangsa. <https://books.google.co.id/books?id=xVGjEQAAQBAJ>
- Oktarosada, D., & Yunitasari, E. (2024). *Pengaruh Terapi Murottal Al-Quran Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu.* 3(1), 44–49.
- Organization, W. H. (2020). Dibalik angka-Pengkajian kematian maternal dan komplikasi untuk mendapatkan kehamilan yang lebih aman. *Jakarta: WHO*.
- Rahman, A. (2020). Terapi dzikir dalam Islam terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil. *TARBAWI: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 5(01), 75–91.
- Sari, Y. (2019). Berdamai Dengan Hipertensi. kedua. *Jakarta Bumi Med*.
- Setiowati, W. (2020). Pengaruh terapi Murottal Al-Qur'an surah Maryam terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III. *Jurnal Kesehatan STIKES Darul Azhar Batulicin*, 9(1).
- Tim Pokja, S. (2018a). DPP PPNI. *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia*, 1.
- Tim Pokja, S. (2018b). DPP PPNI (2018) Standar Intervensi Keperawatan Indonesia: Definisi dan Tindakan Keperawatan. *Jakarta Dewan Pengurus Pus Persat Perawat Nas Indones*.
- Tim Pokja, S. (2019). DPP PPNI (2019) Standar Luaran Keperawatan Indonesia. *Dpp Ppni*.
- Ulfah, U., Rahman, S., Asmadiannor, A., & Wijaksono, M. A. (2025). Pengaruh Murottal Al Qur'an Surah Maryam Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Di Ruang Penyakit Dalam Rumah Sakit Bhayangkara Tk. III Banjarmasin. *Sains Medisina*, 3(4 SE-Artikel), 187–195. <https://wpcpublisher.com/jurnal/index.php/sainsmedisina/article/view/701>
- Zulkahfi, Ilham, & Safitri, N. K. (2020). *Pengaruh Terapi Murrottal Al Quran Surah Maryam Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Meninting.* 6(2), 74–79.