

## KECEMASAN IBU HAMIL DITINJAU DARI INTENSITAS MEMBACA AL-QUR'AN DAN KELOMPOK USIA

**Meta Maya Untari, Faridah Ainur Rohmah**

Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan, Jl. Kapas no 9 Yogyakarta  
faridahainur@yahoo.com

### Abstract

This study examined how intensity of reading Qur'an related to maternal anxiety and the differences level of maternal anxiety among three different age groups using quantitative method. The reading Qur'an intensity scale and maternal anxiety scale were used to collect the data and it was analyzed using product moment analysis technique and ANOVA test through SPSS version 16.0 for Windows. Findings showed that generating  $r$  value of  $-0.826$ ,  $p = 0.000$  ( $p < 0.01$ ) which means that there was a highly significant negative relationship between the intensity of reading the Qur'an and maternal anxiety. Analysis of variance resulted in a total value of  $df=39$ ,  $F=11.788$ ,  $p= 0.000$  ( $p < 0.01$ ) which means that there was highly significant difference level of maternal anxiety among age groups. The age group of pregnant mother below 20 years had average score of maternal anxiety for 50,58 while the age group of pregnant mother between 25-35 years reached about 37,75 and the oldest group one which was consist of pregnant mother over 35 years gained 39,33. Based on the result, it could be conclude the higher intensity of reading Qur'an, the lower maternal anxiety and vice versa. Moreover, there was a difference level of maternal anxiety among the age groups. The youngest age group had the lowest maternal anxiety level compare to the two other groups.

Keywords: anxiety, maternal anxiety, intensity of reading Qoran,

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara intensitas membaca al-Qur'an dengan kecemasan pada ibu hamil dan mengetahui perbedaan kecemasan pada ibu hamil berdasarkan usia ibu. Penelitian ini menggunakan pendekatan metode kuantitatif dengan alat pengumpulan data berupa skala yaitu skala intensitas membaca al-Qur'an dan skala kecemasan pada ibu hamil. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis *product moment* dan uji anava dengan menggunakan *SPSS versi 16,0 for Windows*. Berdasarkan hasil analisis data didapatkan nilai  $r$  sebesar  $-0,826$   $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ) yang berarti ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara intensitas membaca al-Qur'an dengan kecemasan pada ibu hamil. Analisis varian menghasilkan nilai total  $df = 39$ , dengan nilai  $F = 11,788$  dan taraf signifikansi yang diperoleh adalah  $0,000$  ( $p < 0,01$ ) yang berarti ada perbedaan yang sangat signifikan antara kelompok usia dengan kecemasan pada ibu hamil. Kelompok usia di bawah 20 tahun (<20 tahun) memiliki skor kecemasan dengan rata-rata

50,58, kelompok usia antara 25-35 memiliki skor kecemasan dengan rata-rata 37,75, dan kelompok usia di atas 35 tahun ( $35 <$ ) memiliki skor kecemasan dengan rata-rata 39,33. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi intensitas membaca al-Qur'an maka semakin rendah kecemasan ibu hamil dan sebaliknya, semakin rendah intensitas membaca al-Qur'an maka semakin tinggi kecemasan ibu hamil. Kelompok usia 20-35 tahun memiliki kecemasan kehamilan paling rendah dibandingkan dengan kelompok usia dibawah 20 tahun dan diatas 35 tahun.

Kata kunci : intensitas membaca al-Qur'an, kecemasan, kecemasan ibu hami

## Pendahuluan

Kehamilan merupakan peristiwa alamiah. Meski demikian, setiap kehamilan memerlukan perhatian khusus karena dimungkinkan dapat terjadi permasalahan yang mengganggu kesehatan ibu maupun perkembangan janin. Ibu yang sedang hamil diharapkan memiliki kondisi fisik dan psikis yang baik, sehingga dapat memberikan dampak positif pula baik bagi ibu maupun bayi yang dikandungnya. Kartono (1990) mengungkapkan bahwa kehamilan pada umumnya memberikan arti emosional yang besar pada setiap wanita yang normal. Hamil bagi seorang wanita dapat membuat wanita merasa puas dan bangga karena bisa memenuhi tugas kewajiban sebagai wanita dan sebagai penerus generasi. Meskipun demikian kehamilan juga dapat menimbulkan kecemasan dan ketegangan batin.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara terhadap 3 orang ibu hamil yang dilakukan pada tanggal 28 Februari 2014 di Yogyakarta menunjukkan adanya kecemasan, yaitu diantaranya ibu hamil mengaku merasa letih, pusing, sering merasa mudah lelah, pegal-pegal saat hamil dan ketiga ibu hamil tersebut juga mengaku bahwa mereka mengkhawatirkan kondisi kehamilan dan proses kelahiran janin yang dikandungnya.

Kecemasan yang dialami oleh ibu hamil dapat membuat seorang ibu hamil mengalami masalah, baik pada saat hamil maupun melahirkan, baik bagi kesehatan ibu maupun perkembangan bayi. Ketika seorang ibu hamil mengalami ketakutan, kecemasan, stres, dan emosi lain yang mendalam, maka terjadi perubahan psikologis, antara lain meningkatkan pernafasan, dan sekresi oleh kelenjar (Desmita, 2010). Adanya produksi *hormon adrenalin* sebagai tanggapan terhadap ketakutan akan menghambat aliran darah ke kandungan dan membuat janin kekurangan udara. Ibu yang mengalami kecemasan berat dan berkepanjangan sebelum atau selama kehamilan, kemungkinan besar mengalami kesulitan medis dan melahirkan bayi yang *abnormal* dibandingkan dengan ibu yang relatif tenang dan aman (Desmita, 2010). Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian terbaru yang menunjukkan bahwa kecemasan ibu selama *prenatal* berhubungan dengan penyakit yang diderita bayi setelah kelahiran (Beijers, Jansen, Walraven, & Weerth, 2010). Adapun Davis dkk (2004), dalam penelitiannya menemukan bahwa persepsi terhadap stres dan kecemasan pada ibu hamil berefek pada perilaku reaktivitas negatif pada bayi setelah kelahiran. Pemaparan di atas menunjukkan bahwa kecemasan pada ibu hamil dapat berdampak buruk bagi kondisi kesehatan ibu hamil dan bayi, sehingga hal ini menjadi

penting untuk diketahui mengenai hal-hal yang berhubungan dengan kecemasan ibu hamil. Pemaparan di atas menunjukkan bahwa kecemasan pada ibu hamil dapat berdampak buruk bagi kondisi kesehatan ibu hamil dan bayi, sehingga hal ini menjadi penting untuk diketahui mengenai hal-hal yang berhubungan dengan kecemasan ibu hamil.

Menurut Nevid, Rathus, dan Greene (2003) kecemasan (*anxiety*) merupakan suatu keadaan *aprehensi* atau keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi. Individu yang mengalami kecemasan menunjukkan gejala-gejala fisik seperti gelisah, gugup, tangan atau anggota tubuh yang bergetar atau gemetar, sensasi dari pita ketat yang mengikat disekitar dahi, kekencangan pada pori-pori perut atau dada, banyak berkeringat, telapak tangan berkeringat, pening atau pingsan, mulut atau kerongkongan terasa kering, sulit berbicara, sulit bernafas, bernafas pendek, jantung yang berdebar keras atau berdetak keras, suara yang bergetar, jari-jari atau anggota tubuh yang mulai dingin, pusing, merasa lemas atau mati rasa, sulit menelan, kerongkongan terasa tersekat, leher atau punggung terasa kaku, sensasi seperti terecekik atau tertahan, tangan yang dingin dan lembab, terdapat gangguan sakit perut atau mual, panas dingin, sering buang air kecil, wajah terasa memerah, diare, merasa sensitif atau mudah marah. Individu yang cemas juga menunjukkan gejala perilaku seperti perilaku menghindar, perilaku melekat dan *dependen*, perilaku terguncang. Individu yang cemas juga menunjukkan gejala khawatir tentang sesuatu, perasaan terganggu akan ketakutan terhadap sesuatu yang terjadi di masa depan, keyakinan bahwa sesuatu yang mengerikan akan segera terjadi, tanpa ada penjelasan yang jelas, merasa terancam oleh orang atau peristiwa, ketakutan akan kehilangan

kontrol, ketakutan akan ketidakmampuan untuk mengatasi masalah, berpikir bahwa dunia mengalami keruntuhan, berpikir bahwa semuanya tidak lagi bisa dikendalikan, berpikir bahwa semuanya terasa sangat membingungkan tanpa bisa diatasi, khawatir terhadap hal-hal yang sepele, berpikir tentang hal mengganggu yang sama secara berulang-ulang, berpikir bahwa harus bisa kabur dari keramaian, kalau tidak pasti akan pingsan, pikiran terasa bercampur aduk atau kebingungan, tidak mampu menghilangkan pikiran-pikiran terganggu, berpikir akan segera mati, meskipun dokter tidak menemukan sesuatu yang salah secara medis, khawatir akan ditinggal sendirian, sulit berkonsentrasi atau memfokuskan pikiran

Kusumawati (2011), mengungkapkan bahwa kecemasan kehamilan dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain Paritas, paritas merupakan banyaknya kelahiran hidup yang dipunyai seorang wanita; usia, usia yang paling aman bagi kehamilan adalah usia 20-35 tahun. Kecemasan kehamilan juga dipengaruhi oleh tingkat pendidikan. Tingkat pendidikan seorang ibu hamil dapat mempengaruhi wawasan, pola pikir dan juga pengambilan keputusan. Kecemasan juga berkaitan dengan pengetahuan yang dimiliki oleh ibu hamil. Ibu hamil yang memiliki pengetahuan yang baik maka ibu hamil akan cenderung memiliki persiapan yang matang dalam menjalani kehamilannya. Hal lain yang mempengaruhi kecemasan kehamilan adalah kunjungan *Antenatal Care* adalah kunjungan ibu hamil ke bidan atau dokter untuk mendapatkan pelayanan *antenatal*, tingkat ekonomi serta pekerjaan yaitu aktivitas yang dilakukan terus-menerus guna memenuhi kebutuhan sehari-hari

Usia ibu saat hamil berkaitan erat dengan kesiapan rahim ibu, psikis ibu, dan juga kesehatan ibu maupun bayi

(Setyaningrum, Maryanto, & Sukarno, 2013). Usia ibu saat hamil merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi perkembangan *prenatal*. Menurut Mussen dkk (1988), kelompok usia 20-35 tahun merupakan usia terbaik bagi kesuburan ibu dan juga usia terbaik untuk melahirkan. Usia ibu yang terlalu muda dan terlalu tua keduanya kurang menguntungkan bagi perkembangan bayi dalam rahim (Ahmadi & Sholeh, 2005). Wanita mengandung yang berusia di atas 35 tahun memiliki resiko lebih besar mengalami keguguran kandungan, cacat janin, dan kromosom, serta penyakit lain yang menyerang kehamilan (Maulana, 2012), sedangkan Stuart dan Sundeen (1998) mengungkapkan bahwa penyebab kecemasan salah satunya adalah ancaman terhadap integritas fisik. Hal tersebut sejalan dengan yang ungkapkan oleh Ramaiah (2003) bahwa kecemasan salah satunya disebabkan oleh faktor fisik.

Selain kelompok usia yang terlalu tua, kelompok usia yang terlalu muda juga dapat berpengaruh bagi kesehatan dan diduga dapat menimbulkan kecemasan pada ibu hamil. Menurut Mussen dkk (1988), usia ibu hamil di bawah 20 tahun merupakan usia yang lebih membahayakan dibandingkan usia 20 tahun. Wanita hamil dengan kelompok usia di bawah 20 tahun rentan mengalami gangguan kesehatan seperti *toksemia* dan *anemia*. Selain itu, pada kehamilan usia muda (>20 tahun) keadaan ibu masih labil dan belum siap mental untuk menerima kehamilannya. Akibatnya, kondisi ini dapat menyebabkan ibu menjadi stres (Prawirahardjo, 2002). Agustiningstih (2013) juga mengungkapkan bahwa calon ibu yang menikah pada usia dini lebih banyak mengalami bentuk kecemasan secara emosional karena calon ibu tersebut masih berusia remaja dan belum adanya kematangan emosional.

Penelitian Suling (2011) yang

berjudul pengaruh terapi al-Qur'an terhadap skor kecemasan dan respon fisiologi sistem gastrointestinal wanita hamil". Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terapi al-Qur'an dapat menurunkan kecemasan wanita hamil. Menurut Muhammad Ali Al-Shabuni (Amanah, 1994) al-Qur'an ialah firman Allah yang berupa mukjizat yang diturunkan kepada nabi dan rasul terakhir dengan perantaraan malaikat Jibril Al-Amin yang ditulis dalam mushaf, dinukil dengan mutawatir, sebagai ibadah bagi yang membacanya, dan dimulai dengan surat al-fatihah dan diakhiri dengan surat An-Nas.

Intensitas membaca al-Qur'an adalah tinggi rendahnya suatu usaha atau kekuatan yang menunjukkan sejauhmana kesungguhan, pemahaman, dan keseriusan individu dalam membaca kitab Allah yang diturunkan kepada Nabi Muhammad SAW.

Berdasarkan uraian di atas maka hipotesis dalam penelitian ini yaitu:

- a. Ada hubungan negatif antara intensitas membaca al-Qur'an dengan kecemasan ibu hamil, artinya semakin tinggi intensitas membaca al-Qur'an maka semakin rendah kecemasan ibu hamil. Sebaliknya, semakin rendah intensitas membaca al-Qur'an maka semakin tinggi kecemasan ibu hamil
- b. Ada perbedaan kecemasan ibu hamil antara kelompok usia ibu di bawah 20 tahun, antara 20-35 tahun, dan di atas 35 tahun. Kelompok usia di bawah 20 tahun memiliki kecemasan yang lebih tinggi.

### Metode Penelitian

Intensitas membaca al-Qur'an adalah tinggi rendahnya suatu usaha atau kekuatan yang menunjukkan sejauhmana kesungguhan, pemahaman, dan keseriusan individu dalam membaca kitab Allah

yang diturunkan kepada Nabi Muhammad SAW. Intensitas membaca al-Qur'an akan diungkap dengan menggunakan skala intensitas membaca al-Qur'an berdasarkan aspek perhatian, penghayatan, durasi, dan frekuensi yang dikemukakan oleh Ajzen (1991). Individu yang mempunyai skor total tinggi dapat dikatakan bahwa intensitas membaca al-Qur'annya tinggi. Sebaliknya, individu yang memiliki skor total rendah dapat dikatakan bahwa intensitas membaca al-Qur'annya rendah. Jumlah aitem skala intensitas membaca al-Qur'an yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 36 aitem yang terdiri dari 16 aitem *favorable* dan 20 aitem *unfavorable*.

Usia ibu hamil adalah usia ibu saat mengandung janin dalam rahim. Usia terbaik bagi ibu saat mengandung adalah 20-35 tahun. Usia ibu yang terlalu tua dan terlalu muda dapat mempengaruhi kesehatan fisik ibu hamil. Sehingga usia ibu dapat dikelompokkan menjadi tiga kelompok yaitu usia di bawah 20 tahun (<20), usia 20-35 tahun, dan usia di atas 35 tahun (35<). Usia ibu hamil dalam penelitian ini akan diungkap dengan mengisi lembar identitas pada skala kecemasan dan skala intensitas membaca al-Qur'an.

Kecemasan ibu hamil adalah emosi yang tidak menyenangkan berupa rasa khawatir, ketakutan, perasaan tidak nyaman, perasaan kacau, dan gelisah ditandai dengan gejala-gejala jasmaniah, perilaku, dan kognitif yang dialami wanita pada saat mengandung janin dalam rahimnya baik pada trimester pertama, kedua, maupun ketiga. Kecemasan pada ibu hamil akan diukur menggunakan skala kecemasan ibu hamil yang dibuat menggunakan aspek fisiologis/fisik, perilaku, dan kognitif yang dikemukakan oleh Nevid dkk (2003). Semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi kecemasan yang dialami

ibu hamil. Sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh maka semakin rendah skor kecemasan yang dialami ibu hamil. Jumlah aitem skala kecemasan ibu hamil yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 18 aitem yang terdiri dari 9 aitem *favorable* dan 9 aitem *unfavorable*.

Subyek penelitian dalam penelitian ini adalah 40 ibu hamil yang sedang menjadi pasien rawat jalan diRSKIA PKU Muhammadiyah Kota Gede Yogyakarta yang beragama islam. Teknik analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini adalah dengan teknik *product moment* untuk mencari hubungan antara intensitas membaca al-Qur'an dengan kecemasan ibu hamil dan menggunakan analisis varian untuk mencari perbedaan kecemasan ibu hamil antara kelompok usia. Metode analisis data dalam penelitian ini menggunakan metode komputasi statistik program SPSS (*Statistical Package for Social Sciences*) 16.00 for windows.

## Hasil dan Pembahasan

Deskripsi data yang disajikan dari hasil penelitian ini untuk memberikan gambaran secara umum mengenai penyebaran data yang diperoleh di lapangan. Data penelitian ini meliputi data kecemasan ibu hamil, Usia ibu hamil, dan intensitas membaca al-Qur'an. Subyek penelitian yang diambil datanya dalam penelitian ini berjumlah 40 orang ibu hamil. Deskripsi masing-masing variabel berdasarkan hasil penyebaran skala kepada 40 subyek tersebut dan hasilnya dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Deskripsi data penelitian

Var	Jumlah Aitem	Skor Empirik				Skor Hipotetik			
		Min	Maks	Mean	SD	Min	Maks	Mean	SD
Y	18	25	63	52,88	5,285	18	72	40	8
X	36	57	138	45,18	5,578	36	144	40	8

Keterangan:

Y : Kecemasan ibu hamil

X : Intensitas membaca al-Qur'an

Kategorisasi skor empirik terhadap variabel intensitas membaca al-Qur'an dapat dilihat pada tabel 2 dibawah ini:

Tabel 2. Kategori skor intensitas membaca al-Qur'an

Interval	Intensitas membaca al-Qur'an		Kategori
	Frekuensi	Proporsi (%)	
$x \geq 119,9$	8	20 %	Tinggi
$81,5 \leq x < 119,9$	26	65 %	Sedang
$x < 81,5$	6	15 %	Rendah

Pengkatagorisan usia terhadap kecemasan ibu hamil dapat dilihat dari tabel 3 berikut ini:

Tabel 3. Kategorisasi usia ibu hamil terhadap kecemasan ibu hamil

Interval kecemasan ibu hamil	Usia ibu hamil			Kategori
	<20	20-35	35<	
$x \geq 52,2$	5	1	-	Tinggi
$32,8 \leq x < 52,2$	7	12	10	Sedang
$x < 32,8$	-	3	2	Rendah
Total	12	16	12	

Kategorisasi skor empirik terhadap variabel kecemasan ibu hamil dapat dilihat pada tabel 4berikut ini:

Tabel 4. Kategori skor kecemasan ibu hamil

Interval	Kecemasan ibu hamil		Kategori
	Frekuensi	Proporsi (%)	
$x \geq 52,2$	6	15%	Tinggi
$32,8 \leq x < 52,2$	29	72%	Sedang
$x < 32,8$	5	12%	Rendah

Uji normalitas adalah sebaran skor atau data yang didapatkan dari pengumpulan data akan membentuk kurva normal jika disajikan dalam sebuah grafik. Uji normalitas dilakukan untuk memastikan bahwa tidak ada perbedaan sebaran skor pada sampel dan populasinya dengan menggunakan teknik *One Sample Kolmogorov-Smirnov*. Kaidah yang digunakan dalam uji normalitas yaitu jika  $p > 0,05$  yang berarti tidak ada perbedaan sebaran skor pada sampel dan populasinya, maka sebaran data tersebut normal. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel 5 berikut:

Tabel 5. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Skor KS-Z	Sig	Keterangan
Intensitas membaca al-Qur'an	1,231	0,096	Normal
Kecemasan ibu hamil	1,000	0,270	Normal

Uji linieritas dilakukan untuk memastikan bahwa antara masing-masing variabel bebas dengan variabel tergantung dapat dihubungkan dengan garis lurus, jika dapat membentuk sebuah garis lurus maka variabel bebas dan variabel tergantung tersebut dapat dikorelasikan. Kaidah yang digunakan dalam uji linier jika pada *F linearity* harga  $p < 0,05$  dan pada *F deviation from linearity* harga  $p > 0,05$ , maka kedua variabel yang dikorelasikan dapat dikatakan linier. Hasil uji linieritas dapat dilihat pada tabel 6 berikut ini:

Tabel 6. Hasil Uji Linieritas

Variabel	Linearity		Deviation from Linearity		Keterangan
	F	P	F	P	
Intensitas membaca al-Qur'an dengan Kecemasan ibu hamil	205,284	0,000	3,406	0,010	Linier

Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui atau memastikan bahwa kelompok yang akan diuji perbedaannya memiliki varians skor yang setara (homogen). Uji homogenitas untuk menguji hipotesis nihil ( $H_0$ ) yaitu tidak ada perbedaan varians skor antara kelompok subjek yang akan diuji atau dibandingkan. Kaidah uji signifikansi yang digunakan jika  $p > 0,05$  maka  $H_0$  diterima. Hasil uji homogenitas dapat dilihat pada tabel 7.

Tabel 7. Hasil Uji Homogenitas

Variabel	Homogenitas		Keterangan
	Levene statistic	P	
Usia dengan Kecemasan ibu hamil	1,336	0,275	Homogen

Hasil uji hipotesis penelitian menggunakan *product moment* menunjukkan bahwa adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara intensitas membaca al-Qur'an dengan kecemasan ibu hamil. Hasil uji hipotesis menggunakan uji analisis varian menunjukkan bahwa ada perbedaan kecemasan ibu hamil ditinjau dari kelompok usia. Hasil analisis data tersebut menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima yakni ada hubungan antara intensitas membaca al-Qur'an dan usia, dengan kecemasan ibu hamil.

Hasil analisis menggunakan teknik

analisis *product moment* yang dihasilkan dari hubungan antara intensitas membaca al-Qur'an dengan kecemasan ibu hamil diperoleh ( $r$ ) sebesar -0,826 dan ( $p$ ) = 0,000 ( $p < 0,01$ ), yang artinya hubungan kedua variabel sangat signifikan. Hal ini menyatakan bahwa semakin tinggi intensitas membaca al-Qur'an maka semakin rendah kecemasan ibu hamil, sebaliknya semakin rendah intensitas membaca al-Qur'an maka semakin tinggi kecemasan ibu hamil.

Berdasarkan hasil analisis juga menunjukkan koefisien determinasi ( $r^2$ ) yang diperoleh  $r^2 = 0,682$ , artinya variabel intensitas membaca al-Qur'an memberikan sumbangan efektif sebesar 68,2% terhadap kecemasan ibu hamil. Hal ini menunjukkan adanya faktor lain di luar intensitas membaca al-Qur'an sebesar 31,8% yang bisa mempengaruhi kecemasan ibu hamil.

Adanya korelasi antara intensitas membaca al-Qur'an dengan kecemasan ibu hamil dikarenakan membaca al-Qur'an dapat mendatangkan ketenangan, beribadah dapat menguatkan harapan masuk surga serta menimbulkan kedamaian dan ketenangan (Najati, 2002). Selain itu, pembacaan al-Qur'an memiliki efek penyembuhan pada tubuh, pikiran, dan perasaan. Efek penyembuhan tersebut didapat dari sisi makna dan suara yang dapat menjadi media komunikasi dan memberikan ketenangan. Makna kata-kata dalam al-Qur'an dapat memberikan pencerahan pada pembaca dan pendengarnya. Selain itu, pembacaan kalimat berulang-ulang juga memiliki efek relaksasi bagi tubuh (Hasan, 2008).

Hasil analisis kedua yang dilakukan dengan uji analisis varian yang dihasilkan dengan menguji perbedaan kelompok usia dengan kecemasan ibu hamil menghasilkan nilai total  $df = 39$ , dengan nilai  $F = 11,788$  dan taraf signifikansi yang diperoleh adalah 0,000 ( $p < 0,01$ ) yang berarti ada perbedaan

yang sangat signifikan antara kelompok usia dengan kecemasan ibu hamil. Hasil analisis menunjukkan bahwa kelompok usia di bawah 20 tahun (<20 tahun) memiliki kecemasan dengan rata-rata 50,58, kelompok usia antara 25-35 memiliki kecemasan dengan rata-rata 37,75, dan kelompok usia di atas 35 tahun (35<) memiliki rata-rata 39,33. Berdasarkan hasil tersebut disimpulkan bahwa kelompok usia di bawah 20 tahun memiliki kecemasan paling tinggi dan kelompok usia antara 25-35 tahun memiliki kecemasan paling rendah.

Kecemasan paling tinggi dirasakan oleh ibu hamil yang berusia di bawah 20 tahun. Hal ini disebabkan karena pada usia muda (>20 tahun) keadaan ibu masih labil dan belum siap mental untuk menerima kehamilannya. Akibatnya, kondisi ini dapat menyebabkan ibu menjadi stres (Prawirahardjo, 2002). Agustiningasih (2013) juga mengungkapkan bahwa calon ibu yang menikah pada usia dini lebih banyak mengalami bentuk kecemasan secara emosional karena calon ibu tersebut masih berusia remaja dan belum adanya kematangan emosional.

### Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data penelitian maka dapat diambil kesimpulan sebagai Ada korelasi negatif yang sangat signifikan antara intensitas membaca al-Qur'an dengan kecemasan ibu hamil. Semakin tinggi intensitas membaca al-Qur'an maka semakin rendah kecemasan ibu hamil, sebaliknya semakin rendah intensitas membaca al-Qur'an maka semakin tinggi kecemasan ibu hamil. Ada perbedaan yang sangat signifikan antara kelompok usia dengan kecemasan ibu hamil. Kelompok usia di bawah usia di bawah 20 tahun memiliki kecemasan yang paling tinggi diantara tiga kelompok usia. Kelompok

usia antara 25-35 tahun memiliki kecemasan paling rendah diantara ketiga kelompok usia. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mempertimbangkan hasil penelitian ini karena hasil penelitian ini menunjukkan hasil bahwa intensitas membaca al-Qur'an memberikan sumbangan yang besar yaitu 68,2% dalam menurunkan kecemasan ibu hamil. Selain itu, peneliti selanjutnya yang akan meneliti tentang kecemasan ibu hamil dengan intensitas membaca al-Qur'an disarankan agar melakukan *screening* terlebih dahulu untuk mengetahui apakah ibu hamil yang dijadikan subjek penelitian mampu membaca al-Qur'an atau tidak. Bagi ibu hamil terutama yang berusia di bawah 20 tahun hendaknya dapat lebih intensif dalam membaca al-Qur'an dengan lebih memperhatikan dan memahami isi bacaan yang terkandung di dalam al-Qur'an dan juga dengan lebih memperlama durasi serta menambah frekuensi dalam membaca al-Qur'an, karena hal tersebut dapat menurunkan kecemasan selama kehamilan.

### Daftar Pustaka

- Agustiningasih, A. (2013). Kecemasan calon ibu baru pada pernikahan dini (*Skripsi tidak diterbitkan*). Yogyakarta: Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Ahmadi, A., & Sholeh, M. (2005). *Psikologi perkembangan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Ajzen, I. (1991). *Attitude, personality, behavior*. New York: Open University Press.
- Amanah, S. (1994). *Pengantar ilmu al-qur'an dan tafsir*. Semarang: CV. Asy Syifa'.

- Desmita. (2010). *Psikologi perkembangan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Beijers R., Jansen, J., Walraven. M.R., & Weerth, C.D. (2010). Maternal prenatal anxiety and stress predict infant illnesses and health complaints. *Journal of the American Academy of Pediatrics*, 126(2), 400-408.
- Davis, E.P., Snidman, N., Glynn, L. M., Schetter, C.A., & Sandman, C.A. (2004). Prenatal maternal anxiety and depression predict negative behavioral reactivity in infancy. *Journal of Infancy*, 6(3), 319-331.
- Hasan, A.B. (2008). *Pengantar psikologi kesehatan islami*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Hawari, D. (2004). *Al-Qur'an: ilmu kedokteran jiwa dan kesehatan jiwa*. Yogyakarta: Dana Bhakti Prima Yasa.
- Kartono, K. (1990). *Psikologi anak (Psikologi perkembangan)*. Bandung: Mandar Maju.
- Kusumawati, E. (2011). Hubungan pengetahuan primigravida tentang kehamilan dengan kecemasan menghadapi kehamilan trimester I di BPS fatonah WN. *Jurnal Kesmadaska*, 2(2), 35-42.
- Mahmudah, D. (2010). Hubungan dukungan keluarga dan religiusitas dengan kecemasan melahirkan pada ibu hamil anak pertama (primigravida)(*Skripsi tidak diterbitkan*). Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Maulana, M. (2012). *Penyakit kehamilan dan pengobatannya*. Yogyakarta: Kata Hati.
- Mussen, P.H., Conger, J.J., Kagan, J., & Huston, A.C. (1988). *Perkembangan dan kepribadian anak*. Penerjemah: Meitasari Tjandrasa. Jakarta: Erlangga.
- Najati, M.U. (2002). *Belajar EQ dan SQ dari sunnah Nabi*. Bandung: Hikmah.
- Nashori, F., & Mucharam, R.D. (2002). *Mengembangkan kreativitas dalam perspektif psikologi islami*. Yogyakarta: Menara Kudus Jogjakarta.
- Nevid, J.S., Rathus, S.A., & Greene, B. (2003). *Psikologi abnormal*. Jakarta: Erlangga.
- Prawiroharjo, S. (2002). *Ilmu kebidanan*. Jakarta: Tridasa Printer.
- Ramaiah, S. (2003). *Kecemasan: Bagaimana cara mengatasi penyebabnya*. Jakarta: Pustaka Populer Obor.
- Setyaningrum, R., Maryanto, S., Sukarno. (2013). Hubungan usia ibu primigravida dengan tingkat kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan di wilayah kerja puskesmas pembantu kandungan bawen. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 3(2), 1-10.
- Suling, I. (2011). *Pengaruh terapi al-qur'an terhadap skor kecemasan dan respon fisiologi sistem gastrointestinal wanita hamil*(*Skripsi tidak diterbitkan*). Yogyakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
- Stuart, G.W and Sundeen, S.J. (1998). *Buku saku keperawatan jiwa*. Jakarta: EGC.
- Zamriati, W., Hutagol, E., dan Wowiling, F. (2013). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kecemasan ibu hamil menjelang persalinan di poli KIA PKM Tumiting. *Jurnal Keperawatan*, 1(1), 1-7.