

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Manusia mengalami pertumbuhan dan perkembangan dalam berbagai tingkatan umurnya. Semakin meningkat umurnya maka pertumbuhan dan perkembangan akan berhenti pada suatu tahap yang mengakibatkan berbagai perubahan fungsi tubuh. Perubahan fungsi tersebut terjadi pada proses menua, dimana terjadinya suatu fase menopause. Sebelum masa menopause, wanita berada pada tahap premenopause, tahap ini adanya penurunan hormon estrogen sehingga memunculkan sindrom premenopause (Proverawati, 2017)

Premenopause merupakan suatu kondisi fisiologis pada perempuan yang telah memasuki proses penuaan yang ditandai dengan menurunnya kadar hormonal estrogen dari ovarium yang sangat berperan dalam reproduksi dan seksualitas. Data World Health Organization (WHO) tahun 2020, menyebutkan jumlah wanita premenopause di Asia pada tahun 2019 mencapai 654 juta jiwa. tahun 2025 jumlah wanita premenopause di dunia diperkirakan sekitar sebesar 1,2 milyar dengan usia rata-rata 40-50 tahun (WHO, 2020). Berdasarkan data Kementerian Kesehatan RI, secara nasional pada tahun 2019 jumlah wanita yang memasuki premenopause yaitu berusia antara 40-50 tahun sebanyak 17,21 juta jiwa. Diperkirakan pada tahun 2035 jumlah penduduk perempuan di Indonesia yang hidup dalam umur premenopause sekitar 20,36 juta jiwa (Kemenkes RI, 2020). Dampak perubahan pada fase premenopause yakni wanita merasakan banyak keluhan, tetapi antara wanita yang satu dengan yang lainnya berbeda sebab efek biologis serta reaksi individual akibat rendahnya estrogen sehingga menimbulkan gejala yang berbeda. Dampak yang muncul yaitu wanita menjadi kurang percaya diri karena mengalami atau adanya penerimaan yang kurang atas perubahan fisik dan psikis yang dialami (Nisa, 2020). Premenopause menimpa wanita mulai mengalami gejala pada usia 40-an dan puncaknya tercapai pada usia

50 tahun dan pada masa ini terjadi ketidak teraturan haid. Masalah yang timbul akibat premenopause ini disebut dengan syndrome premenopause meliputi adanya semburan panas dari dada hingga wajah (hot flushes), jantung berdebar-debar, nafsu seks (libido) menurun dan beberapa perubahan fisik lainnya (Ramli, 2017).

Kecemasan yang muncul pada wanita yang mengalami sindrom premenopause sering dihubungkan dengan adanya kekhawatiran dalam menghadapi suatu situasi yang sebelumnya tidak pernah dikhawatirkan. Wanita seperti ini sangat sensitif terhadap pengaruh emosional akibat fluktuasi hormon. Umumnya mereka tidak mendapat informasi yang benar sehingga yang dibayangkannya adalah efek negatif yang akan dialami setelah memasuki masa premenopause dan menopause (Nasution, 2019). Kecemasan ibu menghadapi perubahan fisik disebabkan karena ibu mengalami perubahan-perubahan fisik seperti badan menjadi kendur, kulit menjadi keriput, masalah di payudara dan vagina serta takut tidak menarik lagi bagi pasangan. Hal tersebut karena perubahan fisik masa premenopause kurang dipahami oleh ibu, sehingga ibu takut akan perubahan yang sering terjadi (Wari, 2017). Penelitian sebelumnya merupakan metode eksperimental dengan pengumpulan data menggunakan kuesioner. Jumlah responden sebanyak 30 orang (sebelum dan sesudah diberi terapi) dengan teknik totaly sampling. Data yang diperoleh diolah secara statistik dengan menggunakan uji statisti marginal homogenety Hasil: Berdasarkan hasil analisa diperoleh bahwa sebelum di terapi murrotal sebagian besar responden mengalami cemas ringan dengan jumlah 18 (60,0%) dan sesudah diberikan terapi murrotal Al-Quran sebagian besar responden mengalami kecemasan ringan sejumlah 15 (50,0%). Simpulan: Terdapat pengaruh yang signifikan antara terapi morattal al'quran dengan tingkat kecemasan pada ibu premenopause ( $p$  value  $< 0,025$  ) (Fitriani, 2015).

Berdasarkan Studi Pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada hari senin 02 januari 2023 dilingkungan RS Camatha Sahidya Batam didapatkan hasil studi pendahuluan melalui wawancara pada 10 orang wanita didapatkan 7 ibu

(70%) merasa khawatir pada perubahan kondisi tubuh ibu sekarang ditandai dengan sulit tidur di malam hari, mudah lelah, berkeringat di malam hari, mengalami gangguan pada persendian, cemas yang berlebihan serta menstruasi yang sudah tidak teratur lagi dan 3 (30%) dari 10 ibu yang diwawancarai ibu mengatakan tidak begitu menghiraukan akan kondisi badannya yang sekarang karena memang sudah waktunya mengalami keluhan-keluhan tersebut. Terapi Al-Qur'an adalah sebuah terapi suara dengan menggunakan suara murattal Al-Qur'an sebagai sumber suaranya, dengan mendengar bacaan Al-Qur'an diharapkan dapat menimbulkan respon relaksasi. Stimulan Al-Qur'an rata-rata didominasi oleh gelombang delta, dimana gelombang delta ini mengindikasikan bahwa kondisi otak sebenarnya berada dalam keadaan yang sangat rileks. Stimulan terapi Al-Qur'an ini sering memunculkan gelombang delta di daerah frontal dan sentral baik sebelah kanan dan kiri otak. Adapun fungsi dari daerah frontal yaitu sebagai pusat intelektual umum dan pengontrol emosi, sedangkan fungsi dari daerah sentral yaitu sebagai pusat kontrol gerakan. Sehingga stimulan Al-Qur'an dapat memberikan ketenangan, ketentraman dan kenyamanan (Saleh, M C I et al, 2018). Peneliti memilih surat Ar-Rahman dalam penelitian ini seperti yang sudah dijelaskan dari kandungan surat Ar-Rahman memiliki ciri khas pengulangan kalimat sebanyak 31 kali "*fabiyyi aalaai rabbikumaa tukadzdzibaan*" yang artinya maka nikmat Tuhanmu yang manakah yang kamu dustakan?. Dimana setiap wanita pasti mengalami fase premenopause diharapkan dengan mendengarkan murottal dan memahami arti dari surat Ar-Rahman, ibu dapat lebih menerima keadaan yang sedang dialaminya dengan lebih banyak bersyukur dibandingkan memikirkan hal-hal yang diakibatkan dari masa premenopause.

## **B. Perumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut diatas, maka penulis merumuskan masalah : "Apakah ada pengaruh dari pemberian terapi murottal Al-Qur'an dalam mengurangi kecemasan pada ibu premenopause? "

### **C. Tujuan Penelitian**

#### 1. Tujuan umum

Untuk mengetahui pengaruh dari pemberian terapi murottal Al-Qur'an dalam mengurangi tingkat kecemasan premenopause

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui tingkat kecemasan premenopause sebelum diberikan terapi murottal Al-Qur'an
- b. Untuk mengetahui tingkat kecemasan premenopause setelah diberikan terapi murottal Al-Qur'an
- c. Menganalisis pengaruh pemberian terapi murrotal Al-Qur'an dalam mengurangi tingkat kecemasan premenopause.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi yang terkait dengan terapi nonfarmakologi untuk mengurangi kecemasan pada pasien premenopause dan sebagai referensi untuk studi lebih lanjut bagi penelitian mendatang.

#### 2. Manfaat Praktis

##### a. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada masyarakat tentang terapi murrotal Al-Qur'an dalam m tingkat kecemasan premenopause sehingga dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari.

##### b. Bagi Profesi

Hasil penelitian yang diperoleh dapat menjadi referensi bagi tenaga kesehatan dalam memberikan konseling mengenai penurunan kecemasan premenopause dengan memberikan terapi murrotal Al-Qur'an

c. Bagi Peneliti lain

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memperluas dan menambah pengetahuan serta wawasan bagi peneliti sehingga dapat mengaplikasikan apa yang telah diteliti pada kenyataan yang sesungguhnya.

## **E. Keaslian Penelitian**

Penelitian yang pernah dilakukan diantaranya oleh Saifudin (2019) penelitian yang berjudul “Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur’an terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Remaja Putri (Usia 12-15 Tahun) di Panti Asuhan Pancasila Yayasan Sumber Pendidikan Mental Agama Allah (SPMAA) Desa Turi Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan”. Desain penelitian ini menggunakan metode Pra Eksperimen dengan desain One Group Pretest Posttest. Populasi sebanyak 41 remaja, menggunakan teknik Simple Random Sampling didapatkan sebanyak 20 remaja. Data penelitian ini diambil menggunakan kuesioner DASS. Setelah ditabulasi data yang dianalisis dengan menggunakan uji Wilcoxon Sign Rank Test dengan tingkat kemaknaan  $p = <0,05$ . Hasil penelitian menunjukkan sebelum diberi perlakuan dari 20 remaja hampir sebagian (40%) mengalami stres sedang. Setelah diberi perlakuan lebih dari sebagian besar (75%) tidak mengalami stres (normal). Berdasarkan hasil diatas dengan nilai signifikansi  $p \text{ sign} = 0,000$  dan nilai  $Z = -3,520$ . Artinya ada pengaruh terapi murottal Al-Qur’an terhadap penurunan tingkat stress pada remaja putri (Usia 12-15 tahun) di Panti Asuhan Pancasila Yayasan SPMAA Desa Turi Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan.

Penelitian selanjutnya yang pernah dilakukan oleh Nurkamila, Setiyawan, Susilaningsih (2020) penelitian yang berjudul “Pengaruh terapi reminiscence terhadap tingkat kecemasan lansia dengan hipertensi”. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif. Desain penelitian menggunakan metode quasy experiment dengan rancangan pre and post test without control group. Pengukuran dengan kuesioner GAS untuk menilai tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pemberian terapi

Reminiscence. Pengambilan sampel menggunakan metode purposive sampling, dengan jumlah 24 responden. Hasil analisis uji wilcoxon menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna pada variabel tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pemberian terapi reminiscence dengan nilai p value = 0,001 ( $p < 0,05$ ).

Perbedaan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah dari judul penelitian, jumlah responden, tempat penelitian, waktu penelitian, pengukuran kuesioner.