

ABSTRAK

Sugara, Iga Ayu Aldama. 2010. "Efektivitas Pemberian Terapi al-Quran Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Ibu Hamil Primigravida Trimester III di Klinik Daqu Sehat Kota Malang". Skripsi, Jurusan Psikologi, Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang.

Dosen Pembimbing: **Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M.Ag**

Kata Kunci : Kecemasan Ibu Hamil, Terapi al-Quran.

Ibu dengan kehamilan pertama atau yang biasa disebut primigravida tidak jarang memiliki perasaan yang mengganggu terutama ketika memasuki usia kehamilan tua atau yang biasa disebut dengan trimester ketiga. Misalnya : perubahan yang terjadi seperti takut akan rasa sakit dan bahaya fisik yang timbul pada saat melahirkan, khawatir akan keselamatan, khawatir jika bayi yang dilahirkan tidak normal, merasa sedih berpisah dari bayinya, rasa tidak nyaman, merasa dirinya jelek, aneh dan tidak menarik. Hal-hal seperti itulah yang biasanya selalu di khawatirkan oleh para ibu hamil.

Salah satu bentuk terapi untuk menurunkan kecemasan dalam pandangan Humanistik adalah psikoterapi Transpersonal. Psikoterapi Transpersonal memfokuskan kajian terhadap potensi tertinggi yang dimiliki oleh manusia. Psikoterapi transpersonal yang sudah banyak digunakan saat ini salah satunya adalah Terapi al-Quran. Terapi al-Quran adalah membaca ayat-ayat al-Quran, termasuk doa-doa *ma'tsurat*, yang dibaca berulang-ulang dalam intensitas tertentu.. Lalu apakah terapi al-Quran efektif untuk menurunkan kecemasan pada ibu hamil ?

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan desain tunggal. Adapun pengukuran dilakukan dengan skala kecemasan yang telah di uji coba kepada 15 ibu hamil. Subjek pada penelitian ini berjumlah 3 orang ibu hamil dengan ciri-ciri yang telah ditentukan oleh peneliti. Untuk mengetahui keefektivan terapi al-Quran untuk menurunkan kecemasan maka digunakan uji *t-test* pada program *SPSS 16.00 for windows*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terapi al-Quran efektif untuk menurunkan kecemasan pada ibu hamil. Berdasarkan hasil *t-test* didapatkan hasil t memiliki skor sebesar 5,813 dan taraf signifikansi 0,028. Kemudian skor skala kecemasan pada ibu hamil juga mengalami penurunan. Berdasarkan penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terapi al-Quran efektif untuk menurunkan kecemasan pada ibu hamil.