

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pernikahan merupakan hal bersejarah bagi setiap orang, selain untuk memiliki pasangan hidup, hal yang ditunggu-tunggu dalam pernikahan adalah memiliki keturunan. Memiliki anak adalah hal yang penting dalam kehidupan rumah tangga, karena tujuan pernikahan selain memiliki keluarga yang bahagia juga mempersatukan keluarga dan memiliki keturunan. sehingga tidak dipungkiri jika banyak pasangan yang baru melaksanakan perkawinan sangat menginginkan kehadiran anak di dalam tengah-tengah keluarga kecilnya. Menjadi seorang ibu merupakan sebuah anugrah terindah dari Allah SWT, menjadi seorang ibu merupakan hal alamiah yang menuntut kesiapan seorang ibu dalam rumah tangga. Kesiapan seorang ibu biasanya terjadi secara nyata apabila telah melewati masa kehamilan, menjadi kehamilan dengan sehat dan lancar merupakan keinginan setiap ibu hamil, namun tidak bisa dipungkiri banyak ibu hamil yang merasakan kecemasan seperti takut mati saat melahirkan, takut anaknya terlahir cacat dan lainnya, hal ini yang menjadi permasalahan yang dialami oleh ibu hamil.

Kehamilan adalah suatu periode dimana wanita menyimpan embrio didalam tubuhnya, kehamilan merupakan bagian dari perkembangan prenatal. Ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan kehamilan dan penciptaan manusia banyak kita jumpai, salah satunya adalah Al-Mu'minin ayat 12-14 yang membahas proses penciptaan manusia.¹ Menurut Ramona T Mercer *stress* yang dialami oleh ibu hamil yaitu *stress antepartum* (stress sebelum

¹Departemen Agama RI, *QS, Al-Mukminun:12-14 dan Terjemahan Al-Jumanatul Ali J-ART.2004*. h.439

melahirkan) dan pencapaian peran seorang ibu, keduanya mempengaruhi kondisi kesehatan pada ibu hamil. Sementara itu kondisi kesehatan pada ibu hamil akan mempengaruhi hubungan interpersonalnya. Pada saat seperti ini diperlukan peran keluarga, dukungan sosial, *stress antepartum*, rasa percaya diri, penguasaan rasa takut, ragu dan depresi.²

Ibu hamil biasanya lebih sensitif dibandingkan dengan orang lain pada umumnya. Ciri-ciri sifat yang ada di ibu hamil diantaranya adalah seperti kepekaannya tinggi, mudah tersinggung dan gampang marah. Ibu hamil cenderung lebih malas karena ibu hamil memiliki perubahan hormon yang menjadikan gerakannya semakin lambat dan mudah mengalami kelelahan yang cepat. Ibu hamil Gampang cemburu ketika sifat kecemburuan meningkat faktor penyebabnya yaitu perubahan hormonal dan perasaan tidak percaya dimulai meragukan kepercayaan terhadap suaminya seperti rasa takut ditinggalkan. Kecemasan pada umumnya yang dialami oleh ibu hamil ketika menginjak usia kehamilan 224 hari/7-9 bulan (trimester III).

Kecemasan merupakan perasaan khawatir, rasa takut yang belum jelas sebabnya. Kecemasan merupakan kekuatan yang bisa menggerakkan tingkah laku normal ataupun menyimpang, yang terganggu dan kedudukannya merupakan pernyataan, penampilan, penjelmaan dari pertahanan terhadap kecemasan.³ Perasaan merupakan perasaan takut yang tidak jelas penyebabnya dan tidak didukung oleh situasi yang ada dan tidak dihindarkan dari kehidupan sehari-hari.

Pada umumnya kebanyakan calon ibu yang pertama kali hamil akan merasa senang dan memiliki keingintahuan yang tinggi terhadap perkembangan janinnya, tetapi dalam keadaan yang sama akan timbul rasa

²BethsaidaJuniarti Dkk, *Pendidikan Psikologi untuk Bidan suatu teori dan Terapannya* , (Yogyakarta: Rapha Publishing.2003), h.222

³ Singgih D Gunarso, *Psikologi Perawatan*, (Jakarta: Gunung Mulia, 2003),h.27

cemas dalam diri seorang ibu hamil. Kehamilan merupakan dimana priode di mana seseorang menyimpan embrio atau *fetus* di dalam perutnya dalam kurun waktu tertentu. Kehamilan terjadi selama 280 hari, dimulai dari waktu terakhir kali menstruasi sampai masa melahirkan (266 hari dari pembuahan). Istilah medis untuk wanita hamil ialah *gravida* dan manusia didalam rahimnya disebut embrio (minggu-minggu awal) hingga kelahiran.⁴

Berdasarkan hasil wawancara awal yang dilakukan penulis terhadap para ibu hamil di Desa Ranjeng Kecamatan Ciruas disimpulkan bahwa kecemasan yang mereka rasakan umumnya berkisar mulai dari takut pendarahan, takut melahirkan sesar, takut terjadi komplikasi kehamilan, takut kesakitan, takut tidak kuat mengejan, takut tidak bisa mengontrol diri saat melahirkan dan takut mengalami permasalahan perekonomian saat melahirkan. Proses melahirkan yang dialami ibu hamil berbeda-beda, ada yang mudah dan ada yang sulit bahkan sampai membutuhkan penanganan ahli kedokteran seperti operasi dan pembedaan serta berbagai peristiwa lainnya yang bisa terjadi pada ibu hamil saat melahirkan.⁵

Perempuan hamil sangat membutuhkan ketenangan hati, dukungan dari orang-orang terdekat dan menghibur hati ibu hamil terutama saat akan menghadapi proses persalinan, ibu hamil memiliki berbagai kekhawatiran dikarenakan minimnya pengetahuan tentang proses melahirkan, khawatir anaknya lahir dengan keadaan tidak normal, cacat dan lainnya. Lancar atau tidaknya proses persalinan itu tergantung pada kondisi biologis ibu hamil saat melahirkan., namun hampir tidak ada tingkah laku biologis manusia yang tidak dipengaruhi oleh kondisi psikisnya. Maka dapat diketahui bahwa membesarkannya janin dalam kandungan memperngaruhi kondisi fisik ibu hamil juga seperti mudah lelah, tidak nyaman tubuh/badan, tidur tidak

⁴ Singgih D Guwnarsa, *Psikologi Perawatan*..... h.28

⁵ JH, Dkk, Desa Ranjeng Kecamatan Ciruas Kabupaten Serang Banten, diwawancarai oleh Susi, di Desa Ranjeng Kecamatan Ciruas, 24 April 2022.

nyenyak, sering kesulitan bernafas dan macam-macam beban jasmani lainnya yang dialami pada saat dalam keadaan hamil.⁶

Dampak biologis yang dialami oleh ibu hamil dapat membahayakan ibu dan janin yang dikandungnya, selain masalah biologis, kecemasan yang dialami oleh ibu hamil juga berdampak pada tumbuh kembang janin serta mempengaruhi proses persalinan nantinya. Kecemasan yang terjadi terutama pada trimester ketiga dapat mengakibatkan penurunan berat lahir dan peningkatan aktivitas, kecemasan pada masa kehamilan berkaitan dengan masalah emosional, gangguan hiperaktivitas, desentralisasi dan gangguan perkembangan kognitif pada anak.⁷

Masalah seperti ini jika dibiarkan akan berdampak buruk pada proses kehamilan seorang ibu. Karenanya, diperlukan bantuan dan layanan yang tepat mengatasi masalah kecemasan yang berlebihan terhadap ibu hamil. bimbingan konseling Islam dengan penerapan *Murotal* Al-Qur'an dianggap mampu menjadi solusi dalam mengatasi kecemasan pada ibu hamil.

Menurut Achmad Mubarak, konseling Islam dikenal dengan istilah *hisbah* yang memiliki arti menyuruh seseorang (klien) untuk melakukan perbuatan yang baik yang dia tinggalkan dan mencegah perbuatan buruk dan mendamaikan klien yang sedang bermusuhan. Konseling islam lebih berfokus pada solusi dan memiliki sikap. Kesadaran, pemahaman, atau perilaku.⁸

Menurut Gafur, dkk, terapi *murotal* Al-Qur'an irama Al-Qur'an mampu memberikan ketenangan dan meminimalkan kecemasan 97% bagi

⁶ Kartini Kartono, *Psikologi Wanita*, (Bandung: Mandar maju, 1992) h.15

⁷Shahhosseini Z, Pour Asghar M, Khalilian A, Salehi F, *A Review of the Effect of Anxiety During Pregnancy on Children'sHealth*, (Mater Sociomed ,2015) h.200-202

⁸ Abdul Basit, *Konseling Islam*, (Depok: PT Kharisma Putra Utama,2017) h.11

yang mendengarkannya, 65% mendapatkan ketenangan dari bacaan Al-Qur'an dan 35% mendapatkan ketenangan dari bahasa arab bukan Al-Qur'an. Mendengarkan Al-Qur'an dapat memberikan relaksasi relaksasi terhadap ketenangan, perhatian, dan kedamaian pada umat muslim. Terapi Al-Qur'an dapat menghasilkan harmonisasi optimal, yang mampu meningkatkan kesehatan psikologi, spiritual, sosial dan fisik.

Pelaksanaan bimbingan konseling Islam dengan menggunakan penerapan teknik *Murotal* yang sesuai dengan masalah klien. Teknik yang dianggap sesuai dengan masalah kecemasan pada ibu hamil adalah teknik model terapi Al-Qur'an dengan pelayanan bimbingan dan konseling Islami. Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan maka, peneliti akan melaksanakan penelitian ini dengan judul **“Konseling Islami Dengan Penerapan Teknik *Murotal* Terhadap Ibu Hamil Yang Mengalami kecemasan Di Desa Ranjeng Kecamatan Ciruas Kabupaten Serang Banten”**

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana kecemasan yang dialami oleh ibu hamil trimester ke III di Desa Ranjeng Kecamatan Ciruas Kabupaten Serang Banten?
2. Bagaimana penerapan konseling Islami dengan teknik *Murotal* di Desa Ranjeng Kecamatan Ciruas Kabupaten Serang Banten ?
3. Bagaimana hasil konseling Islami dengan penerapan teknik *murotal* dalam mengatasi kecemasan pada ibu hamil di Desa Ranjeng Kecamatan Ciruas Kabupaten Serang Banten?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan oleh penulis diatas, maka tujuan penelitian ini yaitu:

1. Untuk mengetahui bagaimana kondisi kecemasan ibu hamil sebelum melaksanakan konseling Islami dengan penerapan teknik *Murotal* di Desa Ranjeng Kecamatan Ciruas Kabupaten Serang Banten.
2. Untuk mengetahui bagaimana konseling Islami dengan penerapan teknik *Murotal* di Desa Ranjeng Kecamatan Ciruas Kabupaten Serang Banten.
3. Untuk mengetahui bagaimana hasil konseling Islami dengan penerapan teknik *Murotal* pada ibu hamil di Desa Ranjeng Kecamatan Ciruas Kabupaten Serang Banten.

D. Manfaat Penelitian

1. Memberikan informasi kondisi kecemasan pada ibu hamil yang dialami di Desa Ranjeng Kecamatan Ciruas Kabupaten Serang Banten sebelum diberikan bimbingan konseling Islami dengan teknik *Murotal* Al-Qur'an
2. Memberikan layanan konseling Islami dengan teknik *Murotal* Al-Qur'an kepada Ibu hamil di Desa Ranjeng Kecamatan Ciruas Kabupaten Serang Banten yang mengalami kecemasan saat kehamilan
3. Memberikan penjelasan secara empiris mengenai hasil layanan konseling Islami dengan teknik *Murotal* Al-Qur'an dalam mengatasi masalah kecemasan di Desa Ranjeng Kecamatan Ciruas Kabupaten Serang Banten.

E. Penelitian Pendahuluan yang Relevan

Sejauh ini terdapat penelitian terdahulu yang membahas persoalan serupa dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti. Dibawah ini beberapa judul penelitian yang pernah ditulis oleh peneliti terdahulu, yang oleh peneliti dijadikan sebagai rujukan yaitu:

Dalam Skripsi Nadhia Elsa Silviani, Jurusan Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Uin Syarif Hidayatullah Jakarta, dengan judul “Pengaruh Terapi Mendengarkan Murottal Al-Qur’an Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Presirkumsisi DI Rumah Sunatan Bintaro” Tahun 2015. Tujuan penelitian ini untuk menurunkan kecemasan pada Anak-anak yang akan melakukan proses sunat atau di Pre Sirkumsisi di Rumah Sunatan Bintaro.

Dengan metode penelitian rancangan penelitian pre-eksperimental design, rancangan ini merupakan suatu bentuk penelitian dilakukan non random. sebelum dilakukan terapi *murotal* Al-qur’an rata-rata anak yang mengalami kecemasan berat dari 15 orang anak diantaranya terdapat 14 orang anak mengalami kecemasan berat dan 1 orang anak mengalami kecemasan sedang. Hasil dari penelitian ini dengan mendengarkan *murotal* Al-Qur’an terhadap tingkat kecemasan anak presirkumsisi yang dilakukan pada 15 orang anak yang akan menjalani sirkumsisi di Rumah Sunatan Bintaro dan dilakukan dalam satu kali pertemuan dengan satu responden. Kelompok responden diberikan investigasi mendengarkan *murotal* Al-Qur’an selama 10 menit. Persentase hasil tingkat kecemasan anak presirkumsisi setelah dilakukan yaitu tidak cemas 20% , agak cemas 80%.

Persamaan antara penulis dan peneliti adalah sama-sama menggunakan terapi *murotal* Al-Qur’an untuk mengatasi sebuah kecemasan. Perbedaan dengan peneliti adalah responden penulis merupakan ibu hamil sedangkan dalam skripsi Nadhia Elsa Silviani

respondennya adalah anak-anak yang akan melakukan sunat dan metode penelitian yang dilakukan oleh penulis adalah penelitian rancangan penelitian pre-eksperimental sedangkan peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif⁹

Dalam skripsi Riska Ruhdini, jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan Tahun 2019 dengan Judul “ Pengaruh Bimbingan Rohani Islam terhadap Tingkat Penurunan Kecemasan Ibu Hamil Anak Pertama di Rumah sakit Umum Daerah Datu Beru”. Tujuan dari penelitian ini untuk menurunkan kecemasan pada ibu hamil anak pertama dengan bimbingan rohani Islam. Jenis penelitian yang digunakan adalah kualitatif menekankan analisis pada data-data numerik atau angka yang diolah dengan metode statistika.

Sebelum dilakukan layanan, penelitian ini terdapat responden yang mengalami kecemasan pada ibu hamil yang mengalami kecemasan berat adalah diantaranya 80% mengalami kecemasan berat dan 20% mengalami kecemasan sedang. Hasil dari penelitian ini setelah dilakukan bimbingan rohani islam diantaranya 50% tidak mengalami kecemasan 50% mengalami kecemasan sedang, bimbingan rohani islam dapat menurunkan kecemasan. Didapat keterangan bahwa ibu yang sedang mengalami kecemasan merasakan ketenangan jiwa dan mampu meredam kecemasan saat hamil.

Persamaan dari skripsi ini adalah responden sama- sama ibu hamil yang mengalami sebuah kecemasan yang berlebih, jenis penelitiannya pun sama-sama menggunakan kualitatif. Sedangkan perbedaan dengan peneliti dengan Skripsi ini adalah responden ibu hamil yang mengandung anak pertama sedangkan penulis ibu hamil bukan anak pertama melainkan bisa

⁹ Nadhia Elsa Silviani, *Pengaruh Terapi Al-Qur'an terhadap Tingkat Kecemasan Anak Presirkumsisi di Rumah Sunatan Bintaro*, (Skripsi, Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Uin Syarif Hidayatullah Jakarta, 2015)

anak kedua, ketiga dan seterusnya dan peneliti menggunakan bimbingan rohani sedangkan penulis menggunakan layanan konseling Islami.¹⁰

Dalam skripsi Sri Wahyuni, Jurusan Bimbingan dan penyuluhan Islam, Fakultas Ilmu Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Syarif hidayatullah jakarta dengan judul skripsi “Metode bimbingan Rohani bagi Pasien untuk Mengatasi Kecemasan dalam Menerima Diagnosis Penyakit Di Rumah sakit terpadu Dompot Dhuafa 2017. Tujuan dari penelitian ini adalah membahas tentang bimbingan rohani atau bimbingan konseling Islam yang merupakan pentingnya dibutuhkan oleh pasien sebagaimana untuk penyembuhannya. selain secara pengobatan secara fisik, pasien mengalami perubahan-perubahan di dalam kehidupannya setelah sakit, seperti pasien mengalami kecemasan atau penyakit yang dialaminya. kecemasan yang dialami pasien diantaranya kesedihan, atas penyakit yang dialaminya, merasakan kegelisahan yang berlebihan seperti mengalami kecemasan untuk masa depannya terhambat akibat penyakit yang dideritanya yang menimbulkan stress dan patah semangat. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa proses pelaksanaan metode bimbingan rohani bagi pasien yang mengalami kecemasan bahwa proses pelaksanaan metode bimbingan rohani bagi pasien berjalan dengan baik. metode yang digunakan pembimbing meliputi metode individu, kelompok, dan psikoanalisis sedangkan materi yang disampaikan mencakup seluruh ajaran agama Islam dalam kehidupan sehari-hari. dengan demikian.¹¹

¹⁰ Riska, Ruhdini, *Pengaruh Bimbingan Rohani Islam terhadap Tingkat Penurunan Kecemasan Ibu hamil Anak Pertama*, (Skripsi, Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, 2019)

¹¹ Sri Wahyuni, *Metode Rohani bagi Pasien untuk Mengatasi Kecemasan dalam Menerima Diagnosis Penyakit di Rumah Sakit Terpadu Dompot Dhuafa*, (Skripsi Program Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Universitas Syarif Hidayatullah Jakarta, 2017)

F. Definisi Operasional

1. Kecemasan(*anxiety*)

Kecemasan (*axienty*) merupakan keadaan emosi seseorang yang menentang atau pun dalam keadaan tidak menyenangkan yang meliputi interpretasi subjektif dan rangsangan reaksi badan secara fisiologis. Misalnya keadaan nafas lebih cepat, marah, jantung berdebar-debar, dan tubuh berkeringat. Kecemasan merupakan perasaan , khawatir, tidak tenang, ataupun ketakutan terhadap sesuatu yang tidak jelas. Menurut Mustamir ada tiga jenis kecemasan yaitu, kecemasan muncul dari perasaan tidak sadar dalam diri seseorang, kecemasan yang ada sebabnya dan kecemasan yang tidak berhubungan dengan objek yang nyata dan keadaan yang benar-benar ada. Khalil Lur Rochman mengemukakan beberapa gejala dari kecemasan antara lain sebagai berikut:

- a. Selalu ada hal yang menimbulkan kecemasan hati, setiap kejadian menimbulkan perasaan takut dan cemas. Kecemasan yang dialami merupakan bentuk ketidakmampuan terhadap suatu hal yang tidak jelas.
- b. Adanya emosi yang tidak stabil, suka marah-marah dan sering *exited* (heboh) dalam keadaan yang memuncak, sangat *irritabl*, dan sering dihinggapi rasa depresi.
- c. Diikuti dengan perasaan fantasi, delusi, ilusi, dan *delusion of persecution* (delusi yang dikejar-kejar).
- d. Sering mengalami gangguan kesehatan seperti merasa mual dan muntah-muntah, badan terasa lelah, berkeringat, badan gemetar, dan sering kali diare.

- e. Adanya ketegangan dan ketakutan yang tinggi sehingga mengakibatkan tekanan jantung menjadi sangat cepat atau tekanan darah tinggi.¹²

2. Konseling Islami

Konseling merupakan bantuan yang diberikan konselor kepada klien secara tatap muka. Dalam hubungan ini, pengentasan masalah klien sedapat mungkin dilakukan oleh klien sendiri. Layanan konseling merupakan jantung dari layanan bimbingan dan konseling yang pelaksanaannya menurut usaha dan sungguh-sungguh.¹³

Konseling Islam merupakan bentuk dakwah *fardiyah* antara individu dengan mengajak atau menyeru ke jalan Allah SWT yang dilakukan oleh seorang da'i kepada orang lain secara perorangan dengan tujuan memindahkan *mad'u* pada keadaan yang lebih baik dan diridhai Allah. Tujuan dari konseling Islam adalah untuk membantu klien lebih mengenal tentang dirinya dan memiliki keberanian dalam mengambil suatu keputusan dalam melakukan sesuatu dengan baik dan benar sehingga bermanfaat untuk kehidupan dunia dan akhiratnya.

Menurut Achmad mubarak tujuan khusus konseling Islam yaitu:

- a. Untuk membantu klien agar tidak melakukan kesalahan.
- b. Jika klien sudah memiliki masalah, maka tujuan dari konseling Islam adalah untuk membantu klien agar dapat mengatasi masalah yang sedang dihadapinya.
- c. Kepada klien yang berhasil disembuhkan, maka konseling Islam bertujuan untuk menjaga kesehatan jiwanya dan agar klien

h.103 ¹² Kholil Lur Rochman, *Kesehatan Mental*, (Purwokerto: Fajar Media Press, 2010),

¹³ Hibana S. Rahman, *Bimbingan Konseling Pola 17*, (Yogyakarta: CUY Yogyakarta, 2003), h. 58

mampu mengembangkan potensi yang dimilikinya agar dapat berguna bagi kehidupannya.¹⁴

Adapun beberapa hal yang diperlukan dan diperhatikan oleh konselor ketika pelaksanaan konseling:

- a. Posisi berhadapan dengan klien yang memiliki arti “saya siap untuk anda”
 - b. Melakukan kontak mata dengan klien, hal ini menandakan bahwa konselor menghargai klien dan menyatakan keinginan untuk berkomunikasi dengan klien.
 - c. Posisi duduk condong ke klien hal ini menunjukkan bahwa konselor tertarik untuk terus mendengarkan atau merespon klien.
 - d. Mempertahankan sikap terbuka dengan cara tidak melipat kaki atau tangan, hal ini untuk memberikan kesan keterbukaan dalam berkomunikasi dengan klien.
 - e. Tetap rileks. Tetap dapat mengontrol keseimbangan antara ketegangan dan relaksasi dalam memberi respons kepada klien.¹⁵
3. Teknik *Murotal* Al-Qur’an

Al-Qur’an adalah kitab umat muslim di seluruh dunia, Al-Qur’an diturunkan dalam bahasa yang mudah dipahami yaitu bahasa arab agar Rasulullah SAW mudah memahaminya dan menyampaikan kepada seluruh umat manusia. Mendengarkan Al-Qur’an memiliki banyak manfaat salah satunya adalah manfaat untuk penyembuhan penyakit, manfaat dari keselarasan dalam pengulangan kata dan huruf, manfaat irama yang seimbang terhadap ayat-ayat Al-Qur’an.

Istilah *murotal* Al-Qur’an ini terdiri dua kata yaitu *murotal* dan Al-Qur’an. *Murotal* berasal dari bahasa arab yaitu *ratulan* yaitu

¹⁴ Abdul Basit, *Konseling Islam*, (Depok: PT Kharisma Putra Utama, 2017), h. 11

¹⁵ Abdul Basit, *Konseling Islam...h.12*

“yang baik” , *Murotal* juga dimaknai dari kata ronnama yang berarti menyanyikan.¹⁶

Murotal Al-Qur'an dapat dijadikan sebagai terapi menurunkan stress yang dialami oleh seseorang. Stress dapat mempengaruhi kondisi psikologi seseorang, keadaan stress dapat menimbulkan berbagai reaksi psikologis seperti emosi, kecemasan, kekecewaan, depresi dan gangguan kognitif. Bacaan Al-Qur'an secara *murotal* dapat memberikan efek relaksasi dan dapat menurunkan kecemasan apabila didengarkan dalam tempo *murotal* dalam waktu 60-70 menit secara konstan. Tidak ada perubahan irama yang mendadak, dan dalam nada yang lembut. Terapi *murotal* memberikan dampak positif karena apa yang didengarkan akan tersampaikan ke otak untuk dipersepsikan sehingga dengan terapi *murotal* ini kualitas kesadaran terhadap Tuhan akan meningkat dan menyebabkan totalitas kepasrahan kepada Allah Swt.¹⁷

¹⁶ Abu Khalid, *Kamus Arab Al-Huda Arab Indonesia Disertai Cara Membacanya*, (Surabaya: Fajar Mulya, 2002), h. 172

¹⁷ Saleh Muhammad Chairil Ibnu, Agustina, *Pengaruh Murottal Al-Qur'an terhadap tingkat Kecemasan pada Pasien Jantung*, *Jurnal Keperawatan Suaka Insan*, Vol , 3 No.2 2016