

**PENGARUH TERAPI DZIKIR TERHADAP KUALITAS
HIDUP IBU NIFAS DI KECAMATAN PASEH
KABUPATEN BANDUNG**

SKRIPSI



Disusun oleh :

**SRI DESIYANTI
NIM. 512021042**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH BANDUNG**

2023

**PENGARUH TERAPI DZIKIR TERHADAP KUALITAS
HIDUP IBU NIFAS DI KECAMATAN PASEH
KABUPATEN BANDUNG**

SKRIPSI

*Diajukan untuk Menyelesaikan Pendidikan Program Studi Sarjana Kebidanan
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Bandung*



Disusun oleh :

SRI DESIYANTI

NIM. 512021042

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH BANDUNG
2023**

LEMBAR PERSETUJUAN

SRI DESIYANTI
NIM. 512021042

**PENGARUH TERAPI DZIKIR TERHADAP KUALITAS HIDUP IBU
NIFAS DI KECAMATAN PASEH KABUPATEN BANDUNG**

Skripsi ini Telah Disetujui Untuk Dipertahankan
Pada Ujian Sidang Skripsi
Tanggal 12 Januari 2023

Oleh :

Pembimbing Utama



Asri Tresnaasih, Amd.Keb.,SKM.,M.KM
NPP : 2007280573021

Pembimbing Pendamping



Nandang Jamiat N.M.Kep.,Sp.Kep.Kom
NIP : 19730914 200501 1 003

LEMBAR PENGESAHAN

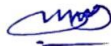
Yang bertandatangan di bawah ini menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul :
**PENGARUH TERAPI DZIKIR TERHADAP KUALITAS HIDUP IBU
NIFAS DI KECAMATAN PASEH KABUPATEN BANDUNG**

Disusun oleh :

SRI DESIYANTI
NIM. 512021042

Telah disetujui dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji Sidang Laporan
Tugas Akhir Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas 'Aisyiyah Bandung dan dinyatakan telah
memenuhi syarat untuk diterima
Bandung, 24 Januari 2023

Penguji I



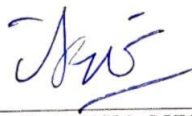
Nur Rohmah, S.Pd.,MH.Sc

Penguji II



Giari Rahmilasari, S.ST.,M.Keb

Pembimbing Utama



Asri Tresnaasih, A.Md.Keb.,S.KM.,M.KM

PERYATAAN ORIGINALITAS

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama Mahasiswa : Sri Desiyanti

NIM : 512021042

Program Studi : Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan

Dengan ini menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiarisme atau penjiplakan/pengambilan karangan, pendapat atau karya orang lain dalam penulisan Skripsi yang berjudul :

“Pengaruh Terapi Dzikir terhadap Kualitas Hidup Ibu Nifas di Kecamatan Paseh Kabupaten Bandung”

Apabila suatu saat nanti saya terbukti melakukan plagiarisme, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan kesadaran sendiri dan tidak atas tekanan ataupun paksaan dari pihak manapun demi menegakkan integritas akademik di institusi ini.

Bandung, 12 Januari 2023

Yang membuat pernyataan,



Sri Desiyanti

NIM. 512021042

SURAT PERNYATAAN
KESEDIAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Sri Desiyanti

NIM : 512021042

Program Studi : Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Universitas 'Aisyiyah Bandung Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul :

**PENGARUH TERAPI DZIKIR TERHADAP KUALITAS HIDUP IBU NIFAS DI
KECAMATAN PASEH KABUPATEN BANDUNG**

Hak bebas Royalti Noneksklusif ini, Universitas 'Aisyiyah Bandung berhak menyimpan, mengalihkan dalam bentuk media lain, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/ pencipta.

Demikian pernyataan ini saya buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bandung, 29 Januari 2023

Yang Menyatakan,



Sri Desiyanti

Mengetahui,

Tim Pembimbing

Nama
1 Asri Tresnaasih, A.Md.Keb.,S.KM.,M.KM :

Tanda Tangan



2 Nandang Jamiat N,M.Kep.,Sp.Kep.Kom :



MOTTO

Katakanlah, “Wahai hamba-hamba-Ku yang melampaui batas terhadap diri mereka sendiri! Janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya Allah mengampuni dosa-dosa semuanya. Sungguh, Dialah Yang Maha Pengampun, Maha Penyayang”. Qs. Az Zumar [39] ayat 53.

PERSEMBAHAN

Saya ucapkan syukur kepada Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya. Tidak disangka sejauh ini saya melangkah. Pencarian diri ini, menemukan makna dan bahagia. Terimakasih kepada kedua orang tua atas doa dan tenaganya. Maaf atas salah ucap dan tindak, meskipun saya sudah dewasa. Semoga waktu dan ilmu yang saya tempuh menjadi berkah, juga manfaat. Salam.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmaanirrahim. Segala puji dan syukur ke hadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, nikmat dan karunia-Nya. Sholawat beserta salam semoga tetap terlimpah curahkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW, keluarga, sahabat dan umatnya hingga akhir zaman.

Penelitian ini disusun sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan Pendidikan Sarjana Kebidanan di Universitas 'Aisyiyah Bandung dengan judul *Pengaruh Terapi Dzikir terhadap Kualitas Hidup Ibu Nifas di Kecamatan Paseh Kabupaten Bandung*. Pentingnya kualitas hidup ibu nifas dapat ditingkatkan dengan upaya pencegahan permasalahan masalah nifas secara spiritual.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Maka dari itu, dengan kerendahan hati penulis mohon maaf atas segala kekurangan dan senantiasa menerima kritik maupun saran dari segala aspek. Penyusunan skripsi ini tidak akan berhasil tanpa adanya bantuan, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak yang terlibat. Pada kesempatan ini, penulis ingin mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya kepada :

1. Ibu Tia Setiawati, S.Kep.,Ns.,M.Kep.,An selaku Rektor Universitas 'Aisyiyah Bandung.
2. Ibu Dr. Sitti Syabariyah, S.Kep.,MS.,Biomed selaku Wakil Rektor I Universitas 'Aisyiyah Bandung.

3. Bapak Nandang Jamiat Nugraha, M.Kep.,Sp.Kep.Kom. selaku Wakil Rektor II Universitas ‘Aisyiyah Bandung, sekaligus dosen pembimbing pendamping.
4. Ibu Poppy Siti Aisyah, S.Kep.,Ners.,M.Keb. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Bandung.
5. Ibu Annisa Ridlayanti, S.ST.,Bd.,M.Keb. selaku Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan Universitas ‘Aisyiyah Bandung.
6. Ibu Asri Tresnaasih, A.Md.Keb.,S.KM.,M.KM. selaku Pembimbing Utama, yang telah memberikan dedikasi penuh dalam membantu penyusunan skripsi ini.
7. Bidan di Kecamatan Paseh yang telah memberikan izin penelitian di wilayah Kecamatan Paseh Bandung.
8. Seluruh dosen dan staf Program Studi Sarjana Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan Universitas ‘Aisyiyah Bandung.
9. Keluarga, teman dan semua pihak yang telah membantu dan memberikan dukungan penulis dalam menyelesaikan proposal skripsi ini.

Bandung, Januari 2023

Penulis

ABSTRAK

SRI DESIYANTI
NIM 512021042

PENGARUH TERAPI DZIKIR TERHADAP KUALITAS HIDUP IBU NIFAS DI KECAMATAN PASEH KABUPATEN BANDUNG

V; 2023; 71 halaman; 11 tabel; 4 bagan; 14 lampiran.

Latar belakang : Masa nifas membuat ibu mengalami perubahan fisiologis dan psikologis, yang cukup membuat ibu rentan terhadap risiko infeksi, penurunan daya tahan tubuh, perubahan mood atau perilaku terkait dengan kondisi tubuh dan mentalnya. Kualitas hidup masa nifas merupakan sebuah konsep kepuasan dan kesejahteraan ibu yang mencakup kondisi emosional, sosial dan fisik, termasuk kemampuan mereka untuk berfungsi dalam tugas sehari-hari. Hasil studi pendahuluan bulan September 2022 menunjukkan enam dari sepuluh orang memiliki kekhawatiran terhadap perawatan anak dan seluruhnya mengalami gangguan kualitas tidur, serta kelelahan yang mempengaruhi aktifitas fisik. Intervensi penelitian ini adalah terapi dzikir sebanyak 8x terhadap ibu nifas hari ke 10-17, adapun bacaan dzikir terdiri dari istigfar 3x, tasbih 33x, tahmid 33x, takbir 33x dan tahlil 1x (HR. Muslim no 597 : Yusuf dkk, 2017). Bacaan dzikir dapat memberikan ibu nifas rasa percaya diri, membawa ketenangan, kekuatan, keamanan, kedamaian dan kebahagiaan secara fisik-psikis, sehingga menjamin tercapainya kualitas hidup yang baik.

Adapun tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh terapi dzikir terhadap kualitas hidup ibu nifas di Kecamatan Paseh Kabupaten Bandung. Penelitian ini menggunakan metode pra eksperimen dengan bentuk *one-group pretest-posttest* dan instrumen kuesioner PQOL (*Postpartum Quality of Life*). Jumlah sampel penelitian ini adalah 25 ibu nifas hari ke-10 dengan uji *paitred sampel t-test*.

Hasil uji analisis *paitred sampel t-test* di dapatkan sig. 2-tailed 0,000 < 0,05 sehingga dapat ditarik kesimpulan adanya pengaruh terapi dzikir terhadap kualitas hidup ibu nifas di Kecamatan Paseh Kabupaten Bandung.

Disarankan bagi bidan agar mengembangkan asuhan kebidanan holistik islami, salah satu di antara ialah dengan terapi dzikir yang dapat meningkatkan kualitas hidup ibu nifas.

Kata kunci : Kualitas hidup nifas, PQOL, terapi dzikir
Perpustakaan : 31 buah (2003-2021).

ABSTRACT

SRI DESIYANTI
NIM 512021042

THE INFLUENCE OF DHIKR THERAPY ON THE QUALITY OF LIFE FOR POSTPARTUM MOTHERS IN PASEH DISTRICT, BANDUNG DISTRICT

V; 2023; 71 pages; 11 tables; 4 charts; 14 appendices.

Background : The postpartum period causes the mother to experience physiological and psychological changes, which are sufficient to make the mother susceptible to the risk of infection, decreased immune system, changes in mood or behavior related to her body and mental condition. Postpartum quality of life is a concept of satisfaction and well-being of mothers which includes their emotional, social and physical condition, including their ability to function in daily tasks. The results of a preliminary study in September 2022 showed that six out of ten people had concerns about child care and all of them experienced sleep quality disturbances, as well as fatigue that affected physical activity. The research intervention was 8x dhikr therapy for postpartum mothers on days 10-17, while the recitation of dhikr consisted of 3x istighfar, 33x tasbih, 33x tahmid, 33x takbir and 1x tahlil (HR. Muslim no 597: Yusuf et al, 2017). Reading dhikr can give postpartum women confidence, bring calm, strength, security, peace and happiness physically and psychologically, thus ensuring the achievement of a good quality of life.

The purpose of this study was to determine the effect of dhikr therapy on the quality of life of postpartum mothers in Paseh District, Bandung Regency. This study used a pre-experimental method in the form of one-group pretest-posttest and the PQOL (Postpartum Quality of Life) questionnaire instrument. The number of samples in this study were 25 postpartum mothers on the 10th day with the paitred sample t-test.

The results of the analysis of the paitred sample t-test were obtained sig. 2-tailed 0.000 <0.05 so that it can be concluded that there is an effect of dhikr therapy on the quality of life of postpartum women in Paseh District, Bandung Regency.

It is recommended for midwives to develop holistic Islamic midwifery care, one of which is dhikr therapy which can improve the quality of life for postpartum mothers.

*Keywords: Dhikr therapy, PQOL, Quality of life for postpartum maternal
Libraries: 31 pieces (2003-2021).*

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
PERYATAAN ORIGINALITAS	iii
PERNYATAAN KESEDIAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH	iv
MOTTO	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Landasan Teori	8
1. Terapi Dzikir	8
2. Masa Nifas.....	14
3. Kualitas Hidup Ibu Nifas.....	18
4. Neurofisiologis Dzikir terhadap PQOL.....	24
B. Hasil Penelitian Yang Relevan	28
C. Kerangka Pemikiran.....	29
D. Hipotesis.....	29
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	30
B. Definisi Operasional	31
C. Populasi dan Sampel	32
D. Teknik Pengumpulan Data	33
E. Teknik Analisis Data.....	37
F. Prosedur Penelitian	39
G. Tempat dan Waktu Penelitian.....	45
H. Etika Penelitian.....	45

BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN	
	A. Gambaran Umum Penelitian	47
	B. Hasil Penelitian.....	49
	C. Pembahasan.....	55

BAB V	SIMPULAN DAN SARAN	
	A. Simpulan	65
	B. Saran	65

DAFTAR PUSTAKA
LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Penelitian Terdahulu	28
Tabel 3.1	Definisi Operasional	31
Tabel 3.2	Kisi-kisi Kuesioner Penelitian	34
Tabel 3.3	Kuesioner Kualitas Hidup Nifas	35
Tabel 3.4	Standar Operasional Prosedur (SOP).....	42
Tabel 4.1	Periode Kelahiran Responden Oktober- Desember 2022.....	47
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden	49
Tabel 4.3	Tabulasi Skor Pretest-Posttes PQOL	50
Tabel 4.4	Hasil Pengukuran PQOL di Kecamatan Paseh.....	51
Tabel 4.5	Hasil Pengukuran Berdasarkan Domain PQOL (n=25)	51
Tabel 4.6	Hasil Uji Normalitas	52
Tabel 4.7	Hasil Uji Paired Sample T-test	53
Tabel 4.8	Signifikansi Domain Kualitas Hidup Ibu Nifas (n=25)	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Kaitan Hipotalamus dengan Fungsi Emosional	25
Gambar 2.2	Mekanisme Terapi Dzikir terhadap PQOL	27
Gambar 2.3	Kerangka Pemikiran	29
Gambar 3.1	Skema Penelitian	30

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Izin Pendahuluan
- Lampiran 2. *Plagiasi Checker*
- Lampiran 3a. Surat Uji *Expert Judgement*
- Lampiran 3b. Hasil Uji *Expert Judgement*
- Lampiran 4. Surat Persetujuan Etik Penelitian
- Lampiran 5. Surat Izin Penelitian
- Lampiran 6. Kuesioner PQOL
- Lampiran 7. SOP Terapi Dzikir
- Lampiran 8. Lembar *Informed Consent*
- Lampiran 9. Lembar Checklist Dzikir
- Lampiran 10. Tabulasi Skor Pretest-Posttest PQOL
- Lampiran 11. Output Uji Analisis
- Lampiran 12. Lembar Bimbingan
- Lampiran 13. Kediaan Publikasi Karya Ilmiah

DAFTAR PUSTAKA

- Afthoni, M. R. (2020). *Implementasi Dzikir sebagai Terapi Sufistik terhadap Santri Autisme di Pondok Pesantren Al-Achsaniiyyah Kudus* [Institut Agama Islam Negeri Kudus]. <http://repository.iainkudus.ac.id/id/eprint/3665>
- Al-Quran dan Terjemahannya. (2014). Jakarta : Departemen Agama Republik Indonesia.
- Aynul Yaqin, M. (2019). *Efektifitas Terapi Dzikir terhadap Peningkatan Harga Diri pada Wanita Tuna Susila di UPT Rehabilitasi Sosial Bina Karya Wanita Kediri* [UIN Satu Tulungagung]. <http://repo.uinsatu.ac.id/eprint/12649>
- Betty R, F. (2020). *Peningkatan Kualitas Hidup Ibu Nifas*. Nas Media Indonesia.
- Center for Disease Control and Prevention. (2018). *HRQOL Concepts*. Center for Disease Control and Prevention. <https://www.cdc.gov/hrqol/concept.htm>
- Fatmayanti, A., Murharyati, A., Syafna, A. S., Noflidaputri, R., Mogan, M., Wijayanti, I., Nugrawati, N., & Wahyuni, S. (2022). *Kebutuhan Dasar Pada Manusia* (I). PT. Global Eksekutif Teknologi.
- Fitriyani, D., & Sulistiawati, Y. (2021). *Pengaruh Terapi Dzikir terhadap Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Trimester I dan II di UPTD Puskesmas Rawat Inap*. 5, 1–6.
- Fitriyani, L., & Wahyuni, S. (2021). *Asuhan Kebidanan Ibu Masa Nifas*. Deepublish.
- Indonesia, K. K. R. (2021). *Profil Kesehatan Indonesia 2020*.
- Juliantini, N. K. L. (2021). *Gambaran Kualitas Hidup pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di RSUD Sanjiwani Gianyar Tahun 2021* [Poltekkes Kemenkes Denpasar]. <http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/id/eprint/7914>
- Kemenkes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. In *Kementrian Kesehatan RI* (Vol. 53, Issue 9).
- Latifah, L. (2019). *Pengaruh Terapi Dzikir dan Relaksasi dalam Menurunkan Kcemasan Menjelang Persalinan Pertama di Puskesmas Ngantru Tulungagung* [UIN Satu Tulungagung]. <http://repo.uinsatu.ac.id/id/epront/11872>
- Mabsusah. (2016). *Kualitas Hidup Pasien Diabete Melitus di RSUD. Dr. Slamet Martodirjo Kabupaten Pamekasan Madura* [UIN Sunan Ampel Surabaya].

<http://digilib.uinsby.ac.id/id/eprint/13318>

- Majelis Tarjih dan Tajdid PP Muhammadiyah. (2003). *Tuntunan Dzikir dan Do'a*. Penerbit Suara Muhammadiyah.
- Matsuroh, I., & Anggita, N. (2018). *Metode Penelitian Kesehatan*. Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan. http://bppsdmk.kemkes.go.id/pusdiksdmk/wp-content/uploads/2018/09/Methodologi-Penelitian-Kesehatan_SC.pdf
- Muhid, A. (2019). *Analisis Statistik Edisi ke 2* (D. N. Hidayat (ed.); 2nd ed.). Zifatama Jawa.
- Nikan, F., Jafarabadi, M. A., Mohammad-Alizadeh-Charandabi, S., & Mirghafourvand, M. (2018). Designation and psychometric properties of the short form postpartum quality of life questionnaire (SF-PQOL): An application of multidimensional item response theory and genetic algorithm. *Health Promotion Perspectives*, 8(3), 215–224. <https://doi.org/10.15171/hpp.2018.29>
- Rahmah PN, A. (2018). *Pengaruh Pelatihan Dzikir terhadap Ketenangan Hati pada Remaja dengan Orangtua Bercerai*. Universitas Islam Indonesia.
- RI, D. P. K. K. K. (2019). *Yuk Rutin Periksa Kesehatan Ibu dan Bayi Semasa Nifas*. Kementerian Kesehatan RI. <https://promkes.kemkes.go.id/yuk-rutin-periksa-kesehatan-ibu-dan-bayi-semasa-nifas>
- Sholeh, M. (2012). *Terapi Shalat Tahajud*. Noura (PT. Mizan Publika).
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Sukmayati, M., Kusumahati, E., & Sanusi, S. (2021). Hubungan Kondisi Spiritual dengan Kemampuan Resiliensi Klien Bidan. *Jurnal Asuhan Kebidanan & Anak*, 6(2), 65–71.
- Syufian, N. (2019). *Pengaruh Terapi Zikir Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi*. 10(2), 882–892.
- Tomasoa, Z. Z. (2017). *Hubungan Antara Jumlah Kunjungan Nifas dengan Kualitas Hiduo Ibu Nifas di Puskesmas Sewon I Bantul*. Stikes Jenderal Achmad Yani.
- Umamy, F., Nopisanti, & Munawaroh, R. (2021). *Pengaruh Terapi Dzikir terhadap Kecemasan pada Ibu Bersalin pada Masa Pandemi COVID-19 di RS. Setio Husodo*. XIII(01), 128–138.

- Wahyuni, E. D. (2018). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*.
- WHO. (2012). *WHQOL - Measuring Quality of Life, The World Health Organization*.
<https://www.who.int/toolkits/whoqol>
- Winarni, L. M., Ikhlasiah, M., & Sartika, R. (2020). Dampak Latihan Yoga Terhadap Kualitas Hidup dan Psikologi Ibu Nifas. In *JURNAL KEBIDANAN* (Vol. 6, Issue 1).
<https://doi.org/10.33024/jkm.v6i1.2126>
- Wulandari, R. P., & Mufdlilah, M. (2020). Faktor Demografi dan Obstetrik dalam Mempengaruhi Kualitas Hidup Postpartum. *Jurnal Kebidanan*, 9(2), 129.
<https://doi.org/10.26714/jk.9.2.2020.129-142>
- Yusuf, A., Endang Nihayati, H., Florencia Iswari, M., & Okviasanti, F. (2017). *Kebutuhan Spiritual: Konsep dan Aplikasi dalam Asuhan Keperawatan*. Mitra Wacana Media.
- Zhou, S. Z., Wang, X. L., & Wang, Y. (2009). Design of a questionnaire for evaluating the quality of life of postpartum women (PQOL) in China. *Quality of Life Research*, 18(4), 497–508. <https://doi.org/10.1007/s11136-009-9466-2>