

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kehamilan ialah salah satu ekspresi perwujudan diri serta identitas selaku calon bunda, kehamilan pula ialah kebanggaan untuk seseorang perempuan buat mewujudkan feminisme serta buat membuktikan jati diri seseorang perempuan. Bagi Papalia, kehamilan yakni proses bergabungnya mani serta ovum (gamet laki-laki serta perempuan) buat menghasilkan sesuatu sel tunggal yang diucap dengan zigot, yang setelah itu menggandakan diri berulang kali lewat pemisahan sel buat jadi lahir (Bethasaida dan Herri, 2014).

Kehamilan ialah perihal yang natural serta membahagiakan yang terjalin pada pendamping suami istri, tetapi demikian, terkadang tidak gampang menempuh kehamilan yang terjalin hingga proses persalinan. Sepanjang kehamilan bunda hadapi pergantian Fisik serta psikis yang terjalin akibat pergantian hormon. Pergantian ini hendak memudahkan bakal anak buat berkembang serta tumbuh hingga dikala dilahirkan (Puti Febrina, 2018). Adanya perubahan hormonal ini menyebabkan emosi wanita selama kehamilan cenderung berubah-ubah, sehingga tanpa ada sebab yang jelas seorang wanita hamil merasa sedih, mudah tersinggung, marah atau justru sebaliknya merasa sangat bahagia (Luh Putu dan Luh Kadek, 2013). Bunda berbadan dua, paling utama pada kehamilan awal bisa hadapi bermacam perasaan bercampur aduk. Tidak hanya perasaan senang yang tidak terlukiskan, pula perasaan takut, ketakutan, kekhawatiran sebab dia belum sempat hadapi proses tersebut.

Kecemasan tersebut bisa timbul sebab masa panjang dikala menanti kelahiran penuh ketidakpastian, tidak hanya itu bayangan tentang hal-hal yang menakutkan dikala proses persalinan meski apa yang dibayangkannya belum pasti terjalin. Suasana ini menimbulkan pergantian ekstrem, bukan cuma raga namun pula psikologis. Kecemasan yang dialami para perempuan berbadan dua pula berbeda-beda sepanjang masa kehamilan (Puti Febrina, 2018).

Tingginya rasa cemas pada ibu hamil terutama pada masa kehamilan trimester ketiga terjadi karena pada setiap wanita hamil pasti akan dihinggapi berbagai macam perasaan seperti perasaan kuat dan berani menanggung segala beban, rasa takut, ngeri, rasa cinta, benci, keraguan, kepastian, kegelisahan, rasa tenang, harapan penuh kegembiraan, dan rasa cemas yang dialami akan menjadi lebih intensif pada saat mendekati masa kelahiran bayinya. Penyebab kecemasan dalam hal ini seperti rasa cemas dan takut mati, trauma kelahiran, perasaan bersalah dan berdosa pada ibunya dan ketakutan terhadap bayinya lahir cacat. Sebagian besar ibu hamil primigravida mengalami kecemasan, kecemasan yang tidak ditangani selama kehamilan dapat berlanjut selama proses persalinan dan berisiko terjadinya *baby blues syndrome* pada masa nifas.

Menurut Margiantari, Heru Basuki, dan Mentari Ayu Ningsih faktor yang memengaruhi kecemasan pada ibu hamil berasal dari faktor internal, seperti pemikiran subyektif dan harapan-harapan yang dimiliki dan faktor eksternal mencakup keluarga, seperti suami, orangtua dan kerabat dekat, serta lingkungan sekitar seperti teman, tetangga, tempat kerja, adat istiadat, tradisi dan budaya (Margiantari, dkk, 2017). Rata-rata ibu mempunyai kecemasan dari mulai timbulnya pertanyaan dan bayangan apakah persalinan akan berjalan lancar, bayinya akan selamat atau tidak, dan paradigma masyarakat yang masih menganggap persalinan merupakan pertarungan nyawa hidup dan mati.

Menurut Anggraini dan Subandi dalam (Olivia, dkk, 2017), zikir merupakan suatu upaya untuk mendekatkan diri kepada Allah dengan cara mengingat-Nya. Dzikir juga dapat berfungsi sebagai metode psikoterapi, karena dengan banyak melakukan dzikir akan menjadikan hati tenang, damai, serta tidak mudah digoyahkan oleh pengaruh lingkungan dan budaya global. Pada setiap individu terdapat kebutuhan dasar spiritual yang harus dipenuhinya. Seperti yang tercantum pada QS. Az-Zumar ayat 23.

اللَّهُ نَزَّلَ أَحْسَنَ الْحَدِيثِ كِتَابًا مُتَشَابِهًا مَثَانِي تَقْشَعِرُّ مِنْهُ جُلُودُ الَّذِينَ
يَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ ۚ ثُمَّ تَلِينُ جُلُودُهُمْ وَقُلُوبُهُمْ إِلَىٰ ذِكْرِ اللَّهِ ۚ ذَلِكَ هُدَىٰ اللَّهِ
يَهْدِي بِهِ ۖ مَنْ يَشَاءُ ۗ وَمَنْ يُضِلِلِ اللَّهُ فَمَا لَهُ مِنْ هَادٍ

Artinya: “Allah telah menurunkan perkataan yang paling baik (yaitu) Al-Qur’an yang serupa (ayat-ayatnya) lagi berulang-ulang, **Gemetar karenanya kulit orang-orang yang takut kepada Tuhannya. Kemudian menjadi tenang kulit dan hati mereka di waktu mengingat Allah.** Itulah petunjuk Allah, dengan kitab itu Dia memberi petunjuk kepada siapa yang Dia kehendaki. Dan barang siapa di sesatkan oleh Allah, maka tidak seorangpun yang dapat memberi petunjuk”. (Applikasi My Qur’an, QS. Az- Zumar ayat 23).

Zikir memiliki daya relaksasi yang dapat mengurangi ketegangan dan mendatangkan ketenangan jiwa. Setiap bacaan zikir mengandung makna yang sangat mendalam yang dapat mencegah timbulnya ketegangan. Setiap bacaan dzikir mengandung makna suatu pengakuan percaya dan yakin hanya kepada Allah SWT. Individu yang memiliki spiritual yang tinggi memiliki keyakinan yang kuat hanya kepada Allah dan dengan keyakinan ini dapat menimbulkan kontrol yang kuat dan dapat mengarahkan individu ke arah yang positif. Sebagaimana yang tercantum dalam QS. Ar-Rad ayat 28.

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ ۗ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya: “(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram”. (Applikasi My Qur’an, QS. Ar-Rad ayat 28).

Melansir dari tafsir Al-Qur’an Kemenag, surat ini menjelaskan tentang keutamaan berzikir dengan mengingat nama Allah SWT. Melalui zikir, mereka akan menjalani kehidupan sehari-hari dengan hati yang tenang dan jiwa yang tenteram. Keadaan tersebut dapat mendorong seseorang untuk melakukan hal-hal baik dan merasa bahagia dengan segala kebajikan yang dilakukannya "Dengan mengingat Allah, hati menjadi tenteram dan jiwa menjadi tenang, tidak merasa gelisah, takut, ataupun khawatir," tulis Kemenag (Harbani, 2021).

Selain ayat di atas ada juga beberapa Surat selanjutnya yang bisa menenangkan hati adalah Al-Baqarah. Surah ini adalah surah kedua dalam Al-Qur'an dan memiliki 286 ayat. Untuk menenangkan hati, ada beberapa ayat dari Surah Al-Baqarah yang bisa dibaca. Ayat tersebut adalah sebagai berikut.

Surah Al-Baqarah ayat 255. Ayat ini juga dikenal dengan Doa Sapuan Alam Semesta atau Ayat Kursi. Allah SWT menjanjikan kesembuhan dan ketenangan jiwa jika kita mengamalkannya. Selain itu, ayat ini juga memiliki keutamaan mampu melindungi kita dari kejahatan, kejelekan, hingga penyakit. Oleh karena itu, ayat ini dianjurkan untuk dibaca secara rutin pada pagi dan sore hari (Subhan, 2021).

Surat Al-Baqarah ayat 285-286. Ayat di akhir surat Al-Baqarah juga sering dibaca sebagai penenangan hati. Rasulullah SAW bersabda, "*Barang siapa yang membaca dua ayat terakhir Surat Al-Baqarah malam hari, maka Allah akan melindunginya dari berbagai keburukan, penyakit, rasa khawatir, dan gelisah.*" Surat Al-Baqarah ayat 250. Kamu bisa menenangkan hati dengan membacakan satu ayat dari surat ini. Maka kamu tidak akan merasa resah dan gelisah.

Bacaan zikir tela dilakukan oleh Maimunah dan Retnowati, (2011) untuk mengatasi kecemasan pada ibu hamil, dan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahan setelah subjek melakukan zikir ternyata ada penurunan signifikan terhadap kecemasan. Pernah dibuktikan juga oleh Kelly (2014) penggunaan zikir digunakan sebagai alat untuk menghadapi persalinan pada ibu hamil. Usdati dan Nuristighfari, (2017) mengatakan bahwa pemberian bacaan zikir pada ibu hamil mampu menurunkan kecemasan disaat proses persalinan.

Dalam pandangan Islam, zikir adalah ritual yang memiliki unsur terapeutik. Efek yang didapat dari zikir adalah dapat menghilangkan rasa gelisah, resah dan gelisah dalam hati. Ingatan emosional dapat memunculkan emosi-emosi positif, seperti perasaan cinta, kebahagiaan, dan kesenangan, memberikan ketenangan, ketentraman, bukan kecemasan, stres, dan depresi. Zikir akan selalu berkaitan dengan doa dan memiliki kekuatan yang kuat, terutama sebagai penyembuh hati, sehingga zikir lebih penting yang disampaikan dalam doa yang tulus. Zikir sebagai media pemberian kepada Tuhan (harapan). Zikir akan menimbulkan rasa optimis kepada Allah SWT bahwa Allah akan selalu membantunya dalam menghadapi segala musibah yang menimpanya. Zikir sebagai media penyerahan diri kepada Allah SWT. Zikir membuat seseorang selalu mengingat Sang

Pencipta. Mereka akan bahagia dan puas dengan apa yang telah diberikan Allah kepada mereka (Puti Febrina, 2018).

Kecemasan-kecemasan yang dialami oleh manusia, pada penelitian ini khususnya para ibu hamil yang akan menghadapi persalinan, sesungguhnya dapat dicarikan solusinya untuk menurunkan tingkat kecemasan tersebut, yaitu dengan menggunakan terapi zikir.

Berdasarkan pra-penelitian terhadap ibu hamil primigravida trimester tiga, hal inilah yang menjadikan penulis tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut terkait hal tersebut dengan judul **Pengaruh Terapi Zikir Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Pra Persalinan (Studi Kasus Ibu Hamil Primigravida Trimester III di Poskesdes Desa Ciporeat)**.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis mengajukan beberapa pertanyaan penelitian dari dua variabel terapi zikir dan kecemasan ibu hamil yaitu:

1. Bagaimana pola zikir ibu hamil primigravida trimester III di Poskesdes Desa Ciporeat?
2. Bagaimana pengaruh terapi zikir terhadap kecemasan ibu hamil primigravida trimester III di Poskesdes Desa Ciporeat?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang di ajukan penulis diatas, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui pola zikir ibu hamil primigravida trimester III di Poskesdes Desa Ciporeat.
2. Untuk mengetahui pengaruh terapi zikir terhadap kecemasan ibu hamil primigravida trimester III di Poskesdes Desa Ciporeat.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Sebagai bahan informasi pengembangan ilmu dan memperkaya khasanah dalam penelitian serta memberikan sumbangan ilmu dan hasil penelitian kepada pemerintah atau masyarakat mengenai pengaruh terapi zikir terhadap kecemasan ibu hamil pra-persalinan studi kasus ibu hamil primigravida trimester III di Poskesdes Desa Ciporeat khususnya UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi:

a. Penulis

Penelitian ini, secara pribadi sangat berguna untuk menambah wawasan dan merupakan pengalaman yang pertama kali dalam penyusunan skripsi yang berbentuk karya ilmiah yang di ujikan dan merupakan salah satu syarat dalam menyelesaikan studi di Fakultas Ushuluddin Jurusan Tasawuf Psikoterapi.

b. Ibu Hamil

Diharapkan dengan adanya penelitian ini para calon ibu atau ibu hamil mendapat informasi baru seputar terapi zikir yang dianjurkan selama kehamilan dan menjelang kelahiran agar dapat menurunkan kecemasan.

c. Tenaga Medis

Dengan terapi zikir, diharapkan tim medis dapat memberitahukan dan pengarahan kepada ibu hamil yang sedang mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan anak pertama.

E. Tinjauan Pustaka

Sebelum melakukan penelitian ini, ada beberapa skripsi dan jurnal terkait dengan Pengaruh Terapi Zikir Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Pra Persalinan (Studi Kasus Ibu Hamil Primigravida Trimester III di Poskesdes Desa Ciporeat). Untuk memastikan ada tidaknya penelitian lain yang serupa dengan penelitian ini. Berdasarkan tinjauan pustaka, terdapat beberapa penelitian-penelitian yang

relevan dengan penelitian ini sebelumnya, diantara beberapa karya yang relevan dengan penelitian, yaitu:

1. Nurul Rahmitha, *Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Primigravida Trimester Ketiga Di Puskesmas Kecamatan Tamalanrea Makassar*, (Skripsi Mahasiswa Fakultas Kedokteran, Universitas Hasanuddin, 2017), Yang Berisi tentang Kecemasan merupakan perasaan takut yang tidak jelas penyebabnya dan tidak didukung oleh situasi yang ada. Salah satu sumber stressor kecemasan adalah kehamilan. Tingkat kecemasan itu terdiri dari kecemasan tinggi, sedang dan ringan. Namun yang biasanya kebanyakan orang mengalami kecemasan sedang dan ringan. Apalagi pada tingkat usia lebih muda kecemasannya lebih tinggi dibanding dengan usia dewasa. Tingkat pendidikan rendah biasanya mengalami tingkat kecemasan yang lebih berat dibandingkan dengan orang yang berpendidikan tinggi.
2. Latifah Nur Rahmadani, Sri Anggarini, Sri Mulyani, *Pengaruh Konseling Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida Dalam Menghadapi Persalinan Di Bpm Hj. Sri Lumintu*, (PLACENTUM Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya, Vol.7(1) 2019), yang berisi tentang Konseling merupakan salah satu cara menurunkan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh konseling terhadap tingkat kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan di BPM Hj. Sri Lumintu. Hasil uji Wilcoxon tingkat kecemasan kelompok kontrol pada saat pretest maupun posttest diperoleh nilai signifikansi 1,000 sedangkan pada tingkat kecemasan kelompok eksperimen nilai signifikansi sebelum dan sesudah diberi konseling 0,000. Berdasarkan uji Chi Square, nilai signifikansi kelompok kontrol dan eksperimen sesudah intervensi adalah 0,037. Terdapat pengaruh konseling terhadap tingkat kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan di BPM Hj. Sri Lumintu Tahun 2016.
3. Rohmi Handayani, DKK, "*Pengaruh Terapi Murotal Al-Quran untuk Penurunan Nyeri Persalinan Dan Kecemasan Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif*", (Jurnal Ilmiah Kebidanan Ylpp Purwokerto, Vol. 5 No. 2 edisi

desember 2014) penelitian ini berbicara tentang *Pre-Eksperimen* dengan rancangan *one grup pretest design*. Sampel penelitian ini sebanyak 42 ibu bersalin. Hasil uji paired test menunjukkan bahwa ada perbedaan rerata penurunan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif sebelum dan sesudah dilakukan terapi murottal dengan nilai $p \text{ value} < \alpha (0,000 < 0,05)$.

F. Kerangka Pemikiran

Menurut Kartini Kartono (1992), kehamilan pada umumnya memberikan arti emosional yang sangat besar pada setiap wanita. Wanita yang tengah hamil menjadi sangat perasa dan mudah tersinggung. Lebih-lebih kalau permintaannya tidak dipenuhi oleh suami atau keluarga, maka timbul semacam obsesi dan tekanan-tekanan batin yang kronis. Kehamilan merupakan periode krisis yang melibatkan faktor psikologis mendalam, yang terjadi karena adanya perubahan somatis yang sangat besar. Hal ini disebabkan oleh perubahan hormon yang juga menyebabkan emosi ibu menjadi labil.

Wanita hamil untuk pertama kalinya disebut primigravida. Sedangkan trimester ke III ini merupakan masa ketika kandungan memasuki bulan ke-7 sampai sebelum melahirkan. Pada trimester ini, biasanya ibu makin merasa tidak nyaman akibat berbagai gangguan, seperti sakit lambung, sembelit, varises, sakit pinggang, sulit tidur, sulit bernafas, dan keinginan buang air kecil yang makin kerap, segala bentuk ketidak nyamanan ini disebabkan oleh berkembangnya janin dalam kandungan (Bethasaida dan Herri, 2014).

Menurut Davison dan Neale, kecemasan memiliki karakteristik berupa munculnya perasaan takut dan kehati-hatian atau kewaspadaan yang tidak jelas dan tidak menyenangkan. (Fitri dan Julianti, 2014) Kecemasan seringkali disertai dengan gejala fisik seperti sakit kepala, sakit perut atau tidak tenang dan tidak dapat duduk diam, dll. Kecemasan adalah suatu kesalahan penyesuaian diri secara emosional karena tidak dapat diselesaikan suatu konflik tak sadar. Kecemasan yang timbul dirasakan secara langsung atau diubah oleh berbagai mekanisme pembelaan psikologi dan muncul gejala-gejala subyektif lain yang mengganggu

(Maramis, 1986). Menurut David Sue kecemasan dimanifestasikan kedalam empat komponen, yaitu: secara kognitif (pikiran), secara efektif (perasaan), secara motorik (gerak tubuh), dan secara somatic (dalam reaksi fisik). Kecemasan-kecamasan yang muncul yaitu karena belum adanya pengalaman bagi ibu untuk anak pertama (primigravida), dengan semakin tuanya usia kehamilan, maka perhatian dan pikiran ibu hamil mulai tertuju pada sesuatu yang dianggap klimaks, sehingga kegelisahan dan ketakutan yang dialami ibu hamil akan intensif saat menjelang persalinan.

Dari uraian-uraian diatas dapat disimpulkan bahwa kecemasan menghadapi persalinan merupakan suatu kondisi psikologis atau perasaan-perasaan yang tidak menyenangkan sehingga menyebabkan ketidak stabilan kondisi psikologis seperti, khawatir, was-was, gelisah dan juga takut menghadapi rasa sakit ketika menjelang persalinan. Kehamilan merupakan salah satu priode krisis dalam kehidupan seorang perempuan sehingga menimbulkan perubahan derastis, buhan hanya fisik tetapi juga dengan psikologisnya. Psikologis dan emosional perempuan hamil dikuasai oleh perasaan dan pikiran mengenai persalinan yang akan datang dan juga tanggung jawab sebagai ibu yang akan mengurus anaknya. Perempuan yang baru pertama kali mengalami mengandung akan merasa gelisah, was-was dan takut menghadapi rasa sakit ketika menjelang kelahiran.

Kecemasan-kecemasan yang dialami oleh manusia, khususnya para ibu hamil yang akan menghadapi persalinan, sesungguhnya dapat dicarikan solusinya untuk menurunkan tingkat kecemasan tersebut, bisa dengan menggunakan media terapi baik itu dengan terapi relaksasi, terapi humor, terapi senam, terapi doa, terapi zikir, audio musik, radio, atau dengan bacaan murottal Al-Qur'an (Usdati dan Nuristighfari, 2017).

Zikir memiliki arti ingat, maksudnya yaitu mengingat Allah dengan mendekatkan diri kepadanya. Zikir adalah suatu upaya yang dilakukan oleh umat muslim untuk mengingat keagungan Allah, agar umat muslim tidak lupa dengan penciptanya serta dapat terhindar dari berbagai penyakit sombong dan takabur. Kaum sufi berpendapat bahwa zikir adalah focus sepenuhnya kepada Allah

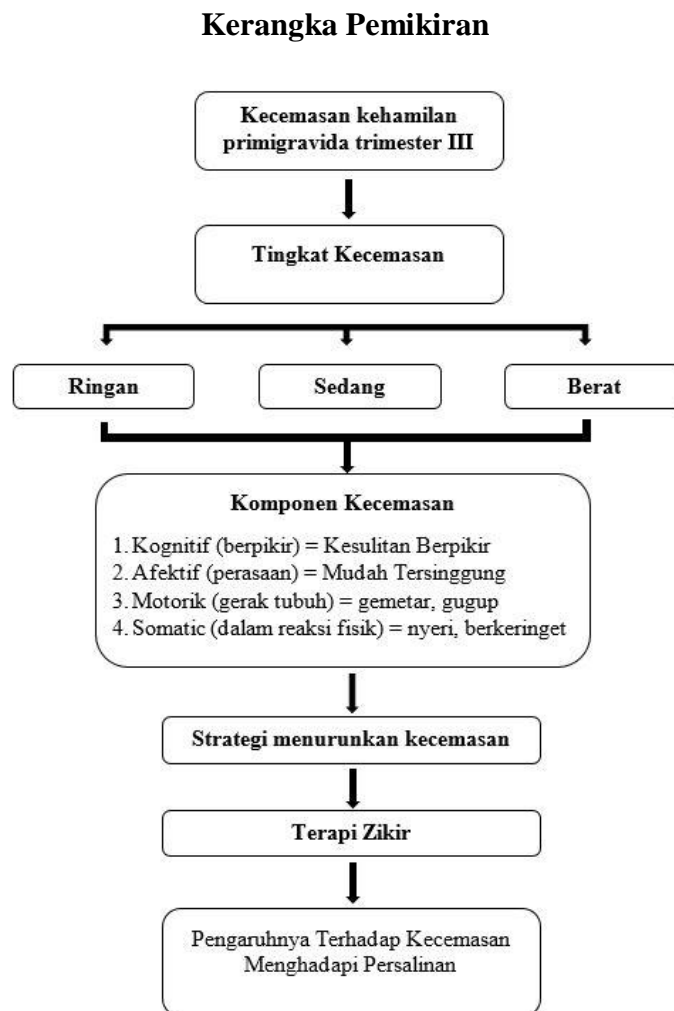
dengan mengabaikan segala urusan dunia. Kata Syaikh Ni'matullah Vali, "Engkau ingat kami di dalam hati dan jiwamu, hanya ketika engkau melupakan dua alam" (Idris, 2016).

Dengan kita berzikir akan menumbuhkan rasa keyakinan yang sangat kuat bahwa hanya Tuhanlah satu-satunya dzat pemberi jalan keluar atas segala sesuatu yang terjadi dalam diri kita, seperti perasaan cemas, gelisah, kesedihan dan kekecewaan atas semua yang pernah kita alami (Dewi Yana, 2010). Kaum sufi berpendapat bahwa zikir adalah menyeru, mengingat, bertasbih dan memuja hanya kepada Allah yang maha esa. Dengan kita mengingat Allah kita yakin bahwa kita terlindungi oleh-Nya, sehingga hati kita merasa tenang dan damai.

Ibnu hajar As-Qalany berpendapat bahwa zikir merupakan segala lafal yang berupa bacaan seperti tasbih, tahmid, tahlil, dll. Kemudian beliau juga menjelaskan baha melakukan perbuatan yang diwajibkan oleh Allah dan disunnahkan, itu juga termasuk ke dalam definisi zikir. Menurutnya bentuk ketaqwaan kepada Allah merupakan bagian dari zikir (Muhammad Syafiq, 2019).

Zikir dapat mengembalikan fungsi dan jaringan syaraf sel-sel organ dalam tubuh kita. Dengan kita membiasakan berzikir setiap hari kepada Allah dengan kata lain mengingat Allah, maka dalam diri kita akan timbul rasa tenang, percaya diri, tentram serta bahagia (Duryani, 2017).

Heineman mengemukakan bahwa zikir pada upaya untuk beristirahat dan bersantai melalui pengurangan atau stres psikologis. Sedangkan menurut Yakan dan Ardani, Pengalaman zikir akan menimbulkan ketenangan dan mampu mengingatkan seseorang bahwa yang membuat dan menyembuhkan penyakit hanyalah Allah, sehingga zikir mampu memberi sugesti penyembuhan. Dalam pandangan Islam, zikir adalah ritual yang memiliki unsur terapeutik. Efek yang didapat dari dzikir adalah dapat menghilangkan rasa gelisah, resah dan gelisah dalam hati. Zikir emosional dapat memunculkan emosi-emosi positif, seperti perasaan cinta, bahagia, dan senang, memberi ketenangan, ketentraman, tidak cemas, stres, dan depresi. (Usdati dan Nuristighfari, 2017). Berdasarkan paparan diatas dapat digambarkan melalui skema berpikir sebagai berikut:



G. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kerangka pemikiran di atas, maka hipotesis penelitiannya adalah sebagai berikut: Terdapat pengaruh terapi zikir terhadap kecemasan ibu hamil pra-persalinan.

H. Sistematika Penulisan

Agar dapat mudah dipahami dalam penataan skripsi ini, hingga di dalam laporan materi-materi yang tercantum di dalam skripsi tersebut dikelompokkan jadi sebagian sub bab, dengan sistematika sebagai berikut:

Bab I pendahuluan, bab ini berisi tentang: latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, tinjauan pustaka, kerangka pemikiran, hipotesis dan sistematika penulisan.

Bab II landasan teori, bab ini berisi tentang teori yang dipergunakan dalam pembahasan permasalahan, antara lain: teori yang dipergunakan dalam pembahasan permasalahan yakni kehamilan, kecemasan, dan zikir.

Bab III metodologi penelitian, bab ini berisi tentang: metode penelitian yang digunakan, variabel dan operasional penelitian, populasi dan sampel, instrument penelitian, sumber data dan teknik pengumpulan data, teknik pengolahan data, dan analisis data.

Bab IV hasil penelitian dan pembahasan, bab ini berisi tentang: hasil analisis data dan pembahasan terapi zikir terhadap kecemasan ibu hamil pra melahirkan.

Bab V penutup, bab ini berisi tentang: kesimpulan dan saran yang bermanfaat bagi para pembaca.

