

Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung  
Jurusan Keperawatan Bandung  
Program Studi Keperawatan Bandung  
Bandung, Mei 2022  
Ajeng Cantika Dwidaniati. P17320119002

**TINDAKAN TERAPI MUROTTAL AL-QUR'AN UNTUK MENURUNKAN  
TINGKAT STRESS PADA WANITA *SINGLEPARENT* DI KELURAHAN  
PADJAJARAN WILAYAH KERJA PUSKESMAS PASIR KALIKI  
KOTA BANDUNG  
ABSTRAK**

ii, 60 Hal, 5 Bab, 6 Tabel, 13 Lampiran

*Singleparent* merupakan orang tua tunggal yang memiliki peran ganda. Berbagai tantangan seperti mengurus pekerjaan rumah, merawat dan mendidik anak, serta mencari nafkah dilakukan oleh seorang diri tanpa adanya pendamping. Sebagai single parent tentu tidak mudah, sebuah penelitian menunjukkan *singlemother* memiliki kebahagiaan maupun kesejahteraan subjektif yang lebih rendah dibandingkan wanita yang memiliki pasangan (Herbst, 2013 dalam Annishaliha, 2018). Berdasarkan segi spritualitas, penelitian lain menyebutkan bahwa semakin rendah religiusitas individu maka akan semakin tinggi tingkat stress (Muhammad, Muflikhati and Simanjuntak, 2019). Manajemen stress dapat dilakukan dengan terapi murottal Al-Qur'an dengan tujuan dapat menurunkan tingkat stress pada wanita *singleparent*. Desain penulisan ini menggunakan studi kasus deskriptif dengan instrumen menggunakan kuisisioner PSS-10. Hasil studi kasus ini menunjukkan terdapat penurunan tingkat stress setelah dilakukan terapi murottal Al-Qur'an dalam satu kali sehari selama 7 hari berturut-turut, responden 1 dengan tingkat stress awal yaitu 18 (berat) hingga turun menjadi 2 (normal), sedangkan pada responden 2 tingkat stress awal yaitu 14 (sedang) dan turun menjadi 8 (ringan). Disarankan agar terapi murottal Al-Qur'an ini berjalan efektif, pastikan terlebih dahulu bahwa terapi dilakukan pada lingkungan yang tenang dan nyaman serta tubuh yang rileks.

Kata Kunci : Murottal Al-Qur'an, *Singleparent*, Stress  
Daftar Pustaka: 42 (1994-2021)