



Identifikasi Dan Analisis Hasil Pemeriksaan Kehamilan Pada Ibu Primigravida dengan Rutinitas Muroja'ah AlQur'an Selama Kehamilan

Desmawati*

UPN Veteran Jakarta
desmawati@upnvj.ac.id

Naskah diterima: 31 November 2019, direvisi: 7 Desember 2019, disetujui: 28 Desember 2019

Abstrak

Kehamilan adalah proses penciptaan manusia oleh Allah yang dimulai dari pertemuan sperma dan sel telur dalam rahim seorang wanita. Proses bagaimana Allah menciptakan manusia ini sudah tertera dalam AlQur'an dan dapat dibuktikan oleh ilmu pengetahuan bagi orang-orang yang bisa memahaminya. Tujuan penelitian ini untuk mengidentifikasi dan menganalisis hasil pemeriksaan kehamilan pada ibu hamil primigravida yang rutin melakukan muroja'ah AlQur'an setiap hari selama kehamilan. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Pamulang dan tempat-tempat bersalin di wilayah kerja Puskesmas Pamulang dari tahun 2016-2018. Sebanyak 41 ibu hamil yang memenuhi kriteria inklusi dijadikan partisipan dalam penelitian ini. Kriteria inklusi yang dimaksud antara lain kehamilan pertama, janin tunggal, tidak ada komplikasi ibu dan janin, ibu muroja'ah bahkan mentadabburi ayat-ayat AlQur'an terkait bagaimana Allah menciptakan manusia minimal sekali sehari, dan ibu bisa dihubungi via handphone. Jenis penelitian ini menggunakan deskriptif kualitatif dan didukung dengan data hasil observasi pemeriksaan kehamilan dengan pendekatan observasional. Kesimpulan hasil penelitian setelah janin berusia 16-18 minggu semua ibu merasakan aktifitas gerakan janin didalam rahim yang bersamaan dengan ikrar janin kepada Allah bahwa Allahlah Tuhan satu-satunya yang patut disembah. Dengan pemberian intervensi muroja'ah setiap sangat bermanfaat terhadap tumbuh kembang janin secara normal, mengurangi nyeri dan meningkatkan perilaku baik saat ibu menghadapi gangguan yang ada selama kehamilan dan persalinan.

Kata Kunci; Muroja'ah AlQur'an, ibu primigravida, pemeriksaan kehamilan

Abstract

Pregnancy is a process creation of human being by Allah from adhesiveness between spermatozoon and ovum in uterus. This process has been described in the AlQur'an and can be proved by sains for who can understand the AlQur'an. The purpose of this study is to identify and analyze the results of pregnancy examination in primigravida women who continue to read Alquran every day during pregnancy. This study was conducted in the Community Health Center (CHC) Pamulang and clinic childbirth in work area of CHC Pamulang from 2016 to 2018. Of the 41 primigravida who met inclusion criteria taken as participants in this study. Descriptive qualitative and observational design were used in this study. This study found that the human being is created from sperm and ovarium (conception process), and when 16-18 weeks of pregnancy, all mother felt activity of fetal in their womb together with fetal testify to Allah (when at least 4 months in the wombs). Nursing-midwifery holistic integrating with Islamic taught (muroja'ah) is provided to pregnant women starting from the fetal testifies to Allah until labor can impact to the growth and develops of the fetal normally, reduce labor pain and increase pain-coping behaviors during pregnancy until labor.

Keywords; Reading Qur'an (muroja'ah), primigravida women, pregnancy examination



PENDAHULUAN

Islam diturunkan kepada Nabi Muhammad lengkap dengan wahyu Allah yaitu Alqur'an sebagai pedoman, petunjuk, rujukan hidup hambaNya di muka bumi ini. Al-Qur'an merupakan sumber dari segala sumber menghadapi kehidupan di dunia ini. Al Qur'an tidak saja untuk sumber pengetahuan, intelektual dan spiritualitas, namun juga untuk semua jenis pengetahuan apapun didunia ini; ilmu kesehatan, ilmu hukum, ilmu social dan politik, ilmu tehnik, ilmu pertanian, ilmu peternakan, dan lain-lain. Keterpaduan antar semua jenis ilmu pengetahuan tersebut berazaskan Al Qur'an itulah hakikat ilmu sebenarnya. Perlu dicatat bahwa Al-Qur'an bukanlah kitab sains, tetapi memberikan prinsip dan konsep sains dan teknologi yang selalu terkait dengan pengetahuan metafisik dan spiritual. Agama Islam adalah agama yang *rahmatan lil'alamiin* berlaku umum (*universal*) bagi seluruh umat manusia di muka bumi karena mengandung ajaran yang objektif untuk kehidupan semua umat manusia secara menyeluruh, baik di dunia maupun di akhirat (Nata 2016: 3).

Iqra' atau bacalah dengan menyebut nama Tuhanmu yang Mulia (QS Al-Alaq/96; 1) telah dipahami dengan pengertian bahwa pencarian ilmu, pengetahuan, dan teknologi apapun termasuk pengetahuan ilmiah, harus didasarkan pada pondasi pengetahuan berbasis Al-Qur'an. Setiap kali pakar ilmiah dunia menemukan sesuatu, pastinya Al-quran sudah berbicara tentang hal itu berabad-abad sebelumnya. Hal inilah yang membuat banyak

pakar ilmiah dunia yang non-Muslim menyadari kebenaran Al-quran dan hingganya mereka banyak memeluk Islam, diantaranya; 1) Maurice Bucaille dikenal sebagai ilmuwan yang meneliti jasad Fir'aun menemukan bahwa sisa-sisa garam yang melekat pada tubuh mumi adalah petunjuk bahwa Firaun meninggal karena tenggelam, 2) Jacques Yves Costeau menemukan beberapa kumpulan mata air tawar yang tidak bercampur dengan air laut, seolah ada dinding atau membran yang membatasi keduanya, 3) Fidelma O'Leary menemukan bahwa darah tidak akan memasuki urat saraf di dalam otak, kecuali ketika seseorang melakukan gerakan sujud dalam shalat, 4) William yang meneliti tanaman yang mengeluarkan suara halus ultrasonik yang tertransfer dari alat perekam menggambarkan garis-garis yang membentuk lafadz Allah (Luthfi 2018: 105).

Begitu juga dengan proses bagaimana manusia diciptakan dan untuk apa manusia diciptakan. Proses penciptaan manusia dari tanah dan akan kembali ke tanah merupakan hal yang harus diketahui bukan hanya oleh pakar kesehatan tetapi harus diketahui dan dipahami oleh semua manusia, karena dengan memahami bagaimana dirinya diciptakan, manusia akan mengetahui jati dirinya dan untuk apa dirinya diciptakan oleh Allah. Selain itu, esensi untuk apa manusia diciptakan selain masuk dalam wilayah akidah, juga merupakan tujuan untuk apa mereka hidup di dunia ini.

Proses penciptaan manusia dari ilmu sains kesehatan mengatakan bahwa proses tersebut



terbagi dalam 3 trimester yaitu trimester 1 dari pertemuan ovum dan sperma sampai 3 bulan pertama kehamilan, trimester 2 yaitu dari 3 bulan kehamilan sampai 6 bulan kehamilan, dan trimester 3 adalah dari 6 bulan kehamilan sampai 9 bulan kehamilan. AlQur'an sebenarnya telah mengisahkan sekian abad lalu tentang hal ini (Q.S. Az-Zumar/ 39: 6). Proses penciptaan manusia ini merupakan peristiwa penting, namun sering diabaikan oleh manusia itu sendiri. Hal ini terjadi karena konsekuensi memahami bagaimana dan untuk apa dia diciptakan Allah akan berdampak ke ibadah yang harus dia lakukan didunia ini, sementara banyak manusia yang tidak mau diikat dengan perjanjian beribadah atau mengabdikan kepada Khaliknya. Dalam Q.S. Al-A'raf/7: 172 disebutkan bahwa "Dan (ingatlah) ketika Tuhanmu mengeluarkan dari sulbi (tulang belakang) anak cucu Adam keturunan mereka dan Allah mengambil kesaksian terhadap roh mereka (seraya berfirman), "Bukankah Aku ini Tuhanmu?" mereka menjawab, "Betul (Engkau Tuhan kami), kami bersaksi, " (Kami lakukan yang demikian itu) agar di hari kiamat kamu tidak mengatakan, " Sesungguhnya ketika itu kami lengah terhadap ini".

Allah tidak akan menagih kembali janji-janji mereka itu? Hal ini tentu Allah tagih di akhirat kelak dengan pertanyaan permulaan apakah sudah sampai kepada mereka Rosul Allah untuk memberitahu atau mengingatkan janji-janji yang pernah mereka buat dengan Allah pada ketika mereka dalam Rahim ibunya saat lebih kurang 120 hari? begitu sangat

baiknya Allah, jika seseorang hamba itu tidak pernah mendapati seseorang yang menyampaikan atau tepatnya mengingatkan mereka akan janji saat dalam Rahim ibu, maka Allah tidak menghisabnya, namun jika sudah ada yang mengingatkan, namun tetap tidak juga menjalani pengabdiannya kepada Allah, maka inilah harus mengalami penghisaban. Peristiwa perjanjian manusia dengan Allah saat usia kehamilan lebih kurang 16 minggu ini persis terjadi saat ditiupkannya ruh oleh Allah kepada manusia.

Dengan demikian maka perlu diidentifikasi dan dilakukan analisis pemeriksaan kehamilan untuk mengetahui tanda gejala kehamilan yang memperkuat peristiwa ilahiyah tersebut yang sudah terfirman dalam AlQur'an. Analisis dilakukan pada ibu pertama hamil karena siibu belum mempunyai pengalaman hamil sebelumnya sehingga bisa ditemukan bukti nyata dari yang dirasakan siibu dan dari hasil observasi pemeriksaan kehamilan.

METODE

Penelitian ini dilakukan pada 41 ibu hamil pertama kali (primigravida) yang memenuhi kriteria inklusi di Puskesmas Pamulang dan klinik bersalin di wilayah kerja Pamulang dan sekitarnya dari 2016 sampai 2018. Kriteria inklusi yang dimaksud antara lain kehamilan pertama, janin tunggal, tidak ada komplikasi ibu dan janin, ibu muroja'ah bahkan mentadabburi ayat-ayat AlQur'an terkait bagaimana Allah menciptakan manusia minimal sekali sehari, dan ibu bisa dihubungi



via handphone. Jenis penelitian ini menggunakan deskriptif kualitatif dan kuantitatif dengan pendekatan observatif. Dengan mempertimbangkan bahwa Al-Qur'an sebagai wahyu harus selalu ditafsirkan sesuai dengan kebutuhan dan tantangan zaman now, maka dipandang perlu bagi seorang ibu hamil dan melahirkan mengetahuinya, sehingga kehamilan bukanlah menjadi beban, namun merupakan ibadah yang luar biasa. Sehingga muroja'ah dan mentadaburi ayat-ayat Alquran tentang proses penciptaan manusia dan untuk apa mereka diciptakan penting dilakukan.

Dengan observasi pemeriksaan kehamilan

dan wawancara pada ibu hamil yang merujuk kepada pesan-pesan Al-Qur'an mengenai bagaimana proses manusia diciptakan dan untuk apa manusia diciptakan dijadikan sebagai metode penelitian ini. Karena di zaman *now* ini sudah banyak manusia melupakan djati diri untuk apa manusia diciptakan, sehingga diharapkan ini dapat dijadikan pedoman bagi orang-orang yang mau berfikir.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pemeriksaan kehamilan primigravida

Table 1. Distribusi frekuensi status pekerjaan ibu primigravida (*n*=41)

No	Status pekerjaan	lah ibu primigravida	Persentase (%)
1	Bekerja		82.9
2	Tidak bekerja		17.1
	Total		100

Berdasarkan tabel 1. Menunjukkan bahwa ibu hamil primigravida banyak yang bekerja dibanding yang tidak bekerja. Hal ini berkaitan dengan waktu luang yang ibu punya untuk melakukan muroja'ah dan aktivitas lainnya untuk mentadaburi ayat-ayat Alqur'an yang terkait dengan proses kehamilan dan persalinan. Pada penelitian ini minimal ibu bisa melakukan muroja'ah minimal sekali dalam sehari.

3,2 Pemeriksaan Kehamilan ibu primigravida

Table 2. Distribusi frekuensi pemeriksaan kehamilan ibu primigravida (*n*=41)

No.	Pemeriksaan kehamilan	kuensi	Persentase (%)
1.	Denyut jantung janin terdengar 16-18 minggu kehamilan	-Terdengar	100
		-Tidak terdengar	0
2.	Ibu merasakan pergerakan janin pada 16-18 minggu kehamilan	-Merasakan	97.56
		-Tidak merasakan	2.44
2.	Tinggi fundus uteri usia 16 minggu kehamilan	-pertengahan pusat dan simpisis	97.56



pubis (SP)	
-satu jari dibawah pertengahan	2.44
pusar- SP	
3. Ibu merasakan ketenangan pada diri dan janinnya saat muroja'ah dan tadabur AlQuran	
-Merasa tenang	100
-Tidak merasa tenang	0
4. Ibu merasakan kulit abdomen rilex saat dielus	
-Kulit abdomen rilex	100
-Kulit abdomen tegang	0
Total	100

Berdasarkan Tabel 2. Menunjukkan bahwa semua denyut jantung janin terdengar saat usia kehamilan ibu 16-18 minggu dengan menggunakan dopler, hampir semua ibu merasakan pergerakan janin mulai saat 16 minggu kehamilan, walaupun ada yang tidak merasakannya. Hasil pemeriksaan Leopold I adalah tinggi fundus uteri ibu saat 16 minggu kehamilan adalah pertengahan antara pusar dan simpisis pubis, walaupun ada seorang ibu tinggi fundus uterinya 1 jari dibawah pertengahan pusar dan simpisis pubis. Menakjubkan bahwa semua ibu yang muroja'ah merasakan dirinya tenang dan janin yang dikandungnya juga tenang.

Sudah banyak manusia bisa menyingkap berbagai rahasia alam yang begitu mengagumkan, banyak penemuan ilmuwan dalam bidang ilmu pengetahuan dan teknologi yang sedemikian canggih apalagi menghadapi zaman modern era industry 4.0. namun sesungguhnya manusia belum mampu menguak misteri terbesar terkait dirinya sendiri, masih ada satu permasalahan yang hingga kini belum mampu dijawab dan dijabarkan oleh manusia secara eksak dan ilmiah yaitu

tentang asal usul kejadian manusia.

Tidak terlepas dari ilmu Kosmologi sebagai *starting point* ilmu pengetahuan dalam Islam. Ilmu yang terkait keajaiban ciptaan Allah Yang Maha Esa; alam semesta, termasuk bagaimana jiwa manusia diciptakan maupun dalam ciptaan-Nya yang lain (Idris 2016: 8). Hal ini juga tergambarkan pada Q.S. Fushshilat/41: 53. Melangkah ke teori evolusi sebagai teori yang membahas tentang asal usul manusia. Maka, hasil penelitian kali ini memaparkan terkait proses penciptaan manusia yang diobservasi mulai dari ibu hamil sampai ibu melahirkan bayinya yang dikaitkan dengan ayat Al Qur'an membantah teori Darwin yang mengatakan manusia sekarang ini adalah hasil yang paling sempurna dari perkembangan secara teratur oleh hukum-hukum mekanik tumbuhan dan hewan. Kemudian lahirlah suatu ajaran (pengertian) bahwa manusia yang ada sekarang ini merupakan hasil evolusi dari kera-kera besar (manusia kera berjalan tegak) selama bertahun-tahun dan telah mencapai bentuk yang paling sempurna. Darwin berpendapat bahwa manusia



berasal dari perkembangan makhluk sejenis kera yang sederhana kemudian berkembang menjadi hewan kera tingkat tinggi sampai akhirnya menjadi manusia (Helmi 2017: 17).

Makhluk yang tertua yang ditemukan dengan bentuk mirip manusia adalah Australopithecus yang diperkirakan umurnya antara 350.000 - 1.000.000 tahun dengan ukuran otak sekitar 450 - 1450 cm³. Perkembangan dengan perubahan volume otak ini besar pengaruhnya bagi kecerdasan otak manusia. Australopithecus yang mempunyai volume otak rata-rata 450 cm³ berevolusi menjadi manusia kera (Neandertal) yang mempunyai volume otak 1450 cm³. Dari penelitian ini diperkirakan dalam waktu antara 400.000-500.000 tahun volume otak itu bertambah 1000 cm³. Tetapi anehnya perkembangan dari Neandertal ke manusia modern sekarang ini selama ± 100.000 tahun volume otaknya tidak berkembang. Teori ini tidak mengemukakan alasannya. Jadi antara teori dengan kenyataan tidak dapat dibuktikan, Darwin pun mengalami kebingungan (Dahler 2011: 19-23) walaupun teori ini diperkuat dengan adanya penemuan-penemuan ilmiah berupa fosil seperti jenis Pitheccanthropus dan Meghanthropus. Penemuan-penemuan mereka selalu diawali dengan kata diprediksi,

kemungkinan, diperkirakan, dsb. Jadi sebenarnya para ilmuwan tersebut masih ragu-ragu dengan apa yang mereka nyatakan dalam penemuan mereka (Dahler 2011: 19-23).

Hasil Penelitian Sejalan dengan Penciptaan manusia dalam Al Qur'an

Banyak ahli agama yang menentang adanya proses evolusi manusia tersebut. Semua agama mengatakan dalam kitab agama mereka bahwa Adam adalah manusia pertama. Muslim mengakui dan meyakini rukun iman yang enam, diantaranya beriman dan mengakui bahwa Al Qur'an adalah satu-satunya sumber rujukan yang paling benar dan bersifat global bagi semua ilmu pengetahuan. Sebagaimana Allah berfirman dalam Al Qur'an bahwa Al Qur'an itu tidak ada keraguan padanya; petunjuk bagi mereka yang bertaqwa yaitu mereka yang beriman kepada yang ghaib....." (QS. Al Baqarah/2: 2-3). Allah berikan akal supaya manusia berfikir bagaimana proses dan untuk apa mereka diciptakan (Kamal 2016: 99).

Tahapan kejadian manusia secara sains

Secara ilmu biologi yang digandeng dengan penjelasan QS. Al Mu'minuun/23: 12-14; manusia diciptakan dari saripati tanah. Makna yang didapat dari penelitian ini bahwa bapak dan ibu dari calon janin,



memakan sari-sari makanan yang notabenehnya semua berasal dan hidup dari tanah, karena makanan seperti beras, sayur, lauk pauk, ikan misalnya juga makanannya dari plankton yang hidup di air dan tanah, sapi, kerbau, kambing, memakan rerumputan yang hidup di tanah dan sebagainya. Setelah ayah dan ibu dari bakal calon janin memakan makanan tersebut (dari saripati tanah), kemudian melalui proses metabolisme dalam tubuh akan menghasilkan diantaranya hormone seperti terbentuklah sperma (air mani) didalam tubuh si Ayah dan menyuburkan serta mematangkan ovum atau sel telur di dalam tubuh si Ibu. Kemudian hasil dari pernikahan (QS Al-Furqan/25: 54) dengan hubungan seksual antara si Ayah dan si Ibu, maka akan terjadilah pertemuan dan pembauran antara sperma dan ovum kemudian disimpanlah air mani si Ayah didalam Rahim si Ibu. Pertemuan air mani dengan sel telur itu menjadi segumpal darah, kemudian mulailah pertumbuhan dan perkembangan janin dalam Rahim yang dibagi dalam 3 trimester (Al Qur'an menjelaskan 3 fase kegelapan pada QS Az-Zumar/39: 6) yaitu secara ilmu kesehatan; trimester pertama yaitu dari pembuahan sampai 3 bulan kehamilan, trimester 2 yaitu dari usia kehamilan >3

bulan sampai 6 bulan, dan trimester 3 adalah dari >6 bulan sampai 9 bulan lebih (sampai melahirkan). Selain itu makna embrio berada dalam 3 fase kegelapan seperti tertuang dalam QS Azzumar diatas, ilmu pengetahuan membuktikannya seperti ilmuwan Williams P dalam bukunya "*Basic Human Embryology*" mengatakan tiga tahapan kehidupan dalam Rahim itu adalah tahap pre-embriolik (2.5 minggu pertama=zygot), embriolik (>2.5 minggu sampai akhir minggu kedelapan=embrio sekitar 5.5 minggu, dibahas banyak oleh Prof. Keith Moore ahli embriologi Amerika dan Dr. Maurice Bucaille ahli bedah Prancis), dan janin (sampai kelahiran=fetus, kurang lebih 30 minggu sebagai *an-nasy'a* atau formasi pembentukan janin yang jelas). Dalam ilmu kesehatan kejadian manusia demi kejadian dalam 3 trimester bisa dijelaskan pada tumbuh kembang janin perminggu sebagai berikut:

Trimester 1;

- 1) Minggu pertama; Setelah mengalami proses pembuahan, yaitu bertemunya telur dengan sperma, maka terbentuk jaringan sel-sel yang nantinya akan menjadi cikal bakal janin. Setelah sel membelah dan memperbanyak diri, calon janin atau embrio tersebut



- akan menempel pada rahim, yaitu tempat tumbuh kembangnya selama kehamilan.
- 2) Memasuki minggu kedua, sel-sel yang berkembang tersebut (kurang lebih 150 sel) membentuk tiga lapisan, yaitu endoderm, mesoderm, dan ektoderm. Lapisan-lapisan ini menjadi berbagai organ tubuh dari janin, seperti otot, tulang, jantung, sistem pencernaan, sistem reproduksi, dan sistem saraf.
 - 3) Minggu ke tiga; Embrio berhasil menempel dengan sempurna pada Rahim, masih melakukan pembelahan serta memperbanyak sel, sehingga belum berbentuk bayi. Lapisan terluar dari embrio membentuk plasenta atau ari-ari. Beragam organ tubuh mulai dibentuk, seperti otak, tulang belakang, kelenjar tiroid, organ jantung, dan pembuluh-pembuluh darah. Ukuran embrio masih sebesar 1.5 mm.
 - 4) ada minggu ke empat; Jantung sudah terbentuk, pembuluh-pembuluh darah sudah memiliki aliran darahnya sendiri. Sudah mulai membentuk tangan dan kaki. Ukuran embrionya sebesar 5 mm.
 - 5) minggu ke lima; Tangan bayi sudah mulai tumbuh, namun belum berbentuk tangan, masih rata tanpa jari-jari. Struktur dasar otak dan sistem saraf juga terbentuk, Ukuran embrion sebesar 7 mm.
 - 6) masuk ke minggu ke-6; Kaki sudah mulai tumbuh walaupun jari-jari kaki belum terbentuk. Sistem pencernaan tumbuh. Bibir atas dan langit-langit mulut sudah terbentuk. Kepala dari embrio sudah mulai terlihat namun ukurannya sangat kecil, dan terlihat bahwa telinga dan mata sedang dikembangkan. Ukuran embrio sudah sekitar 12 mm
 - 7) Minggu ke-7; Paru-paru baru dibentuk, jari-jari sudah mulai terlihat, dan otot serta sistem saraf sudah berfungsi dengan baik. Ukuran embrio sekitar 19 mm embrio, sudah bisa menunjukkan refleksnya kepada ibunya.
 - 8) Minggu ke-8; disebut janin karena sudah memiliki bentuk serta wajah seperti manusia. Kelopak mata dan hidung mulai terbentuk pada minggu ini. Plasenta berkembang dan janin dikelilingi air ketuban yang terbentuk dari pembuluh-pembuluh darah ibu. Air ketuban



- berfungsi untuk menjaga suhu janin tetap normal, membantu janin bergerak, dan membantu dalam perkembangan jantung janin. Ukuran janin mencapai 3 cm
- 9) Janin yang berusia 9 minggu; Muka semakin jelas terbentuk. Mata lebih besar dan berwarna, sesuai dengan pigmen yang dimiliki masing-masing janin. Janin sudah mampu untuk membuka mulutnya serta pita suara dan kelenjar air liur mulai terbentuk. Janin berukuran sebesar jeruk limo atau sekitar 5,5 cm.
- 10) Janin yang berusia 10 minggu berukuran 7,5 cm, memiliki kepala yang lebih besar dibandingkan dengan ukuran badannya. Jantung sudah bekerja. Sel tulang pertama kali terbentuk, menggantikan tulang rawan yang sebelumnya sudah dibentuk.
- 11) Minggu 11; Tulang wajah mulai terbentuk, kelopak mata masih tertutup dan tidak terbuka hingga beberapa minggu ke depan. Kuku juga sudah mulai dibentuk. Janin sudah bisa menelan dan mengeluarkan urin, yang dikeluarkan di dalam air ketuban.
- 12) Setelah 12 minggu dari terakhir menstruasi, organ-organ dan sistem tubuh yang ada pada orang dewasa sudah dimiliki semua pada janin. Organ, otot, kelenjar, dan tulang, sudah sempurna terbentuk dan mulai berfungsi. Mulai dari minggu ini, terjadi perkembangan dan pematangan dari berbagai organ yang telah dibentuk sebelumnya. Tulang belakang janin yang tadinya terbentuk dari tulang rawan, pada minggu ini berubah menjadi tulang keras.
- 13). Ketika memasuki usia minggu ke 13-18; Berat janin sebesar 57-113 gram dan panjangnya sekitar 10-13 cm. Janin mengalami mimpi pada tahap ini, ia dapat bangun dan kemudian tidur. Mulut janin juga sudah bisa digerakkan, seperti dibuka atau ditutup. Pada minggu ke-16, janin sudah terdengar denyut jantung janin secara manual, bisa dilihat jenis kelaminnya, apakah laki-laki atau perempuan (bisa dibantu lihat dengan melakukan USG). Muncul rambut-rambut halus pada kepala, yang disebut lanugo.

Trimester 2:

Janin sudah mulai mendengar dan melihat. Hal ini jauh sebelumnya



sudah dijelaskan dalam QS As-Sajdah /32: 9 bahwasanya "Kemudian, Dia menyempurnakannya dan meniupkan roh (ciptaan)-Nya ke dalam (tubuh) nya dan Dia menjadikan pendengaran, penglihatan dan hati bagimu, (tetapi) sedikit sekali kamu bersyukur". Hal yang sama juga dijelaskan pada QS Al-Hijr/15: 29 dan QS Shad/38: 72 bahwa "Kemudian apabila telah Aku sempurnakan kejadiannya dan Aku tiupkan ruh (ciptaan) Ku kepadanya, maka tunduklah kamu dengan bersujud kepadaNya". Ditiupkan ruh oleh Allah ke janin pada masa inilah yang disebut dengan terjadinya perjanjian atau ikrar antara setiap bakal anak manusia dengan Allah, sebagaimana firman Allah."...*dan membuat perjanjian dengan mereka, " Bukankah Aku ini Tuhammu? Mereka menjawab; ya, kami bersaksi!...(QS Al-A'raf /7:172),* dan berikrar mengatakan "Dialah yang membentuk kamu dalam Rahim menurut yang Dia kehendaki. Tidak ada Tuhan selain Dia , Yang Maha Perkasa Maha Bijaksana" (QS Al-Imran /3: 6).

Hal ini dipertegas oleh hadist yang menjelaskan tentang proses penciptaan manusia, bahwa saat 4 bulan ditiupkan ruh ke janin tersebut oleh Allah melalui malaikatNya yaitu proses ikrar setiap anak manusia kepada Allah hanya Allah lah Tuhan mereka sehingga setelah 4 bulan janin tersebut sudah dihukumi seperti manusia hidup. Temuan studi ini memperkuat itu karena semua partisipan (ibu hamil) menyatakan adanya gerakan janin yang mereka rasakan ketika usia kehamilan 16-18 minggu. Hal ini berdampak kepada hukum Islam jika seandainya janin yang dikandung mengalami keguguran sebelum berusia 4 bulan belum wajib dimandikan, dikafani, disholatkan, namun jika keguguran terjadi setelah 4 bulan wajib hukumnya untuk memperlakukannya seperti seorang manusia yang meninggal dunia.

13) 18-22 minggu

Ukuran janin sudah mencapai 25 hingga 28 cm dan memiliki berat 227 sampai 454 gram. Tulang sudah menggantikan tulang-tulang rawan pada janin. Janin mulai aktif mendengar dan memberikan respon gerakan. Ibu bisa merasakan tendangan, pukulan dan



berbagai gerakan dari janin. Kelenjar minyak pada kulit mulai bekerja.

14) 23-26 minggu

Pankreas janin mulai bekerja secara efektif dan paru-paru semakin matang pada tahap ini. Bayi yang lahir ketika memasuki minggu ke 23-26 memiliki lebih besar peluang untuk bertahan hidup, dibandingkan dengan minggu-minggu sebelumnya. Bulu mata dan alis pun mulai terlihat.

Trimester 3:

15) 27-31 minggu

Semua organ dan sistem tubuh sudah semakin matang pada usia ini dan akan terus berkembang hingga kelahiran terjadi. Diperkirakan 91% janin yang lahir di minggu ke 27-31 dapat bertahan hidup walaupun berisiko mengalami berbagai komplikasi seperti cacat lahir dan berat badan ahir rendah.

16) 32-36 minggu

Gerakan dan tendangan yang dilakukan oleh janin semakin kuat dan semakin terasa. Saat ini, kulit janin berwarna pink dan sangat halus. Janin pada usia ini memiliki berat sebesar 1,814 hingga 2,268

gram dan panjang sekitar 41-43 cm.

17) 37-40 minggu.

Minggu ini merupakan minggu-minggu terakhir kehamilan. Testis sudah sempurna dan dilapisi dengan skrotum. Saat ini berat badan janin sudah mencapai 2,722 hingga 3,639 gram dan panjang badan yaitu sekitar 46 cm. Ketika memasuki minggu ke-40, maka janin siap dilahirkan dan semua organ sudah terbentuk serta berfungsi dengan baik.

Para ahli dari Barat, baru menemukan pertumbuhan embrio secara bertahap ini pada tahun 1940-an dan baru dibuktikan pada tahun 1955, tetapi hal ini sudah tercantum dalam Al Qur'an dan Hadits yang diturunkan 15 abad lalu.⁶ Hal inilah yang membuat Prof. Dr. Keith Moore, seorang embriolog terkemuka dari Amerika mengatakan: "Saya takjub pada keakuratan ilmiah Al Qur'an yang diturunkan pada abad ke-7 M itu.

Pada tahap tumbuh kembang janin tersebut hanya Allah lah yang kuasa, sebagaimana dalam firmanNya " Allah mengetahui apa yang dikandung oleh setiap perempuan, apa yang kurang sempurna dan apa yang bertambah dalam Rahim. Dan segala



sesuatu ada ukuran disisinya (QS Ar-Ra'd/13; 8). Adakalanya seorang janin lahir dengan sempurna atau komplit semua organ tubuhnya, adakalanya mengalami kecacatan, sesuai kehendak Allah. Ayah dan ibunya hanya bisa berusaha dan do'a diantaranya sebagaimana firman Allah "Ya Tuhan ku jadikanlah aku dan anak cucuku orang yang tetap melaksanakan sholat. Ya Tuhan kami, perkenankanlah do'a ku (QS Ibrahim /14: 40). Sedangkan usaha yang bisa dilakukan sebagai hasil temuan studi ini adalah dengan memakan nutrisi yang bergizi, menjaga kehamilan dengan menjauhkan stress, senam hamil, relaxasi, nafas dalam, sentuhan dan elusan pada fundus, posisi yang nyaman, pelibatan keluarga dan sebagainya. Terlepas dari semua itu, setelah melakukan intervensi ilmiah semaksimal mungkin sebagai bentuk ikhtiar saat bersalin, maka sisanya berdo'a dan serahkan semua kepada Allah, karena hanya Allah yang Kuasa sebagaimana dalam firmanNya " Maka ketika melahirkan, dia berkata " Ya Tuhanku, aku telah melahirkan anak (perempuan), padahal Allah lebih tahu apa yang dia lahirkan, ..." (QS Al-Imran/3: 36). Walaupun sedemikian canggih dan hebatnya ilmu teknologi apalagi era industry 4.0 dengan USG paling canggihpun, ilmu manusia tidak

ada apa-apanya contohnya, walaupun terekam janin laki-laki yang ada didalam Rahim ibu, dengan kehendak Allah saat bayi lahir bisa saja perempuan jenis kelamin bayi yang dilahirkan. Tetap ilmu Allah tidak ada yang bisa menandinginya, hanya Allah yang mengetahui apa yang ada dalam Rahim ibu dan apa yang dilahirkan ibu. Kemudian Allah mudahkan kelahiran bayi tersebut sebagaimana firmanNya " kemudian jalan (lahirnya) Allah mudahkan (QS 'Abasa /80: 20). Penelitian ini menghasilkan bahwa dengan usaha seperti diatas dan do'a ibu dan keluarga yang selalalu dipanjatkan mulai dari hamil hingga melahirkan, maka Allah mudahkan persalinannya.

Tahapan kejadian manusia didalam Al Qur'an dan Hadist:

a) Proses Kejadian Manusia Pertama (Adam), yang diciptakan oleh Allah dari tanah yang kering kemudian dibentuk oleh Allah dengan bentuk yang sebaik-baiknya. Kemudian setelah sempurna maka Allah tiupkan ruh kepadanya sehingga menjadi hidup. Hal ini ditegaskan oleh Allah di dalam firmanNya: "Allah yang membuat sesuatu yang Dia ciptakan sebaik-baiknya dan Yang memulai penciptaan manusia dari tanah". (QS. As-Sajdah/32: 7)". "Dan



sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia (Adam) dari tanah liat kering (yang berasal) dari lumpur hitam yang diberi bentuk (QS Al Hijr/15: 26)". Begitu juga Allah menjelaskan hal sama dalam QS Al Hijr/15; 28-29. Selain dalam Al Qur'an, hal ini juga dijabarkan dalam sebuah Hadits, Rasulullah saw bersabda: "Sesungguhnya manusia itu berasal dari Adam dan Adam itu (diciptakan) dari tanah". (HR. Bukhari).

b) Proses Kejadian Manusia Kedua (Siti Hawa), yang didasari pada segala sesuatu yang Allah ciptakan di dunia ini selalu dalam berpasang-pasangan. Begitu juga dengan manusia, Allah menciptakan manusia berpasangan (QS Al-Fathir/35:11) dalam 2 dua jenis kelamin yaitu laki-laki dan perempuan (QS Al-Qiyamah/75: 39). Hal ini juga dijelaskan dalam firman-Nya yang lain: "Maha Suci Tuhan yang telah menciptakan semuanya berpasangan-pasangan, baik dari apa yang ditumbuhkan dari bumi dan dari diri mereka maupun dari apa yang tidak mereka ketahui" (QS. Yaasiin/36: 36) Proses kejadian manusia kedua ini oleh Allah dijelaskan: "Hai sekalian manusia, bertaqwalah kepada Tuhanmu yang telah menciptakan kamu dari seorang diri, dan dari padanya Allah menciptakan isterinya, dan daripada keduanya Allah kembangbiakkan laki-

laki dan perempuan yang sangat banyak..." (QS. An Nisaa'/4: 1). Hal ini juga dijabarkan dalam salah satu Hadits: "Maka sesungguhnya perempuan itu diciptakan dari tulang rusuk Adam" (HR. Bukhari-Muslim).

c) Proses Kejadian Manusia Ketiga (semua keturunan Adam dan Hawa) kecuali Nabi Isa a.s. Proses kejadian manusia secara biologis dan embriologi bisa menjadi dasar ilmu sains kesehatan (Kiptiyah, 2007) dan telah dijelaskan secara terperinci melalui firman-Nya: "Dan sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia itu dari suatu saripati (berasal) dari tanah. Kemudian Kami jadikan saripati itu air mani (yang disimpan) dalam tempat yang kokoh (rahim). Kemudian air mani itu Kami jadikan segumpal darah, lalu segumpal darah itu kami jadikan segumpal daging, dan segumpal daging itu Kami jadikan tulang belulang, lalu tulang belulang itu Kami bungkus dengan daging. Kemudian Kami jadikan ia makhluk yang (berbentuk) lain. Maka Maha Sucilah Allah, Pencipta Yang Paling Baik." (QS. Al Mu'minuun/23: 12-14). Proses mulai nya konsepsi sampai terjadi embrio dan berbentuk manusia sangat mendukung ayat Alquran diatas. Takkala berusia 16 minggu kehamilan terdengarlah denyut jantung janin, dan ibu mulai merasakan pergerakan janin,



sebagai aksi terjadinya ikrar antara setiap janin dengan Tuhannya yang menyatakan Allah lah Tuhan yang patut disembah, sebagaimana dalam hadist (Nashiruddin 2008) dijabarkan; *"Sesungguhnya kamu dikumpulkan pembentukannya (kejadiannya) dalam rahim ibunya (embrio) selama empat puluh hari. Kemudian selama itu pula (empat puluh hari) dijadikan segumpal darah. Kemudian selama itu pula (empat puluh hari) dijadikan sepotong daging. Kemudian diutuslah beberapa malaikat untuk meniupkan ruh kepadanya (untuk menuliskan/menetapkan) empat kalimat: rezekinya, ajal (umurnya), amalnya, dan buruk baik nasibnya."* (HR. Bukhari-Muslim).

Lalu bagaimanakah proses kejadian Nabi Isa a.s ? Proses kejadian Nabi Isa a.s diciptakan oleh Allah dengan proses yang berbeda dengan kejadian manusia biasa. Penciptaan nabi Isa ini tidak melalui pembauran antara sel telur (ovum) dengan sel sperma, namun proses kehidupan embrionya di dalam rahim berjalan normal seperti biasa, yaitu kelahiran nabi Isa a.s dari seorang wanita yang bernama Siti Maryam (QS Maryam/19: 16-40). "Sesungguhnya misal (penciptaan) Isa di sisi Allah adalah seperti penciptaan Adam. Allah menciptakan Adam dari tanah,

kemudian Allah berfirman kepadanya : 'Jadilah' (seorang manusia) maka jadilah dia" (QS. Al Imran/3: 59). Ayat ini memberi gambaran kepada manusia bahwa Allah Maha Kuasa menciptakan segala sesuatu, baik yang dapat diterima oleh akal maupun yang tidak.

Tugas dan fungsi manusia hanyalah beribadah, usaha dan do'a. Untuk itu dengan muroja'ah setiap hari setelah 16 minggu kehamilan merupakan bentuk syukur kepada Allah hingga sampai bersalin. Ibu yang muroja'ah setiap hari sambil memegang abdomen/janinnya dari luar, menjadikan respons janinnya tenang dalam rahim begitu juga ibunya menjadi tenang, relax karena bisa getaran bunyi yang dikeluarkan saat muroja'ah mempengaruhi arus listrik di otot, sirkulasi darah, detak jantung, dan kadar darah di kulit, sehingga mereaksi atau menurunkan ketegangan saraf dalam mendilatasi pembuluh darah dan perfusi O₂, serta menurunkan frekuensi detak jantung. Hal ini terlihat dari hasil penelitian ini denyut jantung janin yang normal, ibu merasakan gerakan janin mulai usia 16 minggu kehamilan, dan merasakan janin tenang, ibu merasa kulit disekitar abdomen rilex dan hati merasa tenang. Hasil penelitian ini



sesuai dengan penelitian sebelumnya oleh Pratiwi, Hasneli, & Ernawati (2015). Jauh sebelumnya sudah tertuang dalam Alquran QS Azzumar: 23. Dalam Al Qur'an setelah 9 bulan 10 hari (secara medis 37-40 minggu), Allah *mengeluarkan kamu dari perut ibumu dalam keadaan tidak mengetahui sesuatu pun, dan Dia memberi kamu pendengaran, penglihatan, dan hati, agar kamu bersyukur* (QS An-Nahl /16: 78). Dengan kemudahan dan rezeki mendapatkan keturunan itu hendaklah orang tua bersyukur kepada Allah dan membimbing bayi dan anak-anaknya untuk selalu beribadah kepada Allah sesuai dengan janji ikrarnya pada kehamilan 16-18 minggu, karena semua anak yang dilahirkan ke dunia ini dalam keadaan suci, orang tuanyalah yang menjadikan mereka yahudi, nasrani dan majusi.

Berasal dari tanah, maka sifat manusia juga cenderung mirip dan serupa dengan filosofi negative tanah; yang cenderung kotor, berlumpur, dan licin, walaupun sifat tanah pada dasarnya adalah suci dan bisa mensucikan sebagaimana bisa mensucikan sesuatu yang terkena najis dengan menggunakan tanah. Nah, lingkungan dan orang sekitarnyalah yang bisa menjadikan seorang bayi yang dilahirkan (manusia) itu apakah menjadi

tanah yang suci dan mensucikan atau menjadi tanah yang kotor. Secara fitrahnya manusia juga mempunyai ruhani (ruh ketuhanan) yang mengusung nilai-nilai luhur kemanusiaan, seperti kasih sayang, berkarya seni, saling menolong, komitmen, bertanggung jawab, semangat, berdedikasi dan yang sifat baik lainnya.

Kembali kepada Allah menciptakan sesuatu didunia ini berpasang-pasangan, begitu juga dengan sifat manusia terhadap harta misalnya Allah gambarkan dalam QS Al Ma'arij/70: 19-25, yaitu gambaran dua sosok manusia yang kikir dan dermawan. Allah menyebutkan sifat negative (kikir) terlebih dahulu kemudian baru sifat dermawan. Demikian juga sikap manusia menghadapi kehidupan dunia fana ini yaitu sifat keluh kesah dan di sisi lain ada sifat sabar, karena manusia dilahirkan secara holistic (*mind, spirit, dan body*) yang sebangun dengan ajaran islam bahwa manusia terahir memiliki 3 potensi internal: aqliyah (*mind*), ruhiyah (*spirit*) dan jasadiyah (*body*). Aqliyah (akal pikiran) berfungsi menerima informasi, memahami pengetahuan atau sesuatu hal benar atau salah, dengan kecenderungannya kodratnya manusia akan memilih yang benar.



Ruhiah (hati/jiwa) berfungsi menetapkan serta memutuskan pilihan yang benar atau yang salah. Jasadiyah (jasad/body) senantiasa bertindak sesuai ketetapan hati, jika hati menetapkan untuk melakukan yang benar maka jasad akan bertindak kearah yang benar dan sebaliknya.

Dari uraian diatas, apakah seorang hamba Allah yang dilahirkan oleh orang tuanya mengadopsi sifat baik atau buruk?, tergantung orang tua dan lingkungannya mulai lingkungan dalam rahim ibu. *Novelty* dari penelitian ini adalah dengan usaha ibu yang dibimbing oleh peneliti melakukan suatu intervensi kesehatan yang Islami yaitu muroja'ah dan mentadaburi ayat-ayat Al Qur'an tentang bagaimana dan untuk apa manusia diciptakan (diantaranya QS Al-Mukminun/23:12-14, As-Sajdah/32: 9, Al-Hijr/ 15: 29, Al-Imran/3:6, Al-A'raf/7:172, Al-Qiyamah/75: 39, Al-Fathir/35: 11, Ar-Ra'd/13; 8, Al-Furqan/25: 54, Az-Zumar/39: 6, Al-Imran/3: 36, Ibrahim/14: 40, 'Abasa/80: 20, dan An-Nahl/16:78) yang mulai dari ruh ditiupkan Allah ke janin yang berusia sekitar 16-18 minggu kehamilan hingga janin dilahirkan, maka didapatkan hasil yang menakjubkan yaitu:

1) Proses tumbuh kembang janin dalam rahim normal sesuai dengan penjelasan

Allah dalam Al Qur'an dan teori yang ditemukan para pakar ilmuwan seperti penjelasan diatas. Hal ini dipantau dengan USG dan pemeriksaan kehamilan sesuai standard. Semua partisipan menyatakan bahwa mereka merasakan adanya gerakan janin diabdomen mereka setelah usia kehamilan mencapai sekitar 16-18 minggu. Hal ini menandakan bahwa sudah ditiupkannya ruh oleh Allah (terjadi perjanjian antara Allah dengan janin) dan dimulainya kehidupan seorang manusia yang dikenal dengan alam Rahim. Tujuan manusia diciptakan tak lain dan tak bukan untuk menyembah dan beribadah kepada Allah sesuai dengan ikrar mereka tersebut,

2) Sikap dan perilaku ibu saat hamil lebih kooperatif, adaptif dan tenang menjalani kehamilan dan persalinan yang diobservasi dengan *Pain Behaviors Observasi Scale (PBOS)* (Desmawati dkk 2019:5)

Analisa temuan diatas bahwa dengan usaha para ibu hamil selalu muroja'ah dan mentadaburi ayat-ayat Aquran tentang bagaimana Allah menciptakan janin yang sedang dia kandung, bagaimana proses tumbuh kembangnya dan untuk apa diciptakan, menjadikan ibu, dan janin yang sudah



berikrar kepada Allah untuk menjalani qudrat dan tugasnya menyembah dan beribadah kepada Allah SWT (QS Adz Zariyat/51:56), mengaplikasikan perannya menjalankan Al-Qur'an (QS Al Ahzab/33:72), dan mempersiapkan diri sedini mungkin untuk menjalani fungsinya kelak sebagai Khalifah di muka bumi (QS Albaqarah/2:30). Dengan mentadaburi ayat-ayat Al Qur'an tersebut, menjadikan ibu dan janin yang dikandungnya redho terhadap Allah, dan Allah redho terhadap mereka, sehingga dimudahkan, dirahmati, dan diberkahi semuanya oleh Allah SWT.

Namun penelitian ini hanya sampai sebatas bayi lahir, dibutuhkan kelanjutan penelitian ini untuk meneliti apakah bayi-bayi yang dilahirkan tersebut mempunyai tingkat ketaqwaan dan amal soleh yang lebih baik dibanding dengan bayi-bayi yang tidak mendapatkan perlakuan tersebut.

KESIMPULAN

Hasil perpaduan penelitian ilmiah dengan Al Qur'an tentang proses penciptaan manusia pertama, maka teori evolusi tentang asal usul penciptaan manusia tidak bisa diterima. Proses penciptaan manusia berdasarkan Al-Quran, Hadist dan temuan ilmiah terbaru yang bisa dijadikan rujukan.

Dalam Al Qur'an dan hadist yaitu perkembangan manusia di dalam perut ibunya mengalami empat fase perkembangan yaitu fase nuthfah selama empat puluh hari, fase 'alaqah selama empat puluh hari, fase mudghah selama empat puluh hari dan fase terakhir setelah ditiupkan kepadanya ruh. Sebelum masa empat bulan, janin tidak bisa dihukumi sebagai manusia yang hidup karena belum ada perjanjian ikrar antara janin dan Allah. Sains mengungkap saat usia 16-18 minggu terdengarlah denyut jantung janin membuktikan bahwa sudah dimulai fase awal kehidupan seorang anak manusia yang diawali dengan ikrar tersebut. Maka selayaknyalah setiap insan manusia kembali kepada ikrarnya kepada Allah saat dalam rahim ibunya yaitu untuk menyembah dan beribadah kepada Allah SWT yang telah menciptakannya, dan jangan salahkan orang tua jika khilaf karena semua diberikan akal pikiran oleh Allah untuk bisa menjemput hidayahNya. Wallahualam

Saran

Setelah mengetahui proses penciptaan manusia, hendaknya setiap manusia menyadari tujuan hidupnya yaitu mencari ridha dan rahmat Allah SWT. Karena jiwa yang memperoleh ridha



Allah adalah jiwa yang tenang dan mendapat kebahagiaan dunia akhirat.

DAFTAR PUSTAKA

Dahler, F. (2011). *Teori Evolusi: Asal dan Tujuan Manusia*. Yogyakarta: Kanisius

Desmawati., Kongsuwan W., Chatchawet. W. (2019). Effect of NM Intervention Integrating an Islamic Praying Program on Labor Pain and Pain Behaviors in Primiparous Muslim Women. *Iranian Journal of Nursing Midwifery Research*. 24(3): 220-226

Helmi. (2017). Evolusi antar species (leluhur sama dalam perspektif para penentang). *Jurnal Ilmiah Multi Sciences*. 9(2); 83-93.

Idris, S. (2016). "*Kosmologi Seyyed Hossein Nasr (Tinjauan Metafisika)*". https://scholar.googleusercontent.com/scholar?q=cache:hcrKHC7BaQEJ:scholar.google.com/+Kosmologi+dalam+ilmu+pengetahuan+dalam+Islam.&hl=en&as_sdt=0,5. Diakses tanggal 26 Januari 2019.

Kiptiyah. (2007). Embriologi dalam Alqur'an; Kajian pada proses penciptaan manusia. Malang; UIN Press

Kiptiyah. (2007). Embriologi dalam

Alqur'an; Kajian pada proses penciptaan manusia. Malang; UIN Press

Luthfi, A. (2018). Empat Ilmuwan dunia yang masuk Islam karena Riset Ilmiah. <https://lifestyle.okezone.com/read/2018/05/07/196/1895513/4-ilmuwan-dunia-yang-masuk-islam-karena-riset-ilmiah-mereka>. Diakses 25 januari 2019.

Muhammad, N. dkk. (2008). *Derajat hadits-hadits dalam Tafsir Ibnu Katsir*. Jakarta: Pustaka Azzam Al-Maraghi

Nata. A. (2016). "Islam Rahmatan Lil Alamin Sebagai Model Pendidikan Islam Memasuki ASEAN Community": makalah disampaikan pada seminar dan kuliah tamu, Pendidikan Agama Islam Fakultas Ilmu tarbiyah dan Keguruan UIN Maulana Malik Ibrahim, Malang, 7 Maret, 2016.

Pratiwi, L., Hasneli Y., Ernawati, J. (2015). Pengaruh teknik relaksasi Benson dan murotal Al-Qur'an terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi primer. *JOM*,2(2): 1212-20