

**PENGARUH MENGHAFAAL AL-QUR'AN (*MUROJA'AH*)
TERHADAP DISMENOREA PADA SANTRIWATI
DI PONDOK PESANTREN TAHFIDZUL QUR'AN
DAR AL-QUR'AN AL-ISLAMY LEBAKSIU**

Nadha Nisrina

Abstrak

Remaja merupakan masa peralihan dari kanak-kanak menuju dewasa, pada masa remaja terjadi kematangan organ reproduksi ditandai dengan menstruasi, pada wanita sering terjadi gangguan saat menstruasi yaitu dismenorea. Dismenorea disebabkan oleh peningkatan prostaglandin yang menyebabkan penurunan progesteron yang akan menimbulkan peningkatan tonus miometrium dan kontraksi uterus yang berlebihan. Kontraksi miometrium akan mengurangi aliran darah sehingga terjadi iskemi miometrium yang akan menimbulkan nyeri. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh menghafal al-qur'an (*muroja'ah*) terhadap dismenorea pada santriwati di pondok pesantren tahfidzul qur'an dar al-qur'an Al-Islamy lebaksiu. Dismenorea merupakan nyeri yang dialami remaja putri pada saat menstruasi yang dapat mengganggu aktifitas sehari-hari. Jenis penelitian ini adalah *quasi eksperimen* dengan desain yang digunakan adalah *One Group Pretest and Posttest*. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *purposive sampling*. Jumlah sampel pada penelitian ini berjumlah 25 responden. Hasil analisis data menggunakan uji beda dua mean dependen (*paired t-test*) dan uji beda *mean dependen*, hasil penelitian ini menunjukkan nilai t hitung 1,6 dan nilai P value yaitu 0,000 (nilai $< \alpha = 0,05$) sehingga terdapat pengaruh menghafal al-qur'an (*muroja'ah*) terhadap penurunan dismenorea pada santriwati di pondok pesantren tahfidzul qur'an dar al-qur'an Al-Islamy lebaksiu. Remaja putri di sarankan untuk melakukan (*Muroja'ah*) untuk menurunkan nyeri dismenorea.

Kata Kunci: dismenorea, muroja'ah, remaja

**THE EFFECTS OF MEMORIZING AL-QUR'AN
(REPEATING) ON THE SCALE OF MENSTRUAL PAIN
ON ADOLESCENCE IN TAHFIDZ BOARDING SCHOOL
OF DAR AL-QUR'AN AL-ISLAMY LEBAKSIU**

Nadha Nisrina

Abstract

Adolescence are transition from childhood to adult, in adolescence occurs the reproductive marked by menstruation, in women, menstrual disorders usually occur namely menstrual pain or Dysmenorrhea. Dysmenorrhea is caused by an increase in prostaglandin which causes a decrease in progesterone which will lead to an increase in myometrial tone and excessive uterine contractions. Myometrial contractions will reduce blood flow resulting in myometrial ischemia that will cause the pain. This study was investigated to determine the effect of memorizing al-qur'an on the scale of menstrual pain of young women in Tahfidzul Qur'an Boarding School of Dar Al-Qur'an Al-Islamy Lebaksiu. Dysmenorrhea is a pain experienced by young women at the time of menstruation that can interfere with their daily productivity. This research was conducted in May and June 2019. The type of this research is quasi-experiment which used pretest and post-test nonequivalent control group. Sampling technique of this research used purposive sampling. The number of samples in this study amounted to 25 respondents. The result of data analysis using different test of two means of dependent (paired t-test) and mean dependent test difference, the result of this research showed T value is 1,6 and P value is 0,000 (with $\alpha = 0,05$), so there is the effectiveness of dysmenorrhea gymnast on decrease scale of menstrual pain in young women in Abadi Jaya sub-district Depok. The adolescence are advised to do memorize Al-Qur'an for decreasing menstrual pain.

Keywords: adolescence, *dysmenorhe* pain scale, memorizing