

SKRIPSI

**PENGARUH TERAPI MUROTTAL AL-QUR'AN TERHADAP PENURUNAN
TINGKAT STRES PADA REMAJA PUTRI (USIA 12-15 TAHUN) DI PANTI
ASUHAN PANCASILA YAYASAN SUMBER PENDIDIKAN MENTAL
AGAMA ALLAH (SPMAA) DESA TURI KECAMATAN TURI
KABUPATEN LAMONGAN**



IHDA FIHRIS HUSNATUL AYYIN
NIM: 15.02.01.1955

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH LAMONGAN**

2019

**PENGARUH TERAPI MUROTTAL AL-QUR'AN TERHADAP PENURUNAN
TINGKAT STRES PADA REMAJA PUTRI (USIA 12-15 TAHUN) DI PANTI
ASUHAN PANCASILA YAYASAN SUMBER PENDIDIKAN MENTAL
AGAMA ALLAH (SPMAA) DESA TURI KECAMATAN TURI
KABUPATEN LAMONGAN**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Prodi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Lamongan Sebagai Salah Satu
Persyaratan Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Keperawatan**

**IHDA FIHRIS HUSNATUL AYYIN
NIM : 15.02.01.1955**

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH LAMONGAN**

2019

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ihda Fihris Husnatul Ayyin
NIM : 15.02.01.1955
Tempat, Tanggal Lahir : Lamongan, 24 Maret 1997
Institusi : Prodi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Lamongan

Menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul: "*Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Remaja Putri (Usia 12-15 tahun) Di Panti Asuhan Pancasila Yayasan Sumber Pendidikan Mental Agama Allah (SPMAA) Desa Turi Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan*" adalah bukan skripsi orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapatkan sanksi akademik,

Lamongan, Mei 2019

Yang menyatakan,



IHDA FHRIS HUSNATUL AYYIN
NIM. 15.02.01.1955

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi : Ihda Fihris Husnatul Ayyin
NIM : 15.02.01.1955
Judul : Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Penurunan Tingkat
Stres Pada Remaja Putri (Usia 12-15 tahun) Di Panti Asuhan
Pancasila Yayasan Sumber Pendidikan Mental Agama Allah
(SPMAA) Desa Turi Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan

Telah disetujui untuk diujikan dihadapan Dewan Penguji Skripsi Pada
Tanggal: 15 Mei 2019

Oleh:

Mengetahui:

Pembimbing I

Pembimbing II


Moh. Saifudin, S.Kep, Ns., S.Psi., M.Kes
NIP. 1975 0607 2005 011001


Abdul Rokhman, S.Kep, Ns., M.Kep
NIK. 1988 1020 2012 11 056

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi Oleh : Ihda Fihris Husnatul Ayyin
NIM : 15.02.01.1955
Judul : PENGARUH TERAPI MUROTTAL AL-QUR'AN
TERHADAP PENURUNAN TINGKAT STRES PADA
REMAJA PUTRI (USIA 12-15 TAHUN) DI PANTI ASUHAN
PANCASILA YAYASAN SUMBER PENDIDIKAN MENTAL
AGAMA ALLAH (SPMAA) DESA TURI KECAMATAN
TURI KABUPATEN LAMONGAN

Telah Diuji Dan Disetujui Oleh Tim Penguji pada Ujian Sidang Skripsi Di
Program Studi S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Lamongan
Tanggal : 15 Mei 2019

PANITIA PENGUJI

Ketua : Heny Ekawati, S.Kep, Ns., M. Kes
Anggota : 1. Moh. Saifudin, S.Kep, Ns., S.Psi., M.Kes
2. Abdul Rokhman, S.Kep, Ns., M.Kep

Tanda Tangan

..... 

..... 

..... 

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Lamongan



Arifal Aris, S.Kep., Ns., M.Kes
NIK. 19780821 200601 015

CURICULUM VITAE

Nama : Ihda Fihris Husnatul Ayyin

Tempat, Tanggal Lahir : Lamongan, 24 Maret 1997

Alamat Rumah : Jl. Nusantara Km.18 Kijang Kecamatan Bintan Timur
Kabupaten Bintan, Tanjungpinang Kepulauan Riau

Pekerjaan : Mahasiswa

Riwayat Pendidikan :

1. SD Negeri 009 Bintan Timur lulus tahun 2009
2. SMP Islam Terpadu Al-Madinah Tanjungpinang lulus tahun 2012
3. MA Madani Bintan lulus tahun 2015
4. Prodi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Lamongan mulai tahun 2015 sampai sekarang.

HALAMAN PERSEMBAHAN

Motto:

- ✚ Jika kita ingin meraih sesuatu di tempat yang tinggi maka kita butuh kursi, jika kita punya impian maka kita butuh Allah dengan ikhtiar dan do'a (Ta'qy Story)
- ✚ Tidak seorangpun yang keluar dari rumahnya untuk menuntut ilmu kecuali para malaikat akan membentangkan sayap untuknya Karena ridha atas apa yang dilakukannya (HR. Ibnu Majah)
- ✚ Apa yang kita minta belum tentu yang terbaik. Apa yang Allah beri pasti yang terbaik.

Skripsi ini ku persembahkan untuk:

1. Bapakku Muttaqin Yasir dan Ibuku Min'Ayati tercinta dengan senyum, semangat, dan do'anya yang selalu menyertai setiap langkah perjalananku dalam menyelesaikan study-ku
2. Adikku Muhammad Faqihudin Al Fariq yang selalu memberikan semangat dan keceriaan
3. Dosen pembimbing yang telah merelakan waktunya untuk memberikan ilmu yang berharga
4. Sahabat-sahabat dan semua teman-teman seperjuangan yang banyak memberi dukungan dan inspirasi buat saya

ABSTRAK

Ayyin, Ihda Fihris Husnatul. 2019. **Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Remaja Putri (Usia 12-15 tahun) di Panti Asuhan Pancasila Yayasan SPMAA Desa Turi Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan.** Skripsi Program Studi S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Lamongan. Pembimbing (1) Moh. Saifudin, S.Kep, Ns., S.Psi., M.Kes, (2) Abdul Rokhman, S.Kep., Ns, M.Kep

Usia remaja lebih rentan akan terjadinya stres, sebab pada usia ini seseorang akan menghadapi tugas dalam setiap perkembangannya. Tujuan penelitian adalah untuk menganalisa pengaruh terapi murottal Al-Qur'an terhadap penurunan tingkat stres pada remaja putri (usia 12-15 tahun) di Panti Asuhan Pancasila SPMAA Lamongan.

Desain penelitian ini menggunakan metode Pra Eksperimen dengan desain *One Group Pretest Posttest*. Populasi sebanyak 41 remaja, menggunakan teknik *Simple Random Sampling* didapatkan sebanyak 20 remaja. Data penelitian ini diambil menggunakan kuesioner DASS. Setelah ditabulasi data yang dianalisis dengan menggunakan uji *Wilcoxon Sign Rank Test* dengan tingkat kemaknaan $p < 0,05$.

Hasil penelitian menunjukkan sebelum diberi perlakuan dari 20 remaja hampir sebagian (40%) mengalami stres sedang. Setelah diberi perlakuan lebih dari sebagian besar (75%) tidak mengalami stres (normal). Berdasarkan hasil diatas dengan nilai signifikansi $p \text{ sign} = 0,000$ dan nilai $Z = -3,520$.

Artinya ada pengaruh terapi murottal Al-Qur'an terhadap penurunan tingkat stress pada remaja putri (Usia 12-15 tahun) di Panti Asuhan Pancasila Yayasan SPMAA Desa Turi Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan.

Untuk mengatasi masalah stres, salah satu alternatif yang dapat digunakan adalah dengan terapi murottal Al-Qur'an.

Kata Kunci: *Murottal, Tingkat Stres, Remaja*

ABSTRACT

Ayyin, Ihda Fihris Husnatul. 2019. **The effect of murottal al-qur'an therapy on stress level decrease in female adolescence (12-15 years old) in Pancasila orphanage SPMAA foundation turi village turi district Lamongan regency.** Thesis S1 Nursing Study Program at Muhammadiyah University Lamongan. Supervisor (1) Moh. Saifudin, S.Kep, Ns., S.Psi., M.Kes, (2) Abdul Rokhman, S.Kep, Ns., M.Kep

Adolescents are more susceptible to stress, because at this age someone will face the task in each development. The aim of the study was to analyze the effect of Al-Qur'an murottal therapy on stress levels decrease in female adolescence (aged 12 to 15 years) in Pancasila orphanage SPMAA Lamongan.

The design of this study used the pre-experiment method with the design one group pretest posttest. The population was 41 adolescents, using the simple random sampling technique obtained 20 adolescents. The data of this study were taken using the DASS questionnaire. Once tabulated, the data were analyzed using the wilcoxon sign rank test with a significance level of $p < 0,05$.

The results showed that before the treatment of 20 adolescents, almost half (40%) experienced moderate stress. After being treated more than most (75%) he did not experience stress (normal). Based on the previous results with a significance value $p = 0,000$ and the value of $z = -3,520$.

It means that there was an effect of Al-Qur'an murottal therapy on stress levels decrease in female adolescence (12 to 15 years old) in Pancasila orphanage SPMAA Lamongan.

To overcome the stress problem, an alternative that can be used is murottal Al-Qur'an therapy.

Keywords: *Murottal, Stress Levels, Adolescence*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat Rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul *“Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur’an Terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Remaja Putri (Usia 12-15 tahun) Di Panti Asuhan Pancasila Yayasan Sumber Pendidikan Mental Agama Allah (SPMAA) Desa Turi Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan”* sesuai waktu yang ditentukan.

Skripsi ini penulis susun sebagai salah satu persyaratan untuk mendapatkan gelar sarjana keperawatan di Universitas Muhammadiyah Lamongan.

Dalam penyusunan, penulis mendapat banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat Bapak / Ibu:

1. Drs. H. Budi Utomo, Amd.Kep., M.Kes, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Lamongan
2. Nurul Hikmah S.Pd, selaku Ketua Panti Asuhan Pancasila Yayasan Sumber Pendidikan Mental Agama Allah (SPMAA) Desa Turi Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan yang telah memberikan izin dan fasilitas dalam proses penelitian.
3. Arifal Aris, S.Kep., Ns., M.Kes, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Lamongan.
4. Ns. Suratmi, S.Kep., M.Kep selaku Kaprodi S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Lamongan.

5. Moh. Saifudin, S.Kep, Ns., S.Psi., M.Kes, selaku pembimbing I, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran dan dorongan moril selama penyusunan skripsi ini.
6. Abdul Rokhman, S.Kep, Ns., M.Kep, selaku pembimbing II, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran dan dorongan moril selama penyusunan skripsi ini.
7. Kedua orangtua dan semua keluarga yang senantiasa mencurahkan kasih sayang, do'a, semangat serta bimbingannya untuk keberhasilan penulis.
8. Teman-teman mahasiswa jurusan S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Lamongan.
9. Semua pihak yang secara tidak langsung banyak membantu penulis yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Semoga Allah SWT memberi balasan pahala atas semua kebaikan yang diberikan. Penulis menyadari skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu segala kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan, akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi semua pembaca pada umumnya.

Lamongan, Mei 2019

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
CURICULUM VITAE	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
DAFTAR SINGKATAN	xvi
DAFTAR SIMBOL	xvii
BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan	7
1.4 Manfaat Penelitian	8
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep Dasar Remaja	10
2.2 Konsep Dasar Stres	18
2.3 Konsep Dasar Murottal Al-Qur'an.....	39
2.4 Kerangka Konsep	45
2.5 Hipotesis Penelitian	47
BAB 3 METODE PENELITIAN	
3.1 Desain Penelitian.....	48

3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian	49
3.3 Kerangka Kerja	49
3.4 Identifikasi Variabel	51
3.5 Definisi Operasional Variabel	51
3.6 Populasi, Sampel, dan Sampling Penelitian	53
3.7 Pengumpulan Data dan Analisa Data	55
3.8 Etika Penelitian	61
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
4.1 Hasil Penelitian	63
4.2 Pembahasan.....	68
4.3 Keterbatasan Penelitian.....	74
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN	
5.1 Kesimpulan	75
5.2 Saran.....	76
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Daftar Pertanyaan DASS.....	34
Tabel 2.2 Daftar Pertanyaan Skala Holmes.....	36
Tabel 2.3 Daftar Pertanyaan Skala Miler & Smith	38
Tabel 3.1 Definisi Operasional Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Remaja Putri (Usia 12-15 tahun) Di Panti Asuhan Pancasila Yayasan Sumber Pendidikan Mental Agama Allah (SPMAA) Desa Turi Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan.....	52
Tabel 4.1 Karakteristik Remaja Berdasarkan Usia di Panti Asuhan Pancasila Yayasan SPMAA Desa Turi Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan Bulan April Tahun 2019	64
Tabel 4.2 Karakteristik Remaja Berdasarkan Status Sosial di Panti Asuhan Pancasila Yayasan SPMAA Desa Turi Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan Bulan April Tahun 2019	65
Tabel 4.3 Karakteristik Remaja Berdasarkan Lama Tinggal di Panti Asuhan Pancasila Yayasan SPMAA Desa Turi Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan Bulan April Tahun 2019.....	65
Tabel 4.4 Karakteristik Remaja Berdasarkan Tingkat Stres Pre Intervensi di Panti Asuhan Pancasila Yayasan SPMAA Desa Turi Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan Bulan April Tahun 2019.....	66
Tabel 4.5 Karakteristik Remaja Berdasarkan Tingkat Stres Post Intervensi di Panti Asuhan Pancasila Yayasan SPMAA Desa Turi Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan Bulan April Tahun 2019	67
Tabel 4.6 Tabel Hasil Analisis Uji Wilcoxon Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Remaja Putri (usia 12-15 tahun) di Panti Asuhan Pancasila Yayasan SPMAA Desa Turi Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan Bulan April Tahun 2019	67

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Konsep Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Remaja Putri (Usia 12-15 tahun) Di Panti Asuhan Pancasila Yayasan Sumber Pendidikan Mental Agama Allah (SPMAA) Desa Turi Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan.....	45
Gambar 3.1 Kerangka Kerja Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Remaja Putri (Usia 12-15 tahun) Di Panti Asuhan Pancasila Yayasan Sumber Pendidikan Mental Agama Allah (SPMAA) Desa Turi Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan.....	50

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Pelaksanaan Kegiatan
- Lampiran 2 Surat Izin Melakukan Survey Awal
- Lampiran 3 Surat Izin Melakukan Kegiatan Penelitian
- Lampiran 4 Surat Balasan Izin Melakukan Kegiatan Penelitian
- Lampiran 5 Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 6 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 7 SOP Terapi Murottal Al-Qur'an
- Lampiran 8 Lembar Kuesioner Penelitian
- Lampiran 9 Tabulasi Data
- Lampiran 10 Analisa Data dan Uji Statistik
- Lampiran 11 Lembar Konsultasi

DAFTAR SINGKATAN

Amd. Kep	: Ahli Madya Keperawatan
DASS	: <i>Depression Anxiety Stress Scale</i>
Kab	: Kabupaten
Kec	: Kecamatan
MA	: Madrasah Aliyah
M. Kep	: Magister Keperawatan
M. Kes	: Magister Kesehatan
Ns	: Ners
Prodi	: Program Studi
SD	: Sekolah Dasar
SMP	: Sekolah Menengah Pertama
SOP	: Standart Operasional Prosedur
SPMAA	: Sumber Pendidikan Mental Agama Allah
SPSS	: <i>Statistical Product and Service Solutions</i>
S. Kep	: Sarjana Keperawatan
S. Pd	: Sarjana Pendidikan
S. Psi	: Sarjana Psikologi
WHO	: <i>World Health Organization</i>

DAFTAR SIMBOL

-	: Sampai
\leq	: Kurang dari atau sama dengan
$>$: Lebih dari
$<$: Kurang dari
%	: Persen
/	: Atau
+	: Positif
=	: Sama dengan
α	: Alfa
2	: Kuadrat
\pm	: Kurang lebih
H1	: Terdapat pengaruh yang signifikan
H0	: Tidak ada pengaruh yang signifikan
N	: Besar Sampel
Z	: Nilai standar normal
d	: Tingkat kesalahan yang dipilih ($d=0,05$)
P	: Nilai signifikan