

**PENGARUH TERAPI MUROTTAL AL-QUR'AN TERHADAP TINGKAT
STRESS KERJA PADA GURU DI SMP NEGERI 1 PACIRAN
KABUPATEN LAMONGAN**

SKRIPSI



OLEH :

NATASYA DINDA AMALIA
NIM 18.02.01.2712

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

2022

**PENGARUH TERAPI MUROTTAL AL-QUR'AN TERHADAP TINGKAT
STRESS KERJA PADA GURU DI SMP NEGERI 1 PACIRAN
KABUPATEN LAMONGAN**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Prodi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Lamongan Sebagai Salah Satu
Syarat Mendapatkan Gelar Sarjana Keperawatan**

**NATASYA DINDA AMALIA
NIM. 18.02.01.2712**

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

2022

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

NAMA : NATASYA DINDA AMALIA
NIM : 18.02.01.2712
TEMPAT, TANGGAL LAHIR : TUBAN, 29 JULI 2000
INSTITUSI : UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
LAMONGAN

Menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul : “Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur’an Terhadap Tingkat Stress Kerja Pada Guru Di SMP Negeri 1 Paciran 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 mendapat sanksi akademis.

Lamongan, 02 Juni 2022

Yang menyatakan

The image shows an official stamp of Universitas Muhammadiyah Lamongan. The stamp includes the university's logo, the name 'UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH LAMONGAN', and a handwritten signature. Below the signature, the text 'METER TEMPEL' and the number '460AJX8853592' are visible.

NATASYA DINDA AMALIA
NIM. 1802012712

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi Oleh : NATASYA DINDA AMALIA
NIM : 18.02.01.2712
Judul : PENGARUH TERAPI MUROTTAL AL-QUR'AN
TERHADAP TINGKAT STRESS KERJA PADA GURU DI
SMP NEGERI 1 PACIRAN KABUPATEN LAMONGAN

Telah disetujui untuk diujikan dihadapan Dewan Penguji Seminar Skripsi
pada tanggal : 02 Juni 2022

Mengetahui :

Pembimbing I



Moh. Saifudin, S.Kep., Ns., S.Psi., M.Kes
NIP. 19750607 200501 1001

Pembimbing II



Hj. Siti Sholikhah, S.Kep., Ns., M.Kes
NIK. 19790306 200609 017

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi Oleh : NATASYA DINDA AMALIA
NIM : 18.02.01.2712
Judul : PENGARUH TERAPI MUROTTAL AL-QUR'AN
TERHADAP TINGKAT STRESS KERJA PADA GURU DI
SMP NEGERI 1 PACIRAN KABUPATEN LAMONGAN

Telah Diuji Dan Disetujui Oleh Tim Penguji Pada Ujian Seminar Skripsi
Di Fakultas Ilmu Kesehatan Program Studi S1-Keperawatan
Universitas Muhammadiyah Lamongan
Tanggal : 02 Juni 2022

PANITIA PENGUJI

Tanda Tangan

Ketua : Arifal Aris, S. Kep., Ns., M.Kes
Anggota : 1. Moh. Saifudin, S.Kep., Ns., S.Psi., M.Kes
2. Hj. Siti Sholikhah, S.Kep., Ns., M.Kes



Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Lamongan



Arifal Aris, S. Kep., Ns., M.Kes
NIK. 19878 08 21 2006 01 015

CURRICULUM VITAE

Nama : Natasya Dinda Amalia

Tempat, Tanggal Lahir : Tuban, 29 Juli 2000

Alamat : Glodog Rt.01 Rw.01, Kecamatan Palang Kabupaten
Tuban

Pekerjaan : Mahasiswi

Riwayat Pendidikan :

1. TK Bustanul Athfal Aisyiyah Glodog : Lulus Tahun 2006
2. SD Negeri Glodog : Lulus Tahun 2012
3. MTS Negeri 1 Tuban : Lulus Tahun 2015
4. MAN 1 Tuban : Lulus Tahun 2018
5. Prodi S-1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Lamongan mulai tahun
2018 – 2022

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO :

“Angin tidak berhembus untuk menggoyangkan pepohonan, melainkan menguji kekuatan akarnya.”

PERSEMBAHAN :

Puji syukur dan rahmat atas hidayahnya saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Karya sederhana ini kupersembahkan untuk :

- 1) Allah SWT sebagai wujud rasa syukur atas ilmu yang Allah SWT berikan kepadaku
- 2) Orang tua yang telah memberikan dukungan dan do'a selama ini
- 3) Teman-teman serta pihak yang telah memberikan dukungan moril dan materil demi menyelesaikan skripsi ini.

ABSTRAK

Amalia, Natasya Dinda. 2022. **Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Tingkat Stress Kerja Pada Guru Di SMP Negeri 1 Paciran Kabupaten Lamongan.** Skripsi Program Studi S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Lamongan. Pembimbing (1) Moh. Saifudin, S.Kep., Ns., S.Psi., M.Kes, Pembimbing (2) Hj. Siti Sholikhah, S.Kep., Ns., M.Kes.

Guru mendapat tuntutan kinerja yang tinggi dan tanggung jawab yang besar dengan ekspektasi yang luar biasa dari orang tua siswa, yang kemudian menyebabkan para guru mudah mengalami stress. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui Pengaruh terapi murottal al-qur'an terhadap tingkat stress kerja pada Guru di SMP Negeri 1 Paciran, Lamongan.

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pra-Eksperimental Design* dengan menggunakan rancangan *One Group Pretest Posttest Design*. Populasi sebanyak 47 Guru, menggunakan teknik *Simple Random Sampling* didapatkan sebanyak 42 Guru. Data penelitian ini diambil menggunakan kuisioner DASS. Setelah ditabulasi data yang dianalisis dengan menggunakan uji *Wilcoxon Sign Rank Test* dengan tingkat kemaknaan $p = <0,05$.

Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden sebelum diberikan terapi murottal Al-Qur'an memiliki tingkat stress yang ringan yaitu sebanyak 18 responden atau 51,4%. Setelah diberikan terapi murottal Al-Qur'an tidak mengalami stress atau berada pada kategori normal yaitu sebanyak 31 responden atau 88,6%. Berdasarkan hasil diatas dengan nilai signifikan $p\ sign = 0,000$ dan nilai $Z = -4.829$.

Artinya ada pengaruh terapi murottal Al-Qur'an terhadap tingkat stress kerja pada guru di SMP Negeri 1 Paciran Lamongan.

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

Kata Kunci: *Murottal, Tingkat Stress, Guru*

ABSTRACT

Amalia, Natasya Dinda. 2022. **The Effect of Murottal Al-Qur'an Therapy on The level of work stress on teachers at SMP Negeri 1 Paciran, Lamongan Regency. Thesis of the S1 Nursing Study Program, University of Muhammadiyah Lamongan.** Supervisor (1) Moh. Saifudin, S.Kep., Ns., S.Psi., M.Kes, Supervisor (2) Hj. Siti Sholikhah, S.Kep., Ns., M.Kes.

Teachers get high performance demands and great responsibilities with extraordinary expectations from parents, which then causes teachers to easily experience stress. The purpose of the study was to determine the effect of murottal al-qur'an therapy on work stress levels for teachers at SMP Negeri 1 Paciran, Lamongan.

The research design used in this research is Pre-Experimental Design using One Group Pretest Posttest Design. The population is 47 teachers, using the Simple Random Sampling technique obtained as many as 42 teachers. The research data was taken using the DASS questionnaire. After tabulating the data were analyzed using the Wilcoxon Sign Rank Test with a significance level of $p = <0.05$.

The results showed that the majority of respondents before being given murottal Al-Qur'an therapy had a mild stress level, namely 18 respondents or 51.4%. After being given murottal Al-Qur'an therapy, they did not experience stress or were in the normal category, namely 31 respondents or 88.6%. Based on the results above with a significant value of $p \text{ sign} = 0.000$ and $Z \text{ value} = -4.829$.

This means that there is an effect of murottal Al-Qur'an therapy on the level of work stress on teachers at SMP Negeri 1 Paciran Lamongan.

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

Keywords: *Murottal, Stress Level, Teacher*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur’an Terhadap Tingkat Stress Kerja Pada Guru Di SMP Negeri 1 Paciran Kabupaten Lamongan” sesuai waktu yang ditentukan. Proposal ini penulis susun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan di Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Lamongan.

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

1. Dr. A. Aziz Alimul Hidayat, S.Kep., Ns., M.Kes., selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Lamongan.
2. Zainul Arifin, S.Pd, MM. selaku Kepala Sekolah SMP Negeri 1 Paciran yang telah memberikan ijin untuk penelitian.
3. Arifal Aris, S.Kep., Ns., M.Kes., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Lamongan.
4. Suratmi, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Lamongan..
5. Moh. Saifudin, S.Kep., Ns., S.Psi., M.Kes., selaku pembimbing I, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan skripsi ini.

6. Hj. Siti Sholikhah, S.Kep., Ns., M.Kes., selaku pembimbing II, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan skripsi ini.

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

Lamongan, 02 Juni 2022

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
<i>CURRICULUM VITAE</i>	v
HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
DAFTAR SINGKATAN	xvi
BAB 1: PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	5
1.3. Tujuan Penelitian	5
1.4. Manfaat Penelitian	5
BAB 2: TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Konsep Guru	7
2.2 Konsep Stress Kerja	20
2.3 Konsep Murottal Al-qur'an	27
2.4 Kerangka Konsep	30
2.5 Hipotesis	31
BAB3: METODE PENELITIAN	32
3.1 Desain Penelitian	32
3.2 Waktu dan Tempat Penelitian	33
3.3 Kerangka Kerja	34
3.4 Populasi, Sampel, dan Sampling	35
3.5 Identifikasi Variabel	37
3.6 Definisi Operasional	39
3.7 Pengumpulan Data dan Analisa Data	40
3.8 Etika Penelitian	44
BAB 4: HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	47
4.1 Hasil Penelitian	47
4.2 Pembahasan	51

BAB 5: PENUTUP	55
5.1 Kesimpulan	55
5.2 Saran	55
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1	Definisi Operasional Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Tingkat Stress Kerja Pada Guru Di SMP Negeri 1 Paciran Kabupaten Lamongan 39
Tabel 4.1	Karakteristik Guru Berdasarkan Usia di SMP Negeri 1 Paciran Lamongan Bulan April Tahun 2022. 48
Tabel 4.2	Karakteristik Guru Berdasarkan Jenis Kelamin di SMP Negeri 1 Paciran Lamongan Bulan April Tahun 2022. 48
abel 4.4	Karakteristik Guru Berdasarkan Tingkat Stress Pre Intervensi di SMP Negeri 1 Paciran Lamongan Bulan April Tahun 2022.. 49
Tabel 4.5	Karakteristik Guru Berdasarkan Tingkat Stress Post Intervensi di SMP Negeri 1 Paciran Lamongan Bulan April Tahun 2022.. 50
Tabel 4.6	Tabel Hasil Analisis Uji Wilcoxon Pengaruh Pemberian Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Tingkat Stress Kerja Pada Guru di SMP Negeri 1 Paciran Lamongan Bulan April Tahun 2022.. 50

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Konsep Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Tingkat Stress Kerja Pada Guru Di SMP Negeri 1 Paciran Kabupaten Lamongan	30
Gambar 3.1 Kerangka Kerja Penelitian Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Tingkat Stress Kerja Pada Guru Di SMP Negeri 1 Paciran Kabupaten Lamongan.....	34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Lembar Konsultasi

Lampiran 2: Surat survey awal dan permohonan penelitian

Lampiran 3: Surat balasan survey awal dan perizinan penelitian

Lampiran 4: Lembar permohonan menjadi responden

Lampiran 5: Lembar persetujuan menjadi responden

Lampiran 6: Kuesioner

Lampiran 7: SOP

Lampiran 8: Lembar Konsultasi

DAFTAR SIMBOL & SINGKATAN

-	: Sampai
%	: Persen
&	: Dan
/	: Atau
<	: Kurang dari
>	: Lebih dari
=	: Sama dengan
≤	: Kurang Dari Sama Dengan
≥	: Lebih Dari Sama Dengan
BKKBN	: Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana
DASS	: Depresi Anxiety Stress Scales
Depkes RI	: Departemen Kesehatan Republik Indonesia
Dkk	: Dan Kawan-Kawan
H1	: Terdapat hubungan yang signifikan
IDAI	: Ikatan Dokter Anak Indonesia
Kemenkes	: Kementrian Kesehatan
LPPM	: Lembaga Penelitian & Pengabdian Masyarakat
M.Kep	: Magister Keperawatan
M.Kes	: Magister Kesehatan
NIK	: Nomor Induk Kerja
NIM	: Nomor Induk Mahasiswa
Ns	: Ners
Risekesdas	: Riset Kesehatan Dasar
S. Kep	: Sarjana Keperawatan
SDQ	: <i>Strength and Difficulties Qquestionnaire</i>
SOP	: Standar Operasional Prosedur
S. Psi	: Sarjana Psikologi
SPSS	: <i>Statistical Product and Service Solutions</i>