

**PENGARUH TERAPI DZIKIR TERHADAP TINGKAT KECEMASAN LANSIA  
USIA 60-74 TAHUN DI DUSUN CARON DESA SUGIO  
KECAMATAN SUGIO KABUPATEN LAMONGAN**

**SKRIPSI**



**ACHMAD ARI F.M.S**  
**NIM :13.02.01.1324**

**PROGAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH  
LAMONGAN**

**2017**

**PENGARUH TERAPI DZIKIR TERHADAP TINGKAT KECEMASAN LANSIA  
USIA 60-74 TAHUN DI DUSUN CARON DESA SUGIO  
KECAMATAN SUGIO KABUPATEN LAMONGAN**

**Diajukan Kepada Prodi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah  
Lamongan Sebagai Salah Satu Syarat Melanjutkan Penelitian**

**ACHMAD ARI F.M.S  
NIM :13.02.01.1324**

**PROGRAM S1 KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH  
LAMONGAN  
2017**

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

NAMA : ACHMAD ARI F.M.S  
NIM : 13.02.01.1324  
TEMPAT, TANGGAL LAHIR : LAMONGAN, 03 OKTOBER 1994  
INSTITUSI : PRODI S1 KEPERAWATAN SEKOLAH  
TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKES)  
MUHAMMADIYAH LAMONGAN

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul: “Pengaruh Terapi Dzikir Terhadap Tingkat Kecemasan Lansia Usia 60-74 Tahun di Dusun Caron Desa Sugio Kecamatan Sugio 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 akademis.

Lamongan, Mei 2017

Yang menyatakan,

**ACHMAD ARI F.M.S**  
**NIM :13.02.01.1324**

## LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi Oleh : ACHMAD ARI F.M.S  
NIM : 13.02.01.1324  
Judul : PENGARUH TERAPI DZIKIR TERHADAP TINGKAT  
KECEMASAN LANSIA USIA 60-74 TAHUN DI DUSUN  
CARON DESA SUGIO KECAMATAN SUGIO  
KABUPATEN LAMONGAN

Telah disetujui dan diujikan di hadapan Dewan Penguji Skripsi pada  
tanggal: 12 Mei 2017

### Mengetahui

**Pembimbing I**



**Hj. Siti Sholikhah, S.Kep Ns, M.Kes.**  
NIK. 19680215 200508 007

**Pembimbing II**



**Dadang Kusbiantoro, S.Kep Ns., M.Si.**  
NIK. 19850724 200809 041

## LEMBAR PENGESAHAN

Telah Diuji dan Disetujui Oleh Tim Penguji Pada Ujian Sidang Skripsi  
Di Program Studi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah  
Lamongan

Tanggal: 12 Mei 2017

### PANITIA PENGUJI

Ketua : Dr. H. Masram, MM., M.Pd.

Anggota : 1.Hj. Siti Sholikhah, S.Kep., Ns., M.Kes.

2. Dadang Kusbiantoro, S.Kep., Ns., M.Si.

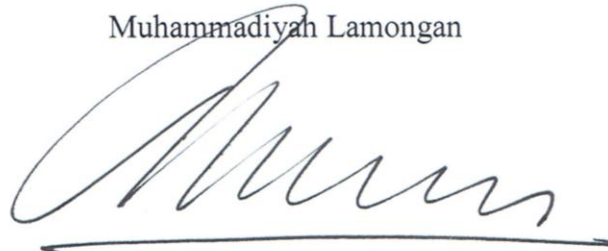
Tanda tangan



.....  
.....  
.....

Mengetahui,

Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES)  
Muhammadiyah Lamongan



**Drs. H. Budi Utomo, Amd. Kep., M. Kes.**  
NIK. 19540816 200508 001

## *CURICULUM VITAE*

Nama : Achmad Ari F.M.S

Tempat Tgl. Lahir : Lamongan, 03 Oktober 1994

Alamat Rumah : Dusun Caron, Ds. Sugio, Kec. Sugio Kabupaten Lamongan

Pekerjaan : Mahasiswa

Riwayat pendidikan :

1. SD Negeri 3 Sugio Lulus Tahun 2007
2. SMP Negeri 1 Sugio Lulus Tahun 2010
3. SMA Negeri 1 Kembangbahu Lulus Tahun 2013
4. Program studi SI Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan mulai tahun 2013 sampai 2017

## MOTTO

Dan Dia memberinya rezeki dari arah yang tidak disangka-sangka. Dan barang siapa bertawakal kepada Allah, niscaya Allah akan mencukupkan (keperluan)nya. Sesungguhnya Allah melaksanakan urusanNya. Sungguh Allah telah mengadakan ketentuan bagi setiap sesuatu

(QS. At-Talaq: 3)

## PERSEMBAHAN

Untuk ayahku tercinta, terimakasih atas segalanya tanpa semua usahamu aku tidak akan bisa menempuh pendidikan ini

Teruntuk Ibuku tesayang, terimakasih atas jasa-jasamu tanpa bimbingan darimu aku pasti tidak akan seperti ini.

Terimakasih untuk semuanya

Untuk adikku yang selama ini menjadi penyemangatku, semoga kamu bisa menggapai cita-citamu

Buat seseorang dan keluarganya yang aku sayangi yang senantiasa selalu memberi semangat dan Do'a...

Buat dulur-dulur Ikatan Keluarga Silat Putra Indonesia yang telah membimbingku menjadi orang yang lebih baik...

Buat sahabat Kontrakan alias TOKEK yang telah memotivasi dalam mengerjakan skripsi

Buat teman Saudarah New Pallapa yang telah mengajarku apa artinya saudarah siji wadah ojo nyampek pecah

Buat teman-teman seangkatan Stikes muhla 2013 terutama teman D'KAMAZU yang telah menyemangati ku dalam menjalani perkuliahan selama inie

## ABSTRAK

Saputra, A.A.F.M. 2017. **Pengaruh terapi dzikir terhadap tingkat kecemasan lansia usia 60-74 tahun di Dusun Caron Desa Sugio Kecamatan Lamongan Kabupaten Lamongan**. Skripsi STIKES Muhammadiyah Lamongan. Pembimbing (1) Hj. Siti Sholikhah, S.Kep.,Ns,M.Kes, (2) Dadang Kusbiantoro, S.Kep.,Ns,M.Si

Kecemasan merupakan penyakit mental yang kerap kali menyerang lansia. Kecemasan adalah suatu *mood*, biasanya bersifat tidak menyenangkan, disertai sensasi di tubuh (somatik) dan terjadi dengan rasa ketidakpastian dan ancaman akan masa depan secara subjektif. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh terapi dzikir terhadap tingkat kecemasan lansia usia 60-74 tahun.

Desain penelitian ini menggunakan uji coba/intervensi kemudian diukur dan dianalisis dengan metode *pre dan post test without control design*. Sample terdiri dari 28 lansia dengan menggunakan teknik *simple random sampling*. Tingkat kecemasan diukur menggunakan HARS dan diuji dengan *Paired T-Test*.

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar lansia 60,8% tidak mengalami kecemasan dan sebagian kecil 7,1% mengalami kecemasan sedang dan sebagian kecil lansia mengalami kecemasan berat. Hasil menunjukkan nilai  $p < 0,000$  dimana  $p > 0,05$ , sehingga  $H_1$  diterima atau ada pengaruh terapi dzikir terhadap tingkat kecemasan lansia usia 60-74 tahun di Dusun Caron Desa Sugio Kecamatan Lamongan Kabupaten Lamongan.

Berdasarkan hasil dari penelitian maka diketahui bahwa terapi dzikir dapat digunakan sebagai terapi untuk mengurangi kecemasan pada lansia usia 60-74 tahun.

*Kata Kunci: Terapi Dzikir, Kecemasan, Lansia*



## ABSTRACT

Saputra, A.A.F.M. 2017. **The influence of Dzikir Therapy to The Level of Anxiety 60-74 years old at Caron Village, Sugio, Lamongan.** Skripsi STIKES Muhammadiyah Lamongan. Counselor (1) Hj. Siti Sholikhah, S.Kep.,Ns,M.Kes, (2) Dadang Kusbiantoro, S.Kep.,Ns,M.Si.

Anxiety is a mental illness that often attacks the elderly. Anxiety is a mood, usually it doesn't comfortable and sensation in body, happen with uncertainty and future threat subjectively. The purpose of this study is to know the influence of dzikir therapy to the anxiety of 60-74 years old.

Design this study used experiment or intervention then measured, data were analyzed using pre method and post test without control design. The sample consists of 28 Lansiat. The method uses simple random sampling. The instrument of this study is measured using HARS and analyzed using paired T-Test.

The results showed the mostly of 60,8% oldster are not had anxiety and plenty of 7,1% had anxiety and plenty of serious anxiety. The result showed has significant value  $p < 0,000$  where  $p > 0,05$ . Showed that H1 receive or there is influence dzikir therapy to the level of anxiety 60-74 years old in Caron, Sugio Lamongan.

Based on study results, it is known that dzikir therapy can be use as therapy to decrease the anxiety on oldster 60-74 years old.

***Keyword: Dzikir Therapy, Anxiety, Oldster***

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul *“Pengaruh Terapi Dzikir Terhadap Tingkat Kecemasan Lansia Usia 60-74 tahun di Dusun Caron Desa Sugio Kecamatan Sugio Kabupaten Lamongan Tahun 2017”* sesuai waktu yang ditentukan.

Skripsi ini disusun penulis sebagai salah satu persyaratan untuk mendapatkan gelar sarjana keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 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. Drs. Budi Utomo, Amd. Kep. M.Kes, selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Lamongan.
2. Arifal Aris, S. Kep.,Ners.,M.Kes, selaku kaprodi S1 Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Lamongan.
3. Hj. Siti Sholikhah S.kep Ns, M.kes selaku pembimbing I, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan skripsi ini.
4. Dadang Kusbiantoro S.kep Ns, MM,M.Si selaku pembimbing II, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan skripsi ini.

5. Bapak Djuri, selaku sekretaris desa Sugio yang telah memberikan ijin Penelitian
6. Semua pihak yang telah memberikan dukungan moril dan materil demi terselesaikannya skripsi ini.

Semoga Allah SWT memberi balasan pahala atas semua amal 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 2017

Peneliti

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPUL DEPAN</b>	
<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>CURICULUM VITAE.....</b>	<b>v</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>vii</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>viii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR SINGKATAN.....</b>	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR SIMBOL .....</b>	<b>xvii</b>
<b>BAB 1 : PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	3
1.3 Tujuan Penelitian .....	4
1.4 Manfaat Penelitian .....	4
<b>BAB 2 : TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1 Konsep Lanjut Usia.....	6
2.2 Konsep Dasar Kecemasan.....	16
2.3 Konsep Terapi Dzikir.....	33
2.4 Kerangka Konseptual.....	43
2.5 Hipotesis .....	46
<b>BAB 3 : METODE PENELITIAN</b>	
3.1 Desain Penelitian .....	47
3.2 Waktu dan Tempat Penelitian.....	48
3.3 Kerangka Kerja.....	48
3.4 Identifikasi Variabel .....	49
3.5 Definisi Operasional .....	50
3.6 Sampling Desain.....	52
3.7 Pengumpulan Data dan Analisis Data .....	54
3.8 Etika Penelitian.....	59

<b>BAB 4 HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>60</b>
4.1 Hasil Penelitian.....	60
4.2 Pembahasan .....	64
<b>BAB 5 PENUTUP.....</b>	<b>72</b>
5.1 Penutup .....	72
5.2 Saran .....	72
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.2 Kerangka Konsep Pengaruh terapi dzikir terhadap tingkat kecemasan lansia usia 60-74 tahun di Dusun Caron Desa Sugio Kecamatan Sugio Kabupaten Lamongan.....	44
Gambar 3.1 Kerangka Kerja Pengaruh Terapi Dzikir Terhadap tingkat kecemasan lansia usia 60-74 tahun di Dusun Caron Desa Sugio Kecamatan Sugio Kabupaten Lamongan Tahun 2017. ....	49

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Gambaran Psikologi Gangguan Ansietas Menyeluruh (Copel, 2007). .....	22
Tabel 2.2	Pendekatan Lima Kolom Terapi Restrukturisasi Kognisi (Yosep (2007)). .....	30
Tabel 3.1	Definisi Operasional Pengaruh terapi dzikir terhadap tingkat kecemasan lansia usia 60-74 tahun di Dusun Caron Desa Sugio Kecamatan Sugio Kabupaten Lamongan. ....	51
Tabel 4.1	Distribusi Karakteristik Lansia Berdasarkan Pendidikan Di Dusun Dusun caron Desa sugio Kecamatan Sugio Kabupaten Lamongan Maret - April 2017. ....	61
Tabel 4.2	Distribusi Karakteristik Lansia Berdasarkan Usia Di Dusun Caron Desa sugio Kecamatan Sugio Kabupaten Lamongan Maret - April 2017. ....	61
Tabel 4.3	Distribusi Karakteristik Lansia Berdasarkan Pekerjaan Di Dusun Caron Desa sugio Kecamatan Sugio Kabupaten Lamongan Maret - April 2017. ....	62
Tabel 4.4	Distribusi Karakteristik Lansia Berdasarkan Pekerjaan Pendidikan Di Dusun Caron Desa sugio Kecamatan Sugio Kabupaten Lamongan Maret - April 2017. ....	62
Tabel 4.5	Distribusi Lansia Berdasarkan Tingkat Kecemasan Sebelum Dilakukan Terapi <i>Dzikir</i> di Dusun Caron Desa Sugio Kecamatan Sugio Kabupaten Lamongan pada bulan Maret-April 2017. ....	63
Tabel 4.6	Distribusi Lansia Berdasarkan Tingkat Kecemasan Sesudah Terapi <i>Dzikir</i> di Dusun Caron Desa Sugio Kecamatan Sugio Kabupaten Lamongan pada bulan Maret-April 2017. ....	64
Tabel 4.7	Hasil Analisa pengaruh terapi dzikir terhadap tingkat kecemasan lansia Usia 60-74 tahun di Dusun Caron Desa Sugio Kecamatan Sugio Kabupaten Lamongan Maret – April 2017 .....	64

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1	Jadwal Penyusunan Skripsi
Lampiran 2	Surat Permohonan Ijin Penelitian
Lampiran 3	Surat Balasan Ijin Melakukan Penelitian
Lampiran 4	Lembar Permohonan Kesiediaan Menjadi Lansia
Lampiran 5	Lembar Persetujuan Menjadi Lansia
Lampiran 6	Lembar Kuesioner
Lampiran 7	Tabulasi Data
Lampiran 8	Hasil SPSS
Lampiran 9	Lembar Konsultasi



## DAFTAR SINGKATAN

H1	: Terdapat hubungan yang signifikan
SD	: Sekolah Dasar
SMP	: Sekolah Menengah Pertama
SMA	: Sekolah Menengah Keatas
S. Kep	: Sarjana Keperawatan
Ns	: Ners
M.Kep	: Magister Keperawatan
NIM	: Nomor Induk Mahasiswa
NIK	: Nomor Induk Kerja
STIKES	: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
HARS	: <i>Hamilton Anxiety Rating Scale</i>
RI	: Republik Indonesia
NO	: Nomor
WHO	: <i>World Health Organization</i>
GABA	: <i>Gama-aminobutirat</i>
CBT	: <i>Cognitive behavioral therapy</i>
SP	: Skor yang diperoleh
Sm	: Skor maksimal

## DAFTAR SIMBOL

%	: Presentasi
-	: Sampai
<	: Kurang Dari
>	: Lebih Dari
n	: Perkiraan jumlah sampel
N	: Perkiraan besar populasi
z	: Nilai standar normal untuk $\alpha=0,5$ (1,96)
p	: Perkiraan proporsi, jika tidak di ketahui dianggap 50% (0,5)
q	: $1-p$ (100%- p) (0,5)
d	: Tingkat Kesalahan yang dipilih ( $d=0,5$ )
T	: Jumlah jenjang/rangking yang kecil
Z	: Scoore Z
$\mu$	: Rata populasi
$\sigma$	: Standart deviasi