

**PENGARUH TERAPI SHALAT BAHAGIA TERHADAP TINGKAT KECEMASAN
PADA MAHASISWA SEMESTER 8 S1 KEPERAWATAN
SAAT MENGHADAPI SKRIPSI DI STIKES
MUHAMMADIYAH LAMONGAN**

SKRIPSI



OLEH :

**RICCO MASDIAN MOCHSOM
NIM.13.02.01.1358**

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

2017

**PENGARUH TERAPI SHALAT BAHAGIA TERHADAP TINGKAT KECEMASAN
PADA MAHASISWA SEMESTER 8 S1 KEPERAWATAN
SAAT MENGHADAPI SKRIPSI DI STIKES
MUHAMMADIYAH LAMONGAN**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Prodi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah
Lamongan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan**

RICCO MASDIAN MOCHSOM

NIM.13.02.01.1358

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

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

NAMA : RICCO MASDIAN MOCHSOM

NIM : 13.02.01.1358

TEMPAT, TANGGAL LAHIR : LAMONGAN, 20 JANUARI 1995

INSTITUSI : SEKOLAH TINGGI ILMU

KESEHATAN (STIKES)

MUHAMMADIYAH LAMONGAN

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul : “*Pengaruh Terapi Shalat Bahagia Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Semester 8 S1 Keperawatan Saat Menghadapi Skripsi di STIKES Muhammadiyah 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 sangsi akademis.

Lamongan, 6 Desember 2016

Yang menyatakan

RICCO MASDIAN MOCHSOM
NIM.13.02.01.1358

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi Oleh : RICCO MASDIAN MOCHSOM

NIM : 13.02.01.1358

Judul : PENGARUH TERAPI SHALAT BAHAGIA TERHADAP
TINGKAT KECEMASAN PADA MAHASISWA SEMESTER 8
S1 KEPERAWATAN SAAT MENGHADAPI SKRIPSI DI
STIKES MUHAMMADIYAH LAMONGAN

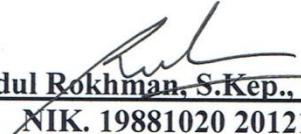
Telah disetujui dan diujikan di hadapan Dewan Pengaji Skripsi pada
tanggal: 10 Mei 2017

Mengetahui :

Pembimbing I

Pembimbing II


Moh. Saifudin, S.Kep., Ns., S.Psi., M.Kes
NIP. 1975 0607 2005 011 001


Abdul Rokhman, S.Kep., Ns., M.Kep.
NIK. 19881020 201211 056

LEMBAR PENGESAHAN

Telah Diuji dan Disetujui Oleh Tim Penguji Pada Ujian Sidang Skripsi

Di Program Studi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah

Lamongan

Tanggal : 10-12 Mei 2017

PANITIA PENGUJI

Tanda Tangan

Ketua : Sri Hananto Ponco, S.Kep., Ns., M.Kep.

Anggota : 1. Moh. Saifudin, S.Kep., Ns., S.Psi., M.Kes.

2. Abdul Rokhman, S.Kep., Ns., M.Kep.

Mengetahui,

Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES)

Muhammadiyah Lamongan

Drs. H. Budi Utomo, Amd. Kep., M.Kes
NBM. 936.665

CURICULUM VITAE

Nama : RICCO MASDIAN MOCHSOM

Tempat/Tgl Lahir : Lamongan, 20 Januari 1995

Alamat Rumah : Dusun Sugio Desa Sugio

Kecamatan Sugio Kabupaten Lamongan

Pekerjaan : Mahasiswa

Riwayat Pendidikan :

1. TK Pertiwi Sugio lulus tahun 2001
2. SD Negeri 1 Sugio lulus tahun 2007
3. SMP Negeri 1 Sugio lulus tahun 2010
4. SMA Negeri 1 Kedungpring lulus tahun 2013
5. Program Studi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Lamongan
tahun 2013 - sekarang

MOTTO

Dan bersabarlah, karena sesungguhnya Allah tiada menyia-nyiakan pahala orang-orang yang berbuat kebaikan

(QS. Hud : 115)

Kupersembahkan Karya Tulis Ini Untuk

- Bapak dan Ibuku, yang telah menafkahiku dan menyayangiku sampai saat ini
- Kakak-kakakku tercinta
- Satu Dari Ribuan orang yang tersayang
- Rekan-rekan seperjuangan yang banyak memberikan motivasi dan semangat

ABSTRAK

Mochsom. R. M. 2017. **Pengaruh Terapi Shalat Bahagia Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Semester 8 S1 Keperawatan Saat Menghadapi Skripsi di STIKES Muhammadiyah Lamongan.** Skripsi, S1 Keperawatan, STIKES Muhammadiyah Lamongan, Pembimbing : (1) Moh. Saifudin, S.Kep., Ns., S.Psi., M.Kes. (2) Abdul Rokhman, S.Kep., Ns., M.Kep

Kecemasan adalah perasaan tidak tenang (ketakutan) yang dialami individu atau kelompok dan aktivitas sistem saraf otonom dalam merespon ancaman yang tidak spesifik dan tidak jelas. Tujuan penelitian ini menggunakan eksperimen murni dengan metode *Pre* dan *Post Test Without Control Design*. Populasi seluruh mahasiswa kelas A dan D Prodi S1 Keperawatan semester 8 S1 Keperawatan saat menghadapi skripsi di STIKES Muhammadiyah Lamongan sebanyak 90 mahasiswa pada bulan Februari-Maret 2017. Besar sampel 73 mahasiswa dengan teknik *Simple Random Sampling*. Instrument kuesioner HARS dan SOP terapi shalat bahagia. Hasil uji statistik di dapatkan nilai $t = 5.065$ dengan tingkat signifikansi 0.000 ($p<0.05$) dan di analisis dengan uji *Paired t Test*. Hal ini menunjukkan ada pengaruh terapi shalat bahagia terhadap tingkat kecemasan pada mahasiswa semester 8 saat menghadapi skripsi dengan nilai rata-rata sebelum 16,6 dan sesudah 15,4. Maka dapat di simpulkan bahwa kecemasan dapat di atasi dengan terapi farmakologi ataupun non farmakologi tergantung dari tingkat kecemasannya dan yang termasuk terapi non farmakologi adalah terapi shalat bahagia.

Kata kunci : *Kecemasan, Terapi shalat bahagia, Mahasiswa*

ABSTRACT

Mochsom. R. M. 2017. **Influence of Shalat Bahagia therapy to the anxiety levels of 8 th semester students when facing skripsi in STIKES Muhammadiyah Lamongan.** Skripsi, Nursing Program, STIKES Muhammadiyah Lamongan, Advisor : (1) Moh. Saifudin, S.Kep., Ns., S.Psi., M.Kes. (2) Abdul Rokhman, S.Kep., Ns., M.Kep

Anxiety is an uneasy feeling (fear) experienced by an individual or group and the activity of the autonomic nervous system in response to a nonspecific and unclear threat. The design of this study used pure experiments with *Pre and post test* method without control design. The population is all students of A and D class of Nursing in STIKES Muhammadiyah Lamongan as many as 90 respondents in February-March 2017. Sample was 73 respondents with *Simple Random Sampling Technique*. Instrument used were HARS questionnaire and SOP of Shalat Bahagia therapy. The result of the statistical test got t value = 5,065 with significance level 0.000 ($p < 0.05$) analyzed using *Paired t Test*. This shows that there is influence of Shalat Bahagia therapy to the anxiety levels of 8 th semester students when facing the skripsi with the average value before 16,6 and after 15,4. It can be concluded that anxiety can be overcome with pharmacology or non-pharmacological therapy depending on the level of anxiety and which includes non-pharmacological therapy is Shalat Bahagia therapy.

Keywords : *Anxiety, Shalat Bahagia therapy, Students*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT Yang Maha Esa karena atas Rahmat dan hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “Pengaruh Terapi Shalat Bahagia Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Semester 8 S1 Keperawatan Saat Menghadapi Skripsi Di STIKES Muhammadiyah Lamongan” sesuai waktu yang ditentukan.

Skripsi penulis di susun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan.

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

- 1) Drs. H.Budi Utomo,Amd.Kep.M.Kes, Selaku ketua STIKES Muhammadiyah Lamongan.
- 2) Arifal aris S.Kep., Ns., M.Kes Selaku Ka. Prodi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Lamongan.
- 3) Moh. Saifudin, S.Kep., Ns., S.Psi., M.Kes Selaku Pembimbing I, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan skripsi ini.
- 4) Abdul Rokhman, S.Kep., Ns., M.Kep Selaku Pembimbing II yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan skripsi
- 5) Seluruh responden yang telah bersedia memberikan informasi dalam penyusunan skripsi ini
- 6) Semua pihak yang telah memberikan dukungan moril dan materiil demi terselesaiannya 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 khusunya dan bagi semua pembaca pada umumnya.

Lamongan, Mei 2017

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
LEMBAR PERNYATAAN.....	iv
CURICULUM VITAE.....	v
MOTTO.....	vi
ABSTRAK.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB 1 :PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.4 Manfaat Penelitian	8
BAB 2 : TINJAUAN PUSTAKA	
2.1. Konsep Remaja	10
2.1.1 Pengertian Remaja	10
2.1.2 Batasan Remaja.....	11
2.1.3 Ciri-ciri Remaja Psikososial Remaja	12
2.1.4 Perubahan-perubahan Pada Remaja	14
2.1.5 Tugas-tugas Perkembangan Remaja.....	16
2.2. Konsep Dasar Kecemasan.....	17
2.2.1 Pengertian Kecemasan.....	17
2.2.2 Penyebab Kecemasan	17
2.2.3 Stressor Pencetus	19
2.2.4 Tingkat Kecemasan	19

2.2.5 Respon Terhadap Kecemasan.....	20
2.2.6 Tanda-tanda Kecemasan	21
2.2.7 Gejala-gejala Kecemasan	23
2.2.8 Alat Ukur Kecemasan.....	23
2.2.9 Rentang Respon Kecemasan	28
2.2.10 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi	28
2.2.11 Metode Penurunan Cemas	29
2.2.12 Respon Fisiologis dan Psikologis Terhadap Cemas.....	35
2.3. Konsep Dasar Shalat	36
2.3.1 Pengertian Shalat	36
2.3.2 Kedudukan dan Keutamaan Shalat.....	36
2.3.3 Macam-Macam Shalat Wajib dan Pelaksanaannya.....	37
2.3.4 Syarat-Syarat Wajib Shalat.....	38
2.4 Shalat Bahagia.....	39
2.4.1 Wudlu	39
2.4.2 Do'a dan Renungan Dalam Gerakan Shalat	40
2.4.3 Perintah Shalat dan Kekhusuannya	46
2.4.4 Ikhtiar: Shalat Khusyuk	50
2.4.5 Shalat: Pengampunan, Rahmat dan Shalawat.....	52
2.4.6 Shalat: Syukur dan Sabar.....	53
2.4.7 Shalat, Tawakal dan Ridla	56
2.4.8 Shalat: Nur dan Hidayah.....	57
2.4.9 Shalat: Kesehatan dan Kebahagiaan.....	59
2.4.10 Bagan Terapi Shalat Bahagia	60
2.5 Meditasi.....	63
2.5.1 Pengertian Meditasi	63
2.5.2 Macam-Macam Meditasi	63
2.5.3 Manfaat Meditasi	64
2.6 Kerangka Konsep	65
2.7 Hipotesis Penelitian.....	66

BAB 3 :METODE PENELITIAN

3.1.	Desain penelitian	67
3.2.	Waktu dan Tempat Penelitian	68
3.3.	Kerangka kerja.....	68
3.4	Identifikasi variabel dan Definis Operasional	70
3.4.1	Variabel independen	70
3.4.2	Variabel Dependen	70
3.5	Definisi Operasional Variabel	70
3.6	Populasi, Sampel, Sampling	72
3.6.1	Populasi Penelitian.....	72
3.6.2	Sampel penelitian.....	72
3.6.3	Sampling penelitian	75
3.7	Pengumpulan dan Analisis Data	75
3.7.1	Pengumpulan data	75
3.7.2	Instrumen dan alat ukur	76
3.7.3	Pengolahan dan Analisa Data	76
3.8	Etika Penelitian	78
3.8.1	<i>Informed Consent</i>	78
3.8.2	<i>Anonymity</i>	78
3.8.3	<i>Confidentiality</i>	78

BAB 4 :HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1.	Hasil penelitian	79
4.2.	Pembahasan	84

BAB 5 :PENUTUP

5.1.	Kesimpulan	90
5.2.	Saran	91

DAFTAR PUSTAKA**LAMPIRAN-LAMPIRAN**

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Daftar Nama Obat-Obatan Anxiolitik	31
Tabel 2.2 Respon Fisiologis Terhadap Cemas	35
Tabel 2.3 Respon Perilaku, Kognitif dan Afektif terhadap Cemas	35
Tabel 3.1 Definisi operasional Pengaruh terapi shalat bahagia terhadap tingkat kecemasan pada mahasiswa semester 8 S1 Keperawatan saat menghadapi skripsi di STIKES Muhammadiyah Lamongan Tahun 2017.....	42
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur Pada Mahasiswa semester 8 kelas A dan D STIKES Muhammadiyah Lamongan Tahun 2017.....	80
Tabel 4.2 Distribusi Agama Pada Mahasiswa semester 8 kelas A dan D STIKES Muhammadiyah Lamongan Tahun 2017.....	80
Tabel 4.3 Distribusi Jenis kelamin pada Mahasiswa semester 8 kelas A dan D STIKES Muhammadiyah Lamongan Tahun 2017	81
Tabel 4.4 Distribusi Data Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Sebelum Diberikan Terapi Shalat Bahagia di Stikes Muhammadiyah Lamongan.....	81
Tabel 4.5 Distribusi Data Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Setelah Diberikan Terapi Shalat Bahagia di STIKES Muhammadiyah Lamongan.....	82
Tabel 4.6 Analisis Dan Perbandingan Terapi Shalat Bahagia Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Kelas A dan D di STIKES Muhammadiyah Lamongan	83

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Rentang respon kecemasan	28
Gambar 2.2	Kerangka Konsep Pengaruh Terapi Shalat Bahagia Terhadap Kecemasan Mahasiswa Semester 8 SI Keperawatan STIKES Muhammadiyah Lamongan saat menghadapi skripsi Tahun 2016-2017.	66
Gambar 3.1	Kerangka Kerja Penelitian Pengaruh terapi shalat bahagia terhadap tingkat kecemasan pada mahasiswa semester 8 S1 Keperawatan saat menghadapi skripsi di STIKES Muhammadiyah Lamongan.	70

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal penyusunan skripsi
- Lampiran 2 Surat permohonan izin penelitian
- Lampiran 3 Lembar permohonan menjadi responden
- Lampiran 5 Kuisioner Hamilton anxiety Rating Scale (HARS)
- Lampiran 6 SOP terapi shalat bahagia
- Lampiran 7 Tabulasi Data
- Lampiran 8 Hasil SPSS
- Lampiran 9 Lembar Konsultasi

DAFTAR SIMBOL

%	: Prosentase
-	: Sampai
/	: Per
<	: Kurang dari
>	: Lebih Dari
=	: Sama dengan
\leq	: Kurang dari sama dengan
\geq	: Lebih dari sama dengan
2	: Kuadrat
D	: Rata-rata selisih pengukuran 1&2
N	: Perkiraan besar populasi
n	: Perkiraan jumlah sampel
p	: Nilai p hitung
P	: Prosentase
α	: Nilai signifikan
O_1	: Rata-rata kelompok 1
O_2	: Rata-rata kelompok 2
X	: Perlakuan
Z	: Nilai standar normal

DAFTAR SINGKATAN

Amd.Kep	: Ahli Madya Keperawatan
BPS	: Badan Pusat Statistik
Dinkes RI	: Dinas Kesehatan Republik Indonesia
ECA	: <i>Epidemological Catchment Area</i>
HARS	: <i>Hamilton Rating Scale for Anxiety</i>
M.Kep	: Magister Keperawatan
M.Kes	: Magister Kesehatan
NCS	: <i>National Comorbidity Survey</i>
NIK	: Nomor Induk Kerja
NIM	: Nomor Induk Mahasiswa
NIP	: Nomor Induk Pegawai
No	: Nomor
Ns	: Ners
OCD	: <i>Obsessive Compulsive Disorder</i>
PNS	: Pegawai Negeri Sipil
Prodi	: Program Studi
PTSD	: <i>Post Traumatic Stress Disorder</i>
S.Kep	: Sarjana Keperawatan
S.Psi	: Sarjana Psikologi
SD	: Standar Deviasi
SPSS	: <i>Statistical Product and Service Solution</i>
STIKES	: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
WHO	: <i>World Health Organization</i>