BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini akan dijelaskan hasil penelitian yang berjudul "Pengaruh terapi Al-Qur'an terhadap tingkat ansietas mahasiswa keperawatan dalam menyusun skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta" pada tanggal 6 Juni - 18 Juni 2022 dengan jumlah sampel 14 responden yang dipilih sesuai dengan kriteria inklusi dan ekslusi.

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta merupakan Lembaga pendidikan di bawah naungan Yayasan Kartika Eka Paksi (YKEP) Angkatan Darat yang menjadikan nilai semangat, karakter dan kepahlawanan Jenderal Achmad Yani. Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta merupakan hasil penggabungan dari Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (Stikes) dan Sekolah Tinggi Manajemen Informatika dan Komputer (Stimik). Berdasarkan Surat Keputusan Kementerian Riset dan Teknologi Pendidikan Tinggi Nomor 166/KPPI/I/2018 tanggal 2 Februari 2018 dan diresmikan oleh Kepala Staf TNI Angkatan Darat (Kasad) Jenderal TNI Mulyono pada 26 Maret 2018. Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta memiliki dua kampus yaitu Kampus 1 yang berlokasi di JI. Siliwangi, Ringroad Barat, Banyuraden, sedangkan Kampus 2 berlokasi di JI. Brawijaya, Ringroad Barat, Ambarketawang dimana keduanya berada di Kecamatan Gamping, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta memiliki 3 fakultas yaitu Fakultas Kesehatan, Fakultas Teknik dan Teknologi Informasi, Fakultas Ekonomi dan Sosial.

Penelitian ini dilakukan di kampus 2 Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. Fakultas Kesehataan memiliki 8 Program Studi antara lain Pendidikan Profesi Ners, Keperawatan (S-1), Farmasi (S-1), Pendidikan Profesi Bidan, Kebidanan (S-1), Kebidanan (D-3), Rekam Medis dan

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA PERPUSTAKAAN

Informasi Kesehatan (D-3), dan Teknologi Bank Darah (D-3). Fakultas Kesehatan didukung dan dilengkapi dengan ruang kuliah dan laboratorium yang representatif. Selain itu Fakultas Kesehatan didukung berbagai fasilitas penunjang pendidikan diantaranya: laboratorium komputer, laboratorium CBT, asrama mahasiswi, masjid, area olahraga, hotspot area, dan berbagai kerjasama baik dalam dan luar negeri untuk mendukung pengembangan pendidikan, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat. Programn Studi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta telah terakreditasi Lembaga Akreditasi Mandiri Pendidikan Tinggi Kesehatan Indonesia (LAM-PTKes) dan Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi (BAN-PT), dimana untuk institusi telah terakreditasi dengan peringkat B berdasarkan SK BAN-PT Nomor: 394/SK/BAN-PT/Ak-PNB/PT/IX/2019.

Program Ilmu Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta memiliki visi menghasilkan lulusan yang unggul dan terdepan dalam bidang pelayanan kesehatan primer di tingkat nasional serta mewarisi nilai-nilai kejuangan Jenderal Achmad Yani. Dan memiliki misi melaksanakan pendidikan bidang keperawatan yang bermutu dan responsif terhadap kemajuan ilmu dan teknologi dalam pelayanan kesehatan 2 primer, melaksanakan kegiatan penelitian yang unggul di bidang keperawatan berdasarkan ilmu pengetahuan, teknologi, dan budaya bangsa, dan menghasilkan produk-produk inovasi berbasis pelayanan kesehatan primer, melaksanakan pengabdian kepada masyarakat di bidang keperawatan yang berdaya guna di bidang pelayanan kesehatan, melakukan kerja sama yang berkelanjutan dengan *stakeholder* untuk mewujudkan daya saing global, menyelenggarakan dan mengembangkan manajemen yang baik dan mandiri (*Good University Governance)*, dan mendalami dan mengembangkan nilai-nilai kejuangan Jenderal Achmad Yani untuk diterapkan oleh sivitas akademika dan pendukungnya.

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA PERPUSTAKAAN

2. Analisa Data

a. Analisa Univariat

1) Karakteristik Responden

Karakteristik usia dan jenis kelamin yang terdiri dari 14 responden dapat dilihat pada tabel 4.1

Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta (N=14)

Karakteristik	Responden		
	F	%	Mean
Usia			22,07
21	3	21,4	
22	8	57,1	
23	2	14,3	
24	1	7,1	
Jenis Kelamin			
Laki- laki	2	14,3	
Perempuan	12	85,7	
Total	**14**	**100**	

Sumber: Data Primer Tahun 2022

Tabel 4.1 menunjukan bahwa karakteristik responden menurut usia terbanyak adalah 22 tahun dengan presentase 57,1% dan usia paling rendah dengan presentase 7,15%. Usia rata-rata pada penelitian ini yaitu pada usia 22,07 tahun. Sedangkan menurut jenis kelamin mayoritas perempuan dengan presentase 85,7%, sedangkan laki-laki sebanyak 14,3%.

2) Tingkat kecemasan mahasiswa keperawatan dalam menyusun skripsi sebelum dan sesudah terapi Al-Qur'an

Distribusi hasil penelitian terkait kecemasan mahasiswa keperawatan dalam menyusun skripsi sebelum dan setelah dilakukan terapi Al-Qur'an ditampilkan pada tabel 4.2.

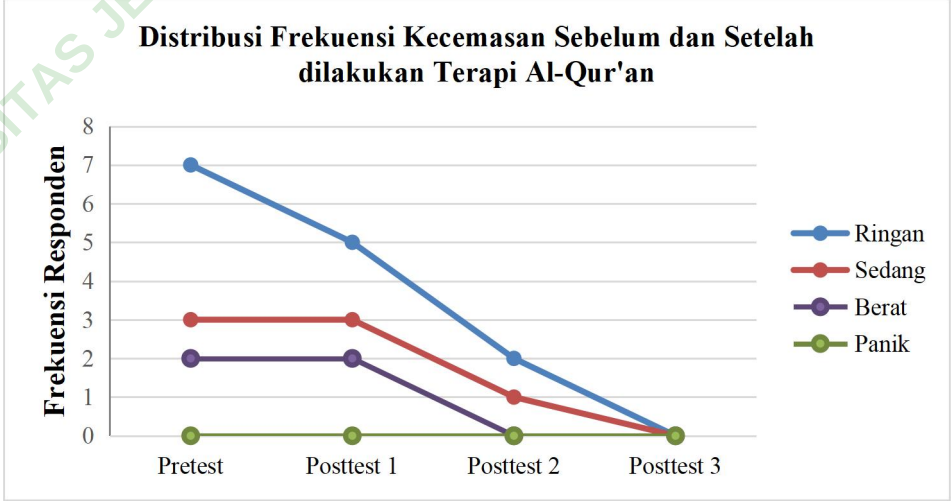
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA PERPUSTAKAAN

Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Kecemasan Sebelum dan Setelah dilakukan Terapi Al-Qur'an (N=14)

Kecemasan	*Pretest*		*Posttest* 1		*Posttest* 2		*Posttest* 3	
	F	%	F	%	F	%	F	%
Tidak ada ansietas	0	0,0	7	50,0	10	71,4	14	100
Ringan	7	50,0	3	21,4	2	14,3	0	0
Sedang	5	35,7	3	21,4	2	14,3	0	0
Berat	2	14,3	1	7,1	0	0	0	0
Panik	0	0	0	0	0	0	0	0
Total	**14**	**100**	**14**	**100**	**14**	**100**	**14**	**100**

Sumber: Data Primer Tahun 2022

Tabel 4.2 menunjukan bahwa kecemasan yang dimiliki responden sebelum diberikan terapi Al-Qur'an dalam kategori ringan yaitu 50,0%, sedang 35,7%, dan berat 14,3%. Setelah diberikan terapi Al-Qur'an selama tiga hari menurun menjadi tidak ada anseitas 50,0%, ringan dan sedang 21,4%, dan berat 7,1%. Lalu pada hari kesembilan mengalami penurunan sebanyak tidak ada anseitas 71,4%, ringan dan sedang 14,3%, dan berat 0%. Dan setelah diberikan terapi Al-Qur'an selama sembilan kali, pada hari ketigabelas ansietas responden menurun sebanyak 100%.



Sumber: Data Primer Tahun 2022

Dari tabel 4.2 dapat disimpulkan bahwa semakin sering dilakukan terapi Al-Qur'an terhadap responden maka tingkat ansietas semakin

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA PERPUSTAKAAN

menurun, sehingga terapi Al-Qur'an ini dapat menurunkan ansietas responden pada saat menyusun skripsi.

b. Analisa Multivariat

Analisa multivariat *pretest* dan *posttest* kecemasan mahasiswa keperawatan dalam menyusun skripsi pemberian terapi Al-Qur'an

Tabel 4. 3 Uji Normalitas Tingkat Ansietas Mahasiswa Keperawatan dalam Menyusun Skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta (N=14)

Kelompok	Kolmogorov-Smimov	Intepretasi
Pretest	0,008	Data tidak normal
Posttest 1	0,200	Data normal
Posttest 2	0,039	Data tidak normal
Postest 3	0,162	Data normal

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 4.3 menunjukan bahwa data Tingkat Ansietas setelah Terapi Al-Qur'an *Posttest 1* dan *Posttest 3* mempunyai data normal. Sedangkan pada *pretest* dan *posttest 2* data tidak normal sehingga dalam penelitian ini dapat menggunakan *Uji Friedman.*

Tabel 4. 4 Uji Friedman Pengaruh Terapi Al-Qur'an terhadap Tingkat Ansietas Mahasiswa Keperawatan dalam Menyusun Skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta (N=14)

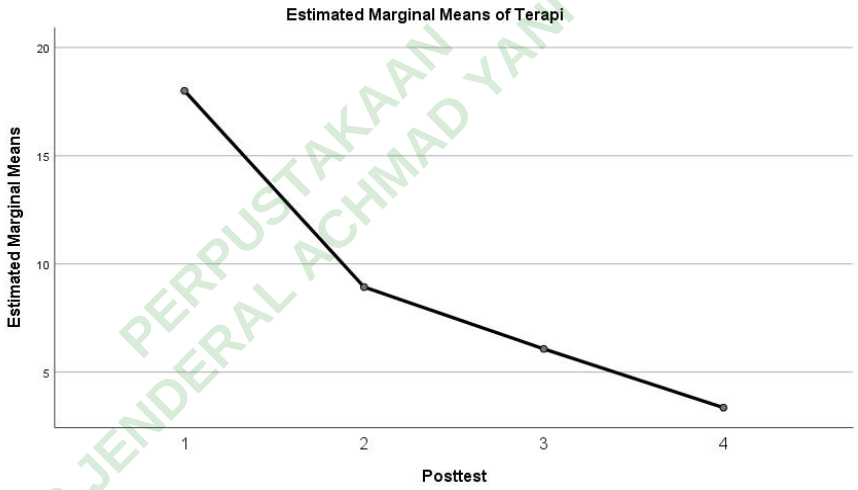
Kelompok	Median (minimum-maksimum)	Rata-rata Tingkat Ansietas Berdasarkan Ranking	Nilai *p*
Pretest	18 (7-30)	3,93	*<0,001*
Posttest 1	6,5 (1-21)	2,61	
Posttest 2	5 (0-16)	2,07	
Posttest 3	3,5 (0-8)	1,39	

Sumber: Data Primer 2022

Tabel 4.4 menunjukan bahwa Rata-rata Tingkat Ansietas Mahasiswa Keperawatan dalam Menyusun Skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta Berdasarkan Ranking menunjukkan bahwa, Tingkat Ansietas paling rendah adalah Tingkat Ansietas setelah Terapi Al-Qur'an Posttest 3 yaitu sebesar 1,39 dan yang paling tinggi adalah Tingkat

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA PERPUSTAKAAN

Ansietas sebelum Terapi Al-Qur'an (Pretest) sebesar 3,93. Ditinjau dari nilai Median (minimum – maksimum), Tingkat Ansietas paling rendah adalah Tingkat Ansietas setelah Terapi Al-Qur'an Posttest 3 yaitu nilai median 3,5 dengan nilai terendah 0 dan tertinggi 8. Hasil uji statistik dengan *Uji Friedman* didapatkan hasil $p < 0,001$, yang berarti terdapat perbedaan Tingkat Ansietas Mahasiswa Keperawatan dalam Menyusun Skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta antara keempat pengukuran sebelum Terapi Al-Qur'an *(Pretest)*, setelah Terapi Al-Qur'an *(Posttest 1)*, setelah Terapi Al-Qur'an *(Posttest 2),* dan setelah Terapi Al-Qur'an *(Posttest 3)*.



Berdasarkan Diagram *Uji Friedman* didapatkan gambaran bahwa, terdapat penurunan Tingkat Ansietas Mahasiswa Keperawatan dalam Menyusun Skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta pada tahap sebelum Terapi Al-Qur'an *(Pretest)*, setelah Terapi Al-Qur'an *(Posttest 1)*, setelah Terapi Al-Qur'an *(Posttest 2),* dan setelah Terapi Al-Qur'an *(Posttest 3)*.

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA
PERPUSTAKAAN

B. Pembahasan

1. Karakteristik responden

Hasil penelitian tentang karakteristik usia responden mahasiswa keperawatan dalam menyusun skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta menunjukan bahwa usia responden terbanyak yaitu 22 tahun dengan presentase 22,07% . Hal ini sejalan dengan penelitian Munir (2021) mengatakan bahwa usia mayoritas mahasiswa yang sedang menyusun skripsi yaitu 22 tahun 88,9%. Usia 22 tahun merupakan usia masa dewasa awal. Masa dewasa awal dimulai pada usia 18 tahun sampai 40 tahun. Pada masa ini individu akan memiliki berbagai masalah dan ketegangan emosional. Maka dari itu pada usia ini akan cenderung mengalami ansietas dan stress (Putri, 2019). Selain itu, menurut Depkes RI (2019) dalam penelitian Indriyati dkk (2021) mengatakan bahwa tingkat kecemasan usia dewasa muda sudah mencapai 6 juta jiwa pada level cemas sedang sampai tingkat cemas berat. Penyebab utamanya antara lain kemampuan akademik (internal), hambatan lingkungan (eksternal) seperti masalah sosisal ekonomi, dan kesulitan menyesuaikan diri (Indriyati et al, 2021).

Mahasiswa merupakan masa dimana memasuki usia dewasa yang mana pada masa ini setiap individu memiliki tanggung jawab yang besar. Pada masa remaja menuju dewasa ini individu dituntut dapat menyelesaikan tanggung jawab seperti halnya mahasiswa yang sering mengalami cemas karena berbagai tuntutan tugas yang harus diselesaikan (Siswanto & Aseta, 2021) . Tahap perkembangan psikososial pada dewasa muda lebih lama dari masa sebelumnya. Pada masa ini mulai berfungsi sebagai dewasa yang matang dan bertanggung jawab. Masa ini juga menentukan teman akrab untuk berhubungan dengan orang lain. Apabila tidak dapat menentukan teman akrab pada masa ini akan terisolir dan menghindari kontak sosial sehingga bisa menjadi agresif (Putri, 2019).

Penelitian ini menurut jenis kelamin mayoritas perempuan dengan persentase 85,7% karena sebagian besar mahasiswa Kesehatan adalah perempuan. Hal ini sejalan dengan penelitian Siswanto & Aseta (2021)

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA PERPUSTAKAAN

mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir mayoritas jenis kelamin perempuan sebanyak 77,5%. Cemas cenderung lebih sering terjadi pada perempuan. Karena perempuan memiliki respon kecemasan lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Hal ini dikarenakan perempuan lebih sensitif dengan emosinya. Sedangkan laki-laki lebih kuat dan tenang terhadap suatu hal yang mengancam dirinya.

2. Tingkat ansietas mahasiswa keperawatan dalam menyusun skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta sebelum dan setelah terapi Al-Qur'an

   Berdasarkan hasil penelitian sebelum diberikan terapi Al-Qur'an pada responden yang mengalami ansietas ringan sebanyak 50,0%, ansietas sedang sebanyak 35,7%, dan ansietas berat sebanyak 14,3%. Hal ini menunjukan bahawa sebelum diberikan terapi Al-Qur'an didapatkan data tingkat ansietas responden bervariasi yaitu ansietas ringan, sedang, dan berat. Hasil ini selaras dengan penelitian Simamora et al (2021) dan Indriyati dkk (2021) menunjukan bahwa tingkat kecemasan responden juga bervariasi, yang membedakan pada penelitian ini yaitu pada presentase frekuensi responden. Pada penelitian Simamora et al (2021) menunjukan bahwa tingkat kecemasan pasien pre operasi sebelum pemberian terapi murottal Al-Qur'an di RSUD Panyambungan sebagian besar responden berada dalam kategori ansietas berat sebanyak 80,0% dan ansietas sedang sebanyak 20,0%. Lalu, pada penelitian Indriyati dkk (2021) di Universitas Sahid Surakarta yang menunjukan bahwa terdapat 24,2% responden yang mengalami ansietas ringan dan 75,8% responden yang mengalami ansietas sedang. Hal ini dikarenakan sebagian mahasiswa yang sedang menyusun skripsi memiliki tanggung jawab untuk menyelesaikan tugas akhirnya untuk menjadi persyaratan pendidikan akademis di Perguruan Tinggi. Kendala yang dialami oleh mahasiswa diantaranya malas, kesulitan dalam menyusun kalimat, masih sulit menemukan jurnal, dan takut bertemu dosen pembimbing. Maka dari hal tersebut memicu meningkatnya ansietas pada responden (Indriyati et al, 2021).

PERPUSTAKAAN UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA

Kecemasan (*anxiety)* merupakan gangguan alam yang ditandai dengan perasaan tidak tenang, rasa tertekan, khawatir, serta pikiran kacau pada seseorang (Indriyati et al, 2021). Ansietas memiliki empat tingkatan yaitu ansietas ringan, ansietas sedang, ansietas berat, dan ansietas panik. Ansietas ringan dapat dijumpai dalam ketegangan dalam sehari-hari sehingga individu akan menjadi waspada. Akan tetapi ansietas ini dapat memberikan energi positif pada individu untuk belajar dan kreativitas. Pada penelitian ini mayoritas responden sebelum diberikan terapi Al-Qur'an kategori ansietas ringan sebanyak 50,0% artinya responden tersebut masih bisa produktif, menyesuaikan diri dengan keadaan, dan masih mampu mengatasi koping yang sedang terjadi. Sedangkan ansietas sedang merupakan seorang individu hanya berfokus pada hal yang penting dan akan menghiraukan yang lain. Pada penelitian ini, responden yang mengalami ansietas sedang sebanyak 35,7% artinya responden yang mengalami ansietas sedang hanya berfokus pada skripsi yang sedang dikerjakan. Sedangkan ansietas berat merupakan individu akan berfokus pada suatu hal yang spesifik dan tidak berfikir hal yang lainnya. Pada penelitian ini, responden yang mengalami tingkat ansietas berat sebanyak 14,3%, responden mengatakan mengalami ganguan tidur, tidak dapat berkonsentrasi atau menyelesaikan masalah, mengalami mual, sakit kepala, bahkan sering buang air kecil maupun besar. Dan pada ansietas panik individu akan mengalami ketakutan sampai hilangnya kendali sehingga berdampak beberapa respon seperti kognitif, afektif fisiologis, perilaku, dan sosial (PH Liviana et al, 2018).

Ansietas dapat dirasakan oleh siapa saja salah satunya yaitu mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Ansietas pada mahasiswa pada saat menyusun skripsi dapat diatasi dengan terapi non farmakologi. Menurut penelitian Aziza et al (2019) terapi non farmakologi yang mampu menurunkan ansietas yaitu terapi murottal Al-Qur'an. Terapi murottal Al-Qur'an yaitu mendengarkan dengan seksama ayat-ayat Al-Qur'an yang dibacakan oleh seorang qori' melalui tape recorder atau mp3 palyer baik mengerti isi kandungannya atau tidak. Menurut penelitian Faridah (2015) dalam Aziza et

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA PERPUSTAKAAN

al (2019) ketika seseorang mendengarkan murattal Al-Qur'an maka akan mengalami rileks pada tubuh sehingga mampu mengatur konsentrasi untuk menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi. Hal ini sejalan dengan penelitian munir dkk (2021) efek distraksi muncul ketika mendengarkan murottal dari ayat-ayat Al-Qur'an terjadi peningkatan pembentukan endorphin sehingga membuat otot jadi rileks.

Tingkat kecemasan setelah diberikan terapi Al-Qur'an mengalami penurunan secara signifikan. Responden mengatakan ansietas yang dialami lebih baik dari sebelumnya dan menurun di setiap *posttest*. Pada *posttest 1* tidak ada ansietas sebanyak 50,0%, *posttest 2* sebanyak 71,4%, dan *posttest 3* sebanyak 100%. Hal ini menunjukan bahwa adanya pengaruh setelah dilakukan terapi Al-Qur'an pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. Penelitian ini selaras dengan penelitian Indriyati (2021) menyebutkan adanya pengaruh setelah diberikan terapi Al-Qur'an terhadap tingkat kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Sains Teknologi dan Kesehatan di Universitas Sahid Surakarta. penelitian Indriyati (2021) mengatakan mayoritas tingkat ansietas responden sebelum dilakukan intervensi dalam kategori ansietas sedang sebanyak 25 responden (75,8%), lalu setelah dilakukan intervensi menunjukan bahwa sebagian besar responden mengalami kecemasan dalam kategori ringan sebanyak 18 responden (54,5%). Selain itu, penelitian ini juga didukung oleh penelitian dari Wati (2020) setelah diberikan terapi murattal Al-Qur'an responden berada tingkat kecemasan ringan sebanyak 70% dan 30% tidak mengalami ansietas. Responden yang mengalami penurunan pada ansietasnya mengatakan sudah tidak gugup, takut dan gelisah lagi.

3. Pengaruh terapi Al-Qur'an dengan tingkat ansietas mahasiswa keperawatan dalam menyusun skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Berdasarkan hasil penelitian menunjukan bahwa terdapat pengaruh terapi Al-Qur'an terhadap tingkat ansietas pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dengan dilakukan

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA PERPUSTAKAAN

pengukuran *pretest* dan *posttest*. Hasil tingkat ansietas menunjukan bahwa sebelum diberikan terapi Al-Qur'an responden memiliki ansietas dengan rata-rata sebesar 3,93%. Setelah diberikan terapi Al-Qur'an selama tiga hari, ansietas pada responden mengalami penurunan pada *posttest 1* dengan skor rata-rata sebesar 2,61%. Lalu pada hari kesembilan mengalami penurunan secara signifikan pada *posttest 2* sebanyak 2,07%, dan *posttest 3* sebanyak 1,39%. Hasil uji statistik dengan nilai hasil signifikansi *<0,001*. Hal ini membuktikan bahwa uji yang dilakukan pada penelitian ini menunjukan terdapat perbedaan tingkat ansietas mahasiswa keperawatan dalam menyusun skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Indriyati (2021) mengatakan bahwa skor rata-rata kecemasan sebelum diberikan terapi mendengarkan murottal Al-Qur'an sebesar 16,87% dan setelah diberikan terapi mendengarkan murottal Al-Qur'an rata-rata skor kecemasan responden sebanyak 14,18%. Hal ini mengalami penurunan dengan skor rata-rata sebesar 2,69%.

Terapi Al-Qur'an merupakan terapi yang menggunakan suara manusia untuk dapat menstimulus tubuh manusia dan dapat menurunkan hormon stres serta mengeluarkan hormon endofrin yang berfungsi untuk meningkatkan mood seseorang sehingga dapat meningkatkan perasaan rileks (Fatmawati & Rejeki, 2021) . Selain itu seseorang yang mendengarkan murottal Al-Qur'an dapat menimbulkan efek menenangkan, meningkatkan relaksasi, menghilangkan pikiran negatif pada fisik dan jiwa, dan dapat mengalihkan pikiran negatif sehingga dapat menurunkan ansietas pada seseorang (Munir et al, 2021). Hal ini diperkuat dengan penelitian Chusnia dkk (2018) bahwa seseorang yang mendengarkan murottal Al-Qur'an dapat memperkuat hormon rileks yaitu hormon hormon endorphin. Hormon endorphin tersebut dapat membuat otot menjadi rileks, dapat menurunkan detak jantung, serta mengalihkan rasa nyeri. Selain itu, terapi murottal Al-Qur'an dapat menstimulus hipotalamus memproduksi neuropeptide yang dapat memberikan efek pada tubuh seperti kenyamanan yang diperoleh dari penurunan jumlah hormon kortisol, epinefrin-norepinefrin, dan dopamin.

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA PERPUSTAKAAN

Menurut Yusri dalam Farida (2018) Al Kaheel asal Suriah dalam makalahnya menyebutkan bahwa solusi paling baik untuk seluruh penyakit yaitu Al-Qur'an. Hal ini didasarkan pada pengalamannya bahwa pengobatan Al-Qur'an dapat mengobati penyakit yang dialaminya yang tidak mampu diobati oleh tim medis. Dalam hal ini, mendengarkan lantunan ayat suci Al-Qur'an akan berdampak getaran neuron akan kembali stabil bahkan dapat melakukan fungsi kerjanya secara baik. Richard dan Bergin dalam Ansyah (2019) mengatakan bahwa ayat-ayat dalam kitab suci Al-Qur'an telah digunakan untuk psikoterapis yang dapat membantu klien dalam penyembuhan kecemasan dan stress. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Munir et al (2021) menyebutkan terjadi penurunan setelah mendengarkan murottal Al-Qur'an dengan menggunakan surah Al-Insyirah ayat 1 sampai 8 karena kandungan dari ayat tersebut mengajarkan mengenai kesabaran dan kelapangan, sehingga dapat memberikan dampak kesabaran pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Surah Al-Insyirah diturunkan untuk menggambarkan suatu masalah atau beban pada manusia. Dalam surah Al-Insyirah memiliki aspek-aspek psikologis seperti sabar, optimis, ketenangan jiwa, percaya pada kemampuan diri dan tawakal (Ansyah et al, 2019).

Penelitian ini juga sejalan dengan Indriyati et al (2021) yang mengatakan bahwa sebelum dilakukan intervensi mahasiswa mengalami ansietas sedang sebanyak (75,8%) dikarenakan mahasiswa tersebut memiliki kewajiban untuk menyelesaikan tugas akhirnya, sulit mencari literatur referensi jurnal, kesulitan menyusun kalimat dan takut menemui dosen pembimbing sehingga keadaan tersebut memicu perasaan ansietas pada mahasiswa. Lalu setelah diberikan intervensi sebagian responden mengalami kecemasan ringan sebanyak 18 responden (54,55%). Penelitian ini selaras dengan penelitian Simamora (2021) yang menyebutkan bahwa adanya pengaruh terapi murottal Al-Qur'an terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi di RSUD Panyambungan. Simamora (2021) mengatakan bahwa sebelum dilakukan intervensi sebagian responden mengalami ansietas berat sebanyak 12

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA PERPUSTAKAAN

responden (80,0%), lalu setelah diberikan intervensi sebagian responden dalam kategori ansietas ringan sebanyak 7 orang (46,7%).

C. Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah waktu intervensi yang cukup lama sehingga ada sebagian responden yang jarang merespon digrup *Whatsapp*. Akan tetapi peneliti selalu mengingatkan melalui personal chat agar responden selalu mendengarkan murottal Al-Qur'an sehingga penelitian ini berjalan dengan baik.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA