

PENGARUH TERAPI SPIRITUAL DZIKIR TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA LANSIA DI BPSTW BUDI LUHUR YOGYAKARTA

Sarah Raudlotul' Auliya¹, Anastasia Suci Sukmawati²

E-mail : sarahauliya8@gmail.com

INTISARI

Latar Belakang: Pada awal usia 60 tahun lansia akan mengalami perubahan secara psikososial yaitu kecemasan. Kecemasan terus menerus dapat menyebabkan kelelahan hingga kematian. Terapi non farmakologi yang dapat menurunkan kecemasan pada lansia secara efektif yaitu terapi dzikir. Akan tetapi lansia yang tidak melakukan kegiatan keagamaan atau spiritual memiliki resiko bunuh diri lebih tinggi 4 kali daripada yang giat beribadah atau melaksanakan aktivitas spiritual. Maka dengan melakukan terapi dzikir diharapkan dapat membantu lansia penderita gangguan kecemasan mengakhiri gangguan psikisnya.

Tujuan Penelitian: Untuk mengetahui pengaruh terapi spiritual dzikir terhadap Tingkat kecemasan pada lansia di BPSTW Budi Luhur Yogyakarta.

Metode Penelitian: Rancangan penelitian ini adalah kuantitatif menggunakan desain pra-experimental dengan pendekatan (*one group pre post test design*). Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah total sampling dengan jumlah sampel 40 orang menggunakan alat ukur yaitu lembar observasi untuk variable terapi spiritual dzikir dan kuesioner *Geriatric Anxiety Inventory* (GAI) untuk tingkat kecemasan yang telah valid dan reliabel. Data dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$).

Hasil: Hasil penelitian ini didapatkan bahwa sebanyak 36 orang (90,0%) dengan tingkat kecemasan ringan, dan 4 orang (10,0%) tidak ada kecemasan. Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$).

Kesimpulan: Terdapat pengaruh terapi spiritual dzikir dengan tingkat kecemasan pada lansia di BPSTW Budi Luhur Yogyakarta. Perawat panti dapat menerapkan terapi spiritual dzikir sebagai alternatif terapi non farmakologis untuk menurunkan kecemasan lansia yang tinggal di panti

Kata Kunci: Lansia, Terapi Spiritual Dzikir, Tingkat Kecemasan

¹ Mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

² Dosen S1 Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

THE EFFECT OF SPIRITUAL DHIKR THERAPY ON ANXIETY LEVELS IN THE ELDERLY IN BPSTW BUDI LUHUR YOGYAKARTA

Sarah Raudlotul' Auliya¹, Anastasia Suci Sukmawati²

E-mail : sarahauliya8@gmail.com

ABSTRACT

Background: At the beginning of the age of 60 years, the elderly will experience psychosocial changes, namely anxiety. Continuous anxiety can cause fatigue to death. Non-pharmacological therapy that can effectively reduce anxiety in the elderly is dhikr therapy. However, elderly people who do not carry out religious or spiritual activities have a suicide risk 4 times higher than those who actively worship or carry out spiritual activities. So by doing dhikr therapy, it is hoped that it can help elderly people with anxiety disorders end their psychological disorders.

Method: The design of this study is quantitative using a pre-experimental design with an approach (one group pre post test design). The sampling technique used was a total sampling with a sample of 40 people using measuring instruments, namely observation sheets for dhikr spiritual therapy variables and Geriatric Anxiety Inventory (GAI) questionnaires for valid and reliable anxiety levels. The data analyzed using the Wilcoxon test showed a value of $p\text{-value} = 0.000$ ($p < 0.05$).

Results: The results of this study were obtained that as many as 36 people (90.0%) had mild anxiety levels, and 4 people (10.0%) had no anxiety. The results of the Wilcoxon test showed a value of $p\text{-value} = 0.000$ ($p < 0.05$).

Conclusion: There is an effect of dhikr spiritual therapy on anxiety levels in the elderly at BPSTW Budi Luhur Yogyakarta. Nursing home nurses can apply dhikr spiritual therapy as an alternative non-pharmacological therapy to reduce the anxiety of the elderly living in nursing homes.

Keywords: Elderly, Dhikr Spiritual Therapy, Anxiety Level

¹ S1 Nursing Student, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

² Lecturer S1 Nursing Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta