



**PENGARUH TERAPI SPIRITUAL “DZIKIR” TERHADAP PENURUNAN  
TINGKAT KECEMASAN PADA LANSIA DI RUMAH PELAYANAN  
SOSIAL LANSIA PUCANG GADING SEMARANG**

**Skripsi**

**Untuk memenuhi persyaratan mencapai Sarjana Keperawatan**

**Oleh :**

**Ida Riska Fitriana  
NIM : 30901401810**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG  
SEMARANG  
2018**



**PENGARUH TERAPI SPIRITUAL “DZIKIR” TERHADAP PENURUNAN  
TINGKAT KECEMASAN PADA LANSIA DI RUMAH PELAYANAN  
SOSIAL LANSIA PUCANG GADING SEMARANG**

**Skripsi**

**Oleh :**

**Ida Riska Fitriana  
NIM : 30901401810**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG  
SEMARANG  
2018**

## PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, dengan sebenarnya menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul “Pengaruh Terapi Spiritual “Dzikir” Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Lansia di Rumah Pelayanan Sosial Lansia Pucang Gading Semarang” saya rangkai tanpa ada tindakan plagiarisme sesuai dengan ketentuan yang sudah ditepatkan oleh Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Yang dibuktikan oleh uji Turn it in dengan hasil 24%, jika dilain hari saya melakukan tindakan plagiarisme saya bertanggung jawab dan siap menerima sanksi yang dijatuhkan oleh Universitas Islam Sultang Agung Semarang kepada saya.

Mengetahui

Semarang, 23 Januari 2018

Peneliti

  
  
Ns. Hj. Sri Wahyuni., M.Kep., Sp.Kep.Mat  
Wakil Dekan 1

  
  
Ida Riska Fitriana

## HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul :

**PENGARUH TERAPI SPIRITUAL "DZIKIR" TERHADAP PENURUNAN  
TINGKAT KECEMASAN PADA LANSIA DI RUMAH PELAYANAN  
SOSIAL LANSIA PUCANG GADING SEMARANG**

- Dipersiapkan dan disusun Oleh:

Nama : Ida Riska Fitriana

NIM : 30901401810

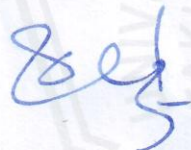
Telah disahkan dan disetujui oleh Pembimbing pada :

Pembimbing I

Tanggal : 23 Januari 2018

Pembimbing II

Tanggal : 23 Januari 2018



Ns. Betie Febriana, M. Kep

NIDN : 06 -2302-8802



Ns. Hj. Dwi Heppy R. M. Kep, Sp, Kep J

NIDN. 06 -1408-7702

**HALAMAN PENGESAHAN**

Skripsi berjudul:

**PENGARUH TERAPI SPIRITUAL "DZIKIR" TERHADAP PENURUNAN  
TINGKAT KECEMASAN PADA LANSIA DI RUMAH PELAYANAN  
SOSIAL LANSIA PUCANG GADING SEMARANG**

Disusun Oleh :


Nama : Ida Riska Fitriana

NIM : 30901401810

Telah dipertahankan di depan dewan penguji pada tanggal 23 Januari 2018 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Penguji I

Hj. Wahyu Endang Setyawati, SKM., M. Kep  
NIDN. 06 -1207-7404



Penguji II

Ns. Betie Febriana M. Kep  
NIDN. 06 -2302-8802



Penguji III

Ns. Hj. Dwi Heppy R. M. Kep, Sp. Kep J  
NIDN. 06 -1408-7702



Mengetahui,

Dekan FIK Unissula Semarang



Iwan Ardian, SKM., M. Kep.  
NIDN. 06 2208 7403

## **MOTTO**

(1)

“Pada Masanya Semua Akan Kembali Ke Awal dan Pada Akhirnya Semua Akan Saling Melengkapi”

(Yi Faruq Suyuthi)

(2)

“Keoptimisan terhadap kehidupan akan menimbulkan rasa syukur terhadap apa yang telah dijalani”

## **PERSEMBAHAN**

Karya ini kupersembahkan untuk :

1. Segenap keluarga besarku, Bapak dan Ibu untuk dukungan, nasehat, dan motivasinya yang menjadikan saya bisa melangkah sampai sejauh ini.
2. Dosen pembimbing skripsi Ns. Betie Febriana, Mkep dan Ns. Hj. Dwi Heppy R, M.kep,Sp.Kep,J yang membantu dan memotivasi saya dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
3. Sahabat saya yang selalu menguatkan saya Isti, Dian, Ila, Leny, Dwi, Vita dan teman-teman dari Departemen jiwa serta teman-teman FIK angkatan 2014.
4. Almameterku UNISSULA Program Studi S1 Fakultas Ilmu Keperawatan Semarang

Semarang, 22 Januari 2018

Penulis

Ida Riska Fitriana

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG  
Skripsi, Januari 2018**

**ABSTRAK**

**Ida Riska Fitriana**

**PENGARUH TERAPI SPIRITUAL “DZIKIR” TERHADAP PENURUNAN  
TINGKAT KECEMASAN LANSIA DI RUMAH PELAYANAN SOSIAL  
LANSIA PUCANG GADING SEMARANG.**

58 halaman + 8 tabel + 2 gambar + 13 lampiran + xvii

**Latar Belakang :** Lansia seringkali mengalami kondisi yang menyebabkan perubahan negatif seperti merasa anxietas jika keluhan terulang. Anxietas merupakan perasaan tidak nyaman sebagai bentuk tanda dan gejala dari rasa takut, kehilangan sesuatu yang penting atau kejadian dan kondisi yang merugikan. Intervensi dzikir merupakan integrasi dari teknik autogenik, meditasi, dan napas dalam yang menurunkan kecemasan secara signifikan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi dzikir untuk menurunkan tingkat kecemasan pada lansia.

**Metode :** Penelitian ini merupakan penelitian *Quasy Eksperimental* dengan cara melibatkan kelompok kontrol dan eksperimen. Jumlah responden sebanyak 44 lansia di Panti Wreda Pucang Gading Semarang. Kecemasan diukur menggunakan kuesioner HRSA. Data yang diperoleh diolah secara *statistic* menggunakan *uji wilcoxon kategorik*.

**Hasil :** Tingkat kecemasan terbanyak sebelum intervensi pada kelompok perlakuan adalah cemas berat (36,4%) dan kelompok kontrol cemas sedang (72,7%). Tingkat kecemasan sesudah perlakuan pada kelompok eksperimen pada tidak mengalami cemas (50%) dan kelompok kontrol cemas sedang (81,8%).

**Simpulan :** Ada pengaruh yang signifikan antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi pada lansia di Rumah Pelayanan Sosial Lansia Pucang Gading Semarang dengan *p value* 0,000 ( $p < 0,05$ )

**Kata Kunci :** Dzikir, Kecemasan, Lansia

**Daftar Pustaka :** (2007-2016)



**NURSING STUDY PROGRAM**  
**NURSING SCIENCE FACULTY**  
**SULTAN AGUNG ISLAMIC UNIVERSITY**  
*Thesis, January 2018*

**ABSTRACT**

**Ida Riska Fitriana**

**THE EFFECT OF ZIKIR ON ELDERLY ANXIETY SCALE OF HOME OF SOCIAL SERVICES ELDERLY PUCANG GADING SEMARANG**

*58 pages + 8 tables + 2 figures + 13 appendices + xvii*

**Background** : Elderly always experiences the condition that lead to negative changes like feel anxious if complaints recurred. Anxiety is an uncomfortable sense as a form of manifestation of a sense of fear of losing something important or the occurrence of adverse events and conditions. Zikir intervention is an integration of autogenic techniques, meditation, and deep breathing techniques that can significantly reduce anxiety. The aim of the study was to determine the effect of Zikir on anxiety of elderly.

**Methods** : This study is a quasi experimental study by involving the control group and the experimental group. Treatment in the experimental group while the control group was given no treatment. The number of respondents as many as forty four elderly in Wredha Home Pucang Gading Semarang. The anxiety is measured by using the Hamilton Rating Scale Anxiety (HRSA) questioner. The data obtained were processed statistically using a Wilcoxon category test.

**Result** : The level of anxiety the most before treatment in experimental group in heavy anxiety (36,4%) and control group in medium anxiety(72,7%). The level of anxiety after treatment in experimental group on don't experience anxiety (50%) and in control group on medium anxiety (81,8%).

**Conclusion** : There are significant effect 0,000 ( $p < 0,05$ ) dzikir therapy on elderly anxiety scale in Panti Wredha Pucang Gading Semarang.

**Keyword** : Dzikir, Anxiety, Elderly

**Bibliography** : (2007-2016)

## KATA PENGANTAR

*Assalamu'alaikum Wr. Wb*

Segala puji bagi Allah SWT, yang telah memberikan rahmat, nikmat, dan ridhoNya, sehingga penulis telah diberi kesempatan untuk menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Terapi Spiritual “Dzikir” Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Lansia di Rumah Pelayanan Sosial Lansia Pucang Gading Semarang”.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis menyadari sepenuhnya bahwa penulis banyak mendapatkan bimbingan dan saran yang bermanfaat dari berbagai pihak, sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan sesuai dengan yang telah penulis rencanakan. Untuk itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada:

1. Ir. H. Prabowo Setiyawan, MT.,Ph.D, Rektor Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
2. Iwan Ardian, SKM., M.Kep, Dekan Fakultas Ilmu keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
3. Ns. Tutik Rahayu, S.Kep., M.Kep., Sp.Mat, Kaprodi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
4. Ns. Betie Febriana, M.kep, pembimbing I yang dengan tulus dan penuh kesabaran telah membimbing, mengarahkan, dan memotivasi dalam penulisan skripsi ini.

5. Ns.Hj.Dwi Heppy R, M.Kep, Sp.Kep.J pembimbing II yang telah sabar membimbing, memotivasi serta memberikan masukan, solusi serta saran-saran kepada saya.
6. Hj.Wahyu Endang Setyowati SK.M.M.KeP, penguji I yang telah memberikan masukan serta penilaian.
7. Seluruh Dosen Pengajar dan staff Fakultas Ilmu keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan serta dukungan kepada penulis selama menempuh studi.
8. Kepala yayasan Panti Werdha Pucang Gading Semarang yang telah memberikan izin untuk pengambilan data dalam penyusunan skripsi ini
9. Keluarga yang sangat saya cintai, Bapak Parijan, Ibu Rakini dan Mas Wahid, terima kasih untuk dukungan, semangat, nasehat, waktu, biaya, dan semua yang telah dicurahkan pada saya, tanpa beliau saya bukan apa-apa bisa sampai sejauh ini dalam menuntut ilmu.
10. Sahabat-sahabat tercinta jomblo-jombloku Isti, Leny, Laila, Dwi, Ida, Vita terima kasih untuk do'a , semangatnya yang selalu menemani saat susah maupun senang.
11. Teman-teman mahasiswa UNISSULA, teman-teman FIK UNISSULA terutama S1 Ilmu Keperawatan angkatan 2014, yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang telah memberikan warna dihidup saya juga memberikan semangat dalam menyusun skripsi ini.

*Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh*

Semarang, 22 Januari 2018

Penulis