

ABSTRAK

PENGARUH DZIKIR ISTIGHFAR TERHADAP PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN PADA LANSIA DI DESA GNUNG KEMBAR KECAMATAN MANDING SUMENEP TAHUN2019

Oleh : Septian Angga Prayoga

Kecemasan sebagai gejala umum situasi yang akan mengancam kejiwaan menimbulkan kecemasan, konflik, ancaman fisik, dan tekanan untuk melakukan sesuatu diluar kemampuan individual yang akan menimbulkan kecemasan. Intervensi yang sesuai dalam mengatasi kecemasan dengan berdzikir istighfar karna dengan berdzikir berdoa kepada allah SWT hati kita akan merasa tenang dan tentram. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dzikir istighfar terhadap penurunan tingkat kecemasan pada lansia di Desa Gunung Kembar Kecamatan Manding Sumenep 2019.

Jenis penelitian ini adalah quasi-experiment dengan pretest-posttest control group design. Populasi dalam penelitian ini adalah semua lansia yang ada di Desa Gunung Kembar Kecamatan Manding. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah simpel randem sampling sebanyak 66 orang. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Analisa data yang digunakan adalah uji “wilcoxon signed rank test” dan uji “mann-whitney” dengan nilai signifikasi $p=0,05$.

Hasil penelitian didapatkan bahwa ada pengaruh dzikir istighfar terhadap penurunan tingkat kecemasan pada lansia di Desa Gunung Kembar Kecamatan Manding 2019 pada kelompok perlakuan-kontrol sebelum $p=0,877$, kolompok perlakuan sebelum-sesudah $p=0,000$, pada kelompok kontrol sebelum-sesudah $p=0,413$, dan pada kelompok perlakuan dan kontrol sesudah $p=0,000$.

Lansia yang mengalami kecemasan perlu mendapatkan perhatian lebih dari orang terdekat ataupun tenaga kesehatan. Informasi yang perlu diberikan yaitu bagai mana solusi mengatasi kecemasan yang sering di alami pada lansia, seperti halnya mejalani kehidupan yang lebih mendekatkan diri kepda Allah SWT, dan interfensi yang diberikan yaitu dengan berdzikir istighfar.

Kata Kunci : Dzikir Istighfar, Penurunan Tingkat Kecemasan, Lansia

ABSTRACT

THE EFFECT OF DZIKIR ISTIGHFAR ON DECREASING LEVELS OF ANXIETY IN ELDERLY IN DESA GUNUNG KEMBAR KECAMATAN MANDING SUMENEP YEAR 2019

By: Septian Angga Prayoga

Anxiety as a common symptom of a situation that will be psychologically threatening causes anxiety, conflict, physical threat, and pressure to do something beyond the individual's ability to cause anxiety. Appropriate intervention in overcoming anxiety with dzikiristighfar because with dzikir praying to Allah SWT our hearts will feel calm. This study aims to find out the effect of dzikiristighfar on decreasing levels of anxiety in elderly in desa gunung kembar kecamatan manding sumenep.

The type of this research was quasi-experiment with pretest-posttest control group design. The population in this study were all elderly in the Desa Gunung Kembar Kecamatan Manding Sumenep. The sampling technique in this study was a simple random sampling with 66 people. The data collection used a questionnaire. Analysis of the data used was the "Wilcoxon signed rank test" and the "Mann-Whitney" test with a significance value of $p = 0.05$.

The results showed that there was the effect of dzikiristighfar on the decrease in anxiety levels in the elderly in Desa Gunung Kembar Kecamatan Manding in the control group before $p = 0.877$, the treatment group before-after $p = 0.000$, in the control group before-after $p = 0.413$, and in the treatment and control groups after $p = 0,000$.

Elderly people who have experienced anxiety need to get more attention from the closest person or health worker. Information that needs to be given is how the solution overcomes anxiety that is often experienced in the elderly, as well as living a life that is closer to Allah SWT, and the intervention given is by dzikiristighfar.

Keywords: DzikirIstighfar, Decreasing Anxiety Level, Elderl