

*Abstract*  
*UNIVERSITY OF MUHAMMADIYAH JEMBER*  
*NURSING PROGRAM*  
*FACULTY OF HEALTH SCIENSE*

*Skripsi, Marth 2018*  
*Muhammad Huzaeni*

*The Influence Of Al-Quran Murottal Therapy On Anxiety Level In Bondowoso Prison*  
*Xvi + 58 things + 1bagan + 10table + 16attachments*

*Abstact*

**Introduction** : Anxiety is an unexpected emotional state marked by fear and a physical phenomenon that is tense and undersirable. This symptom is a response to normal and appropriate stress, but it becomes pathological if ti matches the severity of stress, continued after the stressor has detected signs of external stressors. Neurotic disorders of dexiety as prominent symptoms are often foun: a 16% of the population suffered bell for pathological anxiety. **Method** : The research design used is Pre Experimental with project ” One group pre test and post test design ”, amount of samples that taken twenty four questionnaire respondents and likert scale. The research is started with pre test than given health education and continued with post test. Analysis of data uses Non Parametic test that is Wilcoxon. **Result** : This Research shows average value confict before done murottal therapy that is seventy sevent, seventeen and after done seventy two. Static test result before and after done murottal therapy to family is P value 0,000 which one value < 0,05 so as it can be concluded that there is significant influence between murottal therapy to confict. **Discussion** : This recommendation is addressed to confict so more improving positif to deleted anxiety.

**Keywords** : Anxiety, Prefention, Murottal Therapy  
**Bibliography** : 25 (2008-2017)

Abstrak  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER  
PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Skripsi, Maret 2018  
Muhammad Huzaeni

Pengaruh Terapi Murottal Al-Quran Terhadap Tingkat Kecemasan Narapidana Di  
Lembaga Pemasyarakatan Bondowoso

xvi+ 58 hal + 1bagan + 10tabel + 16 lampiran

Abstrak

**Pendahuluan:** Kecemasan adalah suatu keadaan emosional yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan oleh rasa ketakutan serta gejala fisik yang menegangkan serta tidak diinginkan. Gejala tersebut merupakan respon terhadap stres yang normal dan sesuai, tetapi menjadi patologis bila tidak sesuai dengan tingkat keparahan stres, berlanjut setelah stressor menghilang, atau terjadi tanda adanya stressor eksternal. Gangguan neurotik dengan kecemasan sebagai gejala yang menonjol sering ditemukan: survei di Inggris yang baru dilakukan menemukan bahwa 16% populasi menderita beberapa bentuk kecemasan yang patologis. **Metode:** Desain penelitian yang digunakan yaitu *Pre eksperimental* dengan rancangan *one group pre test and post test design*, jumlah sampel yang diambil 24 responden diperoleh dengan teknik *accidental sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan skala likert. Penelitian diawali dengan *pre test* kemudian diberikan terapi murottal dan dilanjutkan dengan *post test*. Analisa data menggunakan uji non parametrik yaitu *dependen t test*. **Hasil:** Penelitian ini dari 22 responden menunjukkan sebelum dilakukan terapi murottal yaitu 17 responden (77,3%) mengalami tingkat kecemasan ringan dan setelah dilakukakn terapi murrotal 16 responden (72,7%) tidak mengalami cemas. Hasil uji statistik sebelum dan sesudah dilakukan terapi murottal pada narapidana yaitu *p value* 0,000 yang mana nilai 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara terapi murottal terhadap tingkat kecemasan narapidana. **Diskusi:** Rekomendasi ini ditujukan pada narapidana supaya lebih meningkatkan perilaku positif mengenai pengurangan tingkat kecemasan.

Kata kunci : Kecemasan, Pencegahan, Terapi Murottal  
*Bibliography* : 25 (2008-2017)



**SKRIPSI**

**PENGARUH TERAPI MUROTTAL AL-QUR'AN TERHADAP  
TINGKAT KECEMASAN NARAPIDANA  
DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN BONDOWOSO**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Keperawatan**

**Oleh:  
Muhammad Huzaeni  
NIM : 1611012020**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER  
2018**

**SKRIPSI**

**PENGARUH TERAPI MUROTTAL AL-QUR'AN TERHADAP  
TINGKAT KECEMASAN NARAPIDANA  
DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN BONDOWOSO**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Keperawatan

Oleh :  
**Muhammad Huzaini**  
NIM : 1611012020

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAHJEMBER  
2018**

## **PERNYATAAN PERSETUJUAN**

### **PENGARUH TERAPI MUROTTAL AL-QUR'AN TERHADAP TINGKAT KECEMASAN NARAPIDANA DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN BONDOWOSO**

Muhammad Huzaeni  
NIM : 1611012020

Skripsi ini telah diperiksa oleh pembimbing dan telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 14 Maret 2018

Pembimbing I

Ns. Awatiful Azza, M.Kep., Sp. Kep. Mat  
NIP. 19701212 200501 2 001

Pembimbing II

Ns. Komarudin, M.Kep., Sp. Kep.J.  
NPK. 93 05 383

## PENGESAHAN

### **PENGARUH TERAPI MUROTTAL AL-QUR'AN TERHADAP TINGKAT KECEMASAN NARAPIDANA DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN BONDOWOSO**

Muhammad Huzaeni  
NIM : 1611012020

Dewan Penguji Ujian Skripsi Pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu  
Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 14 Maret 2018

Penguji,

1. Ketua : Diyan Indriyani, M.Kep., Sp. Mat (.....)  
NIP. 19701103 2005 01 2002
2. Penguji I : Ns. Awatiful Azza, M.Kep.,Sp.Kep.Mat (.....)  
NIP. 19701212 200501 2 001
3. Penguji II : Ns. Yeni Suryaningsih,S.Kep., M.Kep ..(.....)  
NPK. 12 07 342

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Jember

Ns. Awatiful Azza, M.Kep., Sp.Kep.Mat  
NIP. 19701213 2005 01 2001

## **PENGUJI SKRIPSI**

Dewan Penguji Ujian Skripsi Pada Program Studi S1 Keperawatan  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 14 Maret 2018

Penguji I

(Diyani Indriyani, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat)  
NIP.19701103 2005 01 2002

Penguji II

(Ns. Awatiful Azza, M.Kep.,Sp.Kep.Mat)  
NIP.19701213 2005 01 2001

Penguji III

(Ns Ns. Yeni Suryaningsih,S.Kep., M.Kep)  
NPK. 12 07 342

*Abstract*  
*UNIVERSITY OF MUHAMMADIYAH JEMBER*  
*NURSING PROGRAM*  
*FACULTY OF HEALTH SCIENSE*

*Skripsi, Marth 2018*  
*Muhammad Huzaeni*

*The Influence Of Al-Quran Murottal Therapy On Anxiety Level In Bondowoso Prison*  
*Xvi + 58 things + 1bagan + 10table + 16attachments*

*Abstact*

**Introduction** : Anxiety is an unexpected emotional state marked by fear and a physical phenomenon that is tense and undersirable. This symptom is a response to normal and appropriate stress, but it becomes pathological if ti matches the severity of stress, continued after the stressor has detected signs of external stressors. Neurotic disorders of dexiety as prominent symptoms are often foun: a 16% of the population suffered bell for pathological anxiety. **Method** : The research design used is Pre Experimental with project ” One group pre test and post test design ”, amount of samples that taken twenty four questionnaire respondents and likert scale. The research is started with pre test than given health education and continued with post test. Analysis of data uses Non Parametic test that is Wilcoxon. **Result** : This Research shows average value confict before done murottal therapy that is seventy sevent, seventeen and after done seventy two. Static test result before and after done murottal therapy to family is P value 0,000 which one value < 0,05 so as it can be concluded that there is significant influence between murottal therapy to confict. **Discussion** : This recommendation is addressed to confict so more improving positif to deleted anxiety.

**Keywords** : Anxiety, Prefention, Murottal Therapy  
**Bibliography** : 25 (2008-2017)



Abstrak  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER  
PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Skripsi, Maret 2018  
Muhammad Huzaeni

Pengaruh Terapi Murottal Al-Quran Terhadap Tingkat Kecemasan Narapidana Di  
Lembaga Pemasyarakatan Bondowoso

xvi+ 58 hal + 1bagan + 10tabel + 16 lampiran

Abstrak

**Pendahuluan:** Kecemasan adalah suatu keadaan emosional yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan oleh rasa ketakutan serta gejala fisik yang menegangkan serta tidak diinginkan. Gejala tersebut merupakan respon terhadap stres yang normal dan sesuai, tetapi menjadi patologis bila tidak sesuai dengan tingkat keparahan stres, berlanjut setelah stressor menghilang, atau terjadi tanda adanya stressor eksternal. Gangguan neurotik dengan kecemasan sebagai gejala yang menonjol sering ditemukan: survei di Inggris yang baru dilakukan menemukan bahwa 16% populasi menderita beberapa bentuk kecemasan yang patologis. **Metode:** Desain penelitian yang digunakan yaitu *Pre eksperimental* dengan rancangan *one group pre test and post test design*, jumlah sampel yang diambil 24 responden diperoleh dengan teknik *accidental sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan skala likert. Penelitian diawali dengan *pre test* kemudian diberikan terapi murottal dan dilanjutkan dengan *post test*. Analisa data menggunakan uji non parametrik yaitu *dependen t test*. **Hasil:** Penelitian ini dari 22 responden menunjukkan sebelum dilakukan terapi murottal yaitu 17 responden (77,3%) mengalami tingkat kecemasan ringan dan setelah dilakukakn terapi murrotal 16 responden (72,7%) tidak mengalami cemas. Hasil uji statistik sebelum dan sesudah dilakukan terapi murottal pada narapidana yaitu *p value* 0,000 yang mana nilai 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara terapi murottal terhadap tingkat kecemasan narapidana. **Diskusi:** Rekomendasi ini ditujukan pada narapidana supaya lebih meningkatkan perilaku positif mengenai pengurangan tingkat kecemasan.

Kata kunci : Kecemasan, Pencegahan, Terapi Murottal  
*Bibliography* : 25 (2008-2017)

## LEMBAR PERSEMBAHAN

1. Allah SWT telah melimpahkan Rahmat dan Hidayah dan telah banyak dan banyak memberikan kesehatan, kebaikan, ketangkasan, kesabaran, kebijakan, sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Teruntuk orang tuaku (H.M.Sholehudi/Salahudin & Nawiyah) terima kasih atas dukungan beserta doamu semoga kelak Allah memberi tempat terindah di surga dan akan kupasangkan mahkota terindah untukmu Amin Yarobbal Alamin.
3. Untuk mamaku (Inni muawiyah & Nur kholis & Haryono )terima kasih telah menjadi oarang yang selalu mengajarkan ku kebaikan sehingga seperti ini.
4. Buat saudaraku Asmawi(Malaysia), Tini(Lojajar), Rustini (Malaysia), Suparti (Pulau Bawean), Supriadi(Papua), Nurhalimah(Suger lor), Rindra (Penanggungan) Terimakasih sudah menjadi saudara yang baik, dan banyak meyokong saya khusus Nurhalimah dan mas Arip aku sangat menyayangimu.
5. Untuk wanita yang selalu ada di hatiku, wanita cantik,manis sholehah Lailatud Dafi Qoyyumilah, I love you so much.tunggu mas Zein ya untuk menghalalkanmu.
6. Buat keponakanku (Aidhil&Adha, Conan, Adnan, Syuhada, Asyraf, Arif, Agus, Linda, Rahman, Kifli, Roni, Hendi, Aaf, Nanda, Erik, Faris, Faza, Wafi) om Zein sayang kalian khusus abang hendi faris dan faza terima kasih sdah menjadi bagian hidupku.
7. Buat sahabatku Dibask Yang selalu loyal kepadaku semangat semoga mati yang memisahkan kita.

8. Buat embahku(Nuri & Mariman – Fina muterrep & Abdullah) semoga tenang disana
9. Buat soudara sepupuku yang tak bisa ku sebut satu persatu terimakasih ya
10. Buat team footsalku terima kasih sobat. (Jefri, Lek ubay,Dibask, Adi, Wackil, Didin).
11. Buat bandku Seroja band.
12. Buat teman-teman kuliahku sampai ketemu lagi ya.

## **MOTTO**

### **Hidup seperti ladang**

**Jika kita menanam ladang tersebut kurma niscaya kita akan memanen kemanisan dan jika kita menanam bunga sudah pasti kita akan mendapatkan keharuman akan tetapi jika kita menjadikan ladang tempat membuang sampah percayalah kita akan mendapatkan bau beserta kotoran yang menjijikan, begitu pula hidup kita.**

## KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT karena atas Berkat dan Rahmatnya, peneliti dapat menyelesaikan penelitian yang berjudul “ Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur’an terhadap tingkat kecemasan narapidana di lembaga pemasyarakatan Bondowoso “ dapat diselesaikan dengan baik. Sholawat serta salam tak lupa saya haturkan kepada junjungan kita nabi besar Muhammad SAW yang telah membawa kita semua kejalan yang benar.

Peneliti menyadari dalam melakukan penelitian tidak lepas dari bantuan dan bimbingan sebagai pihak. Dalam kesempatan ini, peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. Ir. M.Hazmi, D.E.S.S. selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Jember.
2. Ns. Awatiful Azza, M.Kep., Sp.Kep.Mat. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember dan selaku Dosen pembimbing I yang dengan penuh keikhlasan telah membimbing, memberikan masukan-masukan, motivasi, dan inspirasi.
3. Ns. Samiyanto, S.Kep., M.Kes. selaku ketua program studi pendidikan SI Keperawatan Universitas Muhammadiyah Jember.
4. Diyan Indriyani, M.Kep., Sp. Mat. Selaku Dosen penguji yang telah memberikan saran serta masukan sehingga penelitian ini dapat diselesaikan.
5. Ns. Komarudin. M.Kep., Sp.Kep.J. selaku Dosen pembimbing II yang telah memberikan saran serta masukan sehingga penelitian ini dapat diselesaikan.
6. Bapak ibu Dosen serta seluruh staf Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember yang telah berkontribusi memberikan materi selama perkuliahan dan praktikum berlangsung.

7. Teman-teman SI Keperawatan Angkatan 2016 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.

Akhir kata saya berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga penelitian ini dapat membawa kebaikan dan manfaat bagi pengembangan ilmu.

Jember, Januari 2018

peneliti

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN PERSETUJUAN .....	ii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iii
LEMBAR PENGUJI SKRIPSI.....	iv
ABSTRAK .....	v
LEMBER PERSEMBAHAN.....	vii
MOTTO .....	ix
KATA PENGANTAR .....	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR BAGAN .....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I      PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	8
BAB II     TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Konsep Dasar Terapi Murottal .....	9
B. Konsep Kecemasan .....	12
C. Konsep Lembaga Pemasarakatan .....	20
D. Konsep Narapidana .....	23
E. Penelitian Terkait .....	28
BAB III    KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS .....	32
A. Kerangka Konsep .....	32
B. Hipotesis .....	32
BAB IV    METODE PENELITIAN .....	33
A. Desain Penelitian .....	33
B. Populasi, Sampel dan Sampling .....	33
C. Definisi Operasional.....	35
D. Etika Penelitian.....	36
E. Tempat Penelitian.....	36
F. Waktu Penelitian .....	36
G. Alat Pengumpulan Data.....	37
H. Prosedur Administratif .....	37
I. Analisa Data .....	38
BAB V     HASIL PENELITIAN .....	41
A. Data Umum .....	41
B. Data Khusus .....	44

BAB VI	PEMBAHASAN.....	46
	A. Hasil Pembahasan.....	46
	B. Keterbatasan Peneliti.....	55
	C. Implikasi Terhadap Pelayanan Keperawatan .....	55
BAB VII	KESIMPULAN DAN SARAN .....	57
	A. Kesimpulan.....	57
	B. Saran.....	57
	DAFTAR PUSTAKA .....	58



## DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1 Kerangka Konsep.....	32
--------------------------------	----

## DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Definisi Operasional .....	35
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Usia Respoden.....	41
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Pendidikan Respoden .....	42
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Pekerjaan Responden.....	42
Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Penghasilan Respopnden .....	42
Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Lama Masa Tahanan Responden.....	43
Tabel 5.6 Distribusi Frekuensi Jenis Pelanggaran Respoden.....	43
Tabel 5.7 Distribusi Frekuensi Tahanan Yang Sudah Dijalani Respoden .....	43
Tabel 5.8 Distribusi Tingkat Kecemasan Sebelum Intervensi .....	44
Tabel 5.9 Distribusi Tingkat Kecemasan Setelah Intervensi .....	44
Tabel 5.10 Distribusi Tingkat Kecemasan Sebelum Dan Setelah Intervensi.....	45

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1 *Informed Consent*

Lampiran 2 Lembar Persetujuan Menjadi Responden

Lampiran 3 Lembar Kuesioner

Lampiran 4 Standart Operasional Prosedur

Lampiran 5 Data Penelitian

Lampiran 6 Surat Pengantar Pengambilan Data Dekan Fikes Unmuh Jember

Lampiran 7 Surat Balasan Pengambilan Data Dari Lembaga Pemasarakatan

Lampiran 8 Surat Pengantar Ijin Penelitian Dari Dekan Fikes Unmuh Jember

Lampiran 9 Surat Balasan Penelitian Dari Lembaga Pemasarakatan

Lampiran 10 Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian

Lampiran 11 Surat Pernyataan Keabsahan Penelitian

Lempiran 12 Surat Keabsahan

Lampiran 16 Lembar Konsultasi

## DAFTAR PUSTAKA

- Alam, S. & Hadibroto, I. (2007). *Kecemasan*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Cahyono, J.B. Suharjo B. (2011). *Meraih kekuatan Penyembuhan Diri Yang Tak Terbatas*. Jakarta: Pt Gramedia Pustaka Utama.
- Destiana, R. (2013). Pengaruh Terapi Murrotal Terhadap Berat Badan Bayi Prematur Di Ruang Perinatologi RSUD Bayumas Purwokerto. <http://Keperawatan.unsoed.ac.id>. Diperoleh 21 Desember 2017.
- Faradisi, F. (2012). *Efektivitas Terapi Murrotal Dan Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Pra Operasi Di Pekalongan*. <http://www.scrib.com>. Diperoleh 21 Desember 2017.
- Hakim, L. (2012). *Terapi qurani untuk kesembuhan dan rezki tak terduga*. Jakarta: Link Consultan.
- Handayani, L.T. (2014). *Buku Ajar Statistik Inferensial*. Jakarta: penerbit Buku Kedokteran (EGC).
- Hawari. (2009). *Manegement Stres, Cemas Dan Depresi*. Jakarta: FKUI.
- Indriyani, D. Dkk. (2016) *Pedoman Penulisan Skripsi*. Jember: Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
- Lembaga Pemasarakatan Bondowoso. (2017) *Sistem Informasi Manegement: LAPAS Bondowoso*.
- Lubis, A (2008) *Sindrom Depresif Pada Narapidana Lembaga Pemasarakatan Anak Medan*. Program Studi S1 Keperawatan Sekolah Tinggi IlmKeperawatan Medan.
- Notoatmojo, S. (2003). *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Jakarta. PT. Rineka Cipta.
- Notoatmojo, S. (2007). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmojo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. (2008). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam. (2013). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Rismawati, H. (2017) *Efektivitas Terapi Murrotal Al Quran Dan Terapi Musik Terhadap Tingkat Kecemasan Mahasiswa Keperawatan Semester VII UIN*

*Alaudin Makassar*. Keperawatan Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Alaudin Makassar 2017.

Siswantinah. (2011). Pengaruh *terapi murottal terhadap kecemasan pasien gagal ginjal kronik yang dilakukan tindakan Hemodialisa di RSUD Kraton Kabupaten Pekalongan*. Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Semarang. Diakses tanggal 7 Maret 2018.

Sudarma. (2008). *Sosiologi untuk kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika

Vedebeck. (2012). *Buku ajar keperawatan jiwa*. Jakarta: EGC.

Walgito, B. 1999. *Psikologi Sosial (Suatu Pengantar)*. Edisi II Cet.3. Yogyakarta Andi Offset.

## **INFORMED CONSENT**

(Persetujuan Ikut Serta Dalam Penelitian )

Setelah mendapat penjelasan tentang penelitian “PENGARUH TERAPI MUROTTAL AL-QUR’AN TERHADAP TINGKAT KECEMASAN NARAPIDANA DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN BONDOWOSO“

Bersama ini saya menyatakan:

**BERSEDIA**

Untuk berpartisipasi dalam penelitian tersebut, selama penelitian saya berhak mengundurkan diri untuk tidak melanjutkan menjadi responden dalam penelitian, bila penelitian mengganggu ketenangan saya.

Jember, Februari 2018

Peneliti

Responden

(Muhammad huzaeni)

(.....)

LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN

Setelah saya membaca isi dan penjelasa pada lembar permohonan menjadi responden, maka saya bersedia turut berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian yang akan dilakukan oleh mahasiswa program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Jember, Yaitu :

Nama : Muhammad Huzaeni

NIM : 1611012020

Pekerjaan : Mahasiswa

Alamat : Suger lor Maesan Bondowoso

Judul :

“Pengaruh terapi Murottal Al-Qur’an Terhadap Tingkat Kecemasan Narapidana Di Lembaga Pemasyarakatan Bondowoso”

Saya memahami bahwa penelitian ini tidak membahayakan dan merugikan saya maupun keluarga saya, sehingga saya bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.

Jember,.....2018

(.....)

Nama terang Dan Tanda Tangan

### SOP TERAPI MUROTTAL

<b>STANDART OPERASIONAL PROSEDUR TERAPI MUROTTAL AL- QURAN</b>	
<b>PENGERTIAN</b>	Terapi Murottal adalah rekaman suara Al-Qur'an yang dilagukan oleh seorang qori' (pembaca Al-Qur'an).
<b>TUJUAN</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dapat meningkatkan intelegensia seseorang.</li> <li>2. Dapat Menenangkan, menyegarkan pikiran kembali dan mengurangi tingkat depresi.</li> <li>3. Untuk kesehatan, baik untuk kesehatan fisik maupun mental.</li> <li>4. Dapat meningkatkan motivasi seseorang sehingga semangat untuk hidup juga meningkat.</li> </ol>
<b>KEBIJAKAN</b>	Terlaksananya tindakan terapi murottal terhadap narapidana secara efektif dan efisien.
<b>SASARAN</b>	Narapidana yang menjalani masa tahanan dengan kondisi tingkat depresi tertentu.
<b>PETUGAS</b>	Seseorang yang mampu melakukan terapi murottal sesuai SOP.
<b>Persiapan alat</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. MP3 player dan mini sound system.</li> <li>2. Kuisisioner tingkat depresi.</li> </ol>
<b>PROSEDUR PELAKSANAAN</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>a. Tahap Persiapan               <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Mencuci tangan.</li> <li>2) Memberikan salam sebagai pendekatan terapeutik.</li> <li>3) Menjelaskan tujuan dan prosedur tindakan pada klien.</li> <li>4) Menjelaskan kepada narapidana untuk menikmati suara Al-Qur'an sesuai alunan</li> <li>5) Mempersiapkan murottal, murottal Al-Qur'an yang digunakan adalah surat Ar-Rahman.</li> <li>6) Pastikan tombol kontrol di pesawat sudah sesuai rileks.</li> <li>7) Gunakan alat musik yang sesuai (MP3 player dan mini sound system dan lembar observasi) dan mengatur volumenya supaya suaranya dapat terdengar ditelinga dengan nyaman sehingga membantu narapidana</li> <li>8) Matikan tombol saat lantunan ayat sudah selesai.</li> </ol> </li> <li>b. Pelaksanaan               <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Mengatur posisi klien nyaman mungkin.</li> <li>2) Letakan alat di dekat klien.</li> <li>3) Meminta klien berkonsentrasi pada suara Al-Qur'an dan mengikuti irama lantunan Al-Qur'an yang di dengarkan dengan nyaman agar dapat membuat klien rileks.</li> <li>4) Atur volume tidak terlalu keras dan tidak terlalu lemah, sesuaikan volume sesuai dengan kenyamanan klien</li> <li>5) Menemani klien ketika mendengarkan lantunan suara Al-Qur'an selama 15 menit</li> </ol> </li> </ol>
<b>REFERENSI</b>	Faradisi. 2009. Pengaruh murottal Al-Qur'an dapat membawa kedalam respon relaksasi sehingga dapat mengurangi tingkat depresi narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Bondowoso



## KUISIONER PENELITIAN

Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Tingkat Depresi Narapidana DI Lembaga Pemasyarakatan Bondowoso

### A. DATA DEMOGRAFI

Nama responden :.....(boleh nama samaran / inisial)

Usia :.....

Jenis Kelamin : Laki-laki / Perempuan\*)

Alamat :.....

Agama :.....

Pendidikan) :

- a. Tidak sekolah
- b. SD
- c. SLTP
- d. SLTA
- e. Diploma
- f. Perguruan tinggi

Pekerjaan) :

- a. PNS
- b. TNI / POLRI
- c. Karyawan Swasta
- d. Wiraswasta
- e. Petani
- f. Nelayan
- g. Buruh
- h. Lain-lain

Pendapatan / bulan) :

- a. < Rp. 1000.000
- b. Rp 1000.000 – 1500.000
- c. Rp. 1500.000 – 2.500.000
- d. Rp 2.500.000 – 4.000.000
- e. >Rp 4.000.000

Lama masa tahanan :

- a. < 1 tahun
- b. 1 tahun – 3 tahun
- c. 3 tahun – 10 tahun
- d. 10 tahun – 20 tahun
- e. Seumur hidup

Jenis pelanggaran / kriminal) :

- a. Pencurian
- b. Perampokan
- c. Pemerkosaan
- d. Pembunuhan
- e. Penipuan
- f. Kekerasan dalam rumah tangga (KDRT)

Tahanan yang sudah di jalani) :

- a. < 1 tahun
- b. 1 tahun
- c. > 1 tahun
- d. > 10 tahun

Jumlah penghuni sel ) :

- a. <10 orang
- b. 10 – 50 orang
- c. 50 – 100 orang
- d. > 100 orang

**Skor (diisi oleh peneliti)**

Silahkan beri tanda pada kotak yang tersedia disamping item kondisi( bisa lebih dari (>) 1 kotak) sesuai kondisi anda :

**1. Perasaan cemas yang dialami 1 Bulan terakhir**

Adanya cemas memikirkan lama masa tahanan

Merasakan firasat buruk

Ada perasaan takut tentang sesuatu yang di pikirkan

Ada perasaan tersinggung

**2. Rasa ketegangan yang alami**

Merasa tegang

Lesu

Tidak dapat istirahat dan tidak nyenyak

Mudah terkejut

Mudah menangis

Gemetar

Gelisah memikirkan keadaan diri sendiri

**3. Ketakutan**

Pada situasi tertentu

Pada orang asing (petugas lapas, dan lainnya)

Pada narapidana lain yang berada disekitar

Pada kerumunan orang banyak (keluarga klien yang membesuk atau yang lainnya)

**4. Gangguan tidur**

Sukar untuk tidur

Terbangun di malam hari

Tidak pulas

Bangun dengan lesu

Mimpi- mimpi

Mimpi buruk

Mimpi menakutkan

**5. Gangguan kecerdasan**

Sulit berkonsentrasi

Daya ingat buruk

Sering bingung

**6. Perasaan depresi**

Kehilangan minat

Sedih

Bangun dini hari

Berkurangnya kesenangan pada hobi

Perasaan berubah-ubah sepanjang hari

**7. Gejala somatik (otot-otot)**

Nyeri pada otot

Kaku

Kedutan otot

Gigi gemeretak

Suara tidak stabil

**8. Gejala sensorik**

Telinga berdenging

Penglihatan kabur

Muka merah & pucat

Merasa lemah

Merasa ditusuk-tusuk

**9. Gejala kardiovaskuler**

Dada berdebar-debar

Nyeri dada

Denyut nadi cepat

**10. Gejala pernafasan**

Rasa tertekan atau sempit di dada

Perasaan tercekik

Merasa nafas pendek atau sesak

Sering menarik nafas panjang

**11. Gejala gastrointestinal**

Sulit menelan

Perut melilit

Mual

Muntah

Rasa eneg

Nyeri lambung sebelum & sesudah makan

Rasa panas di perut

Perut rasa penuh atau kembung

BAB lembek

Konstipasi (sulit buang air besar)

Berat badan turun

**12. Gejala urogenital**

Sering kencing

Tidak dapat menahan kencing

Ejakulasi dini

Ereksi hilang

Impoten

**13. Gejala vegetati / otonom**

- Mulut kering
- Muka merah kering
- Mudah berkeringat
- Pusing, sakit kepala, kepala terasa berat

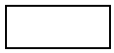
**14. Prilaku sewaktu wawancara**

- Gelisah
- Tidak tenang
- Jari gemetaran
- Mengerutkan dahi / kening
- Muka tegang
- Tonus otot meningkat
- Nafas pendek & cepat
- Muka merah

**JUMLAH SCORE**

**KESIMPULAN**

- Tidak ada kecemasan
- cemas ringan
- cemas sedang



cemas berat

*Atas bantuan dan kerjasama yang baik dari bapak / ibu, saudara, saudari, peneliti  
banyak mengucapkan terimakasih*



## Hasil Data Demografi

### Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	15-20 Tahun	3	13.6	13.6	13.6
	21-30 Tahun	8	36.4	36.4	50.0
	31-40 Tahun	8	36.4	36.4	86.4
	41-50 Tahun	3	13.6	13.6	100.0
	Total	22	100.0	100.0	

### Pendidikan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Sekolah	1	4.5	4.5	4.5
	SD	8	36.4	36.4	40.9
	SMP	4	18.2	18.2	59.1
	SMA	9	40.9	40.9	100.0
	Total	22	100.0	100.0	

### Pekerjaan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Wiraswasta	11	50.0	50.0	50.0
	Petani	6	27.3	27.3	77.3
	Nelayan	1	4.5	4.5	81.8
	Buruh	4	18.2	18.2	100.0
	Total	22	100.0	100.0	

**Pendapatan**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	< 1 Tahun	5	22.7	22.7	22.7
	1- 1,5 Tahun	12	54.5	54.5	77.3
	1,5 - 2,5 Tahun	3	13.6	13.6	90.9
	2,5 - 4 Juta	2	9.1	9.1	100.0
	Total	22	100.0	100.0	

**Lama\_MT**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	< 1 Tahun	6	27.3	27.3	27.3
	1- 3 Tahun	8	36.4	36.4	63.6
	3 - 10 Tahun	6	27.3	27.3	90.9
	10 - 20 Tahun	2	9.1	9.1	100.0
	Total	22	100.0	100.0	

**Jenis\_Pelanggaran**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Pencurian	7	31.8	31.8	31.8
	Perampokan	9	40.9	40.9	72.7
	Pemeriksaan	2	9.1	9.1	81.8
	Penipuan	3	13.6	13.6	95.5
	KDRT	1	4.5	4.5	100.0
	Total	22	100.0	100.0	

**Tahanan\_Diajalani**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	< 1 Tahun	5	22.7	22.7	22.7
	1 Tahun	1	4.5	4.5	27.3
	> 1 Tahun	11	50.0	50.0	77.3
	> 10 Tahun	5	22.7	22.7	100.0
	Total	22	100.0	100.0	

**Hasil Data Univariat**

**Pretest**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	<14 Tidak Ada Cemas	2	9.1	9.1	9.1
	14-20 Cemas Ringan	17	77.3	77.3	86.4
	21-27 Cemas Sedang	2	9.1	9.1	95.5
	28-41 Cemas Berat	1	4.5	4.5	100.0
	Total	22	100.0	100.0	

**Posttest**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	< 14 Tidak ada Cemas	16	72.7	72.7	72.7
	14-21 Cemas Ringan	6	27.3	27.3	100.0
	Total	22	100.0	100.0	

## Hasil Data Bivariat

### Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest - Pretest	Negative Ranks	15 <sup>a</sup>	8.00	120.00
	Positive Ranks	0 <sup>b</sup>	.00	.00
	Ties	7 <sup>c</sup>		
	Total	22		

a. Posttest < Pretest

b. Posttest > Pretest

c. Posttest = Pretest

### Test Statistics<sup>b</sup>

	Posttest - Pretest
Z	-3.689 <sup>a</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Based on positive ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

No	Nama	Usia	Kode	Pendidikan	Kode	Pekerjaan	Kode	Pendapatan
1	Tn N	35 Tahun	3	SMA	4	Wiraswasta	4	1-1,5 Juta
2	Tn S	32 Tahun	3	SMP	3	Wiraswasta	4	1-1,5 Juta
3	Tn A	34 Tahun	3	SD	2	Wiraswasta	4	1,5-2,4 Juta
4	Tn N	30 Tahun	2	TS	1	Petani	5	1-1,5 Juta
5	Tn T	24 Tahun	2	SD	2	Wiraswasta	4	1-1,5 Juta
6	Tn U	20 Tahun	1	SD	2	Nelayan	6	1,5-2,4 Juta
7	Tn S	33 Tahun	3	SMA	4	Buruh	7	1-1,5 Juta
8	Tn O	31Tahun	3	SD	2	Wiraswasta	4	<1 Juta
9	Tn M	46 Tahun	4	SD	2	Petani	5	1-1,5 Juta
10	Tn A	27 Tahun	2	SMA	4	Buruh	7	<1 Juta
11	Tn L	37 Tahun	3	SMA	4	Petani	5	1-1,5 Juta
12	Tn K	27 Tahun	2	SMA	4	Buruh	7	<1 Juta
13	Tn H	20 Tahun	1	SMP	3	Wiraswasta	4	1-1,5 Juta
14	Tn R	23 Tahun	2	SMA	4	Wiraswasta	4	> 4 Juta
15	Tn I	27 Tahun	2	SMA	4	Wiraswasta	4	1,5-2,4 Juta
16	Tn Z	41 Tahun	4	SMP	3	Wiraswasta	4	1-1,5 Juta
17	Tn E	31 Tahun	3	SD	2	Petani	5	<1 Juta
18	Tn T	35 Tahun	3	SD	2	Petani	5	1-1,5 Juta
19	Tn D	42 Tahun	4	SMA	4	Wiraswasta	4	1-1,5 Juta
20	Tn Y	20 Tahun	1	SMA	4	Buruh	7	<1 Juta
21	Tn E	27 Tahun	2	SD	2	Petani	5	1-1,5 Juta
22	Tn M	22 Tahun	2	SMP	3	Wiraswasta	4	> 4 Juta
23	Tn W							
24	Tn U							

Kode	Lama Masa Tahan	Kode	Jenis Pelanggaran	Kode	Tahanan Dijalani	Kode
2	1-3 Tahun	2	Penipuan	5	1 Tahun	2
2	< 1 Tahun	1	Pencurian	1	< 1 Tahun	1
3	3 - 10 Tahun	3	Pencurian	1	> 1 Tahun	3
2	1-3 Tahun	2	Perampokan	2	> 1 Tahun	3
2	1-3 Tahun	2	Pencurian	1	> 1 Tahun	3
3	3 - 10 Tahun	3	Perampokan	2	> 1 Tahun	3
2	10 - 20 Tahun	4	Pemeriksaan	3	> 1 Tahun	3
1	1-3 Tahun	2	Penipuan	5	> 1 Tahun	3
2	< 1 Tahun	1	KDRT	6	> 10 Tahun	4
1	< 1 Tahun	1	Perampokan	2	> 10 Tahun	4
2	1-3 Tahun	2	Pencurian	1	> 1 Tahun	3
1	3 - 10 Tahun	3	Perampokan	2	< 1 Tahun	1
2	< 1 Tahun	1	Perampokan	2	< 1 Tahun	1
4	1-3 Tahun	2	Pencurian	1	> 1 Tahun	3
3	3 - 10 Tahun	3	Perampokan	2	> 10 Tahun	4
2	3 - 10 Tahun	3	Pencurian	1	< 1 Tahun	1
1	1-3 Tahun	2	Perampokan	2	> 1 Tahun	3
2	< 1 Tahun	1	Pencurian	1	> 10 Tahun	4
2	1-3 Tahun	2	Perampokan	2	< 1 Tahun	1
1	3 - 10 Tahun	3	Pemeriksaan	3	> 1 Tahun	3
2	10 - 20 Tahun	4	Penipuan	5	> 10 Tahun	4
4	< 1 Tahun	1	Perampokan	2	> 1 Tahun	3



No Responden	Tingkat Kecemasan 1	Kode	Tingkat Kecemasan 2	Kode
1	24	3	16	2
2	15	2	8	1
3	18	2	12	1
4	14	2	7	1
5	15	2	11	1
6	16	2	8	1
7	17	2	15	2
8	16	2	12	1
9	14	2	10	1
10	22	3	9	1
11	15	2	9	1
12	12	1	7	1
13	14	2	14	2
14	16	2	13	1
15	17	2	17	2
16	18	2	10	1
17	16	2	14	2
18	11	1	11	1
19	14	2	7	1
20	14	2	10	1
21	16	2	14	2
22	28	4	12	1



No Respoden	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8
1	3	2	2	2	2	2	2	1
2	1	1	1	1	1	1	1	2
3	1	1	2	1	1	1	1	1
4	1	1	1	1	1	1	1	1
5	2	1	1	1	1	1	1	1
6	2	1	1	1	1	1	1	1
7	2	1	1	1	1	1	2	1
8	2	1	1	1	1	1	1	1
9	1	1	1	1	1	1	1	1
10	2	1	2	1	2	2	2	1
11	1	1	1	1	2	1	1	1
12	1	1	1	1	1	1	1	0
13	1	1	1	1	1	1	1	1
14	1	2	1	1	2	1	1	1
15	1	1	1	1	3	1	1	1
16	1	2	1	2	2	1	2	1
17	1	2	1	1	2	1	1	1
18	0	1	1	0	1	1	1	1
19	1	1	1	1	1	1	1	1
20	1	1	1	1	1	1	1	1
21	2	1	1	1	1	1	1	1
22	3	2	3	2	3	2	2	1

P9	P10	P11	P12	P13	P14	Nilai Total	Tingkat Kecemasan
2	2	2	1	1	1	24	Cemas Sedang
1	1	1	1	1	1	15	Cemas Ringan
1	1	1	1	2	1	18	Cemas Ringan
1	1	1	1	1	1	14	Cemas Ringan
1	1	1	1	1	1	15	Cemas Ringan
2	1	2	1	1	1	16	Cemas Ringan
1	1	1	1	1	1	17	Cemas Ringan
2	1	1	1	3	1	16	Cemas Ringan
1	1	1	1	1	1	14	Cemas Ringan
2	2	2	1	1	1	22	Cemas Sedang
1	1	1	1	1	1	15	Cemas Ringan
1	1	0	1	1	1	12	Cemas Ringan
1	1	1	1	1	1	14	Cemas Ringan
1	1	1	1	1	1	16	Cemas Ringan
1	1	2	1	1	1	17	Cemas Ringan
1	1	1	1	1	1	18	Cemas Ringan
1	1	1	1	1	1	16	Cemas Ringan
1	1	0	1	1	1	11	Cemas Ringan
1	1	1	1	1	1	14	Cemas Ringan
1	1	1	1	1	1	14	Cemas Ringan
1	1	2	1	1	1	16	Cemas Ringan
2	4	2	1	1	1	28	Cemas Berat



No Respoden	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8
1	2	1	1	1	1	1	1	1
2	1	1	1	0	1	1	0	1
3	1	0	1	1	1	1	1	1
4	1	1	1	0	1	1	0	1
5	1	1	1	0	1	1	1	0
6	0	1	1	0	1	1	0	1
7	2	1	1	1	1	1	1	1
8	1	1	1	1	1	0	1	1
9	1	1	1	0	1	1	0	1
10	1	1	1	0	1	1	0	1
11	1	1	1	0	1	1	0	1
12	1	0	1	0	1	1	0	1
13	1	1	1	1	1	1	1	1
14	0	1	1	1	1	1	1	1
15	1	1	1	1	1	1	2	1
16	1	0	1	1	1	1	1	1
17	1	1	1	1	1	1	1	1
18	1	1	1	1	1	1	1	1
19	0	0	1	1	0	1	0	1
20	1	0	1	1	1	0	1	1
21	0	1	1	1	1	1	1	1
22	1	1	1	1	0	1	1	0

P9	P10	P11	P12	P13	P14	Nilai Total	Tingkat Kecemasan
1	1	1	1	2	1	16	Cemas Ringan
0	1	1	0	0	0	8	Tidak Ada Cemas
1	1	0	1	1	1	12	Tidak Ada Cemas
0	0	1	0	0	0	7	Tidak Ada Cemas
1	1	1	1	1	0	11	Tidak Ada Cemas
0	0	1	0	1	1	8	Tidak Ada Cemas
1	1	1	1	1	1	15	Cemas Ringan
1	1	0	1	1	1	12	Tidak Ada Cemas
1	0	1	0	1	1	10	Tidak Ada Cemas
0	0	1	0	1	1	9	Tidak Ada Cemas
0	0	1	0	1	1	9	Tidak Ada Cemas
0	0	1	0	1	0	7	Tidak Ada Cemas
1	1	1	1	1	1	14	Cemas Ringan
1	1	1	1	1	1	13	Tidak Ada Cemas
1	1	3	1	1	1	17	Cemas Ringan
1	0	0	1	0	1	10	Tidak Ada Cemas
1	1	1	1	1	1	14	Cemas Ringan
0	0	1	1	1	1	11	Tidak Ada Cemas
1	0	1	1	0	0	7	Tidak Ada Cemas
0	1	1	1	0	1	10	Tidak Ada Cemas
1	1	1	1	1	1	14	Cemas Ringan
1	1	1	1	1	1	12	Tidak Ada Cemas

## Hasil Data Bivariat

### Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
posttest kecemasan - pretest kecemasan	Negative Ranks	15 <sup>a</sup>	8.00	120.00
	Positive Ranks	0 <sup>b</sup>	.00	.00
	Ties	7 <sup>c</sup>		
	Total	22		

- a. posttest kecemasan < pretest kecemasan
- b. posttest kecemasan > pretest kecemasan
- c. posttest kecemasan = pretest kecemasan

### Test Statistics<sup>b</sup>

	posttest kecemasan - pretest kecemasan
Z	-3.771 <sup>a</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

- a. Based on positive ranks.
- b. Wilcoxon Signed Ranks Test

## BAB VII

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh terapi murottal Al-Qur'an terhadap tingkat kecemasan pada narapidana di lembaga pemasyarakatan (LP) di Bondowoso dapat di simpulkan sebagai berikut:

1. Tingkat kecemasan responden sebelum dilakukan terapi murottal Al-Quran dapat diketahui dari 22 responden sebanyak 17 orang (77.3%) mengalami gangguan cemas ringan.
2. Tingkat kecemasan responden setelah dilakukan terapi murottal Al-Quran dapat diketahui dari 22 responden sebanyak 16 orang (72,7%) tidak mengalami cemas.
3. Hasil pengolahan data dengan menggunakan uji statistik *Wilcoxon* didapatkan *p value* 0,000 nilai  $< 0,05$  maka keputusan yang diambil adalah  $H_1$  diterima, artinya ada pengaruh terapi murottal Al-Qur'an terhadap tingkat kecemasan pada narapidana di lembaga pemasyarakatan (LP) Bondowoso. Tingkat kecemasan dapat menurun atau teratasi setelah dilakukan terapi murottal Al-Quran pada narapidana di lembaga pemasyarakatan (LP) Bondowoso.

## **B. Saran**

Hasil penelitian yang telah dilakukan, disarankan kepada :

### **1. Narapidana**

Menyarankan kepada narapidana yang mengalami cemas dalam menjalani masa tahanan menggunakan alternatif terapi murrotal Al-Quran. Sehingga tingkat kecemasan dapat diatasi.

### **2. Petugas Lembaga Pemasyarakatan**

Selaku petugas lembaga pemasyarakatan yang komprehensif terhadap semua narapidana, hendaknya selalu berupaya untuk menurunkan atau mengatasi tingkat kecemasan. Sehingga terapi murottal Al-Quran sebagai alternatif untuk menurunkan tingkat kecemasan.

### **3. Institusi Pendidikan**

Disarankan agar tenaga kesehatan dapat meningkatkan peran dalam upaya promotif dan preventif dengan memberikan pendidikan kesehatan sehingga dapat meningkatkan pengetahuan narapidana tentang kesehatan serta memotivasi narapidana untuk memiliki perilaku positif guna meningkatkan derajat kesehatan. Petugas kesehatan disarankan untuk selalu memberikan motivasi dan konseling yang mampu menumbuhkan rasa ingin tahu narapidana untuk mengetahui cara mengatasi rasa cemas.

### **4. Institusi Pelayanan Kesehatan**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan untuk melakukan program yang mengarah pada peningkatan pemanfaatan pelayanan perawatan pada narapidana dengan meningkatkan penyuluhan untuk menambah informasi



pada narapidana sehingga pengetahuan narapidana tentang pentingnya pencegahan stressor yang meningkat.

#### 5. Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan informasi dan literatur untuk melakukan penelitian tentang terapi murrotal Al-Quran. Diharapkan peneliti selanjutnya dapat menyempurnakan penelitian ini, karena jenis penelitian yang digunakan adalah *pre experiment* yang masih sangat sederhana dalam pemberian perlakuan, jumlah sampel yang masih terbilang kurang dan melakukan penelitian dengan mengontrol setting dan waktu, sehingga hasil yang didapatkan lebih terkontrol. Peneliti selanjutnya disarankan memperhatikan variabel-variabel lain yang diduga dapat mempengaruhi kondisi stress ( tingkat kecemasan), khususnya atau kondisi psikologis lain, misalnya jenis kelamin, usia, jenis kasus, latar belakang lingkungan sosial, keluarga, tingkat pendidikan, dan lain sebagainya.