

**PENGARUH MUROTTAL AL-QUR'AN TERHADAP ANSIETAS
PADA MAHASISWA PENDIDIKAN DOKTER
UNIVERSITAS SRIWIJAYA ANGKATAN 2017**

Skripsi

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar
Sarjana Kedokteran (S.Ked.)



Oleh:

Kaima Ishmata Rianti

04011181722043

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

2020

HALAMAN PENGESAHAN

**PENGARUH MUROTTAL AL-QUR'AN TERHADAP ANSIETAS
PADA MAHASISWA PENDIDIKAN DOKTER
UNIVERSITAS SRIWIJAYA ANGKATAN 2017**

Oleh:

**Kaima Ishmata Rianti
04011181722043**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar sarjana kedokteran

Palembang, Desember 2020
Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

Pembimbing I

dr. Indri Seta Septadina, M.Kes.

NIP. 198109162006042002

Indryseta

Pembimbing II

dr. Bintang Arroyantri Pranajaya, Sp.KJ

NIP. 198702052014042002

Bintang

Penguji I

dr. Tri Suciati M.Kes.

NIP. 198307142009122004

Tri Suciati

Penguji II

Drs. Eddy Roflin, M.Si.

NIP. 195904181985031002

Eddy Roflin

Mengetahui,

Ketua Program Studi
Pendidikan Dokter

Susilawati

dr. Susilawati, M.Kes

NIP. 197802272010122001

Wakil Dekan I

Radiyah Umi Partan

Dr. dr. Radiyah Umi Partan, Sp.PD-KR, M.Kes

NIP. 197207172008012007



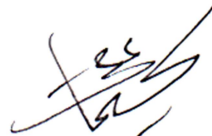
LEMBAR PERNYATAAN

Saya yang bertanda-tangan di bawah ini dengan ini menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana, ~~magister dan/atau doktor~~), baik di Universitas Sriwijaya maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan dan penelitian Saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan verbal Tim Pembimbing.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Pernyataan ini Saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka Saya bersedia menerima sanksi akademik atau sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

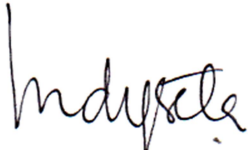
Palembang, Desember 2020
Yang membuat pernyataan



(Kaima Ishmata Rianti)

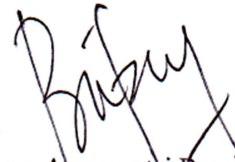
Mengetahui,

Pembimbing I



dr. Indri Seta Septadina, M.Kes
NIP. 198109162006042002

Pembimbing II



dr. Bintang Arroyantri Prananjaya, Sp.KJ
NIP. 198702052014042002

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Sriwijaya, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Kaima Ishmata Rianti
NIM : 04011181722043
Fakultas : Kedokteran
Program studi : Pendidikan Dokter
Jenis karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

PENGARUH MUROTTAL AL-QUR'AN TERHADAP ANSIETAS PADA MAHASISWA PENDIDIKAN DOKTER UNIVERSITAS SRIWIJAYA ANGGKATAN 2017

beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini, Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya tanpa meminta izin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Dibuat di : Palembang
Pada tanggal : 07 Januari 2021
Yang menyatakan



Kaima Ishmata Rianti
NIM. 04011181722043

ABSTRAK

PENGARUH MUROTTAL AL-QUR'AN TERHADAP ANSIETAS PADA MAHASISWA PENDIDIKAN DOKTER UNIVERSITAS SRIWIJAYA ANGGKATAN 2017

(Kaima Ishmata Rianti, Desember 2020, 51 halaman)
Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

Latar Belakang : Ansietas adalah perasaan tidak nyaman, kekhawatiran akan sesuatu yang tidak jelas dan sering disertai dengan gejala otonom. Terapi murottal Al-Qur'an merupakan bentuk terapi komplementer ansietas dengan media Al-Qur'an yang paling banyak digunakan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh murottal Al-Qur'an terhadap ansietas pada mahasiswa Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya angkatan 2017.

Metode : Penelitian ini merupakan penelitian kuasi eksperimental dengan pendekatan *cross-sectional with one group pre-post test design* yang dilaksanakan pada bulan Juli hingga Desember 2020 bertempat di rumah masing-masing melalui aplikasi *Zoom meeting*. Pengambilan data berupa data primer menggunakan kuesioner *Beck Anxiety Inventory* (BAI) pada sebelum dan sesudah mendapatkan intervensi murottal Al-Qur'an selama 7 hari berturut-turut pada jam 22.00. Pada data dilakukan uji normalitas *Shapiro-Wilk*, selanjutnya dianalisis dengan uji *Paired t-test* atau *Wilcoxon* menggunakan perangkat SPSS.

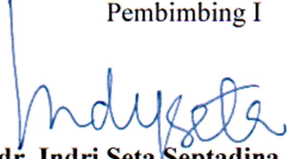
Hasil : Terdapat 45 mahasiswa yang menjadi subjek penelitian. Hasil uji *Wilcoxon* mendapatkan hasil signifikan murottal Al-Qur'an terhadap ansietas ($p=0,000$) pada mahasiswa pendidikan dokter Universitas Sriwijaya.

Kesimpulan : Terdapat pengaruh murottal Al-Qur'an terhadap ansietas pada mahasiswa pendidikan dokter Universitas Sriwijaya angkatan 2017.

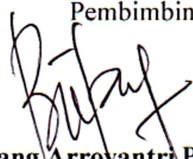
Kata kunci : *Ansietas, Murottal Al-Qur'an, BAI, Mahasiswa pendidikan dokter*

Mengetahui,

Pembimbing I


dr. Indri Seta Septadina, M.Kes
NIP. 198109162006042002

Pembimbing II


dr. Bintang Arroyantri Prananjaya, Sp.KJ
NIP. 198702052014042002

ABSTRACT

THE EFFECT OF MUROTTAL AL-QUR'AN ON ANXIETY IN MEDICAL STUDENT OF UNIVERSITAS SRIWIJAYA BATCH 2017

(*Kaima Ishmata Rianti*, December 2020, 51 pages)
Faculty of Medicine, Universitas Sriwijaya

Background: Anxiety is a feeling of discomfort, worry about something that is not clear and often accompanied by autonomic symptoms. Murottal Al-Qur'an therapy is a form of complementary anxiety therapy with the most widely used Al-Qur'an media. This study aims to analyze the effect of murottal Al-Qur'an on anxiety in medical student of Universitas Sriwijaya batch 2017.

Methods: This study was a quasi-experimental cross-sectional approach with one group pre-post test design which was carried out from July to December 2020 at homes through Zoom meeting application. Primary data were collected using the Beck Anxiety Inventory (BAI) questionnaire before and after receiving the Murottal Al-Qur'an intervention for 7 consecutive days at 22.00. The Shapiro-Wilk normality test was performed on the data, then analyzed with Paired t-test or Wilcoxon test using the SPSS device.

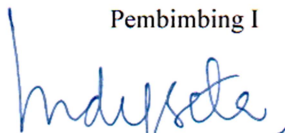
Results: There were 45 subjects of this study. The Wilcoxon test showed a significant result of murottal Al-Qur'an on anxiety ($p = 0.000$) in medical students of Universitas Sriwijaya.

Conclusion: There is an effect of murottal Al-Qur'an on anxiety in medical student of Universitas Sriwijaya batch 2017.

Key words: *Anxiety, Murottal Al-Qur'an, BAI, Medical student*

Mengetahui,

Pembimbing I



dr. Indri Seta Septadina, M.Kes
NIP. 198109162006042002

Pembimbing II



dr. Bintang Arroyantri Prananjaya, Sp.KJ
NIP. 198702052014042002

KATA PENGANTAR

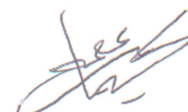
Alhamdulillah *alhamdulillah* *alhamdulillah*. Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi berjudul “Pengaruh Murottal Al-Qur’an terhadap Ansietas pada Mahasiswa Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya Angkatan 2017”. Tujuan penulisan skripsi ini adalah untuk memenuhi syarat guna memperoleh gelar Sarjana Kedokteran (S.Ked.) di Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.

Selama perjalanan menulis skripsi, penulis banyak menerima bantuan, doa dan dukungan sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu penulis menyampaikan terima kasih sebesar-besarnya kepada dr. Indri Seta Septadina, M.Kes. sebagai dosen pembimbing I dan dr. Bintang Arroyantri Prananjaya, Sp.KJ sebagai dosen pembimbing II atas segala bimbingan, ketulusan dan dukungan yang sangat membantu penulis selama proses penulisan skripsi. Terima kasih penulis juga ucapkan kepada dosen penguji yaitu dr. Tri Suciati, M.Kes. dan Bapak Drs. Eddy Roflin, M.Si. yang turut membantu memberikan kritik dan saran kepada penulis sehingga penulisan skripsi ini menjadi lebih baik. Terima kasih kepada semua dosen yang telah memberikan ilmu kepada penulis selama proses penulisan skripsi ini.

Ucapan terima kasih penulis haturkan kepada orangtua tercinta, Ayahanda Tobroni dan Ibunda Nidya Aryani atas segala doa dan ridho untuk penulis. Terima kasih pula kepada Adik Ramadhania serta keluarga besar Yai Anshori Madani yang selalu mendukung penulis. Terima kasih kepada teman seperbimbingan murottal Al-Qur’an, Elpita dan Nurul yang telah membantu penyusunan skripsi hingga akhir. Tak lupa terima kasih kepada teman-teman seperjuangan, Tifani, Alisha, Arek, Siti Hasnah serta teman-teman Betahistine yang telah mengisi masa pre-klinik kurang lebih 3,5 tahun.

Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dan kesalahan dalam penulisan skripsi ini. Oleh karena itu, penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca dan semua pihak dan seluruh kebaikan yang telah dilakukan mendapat balasan Allah SWT.

Palembang, 22 Desember 2020



(Kaima Ishmata Rianti)

DAFTAR SINGKATAN

GAD	: <i>generalized anxiety disorder</i>
PTSD	: <i>post traumatic stress disorder</i>
GABA	: <i>gamma-aminobutyric acid</i>
HPA	: <i>hypothalamus-pituitary-adrenal</i>
CRF	: <i>corticotropin releasing factor</i>
ACTH	: <i>adrenocorticotropic hormone</i>
SSRI	: <i>selective serotonin reuptake inhibitor</i>
SNRI	: <i>serotonin and norepinephrine reuptake inhibitor</i>
CBT	: <i>cognitive behavioral therapy</i>
BAI	: <i>Beck Anxiety Inventory</i>
EEG	: <i>electroencephalogram</i>

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR SINGKATAN.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1.Latar Belakang	1
1.2.Rumusan Masalah	2
1.3.Tujuan Penelitian.....	2
1.3.1.Tujuan Umum.....	2
1.3.2.Tujuan Khusus	2
1.4.Hipotesis.....	3
1.5.Manfaat Penelitian.....	3
1.5.1.Manfaat Teoritis.....	3
1.5.2.Manfaat Praktis	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	4
2.1.Ansietas	4
2.1.1.Definisi Ansietas.....	4
2.1.2.Klasifikasi Gangguan Ansietas.....	4
2.1.3.Faktor Risiko	7
2.1.4.Etiologi	9
2.1.5.Patofisiologi.....	11

2.1.6. Manifestasi Klinis	15
2.1.7. Tatalaksana	17
2.1.8. Kuesioner BAI	20
2.2. Murottal Al-Qur'an	21
2.2.1. Definisi	21
2.2.2. Keutamaan dan Manfaat Al-Qur'an	22
2.2.3. Efek Murottal Al-Qur'an terhadap Kesehatan	24
2.2.4. Murottal Al-Qur'an dan Gelombang Otak	26
2.2.5. Murottal Al-Qur'an dan Spiritualitas	26
2.3. Kerangka Teori	28
2.4. Kerangka Konsep	29
BAB III METODE PENELITIAN	30
3.1. Jenis Penelitian	30
3.2. Waktu dan Tempat Penelitian	30
3.3. Populasi dan Sampel	30
3.3.1. Populasi	30
3.3.2. Sampel	31
3.4. Variabel Penelitian	32
3.4.1. Variabel Bebas	32
3.4.2. Variabel Terikat	32
3.5. Definisi Operasional	33
3.6. Cara Pengumpulan Data	34
3.7. Cara Pengolahan dan Analisis Data	34
3.7.1. Analisis Univariat	34
3.7.2. Analisis Bivariat	35
3.8. Kerangka Operasional	36
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	37
4.1. Hasil	37
4.1.1. Deskripsi Pelaksanaan Penelitian	37
4.1.2. Karakteristik Subjek Penelitian	37
4.1.3. Analisis Univariat (Pengukuran Ansietas)	38

4.1.4. Analisis Bivariat (Perbedaan Ansietas Sebelum dan Sesudah Intervensi Murottal Al-Quran).....	40
4.2. Pembahasan	40
4.2.1. Karakteristik Subjek Penelitian	40
4.2.2. Ansietas Subjek Penelitian Sebelum Intervensi Murottal Al-Quran	41
4.2.3. Ansietas Subjek Penelitian Setelah Intervensi Murottal Al-Quran .	42
4.2.4. Pengaruh Murottal Al-Quran terhadap Ansietas	43
4.2.5. Keunggulan Penelitian.....	45
4.2.6. Keterbatasan Penelitian	45
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	46
5.1. Kesimpulan	46
5.2. Saran	46
DAFTAR PUSTAKA	47
LAMPIRAN.....	52
BIODATA	67

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Klasifikasi Gangguan Neurotik, Gangguan Somatoform dan Gangguan Terkait Stress	5
Tabel 2. Definisi Operasional	33
Tabel 3. Distribusi Frekuensi Subjek Penelitian Berdasarkan Tingkat Ansietas dan Jenis Kelamin	38
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Subjek Penelitian Berdasarkan Tingkat Ansietas Sebelum dan Sesudah Intervensi Murottal Al-Qur'an ...	38
Tabel 5. Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Skor BAI Sebelum dan Sesudah Intervensi Murottal Al-Quran	39
Tabel 6. Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Selisih Skor BAI Sebelum dan Sesudah Intervensi Murottal Al-Quran	39
Tabel 7. Hasil Uji Normalitas Ansietas Sebelum dan Sesudah Intervensi Murottal Al-Quran	40
Tabel 8. Perbedaan Ansietas Sebelum dan Sesudah Intervensi Murottal Al-Quran	40

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Sumbu HPA.	12
Gambar 2. Respons Takut atau Panik yang Melibatkan Amigdala	13
Gambar 3. Gejala Utama pada Ansietas	16

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Lembar Penjelasan.....	52
Lampiran 2. Lembar Kesiadaan Responden Penelitian	54
Lampiran 3. Kuesioner BAI (Beck Anxiety Inventory).....	55
Lampiran 4 .Data Subjek Penelitian dan Hasil Skor BAI.....	57
Lampiran 5. Hasil Analisa Data SPSS	58
Lampiran 6. Lembar Konsultasi Skripsi	61
Lampiran 7. Sertifikat Etik Penelitian.....	62
Lampiran 8. Surat Izin Penelitian.....	63
Lampiran 9. Surat Keterangan Selesai Penelitian	64
Lampiran 10. Dokumentasi Penelitian.....	65
Lampiran 11. Hasil Pemeriksaan Kesamaan Naskah (<i>Similarity Checking</i>)	66

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Ansietas adalah perasaan tidak nyaman, kekhawatiran akan sesuatu yang tidak jelas dan sering disertai dengan gejala otonom (Sadock, Sadock dan Ruiz, 2007). Prevalensi ansietas pada mahasiswa kedokteran lebih tinggi dibandingkan dengan gangguan kesehatan mental lainnya seperti depresi dan stres. Ansietas berhubungan signifikan dengan penyakit simtomatik yang sering terjadi pada mahasiswa kedokteran seperti nyeri kepala tipe tegang, migrain dan dispepsia (Wijaya, Sugiharto dan Zulkarnain, 2019; Ikhsan, Murni dan Rustam, 2020; Nurrezki dan Irawan, 2020). Faktor-faktor yang menyebabkan ansietas pada mahasiswa kedokteran adalah masalah interpersonal, tuntutan akademik yang tinggi, kurangnya evaluasi diri, rendahnya kualitas tidur, serta kurangnya motivasi dari lingkungan sekitar (Mao dkk., 2019). Gejala ansietas yang melebihi normal dapat dikategorikan sebagai gangguan ansietas (Sadock, Sadock dan Ruiz, 2007).

Terapi ansietas dapat diberikan secara farmakologis (antiansietas) dan nonfarmakologis. Terapi nonfarmakologis diyakini memiliki efek samping yang lebih rendah, lebih aman dan dapat digunakan dalam jangka waktu yang lebih lama dibandingkan dengan obat golongan anti-ansietas (Chandler, Robins dan Kinser, 2019). Terapi komplementer merupakan bentuk terapi nonfarmakologis yang memiliki kualitas, keamanan dan efektifitas tinggi berlandaskan ilmu pengetahuan biomedik yang belum diterima dalam kedokteran konvensional (Kemenkes, 2007).

Murottal merupakan bentuk terapi komplementer ansietas dengan media Al-Qur'an yang paling banyak digunakan. Umat Islam meyakini kitab suci Al-Qur'an sebagai obat. Imam Fakhruddin Ar-Razi dalam kitab *Mafaatihul Ghayb* menafsirkan kata *syifa* yang disematkan pada Al-Quran sebagai obat untuk penyakit-penyakit hati (*syifaa' min al-amraadh ar-ruuhaaniyyah*) dan obat untuk penyakit-penyakit jasmani (*syifaa' min al-amraadh al-jasmaniyyah*) (Al-Razi, 1990).

Penelitian Heidari, Shahbazi dan Bahrami (2014) menemukan tingkat ansietas mahasiswa keperawatan dan kegawatdaruratan yang diperdengarkan murottal Al-Qur'an sebelum mengerjakan ujian lebih rendah. Penurunan tingkat ansietas kelompok mahasiswa yang diperdengarkan murottal Al-Qur'an lebih bermakna signifikan daripada kelompok yang diperdengarkan musik (Masoumy, 2013 dikutip dari Ghiasi dan Keramat 2018)). Hasil penelitian Sari dkk. (2019) juga mendapatkan penurunan ansietas yang signifikan pada mahasiswa kedokteran setelah diberi intervensi murottal Al-Quran. Namun penelitian yang dilakukan oleh Heidari dan Masoumy dapat menimbulkan bias karena bahasa pengantar yang digunakan sama dengan bahasa Al-Qur'an yakni bahasa Arab. Penelitian oleh Sari dkk. (2019) menambahkan terjemahan surah pada intervensinya yang juga dapat menimbulkan bias.

Pengembangan penelitian intervensi nonfarmakologis ansietas yang diyakini sebagai terapi penunjang dengan efek samping rendah menjadi penting. Literatur pengaruh murottal Al-Qur'an terhadap ansietas mahasiswa di negara dengan bahasa pengantar bukan bahasa Arab seperti bahasa Indonesia masih terbatas. Penelitian ini perlu dilakukan untuk mengetahui pengaruh murottal Al-Qur'an terhadap tingkat ansietas yang dialami oleh mahasiswa kedokteran.

1.2. Rumusan Masalah

Apakah murottal Al-Qur'an berpengaruh signifikan terhadap ansietas pada mahasiswa Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya angkatan 2017?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Menganalisis pengaruh murottal Al-Qur'an terhadap ansietas pada mahasiswa Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya angkatan 2017

1.3.2. Tujuan Khusus

- 1) Mengetahui distribusi frekuensi subjek penelitian menurut tingkat ansietas dan jenis kelamin pada mahasiswa Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya angkatan 2017.

- 2) Mengetahui distribusi frekuensi subjek penelitian menurut tingkat ansietas sebelum dan sesudah mendapat intervensi murottal Al-Qur'an pada mahasiswa Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya angkatan 2017.
- 3) Mengetahui ansietas mahasiswa Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya sebelum dan setelah mendapat intervensi murottal Al-Qur'an pada mahasiswa Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya angkatan 2017.
- 4) Menganalisis pengaruh murottal Al-Qur'an terhadap ansietas pada mahasiswa Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya angkatan 2017.

1.4. Hipotesis

Murottal Al-Qur'an berpengaruh signifikan terhadap ansietas mahasiswa Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya angkatan 2017.

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi sumber data mengenai pengaruh murottal Al-Qur'an terhadap ansietas mahasiswa pendidikan dokter.

1.5.2. Manfaat Praktis

- 1) Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi informasi kepada mahasiswa pendidikan dokter mengenai pengaruh murottal Al-Qur'an terhadap ansietas sehingga mahasiswa dapat memanfaatkan murottal Al-Qur'an dengan baik demi mendapat tingkat ansietas yang rendah.
- 2) Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi upaya institusi dalam mengurangi tingkat ansietas dan mencegah gangguan ansietas pada mahasiswa.
- 3) Hasil penelitian dapat menjadi data dasar penelitian selanjutnya yang meneliti tentang murottal Al-Qur'an yang dihubungkan dengan ansietas atau dilakukan pada mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, A. A. dan Omar, Z. (2011) "The Effect of Temporal EEG Signals While Listening to Quran Recitation," *International Journal on Advanced Science, Engineering and Information Technology*, 1(4), hal. 372. doi: 10.18517/ijaseit.1.4.77.
- Abubakar, B. (2012) *Terjemahan Tafsir Jalalain berikut Asbaabun Nuzuul jilid 4*. Diedit oleh L. S. M. Bakri. Bandung: Sinar Baru Algesindo.
- Al-Galal, S. A. dan Alshaikhli, I. F. T. (2017) "Analyzing Brainwaves While Listening To Quranic Recitation Compared With Listening To Music Based on EEG Signals," *International Journal on Perceptive and Cognitive Computing*, 3(1), hal. 1–5. doi: 10.31436/ijpcc.v3i1.43.
- Al-Kabir, S. A. D. (2018) *Kitab Mujarobat*. Jakarta Selatan: Wali Pustaka.
- Al-Razi, M. F. (1990) *Tafsir al-Kabir wa Mafatih al-Ghayb*. Bairut: Dar al-Fikr.
- Amana, L. dan Purnamasari, S. E. (2017) "Efektivitas Mendengarkan Bacaan Al-Quran Terhadap Penurunan Tingkat Depresi Pada Lansia," *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 17(1), hal. 11. doi: 10.26486/psikologi.v17i1.681.
- Apriady, T., Yanis, A. dan Yulistini, Y. (2016) "Prevalensi Ansietas Menjelang Ujian Tulis pada Mahasiswa Kedokteran Fk Unand Tahap Akademik," *Jurnal Kesehatan Andalas*, 5(3), hal. 666–670. doi: 10.25077/jka.v5i3.596.
- Arfian, M. Y. dan Sriningsih (2015) "Efikasi Diri Remaja Putri dengan Fobia Spesifik," *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 17(2).
- Atmaja, B. P. dan Saputra, A. F. (2020) "Pengaruh Terapi Murottal Al – Qur 'an terhadap Penurunan Kecemasan pada Pasien Pre-Op Katarak," *Jurnal Darul Azhar*, 9(1), hal. 1–8.
- Aziza, I. N., Wiyono, N. dan Fitriani, A. (2019) "Pengaruh Mendengarkan Murottal Al-Qur'an Terhadap Memori Kerja," *Psikis : Jurnal Psikologi Islami*, 5(1), hal. 24–32. doi: 10.19109/psikis.v5i1.2547.
- Babamohamadi, H. *dkk.* (2017) "The Effect of Holy Qur'an Recitation on Depressive Symptoms in Hemodialysis Patients: A Randomized Clinical Trial," *Journal of Religion and Health*. Springer US, 56(1), hal. 345–354. doi: 10.1007/s10943-016-0281-0.
- Beaudreau, S. A. *dkk.* (2020) *Anxiety and its disorders in old age, Handbook of Mental Health and Aging*. INC. doi: 10.1016/b978-0-12-800136-3.00011-9.
- Blanco, C. *dkk.* (2014) "Risk Factors for Anxiety Disorders: Common and Specific Effects in a National Sample," *Depression and Anxiety*, 31(9), hal. 756–764. doi: 10.1002/da.22247.RISK.
- Buelow, M. T. (2020) "Anxiety: state-dependent stress, generalized anxiety, social anxiety, posttraumatic stress disorder, and obsessive–compulsive disorder," *Risky Decision Making in Psychological Disorders*, hal. 97–112. doi: 10.1016/b978-0-12-815002-3.00005-x.
- Chandler, S. K., Robins, J. L. dan Kinser, P. A. (2019) "Nonpharmacologic interventions for the self-management of anxiety in Parkinson's disease: A comprehensive review," *Behavioural Neurology*, 2019. doi:

- 10.1155/2019/8459579.
- Dadashi, M. *dkk.* (2015) "Effects of Increase in Amplitude of Occipital Alpha & Theta Brain Waves on Global Functioning Level of Patients with GAD," *Basic and Clinical Neuroscience*, 6(1).
- Dahlan, S. (2011) "Statistik Untuk Kedokteran Dan Kesehatan," hal. 0–49.
- Falimbani, S. A. S. Al (2010) *Sairus Salikin*. Banjarbaru: Darussalam Yasin.
- Farach, F. J. *dkk.* (2012) "Pharmacological treatment of anxiety disorders: Current treatments and future directions," *Journal of Anxiety Disorders*, 26(8), hal. 833–843. doi: 10.1016/j.janxdis.2012.07.009.
- Fredrikson, M. dan Faria, V. (2013) "Neuroimaging in anxiety disorders," *Modern Trends in Pharmacopsychiatry*, 29, hal. 47–66. doi: 10.1159/000351938.
- Ghiasi, A. dan Keramat, A. (2018) "The Effect of Listening to Holy Quran Recitation on Anxiety: A Systematic Review," *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 23(6), hal. 411–420.
- Halfaker, D. A. *dkk.* (2011) "Psychological Aspects of Pain," *Pain Procedures in Clinical Practice*. Elsevier, hal. 13–22. doi: 10.1016/B978-1-4160-3779-8.10003-X.
- Hall, J. E. (2011) *Guyton dan Hall Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. 12 ed. Philadelphia: Saunders Elsevier.
- Hamka, B. (2007) *Tafsir Al-Azhar*. Singapura: Pustaka Nasional PTE LTD.
- Heidari, M., Shahbazi, S. dan Bahrami, A. (2014) "Assess the effect of Quran on exam anxiety in nursing and ems students," 4(2), hal. 51–56.
- Hojjati, A. *dkk.* (2014) "Effectiveness of Quran Tune on Memory in children," *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. Elsevier B.V., 114, hal. 283–286. doi: 10.1016/j.sbspro.2013.12.699.
- Holownia, P. (2011) "Complementary medicine," *Australian Family Physician*, 40(4), hal. 183.
- Idham, A. F. dan Ridha, A. A. (2016) "Apakah Mendengarkan Murottal Al-Quran Dapat Menurunkan Kecemasan Akademik Pada Mahasiswa?," *Intervensi Psikologi*, 9(2), hal. 141–154.
- Ikhsan, M. H., Murni, A. W. dan Rustam, E. R. (2020) "Hubungan Depresi, Ansietas, dan Stres dengan Kejadian Sindrom Dispepsia pada Mahasiswa Tahun Pertama di Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Sebelum dan Sesudah Ujian Blok," *Jurnal Kesehatan Andalas*, 9(1S), hal. 74–81. doi: 10.25077/jka.v9i1s.1158.
- Ismail, N. S. B. dan Sharif, Z. B. (2017) "The comparison between listening to Surah Al-Mulk and Surah Al-Hasyr using EEG," *Proceedings - 2016 IEEE International Conference on Automatic Control and Intelligent Systems, I2CACIS 2016*, (October), hal. 28–33. doi: 10.1109/I2CACIS.2016.7885284.
- Jahangiri dan Mohammadi, R. (2018) "Effect of Logotherapy with Quran Recitation and Prayer on Quality of Life in Women with Major Depressive Disorder," *Islamic life style centered on health*, 2(2), hal. 71–75.
- Jalaluddin, A. (2018) "Ketenangan Jiwa Menurut Fakhr Al-Din AL-Razi dalam

- Tafsir Mafaatih Al-Ghayb,” *Al-Bayan : Jurnal Studi Al-Qur’an dan Tafsir*, 3.
- Kemenkes (2007) “Permenkes No 1109 tahun 2007.”
- Kramlich, D. (2014) “Introduction to complementary, alternative, and traditional therapies,” *Critical Care Nurse*, 34(6), hal. 50–56. doi: 10.4037/ccn2014807.
- Kraus, K. S. dan Canlon, B. (2012) “Neuronal connectivity and interactions between the auditory and limbic systems. Effects of noise and tinnitus,” *Hearing Research*. Elsevier B.V., 288(1–2), hal. 34–46. doi: 10.1016/j.heares.2012.02.009.
- Krishnakumar, D. *dkk.* (2016) “Meditation and yoga can modulate brain mechanisms,” 2(1), hal. 13–19. doi: 10.14259/as.v2i1.171.Meditation.
- Lilin, T. dan Hesti, S. N. (2017) “Pengaruh Terapi Murrotal Al Qur ’ an terhadap Penurunan Intensitas,” *Jurnal Riset Kebidanan Indonesia*, 1(1), hal. 1–8.
- Liu, Y. dan Petrini, M. A. (2015) “Effects of music therapy on pain, anxiety, and vital signs in patients after thoracic surgery,” *Complementary Therapies in Medicine*. Elsevier Ltd, 23(5), hal. 714–718. doi: 10.1016/j.ctim.2015.08.002.
- Managheb, M. dan Jafari, G. (2014) “The Musabbihat Suras from the Rhetoric’s Point of View,” hal. 36–37.
- Mao, Y. *dkk.* (2019) “A systematic review of depression and anxiety in medical students in China,” *BMC Medical Education*. BMC Medical Education, 19(1), hal. 1–13. doi: 10.1186/s12909-019-1744-2.
- Martin, E. *dkk.* (2009) “The Neurobiology of Anxiety Disorders: Brain Imaging, GenMartin, E., Ressler, K., Binder, E., & Nemeroff, C. (2013). The Neurobiology of Anxiety Disorders: Brain Imaging, Genetics, and Psychoneuroendocrinology. *Psychiatr Clin North Am.*, 32(3), 549–575. ht,” *Psychiatr Clin North Am.*, 32(3), hal. 549–575. doi: 10.1016/j.psc.2009.05.004.The.
- Mashitah, M. W. dan Lenggono, K. A. (2020) “Quran recitation therapy reduces the depression levels of hemodialysis patients,” *International Journal of Research in Medical Sciences*, 8(6), hal. 2222. doi: 10.18203/2320-6012.ijrms20202271.
- Maslim, R. (2013) *Diagnosis Gangguan Jiwa, Rujukan Ringkas PPDGJ-III dan DSM-5*. Jakarta: PT Nuh Jaya.
- Maulana, R., Elita, V. dan Misrawati (2015) “Pengaruh Murotal AlQuran terhadap Kecemasan Pasien Preoperasi Bedah Orthopedi,” *JOM*, 2(37), hal. 1–31. doi: 10.12816/0013114.
- Maust, D. *dkk.* (2012) *Psychiatric rating scales*. 1 ed, *Handbook of Clinical Neurology*. 1 ed. Elsevier B.V. doi: 10.1016/B978-0-444-52002-9.00013-9.
- Muntingh, A. D. T. *dkk.* (2011) “Is the beck anxiety inventory a good tool to assess the severity of anxiety? A primary care study in The Netherlands study of depression and anxiety (NESDA),” *BMC Family Practice*. BioMed Central Ltd, 12(1), hal. 66. doi: 10.1186/1471-2296-12-66.
- Nakhavali, F. dan Seyyedi, H. (2013) “A Research on "Rhythm & Music" in the

- Qur'an," (June 2013). doi: 10.5296/ijl.v5i3.3898.
- Nugrahati, D., Uyun, Q. dan P Nugraha, S. (2018) "Pengaruh Terapi Taubat dan Istighfar Dalam Menurunkan Kecemasan Mahasiswa," *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, 10(1), hal. 33–41. doi: 10.20885/intervensipsikologi.vol10.iss1.art3.
- Nurrezki, S. dan Irawan, R. (2020) "Hubungan Stres, Cemas, dan Depresi dengan Kejadian Migrain pada Mahasiswa Kedokteran di Jakarta," 19(1), hal. 1–7.
- Oktora, S. P. D. dan Purnawan, I. (2018) "Pengaruh Terapi Murottal Al Quran terhadap Kualitas Tidur Lansia di Unit Rehabilitasi Sosial Dewanata Cilacap," *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 11(3), hal. 168. doi: 10.20884/1.jks.2016.11.3.710.
- Rafique, R., Anjum, A. dan Raheem, S. S. (2019) "Efficacy of Surah Al-Rehman in Managing Depression in Muslim Women," *Journal of Religion and Health*. Springer US, 58(2), hal. 516–526.
- Rector, N. A. *dkk.* (2011) *Anxiety Disorders an Information Guide*.
- Rosmarin, D. H. dan Leidl, B. (2020) *Spirituality, religion, and anxiety disorders, Handbook of Spirituality, Religion, and Mental Health*. INC. doi: 10.1016/b978-0-12-816766-3.00003-3.
- Sadock, B. J., Sadock, V. A. dan Ruiz, P. (2007) *Synopsis of Psychiatry*. eleventh.
- Saeed, S. A., Cunningham, K. dan Bloch, R. M. (2019) "Depression and Anxiety Disorders: Benefits of Exercise, Yoga, and Meditation," *Am Fam Physician*.
- Saleh, M. C. I. *dkk.* (2013) "Pengaruh murottal Al-Qur'an terhadap tingkat kecemasan pada pasien jantung," *Perpustakaan Nasional Katalog Dalam Terbitan (KDT)*, 001(2), hal. 148. doi: 10.1007/s00423-006-0143-4.
- Sari, C. F. *dkk.* (2019) "The Effect of Listening to the Quran Surah Al-Mulk with Translation on Anxiety and Sleep Quality in Medical Students," *Front. Pharmacol. Conference Abstract: International Conference on Drug Discovery and Translational Medicine 2018 (ICDDTM '18) "Seizing Opportunities and Addressing Challenges of Precision Medicine."* doi: 10.3389/conf.fphar.2019.63.00006.
- Shekha, M. S., Hassan, A. O. dan Othman, S. A. (2013) "Effects of Quran Listening and Music on Electroencephalogram Brain Waves," *J. Exp. Biol*, 9(1), hal. 1–7. Tersedia pada: <http://www.egyseb.org>.
- Shelton, C. I. (2004) "Diagnosis and Management of Anxiety Disorders," *The Journal of the American Osteopathic Association*, 104(3), hal. 2–5.
- Siswanti, G. N. (2019) "Eksistensi dan Konsep Syifa' dalam tafsir Fakhruddin Al-Razi," *Al-Mada; Jurnal Agama, Sosial dan Budaya*.
- Stahl, S. M. (2013) *Stahl's Essential Psychopharmacology*. 4 ed, *Psychiatric medicine*. 4 ed. Cambridge University Press. doi: 10.2165/00128413-199912000-00007.
- Suma, C. P. dan Raman, M. (2020) *Anxiety, StatPearls*. Tersedia pada: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK470361/#:~:text=ratio.%5B4%5D-,Pathophysiology,mediates most of the symptoms>.
- Suteja Putra, P. *dkk.* (2018) "The effect of Quran murottal's audio on short term

- memory,” *MATEC Web of Conferences*, 154, hal. 2–5. doi: 10.1051/mateconf/201815401060.
- Tarbiyyah, S. (2014) *Keutamaan Membaca dan Mengkaji Al-Quran : Terjemah At-Tibyaan fii aadaabi hamalatil quran*.
- Tsuang, M. T., Tohen, M. dan Jones, P. B. (2011) *Textbook of Psychiatric Epidemiology*. John Wiley & Sons.
- Wahyuddin dan Saifulloh, M. (2013) “Ulum Al-Quran, Sejarah dan Perkembangannya,” *Jurnal Sosial Humaniora*, 6.
- Wijaya, A. A., Sugiharto, H. dan Zulkarnain, M. (2019) “Hubungan Kecemasan dengan Nyeri Kepala Tipe Tegang pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya Angkatan 2013,” *Sriwijaya Journal of Medicine*, 2(1), hal. 223–229. doi: 10.32539/sjm.v2i1.46.
- Wuryaningsih, E. W. dkk. (2018) “Murottal al-quran therapy to increase sleep quality in nursing students,” *UNEJ e-Proceeding*, hal. 7–14.
- Yaunin, Y. (2012) “Gangguan Panik dengan Agorafobia,” *Majalah Kedokteran Andalas*, 36(2).
- Zainuddin, R. dan Maru, R. La (2019) “Efektivitas Terapi Murottal Al-Quran Terhadap Kecemasan Anak Dengan Leukemia ‘Literature Review,’” (*Jkg*) *Jurnal Keperawatan Global*, 4(2), hal. 109–114. doi: 10.37341/jkg.v4i2.69.
- Zimmermann, M. dan Chong, A. K. (2019) “Modifiable Risk and Protective Factors for Anxiety Disorders Among Adults: A Systematic Review,” *Psychiatry Research*. Elsevier B.V., hal. 112705. doi: 10.1016/j.psychres.2019.112705.