

**PENGARUH MEMBACA AL-QUR'AN SECARA
PERIODIK TERHADAP ANSIETAS PADA
MAHASISWA PENDIDIKAN DOKTER
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

Skripsi

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar
Sarjana Kedokteran di Universitas Sriwijaya



Oleh:

NADIYAH FAKHIRAH

04011181823059

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2021**

HALAMAN PENGESAHAN

PENGARUH MEMBACA AL-QUR'AN SECARA PERIODIK TERHADAP ANSIETAS PADA MAHASISWA PENDIDIKAN DOKTER UNIVERSITAS SRIWIJAYA

Oleh:
Nadiyah Fakhirah
04011181823059

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar sarjana kedokteran

Palembang, 15 Desember 2021

Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

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

Indri Seta

Pembimbing II
dr. Puji Rizki Suryani, M.Kes
NIP. 198509272010122006

Puji Rizki

Penguji I
dr. Bintang Arroyantri Prananjaya, Sp.KJ
NIP. 198705052014042002

Bintang Arroyantri

Penguji II
dr. Msy Rulan Adnindya, M.Biomed
NIP. 198811242015042003

Msy Rulan Adnindya

Mengetahui,

Ketua Program Studi
Pendidikan Dokter

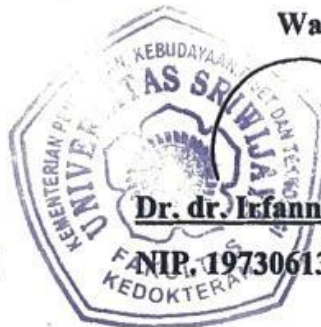
Susilawati

dr. Susilawati, M.Kes
NIP. 197802272010122001

Wakil Dekan I

Irfannuddin

Dr. dr. Irfannuddin, Sp.KO.M.Pd.Ked
NIP. 197306131999031001



HALAMAN PERSETUJUAN

Karya tulis ilmiah berupa laporan akhir skripsi dengan judul “Pengaruh Membaca Al-Qur’an secara Periodik terhadap Ansietas pada Mahasiswa Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya” telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya pada tanggal 15 Desember 2021.

Palembang, 15 Desember 2021

Tim Penguji Karya Ilmiah berupa laporan akhir skripsi

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

Indri Seta

Pembimbing II
dr. Puji Rizki Suryani, M.Kes
NIP. 198509272010122006

Puji Rizki

Penguji
dr. Bintang Arroyantri Prananjaya, Sp.KJ
NIP. 198705052014042002

Bintang Arroyantri

Penguji II
dr. Msy Rulan Adnindya, M.Biomed
NIP. 198811242015042003

Rulan Adnindya

Mengetahui,

**Ketua Program Studi
Pendidikan Dokter**

Susilawati

dr. Susilawati, M.Kes
NIP. 197802272010122001

Wakil Dekan I



Irfannuddin

dr. Irfannuddin, Sp.KO., M.Pd.Ked
NIP. 197207172008012007


HALAMAN PERNYATAAN INTEGRITAS

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, 15 Desember 2021
Yang membuat pernyataan



(Nadiyah Fakhirah)

Mengetahui,

Pembimbing I



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

Pembimbing II



dr. Puji Rizki Suryani, M.Kes
NIP. 198509272010122006

ABSTRAK

PENGARUH MEMBACA AL-QUR'AN SECARA PERIODIK TERHADAP ANSIETAS PADA MAHASISWA PENDIDIKAN DOKTER UNIVERSITAS SRIWIJAYA

(Nadiyah Fakhirah, 15 Desember 2021. 1 halaman)
Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

Latar Belakang. Ansietas merupakan respons terhadap ancaman terhadap suatu yang tidak diketahui, berasal dari dalam diri, samar-samar serta konfliktual. Prevalensi ansietas pada mahasiswa kedokteran lebih besar dibanding dengan gangguan kesehatan mental yang lain semacam depresi serta stres. Pengobatan nonfarmakologis diyakini memiliki efek samping yang lebih rendah, lebih aman serta dapat dipergunakan dengan waktu yang lama. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh membaca Al-Qur'an secara periodik terhadap ansietas pada mahasiswa pendidikan dokter.

Metode. Penelitian ini merupakan penelitian *quasi eksperimen* dengan *nonequivalent control group design* yang dilaksanakan pada bulan Juli hingga Desember 2021 bertempat di rumah masing-masing melalui aplikasi *Zoom meeting*. Penelitian ini memberikan intervensi terhadap kelompok eksperimen berupa membaca Al-Qur'an secara periodik serta menyediakan kelompok kontrol sebagai pembanding. Sampel penelitian adalah mahasiswa pendidikan dokter Universitas Sriwijaya yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Data diambil dari kuesioner BAI (*Beck Anxiety Inventory*) yang disebarikan secara *online* menggunakan aplikasi *google form* kemudian akan diolah dan dianalisis menggunakan aplikasi SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*).

Hasil. Hasil uji *Wilcoxon* pada kelompok eksperimen mendapatkan hasil signifikan antara membaca Al-Qur'an secara periodik terhadap ansietas ($p=0,024$) pada mahasiswa pendidikan dokter Universitas Sriwijaya. Sedangkan pada kelompok kontrol mendapatkan hasil tidak signifikan ($p=0,066$).

Kesimpulan. Adanya pengaruh membaca Al-Qur'an secara periodik terhadap ansietas. Sehingga Al-Qur'an dapat dimanfaatkan untuk menurunkan ansietas pada mahasiswa pendidikan dokter.

Kata Kunci: Ansietas, Membaca Al-Qur'an secara periodik, BAI, Mahasiswa pendidikan dokter

ABSTRACT

THE EFFECT OF PERIODIC READING AL-QUR'AN ON ANXIETY IN MEDICAL STUDENTS AT SRIWIJAYA UNIVERSITY

(Nadiyah Fakhirah, 15 Desember 2021. 1 page)
Sriwijaya University Faculty of Medicine

Backgrounds. Anxiety is a response to a threat to something that is unknown, comes from within, vague, and conflictual. The prevalence of anxiety in medical students is greater than that of other mental health disorders such as depression and stress. Non-pharmacological treatment is believed to have lower side effects, safer and can be used for a long time. This study aims to determine the effect of periodic reading Al-Qur'an on anxiety in medical students.

Methods. This research is a quasi-experimental study with a nonequivalent control group design which was carried out from July to December 2021 at their respective homes through the Zoom meeting application. This study provides an intervention to the experimental group in the form of periodic reading Al-Qur'an and provides a control group as a comparison. The research sample was Sriwijaya University medical students who met the inclusion and exclusion criteria. The data was taken from the BAI (Beck Anxiety Inventory) questionnaire which was distributed online using the google form application and then processed and analyzed using the SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) application.

Results. The Wilcoxon test in the experimental group showed significant result of periodic reading Al-Qur'an on anxiety ($p = 0.024$) in medical students of Sriwijaya University. While in the control group the results were not significant ($p=0,066$).

Conclusions. There is an effect of periodic reading Al-Qur'an on anxiety. So that Al-Qur'an can be used to reduce anxiety in medical students.

Keywords: Anxiety, Periodic reading Al-Qur'an, BAI, Medical student

RINGKASAN

PENGARUH MEMBACA AL-QUR'AN SECARA PERIODIK TERHADAP ANSIETAS PADA MAHASISWA PENDIDIKAN DOKTER UNIVERSITAS SRIWIJAYA

Karya tulis ilmiah berupa Skripsi, 15 Desember 2021

Nadiyah Fakhirah; Dibimbing oleh dr. Indri Seta Septadina, M.Kes dan dr. Puji Rizki Suryani, M.Kes.

Faculty of Medicine, Sriwijaya University.

xviii + 66 halaman, 7 tabel, 4 gambar, 12 lampiran

Ansietas merupakan respons terhadap ancaman terhadap suatu yang tidak diketahui, berasal dari dalam diri, samar-samar serta konfliktual. Prevalensi ansietas pada mahasiswa kedokteran lebih besar dibanding dengan gangguan kesehatan mental yang lain semacam depresi serta stres. Pengobatan nonfarmakologis diyakini memiliki efek samping yang lebih rendah, lebih aman serta dapat dipergunakan dengan waktu yang lama. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh membaca Al-Qur'an secara periodik terhadap ansietas pada mahasiswa pendidikan dokter. Penelitian ini menggunakan 68 subjek penelitian yang dibagi menjadi dua kelompok yaitu eksperimen dan kontrol. Penelitian ini merupakan penelitian *quasi eksperiment* dengan *nonequivalent control group design*.

Hasil penelitian ini usia 21 tahun merupakan persentase usia tertinggi. Kemudian proporsi jenis kelamin perempuan lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Pada hasil uji *Wilcoxon* pada kelompok eksperimen menunjukkan membaca Al-Qur'an secara periodik berpengaruh signifikan dalam menurunkan kecemasan ($p=0,024$) sedangkan pada kelompok kontrol mendapatkan hasil yang tidak signifikan ($p=0,066$). Dapat disimpulkan bahwa Al-Qur'an dapat dimanfaatkan untuk menurunkan ansietas pada mahasiswa pendidikan dokter. Saran penelitian ini peneliti berikutnya diharapkan dapat menilai faktor-faktor yang menyebabkan ansietas seperti masalah interpersonal dan tingginya tuntutan akademik serta menilai variabel perancu selama penelitian sehingga dapat meningkatkan validitas interna.

Kata Kunci: Ansietas, Membaca Al-Qur'an secara periodik, Mahasiswa pendidikan dokter

SUMMARY

THE EFFECT OF PERIODIC READING AL-QUR'AN ON ANXIETY IN
MEDICAL STUDENTS AT SRIWIJAYA UNIVERSITY
Scientific Paper in the form of Skripsi, 15 Desember 2021

Nadiyah Fakhirah; supervised by dr. Indri Seta Septadina, M.Kes and dr. Puji Rizki
Suryani, M.Kes

Fakultas Kedokteran, Universitas Sriwijaya

xviii + 66 pages, 7 table, 4 pictures, 12 attachment

Anxiety is a response to a threat to something that is unknown, comes from within, is vague and conflictual. The prevalence of anxiety in medical students is greater than that of other mental health disorders such as depression and stress. Non-pharmacological treatment is believed to have lower side effects, is safer and can be used for a long time. This study aims to determine the effect of periodic reading Al-Qur'an on anxiety in medical students. This study used 68 research subjects which were divided into two groups, namely experimental and control. This research is a quasi-experimental research with nonequivalent control group design. The results of this study are 21 years of age is the highest percentage of age. Then the proportion of female sex is higher than male. The Wilcoxon test results in the experimental group showed that periodic reading Al-Qur'an had a significant effect on reducing anxiety ($p = 0.024$) while the control group got insignificant results ($p = 0.066$). It can be concluded that Al-Qur'an can be used to reduce anxiety in medical students. Suggestions for this research future researchers are expected to be able to assess the factors that cause anxiety such as interpersonal problems and high academic demands and assess confounding variables during the study so as to increase internal validity.

Keywords: Anxiety, Periodic reading Al-Qur'an, Medical students

KATA PENGANTAR DAN UCAPAN TERIMA KASIH


Alhamdulillah, Puji syukur atas kehadiran Allah *subhanahu wa ta'ala* karena rahmat, karunia serta pertolongan-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Membaca Al-Qur’an secara Periodik terhadap Ansietas pada Mahasiswa Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya” tepat pada waktunya. Tujuan penulisan skripsi ini adalah untuk memenuhi syarat guna memperoleh gelar Sarjana Kedokteran (S.Ked.) di Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.

Penulis mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada semua pihak yang membantu dalam menyelesaikan skripsi ini, terutama kepada :

1. dr. Indri Seta Septadina, M.Kes selaku dosen pembimbing I, dan dr. Puji Rizki Suryani, M.Kes selaku dosen pembimbing II. Terima kasih atas kesediaan waktu dan saran serta bimbingan yang diberikan dalam pembuatan skripsi ini. Serta penulis ucapkan terima kasih kepada dr. Bintang Arroyantri Prananjaya, Sp.KJ selaku dosen penguji I dan dr. Msy Rulan Adnindya, M.Biomed selaku dosen penguji II atas kesediaan waktu dan saran serta masukkan yang diberikan kepada penulis dalam menyusun laporan skripsi ini.
2. Kedua orang tua saya, Suryadi dan Desriani, kakak saya Meirizka Chairani, serta adik saya Alyah Mufidah dan Zahidah Maghfirah, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya atas doa, dukungan serta semangat yang diberikan sehingga dapat menyelesaikan laporan ini tepat waktu.
3. Sahabat-sahabat terdekat saya dan sahabat seperjuangan Miftah Tazkiah dan Qibti Umi Alhidayah, serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan. Akhir kata, penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi ilmu pengetahuan dan bagi pembaca.

Palembang, 15 Desember 2021



Nadiyah Fakhirah
NIM. 04011181823059

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

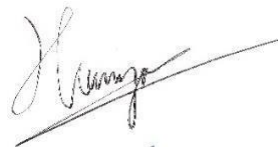
Nama : Nadiyah Fakhirah
NIM : 04011181823128
Fakultas : Kedokteran
Program studi : Pendidikan Dokter
Jenis karya : Skripsi

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 MEMBACA AL-QUR'AN SECARA PERIODIK TERHADAP ANSIETAS PADA MAHASISWA PENDIDIKAN DOKTER UNIVERSITAS SRIWIJAYA

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 : 15 Desember 2021
Yang menyatakan



Nadiyah Fakhirah
NIM. 04011181823059

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN INTEGRITAS	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT	vi
RINGKASAN.....	vii
SUMMARY	viii
KATA PENGANTAR DAN UCAPAN TERIMA KASIH	ix
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
DAFTAR SINGKATAN.....	xviii
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	3
1.3. Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1. Tujuan Umum.....	4
1.3.2. Tujuan Khusus.....	4
1.4. Hipotesis.....	4

1.5. Manfaat Penelitian.....	4
1.5.1. Manfaat Teoritis.....	4
1.5.2. Manfaat Praktis.....	4
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1. Ansietas.....	6
2.1.1. Definisi Ansietas.....	6
2.1.2. Klasifikasi Ansietas.....	7
2.1.3. Faktor Risiko Ansietas.....	9
2.1.4. Etiologi Ansietas.....	9
2.1.5. Patofisiologi Ansietas.....	10
2.1.6. Manifestasi Klinis Ansietas.....	12
2.1.7. Tatalaksana Ansietas.....	12
2.1.8. Skor BAI.....	13
2.2. Membaca Al-Qur'an secara Periodik.....	13
2.2.1. Definisi.....	13
2.2.2. Keutamaan Membaca Al-Quran.....	14
2.2.3. Keutamaan Surah Al-Fatihah, Al-Ikhlas, Al-Falaq, An- Nas, Ayat Kursi dan Al-Baqarah ayat 285-286.....	15
2.2.4. Hubungan Membaca Al-Qur'an terhadap Ansietas.....	17
2.3. Kerangka Teori.....	21
2.4. Kerangka Konsep	22
BAB 3 METODE PENELITIAN.....	23
3.1. Jenis Penelitian.....	23
3.2. Waktu dan Tempat Penelitian.....	24
3.3. Populasi dan Sampel.....	24
3.3.1. Populasi.....	24

3.3.1.1. Populasi Target.....	24
3.3.1.2. Populasi Terjangkau.....	24
3.3.2. Kriteria Inklusi dan Eksklusi.....	24
3.3.3. Sampel.....	25
3.3.3.1. Besar Sampel.....	25
3.3.3.2. Kriteria <i>Drop Out</i>	26
3.3.3.3. Cara Pengambilan Sampel.....	26
3.3.4. Variabel Penelitian.....	26
3.3.4.1. Variabel Bebas.....	26
3.3.4.2. Variabel Terikat.....	26
3.4. Definisi Operasional.....	28
3.5. Cara Pengumpulan Data.....	30
3.6. Cara Pengolahan dan Analisis Data.....	30
3.6.1. Uji Homogenitas.....	31
3.6.2. Uji Normalitas.....	31
3.6.3. Analisis Skor BAI.....	31
3.7. Kerangka Operasional.....	32
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN.....	33
4.1. Hasil.....	33
4.1.1. Deskripsi Pelaksanaan Penelitian.....	33
4.1.2. Karakteristik Subjek Penelitian.....	34
4.1.3. Analisis Skor BAI pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol.....	34
4.2. Pembahasan.....	37
4.2.1. Karakteristik Subjek Penelitian.....	37
4.2.2. Ansietas Subjek Penelitian.....	37
4.2.3. Pengaruh Membaca Al-Qur'an secara Periodik terhadap Ansietas.....	39

4.2.4. Keunggulan Penelitian	40
4.2.5. Keterbatasan Penelitian.....	40
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN.....	41
5.1. Kesimpulan.....	41
5.2. Saran.....	41
DAFTAR PUSTAKA.....	42
LAMPIRAN.....	49
BIODATA	66

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Desain Penelitian <i>Pre-Test Post-Test Control Group Design</i>	23
Tabel 3.2	Definisi Operasional dan Variabel.....	28
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol Berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin.....	34
Tabel 4.2	Hasil Statistik Deskriptif Skor BAI <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i> Pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol.....	35
Tabel 4.3	Hasil Uji Normalitas Ansietas Sebelum dan Sesudah Intervensi Membaca Al-Qur'an secara Periodik pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol.....	35
Tabel 4.4	Hasil Uji Wilcoxon Perbandingan Ansietas Sebelum dan Sesudah Intervensi Membaca Al-Qur'an secara Periodik pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol.....	36
Tabel 4.5	Uji Homogenitas Kelompok Eksperimen dan Kontrol dari Hasil <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i>	37

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 <i>HPA Axis</i>	11
Gambar 2.2 Kerangka Teori.....	21
Gambar 2.3 Kerangka Konsep.....	22
Gambar 3.1 Kerangka Operasional.....	32

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Penjelasan.....	49
Lampiran 2. Lembar <i>Informed Consent</i>	50
Lampiran 3. Lembar <i>Checklist</i>	51
Lampiran 4. Kuesioner Penelitian.....	52
Lampiran 5. Data Subjek Penelitian dan Hasil Skor BAI.....	54
Lampiran 6. Hasil Analisa Data SPSS.....	56
Lampiran 7. Lembar Konsultasi Skripsi.....	59
Lampiran 8. Sertifikat Etik Penelitian.....	60
Lampiran 9. Sertifikat Izin Penelitian.....	61
Lampiran 10. Surat Keterangan Selesai Penelitian.....	62
Lampiran 11. Dokumentasi Penelitian.....	63
Lampiran 12. Hasil Pemeriksaan Kesamaan Naskah (<i>Similarity Checking</i>)....	65

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>
HPA	: <i>hypothalamus pituitary adrenal</i>
SSRI	: <i>selective serotonin reuptake inhibitors</i>
SNRI	: <i>serotonin and norepinephrine reuptake inhibitor</i>
TCA	: <i>tricyclic antidepressants</i>
CBT	: <i>cognitive behavioral therapy</i>
BAI	: <i>beck anxiety inventory</i>

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Ansietas merupakan respons adaptif normal untuk menyelamatkan kehidupan pada individu dengan mengingatkan akan ancaman seperti kerusakan tubuh, nyeri, ketidakberdayaan, kebutuhan fisik dan sosial.¹ Tubuh mengirimkan sinyal ancaman dengan meningkatkan aktivitas saraf simpatis dan parasimpatis yang meningkatkan aktivitas somatis dan otonom. Namun jika gejalanya berada diluar rentang normal, respon tersebut dapat dikatakan sebagai ansietas.¹ Ansietas berbeda dengan takut. Ansietas merupakan respons terhadap ancaman terhadap suatu yang tidak diketahui, berasal dari dalam diri, samar-samar serta konfliktual. Sebaliknya takut merupakan respons terhadap ancaman yang diketahui, berasal dari luar serta tidak memunculkan konflik.¹ Prevalensi ansietas pada mahasiswa kedokteran lebih besar dibanding dengan gangguan kesehatan mental yang lain semacam depresi serta stres. Ansietas terbagi menjadi tiga tingkatan, yakni tinggi, sedang, dan rendah. Pada penelitian terdapat 76,9% mahasiswa Fakultas Kedokteran di Indonesia yang mengalami ansietas tingkat sedang dan 23,1% mengalami ansietas tingkat rendah.²

Mahasiswa pendidikan dokter merupakan sekelompok masyarakat yang mudah mengalami ansietas.³ Ansietas tersebut dapat disebabkan karena berbagai tanggungan akademik yang harus dihadapi oleh mereka.⁴ Sistem pendidikan yang kompleks dan padat menjadikan beban studi mahasiswa kedokteran begitu besar. Karena hal tersebut mahasiswa kedokteran terpacu untuk meningkatkan konsentrasi, menguatkan memori, dan melatih kemampuan dalam manajemen waktu dengan sebaik mungkin. Durasi lama dalam belajar serta ujian yang panjang bisa menimbulkan gangguan kecemasan pada mahasiswa kedokteran.⁵ Pada mahasiswa kedokteran juga

dapat mengalami permasalahan dalam menyesuaikan diri terhadap suasana dan keadaan kampus, serta tugas yang menumpuk. Sedangkan pada mahasiswa tingkatan akhir yang dihadapi adalah tugas akhir berbentuk skripsi yang menyita banyak tenaga, pikiran, serta keuangan.⁶

Ansietas dapat terjadi pada mahasiswa tingkat akhir disebabkan adanya kesusahan dalam mencari judul penelitian, kesusahan dalam pencarian literatur, dana yang masih terbatas, serta adanya kekhawatiran dalam hal menghadapi dosen pembimbing. Ansietas mesti diatasi, sebab bisa menimbulkan bermacam dampak negatif, seperti menurunnya konsentrasi mahasiswa pada aktivitas belajar serta dapat memberikan dampak buruk pada mahasiswa yang sedang menyusun tugas akhir. Butuh pengetahuan yang baik terhadap ansietas terhadap hubungannya dengan proses pembelajaran hingga dampak ansietas terhadap mahasiswa dapat diatasi.⁷

Ada bermacam metode untuk menangani ansietas, Al-Qur'an memberikan solusi agar memperoleh ketenangan serta dalam teori dapat diaplikasikan selaku psikoterapi ansietas. Pada surah Ar-Ra'd ayat 28 diterangkan, "(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram."⁸ Membaca Al-Qur'an memberi dampak positif untuk kesehatan mental. Membaca Al-Qur'an membantu melepaskan *endorphine* untuk merangsang gelombang di otak, sehingga dapat menghilangkan perasaan negatif serta menciptakan kenyamanan.⁹ Membaca Al-Qur'an dapat menjadi pelipur lara. Hal ini dapat dikaji melalui Al-Qur'an surah Az-Zumar ayat 23, "Allah telah menurunkan perkataan yang paling baik (yaitu) Al-Qur'an yang serupa (ayat-ayatnya) lagi berulang-ulang, gemetar karenanya kulit orang-orang yang takut kepada Tuhannya, kemudian menjadi tenang kulit dan hati mereka ketika mengingat Allah. Itulah petunjuk Allah, dengan Kitab itu Dia memberi petunjuk kepada siapa yang Dia kehendaki. Dan barang siapa dibiarkan sesat oleh Allah, maka tidak seorang pun yang dapat memberi petunjuk." Pada ayat ini menerangkan bahwa membaca berulang-ulang ayat pada Al-Qur'an menjadikan hati bergetar bagi pembacanya.

Bahkan saat ayat Al-Qur'an dibaca mampu membuat hati orang bergetar meski belum memahami maknanya, sampai meneteskan air mata ketika merenungkan kebesaran-Nya, lalu ketenangan hadir di dalam hati manusia tentunya karena dari hidayah-Nya. Kemudian kulit orang yang mukmin bergetar ketika menanggapi suara bacaan ayat-ayat Al-Qur'an.¹⁰

Terapi Al-Qur'an yaitu membaca ayat-ayat suci Al-Qur'an oleh diri sendiri ataupun dilantunkan untuk orang lain secara berkelanjutan hingga terjadi proses pengobatan.¹⁰ Terapi Al-Qur'an merupakan bagian dari terapi komplementer. Terapi komplementer ialah wujud pengobatan nonfarmakologis yang mempunyai mutu, keamanan serta efektifitas besar berdasarkan ilmu pengetahuan biomedik yang secara umum belum diterima dalam kedokteran konvensional.¹¹ Terapi ansietas bisa diberikan secara farmakologis (antiansietas) serta nonfarmakologis. Pengobatan nonfarmakologis diyakini memiliki efek samping yang lebih rendah, lebih aman serta dapat dipergunakan dengan waktu yang lama dibandingkan obat golongan ansiolitik.¹²

Pengembangan penelitian intervensi terhadap terapi nonfarmakologis ansietas yang diyakini selaku pengobatan penunjang dengan efek samping yang rendah menjadi penting. Literatur mengenai pengaruh membaca Al-Qur'an terhadap ansietas pada mahasiswa di Indonesia masih terbatas. Penelitian ini butuh dilakukan agar dapat mengetahui pengaruh membaca Al-Qur'an secara periodik terhadap ansietas yang dirasakan oleh mahasiswa pendidikan dokter.

1.2. Rumusan Masalah

Bagaimana pengaruh membaca Al-Qur'an secara periodik terhadap ansietas pada mahasiswa Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya angkatan 2018?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh membaca Al-Qur'an secara periodik terhadap ansietas pada mahasiswa pendidikan dokter Universitas Sriwijaya angkatan 2018.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi distribusi frekuensi subjek penelitian menurut usia dan jenis kelamin pada mahasiswa Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya angkatan 2018.
2. Menganalisis pengaruh membaca Al-Qur'an secara periodik terhadap ansietas pada mahasiswa Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya angkatan 2018.

1.4. Hipotesis

Membaca Al-Qur'an secara periodik berpengaruh mengurangi ansietas pada mahasiswa Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya angkatan 2018.

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1. Manfaat Teoritis

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

1.5.2. Manfaat Praktis

1. Hasil penelitian tersebut diharapkan dapat memberikan informasi kepada mahasiswa pendidikan dokter berkaitan dengan pengaruh membaca Al-Qur'an secara periodik terhadap ansietas, sehingga

mahasiswa bisa memanfaatkan Al-Qur'an dengan sebaik mungkin untuk menurunkan tingkat ansietas.

2. Hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan sebagai upaya institusi dalam menurunkan tingkat ansietas dan upaya pencegahan gangguan ansietas pada mahasiswa.
3. Hasil penelitian ini bisa dijadikan data dasar untuk penelitian berikutnya yang meneliti mengenai membaca Al-Qur'an secara periodic yang dihubungkan dengan ansietas pada mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

1. Sadock BJ, Sadock VA, Ruiz P. pdf Kaplan & Sadock ' s Study Guide And Self-Examination Review In Psychiatry. Synopsis Of Psychiatry.
2. Thinagar M, Westa W. Tingkat kecemasan mahasiswa kedokteran Universitas Udayana dan implikasinya pada hasil ujian. Doaj. 2017;8(3):181–3.
3. Bineshian F, Saberian M, Hajiaghajani S, Ghorbani R, Fredonian M, Bineshian D, Bineshian M. Study of stress level among medical school students of Semnan University, Iran. *European Psychiatry* 2009; 24
4. Mahajan Aarti Sood. Stress in Medical Education: a global issue or Much Ado About Nothing specific?. *seajme.md.chula.ac.th* Vol. 4/nomor 2/2010.
5. Hashmat S, Hashmat M, Aziz S. Factors causing exam anxiety in medical students. *Journal of Pakistan Medical Education*. 2008; 58(4): p. 167-170.
6. Akbar A. Skripsi 2017. Faktor Pencetus Timbulnya Nyeri Kepala Primer Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Pendidik Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin [Internet]. 2017;94. Available from:file:///C:/Users/HP/Downloads/Documents/_2.pdf
7. Listanto V, Demak IPK. Kecemasan pada Mahasiswa Angkatan 2010 yang Mengerjakan Tugas Akhir Program Studi Pendidikan Dokter FKIK Untad Tahun 2010. *Med Tadulako, J Ilm Kedokt* [Internet]. 2015;2(1):40–9. Availablefrom:<http://jurnal.untad.ac.id/jurnal/index.php/MedikaTadulako/article/view/7945>
8. Martinez JS, Smith TB, Barlow SH. Spiritual interventions in psychotherapy: evaluations by highly religious clients. *Journal of Clinical Psychology*, 63: 943–960 2007.
9. Ghiasi A, Keramat A. The Effect of Listening to Holy Quran Recitation

- on Anxiety: A Systematic Review. *Iran J Nurs Midwifery Res.* 2018 Nov-Dec;23(6):411-420. doi: 10.4103/ijnmr.IJNMR_173_17. PMID: 30386389; PMCID: PMC6178573.
10. Mas'udi. Terapi Qur'ani Bagi Penyembuhan Gangguan Kejiwaan (Analisis Pemikiran Muhammad Utsman Najati tentang Spiritualitas al-Qur ' an bagi Penyembuhan Gangguan Kejiwaan). *Penelit Stain Kudus.* 2017;8(1):133–50.
 11. MenteriKesehatanRI.PerMenKes-2007-1109-Penyelenggaraan Pengobatan Komplementer - Alternatif.pdf [Internet]. 2007. p. 29.
 12. Chandler SK, Robins JL, Kinser PA. Nonpharmacologic Interventions for the Self-Management of Anxiety in Parkinson's Disease: A Comprehensive Review. *Behav Neurol.* 2019 May 2;2019:8459579. doi: 10.1155/2019/8459579. PMID: 31191740; PMCID: PMC6525888.
 13. Nevid, Jeffrey S; Jeanette Murad; Ratri Medya; Wisnu C. Kristiaji; Greene, Beverly; Rathus, Spencer A. Psikologi abnormal / Jeffrey S. Nevid, Spencer A. Rathus, Beverly Greene ; alih bahasa, Tim Fakultas Psikologi Universitas Indonesia, Jeanette Murad [et al.] ; editor, Ratri Medya, Wisnu C. Kristiaji. Jakarta: Erlangga, 2005.
 14. Icd- R. International Classification of Diseases 10th Revision (ICD- 10) Centers for Disease Control and Prevention. *CDC Natl Cent Chronic Dis Prev Heal Promot.* 2000;10(10):4.
 15. Shelton CI. Diagnosis and management of anxiety disorders. *J Am Osteopath Assoc.* 2004 Mar;104(3 Suppl 1):S2-5. PMID: 16493143.
 16. Buelow, M. T. Anxiety: state-dependent stress, generalized anxiety, social anxiety, posttraumatic stress disorder, and obsessive–compulsive disorder, Risky Decision Making in Psychological Disorders, 2020;97– 112. doi: 10.1016/b978-0-12-815002-3.00005-x.
 17. Yaunin, Y. Gangguan Panik dengan Agorafobia, *Majalah Kedokteran Andalas,* 2012;36(2).
 18. Arfian, M. Y. dan Sriningsih. Efikasi Diri Remaja Putri dengan Fobia

Spesifik, *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2015;17(2).

19. Rector, N. A. dkk. *Anxiety Disorders an Information Guide*. 2011.
20. Maslim, R. *Diagnosis Gangguan Jiwa, Rujukan Ringkas PPDGJ-III dan DSM-5*. 2013.
21. Mozo, B. S. (2017) 'Journal of Chemical Information and Modeling', 53(9), pp. 1689–1699. doi: 10.1017/CBO9781107415324.004.
22. De souza, Errol B. Corticotropin-releasing factor receptors: physiology, pharmacology, biochemistry and role in central nervous system and immune disorders. *Psychoneuroendocrinology*, 1995, 20.8: 789-819.
23. Evans, Susan. Mindfulness-based cognitive therapy for generalized anxiety disorder. In: *Mindfulness-based cognitive therapy*. Springer, Cham, 2016. p. 145-154.
24. Rana, Avinash; Soodan, Vishal. Effect of occupational and personal stress on job satisfaction, burnout, and health: A cross-sectional analysis of college teachers in Punjab, India. *Indian journal of occupational and environmental medicine*, 2019, 23.3: 133.
25. Goddard, Andrew W., et al. Current perspectives of the roles of the central norepinephrine system in anxiety and depression. *Depression and anxiety*, 2010, 27.4: 339-350.
26. Merikangas, K.R., & Pine, D. Genetic and Other Vulnerability Factors For Anxiety And Stress Disorders. *Neuropsychopharmacology: The Fifth Generation of Progress*, 2002; 867- 882.
27. Alvi dkk. Depression, Anxiety and Their Associated Factors among Medical Students. *Journal of the College of Physicians and Surgeons Pakistan* 2010; Vol. 20 (2): 122-126.
28. Yadav R, Gupta S, Malhotra AK. A cross sectional study on depression, anxiety and their associated factors among medical students in Jhansi, Uttar Pradesh, India. *Int J Community Med Public Health*. 2016; 3(5):1209-1214.

29. Sherwood, Lauralee.. Fisiologi Manusia: Dari Sel Ke Sistem adisi 6, Penertbit Buku Kedokteran . 2014.
30. Guyton AC, Hall JE. Buku Ajar Fisiologi Kedokteran. Edisi 11. Penerjemah: Irawati, Ramadani D, Indriyani F. 2006.
31. Evans, Susan. Mindfulness-based cognitive therapy for generalized anxiety disorder. In: Mindfulness-based cognitive therapy. Springer, Cham, 2016; 145-154.
32. Beck, A.T., Brown, G., Epstein, N. Steer, R.A. An Inventory for Measuring Clinical Anxiety: Psychometric Properties. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 1998; Vol. 56(3), 893- 897
33. Halfaker, D. A. dkk. Psychological Aspects of Pain, Pain Procedures in Clinical Practice. Elsevier, hal. 2011;13–22. doi: 10.1016/B978-1-4160-3779- 8.10003-X.
34. Muntingh, A. D. T. dkk. 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, 2011; 12(1), hal. 66. doi: 10.1186/1471-2296-12-66.
35. Vildayanti, H., Puspitasari, I. M. and Sinuraya, R. K. Farmakoterapi Gangguan Anxietas, Farmaka. 2018; doi: 10.24198/JF.V16I1.17446.
36. Chandler, S. K., Robins, J. L. dan Kinser, P. A. Nonpharmacologic interventions for the self-management of anxiety in Parkinson’s disease: A comprehensive review, Behavioural Neurology, 2019; doi: 10.1155/2019/8459579.
37. Suma, C. P. dan Raman, M. Anxiety, StatPearls. Tersedia pada: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK470361/#:~:text=ratio.%5B4%5D-,Pathophysiology,mediates most of the symptoms. 2020>.
38. Syarifuddin, Ahmad. Mendidik Anak Membaca, Menulis dan Mencintai Al-Quran. Jakarta: Gema Insani. 2004.
39. Mulyadi, M. A., & Rifa Hidayah, M. S. Kecemasan dan Psikoterapi

- Islam (Model Psikoterapi Al-Qur'an dalam Menanggulangi kecemasan Santri Lembaga Tinggi Pesantren Luhur dan Pondok Pesantren Baiturrahmah di Kota Malang). El-Qudwah. 2012.
40. Tarbiyyah, S. Keutamaan Membaca dan Mengkaji Al-Quran : Terjemah At- Tibyaan fii aadaabi hamalatil quran. 2014.
 41. Rector, N. A. dkk. Anxiety Disorders an Information Guide. 2011.
 42. Prayitno, I. Kepribadian Muslim. Jakarta:Pustaka Tarbiatuna. 2005.
 43. Idrus Abidin, Tafsir surah Al-Fatihah, Jakarta : 2015.
 44. Ainiyah, Luthfiatul. Penggunaan Ayat-ayat Al-Qur'an Sebagai Pengobatan: Studi Living Qur'an Praktik Rukiyah oleh Jam'iyah Rukiyah Aswaja Tulungagung. 2019.
 45. Dahlan, S. Statistik Untuk Kedokteran Dan Kesehatan. 2011.
 46. Eddy Roflin, Iche Andriyani Liberty P. Populasi, Sampel, Variabel dalam Penelitian Kedokteran. 2021.
 47. Nugrahati, D., Uyun, Q. dan P Nugraha, S. Pengaruh Terapi Taubat dan Istighfar Dalam Menurunkan Kecemasan Mahasiswa. 2018; 33-41. doi:10.20885/intervensipsikologi.vol10.iss1.art3.
 48. Khalifah SN. Religiopsikoneuroimunologi Al-Qur'an (Studi Kolaborasi Terapi Al Qur'an dan Fungsi Otak dalam Menghadapi Stres). 2010;18(1):19–28.
 49. Hamidiyanti. Efek Membaca Al-Qur'an dengan Tartil terhadap Kecemasan.2019.
 50. Syed Abdul Rahman SAF, Abdul Maulud KN, Syed Mustorpha SNA. Perancangan dan pengujian pemindahan pengguna melalui simulasi tindakbalas kecemasan 3D. Malaysian J Soc Sp. 2020;16(3):147–66.
 51. Sugiono. Statistika untuk Penelitian Eksperimen. 2012.
 52. Uysal, H. A., Tiftikcioglu, B. I. Y., & Zorlu, L. O. Serum levels of melatonin and sleep evaluation Scales in the diagnosis of sleep disorders in patients with idiopathic parkinson's disease. 2018.
 53. Ratna, Eka. Pengaruh Membaca Al-Qur'an terhadap Kualitas Tidur Lansia di Posyandu Lansia Matahari Senja Kelurahan Kedungdoro

Surabaya. 2015.

54. Mukarramah. Hubungan Aktifitas Fisik dan Intensitas membaca Al Qur'an Terhadap Fungsi Kognitif Lanjut Usia. Makassar: Fakultas Kedokteran dan Ilmu kesehatan UIN Alauddin. 2016.
55. Dirgahayu, L. Pengaruh Terapi Murrotal Terhadap Perilaku Adaptif Pada Anak Tunagrahita Di SLB Negeri 2 Makasar. Makassar: Fakultas Keperawatan Universitas Hasanudin. 2017.
56. Fitriatun, I., Wiyono, N. and Setyanto, A. T. 'The Effect of Listening to The Verses The Quran to Decrease Stress on The Cervical Cancer Patients', *Jurnal Psikologi Universitas Sebelas Maret*, 2014; 1(2), pp. 1–17.
57. Imam Abu Zakaria Yahya bin Syaraf An-Nawawi At-Tibiyanu fi Adabi Hamalatil Qur'ani. Edited by Y. S. Umniyyati sayyidatul Hauro', Shafura Mar'atu Zuhda. Solo: Al-Qowam. 2014.
58. Mujamil, J. A., Harini, R. and Fauziah, L. 'Pengaruh Mendengarkan Al- Qur'an terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Sarjana Keperawatan Angkatan 2012 di STIK Immanuel Bandung', *Jurnal Sehat Masada*, XI, pp. 73–80. 2017.
59. Rosmarin, D. H. dan Leidl, B. Spirituality, religion, and anxiety disorders, *Handbook of Spirituality, Religion, and Mental Health*. INC. doi: 10.1016/b978-0-12-816766-3.00003-3. 2020.
60. Mao, Y. dkk. 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. 2019.
61. Wijaya, A. A., Sugiharto, H. dan Zulkarnain, M. 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. 2019.