



## Pengaruh *Psychoreligious Therapy* “Murottal Al-Qur’an” terhadap Tingkat Kecemasan pada Lansia di Rumah Perlindungan Sosial Berbasis Masyarakat (RPSBM) Kota Pekalongan

Nofia Anggi Pratiwi<sup>1</sup>, Rahajeng Win Martani<sup>2</sup>, Sri Mumpuni Yuniarsih<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pekalongan

### Article Info

#### Article History:

Accepted 2024-09-17

#### Kata Kunci:

Terapi Psikoreligius,  
Murottal Al-qur'an,  
Kecemasan Lansia

#### Keywords:

*Psychoreligious  
Therapy, Murottal Al-  
Qur'an, Elderly Anxiety*

### Abstract

*Anxiety is defined as an emotional condition or feeling of discomfort, characterized by an uneasy mind and several other physical symptoms. Anxiety is a psychological state that can be triggered by physical changes in the elderly, including those that are involuntary. If left unaddressed, anxiety can cause disturbances in sleep patterns and the quality of life of the elderly. A variety of approaches have been taken to address anxiety, including non-pharmacological methods such as reciting the holy verses of the Qur'an. The objective of this study is to ascertain the impact of psychoreligious therapy, specifically Murottal Al-qur'an, on anxiety levels in the elderly population. This research employs a quantitative methodology with a pre-experimental, one-group, pretest-posttest design. The findings indicated that psychoreligious therapy through the listening of Al-qur'an murottal had a notable impact on the reduction of anxiety levels among the elderly population (p-value 0.000). The findings of this study can inform nursing practice, particularly in the context of complementary nursing. However, a limitation of this study is the absence of a control group, which may introduce bias in the results. Future research could consider incorporating control or comparison groups that receive alternative standardized interventions to enhance the rigor of the study.*

### Abstrak

Kecemasan didefinisikan sebagai suatu kondisi emosional atau perasaan tidak nyaman yang ditandai dengan pikiran yang tidak tenang dan beberapa gejala fisik lainnya. Kecemasan merupakan kondisi psikologis yang dapat dipicu oleh perubahan fisik pada lansia, termasuk perubahan yang tidak disengaja. Jika tidak ditangani, kecemasan dapat menyebabkan

Corresponding author:

Nofia Anggi Pratiwi

[nofiaanggi12@gmail.com](mailto:nofiaanggi12@gmail.com)

Indonesian Journal of Nursing Research Vol 7 No 2 2024

e-ISSN 2615-6407

---

gangguan pada pola tidur dan kualitas hidup lansia. Berbagai pendekatan telah dilakukan untuk mengatasi kecemasan, termasuk metode non-farmakologis seperti membacakan ayat-ayat suci Al Qur'an. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi psikoreligius, khususnya Murottal Al-qur'an, terhadap tingkat kecemasan pada populasi lansia. Penelitian ini menggunakan metodologi kuantitatif dengan desain pra-eksperimental, satu kelompok, pretest-posttest. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi psikoreligius melalui mendengarkan murottal Al-qur'an memiliki dampak yang signifikan terhadap penurunan tingkat kecemasan pada populasi lansia (p-value 0,000). Temuan dari penelitian ini dapat menginformasikan praktik keperawatan, khususnya dalam konteks keperawatan komplementer. Namun, keterbatasan dari penelitian ini adalah tidak adanya kelompok kontrol, yang dapat menyebabkan bias dalam hasil penelitian. Penelitian di masa depan dapat mempertimbangkan untuk memasukkan kelompok kontrol atau kelompok pembandingan yang menerima intervensi standar alternatif untuk meningkatkan ketelitian penelitian.

---

## PENDAHULUAN

Gangguan kecemasan adalah gangguan emosional yang melibatkan kekhawatiran dan ketakutan yang mendalam, namun tidak mempengaruhi penilaian seseorang terhadap kenyataan atau integritas kepribadiannya. (Putri and Devi, 2022) kecemasan merupakan masalah perasaan pada lansia yang dimana kondisi ini merupakan kondisi emosi yang memiliki tanda pikiran tidak tenang bahkan perubahan fisik, Proses menua yang terjadi pada lansia ini merupakan tahap dari banyak sel dan jaringan yang sudah tidak bisa berfungsi dengan optimal, hal ini bukan hanya mempengaruhi kesehatan fisik namun juga mempengaruhi kesehatan psikologis lansia sehingga memicu stressor yang membuat ketegangan pada psikis, maka dari itu kebanyakan mereka para lansia mengalami kecemasan mulai dari cemas ringan, cemas sedang, cemas berat sampai panik. (Rindayati, Nasir and Astriani, 2020).

Berdasarkan data dari Profil Kesehatan Jawa Tengah tahun 2023 didapatkan hasil bahwa proporsi penduduk lanjut usia dengan usia 60 tahun keatas ada sebanyak 4.892.304 jiwa. (Tengah, 2023) Sementara di kota Pekalongan didapatkan

data lanjut usia perempuan ada sebanyak 36.119 dengan rentan usia 45 sampai 64 tahun sementara lansia laki-laki ada 33.497 dan untuk usia lebih dari 65 tahun untuk lanjut usia ada 9.593 sementara lansia laki-laki ada 7.940 jiwa. (Dinkespekalongan, 2021). Kenaikan jumlah populasi lanjut usia dapat menghasilkan dampak positif jika para lanjut usia tetap sehat, dapat beraktivitas dengan bebas dan ikut serta dalam kegiatan sehari-hari. Namun, penuaan penduduk juga membawa sejumlah tantangan yang harus dihadapi baik oleh lanjut usia sendiri maupun orang-orang yang berada di sekitarnya. Yang menjadi tantangan saat ini adalah bagaimana menjaga kualitas hidup lanjut usia, meningkatkan kemampuan fisik yang semakin hari semakin menurun dengan bertambahnya usia yang berdampak pada kapasitas kerja. Selain itu, penuaan penduduk juga berhubungan dengan penyakit-penyakit yang memperbesar kebutuhan akan bantuan dan perawatan jangka panjang bagi lanjut usia yang disebabkan oleh penurunan fungsi tubuh. (BPS, 2023).

Pada penurunan fungsi tubuh tersebut akan menimbulkan penyakit-penyakit yang menyerang lanjut usia, umumnya disebut

dengan penyakit degenerative yang memiliki dampak signifikan pada kehidupan lanjut usia yang mengalami penyakit ini, mereka cenderung memerlukan perawatan jangka panjang dan sering kali menyebabkan komplikasi yang berujung pada penurunan kualitas hidup terutama dalam hal Kesehatan mental. Hal ini begitu berpengaruh pada lanjut usia untuk menyesuaikan diri dengan perubahan dalam tubuhnya baik secara fisik maupun psikologis. Aspek psikologis ini sendiri mencakup persepsi terhadap tubuh dan penampilan, perasaan positif dan negative, harga diri, kepercayaan diri dan faktor lainnya yang berpengaruh. (Nurleny and Meria, 2023) Studi “*Epidemiologi Catchment Area*” (ECA) menunjukkan bahwa 5,5% dari individu yang berusia 65 tahun mengalami gangguan kecemasan. Menurut Bethesda (2009) kecemasan umumnya ditemukan pada 10-20% populasi lanjut usia.

Banyak hal yang bisa dilakukan untuk meredakan perasaan negatif dan penyakit bathin lainnya salah satunya yaitu dengan mendengarkan ayat-ayat suci al-qur’an seperti yang tertera dalam surat Al-Isra ayat 82. (Fitriani, Suryati and Noviza, 2023) Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Tasliyah and Sari, 2023) didapatkan hasil bahwa ada pengaruh dalam penurunan Tingkat stress yang dialami oleh mahasiswa dengan mendengarkan murotal al-Qur’an pada surat Ar-rahman. Sejalan dengan itu pada penelitan (Alivian, Awaludin and Rahayu, 2020) dengan judul Gambaran Mendengarkan Murottal dan Doa Terhadap Penurunan Kecemasan dan Gangguan Pola Tidur Pada Lansia mendapatkan hasil ada 90% orang mengalami kecemasan ringan dan 10% mengalami kecemasan sedang sebelum mendengarkan murotal Al-qur’an dan setelah mendengarkan murotal al-qur’an terdapat penurunan kecemasan. Kemudian pada gangguan pola tidur juga didapatkan hasil sebagian besar mendapatkan pola tidur yang baik setelah mendengarkan murotal al-qur’an. Sejalan dengan penelitian tersebut terdapat

pengaruh mendengarkan murotal al-qur’an dengan penurunan kecemasan pada penelitian (Zhafirah and Palupi, 2019) dimana sebelum dilakukan intervensi, responden mengalami kecemasan sedang namun setelah dilakukan intervensi responden mengalami kecemasan ringan. Dimana terapi Murottal Al-qur’an merupakan terapi yang mudah dijangkau sebagai pengobatan non farmakologis. (Hartiningsih, 2022) sedangkan pengobatan kecemasan dapat dilakukan dengan dua cara yaitu dengan tindakan farmakologi. Intervensi farmakologis seperti inhibitor reuptake serotonin selektif atau SSRI secara tradisional telah digunakan untuk mengobati gangguan rasa cemas, namun efek samping dan interaksi menghalangi beberapa orang untuk menggunakan obat tersebut. (Gerliandi *et al.*, 2021) kemudian pengobatan non-obat telah digunakan untuk mengurangi kecemasan seperti menggunakan aromaterapi, terapi pijat, relaksasi dan terapi musik. Penggunaan musik sebagai pendekatan terapeutik memiliki sejarah yang panjang. Prasasti kuno, yunani, cina, india dan romawi menggambarkan musik sebagai terapi relaksasi untuk mengurangi rasa cemas dan menghadirkan efek relaksasi.

Terapi *psychoreligious* merupakan terapi yang dilakukan melalui pendekatan keagamaan dan terapi ini dapat diterapkan sebagai upaya antisipatif ketika lansia mengalami gangguan emosional akibat situasi yang sedang berjalan, terapi ini ada beberapa pilihan yang dapat dilakukan seperti dzikir, mendengarkan lantunan ayat-ayat al-qur’an dan berfikir positif. (Putri, Yanti and Suri, 2023) karena pada saat kecemasan hipotalamus melepaskan hormon yang disebut kortisol yang dapat menyebabkan timbulnya kecemasan. Hormon kortisol dapat diturunkan dengan merangsang hormon endorphin dimana hormon ini dilepaskan saat tubuh dalam keadaan rileks akibat rangsangan apapun seperti rangsangan suara. Salah satunya adalah dengan mendengarkan lantunan ayat-ayat suci al-qur’an. Ayat al-qur’an

terdeteksi oleh saraf pendengaran dan ditransmisikan ke korteks serebral lobus frontal dan parietal kemudian menghasilkan gelombang alfa yang merangsang kelenjar pituitary untuk melepaskan hormon endorphin sehingga menjadikan relaksasi, ketenangan dan suasana hati yang berfluktuasi. Ayat al-qur'an merujuk pada dinamika psikologi manusia, banyak ditemukan dalam al-qur'an dan secara teori dapat dijadikan acuan dasar psikoterapi untuk mengatasi kecemasan. (Yanti *et al.*, 2022)

Murottal Al-qur'an dapat merangsang sistem saraf parasimpatis yang mempunyai efek berlawanan dengan saraf simpatis. Dan dapat menjadikan keseimbangan terhadap kedua saraf tersebut. Hal ini yang menjadikan dasar munculnya efek relaksasi yaitu terjadi keseimbangan diantara kedua saraf tersebut. (Aswa Putri, 2019). Terapi Al-qur'an bekerja pada otak dan dimana ketika mendapat rangsangan dari luar melalui Murottal Al-qur'an, otak akan menghasilkan bahan atau zat kimia yang disebut Neuropeptida. Molekul-molekul ini mengangkut reseptor dalam tubuh dan memberikan umpan balik berupa kebahagiaan dan kesenangan. (Hasniati *et al.*, 2022). Dengan mendengarkan bacaan Al-qur'an dapat menenangkan jiwa dan hati yang gelisan melunakan kerasnya hati dan memberikan petunjuk. (Bahrir, Ina and Komariah, 2020). Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi pengaruh psikoreligius terapi "murottal Qur'an" dalam menurunkan kecemasan lansia.

### Bahan dan Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif asosiatif dengan desain pre experimental one group pretest-posttest. Penelitian ini telah mendapat surat kelayakan etik dari KEPK Universitas Pekalongan dengan nomor: 062/B.02.01/KEPK/V/2024. Peneliti mulai melakukan pretest dengan memberikan kuesioner HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale) untuk menilai kecemasan pada lansia sebelum dilakukan intervensi

Psychoreligious Therapy dengan mendengarkan murottal Al-qur'an pada hari ke 1. Dilanjutkan Peneliti memberikan intervensi Psychoreligious therapy dengan mendengarkan murottal Al-qur'an surat Al-mulk dari ayat 1-30 yang dilantunkan oleh Alm.Syekh Ali Jaber melalui audio murottal selama 15 menit setelah melakukan pretest sampai hari ke 5. Dilanjutkan Peneliti memberikan posttest 1 pada hari ke 5 dengan memberikan kuesioner HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale) untuk menilai kecemasan pada lansia setelah mendapatkan intervensi Psychoreligious therapy dengan mendengarkan murottal Al-qur'an selama 4 hari berturut-turut, kemudian dilanjutkan pemberian intervensi Psychoreligious therapy murottal Al-qur'an sampai hari ke 8 serta mengukur posttest 2 pada hari terakhir atau hari ke 8.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### Karakteristik subjek penelitian

Karakteristik subjek penelitian pada responden di RPSBM kota pekalongan dodeskripsikan berdasarkan sosiodemografi yaitu usia, jenis kelamin, Pendidikan terakhir, pekerjaan sebelum masuk ke panti dan lama tinggal sebagai berikut :

Tabel 1. Karakteristik subjek penelitian (n=30)

Karakteristik	Frekuensi (f)	Presentase (%)
<b>Usia</b>		
36-45 tahun	1	3,3%
45-55 tahun	17	56,7%
56-65 tahun	7	23,3%
>66 tahun	5	16,7%
<b>Jenis kelamin</b>		
Laki-laki	18	60,0%
Perempuan	12	40,0%
<b>Pekerjaan</b>		
Tidak bekerja	23	76,7%
IRT	2	6,7%
Karyawan swasta	5	16,7%
<b>Lama tinggal di panti</b>		
1 tahun	6	20,0%
2 tahun	4	13,3%

Karakteristik	Frekuensi (f)	Presentase (%)
3 tahun	1	3,3%
4 tahun	3	6,7%
5 tahun	3	10,0%
>6 tahun		

Table 1. Menunjukkan bahwa distribusi usia responden menunjukkan bahwa mayoritas responden berusia antara 45 sampai dengan 55 tahun dengan frekuensi 17 orang (56,7%). Responden berusia 56 sampai dengan 65 tahun berjumlah 7 orang (23,3%) kemudian diikuti oleh responden yang berusia di atas 66 tahun sebanyak 5 orang (16,7%) hanya 1 orang responden yang berusia antara 36-45 tahun (3,3%)

Kemudian untuk distribusi pekerjaan, Sebagian besar responden tidak bekerja dengan frekuensi 23 orang (76,7%) dan hanya 5 orang yang bekerja sebagai karyawan swasta (16,7%) dan 2 orang yang merupakan ibu rumah tangga sebelum masuk ke panti (6,7%)

Mayoritas responden telah tinggal di panti selama 1 tahun dengan frekuensi 14 orang (46,7%). Responden yang tinggal selama 2 tahun berjumlah 6 orang (20,0%) dan yang tinggal selama 3 tahun sebanyak 4 orang (13,3%). Ada satu orang yang tinggal di panti selama 4 tahun (3,3%). Responden yang tinggal selama 5 tahun berjumlah 2 orang (6,7%) dan yang tinggal lebih dari 6 tahun berjumlah 3 orang (10,0%).

Hasil pre post-test kecemasan lansia

Tabel 4.3. Data Distribusi Kecemasan Lansia Pretest dan posttest (n=30)

	Min	Max	Mean (SD)
<b>Pretest</b>	18	33	29,70 (2,628)
<b>Posttest 1</b>	10	20	17,10 (1,788)
<b>Posttest 2</b>	10	20	15,80 (1,990)

Hasil analisis uji menggunakan Wilcoxon Hasil uji pengaruh pada data pretest dan posttest 2

Tabel 2. Hasil uji wilcoxon

		n	Mea n Ran k	Sum of Ran k	P Val ue
Postt est 2	Negati ve rank	3 0 <sup>a</sup>	15,5 0	465, 00	0,00 0
Prete st	Positiv e rank	0 <sup>b</sup>	0,00	0,00	
	Ties	0 <sup>c</sup>			
	Total	3 0			

Berdasarkan Tabel 2. Hasil uji wilcoxon menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai posttest 2 dengan pretest. Negative rank 30<sup>a</sup> menunjukkan bahwa semua responden mengalami penurunan tingkat kecemasan sementara pada angka positive rank 0<sup>b</sup> menunjukkan tidak ada responden yang mengalami peningkatan kecemasan dan pada Ties 0<sup>c</sup> menunjukkan tidak ada nilai yang sama antara nilai pretest dengan nilai posttest 2. Pengaruh *Psychoreligious therapy* dibuktikan dengan nilai *p value* 0,000 sehingga dapat menjadi bukti kuat untuk menerima Hipotesis alternatif (Ha). Hal ini menunjukkan bahwa setelah diberi intervensi *Psychoreligious Therapy* dengan mendengarkan murotal al-qur'an dapat menurunkan kecemasan pada lansia.

## PEMBAHASAN

Kecemasan merupakan keadaan emosional seseorang yang merasa tidak nyaman, pengalaman ketidakberdayaan dan ketidakpastian yang disebabkan oleh sesuatu yang belum jelas. Kecemasan pada lansia di RPSBM kota pekalongan sebelum diberikan *Psychoreligious Therapy* menunjukkan skor 29,70 sedangkan skor kecemasan posttest 1 rata-rata skor sebesar 17,10 dan rata-rata skor kecemasan posttest 2 sebesar 15,80.

Sebagian besar kecemasan lansia di Rumah Perlindungan Sosial Berbasis



Masyarakat (RPSBM) Kota Pekalongan adalah karena mereka merasa sendiri karena ditempatkan di tempat yang jauh dari rumah, takut ditinggalkan oleh keluarga, mereka sering kali merindukan suasana rumah bersama dengan keluarga mereka, cemas dengan penyakit yang belum sembuh. Hal itu sejalan dengan penelitian dari (Hartiningih, 2022) mengatakan bahwa seiring bertambahnya usia fungsi organ akan semakin menurun, mempermudah berbagai penyakit masuk ke dalam tubuh yang menyebabkan kecemasan karena kondisi kesehatan tubuh, kecemasan terbukti menurun setelah dilakukan terapi Murottal Al-Qur'an. (Hartiningih, 2022)

Kecemasan pada lansia yang tinggal di RPSBM kota pekalongan setelah pemberian *Psychoreligious therapy* dengan mendengarkan Murottal Al-Qur'an selama 8 hari berturut-turut pada posttest 1 dan posttest 2 dengan menggunakan instrumen kuesioner HARS atau *Hamilton Anxiety* menunjukkan penurunan skor kecemasan dan hasil uji Wilcoxon menunjukkan ada pengaruh signifikan dengan *p value*: 0,000.

*Psychoreligious therapy* dengan mendengarkan Murottal Al-Qur'an merupakan salah satu alternatif intervensi untuk mengatasi kecemasan pada lansia di RPSBM kota pekalongan. Pada saat kecemasan yang terjadi pada seseorang, hipotalamus dapat melepaskan hormon yang disebut hormon kortisol yang dapat menyebabkan kecemasan. Hormon kortisol dapat diturunkan dengan merangsang hormon endorphin dimana hormon ini dapat lepas saat tubuh merasa rileks akibat dari rangsangan tertentu seperti rangsangan suara. Dengan mendengarkan Murottal Al-qur'an, lantunan ayat-ayat sucinya terdeteksi oleh saraf pendengaran, menjadikan tubuh melepaskan hormon endorphin dan merileksasikan tubuh. Hal ini sejalan dengan penelitian dari (Aswa Putri, 2019) yang menyatakan bahwa untuk mentatasi kecemasan yang terjadi pada lansia dapat dilakukan dengan teknik relaksasi.

Murottal Al-Qur'an dapat merangsang sistem saraf parasimpatis yang mempunyai efek berlawanan dengan saraf simpatis dan dapat menjadikan keseimbangan terhadap kedua saraf tersebut. Dengan ini dapat menjadi dasar munculnya efek rileksasi diantara kedua saraf tersebut. Hal ini sejalan dengan penelitian dari (Niken *et al.*, 2023) terapi mendengarkan Murottal Al-qur'an merupakan cara terbaik dalam menangani berbagai keluhan penyakit secara tidak langsung dengan memberikan perasaan nyaman dan mengurangi perasaan cemas serta takut.

## PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di RPSBM Kota Pekalongan, dapat disimpulkan bahwa pemberian terapi psiko-religius melalui pendengaran Murottal Al-Qur'an dapat memberikan dampak positif terhadap kecemasan lansia. Pada pretest, rata-rata kecemasan lansia berada pada kategori kecemasan berat, dengan skor rata-rata 29,70. Namun, setelah diberikan terapi pada posttest 1, terjadi penurunan yang signifikan, dengan rata-rata kecemasan menurun menjadi 17,10 yang masuk dalam kategori kecemasan ringan. Penurunan tersebut juga terlihat pada posttest 2, dengan rata-rata kecemasan menjadi 15,80. Hasil analisis uji Wilcoxon menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan dari terapi mendengarkan Murottal Al-Qur'an terhadap kecemasan lansia, dengan *p-value* 0,000, yang mengindikasikan bahwa intervensi ini efektif dalam mengurangi kecemasan.

Implikasi Praktik Keperawatan dalam penelitian ini adalah terapi psiko-religius dapat dijadikan salah satu alternatif intervensi keperawatan untuk mengurangi kecemasan pada lansia. Pemberian terapi Murottal Al-Qur'an sebagai bagian dari pendekatan holistik dapat memperkuat peran perawat dalam meningkatkan kualitas hidup lansia, tidak hanya dalam aspek fisik tetapi juga dalam kesejahteraan psikologis dan spiritual mereka. Oleh karena itu, terapi ini dapat diterapkan dalam praktik

keperawatan untuk memberikan perawatan yang lebih komprehensif bagi lansia, khususnya dalam pengelolaan kecemasan.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Pertama, durasi penelitian yang relatif singkat dan hanya terbatas pada satu lokasi di RPSBM Kota Pekalongan. Kedua, pengukuran kecemasan hanya dilakukan melalui tes kuantitatif tanpa memperhitungkan faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi tingkat kecemasan, seperti kondisi kesehatan fisik dan sosial lansia. Ketiga, partisipan penelitian terbatas pada lansia yang sudah tinggal di RPSBM, yang mungkin tidak representatif untuk seluruh populasi lansia di masyarakat.

Rekomendasi penelitian selanjutnya diharapkan dapat melibatkan sampel yang lebih besar dan beragam dari berbagai wilayah atau fasilitas kesehatan lainnya. Selain itu, penelitian lebih lanjut juga dapat mempertimbangkan faktor-faktor lain yang mempengaruhi kecemasan lansia, seperti kondisi medis atau dukungan sosial. Penelitian yang lebih mendalam mengenai mekanisme biologis dan psikologis yang terlibat dalam efek terapi Murottal Al-Qur'an juga akan memberikan wawasan lebih lanjut mengenai efektivitas terapi ini. Diharapkan dengan pengembangan lebih lanjut, intervensi ini dapat diperluas dan diterapkan dalam berbagai setting keperawatan untuk mendukung kesejahteraan lansia secara lebih holistik.

#### ACKNOWLEDGMENT

Ucapan terimakasih peneliti sampaikan kepada seluruh partisipan dan fasilitator di RPSBM Kota Pekalongan atas Kerjasama yang baik, sehingga penelitian ini dapat terlaksana sesuai dengan perencanaan.

#### DAFTAR PUSTAKA

Alivian, G.N., Awaludin, S. and Rahayu, E. (2020) 'Gambaran Mendengarkan Murottal dan Do'a Terhadap Penurunan Kecemasan dan Gangguan Pola Tidur Pada Lansia', *Journal of*

*Bionursing*, 2(3), pp. 179–183. Available at: <https://doi.org/10.20884/1.bion.2020.2.3.76>.

- Aswa Putri, N.A. (2019) 'Efektivitas Terapi Murottal Al-qur'an Surah Ar-rahman Dan Surah Al-mulk Terhadap Tingkat Kecemasan Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Samata', pp. 5–24. Available at: [http://repo.iain-tulungagung.ac.id/5510/5/BAB 2.pdf](http://repo.iain-tulungagung.ac.id/5510/5/BAB%202.pdf).
- Bahrir, Ina, N. and Komariah, S. (2020) 'Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Stres Pada Lansia', *Jurnal Keperawatan Profesional*, 8(1), pp. 17–25. Available at: <https://doi.org/10.33650/jkp.v8i1.1017>.
- BPS, B. pusat statistik lansia (2023) *BPS LANSIA, Badan pusat statistik*.
- Dinkespekalongan (2021) 'Profil Kesehatan Kota Pekalongan 2020', p. 113.
- Fitriani, S., Suryati and Noviza, N. (2023) 'Terapi psikoreligius dalam pengendalian emosi pada lansia di Panti Tresna Werdha Palembang', *Social Science and Contemporary Issues Journal*, 1(2), pp. 470–478. Available at: <https://journal.scidacplus.com/index.php/sscij/article/view/305>.
- Gerliandi, G.B. *et al.* (2021) 'Intervensi Non-farmakologis untuk Mengurangi Kecemasan pada Mahasiswa: Sebuah Narrative Review', *Jurnal Keperawatan BSI*, 9(2), pp. 234–245. Available at: [file:///C:/Users/Win10/Downloads/pkip jurnal/11.pdf](file:///C:/Users/Win10/Downloads/pkip%20jurnal/11.pdf).
- Hartiningsih, S.N. (2022) 'Terapi Murottal Berpengaruh Terhadap Tekanan Darah Dan Kecemasan Pada Lansia Penderita Hipertensi', *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 4(1), pp. 153–158. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.37287/jppp.v4i4.1177>.
- Hasniati, H. *et al.* (2022) 'Pengaruh Murottal Al-Quran Terhadap

Nofia Anggi Pratiwi, Rahajeng Win Martani, Sri Mumpuni Yuniarsih – Pengaruh Psychoreligious Therapy “Murottal Al-Qur'an” terhadap Tingkat Kecemasan pada Lansia di Rumah Perlindungan Sosial Berbasis Masyarakat (RPSBM) Kota Pekalongan

- Penurunan Kecemasan Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Puskesmas Paguyaman Pantai', *Jurnal Kesehatan Medika Udayana*, 8(02), pp. 170–183. Available at: <https://doi.org/10.47859/jmu.v8i02.235>.
- Niken, S. *et al.* (2023) 'Manfaat Terapi Murottal Al – Qur'an Untuk Menurunkan Hipertensi Pada Lansia di Posyandu Lansia Melati Tegal Senggotan Tirtonirmolo Kasihan Bantul Yogyakarta', *Jurnal Pengabdian Masyarakat (JUDIMAS)*, 1(2), pp. 74–82. Available at: <https://doi.org/10.54832/judimas.v1i2.122>.
- Nurleny and Meria, K. (2023) 'Dukungan keluarga berhubungan dengan tingkat ansietas pada lansia yang mengalami penyakit degeneratif', *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 11(1), pp. 53–62.
- Putri, R.M. and Devi, H.M. (2022) 'Dukungan Keluarga dan Mekanisme Koping Berhubungan Dengan Kecemasan Lansia', *Care: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 10(2), pp. 227–237. Available at: <https://doi.org/10.33366/jc.v10i2.2892>.
- Putri, V.S., Yanti, R.D. and Suri, M. (2023) 'Pengaruh Terapi Psikoreligi terhadap Pengendalian Emosional pada Lansia di Kelurahan Legok Kota Jambi', *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 12(2), p. 330. Available at: <https://doi.org/10.36565/jab.v12i2.673>.
- Ridayati, R., Nasir, A. and Astriani, Y. (2020) 'Gambaran Kejadian dan Tingkat Kecemasan pada Lanjut Usia', *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 5(2), p. 95. Available at: <https://doi.org/10.22146/jkesvo.53948>.
- Tasliyah, N. and Sari, I. (2023) 'Penerapan Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman Ustaz Hanan Attaki Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Universitas 'Aisyiyah Surakarta', *Jurnal Ilmu Kesehatan dan Gizi (JIG)*, 1(4), pp. 209–224.
- Tengah, D.K.J. (2023) 'Profil Dinas Kesehatan Jawa Tengah 2023'.
- Yanti, F. *et al.* (2022) 'Literatur Review : Pengaruh Pemberiaan Terapi Murottal Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Dewasa', *Jurnal Sosial Sains*, 2(4), pp. 500–510. Available at: <https://doi.org/10.59188/jurnalsosains.v2i4.330>.
- Zhafirah, nahdah shofi and Palupi, L.M. (2019) 'Jurnal Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar', *Jurnal Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*, 10(2), pp. 85–91.