EFEKTIFITAS RELAKSASI RELIGIUS (DZIKIR) TERHADAP PENURUNAN DEPRESI SEDANG PADA LANSIA DI UPT PELAYANAN SOSIAL LANJUT USIA BONDOWOSO

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Persyaratan

Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan

Oleh:

IRFANDI

NIM: 157.01.10.009

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN NURUL JADID

PROBOLINGGO

2014

LEMBAR PERSETUJUAN

EFEKTIFITAS RELAKSASI RELIGIUS (DZIKIR) TERHADAP PENURUNAN DEPRESI SEDANG PADA LANSIA DI UPT PELAYANAN SOSIAL LANJUT USIA BONDOWOSO

PROPOSAL

Oleh :

IRFANDI

NIM: 157.01.10.009

Telah di setujui oleh tim pembimbing untuk di pertahankan

di depan tim penguji KTI

Jabatan	Nama	Tanda tangan	Tanggal
Pembimbing I	Ns. Nur Kholifah, S.Kep		19-6-2019
Pembimbing II	Ns. Hismul Khotimah S.Kp		19-06-2019

Mengetahui,

Ketua Program Studi S1 Keperawatan

Ns. Kholisotin, S.Kep

NIK. 2012022

LEMBAR PERSETUJUAN

EFEKTIFITAS RELAKSASI RELIGIUS (DZIKIR) TERHADAP PENURUNAN DEPRESI SEDANG PADA LANSIA DI UPT PELAYANAN SOSIAL LANJUT USIA BONDOWOSO

SKRIPSI

Oleh :

IRFANDI

NIM: 157.01.10.009

Telah disetujui dan di sahkan oleh tim penguji KTI

Pada tanggal.....

Dewan Penguji

Jabatan	Nama	Tanda tangan
Ketua Merangkap Anggota	Sri Rusminah, SKM, M.MKes	.....
Anggota Penguji I	Ns. Nur Kholifah S,Kep	.....
Anggota Penguji II	Ns. Husnul Khotimah S,Kep	.....

Probolinggo, 19 Agustus 2014

Mengetahui,

Ketua Stikes Nurul Jadid	Ketua Program Studi S1 Keperawatan
H.Hefniy.M.Pd NIK. 2009001	NS. Baitus Sholehah. S.Kep NIK. 2012022

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, peneliti :

Nama : Irfandi

NIM : 157.01.10.009

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa karya tulis ilmiah yang berjudul : " Efektifitas Relaksasi Religius (Dzikir) Terhadap Penurunan Depresi Sedang Pada Lansia Di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bondowoso " adalah benar benar karya peneliti. Hal hal yang bukan karya peneliti sendiri di dalamnya karya tulis ilmiah ini telah di beri citasi dan di rujuk dalam daftar pustaka. Apabila di kemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan karya tulis ilmiah dan gelar yang saya peroleh dari karya tulis ilmiah tersebut.

Probolinggo, 21 juni 2014

Yang membuat pernyataan,

Irfandi

Kata Pengantar

· persembahan ·

ku persembahkan karyaQ ini tuk semua yang mencintaiQ..... karena kaulah NYAWAQ

pertama ku panjatkan rasa syukurQ kepada Allah semesta Alam yang telah memberi semua yang ku butuhkan meski tak pernah ku minta

kedua yang pasti orang yang sangat berharga dalam setiap perjalanan hidupQ...Orang yang selalu menjadi inspirasi sekaligus mentor...yaitu ke dua orang tuaQ umi rahma dan abah umar sai'id...

TERIMA KASIH atas segala kasih sayang yang selama ini bahkan hingga detik inipun masih terasa....apa yang akk dapatkan tak lebih sebagai tanda jasaQ padamue....akk tak mau benjanji tapi akan akk buktikan, bahwa perjuanganmue melahirkanQ tak akan sia2....harapan Mue tlah ku tanam dalam setiap langkahQ

Tak lupa untuk adikQ tercinta...Putri Ramadhani...akk sangat chyank padamue,,,semoga akk bisa memberi apa yang tidak bisa kamu dapatkan selama nie, tu semua karena akk yang selalu butuh dan butuh....

KALIAN semua adalah cermin kebahagiaanQ...tanpa KALIAN tak akan ada AKK

Semua teman, sahabat, saudara, keluarga, guru, dosenQ...Wabil Khusus Keluarga Besar PP. Nurul Jadid...TERIMA KASIH atas semuanya...semoga ilmu yang telah kalian berikan akan menjadi ilmu yang bermanfaat dan barokah di dunia wal akhirat...Amien...

For special someone..I LOVE U SO MUCH...

Hal yang paling ku takuti saat ku berfikir tak akan bisa bersamamue lagi

Created by :

IRPHAN THE PRINCE

*MOTTO *

Merendahlah sampai tak ada satupun yang bisa merendahkan Mue

Mengalahlah sampai tak ada satupun yang bisa mengalahkan Mue

Karena orang menilai dari apa yang kita perbuat bukan dari apa yang kita rasakan.....!

Contohlah bunga mawar....

Bagaimana ia.....

Meski memiliki duri, namun tak bermaksud menyakiti yang lain, melainkan hanya untuk menjaga dirinya sendiri.

Karena pada hakikatnya...TUHAN telah merancang kita dengan seribu rencana...Ia berikan dua mata, dua telinga, dua tangan, serta dua kaki..namun Ia hanya berikan kita satu Mulut...itu sebagai tanda bahwa kita harusnya banyak bekeja sedikit bicara.....

Created by :

IRPHAN THE PRINCE

ABSTRAK

Irfandi, 157 01 10 009. **EFEKTIFITAS RELAKSASI RELIGIUS *(DZIKIR)* TERHADAP PENURUNAN DEPRESI SEDANG PADA LANSIA DI UPT PELAYANAN SOSIAL LANJUT USIA BONDOWOSO,** Skripsi, Program Studi S1 Keperawatan STIKes Nurul Jadid. Maret 2014.

Depresi merupakan keadaan dimana seseorang mengalami gangguan psikis yang di tandai dengan beberapa gejala seperti gelisah, sering menyendiri merasa dirinya tidak berharga dan menarik diri dari lingkungannya, hal ini menyebabkan seseorang merasa tidak mempunyai *mood* lagi dalam segala aktifitas sosialnya, dalam hal ini objek yang menjadi pembahasan adalah lansia, mengingat lansia sudah banyak mengalami penurunan baik dari segi anatomi maupun fungsinya, sehingga perlu di kaji sejauh mana tingkat depresi yang di alami, maka dari itu pendekatan spiritual sangat perlu di lakukan selain dari pengobatan farmakologi, yang dalam hal ini peneliti menggunakan tekhknik *dzikir*. Tujuan dari penelitian ini adalah menganalisis efektifitas relaksasi religius *(dzikir)* terhadap peurunan depresi sedang pada lansia. Dalam proses penelitian ini menggunakan "*Quasi Eksperiment Design*" dengan rancangan "*control time series design*" jumlah sampel adalah 30, yang terdiri dari 15 kelompok control dan 15 kelompok eksperimen. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *non propability sampling* dengan metode *Purposive Sampling* . Pengumpula data menggunakan koesioner . pengolahan data menggunakan uji *Welcoxon* dan di dapatkan hasil p = 0,001 dengan nilai p value lebih kecil dari p α = 0,005 yang berarti ada pengaruh pemberian relaksasi religius (dzikir) terhadap penurunan depresi sedang pada lansia. Sedangkan untuk mengukur apakah ada perbedaan antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen peneliti menggunakan alat uji *Mann Whitney* dan di dapatkan hasil dapatkan nilai sebesar p = 0,000 lebih kecil dari p α = 0,005 yang artinya ada perbedaan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol setelah di berikan terapi *dzikir*. Hal ini menunjukkan bahwa Jika *dzikir* di lakukan dengan benar maka akan tercipta jiwa yang tenang yang pada akhirnya akan menghilangkan depresi

Kata kunci : *dzikir*, depresi, lansia.

ABSTRACT

Irfandi, 157 01 10 009. EFFECTIVENESS OF RELAXATION RELIGIOUS (dhikr) REDUCTION OF DEPRESSION IN THE ELDERLY ARE ON SOCIAL SERVICES ELDERLY UPT BONDOWOSO, Thesis, Nursing Program S1 STIKes Nurul Jadid. March 2014.

Depression is a condition where a person experiences psychological disorder marked by symptoms such as restlessness, often aloof felt worthless and pull away from the environment, this causes a person to feel no longer in the mood to have any social activity, in this case the objects are under discussion are elderly, many elderly given the decline both in terms of anatomy and function, so the need to examine the extent of depression in a natural, spiritual approach therefore very necessary to do apart from pharmacological treatment, which in this case the researchers used tekhknik dhikr . The purpose of this study was to analyze the effectiveness of religious relaxation (dhikr) to moderate depression in elderly peurunan. In this study the process of using "quasi experiment Design" by design "control time series design" the number of samples is 30, which consists of 15 control group and the experimental group 15. The sampling technique used in this study is a non propability sampling with purposive sampling method. Collecting data using koesioner. data processing using Welcoxon test and get results of $p = 0.001$ with p value less than $p\ \alpha = 0.005$, which means there is the effect of religious relaxation (dhikr) to decrease depression being of the elderly. Meanwhile, to measure whether there is a difference between the control group and the experimental group of researchers using a Mann Whitney test and get results get a value of $p = 0.000$ is smaller than $p\ \alpha = 0.005$, which means there is no difference between the treatment group and the control group after therapy given dhikr . This suggests that if dhikr done correctly it will create a calm soul that will eventually eliminate depression

Keywords: dhikr, depression, elderly.

DAFTAR ISI

Judul 0

Halaman Persetujuan i

Halaman Pengesahan ii

Pernyataan Peneliti iii

Kata Pengantar iv

Motto v

Abstrak vi

Abstract vii

Daftar Isi viii

Daftar Tabel viiii

Daftar Gambar x

BAB 1 PEDAHULUAN

A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 3
C. Tujuan Penelitian 3
D. Manfaat Penelitian 4

BAB II TINJAUAN PUSTAKA, KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS

A. Tinjauan Teori (dzikir)
1. Pengertian dzikir 5
2. Bagian anggota tubuh dalam berdzikir 5
3. Macam macam dalam berdzikir 8
4. Keadaan dalam berdzikir dan larangannya 9
5. Manfaat dzikir 11

B. Tinjauan Teori (depresi)
1. Pengertian depresi 14
2. Tingkat depresi 15
3. Penyebab depresi 20
4. Tanda dan gejala depresi 21

5. Penatalaksanaan depresi 22
C. Kerangka Konsep 30
D. Hipotesis 31

BAB III METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian 32
B. Desain Penelitian 32
C. Kerangka Kerja 34
D. Populasi, Sampel dan Sampling 35
E. Variabel Penelitian 36
F. Definisi Operasional 37
G. Tempat Penelitian 39
H. Waktu Penelitian 39
I. Istrumen Penelitian 39
J. Prosedur Pengumpulan Data 39
K. Analisa Data 40
L. Etika Penelitian 42

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian 44
1. Gambaran tempat penelitian 44
2. Data umum 44
3. Data Khusus 47
B. Pembahasan 49

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan 52

B. Saran 53

DAFTAR PUSTAKA 54

LAMPIRAN LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

No Tabel	Judul Tabel	Halaman
Tabel 2.1	Pengobatan Dengan Anti Depresan Tisiklik.	25
Tabel 2.2	Pengobatan Dengan Anti Depresan SSRI (*Selektif Serotonin Reuptake Inhibitors*).	27
Tabel 3.1	Defenisi Operasional Penelitian Efektifitas Relaksasi Religius (Dzikir) Terhadap Penurunan Depresi Sedang Pada Lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bondowoso.	38
Tabel 4.1	Distribusi Responden Berdasarkan Umur lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bondowoso pada bulan Maret 2014.	44
Tabel 4.2	Distribusi Responden Berdasarkan Pendidikan lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bondowoso pada bulan Maret 2014.	45
Tabel 4.3	Distribusi Responden Berdasarkan jenis kelamin lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bondowoso pada bulan Maret 2014.	46
Tabel 4.4	Distribusi Responden Berdasarkan terapi *dzikir* pada lansia di	46

	UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bondowoso pada bulan Maret 2014.	
Tabel 4.5	Distribusi tingkat depresi responden sebelum diberikan terapi *dzikir* pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bondowoso pada bulan Maret 2014.	47
Tabel 4.6	Distribusi tingkat depresi responden setelah diberikan terapi *dzikir* pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bondowoso pada Maret 2014.	48
Tabel 4.7	Distribusi perbandingan rata rata penurunan tingkat depresi sebelum dan sesudah di berikan terapi relaksasi religius (dzikir) pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.	49

DAFTAR GAMBAR

No Gambar	Judul Gambar	Halaman
Gambar 2.1	Kerangka Konseptual Penelitian Efektifitas Relaksasi Religius *(Dzikir)* Terhadap Penurunan Depresi Sedang Pada Lansia Di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bondowoso.	30
Gambar 3.1	Kerangka Kerja Penelitian Efektifitas Relaksasi Religius (Dzikir) Terhadap Penurunan Depresi Sedang Pada Lansia Di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bondowoso.	34