

KARYA TULIS ILMIAH

**PENGARUH AL FATIHAH TERHADAP TINGKAT STRES
REMAJA DI MADRASAH ALIYAH AL MA'HAD AN-NUR**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh
Derajat Sarjana Keperawatan pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



Disusun oleh
RIZAL AJI PRABOWO
20150320096

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

2019

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Rizal Aji Prabowo

Nim : 20150320096

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Fakultas : Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan belum diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir Karya Tulis Ilmiah ini.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Yogyakarta, 26 Juni 2019

Yang membuat pernyataan,



Rizal Aji Prabowo

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

Alhamdulillahirobbil'alamin, Ashyhadu allaa ilaaha illallah wa ashyhadu anna Muhammadar rasuulullah, Allahumma shalli 'alaa Muhammad wa' alaa aali Muhammad kamaa shallaita 'alaa Ibraahiim wa' alaa aali Ibrahiim innaka hamiidun majiid. Allahumma baarik 'alaa Muhammad wa' alaa aali Muhammad kamaa baarakta 'alaa Ibraahiim wa 'alaa aali Ibraahim, innaka hamiidun majiid.

Puji syukur saya panjatkan ke hadirat Allah SWT, Tuhan Semesta Alam yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, yang telah memberikan kemudahan, kenikmatan dan keberkahan dalam mencari ilmu dan menyusun karya tulis ilmiah ini. Shalawat serta Salam senantiasa terhaturkan kepada junjungan Nabi Besar, Nabi Muhammad SAW, sebaik-baiknya manusia, suri tauladan dan panutan bagi seluruh umat manusia.

Karya Tulis Ilmiah ini saya persembahkan terutama kepada keluarga saya Ibu tercinta Khusriyah dan Bapak terhebat Sakiana yang selalu mendoakan anaknya menjadi anak yang Sholeh dan anak yang bisa bermanfaat bagi orang lain. Terima kasih atas semua dukungan, doa, perjuangan serta pengorbanan yang telah dilakukan selama ini. Terima kasih telah menjadi motivator terbesar dalam menjalani kehidupan ini. Semoga selalu diberikan kesehatan dan berada di dalam lindungan-Nya.

kakak saya Dian dan adik saya Putra selalu senantiasa mensupport dan mendoakan saya. Terima kasih atas segalanya, Semoga kalian bisa menjadi anak yang sholeh serta bermanfaat bagi semua orang.

Ibu Laili Nur Hidayati selaku dosen pembimbing dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini yang selalu ikhlas dan sabar dalam memberi bimbingan, saran dan motivasi kepada saya. Semoga Allah SWT dapat membalas semua kebaikan Ibu selama ini.

Ibu Kellyana Irawati selaku dosen penguji yang telah memberikan koreksi dan masukan dalam menyempurnakan Karya Tulis Ilmiah ini. Semoga ibu selalu diberikan kenikmatan oleh Allah SWT.

Teman-teman satu bimbingan Agung, Masyita dan Sumiati yang selalu menyemangati, menemani dan memotivasi saya untuk menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini. Semoga dapat dimudahkan oleh Allah SWT dalam segala urusan.

Kepala Sekolah, guru, staf dan siswa MA Al-Ma'had An-Nur yang sudah bersedia terlibat dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini. Semoga dimudahkan dalam segala urusan oleh Allah SWT.

MOTTO

“Menuntut ilmu itu adalah wajib bagi setiap orang muslim. Karena sesungguhnya semua (makhluk) sampai binatang-binatang yang ada dilaut memohon ampun untuk orang yang menuntut ilmu”

(HR Ibnu Abdil Bari)

“Barang siapa yang menghendaki kehidupan dunia maka wajib baginya memiliki ilmu, dan barang siapa yang menghendaki kehidupan akherat, maka wajib baginya memiliki ilmu, dan barang siapa menghendaki keduanya maka wajib baginya memiliki ilmu”

(HR. Turmudzi)

“Barang siapa yang keluar untuk mencari ilmu maka ia berada di jalan Allah hingga ia pulang”

(HR. Turmudzi)

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warohmatullahi Wabarokatuh

Alhamdulillahirobbil'alamin, puji syukur penyusun panjatkan ke hadirat Allah SWT dan sholawat atas junjungan Nabi Besar Muhammad SAW beserta keluarga-Nya, sehingga penelitian dengan judul **“Pengaruh Al Fatimah Terhadap Tingkat Stres Remaja Di Madrasah Aliyah Al Ma’had An-Nur”**. Dapat terselesaikan dengan baik.

Penelitian Karya Tulis Ilmiah ini diajukan sebagai salah satu persyaratan kelulusan di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

Penyusun menyadari dalam pembuatan penyusunan ini tidak lepas dari bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, karena itu pada kesempatan ini penyusun ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. dr. Wiwik Kusumawati, M.Kes selaku Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
2. Shanti Wardaningsih, Ns., M. Kep., Sp., Kep. Jiwa PhD selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
3. Laili Nur Hidayati, Ns., M. Kep. Jiwa selaku Dosen Pembimbing yang memberikan bimbingan, arahan dan juga motivasi.
4. Kellyana Irawati, Ns., M.Kep., Sp. Kep. Jiwa sebagai Dosen Pembimbing Akademik yang memberi semangat selama menuntut ilmu di Program Studi Ilmu Keperawatan.
5. Keluarga dan orang-orang tercinta yang telah memberikan do'a, semangat, dan dukungan dalam penyelesaian ini.
6. Teman-teman mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan angkatan 2015.
7. Semua pihak yang tidak bisa peneliti sebutkan satu-persatu yang telah membantu penulis baik secara langsung maupun tidak langsung dalam penyelesaian penelitian ini.

Penyusun juga menyadari bahwa dalam penulisan penelitian ini jauh dari sempurna, untuk itu penyusun sangat mengharapkan kritik dan saran dari semua pihak. Penyusun berharap semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat
Wassalamu'alaikum Warohmatullahi Wabarokatuh.

Bantul, 9 Juli 2019

Penulis

Rizal Aji Prabowo

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
MOTTO	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR SINGKATAN	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
<i>ABSTRACT</i>	xvi
INTISARI.....	xvii
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	7
E. Penelitian Terkait	7
BAB II	10
TINJAUAN PUSTAKA	10
A. Remaja.....	10
1. Definisi Remaja	10
2. Perubahan masa remaja	10
3. Karakteristik remaja	12
4. Tugas perkembangan remaja.....	14
B. Stres.....	15
1. Definisi Stres	15
2. Tingkat Stres.....	15
3. Tahapan Stres	17

4. Sumber Stres.....	18
5. Dampak Stres	19
6. Reaksi Fisiologis Terhadap Stres	21
7. Manajemen Stres	22
8. Pengukuran Tingkat Stres	23
C. Al Fatihah.....	25
1. Pengertian Al Fatihah	25
2. Nama Nama surat Al Fatihah	26
3. Keutamaan Al Fatihah	27
D. Kerangka Teori.....	29
E. Kerangka Konsep	30
F. Hipotesis.....	30
BAB III	31
METODE PENELITIAN	31
A. Desain Penelitian.....	31
B. Populasi dan Sampel Penelitian	32
C. Lokasi dan Waktu Penelitian	34
D. Variabel Penelitian	34
E. Definisi Operasional.....	34
F. Instrumen Penelitian.....	36
G. Uji Validitas dan Realibilitas.....	37
H. Jalannya Penelitian	37
I. Pengolahan dan Analisis Data.....	40
J. Etik penelitian	43
BAB IV	44
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	44
A. Hasil Penelitian	44
1. Gambaran Wilayah Penelitian.....	44
2. Analisis Univariat.....	45
3. Uji Normalitas	48
4. Analisa Bivariat.....	49

B. Pembahasan.....	52
1. Karakteristik Responden Penelitian	52
2. Tingkat Stres Remaja	59
3. Pengaruh Al Fatimah Terhadap Tingkat Stres	61
4. Kekuatan dan Keterbatasan Penelitian	65
BAB V.....	67
KESIMPULAN DAN SARAN	67
A. Kesimpulan	67
B. Saran.....	68
DAFTAR PUSTAKA.....	70
LAMPIRAN.....	75

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1. Tahapan Stress	17
Tabel 2.2. Interpretasi Skala <i>DASS 42</i>	25
Tabel 3.1. Tabel Rencana Penelitian.....	31
Tabel 3.2. Definisi Operasional.....	34
Tabel 4.1. Karakteristik Responden Penelitian	46
Tabel 4.2. Hasil Kuesioner <i>DASS 42</i>	47
Tabel 4.3. Uji Normalitas.....	48
Tabel 4.4. Perbedaan Nilai <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> Kelompok Intervensi	49
Tabel 4.5. Perbedaan Nilai <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> Kelompok Kontrol pada Siswa MA Al Ma'had An-Nur	50
Tabel 4.6. Perbedaan Selisih Skala Stres Antara Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Kerangka teori	29
Gambar 2.2. Kerangka konsep	30

DAFTAR SINGKATAN

- WHO** : *World Health Organization*
- MA** : Madrasah Aliyah
- MTQ** : Musabaqah Tilawah Qur'an
- MHQ** : Musabaqah Hifdzil Qur'an
- LAS** : *Local Adaptation Syndrom*
- GAS** : *General Adaptation Syndrom*
- DASS 42** : *Depression Anxiety Stress Scale 42*
- BK** : Bimbingan Konseling

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar perizinan orang tua/wali

Lampiran 2. Lembar persetujuan responden

Lampiran 3. Kuesioner penelitian

Lampiran 4. Lembar Laporan Intervensi

Lampiran 5. Surat izin etik

Lampiran 6. Surat izin penelitian