

INTISARI

Latar Belakang : Kecemasan merupakan gangguan emosional yang paling sering terjadi berupa rasa khawatir dan takut yang tidak jelas sebabnya. Saat ini diperkirakan 20% dari populasi dunia menderita kecemasan dan sebanyak 47,7% remaja sering merasa cemas. Anak dan remaja menjadi kelompok umur yang perlu mendapat perhatian karena keterkaitan dengan resiko perkembangan gangguan kecemasan pada masa dewasa. Salah satu contoh kecemasan adalah gangguan kecemasan perpisahan, seperti pada anak yang bersekolah dengan model berasrama yang mewajibkan untuk jauh dari orang tua. Dan metode yang berkembang dalam menghadapi cemas adalah dengan psikoreligius yaitu dengan mendengarkan bacaan Al-Qur'an.

Tujuan Penelitian : Untuk mengetahui pengaruh dari mendengarkan bacaan Al-Qur'an (murottal) surat Ar-Rahman dan terjemahnya terhadap skor kecemasan yang disebabkan karena perpisahan dengan orang tua pada siswi kelas 1 MTs Mu'allimaat

Metode : Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain eksperimental menggunakan pendekatan *pre test post test with control group*. Analisis data yang digunakan untuk mengetahui pengaruh mendengarkan bacaan Al-Qur'an surat Ar-Rahman dan terjemahnya dengan skor kecemasan karena perpisahan dengan menggunakan uji *Paired Sample t-Test* dan *Independent t-Test*. Dengan menggunakan TMAS (*Taylor Manifest Anxiety Scale*) sebagai alat ukur cemasnya.

Hasil dan Pembahasan : Dari penelitian ini didapatkan sebanyak 39 responden mengalami kecemasan sedang dan 31 responden mengalami kecemasan tinggi. Terdapat pengaruh yang signifikan terhadap skor kecemasan pada kelompok intervensi dengan nilai signifikansi 0,001. Pada kelompok kontrol tidak terdapat pengaruh yang signifikan dengan nilai signifikansi 0,389. Dan tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada penurunan kecemasan antara kelompok intervensi dan kontrol dengan nilai signifikansi 0,076

Kesimpulan : Mendengarkan bacaan Al-Qur'an surat Ar-Rahman dan terjemahnya tidak terbukti memiliki pengaruh terhadap skor cemas perpisahan pada anak kelas 1 MTs Mu'allimaat

Kata Kunci : Remaja, Cemas Perpisahan, Bacaan Al-Qur'an, TMAS (*Taylor Manifest Anxiety Scale*)

ABSTRACT

Background : *Currently, there is about 20% of the world population suffer from anxiety and 47,7% teenagers feel worried. Children and teenagers become a group of age that need more attention because of its relation to the risk of developing anxiety disorder in adulthood. One example of uneasiness is separation anxiety disorder, such as in children who study in a boarding school which requires them to live apart from their parents. And a developed method in dealing with anxiety is psycho religious by listening the murottal.*

Aims : *To discover the effect of listening Al-Qur'an (murottal) surah Ar-Rahman and reading the translation toward anxiety score caused by the separation of the first grader of Mu'allimat Islamic junior high school from their parents.*

Methods : *This study is a quantitative research with an experimental design which uses the pre test post test with the control group. The data analysis method that used is Paired sample t-Test and Independent t-Test. It uses TMAS (Taylor manifest anxiety scale) as the anxiety measurement.*

Result : *From this research there is a significant effect on the anxiety scores in the intervention group with the significance value of 0.0001 and there is no significant different in the control group with the significance value of 0.389. Researcher also didn't find a significant difference of anxiety reduction between intervention and control group with significance value of 0.076*

Conclusion : *Listening of Al-Quran surah Ar-Rahman and reading the translation was not proved to affect the level of separation anxiety scores for the first grader of Mu'allimat Islamic junior high school.*

Keyword : *Teenagers, Separation anxiety, Murottal, TMAS (Taylor manifest anxiety scale*