

**Hubungan Frekuensi Membaca Al-Qur'an dengan Skor Kecemasan pada Remaja
Study Observasi pada Mahasiswa di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta**

Hanifah Tri Utami*¹, Warih Andan Puspitosari²

¹Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UMY,

²Bagian Psikiatri Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UMY

INTISARI

Latar belakang: Kecemasan adalah respons yang tepat terhadap ancaman, tetapi kecemasan bisa menjadi abnormal bila tingkatannya tidak sesuai dengan proporsi ancaman, atau bila datang tanpa ada penyebabnya. Remaja adalah salah satu kelompok yang rentan terhadap gangguan kecemasan. Kecemasan membutuhkan berbagai macam usaha dan preventif baik secara farmakologis maupun non farmakologis. Salah satu metode terapi non farmakologis adalah dengan relaksasi. Berbagai macam metode relaksasi telah dikenal, diantaranya adalah dengan prayer phrase atau pembacaan doa-doa, yang pada penelitian ini dianalogikan dengan pembacaan Al Qur'an.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian non-eksperimental dengan jenis cross sectional. Subjek penelitian adalah 121 orang remaja akhir, yang diberikan angket untuk mengetahui seberapa banyak responden membaca Al Qur'an dalam tiap minggunya, serta instrumen Taylor Manifest Anxiety Scale, untuk mengetahui skor kecemasan.

Hasil: analisis uji korelasi Pearson menunjukkan adanya hubungan negatif lemah ($r = -0,180$) yang signifikan dengan nilai $p = 0,048$ ($p < 0,05$) antara frekuensi membaca Al Qur'an dengan skor kecemasan pada remaja.

Kata kunci: kecemasan, remaja, relaksasi, Al Qur'an

*Korespondensi : Hanifah Tri Utami. Jl. Ontorejo 30 Wirobrajan, , Daerah Istimewa Yogyakarta. HP. 085292828203

The Correlation Between Frequencies of Reading Al-Qur'an with Anxiety Score in Adolescence, Observational Study of the Students at Medical and Healthy Science Faculty Muhammadiyah University Yogyakarta

Hanifah Tri Utami¹, Warih Andan Puspitosari²

¹Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UMY,

²Bagian Psikiatri Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UMY

ABSTRACT

Background: Anxiety is a right response to the threat, but it can be abnormal if the response not proportional with the threat or it happen without the cause. Adolescence is once of group that susceptible with the anxiety. Anxiety needs many efforts to prevent and for therapy, include of pharmacotherapy and non pharmacotherapy (psychotherapy). One kind of non pharmacotherapy is relaxation. There are many kinds of methode were done as a relaxation, the one is prayer phrase in this research, analogued with reading Al-Qur'an.

Methods: This research is non-experimental with cross sectional. This research involve 121 of late adolescence group, who were given a questionnaire to know how many times they read Al Qur'an in every week, and also Taylor Manifest Anxiety Scale to assess the score of anxiety.

Results: Analysis of Pearson Correlation Test showed that there is a significant correlation between frequencies of reading Al Qur'an with anxiety score in adolescence with p value is 0,048 ($p < 0,05$) and coefficient correlation is -0,180.

Keywords: *anxiety, adolescence, relaxation, Al Qur'an*