

NASKAH PUBLIKASI

**PENGARUH TERAPI SHALAWAT TERHADAP TINGKAT
KECEMASAN PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI
DI DESA PENGADANGAN**



LULU' MUMTAZAH

NIM. 113121027

**PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes) HAMZAR
LOMBOK TIMUR
2025**

PERSETUJUAN NASKAH PUBLIKASI

Naskah Publikasi Atas Nama Lulu' Mumtazah, NIM 113121027 Dengan Judul
"Pengaruh Terapi Shalawat Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Lansia Dengan
Hipertensi Di Desa Pengadangan"

Telah memenuhi syarat dan disetujui

Pembimbing I



Ns. Anatun Aupia, MSN
NUPTK. 3950768669230322

Tanggal

01-07-25

Pembimbing II



Ns. Apriani Susmita Sari, M.Kep
NUPTK. 1733770671230372

Tanggal

1-07-25

Mengetahui

Program Studi Ilmu Keperawatan

Ketua,



Ns. Dina Alfiana Ikhwan, M.Kep
NUPTK. 6640766667238002



PENGARUH TERAPI SHALAWAT TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI DESA PENGADANGAN

Lulu' Mumtazah¹, Anatun Aupia², Apriani Susmita Sari³

ABSTRAK

Latar Belakang : Lansia merupakan kelompok usia yang rentan mengalami masalah kesehatan, salah satunya adalah hipertensi yang dapat diperburuk oleh gangguan psikologis seperti kecemasan. Kecemasan yang tidak ditangani dapat menyebabkan komplikasi serius. Terapi shalawat sebagai pendekatan psikoreligius dipercaya mampu memberikan ketenangan emosional dan menurunkan tingkat kecemasan.

Tujuan : Untuk mengetahui pengaruh terapi shalawat terhadap tingkat kecemasan pada lansia dengan hipertensi di Desa Pengadangan.

Metode : Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan *desain quasi eksperimen* menggunakan pendekatan *pretest-posttest control group design*. Jumlah sampel sebanyak 54 orang lansia dengan hipertensi yang dibagi menjadi dua kelompok: 27 orang kelompok intervensi dan 27 orang kelompok kontrol. Intervensi berupa terapi shalawat dilaksanakan selama 3 hari, dua kali sehari selama 15 menit. Instrumen yang digunakan adalah *Geriatric Anxiety Scale (GAS)*. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon* dan *Mann-Whitney*.

Hasil : Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat penurunan signifikan tingkat kecemasan pada kelompok intervensi setelah diberikan terapi shalawat ($p < 0,05$). Selain itu, terdapat perbedaan signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol ($p < 0,05$), dengan demikian maka H_0 ditolak, yang artinya ada pengaruh terapi shalawat terhadap tingkat kecemasan pada lansia dengan hipertensi di desa pengadangan.

Simpulan : Terapi shalawat terbukti berpengaruh signifikan terhadap penurunan tingkat kecemasan pada lansia dengan hipertensi. Terapi ini dapat digunakan sebagai intervensi non-farmakologis berbasis spiritual dalam pelayanan keperawatan gerontik.

Kata kunci : Lansia, hipertensi, Kecemasan, Terapi Shalawat
Pustaka : 15 buku (2015-2024), 44 jurnal (2018-2024)
Halaman : 67 halaman

¹Mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hamzar

²Dosen Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hamzar

THE EFFECT OF SHALAWAT THERAPY ON THE LEVEL OF ANXIETY IN THE ELDERLY WITH HYPERTENSION IN PENGADANGAN VILLAGE

Lulu' Mumtazah¹, Anatun Aupia², Apriani Susmita Sari³

ABSTRACT

Background : The elderly are an age group that is prone to experiencing health problems, one of which is hypertension, which can be exacerbated by psychological disorder such as anxiety. Untreated anxiety can lead to serious complications. Shalawat therapy, as psycho-religious approach, is believed to be able to provide emotional calm and reduce anxiety levels.

Objective : To determine the effect of shalawat therapy on the level of anxiety in the elderly with hypertension in Pengadangan Village.

Method : This study employed a quantitative method with a quasi-experimental design, utilizing a pretest-posttest control group design approach. The sample number was 54 older people with hypertension who were two groups. Intervention in the form of shalawat therapy was conducted for 3 days, twice a day, for 15 minutes each session. The instrument used is the Geriatric Anxiety Scale (GAS). Data analysis used the Wilcoxon and Mann-Whitney tests.

Result : The result showed that there was a significant decrease in anxiety levels in the intervention group ($p < 0.05$). Thus, H_0 was rejected, which means that there was an effect of shalawat therapy on the level of anxiety in the elderly with hypertension in the pengadangan village.

Conclusion : Shalawat therapy has been shown to have a significant effect on reducing anxiety levels in the elderly with hypertension. This therapy can be used as a spirituality based, non-pharmacological intervention in geriatric nursing services.

Keywords : Elderly, Hypertension, Anxiety, Shalawat Therapy

Book : 15 books (2015–2024), 44 journals (2018–2024)

Pages : 67 pages

¹SI Nursing Student, Hamzar Health Sciences Collage

²SI Nursing Lecturer, Hamzar Health Sciences Collage

PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO, 2023) mengatakan bahwa 1,28 miliar orang, atau 22% orang di seluruh dunia, mengidap hipertensi. Angka ini diperkirakan akan meningkat menjadi 29,2% pada tahun 2025, dengan 60% dari jumlah ini berada di negara berkembang, termasuk Indonesia (Siringoringo et al., 2024). Menurut data terbaru dari Riset Kesehatan Dasar menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi di Indonesia sebanyak 30,8%. Angka ini menurun dari prevalensi hipertensi pada Riskesdas 2018 yang sebesar 34,1% (Riskesdas, 2023).

Di Indonesia, jumlah penderita hipertensi yang lebih tinggi ditemukan pada usia lanjut 55-64 tahun (55,2%), 65-74 tahun (63,2%), dan lebih dari 75 tahun (69,5%). Dari 37 provinsi di Indonesia, hipertensi menduduki peringkat ke-15 di Nusa Tenggara Barat (NTB), dengan prevalensi 27,8%. Kabupaten Lombok Timur menduduki peringkat kedua dengan prevalensi hipertensi tertinggi sebesar 30,2% (Irwansyah et al., 2021). Menurut NTB Satu Data (2019), sebanyak 248.764 orang di Kabupaten Lombok Timur memiliki hipertensi dari 32 puskesmas, dengan 110.352 laki-laki dan 138.412 perempuan. Orang dengan hipertensi terbanyak berusia lebih dari 18 tahun, terutama mereka yang lebih tua (Maligan et al., 2023). Berdasarkan catatan medis puskesmas pengadangan lansia yang mengalami hipertensi sebanyak 117 orang.

Seiring bertambahnya usia, semakin banyak masalah kesehatan

yang dirasakan oleh lansia. Selain penyakit fisik, lansia juga sering mengalami masalah kesehatan mental seperti kesepian, kecemasan, dan depresi. Prevelensi kecemasan pada usia 55-65 tahun sebesar 6,9%, pada usia 65-75 tahun sebesar 9,7%, dan pada usia 75 tahun ke atas sebesar 13,4% (Kementrian Kesehatan RI, 2018) dalam (Nirmala et al., 2024).

Perubahan psikologis seperti kecemasan adalah salah satu faktor utama yang dapat mempengaruhi tekanan darah penderita hipertensi. Akibat aktivasi sistem saraf simpatis, kecemasan dapat menyebabkan tekanan darah tinggi dan peningkatan tekanan darah secara bertahap. Jika kecemasan terus berlanjut, tekanan darah akan tetap tinggi, yang meningkatkan risiko komplikasi hipertensi (Rantesigi, 2024).

Salam (2015) dalam (Nirmala et al., 2024) menjelaskan bahwa kecemasan dapat menyebabkan sekresi adrenalin yang berlebihan, yang mengakibatkan peningkatan tekanan darah. Namun, dalam keadaan ketakutan yang ekstrem, reaksi bisa dipengaruhi oleh komponen parasimpatis, juga menyebabkan peningkatan tekanan darah. Untuk mengatasi kecemasan, dapat dilakukan melalui pendekatan farmakologi dan non-farmakologi. Salah satu pendekatan non-farmakologi yang dapat dilakukan pada pasien hipertensi yang mengalami kecemasan yaitu dengan terapi psikoreligius.

Perkembangan zaman saat ini telah memunculkan banyak penelitian yang mengeksplorasi berbagai jenis terapi, salah satunya adalah terapi spiritual, yang sering disebut terapi

psikoreligius. Terapi ini diminati karena mengandung unsur religius yang diyakini dapat meningkatkan harapan, rasa percaya diri, dan keimanan, yang pada gilirannya membantu memperkuat sistem kekebalan tubuh pada individu yang sakit, sehingga mempercepat proses penyembuhan. Contoh terapi psikoreligius meliputi shalawat, doa, dzikir, serta ayat-ayat Al-Qur'an, baik yang didengarkan maupun yang dibaca (Karina et al., 2024).

Terapi shalawat adalah salah satu bentuk terapi perilaku kognitif yang efektif untuk mengurangi kecemasan dan telah menjadi elemen penting dalam dunia medis selama beberapa dekade terakhir. Terapi ini merupakan bagian dari perawatan kesehatan yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan emosional, fisik, fungsional, dan pendidikan pada berbagai kondisi. Musik sholawat terbukti memiliki efek positif baik secara fisiologis maupun psikologis pada pasien, membantu mengurangi rasa sakit, kecemasan, dan ketidaknyamanan (Nadhifa et al., 2024).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 10 Oktober 2024 di Desa Pengadangan melalui wawancara pada 10 lansia untuk melihat tingkat kecemasan pada lansia yang menderita hipertensi. Dari 10 lansia di dapatkan bahwa 7 lansia mengalami kecemasan berat, 2 lansia mengalami kecemasan sedang dan 1 lansia mengalami kecemasan ringan.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain quasi eksperimen pretset-posttest control group. Populasi terdiri dari 117 responden dengan sampel 54 lansia penderita hipertensi yang dipilih menggunakan purposive sampling dan dibagi menjadi dua kelompok 27 sebagai kelompok intervensi dan 27 sebagai kelompok kontrol. Data dianalisis menggunakan uji wilcoxon dan uji mann whitney.

HASIL PENELITIAN

A. HASIL

1. Mengidentifikasi Karakteristik Responden

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Usia, Pendidikan, Pekerjaan Pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol

Kategori Responden		Kelompok				Total	
		Intervensi		Kontrol		Frekuensi	Persentase
		f	%	f	%		
Jenis kelamin	Laki-laki	7	25,9	11	40,7	18	33,3
	Perempuan	20	74,1	16	59,3	36	66,7
Total		27	100	27	100	54	100
Usia	60-65 tahun	20	74,1	22	81,5	42	77,8
	66-70 tahun	7	25,9	5	18,5	12	22,2
Total		27	100	27	100	54	100
Pendidikan	SD	10	37,0	10	37,0	20	37,0
	SMP	5	18,5	9	33,3	14	25,9
	SMA	3	11,1	0	0	3	5,6
	Tidak sekolah	9	33,3	8	29,6	17	31,5
Total		27	100	27	100	54	100
Pekerjaan	Petani	11	40,7	9	33,3	20	37,0
	Peternak	0	0	6	22,2	6	11,1
	Pedagang	4	14,8	6	22,2	10	18,5
	IRT	7	25,9	2	7,4	9	16,7
	Tidak bekerja	5	18,5	4	14,8	9	16,7
Total		27	100	27	100	54	100

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 36 responden (66,7%). Sedangkan usia mayoritas responden berusia 60-65 tahun sebanyak 42 responden (77,8%). Mayoritas tingkat pendidikan SD sebanyak 20 responden (37,0%) dan minoritas SMA sebanyak 3 responden (5,6%), mayoritas pekerjaan sebnayak 20 responden (37,0%) dan minoritas peternak sebanyak 6 responden (11,1%).

2. Frekuensi tingkat kecemasan *pretest* dan *posttest* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Tingkat kecemasan *Pretest* dan *Posttest* pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol

Tingkat Kecemasan	Kelompok Intervensi				Kelompok kontrol			
	Pretest		Posttest		Pretest		Posttest	
	n	%	n	%	n	%	N	%
Tidak Mengalami Kecemasan	0	0	24	88,9	0	0	0	0
Kecemasan Ringan	0	0	3	11,1	0	0	0	0
Kecemasan Sedang	6	22,2	0	0	4	14,8	5	18,5
Kecemasan Berat	21	77,8	0	0	23	85,2	22	81,5
Total	27	100	27	100	27	100	27	100

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa responden kelompok intervensi pada *pretest* sebagian besar memiliki tingkat kecemasan berat sebanyak 21 responden (77,8%), dan tingkat kecemasan sedang sebanyak 6 responden (22,2%). Sedangkan pada *posttest* sebagian besar tidak mengalami kecemasan sebanyak 24 responden (88,9%), dan tingkat kecemasan ringan sebanyak 3 responden (11,1%). Pada kelompok kontrol pada *pretest* sebagian besar memiliki tingkat kecemasan berat yaitu sebanyak 23 responden (85,2%), dan tingkat kecemasan sedang sebanyak 4 responden (14,8%). Sedangkan pada kelompok kontrol juga memiliki tingkat kecemasan berat yaitu

sebanyak 22 responden (81,5%), dan tingkat kecemasan sedang sebanyak 5 responden (18,5%).

3. Perbedaan tingkat kecemasan *pretest* pada kleompok intrevensi dan kelompok kontrol

Tabel 4.3 Perbedaan Tingkat Kecemasan *Pretest* Pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol

Tingkat Kecemasan	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol		P Value
	n	%	n	%	
Tidak mengalami kecemasan	0	0	0	0	0,488
Kecemasan Ringan	0	0	0	0	
Kecemasan Sedang	6	22,2	4	14,8	
Kecemasan Berat	21	77,8	23	85,2	
Total	27	100	27	100	

Berdasarkan tabel Uji Mann Whitney sebelum perlakuan (*pretest*) di dapatkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan nilai yaitu 0,488 ($p > 0.05$). Pada kelompok intervensi yang mengalami kecemasna berat sebanyak 6 responden (2,22%) dan kelompok kontrol sebanyak 4 responden (14,8%). Pada kelompok intervensi yang mengalami kecemasan berta sebanyak 21 responden (77,8%) sedangkan kelompok kontrol sebanyak 23 responden (85,2%).

4. Perbedaan tingkat kecemasan *posttest* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol

Tabel 4.4 Perbedaan tingkat Kecemasan *Posttest* Pada kelompok Intervensi dan kelompok kontrol

Tingkat Kecemasan	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol		P Value
	n	%	n	%	
Tidak mengalami kecemasan	24	88.9	0	0	0.000
Kecemasan Ringan	3	11.1	0	0	
Kecemasan Sedang	0	0	5	18.5	
Kecemasan Berat	0	0	22	81.5	
Total	27	100	27	100	

Berdasarkan tabel uji mann whitney sesudah perlakuan didapatkan bahwa ada perbedaan yang signifikan dengan nilai yaitu 0.000 ($p < 0.05$). Untuk kelompok intervensi tingkat kecemasannya menurun atau tidak mengalami kecemasan sebanyak 24 responden (88,9%) dan yang mengalami kecemasan ringan sebanyak 3 responden (11,1%). Sedangkan pada kelompok kontrol kecemasannya tidak menurun atau yang mengalami kecemasan berat sebanyak 22 responden (81,5%) dan yang mengalami kecemasan sedang sebanyak (18,5%). Hasil penelitian menunjukkan H_a diterima artinya ada pengaruh terapi shalawat terhadap tingkat kecemasan pada lansia dengan hipertensi di desa pengadangan.

5. Perbedaan tingkat kecemasan *pretest* dan *posttest* pada kelompok intervensi

Tabel 4.5 Perbedaan Tingkat Kecemasan *Pretest* dan *Posttest* Pada kelompok intervensi

Tingkat Kecemasan		Kelompok Intervensi				P value
		Pretest		Posttest		
		n	%	n	%	
Tidak Mengalami Kecemasan		0	0	24	88,9	0.000
Kecemasan Ringan		0	0	3	11,1	
Kecemasan Sedang		6	22,2	0	0	
Kecemasan Berat		21	77,8	0	0	
Total		27	100	27	100	

Berdasarkan uji Wilcoxon sebelum perlakuan (*pretest*) dan sesudah perlakuan (*posttest*) pada kelompok intervensi di dapatkan perbedaan yang signifikan dengan nilai 0.000 ($p < 0.05$). sebelum perlakuan (*pretest*) sebagian besar mengalami tingkat kecemasan berat sebanyak 21 responden (77,8%), kecemasan sedang sebanyak 6 responden (22,2%), sedangkan sesudah perlakuan (*posttest*) mengalami kecemasan menurun menjadi tidak mengalami kecemasan sebanyak 24 responden (88,9%) dan kecemasan ringan sebanyak 3 responden (11,1%). Hasil penelitian menunjukkan nilai p value < 0.05 yaitu 0.000 H_a diterima dan H_o ditolak artinya ada pengaruh terapi shalwat terhadap tingkat kecemasan pad lansia dengan hipertensi di desa pengadangan.

6. Perbedaan tingkat kecemasan *pretest* dan *posttest* pada kelompok kontrol

Tabel 4.6 Perbedaan Tingkat Kecemasan *Pretest* dan *Posttest* Pada Kelompok Kontrol

		Kelompok Kontrol				P value
Tingkat Kecemasan		Pretest		Posttest		
		n	%	n	%	
Tidak Mengalami Kecemasan		0	0	0	0	0.317
Kecemasan Ringan		0	0	0	0	
Kecemasan Sedang		4	14,8	5	18,5	
Kecemasan Berat		23	85,2	22	81,5	
Total		27	100	27	100	

Berdasarkan uji Wilcoxon pada kelompok kontrol tidak terdapat perbedaan yang signifikan sebelum perlakuan (*pretest*) dan sesudah perlakuan (*posttest*) dengan nilai 0.317 ($p > 0.05$). Sebelum perlakuan (*pretest*)

didapatkan bahwa sebagian besar responden mengalami tingkat kecemasan berat sebanyak 23 responden (85,2%) dan yang mengalami kecemasan sedang sebanyak 4 responden (14,8%), sedangkan sesudah perlakuan (*posttest*) didapatkan bahwa tidak ada perbedaan yaitu sebagian besar mengalami kecemasan berat 22 responden (81,5%) dan yang mengalami kecemasan sedang sebanyak 5 responden (18,5%).

B. PEMBAHASAN

1. Tingkat kecemasan *pretest* dan *posttest* pada kelompok intervensi

Dari hasil penelitian terhadap 27 responden pada kelompok intervensi didapatkan bahwa ada perbedaan yang signifikan sebelum perlakuan (*pretest*) dan sesudah perlakuan (*posttest*) dengan nilai 0,000 ($p < 0.05$). Sebelum perlakuan (*pretest*) sebagian besar responden mengalami tingkat kecemasan berat sebanyak 21 responden (77,8%) dan yang mengalami kecemasan sedang sebanyak 6 responden (22,2%), sedangkan sesudah perlakuan (*posttest*) yang awalnya mengalami kecemasan berat menurun menjadi tidak mengalami kecemasan sebanyak 24 responden (88,9%) dan yang mengalami kecemasan ringan sebanyak 3 responden (11,1%).

Hasil penelitian serupa juga dilakukan oleh Nofiah et al (2019) tentang pengaruh mendengarkan dan membaca shalawat terhadap tingkat kecemasan pasien post op orif dengan hasil penelitian menunjukkan terdapat penurunan tingkat kecemasan secara signifikan sebelum dan sesudah diberikan intervensi dengan hasil 0.000

($p < 0.05$). Shalawat dapat memberikan efek ketenangan yaitu ketika seseorang rutin dalam bershalawat akan mengalami kondisi medium trance, yaitu keadaan seseorang yang ditandai dengan halusinasi positif. Shalawat juga termasuk latihan meditasi yang akan memberikan pengaruh rasa nyaman sehingga ketenangan akan dapat dirasakan. Sementara itu pengulangan dalam ucapan shalawat diperlukan karena dapat melatih otak berfungsi lebih kuat dan lebih sehat. Sesuai dengan Donald Hebb bapak keilmuan neuropsikologi, mengatakan bahwa neuron yang terpicu bersama akan terikat bersama, maka pengulangan dalam pengucapan shalawat ini diperlukan dalam pelepasan emosi, sehingga dengan bershalawat seseorang sedang melakukan penyalarsan emosi negative (Ghifari, 2020).

Hasil penelitian ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Dewi (2021), yang menemukan bahwa terapi musik Islami melalui shalawat Thibbil Quluub efektif dalam mengurangi kecemasan pada mahasiswa. Selain itu, penelitian oleh Nisa & Pradana (2023) juga mendukung temuan ini, di mana terapi shalawat dapat meningkatkan ketenangan jiwa melalui pengaruh spiritual dan psikologis. Secara ilmiah, terapi shalawat bekerja dengan mengalihkan fokus individu dari pikiran negatif, meningkatkan hormon kebahagiaan seperti endorfin dan oksitosin, serta menurunkan hormon stres seperti kortisol (Salam, 2015). Efek relaksasi ini serupa dengan manfaat meditasi atau terapi dzikir yang telah banyak diteliti dalam bidang psikologi dan kesehatan mental. Oleh

karena itu, terapi shalawat dapat menjadi pendekatan yang efektif dalam menurunkan kecemasan, terutama pada lansia dengan hipertensi yang rentan mengalami gangguan kecemasan akibat kondisi fisik dan psikososial mereka.

2. Tingkat Kecemasan *Pretest* dan *Posttest* pada Kelompok Kontrol

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 27 responden pada kelompok kontrol didapatkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan sebelum perlakuan (*pretest*) dan sesudah perlakuan (*posttest*) dengan nilai 0,317 ($p>0.05$). Sebelum perlakuan (*pretest*) didapatkan bahwa sebagian besar responden mengalami tingkat kecemasan berat sebanyak 23 responden (85,2%) dan yang mengalami kecemasan sedang sebanyak 4 responden (14,8%), sedangkan sesudah perlakuan (*posttest*) didapatkan bahwa tidak ada perbedaan yaitu sebagian besar mengalami kecemasan berat 22 responden (81,5%) dan yang mengalami kecemasan sedang sebanyak 5 responden (18,5%).

Nilai *pretest* dan *posttest* dari kelompok kontrol tidak terdapat perbedaan yang signifikan. Hal ini dikarenakan kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan apapun. Namun tetap diukur tingkat kecemasannya sebagai pembanding untuk mengetahui seberapa besar pengaruh dari terapi shalawat yang diberikan pada kelompok intervensi atau kelompok eksperimen. Selain itu setelah dilakukan *uji Wilcoxon pretest* dan *posttest* pada kelompok kontrol didapatkan nilai p untuk tingkat kecemasan yaitu 0,317 ($p>0.05$). hal

ini menunjukkan bahwa tidak ada perubahan yang signifikan pada *pretest* dan *posttest* kelompok kontrol sehingga H_0 diterima H_a ditolak yang berbunyi tidak ada pengaruh terapi shalawat terhadap tingkat kecemasan pada lansia dengan hipertensi di desa pengdangan.

3. Pengaruh Terapi Shalawat Terhadap Tingkat kecemasan Pada Lansia

Dari hasil penelitian terhadap 54 responden pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi sebelum diberikan perlakuan (*pretest*) pada uji *man whitney* tidak ada perbedaan yang signifikan pada tingkat kecemasan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan nilai yaitu 0,488 ($p>0.05$). Untuk kelompok intervensi yang mengalami kecemasan berat sebanyak 21 responden (77,8%) sedangkan kelompok kontrol sebanyak 23 responden (85,2%). Pada kelompok intervensi yang mengalami kecemasan sedang sebanyak 6 responden (22,2%), sedangkan untuk kelompok kontrol sebanyak 4 responden (14,8%).

Setelah diberikan perlakuan terapi shalawat (*posttest*) didapatkan bahwa ada perbedaan yang signifikan pada tingkat kecemasan (*posttest*) atau sesudah perlakuan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan nilai yaitu 0,000 ($p<0.05$). Untuk kelompok intervensi yang tingkat kecemasannya menurun atau tidak mengalami kecemasan sebanyak 24 responden (88,9%) dan yang mengalami kecemasan ringan sebanyak 3 responden (11,1%). Sedangkan pada kelompok kontrol kecemasannya tidak menurun atau yang mengalami kecemasan berat

sebanyak 22 responden (81.5%) dan yang mengalami kecemasan sedang sebanyak 5 responden (18.5%).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai *p value* <0,05 yaitu 0,000 yang artinya H_0 diterima dan H_a ditolak. Dengan demikian dapat diartikan bahwa ada pengaruh terapi shalawat terhadap tingkat kecemasan pada lansia dengan hipertensi di desa pengadangan.

Berdasarkan penelitian diatas, hal ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Lestari dkk (2023) mengenai efektifitas terapi musik shalawat dalam menurunkan tingkat kecemasan lansia di Kota Semarang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh terapi musik sholawat terhadap tingkat kecemasan pada lansia di wilayah Jangli Kecamatan Tembalan dengan nilai *p value* 0,000 ($p < 0.05$). Selain itu, penelitian yang dilaksanakan Suyanto et al., (2021) juga mendapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh pada kelompok intervensi dengan sholawat nariyah terhadap kecemasan. Tindakan mengobati untuk menangani kecemasan secara mandiri yaitu menggunakan Teknik relaksasi dan distraksi. Distraksi merupakan Tindakan untuk mengalihkan perhatian dan memberikan pengaruh yang baik, dan salah satu Teknik distraksi yang digunakan untuk mengatasi kecemasan adalah mendengarkan musik sholawat. Sholawat merupakan doa yang mengandung rahmat dan salam bagi Nabi, namun kini sholawat berkembang menjadi syair-syair yang membangkitkan harapan, percaya diri, serta keimanan untuk meningkatkan sistem kekebalan tubuh pada orang

sakit sehingga mempercepat penyembuhan (Suwanti et al., 2022).

Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan Ajmain et.,al (2024), dari hasil yang didapatkan nilai *p-value* 0.035 ($p < 0.05$) yang menunjukkan ada perbedaan tingkat stress pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sehingga ada pengaruh terapi sholawat nabi terhadap tingkat stress pada lansia di Wilayah Kerja uptd puskesmas Langsa Baro. Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Sudirman dan Amalia (2020) mengenai pengaruh mendengarkan therapy shalawat terhadap penurunan stres pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan penurunan tingkat stress pada lansia ($P = 0,000$) setelah mendengarkan Shalawat di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda.

Sholawat nabi merupakan terapi yang efektif untuk dapat diterapkan oleh perawat di mana dalam terapi sholawat nabi terdapat unsur suara manusia yang sangat mempengaruhi dalam proses pengaktifan hormon endofin secara alami, serta hormon endofin tersebut berfungsi untuk memberikan rasa rileks dan mengurangi rasa tingkat kecemasan. Sehingga terapi sholawat nabi dapat diaplikasikan dalam dunia kesehatan terlebih untuk lansia yang mengalami kecemasan dikarenakan terapi sholawat nabi tidak memberikan efek samping. Lantunan sholawat nabi secara fisik mengandung unsur suara manusia, sedangkan suara manusia merupakan instrumen penyembuhan

yang menakjubkan dan alat yang paling mudah dijangkau. Hal ini dapat menurunkan hormon-hormon stress, mengaktifkan hormon endofin alami, meningkatkan perasaan rileks dan mengalihkan perhatian dari rasa takut, cemas dan tegang, memperbaiki sistem kimia tubuh sehingga menurunkan tekanan darah serta memperlambat pernafasan, detak jantung, denyut jantung, denyut nadi, dan aktivitas gelombang otak. Laju pernafasan yang lebih dalam atau lambat tersebut sangat baik menimbulkan ketenangan, kendali emosi, pemikiran yang lebih dalam dan metabolisme yang lebih baik (Ajmain et.,al 2024).

Berbeda dengan penelitian diatas, penelitian yang dilakukan oleh Jamilah & Meylia (2024) menyatakan hasil penelitian univariat menunjukkan bahwa kecemasan ibu bersalin sebelum operasi sectio caesarea sebelum dan sesudah terapi murrotal Qur'an menurun dengan selisih nilai rata-rata 13,08, dan kecemasan ibu bersalin sebelum dan sesudah mendengarkan sholawat menurun dengan selisih nilai rata-rata 14,08. Hasil uji T-Test independen dengan p value 0,862. Tidak ada bukti bahwa murotal Qur'an dan sholawat mempengaruhi tingkat kecemasan ibu hamil dengan preeklampsia.

KESIMPULAN

1. Ada perbedaan yang signifikan terhadap tingkat kecemasan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan nilai 0.000 ($p < 0,05$).
2. Ada Pengaruh Terapi Shalawat Terhadap Tingkat Kecemasan Pada

Lansia di Desa Pengadangan dengan nilai 0.000 ($p < 0,05$).

SARAN

1. Bagi lansia
Lansia disarankan untuk rutin melakukan terapi shalawat sebagai metode relaksasi guna mengurangi kecemasan dan menjaga stabilitas tekanan darah.
2. Bagi peneliti
Penelitian selanjutnya dapat memperluas cakupan sampel, menggunakan metode yang lebih variatif, serta meneliti durasi dan efektivitas terapi shalawat secara lebih mendalam.
3. Bagi instansi
Puskesmas, rumah sakit, dan panti jompo dapat mengintegrasikan terapi shalawat sebagai metode komplementer dalam program kesehatan mental lansia.
4. Bagi peneliti selanjutnya
Diharapkan ada penelitian lebih lanjut yang membandingkan efektivitas terapi shalawat dengan terapi relaksasi lain, seperti meditasi, untuk melihat manfaatnya secara lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Ajmain, Amma H, Nurhayati N, Ngetwadi. (2024). *Pengaruh terapi sholawat nabi terhadap tingkat stres pada lansia*. 8, 3434–3442.
- Dewi, W. E. K. (2021). *Terapi Musik Islami melalui Shalawat Thibbil Quluub untuk Mengatasi Kecemasan Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya*. UIN Sunan Ampel.
- Dinda F. M., Mamang B., Siti Ruqayyah, &

- Rusmiatik. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik Dan Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pra-Lansia Di Rsud Dr. R. Soedjono Selong - Lombok Timur. *Nusantara Hasana Journal*, 2(10), 67–75. <https://doi.org/10.59003/nhj.v2i10.801>
- Ghifari, R. (2020) Shalawat Untuk Jiwa. Jakarta: Transmedia Pusaka
- Irwansyah, Sulaeman, R., & Sukmawati. (2021). Karakteristik Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Dasan Agung Kota Mataram Tahun 2018. *Open Journal Systems*, 16(1), 5989–5998.
- Jamilah, Meylia M. (2024). pemberian terapi murrotal qur'an dan shalawat terhadap kecemasan ibu bersalin sebelum operasi *sectio caesarea di rumah sakit bhakti mulia jakarta barat tahun 2024*. 9, 1745–1753.
- Karina, Y., Yudono, D. T., & Suandika, M. (2024). 2024 *Madani : Jurnal Ilmiah Multidisiplin Pengaruh Sholawat Nariyah dan Sya'ir Abu Nawas Terhadap Kecemasan Pada Pasien Sectio Caesarea Dengan Spinal Anestesi di RSUD dr. R. Goeteng 2024 Madani : Jurnal Ilmiah Multidisiplin*. 2(9), 102–110.
- Lestari, S. P., Nurhayati, S., & Aprilani, W. (2023). Efektifitas terapi musik shalawat dalam menurunkan tingkat kecemasan lansia di kota semarang. *Jurnal Keperawatan Jiwa: Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, <https://doi.org/https://doi.org/10.26714/jkj.11.3.2023.755-762>
- Nadhifa, F., Faridah, V. N., & Pramestirini, R. A. (2024). Pengaruh Terapi Promushol (Progressive Muscle Relaxation Dan Musik Sholawat) Terhadap Tingkat Kecemasan Dan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Di Desa Mojopurogede Kecamatan Bungah Kabupaten Gresik. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 10(2), 370–380. <https://doi.org/10.33023/jikep.v10i2.2113>
- Nirmala, M. H., Priambodo, N. G., Kep, M., Panji, N. L. M., & Kep, M. (2024). Program studi keperawatan program sarjana universitas kusuma husada surakarta pengaruh senam tera terhadap tingkat kecemasan aisyiyah surakarta *undergraduate degree in nursing study program faculty of health sciences the effect of tera gymnastic on the an*. 48.
- Nisa, A., & Pradana, R. (2023). *Efektivitas Penerapan Terapi Shalawat Nabi terhadap Ketenangan Jiwa: Studi Kasus di Kampung Cikaduen, Pandeglang*. UIN Banten.
- Nofiah, N., Arofiati, F., & Primanda, Y. (2019). Pengaruh Mendengarkan Dan Membaca Sholawat Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Post Op Orif Di Rsud Ngudi Waluyo Wlingi. *Dinamika Kesehatan Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 10(1), 293–302. <https://doi.org/10.33859/dksm.v10i1.415>
- Rantesigi, N. (2024). penerapan massage kaki kombinasi relaksasi napas dalam terhadap kecemasan pada asuhan keperawatan pasien hipertensi Nirva. *Juornal of Telenursing*, 6(1), 37–48.
- Siringoringo, E., Panrita, S., & Bulukumba, H. (2024). hubungan gaya hidup dengan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di wilayah pesisir desa bontosunggu selayar. *Jurnal Kesehatan Panrita Husada*, 9(2).
- Suwanti, T., Silawati, V., & Carolin, B. T. (2022). Perbandingan Terapi Murottal Dengan Musik Klasik Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Sectio Cesarea. *Menara Medika*, 5(1).

<https://doi.org/https://doi.org/10.31869/mm.v5i1.3488>

Sudirman dan Amalia, N. (2020) 'Pengaruh Mendengarkan Terapy Shalawat Terhadap Penurunan Stress Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda', Borneo Student Research, 1(2), Hal. 1210–1214

WHO, W. H. (2023). "Hypertension,". Jurnal praktik keperawatan komunitas pedesaan, 247-262

PERPUSTAKAAN
STIKES HAMZAR LOMBOK TIMUR