

Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bandung

Program Studi Diploma III Keperawatan Bogor

Muthi'ah Suci Halimah  
P17320320066

Penerapan Terapi Murottal dalam Mengatasi Kecemasan Akademik pada Remaja di SMK Analis Kimia Nusa Bangsa Bogor

i-xiv + 51 Halaman, V BAB, 9 Tabel, 9 Lampiran

## ABSTRAK

**Latar Belakang** Remaja berada dalam masa peralihan dari masa kanak-kanak untuk menjadi dewasa. Secara fisik remaja dapat dikatakan sudah matang tetapi secara psikis atau kejiwaan belum matang. Hal tersebut menyebabkan remaja dapat mengalami berbagai masalah, salah satunya adalah kecemasan akademik. Kecemasan akademik merupakan salah satu bentuk *state anxiety* yang memiliki hubungan dengan lingkungan akademik, seperti sekolah, guru, mata pelajaran, ujian, dan lain sebagainya. Salah satu bentuk intervensi yang mulai dikembangkan untuk mengatasi atau menurunkan tingkat kecemasan akademik adalah dengan menggunakan terapi murottal Al-Qur'an. **Tujuan** Untuk mengetahui gambaran penerapan terapi murottal dalam mengatasi kecemasan akademik pada remaja di SMK Analis Kimia Nusa Bangsa Bogor. **Metode** Menggunakan penelitian studi kasus dengan metode penelitian deskriptif. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *non probability sampling* melalui pendekatan *purposive sampling*, dengan melakukan skrining pada remaja kelas 11 melalui kuesioner HARS, didapatkan sampel sebanyak 5 responden. **Hasil** Terdapat penurunan tingkat kecemasan akademik pada kelima responden, sebelum dilakukan terapi murottal ketiga responden mengalami kecemasan berat dan dua responden mengalami kecemasan sedang. Setelah dilakukan terapi murottal kelima responden berada pada tingkat kecemasan ringan. **Kesimpulan** Penerapan terapi murottal terbukti dapat menurunkan tingkat kecemasan akademik pada remaja di SMK Analis Kimia Nusa Bangsa Bogor. **Rekomendasi** Diharapkan terapi murottal dapat menjadi salah satu rekomendasi terapi untuk mengurangi tingkat kecemasan akademik pada remaja.

**Kata Kunci** : Remaja, kecemasan akademik, terapi murottal

**Daftar Pustaka** : 18 Sumber (2014-2022)

Health Polytechnic of the Ministry of Health Bandung  
Diploma III Nursing Study Program Bogor

Muthi'ah Suci Halimah  
P17320320066

Application of Murottal Therapy in Overcoming Academic Anxiety in Adolescents  
at SMK Analis Kimia Nusa Bangsa Bogor

i-xiv + 51 Pages, V CHAPTER, 9 Tables, 9 Attachments

## ABSTRACT

**Background** Adolescents are in transition from childhood to adulthood. Physically, adolescents can be said to be mature but psychologically or psychiatrically immature. This causes adolescents to experience various problems, one of which is academic anxiety. Academic anxiety is a form of state anxiety that has a relationship with the academic environment, such as school. It has a relationship with the academic environment, such as school, teachers, subjects, exams, and so on. One form of intervention that has begun to be developed to overcome or reduce the level of academic anxiety is to use Qur'anic murottal therapy. **Objective** To determine the description of the application of murottal therapy in overcoming academic anxiety in adolescents at SMK Analis Kimia Nusa Bangsa Bogor. **Methods** Using case study research with descriptive research methods. The sampling technique used was non probability sampling through a purposive sampling approach, by screening 11th grade adolescents through the HARS questionnaire, a sample of 5 respondents was obtained. **Results** There was a decrease in the level of academic anxiety in the five respondents, before murottal therapy, three respondents experienced severe anxiety and two respondents experienced moderate anxiety. After murottal therapy, the five respondents were at a mild level of anxiety. **Conclusion** The application of murottal therapy is proven to reduce the level of academic anxiety in adolescents at SMK Analis Kimia Nusa Bangsa Bogor. **Recommendations** It is hoped that murottal therapy can be one of the recommendations for therapy to reduce the level of academic anxiety in adolescents.

**Keywords :** Adolescents, academic anxiety, murottal therapy

**Bibliography :** 18 Sources (2014-2022)