

PENGARUH ZIKIR QALBU TERHADAP SKOR DASS-21 (*DEPRESSION ANXIETY STRESS SCALE-21*) MAHASISWA TAHUN KETIGA PROFESI DOKTER FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS ANDALAS



Skripsi

Diajukan ke Fakultas Kedokteran Universitas Andalas sebagai
Pemenuhan Salah Satu Syarat untuk Mendapatkan
Gelar Sarjana Kedokteran

Oleh:

SALMA NABILAPUTRI NADIASKARA

NIM: 1610312010

Pembimbing:

1. Dr. dr. Etriyel, MYH, Sp.U
2. dr. Ennesta Asri, Sp.KK

FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG

2019

ABSTRACT

THE EFFECT OF ZIKR QALBU ON DASS-21 (DEPRESSION ANXIETY STRESS SCALE-21) SCORE IN THIRD-YEAR MEDICAL STUDENTS OF FACULTY OF MEDICINE OF ANDALAS UNIVERSITY

By
Salma Nabilaputri Nadiaskara

Medical education is the most favorite major in college in Indonesia because medical doctor is associated with great career and financial in the future and wants to help people in health. Medical education is associated with stressful environment for medical students. Third-year medical students have intense and massive competition, accompanied by decrease of support from their friends. Excessive stress can impact to decrease of self-esteem, sleep disorder, difficult to solving problems, increase desire to consume alcohol and drugs, decrease of concentration and motivation to learn, increase anxiety and depression. Holistic management for depression, anxiety, and stress cannot separated from the spiritual aspect. Islam has recommend zikr or remembrance of Allah to achieve peace of heart. Anxiety, worry, and restlessness are manifestations of heart that neglects to remember God.

The study was conducted at the Faculty of Medicine of Andalas University at October 2019. The purpose was to determine the effect of zikr qalbu on DASS-21 score in third-year medical students. The type of research is a quasi-experimental design with pretest-posttest with control group. The experimental group will be trained to do ventilation and zikr qalbu, while the control group will be trained to do ventilation only for 7 days. Sampling was done by consecutive sampling technique with 26 subjects each group.

The results of the analysis showed a significant difference in comparison the mean of DASS-21 score between the experimental group and the control group ($p=0,000$), and also between the pretest and posttest score in experimental group ($p=0,000$).

The conclusion of this study is zikr qalbu was proven that it has effects on decreasing the DASS-21 score in third-year medical students.

Key words: Anxiety, DASS-21, Depression, Stress, Zikr Qalbu

ABSTRAK

PENGARUH ZIKIR QALBU TERHADAP SKOR DASS-21 (*DEPRESSION ANXIETY STRESS SCALE-21*) MAHASISWA TAHUN KETIGA PROFESI DOKTER FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS ANDALAS

Oleh
Salma Nabilaputri Nadiaskara

Pendidikan dokter adalah jurusan yang paling diminati di Indonesia karena menjadi dokter dinilai dapat memiliki karir dan penghasilan yang cemerlang di masa depan, dan merupakan cita-cita sejak kecil ingin membantu orang lain. Pendidikan kedokteran selalu dikaitkan dengan lingkungan yang penuh stresor bagi mahasiswa. Mahasiswa tahun ketiga mengalami persaingan yang ketat dan masif disertai menurunnya dukungan dari teman-temannya. Stres yang berlebihan dapat berdampak pada penurunan rasa penghargaan diri sendiri, gangguan tidur, kesulitan memecahkan masalah, keinginan konsumsi alkohol dan obat-obatan, penurunan kepedulian dengan lingkungan, penurunan konsentrasi dan motivasi belajar, peningkatan ansietas, dan depresi. Tatalaksana depresi, ansietas, dan stres secara holistik, tidak lepas dari aspek spiritual. Dalam islam, diajarkan untuk zikir atau mengingat Allah untuk mencapai ketentraman hati. Kecemasan, kekhawatiran, dan kegelisahan, merupakan manifestasi dari qalbu yang lalai mengingat Allah.

Penelitian dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Andalas pada Oktober 2019. Tujuannya untuk mengetahui pengaruh zikir qalbu terhadap skor DASS-21 mahasiswa tahun ketiga Profesi Dokter. Jenis penelitian ini adalah kuasi-eksperimental dengan desain *pretest-posttest with control group*. Kelompok perlakuan akan dilatih melakukan ventilasi dan zikir qalbu, sedangkan kelompok kontrol dilatih melakukan ventilasi saja selama 7 hari. Pengambilan subjek dengan teknik *consecutive sampling* dengan jumlah subjek 26 orang per kelompok.

Hasil analisis bivariat menunjukkan terdapat perbedaan yang bermakna antara rerata skor DASS-21 kelompok perlakuan dan kelompok kontrol ($p=0,000$), juga antara *pretest* dan *posttest* pada kelompok perlakuan ($p=0,000$).

Kesimpulan penelitian ini adalah zikir qalbu terbukti berpengaruh menurunkan skor DASS-21 pada mahasiswa tahun ketiga Profesi Dokter.

Kata kunci: *Ansietas, DASS-21, Depresi, Stres, Zikir Qalbu*