

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Manurut Widodo & Aniroh (2013) lanjut usia adalah orang yang berumur lebih dari 60 tahun, baik itu laki-laki ataupun perempuan yang tetap produktif melakukan pekerjaan serta beraktivitas atau mereka yang sudah tidak sanggup untuk mencari nafkah dan beraktivitas. Lanjut usia bisa dikatakan sebagai penurunan pertahanan tubuh, kesehatan tubuh di usia lanjut biasanya melemah, meningkatnya kerentanan terhadap berbagai penyakit yang muncul, perubahan dilingkungan masyarakat juga menurun, perubahan pada tubuh orang yang lanjut usia. Lansia bukan sesuatu penyakit, namun hanya tahapan usia dari tingkat anak-anak tingkat remaja, tingkat dewasa dan beranjak ke tingkat manula atau lansia. Orang yang sudah lanjut usia biasanya mengalami ketahanan tubuh yang kurang, sikap emosionalnya tidak terkontrol, ingatan mulai menurun, dan pendengaran sangat jauh.

Sedangkan menurut Sincihu & Yola (2018) lanjut usia terjadi proses penuaan pada seluruh anggota badan, tetapi tidak terjadi dalam waktu yang bersamaan. Pergantian pada lanjut usia bisa diamati dari bidang fisik, psikologis serta psikososial. Permasalahan raga yang kerap ditemui pada lanjut usia yang penurunan peran anggota badan, sebaliknya permasalahan psikologis ialah tindakan yang terus menjadi egosentrik, yaitu mudah berprasangka, meningkat produktifitas dalam pekerjaan karena mengalami pensiun. Lansia tidak mampu beradaptasi terhadap perubahan fisik, mental dan psikososial dapat berdampak timbulnya permasalahan kejiwaan diantaranya kecemasan, depresi, insomnia, dan paranoid. Kecemasan ialah sesuatu situasi dimana seorang merasa tidak aman, ataupun khawatir hal ini sebagai suatu wujud reaksi kepada sesuatu yang sedang dirasakannya.

Menurut Bantanie (2019) Dzikir asmaul husna *ya rahman ya rahim* yang artinya Maha Pengasih dan Maha Penyayang, bisa dipahami bahwa Allah yang memberikan kasih sayang kepada semua makhluk nya, yang memberikan ketenangan dan ketentraman hati, menghindarkan dari perasaan gelisah, kecemasan dan terus menerus tertekan, karena Allah akan selalu memberikan kasih sayang kepada hamba-hamba-Nya yang beriman dan beramal sholeh.

Nida (2014) kecemasan yang dialami lansia pada umumnya terjadi karena faktor keluarga yang tidak mengurusnya, faktor lingkungan yang mengasingkannya, dan faktor ekonomi yang tidak stabil. Maka akan muncul sikap yang cenderung mudah merenung, menyendiri, melamun, emosionalnya tinggi. Kecemasan yang dialami lansia bila tidak ditangani dengan bagus hingga hendak terjalin gangguan mental yang berlebih, maka dengan dzikir dapat membantu lansia yang sedang mengalami gangguan kecemasan tujuannya agar dapat menenangkan hati, merelaksasikan diri, agar dekat dengan Allah SWT dan tidak mudah putus asa. Dalam jenjang kemajuan lanjut usia banyak mengakibatkan kasus yang dialami oleh orang terpaut pergantian yang kilat dalam seluruh pandangan kehidupan lanjut usia, misalnya menyusutnya keahlian raga yang berakibat pada pergantian kejiwaan, sosial serta ekonomi. Pergantian itu mengundang ketegangan kejiwaan untuk orang yang merasa tidak sedia buat menempuh kehidupan dalam bumi lanjut usia alhasil timbul perasaan pilu, tertekan, kesepian, terasingkan serta putus asa, yang terkumpul jadi kendala keresahan.

Menurut Budiyanto, Ma'rifah, & Susanti, (2015) Secara fisiologis, terapi spiritual dengan dzikir atau mengingat asma Allah Swt, akan menyebabkan otak bekerja, setelah otak memproduksi zat tersebut, maka zat ini akan menyangkut dan menyerap didalam tubuh yang kemudian akan memberi umpan balik berupa kenikmatan atau kenyamanan. Kelebihan dari pengobatan dzikir ialah memiliki kemampuan spiritual kerohanian yang membangkitkan rasa percaya diri serta memiliki harapan untuk kepulihan, dimana dua rasa ini ialah dua perihal yang

sangat berhubungan untuk penyembuhan suatu penyakit, selain penyembuhan melalui obat-obatan serta aksi kedokteran. Di dalam Al-Qur'an banyak ditemui ayat-ayat yang berkaitan dengan dinamika kebatinan orang dengan cara filosofi bisa dijadikan bawah referensi dalam psikoterapi buat menanggulangi kendala keresahan. Al-Qur'an membagikan pemecahan untuk jiwa yang lagi takut buat memperoleh kenyamanan, baik melewati bacaan ataupun catatan dalam al-qur'an. Psikoterapi pula penyembuhan jiwa dengan metode kejiwaan ataupun aplikasi metode spesial tercantum pendekatan pengarahannya pada pengobatan penyakit psikologis, ataupun bisa dilakukan penyembuhan melalui pakar, guru ataupun para ustadz.

Masalah pada lansia sering muncul karena faktor fisik, material, psikologis yang tidak setabil, maka ketika masa muda tidak menyiapkan bekal untuk menghadapi masa tuanya, oleh karena itu ketika menghadapi kehidupan di masa tua mereka mempunyai bekal yang sudah disiapkan pada masa mudanya baik itu material, ataupun fisiknya, maka permasalahan yang muncul di desa Mertapada Wetan lansia mudah merasa cemas karena faktor material secara tidak langsung belum terpenuhi, dan sikap emosional kadang berubah ubah. Maka dengan membaca dzikir asmaul husna mampu mengurangi rasa cemas menurut para lansia.

Berdasarkan observasi kepada lansia di desa Mertapada Wetan yang dilakukan selama satu bulan, peneliti melihat bahwa lansia yang mengamalkan dzikir asmaul husna *ya rahman ya rahim* mampu menurunkan kecemasan, sehingga peneliti tertarik untuk mengkaji lebih dalam mengenai faktor, suasana hati dan pikiran, dan waktu kegiatan untuk membaca dzikir. Oleh karena itu, peneliti akan melakukan penelitian berbentuk skripsi yang berjudul **“Manfaat Dzikir Asmaul Husna Ya Rahman Ya Rahim Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Lansia Di Desa Mertapada Wetan”**.

## B. Permasalahan Penelitian

### 1. Identifikasi Masalah

Permasalahan dalam penelitian ini bisa diidentifikasi berdasarkan latar belakang di atas sebagai berikut :

- a. Banyak lansia memiliki kecemasan berlebih akibat kesulitan ekonomi dan menurun kemampuan fisik.
- b. Masalah yang muncul karena kecemasan yang tinggi di sebabkan kurangnya perhatian dari keluarga.
- c. Muncul kecemasan yang tinggi di akibatkan dari lingkungan yang tidak mendukung.
- d. Banyak faktor-faktor negatif yang muncul dari adanya kecemasan yang muncul
- e. Banyak manfaat yang dirasakan dari membaca dzikir asmaul usna *Ya Rahma Ya Rahim*

### 2. Pembatasan Masalah

Berdasarkan yang diuraikan dalam identifikasi masalah, maka peneliti memfokuskan dan menghindari pembatasan yang lebih luas, pembatasan yang peneliti tuju mengenai “Manfaat Dzikir Asmaul Husna *Ya Rahman Ya Rahim* Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Lansia Di Desa Mertapada Wetan”.

### 3. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah ini dengan bentuk pertanyaan, yaitu :

- a. Bagaimana tingkat kecemasan yang dialami lansia di Desa Mertapada Wetan ?
- b. Apa saja faktor penyebab munculnya kecemasan pada lansia di desa Mertapada Wetan ?

- c. Bagaimana manfaat membaca dzikir asmaul husna *ya rahman ya rahim* menurut Lansia di desa Mertapada Wetan dalam menurunkan tingkat kecemasan ?

### C. Tujuan Penelitian

Tujuan umum penelitian ini untuk menggambarkan atau untuk menjelaskan bahwa dzikir asmaul husna *ya rahman ya rahim* ini memiliki pengaruh yang baik dalam mengatasi kecemasan pada lansia, dan dapat memberikan manfaat baik secara psikis maupun fisiknya.

Adapun tujuan secara khusus penelitian ini yaitu:

1. Untuk mengetahui tingkat kecemasan yang dialami lansia.
2. Untuk memahami faktor penyebab munculnya kecemasan pada lansia.
3. Untuk mengetahui manfaat membaca dzikir asmaul husna *ya rahman ya Rahim*.

### D. Manfaat/Kegunaan Penelitian

Harapan peneliti pada penelitian ini yaitu bisa berguna untuk beberapa pihak yang terkait. Ada pula manfaat riset ini yakni :

1. Manfaat Teoritis

Beberapa kegunaan dari penelitian ini secara teoritis yaitu:

- a. Penelitian ini dapat memperluas keilmuan khususnya mata kuliah di jurusan Bimbingan Konseling Islam.
- b. Memberi ilmu baru dan pengetahuan baru bagi keilmuan penyuluh mengenai manfaat dzikir asmaul husna *ya rahman yarahim* dalam menurunkan tingkat kecemasan lansia di lingkungan masyarakat ataupun di lingkungan keluarga.



## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi Peneliti

Mendapatkan pemahaman dan juga pengetahuan yang lebih mendalam mengenai manfaat dzikir asmaul husna *ya Rahman ya Rahim* dalam menurunkan tingkat kecemasan lansia.


### b. Bagi Pembaca

Harapan dari hasil penelitian ini bisa bermanfaat bagi yang membaca dalam manfaat dzikir asmaul husna *ya Rahman ya Rahim* dalam menurunkan tingkat kecemasan lansia.

## E. Kerangka Teori

### 1. Tinjauan Tentang Lansia

#### a. Pengertian Lansia



Menurut Wahyudi (2014) lanjut usia merupakan seorang yang sudah merambah jenjang akhir dari tahap kehidupan. Golongan yang tercantum lanjut usia hendak hadapi sesuatu cara yang disebut *Aging Proses* ataupun cara penuaan. Sedangkan menurut Kholifah (2016) menua merupakan sesuatu kondisi yang terjal di dalam kehidupan orang. Cara menua ialah cara selama hidup, tidak cuma diawali dari sesuatu waktu khusus, namun diawali semenjak permulaan kehidupan. Jadi berumur ialah cara alami yang berarti seorang sudah lewat tiga langkah kehidupan ialah masa anak-anak, masa dewasa, serta masa lansia.

Sedangkan menurut Widodo & Aniroh (2013) Lanjut usia ialah seorang yang berumur 60 tahun ke atas baik pria ataupun perempuan, baik ada yang masih bekerja ataupun sudah tidak sanggup untuk bekerja, lanjut usia bisa dikatakan sebagai penurunan pertahanan tubuh, kesehatan menurun,

fisik melemah dan mudah terkena penyakit. Lanjut usia bukan sesuatu penyakit melainkan perkembangan dalam hidup dari masa anak-anak, remaja, dewasa hingga masa tua, dimana pada perkembangan lansia berubahnya suatu fisik, dan pertahanan tubuh menjadi melemah.

b. Perubahan-perubahan Pada Lansia

Menurut Azizah dan Lilik (dalam Kholifah, 2016) bertumbuhnya usia individu maka semakin mengalami proses penuaan atau masa akhir dari perkembangan dari masa bayi, anak-anak, dewasa, sampai masa lanjut usia ataupun berumur, dengan cara *degenerative* yang hendak berakibat pada perubahan-perubahan pada diri orang, tidak cuma pergantian raga, namun pula perubahan kognitif, mental, dan spiritual..

Perubahan yang pertama pada fisik yakni sistem indra, sistem indra pendengaran biasanya disebabkan karena hilangnya daya pendengaran pada gendang telinga dalam, yang paling utama pada suara-suara ataupun nada-nada yang besar, menyebabkan suara yang tidak jelas, aspek ini 50% terjalin pada umur diatas 60 tahun.

Perubahan yang kedua pada kognitif biasanya mengalami penurunan pada daya ingatan, *Intelligent Quotient* (IQ), kemampuan pemahaman, memecahkan permasalahannya sendiri, dan motivasi yang rendah. Perubahan yang ketiga pada mental faktor yang mempengaruhi perubahan mental diantaranya, tingkat emosionalnya yang tinggi, faktor keturunan, dan lingkungannya.

Terakhir perubahan pada spiritual atau kepercayaan, merupakan suatu hal yang sakral dalam kehidupannya, agama sangat penting bagi pondasi kehidupan manusia, jika orang tersebut tidak beragama maka kehidupan yang dialami tidak berguna bagi dirinya, tujuan utama manusia diciptakan hanya menyembah kepada Tuhan yang dipercayainya. Maka pada masa lansia orang yang taat dalam beragama sangat di harapkan karena semasa hidupnya mereka tidak terlalu memikirkan agama, hanya memikirkan

dunianya, tetapi jika sudah memasuki masa tua biasanya mereka taat dalam beribadah karena ingat akan kematian.

## 2. Tinjauan Tentang Tingkat Kecemasan

### 1. Pengertian tingkat Kecemasan

Menurut WHO (2013), tingkat kecemasan merupakan gangguan psikologis terbesar ketiga yang diperkirakan terjadi pada 5% penduduk di dunia. Kecemasan seringkali tidak terdeteksi pada lanjut usia karena dianggap sebagai akibat dari proses penuaan dan penyakit kronis yang dialami oleh lanjut usia. Menurut penelitian yang dilakukan Pracheth *et al* (2013) di India, memberikan hasil bahwa dari 218 lanjut usia yang diteliti, terdapat 64 orang (29, 36%) yang mengalami kecemasan.

### 2. Aspek-Aspek Kecemasan

Menurut Thorson & Powell, aspek-aspek kecemasan tentang kematian dibagi menjadi empat yaitu :

- a) Kecemasan terhadap ketidakpastian yang berhubungan dengan kematian. Aspek kecemasan menghadapi kematian yang berupa adanya perasaan cemas yang berkaitan dengan ketidakpastian kondisi setelah kematian, baik dari sisi orang yang meninggal maupun bentuk kehidupan setelah kematian.
- b) Ketakutan akan rasa sakit. Aspek kecemasan menghadapi kematian yang berupa perasaan cemas dan takut terhadap rasa sakit yang sangat yang berhubungan dengan kematian, misalnya rasa sakit ketika operasi, rasa sakit penyakit yang tidak biasa atau sakit kronis.
- c) Ketakutan terhadap proses sekarat dalam kematian. Aspek kecemasan menghadapi kematian yang berupa adanya perasaan



takut dan cemas akan proses kematian yang berupa proses sekarat ketika nyawa dicabut dari jasad.

- d) Ketakutan terhadap pemakaman dan pembusukan. Aspek kecemasan menghadapi kematian yang berupa adanya rasa takut ketika mati, maka tubuh akan dikuburkan sehingga mengalami kesendirian dalam kubur dan proses pembusukan.

### 3. Faktor-faktor penyebab kecemasan

Safaria & Saputra, (2012) menerangkan faktor-faktor yang memunculkan keresahan, semacam wawasan yang dimiliki seorang hal suasana yang tengah dirasakan, apakah suasana itu mengancam ataupun tidak mengancam, dan adanya wawasan perihal keahlian diri buat mengatur dirinya. Menurut Ghufron & Risnawita, (2014), menyatakan ada dua aspek yang bisa memunculkan keresahan ialah, pengalaman negatif pada masa selanjutnya, karena tampaknya rasa takut balik pada masa anak-anak, ialah tampaknya rasa tidak menyenangkan dalam hal peristiwa yang bisa terulang kembali, kala orang itu mengalami suasana yang serupa, sehingga hendak memunculkan ketidaknyamanan karena muncul situasi yang membuat mereka menjadi cemas.

Adapun menurut Wihartati terdapat empat aspek yang pengaruhi kemajuan pola bawah yang membuktikan rasa takut ialah, yang awal pemicu lingkungan, lingkungan ataupun tempat tinggal dipengaruhi oleh metode berfikir mengenai diri sendiri serta orang lain. Perihal ini disebabkan terdapatnya pengalaman dengan anggota keluarga, dengan kawan serta teman kerjanya. Kecemasan akan muncul ketika kita merasa dilingkungan sekitar tidak aman, yang kedua penyebab emosional, keresahan bisa terjalin bila diri kitanya tidak sanggup menciptakan jalan keluar buat perasaan dalam ikatan perorangan. Perihal ini hendak terjalin bila kita menekan rasa marah ataupun kekecewaan dalam waktu yang lama.

#### 4. Manfaat Dzikir Asmaul Husna

Menurut Ust. Fadli Ramadhan (2019) “*Asma*” berarti nama dan “*Husna*” berarti yang baik atau indah, jadi Asmaul Husna adalah nama milik Allah yang baik lagi indah. Setiap nama Allah Swt pasti mengandung sifat yang berkaitan dengan nama dan keluhuran Allah Swt. Dapat disimpulkan bahwa Dzikir Asmaul Husna berarti perbuatan lisan, dan hati (menyebut, menuturkan, mengatakan, mengingat, bertasbih dan mengagungkan) nama-nama baik atau sifat-sifat baik Allah Swt. Maka dengan berdzikir Asmaul Husna agar manusia mengetahui dan merasakan lebih dalam makna dan arti dari Asmaul Husna agar manusia merasa lebih dekat dengan sang pencipta Allah Swt.

Sedangkan menurut M. Quraish Shihab (dalam Hayatun, 2017) Secara bahasa Asmaul Husna terdiri dari dua suku kata *al asma* dan *al husna*. Kata *al asma* adalah bentuk jamak dari kata *al-ism* yang biasa diterjemahkan dengan "nama" atau *assimah* yang berarti tanda. Sedangkan *al-husna* adalah bentuk *muanats* atau *fminim* dari kata *ahsan* yang berarti terbaik. Jadi Asmaul Husna adalah nama-nama yang baik yang didasarkan pada sifat-sifat Allah SWT. Namun sifat-sifat tersebut bukanlah sifat yang sama dengan sifat manusia, karena Allah itu berbeda dan tidak serupa dengan manusia.

Menurut Al-Qahthani (dalam Febriyani, 2018). Asmaul Husna adalah bacaan dzikir dan doa yang sangat baik dan istimewa, karena selain bacaan yang sangat ringan dan mudah dicerna akal budi kita. Asmaul Husna juga menyimpan berbagai manfaat dan fadhilah yang teramat besar bagi hidup dan kehidupan kita. Tentang hal ini Nabi SAW. pernah memberikan penjelasan dengan bersabda:

*Allah memiliki sembilan puluh sembilan nama. Barang siapa yang mampu menghafalnya, niscaya dia akan masuk surga. Sesungguhnya Allah*

*itu ganjil (Esa pada dzat, sifat dan perbuatan-Nya serta tiada sekutu bagi-Nya) dan Dia menyukai pada yang ganjil. (HR. Al-Bukhari dan Muslim)*

Penggalan hadits di atas, menyatakan bahwa siapa yang bersedia mengamalkan membaca Asmaul Husna, maka Allah akan memasukkannya ke dalam surga-Nya. Lebih mendalam berkenaan dengan manfaat yang dapat kita peroleh dengan menjadikan Asmaul Husna sebagai bacaan dzikir dan do'a sehari-hari.

Sedangkan menurut Al Fandi (dalam Febriyani, 2018). Manfaat tersebut terbagi menjadi dua, yaitu:

- a. Mengamalkan membaca Asmaul Husna akan dapat mengantarkan kita untuk lebih mengenal atau ma'rifat kepada Allah SWT.
- b. Membaca Asmaul Husna akan memberikan pemahaman dan pengetahuan kepada kita tentang sifat-sifat Allah, sebab dari setiap asma<sup>66</sup> Allah tersebut menggambarkan tentang sifat-sifat yang mulia yang dimiliki oleh Allah.

#### **F. Penelitian Terdahulu**

1. Penelitian yang disusun oleh Dwi Trisanti yang berjudul "Pengaruh Dzikir Asmaul Husna terhadap Kesehatan Mental Santri (Studi Kasus di Pesantren Nasyiatul Banat Desa Ngagel Kec. Dukuhseti Kab. Pati)". Riset ini memakai jenis riset kualitatif riset permasalahan, yang diajukan untuk memenuhi ketentuan mendapatkan gelar sarjana dalam Ilmu Ushuluddin. Dalam riset ini merumuskan kalau kerutinan para santri dengan melaksanakan dzikir Asmaul Husna memiliki dampak pada kesehatan psikologis mereka, ini bisa diamati dari data-data dan kesimpulan dari observasi penulis, jika para santri sanggup menanggulangi rasa takut serta takut, sanggup menyesuaikan diri dengan lingkungan, dan sanggup mengatur emosionalnya, berupaya membersihkan batin dari gangguan-gangguan (penyakit-penyakit batin) semacam ujub, dan sombong.

Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian penulis adalah terletak pada objek penelitiannya. Dimana objek penelitiannya ini adalah Manfaat Dzikir Asmaul Husna terhadap Kesehatan Mental Santri. Sedangkan objek penelitian penulis adalah “Manfaat Dzikir Asmaul Husna *Ya Rahman Ya Rahim* Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Lansia Di Desa Mertapada Wetan”. Persamaan dalam penelitian ini yaitu metode penelitian kualitatif dan persamaan penelitian ini dengan penelitian penulis, terletak pada tujuannya sama-sama ingin mengetahui manfaat dengan membaca dzikir asmaul husna.

2. Penelitian yang disusun oleh Zulfa Nur Maratun Nafiah pada tahun 2019, yang berjudul “Bimbingan Rohani Melalui Dzikir Sebagai Upaya Mengatasi Kecemasan Menghadapi Kematian Pada Lansia di Panti Wreda Dharma Bhakti Surakarta”, yang menggunakan jenis penelitian deskriptif kualitatif yang mana penelitian ingin mendeskripsikan dan menjelaskan hasil penelitian yang terdapat di tempat penelitiannya. Subjek dan penelitian ini adalah pembimbing rohani islam dan para lansia yang tinggal di panti. Tujuan penelitian ini adalah agar para lansia dapat menumbuhkan tingkat spiritual mereka, salah satu caranya dengan diberikan bimbingan rohani dengan berdzikir, dan juga dengan bimbingan rohani menggunakan metode dzikir dapat menjadi penenang dan penentram hati khususnya bagi lansia, dalam kondisi apapun hati akan tenang engan berdzikir. Hasil dari penelitian ini yaitu dengan berdzikir mampu memberikan dampak yang positif kepada lansia, yakni menjadi lebih tenang jiwa dan rohaninya, lebih bersabar dan lebih siap dalam menghadapi kematian serta lansia dapat meraih masa depan dengan predikat khusnul khatimah. Persamaan penelitian di atas dengan penelitian yang saya ajukan, yaitu pada objek penelitiannya kepada lansia. Sedangkan perbedaan pada penelitian ini adalah pada metode penelitiannya jika di dalam



penelitian tersebut menggunakan kualitatif, jika penelitian saya menggunakan kuantitatif.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian penulis terletak pada objek penelitian. Dimana objek penelitian ini berjudul Bimbingan Rohani Melalui Dzikir Sebagai Upaya Mengatasi Kecemasan Menghadapi Kematian Pada Lansia di Panti Wreda Dharma Bhakti Surakarta. Sedangkan objek penelitian penulis adalah “Manfaat Dzikir Asmaul Husna *Ya Rahman Ya Rahim* Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Lansia Di Desa Mertapada Wetan”. Persamaan penelitian ini dengan peneliti penulis adalah terletak pada sama-sama membahas tentang teknik dzikir sebagai upaya untuk menurunkan/mengatasi tingkat kecemasan bagi lansia, dan persamaan lainnya yaitu pada metode penelitiannya dengan menggunakan pendekatan kualitatif.

3. Penelitian yang disusun oleh Yasri pada tahun 2010 yang berjudul “Hubungan antara Kualitas Dzikir dengan kecemasan (*anxiety*)”, yang menggunakan metode penelitian kuantitatif. Bahwasannya penelitian korelasi ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kualitas dzikir dengan kecemasan (*anxiety*) pada jamaah Salafy Masjid Umar Bin Khatab Rt 04/RW 01 kelurahan Delima Pekanbaru. Hipotesis yang ditunjukkan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikansi antara kualitas dzikir dengan kecemasan pada jamaah Salafy Masjid Umar Bin Khatab Rt 04/Rw 01 kelurahan Delima Pekanbaru yang diuji dengan menggunakan korelasi *product moment*. Hasil penelitiannya menyatakan bahwasannya terdapat hubungan antara kualitas dzikir dengan kecemasan pada jamaah Salafy Masjid Umar Bim Khatab kelurahan Delima Pekanbaru. Sebaliknya semakin buruk kualitas dzikir maka semakin tinggi tingkat kecemasan yang dialami oleh jamaah Salafy. Persamaan penelitian di atas dengan penelitain yang saya ajukan, yaitu pada metode penelitiannya menggunakan kuantitatif. Sedangkan



perbedaan pada penelitian ini adalah pada objek penelitiannya jika di dalam penelitian tersebut objek penelitiannya kepada para jamaah yang termasuk objek yang di teliti tidak memandang usia.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian penulis terletak pada objek penelitian. Dimana objek penelitian ini yang digunakan adalah Hubungan antara Kualitas Dzikir dengan kecemasan (*anxiety*). Sedangkan objek penelitian yang penulis gunakan adalah “Manfaat Dzikir Asmaul Husna *Ya Rahman Ya Rahim* Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Lansia Di Desa Mertapada Wetan”. Perbedaan dalam penelitian ini juga metode penelitian dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Persamaan penelitian ini dengan penelitian penulis terletak pada tujuannya sama-sama ingin mengetahui kualitas dari dzikir dapat mengatasi gangguan kecemasan.



**TABEL 1.1 PERSAMAAN DAN PERBEDAAN  
PENELITIAN TERDAHULU**

<b>JUDUL</b>	<b>PERSAMAAN</b>	<b>PERBEDAAN</b>
<p>Pengaruh Dzikir Asmaul Husna terhadap Kesehatan Mental Santri (Studi Kasus di Pesantren Nasyiatul Banat Desa Ngagel Kec. Dukuhseti Kab. Pati)</p>	<p>Kesehatan mental dari adanya pengaruh atau manfaat setelah membaca dzikir asmaul husna. menggunakan metode penelitian kualitatif</p>	<p>Objek kepada para santri, sedangkan peneliti kepada para lansia.</p>
<p>Bimbingan Rohani Melalui Dzikir Sebagai Upaya Mengatasi Kecemasan Menghadapi Kematian Pada Lansia di Panti Wreda Dharma Bhakti Surakarta</p>	<p>Dzikir sebagai upaya atau manfaat dari dzikir untuk mengatasi/menurunkan tingkat kecemasan. Objek penelitian lansia. Metode kualitatif</p>	<p>Cara bimbingan rohani, atau bimbingan spritualitas, sedangkan peneliti ingin mengetahui cara berdzikir itu dapat menurunkan tingkat kecemasan atau tidak</p>
<p>Hubungan antara Kualitas Dzikir dengan kecemasan (<i>anxiety</i>)</p>	<p>Kualitas atau manfaat dari membaca dzikir untuk menurunkan kecemasan.</p>	<p>Objek penelitian kepada seluruh jamaah, sedangkan peneliti kepada lansia. Metode penelitian kuantitatif, sedangkan peneliti menggunakan kualitatif.</p>

## G. Signifikansi Penelitian

Signifikansi penelitian ini secara teoritis bertujuan bisa memberikan informasi, bermanfaat bagi peneliti, bagi keilmuan psikoterapi mengenai manfaat dzikir asmaul husna *ya rahman ya rahim* dalam menurunkan tingkat kecemasan lansia dilingkungan masyarakat ataupun dilingkungan keluarga. Penelitian ini dapat bermanfaat untuk menjadikan masukan untuk para psikoterapi terutama bagi lansia-lansia yang mengalami gangguan kecemasan, agar dapat mengoptimalkan dalam proses teknik psikoterapi untuk lansia. Penelitian ini bermanfaat bukan hanya untuk lansia saja, penelitian ini sangat berpengaruh kepada orang tua, dan anak-anak, membaca dzikir asmaul husna dapat memberi manfaat bagi yang membacanya.

## H. Metode Penelitian

### 1. Metode dan Pendekatan Penelitian

Menurut Saharsaputra (2012) metode penelitian yang dipakai dalam penelitian ini merupakan metode riset kualitatif, dengan pendekatan yang dipakai dalam penelitian ini ialah pendekatan deskriptif. Penelitian kualitatif ataupun *naturalistic inquiry* merupakan metode penelitian yang menciptakan informasi deskriptif berbentuk kata-kata tertulis ataupun perkataan dari banyak orang yang bisa dicermati. Berdasarkan judul yang diambil yaitu tentang “Manfaat Dzikir Asmaul Husna *Ya Rahma Ya Rahim* Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Lansia Di Desa Mertapada Wetan”. Penelitian ini memakai pendekatan lapangan yang bersifat deskriptif kualitatif. Sedangkan menurut Berutu (2019) deskriptif kualitatif ialah informasi yang diperoleh dari cerita kata-kata atau kalimat perkataan yang tercatat ataupun mengarah pada tujuan penelitian semacam tertuang pada fokus riset yang sudah ditentukan. Alasan peneliti memakai metode ini sebab peneliti ingin mendeskripsikan mengenai manfaat dari membaca dzikir asmaul husna, dengan memberikan bacaan dzikir asmaul

husna ya *Rahman* ya *Rahim* dan mengetahui manfaat dari membaca dzikir asmaul husna yang diberikan oleh peneliti sendiri di desa Mertapada Wetan.

## 2. Tempat dan waktu Penelitian

### a. Tempat Penelitian

Tempat merupakan lokasi yang digunakan untuk sebuah penelitian, dalam penelitian ini peneliti mengambil lokasi di Desa Mertapada Wetan Blok Pon I RT/RW 001/004, Kec. Astanajapura Kab. Cirebon.

### b. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan, September 2022 sampai Desember 2022

## 3. Penentuan Sumber Informasi/Informan

Rahmayani (2015) pangkal data merupakan seluruh suatu yang jadi perantara dalam mengantarkan data, alat data, untuk berkomunikasi, pangkal data bisa didapat lewat alat cetak (pesan berita, majalah), alat elektronik (televise, radio internet), serta lewat aktivitas daya kesehatan semacam pelatihan yang diadakan. Data yang di dapat dari sebagian pangkal hendak dipengaruhi tingkatan dari wawasan seorang.

### a. Sumber Data Primer

Anwar (2018) berpendapat bahwa pangkal informasi pokok/primer merupakan informasi yang didapat dengan cara langsung dari poin riset dengan perlengkapan pengumpulan data dari sumber pertama secara langsung oleh informan. Informan dalam riset ini yakni orang yang sudah lanjut usia.

#### b. Sumber Data Sekunder

Anwar (2018) pangkal informasi inferior/sekunder merupakan pengumpulan informasi informasi oleh periset dengan cara tidak langsung dari sumber pertama sebagai penunjang, bisa juga dinyatakan sebagai susunan data yang berbentuk dokumen.

Sumber data sekunder (pendukung) dalam riset ini merupakan buku- buku, yang relevan, harian riset, serta artikel hasil penelitian yang terkait manfaat dzikir terhadap kecemasan. Sumber informasi dalam riset ini merupakan orang yang sudah lansia baik itu laki-laki atau perempuan yang menjadi informan dalam penelitian ini.

#### 4. Unit Analisis

Siddiq & Hamidi (2015) berpendapat bahwa unit analisa merupakan satu subjek yang diawasi, berhubungan dengan barang, orang, golongan, selaku subjek penelitian. Bagian analisa dapat jadi salah satu pilihan dalam melaksanakan riset. Pada sesuatu penelitian buat memastikan sesuatu bagian analisa sangat dibutuhkan. Unit analisis dalam penelitian ini adalah manfaat membaca dzikir asmaul husna untuk merendahkan tingkatan keresahan bagi lansia. Dalam penelitian peneliti menganalisis manfaat dari membaca dzikir untuk menurunkan tingkat kecemasan, dengan melalui pendekatan deskriptif peneliti mampu menganalisis dan memaparkan tentang manfaat membaca dzikir dan menganalisis dari para informan yang telah ditentukan.

#### 5. Teknik Pengumpulan Data

##### a. Observasi

Menurut Gunawan (2015) pemantauan ialah sesuatu metode pengumpulan informasi yang memakai riset dengan cara cermat, dengan menulis dengan cara sistematis. Penafsiran pemantauan yakni



menganalisis dengan cara sistematis tentang fenomena sosial dan gejala-gejala psikis melalui pengamatan dan pencatatan. Selanjutnya tujuan observasi adalah mengenai ciri-ciri dan luasnya signifikansi dari interelansinya elemen-elemen tingkah laku manusia pada fenomena sosial serba kompleks dalam pola-pola budaya tertentu.

b. Wawancara

Menurut Gunawan (2015) tanya jawab merupakan sesuatu obrolan yang ditunjukkan pada sesuatu permasalahan khusus, ini ialah cara pertanyaan jawab perkataan, dimana dua orang ataupun lebih berhadapan dengan cara langsung. Sedangkan menurut Sugiyono (2018) tanya jawab merupakan wujud komunikasi antara dua orang, mengaitkan seorang yang mau mendapatkan data dari seseorang yang lain dengan mengajukan pertanyaan-pertanyaan bersumber pada tujuan khusus. Riset ini memakai tanya jawab mendalam (tanya jawab tidak tertata). Tanya jawab secara umum merupakan cara mendapatkan penjelasan untuk tujuan riset dengan metode pertanyaan jawab serta tatap muka antara pewawancara dengan informan ataupun yang diwawancarai bermaksud untuk mendapatkan data khusus dari seluruh informan dengan menyesuaikan perkataan yang tepat dengan identitas informan.

Pewawancara merupakan orang yang memakai tata cara tanya jawab sekalian berperan selaku “atasan” dalam cara tanya jawab itu. Pewawancara pula berperan memastikan modul yang hendak diwawancarai serta kapan diawali dan diakhirinya. Tetapi, kadangkala data juga bisa memastikan kedudukannya dalam perihal kesepakatan mengenai kapan waktu tanya jawab dimulai dan dilakukan serta diakhiri, Pewawancara dalam riset ini ialah periset sendiri. Data merupakan orang yang diwawancarai serta dimohon data oleh pewawancara, atau data merupakan orang yang benar-benar memahami serta menguasai informasi,

data, atau kenyataan dari sesuatu subjek riset. Data dalam riset ini ialah lansia.

c. Dokumentasi

Dokumentasi disini mencakup modul (materi) semacam: fotografi, film, pesan, rekaman, berupa yang bisa dipakai untuk materi data, serta selaku bagian berawal dari pengamatan permasalahan yang ialah pangkal informasi utama berawal dari hasil pemantauan partisipasi dan tanya jawab yang mendalam. Sependapat menurut Ghony & Almanshur (2017) dokumen merupakan setiap bahan tertulis atau film yang tidak dipersiapkan karena adanya permintaan seseorang peneliti sedang *record* ialah setiap pertanyaan tertulis yang disusun oleh seseorang atau lembaga untuk keperluan pengujian suatu peristiwa. Dokumen adalah catatan peristiwa yang sudah berlalu. Jadi, berdasarkan beberapa pandangan pakar penelitian kualitatif, dokumen dapat dipahami sebagai setiap catatan tertulis yang berhubungan dengan masa lalu, baik yang dipersiapkan maupun yang tidak dipersiapkan untuk suatu penelitian.

6. **Teknik Analisis Data**

Menurut Moleong (2013) analisa informasi kualitatif merupakan usaha yang dicoba dengan jalur bertugas dengan informasi, mengerahkan informasi, memilih-memilih menghasilkan dasar yang bisa diatur, mencari serta menciptakan pola, menciptakan apa yang berarti serta apa yang dipelajari, serta memutuskan apa yang bisa diceritakan pada orang lain.

Penganalisan data riset kualitatif, dilakukan kala berlangsungnya pengumpulan informasi itu, serta sesudah mengumpulkan data dalam periode tertentu selesai. Kegiatan dalam penganalisan data kualitatif dilaksanakan secara terus menerus sampai selesai dan interaktif sehingga data telah jenuh. Dari pengertian-pengertian itu bisa kita pahami jika terdapat yang

mengemukakan cara, terdapat pula yang menarangkan mengenai bagian-bagian yang butuh terdapat dalam sesuatu analisa informasi, langkah-langkah analisis data menurut Miles & Huberman (1992), yaitu sebagai berikut:

a) *Data Reduction (Reduksi Data)*

Reduksi data proses penyelesaian dari semua data yang masuk, hingga data tersebut akan di kategorisasikan sesuai dengan permasalahan yang akan diteliti. Jadi reduksi data dimulai saat peneliti fokus pada bidang penelitian. Untuk itu butuh percobaan analisa informasi lewat pengurangan informasi. Mereduksi informasi berarti merangkum, memilah serta memilah keadaan yang utama, mementingkan pada keadaan yang berarti, dicari tema serta polanya. Dengan begitu informasi yang sudah direduksi hendak membagikan cerminan yang lebih nyata, serta memudahkan periset buat melaksanakan pengumpulan informasi berikutnya, serta mencarinya apabila dibutuhkan. Pengurangan informasi bisa dibantu dengan perlengkapan elektronik semacam kecil, dengan membagikan isyarat pada segi-segi khusus.

b) *Data Display (Penyajian Data)*

Sehabis informasi direduksi, hingga tahap berikutnya merupakan mendisplaykan informasi. Dalam riset kualitatif, penyajian informasi dapat dicoba dalam wujud penjelasan yang singkat, bagan, ikatan anatara jenis, *flowchart* atau bagan serta sejenisnya. Dalam perihal ini “*the most frequent of display data for qualitative research data in the past has been narrative text*”, yang sangat kerap dipakai untuk menyajikan informasi dalam riset kualitatif merupakan dengan teks yang menguraikan secara jelas. Dengan mendisplaykan informasi, sehingga mempermudah buat menguasai apa yang terjadi, merancang kegiatan berikutnya berdasarkan apa yang sudah dipahami itu. (Sugiyono, 2018).

c) *Conclusion Drawing/Verification*

Tahap ke empat dalam analisa informasi kualitatif merupakan penarikan kesimpulan serta konfirmasi. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara, serta akan berganti apabila tidak dikemukakan bukti-bukti yang kuat untuk mensupport pada langkah kecil, dibantu oleh bukti-bukti yang asli serta tidak berubah-ubah dikala periset mengakulasi informasi, sehingga kesimpulan yang dikemukakan ialah kesimpulan yang benar.

Dengan begitu kesimpulan dalam penelitian kualitatif bisa jadi bisa menanggapi kesimpulan permasalahan yang diformulasikan sejak awal, namun bisa jadi pula tidak, sebab semacam sudah dikemukakan jika permasalahan serta kesimpulan permasalahan dalam riset kualitatif masih sementara, sedangkan berbeda apabila periset sudah berada di lapangan.



**Tabel 1.2 Rencana Penelitian**

No.	Kegiatan	Tahun 2022					Tahun 2023				
		Agts	Sep	Okt	Nov	Des	Jan	Feb	Mar	Aprl	Mei
1.	Persiapan										
	a) Observasi										
	b) Identifikasi Masalah										
	c) Penentuan Tindakan										
	d) Pengajuan Judul										
	e) Penyusunan Proposal										
	f) Acc Proposal										
2.	Pelaksanaan										
	a) Seminar Proposal										
	b) Penyusunan BAB II dan BAB III										
	d) Ujian Komprehensif										
3.	Penyusunan Laporan										
	a) Penulisan Laporan										
	b) Ujian Munaqosah										
4.	Wisuda										



## **I. Sistematika Penelitian**

Guna memudahkan pembahasan, dalam hal ini peneliti menguraikan beberapa BAB diantaranya :

**BAB I** Pendahuluan, yang berkaitan dengan sistematika penelitian, metode penelitian, signifikansi penelitian, metode penelitian, kerangka penelitian, penelitian terdahulu, manfaat penelitian, tujuan penelitian, identifikasi penelitian, rumusan masalah, serta latar belakang masalah.

**BAB II** Peneliti menuliskan pada bab II, berisi landasan teori yang akan membahas tentang dzikir, kecemasan, manfaat dzikir, makna dzikir, dan lansia yang tujuannya agar peneliti lebih jelas dengan membahas pengertian-pengertian mengenai manfaat dzikir dalam mengatasi gangguan kecemasan bagi lansia.

**BAB III** Selanjutnya bagian bab III ini berisi tentang sejarah, profil, kondisi desa Mertapada Wetan dan objek penelitian.

**BAB IV** Pembahasan bab IV mengenai pembahasan hasil penelitian serta hasil dari penelitian. Paparan data dari hasil penelitian serta pembahasan mengenai manfaat membaca dzikir asmaul husna untuk menurunkan tingkat kecemasan bagi lansia.

**BAB V** Pembahasan bab IV mengenai pembahasan hasil penelitian serta hasil dari penelitian.