

BAB 4

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini disajikan mengenai hasil penelitian dan pembahasan. Hasil penelitian meliputi data umum dan data khusus. Data umum meliputi gambaran umum lokasi penelitian dan karakteristik demografi responden. Data khusus meliputi data gangguan insomnia pada lansia sebelum dan sesudah diberikan terapi murottal surah Al-Mulk.

4.1 Hasil Penelitian

4.1.1 Data Umum

4.1.1.1 Gambaran Umum Lokasi

Penelitian dilakukan Panti Tresna Wredha Hargo Dedali Surabaya di jalan Manyar Kartika IX No. 22-24 Surabaya 60118 Provinsi Jawa Timur. Fasilitas yang ada di Panti Tresna Wredha Hargo Dedali Surabaya terdapat 21 kamar setiap kamar dihuni 3-4 lansia, terdapat 1 ruang makan, 1 dapur, 1 aula, 1 kamar pembantu, 6 kamar mandi, 1 pos satpam, mushollah, dan 1 kamar intensif. Sedangkan untuk pelaksanaan harian kegiatan operasional kantor terdapat 1 orang yang bertugas sebagai kesekretariatan, 2 bagian keamanan, 1 kepala Panti, 5 orang perawat. Aktivitas lansia selama dipanti senin, Selasa, jum'at, Sabtu dan Minggu senam lansia, Rabu pengajian dan hari Kamis TAK (Terapi Aktivitas Kelompok).

4.1.2 Demografi Responden

4.1.2.1 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 4.1 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin lansia di Panti Tresna Wredha Hargo Dedali Surabaya Pada tanggal 27 juni 2019-04 juli 2019.

| No | Jenis Kelamin | Jumlah | Prosentase (%) |
|----|---------------|--------|----------------|
| 1 | Laki-laki | - | - |
| 2 | Perempuan | 20 | 100 |
| | Jumlah | 20 | 100 |

Berdasarkan tabel 4,1 menunjukkan bahwa keseluruhan responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 20 orang (100%) dikarenakan penghuni Panti Tresna Wredha Hargo Dedali keseluruhan adalah perempuan.

4.1.2.2 Distribusi Responden Berdasarkan Usia

Tabel 4.2 Distribusi Responden Berdasarkan Usia lansia di Panti Tresna Wredha Hargo Dedali Surabaya Pada tanggal 27 juni 2019-04 juli 2019.

| NO | Usia | Jumlah | Prosentase (%) |
|----|-------|--------|----------------|
| 1 | 63-67 | 4 | 20 |
| 2 | 68-72 | 5 | 25 |
| 3 | 73-77 | 4 | 20 |
| 4 | 78-82 | 3 | 15 |
| 5 | 83-87 | 4 | 20 |
| | Total | 20 | 100 |

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa mayoritas responden berusia 68-72 tahun sebanyak 5 orang (25%), sedangkan sebagian kecil responden yang berusia 78-82 tahun yaitu sebanyak 3 orang (15%)

4.1.2.3 Distribusi Responden Berdasarkan Riwayat Pendidikan

Tabel 4.3 Distribusi Responden Berdasarkan Riwayat Pendidikan lansia di Panti Tresna Wredha Hargo Dedali Surabaya Pada tanggal 27 Juni 2019-04 Juli 2019.

| No | Riwayat Pendidikan | Jumlah | Prosentase (%) |
|--------|--------------------|--------|----------------|
| 1 | Tidak tamat SD | 3 | 15 |
| 2 | SD | 2 | 10 |
| 3 | SMP | 4 | 20 |
| 4 | SLTA | 8 | 40 |
| 5 | D3 | 1 | 5 |
| 6 | S1 | 2 | 10 |
| Jumlah | | 20 | 100 |

Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan bahwa mayoritas responden dengan riwayat pendidikan SLTA sebanyak 8 orang (40%), dan sebagian kecil responden dengan riwayat pendidikan sebanyak D3 1 orang (10%)

4.1.2.4 Distribusi Responden Berdasarkan Riwayat Pekerjaan

Tabel 4.4 Disribusi Responden Berdasarkan Riwayat Pekerjaan lansia di Panti Tresna Wredha Hargo Dedali Surabaya pada tanggal 27 Juni 2019-04 Juli 2019.

| No | Riwayat Pekerjaan | Jumlah | Prosentase (%) |
|--------|-------------------|--------|----------------|
| 1 | Pegawai negeri | 3 | 15 |
| 2 | Wiraswasta | 4 | 20 |
| 3 | Swasta | 6 | 30 |
| 4 | Ibu rumah tangga | 7 | 35 |
| 5 | Tidak bekerja | 0 | 0 |
| Jumlah | | 20 | 100 |

Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan bahwa mayoritas responden dengan riwayat pekerjaan ibu rumah tangga sebanyak 7 orang(35%), dan swasta sebanyak 6 orang (30%), sedangkan sebagian kecil riwayat pekerjaan pegawai negeri sebanyak 3 orang (15%).

4.1.2.5 Distribusi Responden Berdasarkan Status Perkawinan

Tabel 4.5 Disribusi Responden Berdasarkan Status Perkawinan lansia di Panti Tresna Wredha Hargo Dedali Surabaya Pada tanggal 27 Juni 2019-04 Juli 2019.

| No | Status | Jumlah | Prosentase (%) |
|--------|---------------|--------|----------------|
| 1 | Janda | 18 | 90 |
| 2 | Duda | 0 | 0 |
| 3 | Menikah | 0 | 0 |
| 4 | Tidak menikah | 2 | 10 |
| Jumlah | | 20 | 100 |

Berdasarkan tabel 4.5 menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan status janda sebanyak 18 Orang (90%), sedangkan sebagian kecil responden dengan status tidak menikah sebanyak 2 orang (10%).

4.1.2.6 Distribusi Responden Berdasarkan Lama Tinggal Di Panti

Tabel 4.6 Disribusi Responden Berdasarkan Lama Tinggal Di Panti Tresna Wredha Hargo Dedali Surabaya Pada tanggal 27 Juni 2019-04 Juli 2019.

| No | Lama di panti | Jumlah | Prosentase (%) |
|--------|---------------|--------|----------------|
| 1 | 1 tahun | 11 | 55 |
| 2 | 2 tahun | 4 | 20 |
| 3 | 3 tahun | 3 | 15 |
| 4 | 4 tahun | 2 | 10 |
| Jumlah | | 20 | 100 |

Berdasarkan tabel 4.6 menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan lansia tinggal di Panti responden selama 1 tahun sebanyak 11 orang

(55%), dan sebagian kecil responden dengan lansia lama tinggal di Panti 4 tahun 2 orang (10%).

4.1.3 Data Khusus

4.1.3.1 Identifikasi Gangguan insomnia Pada Lansia Sebelum Diberikan Terapi Murottal Surah Al-Mulk Pada Lansia di Panti Tresna Wredha Hargo Dedali Surabaya.

Tabel 4.7 Identifikasi Gangguan Insomnia Pada lansia Sebelum Diberikan Terapi Murottal Surah Al-Mulk di Panti Tresna Wredha Hargo Dedali Surabaya pada tanggal 27 Juni 2019-04 Juli 2019.

| Gangguan Insomnia | Frekuensi (n) | Prosentase (%) |
|-------------------|---------------|----------------|
| Insomnia | 20 | 100 |
| Tidak Insomnia | 0 | 0 |
| Total | 20 | 100 |

Berdasarkan tabel 4.7 diatas menunjukkan bahwa hasil penelitian gangguan insomnia sebelum diberikan terapi murottal surah Al-Mulk seluruh responden mengalami insomnia sebanyak 20 lansia (100%).

4.1.3.2 Identifikasi Gangguan Insomnia Pada Lansia Sesudah Pemberian Terapi Murottal Surah Al-Mulk Pada Lansia di Panti Tresna Wredha Hargo Dedali Surabaya.

Tabel 4.8 Identifikasi Gangguan Insomnia Pada Lansia Sesudah Diberikan Terapi Murottal Surah Al-Mulk di Panti Tresna Wredha Hargo Dedali Surabaya pada tanggal 27 Juni 2019-04 Juli 2019.

| Gangguan Insomnia | Frekuensi (n) | Prosentase (%) |
|-------------------|---------------|----------------|
| Insomnia | 3 | 15 |
| Tidak Insomnia | 17 | 85 |
| Total | 20 | 100 |

Berdasarkan tabel 4.8 diatas menunjukkan bahwa hasil penelitian gangguan insomnia sesudah diberikan terapi murottal surah Al-Mulk sebagian besar tidak mengalami insomnia sebanyak 17 lansia (85%), dan sebagian kecil masih mengalami insomnia.

4.1.3.3 Analisis Pengaruh Terapi Murottal Surah Al-Mulk Terhadap Gangguan Insomnia Pada Lansia di Panti Tresna Wredha Hargo Dedali Surabaya.

Tabel 4.9 Analisa Gangguan Insomnia Sebelum Dan Sesudah Diberikan Terapi Murottal Surah Al-Mulk di Panti Tresna Wredha Hargo Dedali Surabaya pada tanggal 27 juni 2019- 04 Juli 2019.

| Keterangan | <i>Pre Test</i> | | <i>Post Test</i> | |
|-------------------|-----------------|-----|------------------|-----|
| | N | % | N | % |
| Insomnia | 20 | 100 | 3 | 15 |
| Tidak Insomnia | 0 | 0 | 17 | 85 |
| Jumlah | 20 | 100 | 20 | 100 |

Hasil Uji *Wilcoxon Signed Rank Test* $p = 0,000$ dimana $p < \alpha = 0,05$

| | |
|---------------|----|
| Negatif Ranks | 0 |
| Positif Ranks | 17 |
| Ties | 3 |

Berdasarkan tabel 4.9 diatas menunjukkan bahwa karakteristik gangguan insomnia pada lansia sebelum diberikan terapi murottal surah Al-Mulk sebanyak 20 lansia mengalami insomnia (100%). Setelah diberikan terapi murottal surah Al-Mulk sebagian besar tidak mengalami insomnia sebanyak 17 lansia (85%).

Berdasarkan hasil Uji Statistik *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk mengetahui perbedaan gangguan insomnia sebelum dan sesudah diberikan terapi

murottal surah Al-Mulk menunjukkan hasil dengan signifikansi $p = 0,000$ dengan derajat kemaknaan yang digunakan adalah $\alpha < 0,05$, sehingga $p < \alpha$ yang artinya H_0 ditolak dan H_1 diterima, atau terdapat pengaruh terapi murottal surah Al-Mulk terhadap gangguan insomnia pada lansia di Panti Tresna Hargo Dedali Surabaya.

4.2 Pembahasan

4.2.1 Identifikasi Gangguan insomnia Pada Lansia Sebelum Diberikan Terapi Murottal Surah Al-Mulk Pada Lansia di Panti Tresna Wredha Hargo Dedali Surabaya.

Berdasarkan tabel 4.7 menunjukkan bahwa hasil penelitian dari gangguan insomnia sebelum diberikan terapi murottal surah Al-Mulk sebanyak 20 lansia mengalami insomnia.

Insomnia adalah salah satu gangguan utama dalam memulai dan mempertahankan tidur di kalangan lansia. Insomnia didefinisikan sebagai suatu keluhan tentang kurangnya kualitas tidur yang disebabkan oleh satu dari sulit memasuki tidur, bangun terlalu pagi dan tidur yang tidak nyenyak. Insomnia dapat dibagi menjadi dua yaitu insomnia sekunder dan primer. Insomnia sekunder adalah insomnia yang disebabkan oleh faktor medis, psikiatri atau substansi, sedangkan insomnia primer merupakan insomnia yang disebabkan oleh faktor psikologis (Sarsour, 2010). Gejala-gejala umum yang dialami oleh penderita insomnia yaitu perasaan sulit tidur, bangun tidak diinginkan, wajah selalu kelihatan letih dan kusam, kurang energi, cemas berlebih tanpa sebab, gangguan emosional, mudah lelah, penglihatan kabur, koordinasi gerak anggota tubuh terganggu, berat badan turun drastis, gangguan pencernaan, fobia malam hari,

ketergantungan obat tidur, dan ketergantungan zat penenang (Susilo, Y dan Wulandari, A.2011).

Berdasarkan hasil penelitian, dapat diketahui bahwa gangguan Insomnia yang terjadi pada lansia yang berada di Panti Tresna Wredha Hargo dedali Surabaya ditandai dengan beberapa gejala yaitu, sulit untuk memasuki tidur, bangun pada malam hari dan kualitas tidur yang buruk. Dari tanda-tanda itu sebanyak 17 lansia (85%) gangguan yang paling banyak dialami lansia yaitu gangguan untuk memulai tidurnya

4.2.2 Identifikasi Gangguan Insomnia Pada Lansia Sesudah Pemberian Terapi Murottal Surah Al-Mulk Pada Lansia di Panti Tresna Wredha Hargo Dedali Surabaya.

Berdasarkan tabel 4.7 menunjukkan bahwa hasil penelitian dari gangguan insomnia sesudah diberikan terapi murottal surah Al-Mulk sebagian besar tidak mengalami insomnia sebanyak 17 lansia dari 20 lansia.

Dalam pelaksanaan pemberian terapi murottal surah Al-Mulk terhadap gangguan insomnia pada lansia sangat antusias dengan kedatangan peneliti karena mayoritas mereka mengalami insomnia. Penelitian ini dilakukan selama 8 hari, dan dilakukan pada malam hari, hari pertama *pre-test* dan hari selanjutnya pemberian perlakuan dan pada hari terakhir dilakukan *post-test* untuk mengetahui apakah perlakuan yang diberikan berhasil, dari hasil *post-test* 20 lansia yang mengalami insomnia sebanyak 17 lansia sudah tidak mengalami insomnia, sedangkan 3 lansia lainnya masih mengalami insomnia dikarenakan beberapa gejala, salah satunya yaitu sering terbangun dimalam hari untuk

melakukan sholat sunnah jahajjud dan ketika kembali ingin tidur mereka sangat sulit dan ada yang bilang sekalian nunggu sholat shubuh.

4.2.3 Analisis Pengaruh Terapi Murottal Surah Al-Mulk Terhadap Gangguan Insomnia Pada Lansia di Panti Tresna Wredha Hargo Dedali Surabaya.

Gangguan insomnia sebelum diberikan terapi murottal surah Al-Mulk seluruh responden mengalami insomnia yaitu sebanyak 20 lansia. Sedangkan sesudah diberikan terapi murottal surah Al-Mulk sebanyak 17 lansia sudah tidak mengalami insomnia.

Dalam pelaksanaan pemberian terapi murottal surah Al-Mulk terhadap gangguan insomnia pada lansia sangat antusias dengan kedatangan peneliti karena mayoritas mereka mengalami insomnia. Penelitian ini dilakukan selama 8 hari, dan dilakukan pada malam hari, hari pertama *pre-test* dan hari selanjutnya pemberian perlakuan dan pada hari terakhir dilakukan *post-test* untuk mengetahui apakah perlakuan yang diberikan berhasil, dari hasil *post-test* 20 lansia yang mengalami insomnia sebanyak 17 lansia sudah tidak mengalami insomnia, sedangkan 3 lansia lainnya masih mengalami insomnia dikarenakan beberapa gejala, salah satunya yaitu sering terbangun dimalam hari untuk melakukan sholat sunnah jahajjud dan ketika kembali ingin tidur mereka sangat sulit dan ada yang bilang sekalian nunggu sholat shubuh.

Berdasarkan penelitian terdapat pengaruh terapi murottal surah Al-Mulk terhadap gangguan insomnia pada lanjut usia. Sesuai dengan hasil penelitian Srisuryani (2012) yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh terapi murottal

terhadap tingkat insomnia pada lanjut usia di UPT Panti Wredha Budhi Dharma Ponggalan Yogyakarta. Keadaan tersebut menggambarkan bahwa terapi murottal mempunyai efek relaksasi sehingga dapat meningkatkan kualitas tidur apabila didengarkan dalam tempo secara konstan, tidak ada perubahan irama yang mendadak dan dalam nada yang lembut.

Dari uji laboratorium yang dimiliki Abdul Daim Al-Kaher suara-suara dari ayat suci Al-Qur'an dapat memberikan efek yang signifikan dibandingkan dengan suara musik dan hiburan yang mengundang tawa dan bahagia. Dari sekian banyak model yang diteliti terapi Al-Qur'an jauh lebih dari segala jenis terapi yang sudah diterapkan selama ini, karena terapi Al-Qur'an tidak hanya memberikan kesenangan tapi juga ketenangan (Mirza, 2014).

Pemberian terapi murottal surah Al-Mulk ini. Agar lansia merasa lebih nyaman, tenang dan dapat meningkatkan kualitas tidur, dengan melakukan observasi setiap malam selama 8 hari terdapat perubahan kualitas tidur pada lansia sehingga masalah gangguan tidur yang sering terjadi pada lansia dapat diatasi dengan adanya pemberian terapi murottal ini.