

**Anindya Sekar Utami (2016) Pengaruh Berwudhu Terhadap Tingkat Kecemasan pada Siswa SMA yang Menghadapi Ujian Nasional**

**Pembimbing:**

Shanti Wardaningsih, Ns., M.Kep., Sp.Jiwa, Ph.D

**INTISARI**

Kecemasan menjadi jenis gangguan mental paling sering terjadi di dunia, termasuk Indonesia. Salah satu hal yang dapat menimbulkan kecemasan adalah Ujian Nasional karena banyak materi yang harus dipelajari dan siswa merasa takut hasil ujian tidak memuaskan. Cemas yang berlebihan dapat mengganggu secara fisik, kognitif, emosional, dan perilaku. Gangguan kecemasan dapat ditangani dengan cara farmakologi dan non-farmakologi. Salah satu teknik non-farmakologi untuk kecemasan adalah terapi wudhu. Berwudhu memiliki prinsip penanganan kecemasan yang sama dengan hidroterapi, di samping itu juga memiliki nilai ibadah bagi yang melakukannya.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya pengaruh berwudhu terhadap tingkat kecemasan pada siswa SMA yang menghadapi Ujian Nasional.

Penelitian ini merupakan eksperimen semu dengan desain penelitian *pre-post test with control group*. Sampel yang digunakan sebanyak 70 responden, yang dipilih melalui *simple random sampling*. Instrumen kecemasan yang digunakan adalah S-AI (*State-Anxiety Inventory*). Data dianalisis signifikansinya dengan uji statistik T-Test.

Hasil analisis *paired t-test* menunjukkan nilai  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ) pada kelompok intervensi dan  $p=0,948$  ( $p>0,05$ ) pada kelompok kontrol, artinya terdapat perbedaan yang signifikan pada kelompok intervensi sebelum dan setelah terapi berwudhu, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh berwudhu terhadap tingkat kecemasan pada siswa SMA yang menghadapi Ujian Nasional.

Kata kunci: Kecemasan, terapi wudhu, Ujian Nasional

**Anindya Sekar Utami (2016) *The Effect Of Wudu' Towards Anxiety Level of The Students in National Examination***

**Advisor:**

Shanti Wardaningsih, Ns., M.Kep., Sp.Jiwa, Ph.D

**ABSTRACT**

*Anxiety becomes the most common class of mental disorder present in the world, including Indonesia. One of the things that could cause anxiety was National Examination. The anxiety arised because there was a lot of subject to be learned and students were afraid the exam result were not satisfactory. Excessive anxiety could interfere physical, cognitive, emotional, and behavioral. Anxiety could be treated with pharmacological and non-pharmacological therapy. One of non-pharmacological therapy was wudu' therapy. Wudu' had the same principles with hydrotherapy in the treatment of anxiety; besides, it also had worship value for the people who did this therapy.*

*The purpose of this study to determine the effect of wudu' towards anxiety level of Senior High School students in National Examination.*

*This study was an quasy experiment with pre-post test with control group design. Sample of this study were 70 respondents that had been chosen by accidental sampling. This study used S-AI (State-Anxiety Inventory) instrument to measure anxiety level. The data would analyze with statistical test of T-Test.*

*Paired t-test results showed p value=0,000 ( $p < 0,05$ ) in intervention group and  $p = 0,948$  ( $p > 0,05$ ) in control group, it means that there were significant difference in intervention group before and after wudu'. In conclusion, wudu' therapy affect the level of anxiety of Senior High School students in National Examination.*

*Keywords: Anxiety, National Examination, wudu' therapy*