

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
STIKES PAYUNG NEGERI PEKANBARU
Skripsi, Mei 2018**

**HERWIN YULIANSYAH
14.3.0.1.013**

**Pengaruh Terapi Murottal Surah Ar-Rahman Terhadap Tingkat
Insomnia Pada Remaja Di SMAN 6 Kota Pekanbaru**

Xii + 59 halaman + 7 tabel + 1 skema + 8 lampiran

ABSTRAK

Insomnia adalah kesulitan memulai (inisiasi) tidur, mudah terbangun pada dini hari, sulit memulai tidur lagi, dampak yang di munculkan kinerja rendah, konsentrasi rendah, menimbulkan masalah kejiwaan, obesitas, sistem kekebalan tubuh yang menurun dan peningkatan resiko penyakit. Terapi yang dapat digunakan salah satunya adalah terapi murottal suarah Ar-Rahman. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh terapi murottal surah Ar-Rahman terhadap tingkat insomnia pada remaja Di SMAN 6 kota Pekanbaru. Jenis penelitian yang di gunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan design quasy eksperimen pre test post test without control. Sampel penelitan terdiri dari 19 siswa. Metode pengambilan sample adalah purposive sampling. Analisis yang digunakan adalah uji statistik t-test dependent. Hasil uji statistik didapatkan ada pengaruh terapi murottal surah Ar-Rahman terhadap tingkat insomnia pada remaja Di SMAN 6 kota Pekanbaru dengan nilai p value <0,05 (0,000). Rekomendasi penelitan ini disarankan untuk memberikan intervensi murottal surah-surah lain untuk mengurangi tingkat insomnia.

Katakunci : Murottal, Insomnia, Remaja

Daftar Pustaka : 35 Referensi (2006-2017)