

**PENGARUH TERAPI MINDFULNESS SPIRITUAL ISLAM TERHADAP  
PENURUNAN KECEMASAN PADA SISWA KELAS XII DI SMA  
MUHAMMADIYAH 1 KARANGANYAR DALAM MENGHADAPI  
SBMPTN**

**SKRIPSI**

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan pada Program  
Studi Sarjana Keperawatan  
Universitas ‘Aisyiyah Surakarta**



**Oleh :**

**EVIKA NADINAR ANJANI**

**C201804**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA**

**2022**

**PENGARUH TERAPI MINDFULNESS SPIRITUAL ISLAM TERHADAP  
PENURUNAN KECEMASAN PADA SISWA KELAS XII DI SMA  
MUHAMMADIYAH 1 KARANGANYAR DALAM MENGHADAPI  
SBMPTN**

**SKRIPSI**

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan pada Program  
Studi Sarjana Keperawatan  
Universitas ‘Aisyiyah Surakarta**



**Oleh :**

**EVIKA NADINAR ANJANI**

**C201804**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS ‘AISYIYAH SURAKARTA**

**2022**

## PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul :

**PENGARUH TERAPI MINDFULNESS SPIRITUAL ISLAM  
TERHADAP PENURUNAN KECEMASAN PADA SISWA KELAS  
XII DI SMA MUHAMMADIYAH 1 KARANGANYAR DALAM  
MENGHADAPI SBMPTN**

Yang dibuat untuk memenuhi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan pada Prodi Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari skripsi yang sudah di publikasikan atau di pakai untuk mendapatkan gelar kesarjanaan di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi dan Instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan Skripsi ini hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 19 Agustus 2022



Evika Nadinar Anjani  
NIM C2018047

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Universitas 'Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Evika Nadinar Anjani

Nim : C2018047

Jenis karya : Skripsi

Skripsi judul : Pengaruh Terapi Mindfulness Spiritual Islam Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Siswa Kelas XII Di SMA Muhammadiyah 1 Karanganyar

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneklusif (*Non- Exclusive Royalty- Free Right*) kepada Universitas 'Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada di dalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. Universitas 'Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Surakarta

Pada tanggal : / /2022

Yang menyatakan



Evika Nadinar A  
NIM C2018047

## **PERSETUJUAN PEMBIMBING**

Skripsi dengan judul :

### **PENGARUH TERAPI MINDFULNESS SPIRITUAL ISLAM TERHADAP PENURUNAN KECEMASAN PADA SISWA KELAS XII DI SMA MUHAMMADIYAH 1 KARANGANYAR DALAM MENGHADAPI SBMPTN**

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada sidang hasil Skripsi Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 19 Agustus 2022

Pembimbing



Maryatun S.Kep., Ns., M.Kes

NIDN 0610047601

Mengetahui

Kaprodi Sarjana Keperawatan



Norman Wijaya Gati, S.Kep., Ns., M.Kep.Sp.Kep.J

NIDN 0615018601

## PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi dengan judul :

### **PENGARUH TERAPI MINDFULNESS SPIRITUAL ISLAM TERHADAP PENURUNAN KECEMASAN PADA SISWA KELAS XII DI SMA MUHAMMADIYAH 1 KARANGANYAR DALAM MENGHADAPI SBMPTN**

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan pada Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta. Skripsi ini telah diujikan pada sidang hasil Skripsi pada tanggal 19 Agustus 2022 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai skripsi pada Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 19 Agustus 2022

Mengesahkan :

- Penguji 1. Susi Susilowati S. Kep., Ns., M. Kep (.....)  
NIDN 0621018203
2. Eska Dwi Prajayanti S. Kep., Ns. M. Kep (.....)  
NIDN 0610088702
3. Maryatun S. Kep., Ns., M. Kes (.....)  
NIDN 0610047601

Mengetahui

Kaprodi Sarjana Keperawatan



Norman Wijaya Gati, Ns., M. Kep. Sp. Kep.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan proposal dengan judul “Pengaruh terapi Mindfulness Spiritual Islam terhadap penurunan kecemasan pada siswa kelas XII di SMA Muhammadiyah 1 Karanganyar dalam menghadapi SBMPTN”, sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Sarjana (S1) Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Peneliti menyadari bahwa proposal ini tidak mungkin terselesaikan tanpa adanya dukungan, bantuan, bimbingan, dan nasehat dari berbagai pihak selama penyusunan. Peneliti ingin menyampaikan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada:

1. Ibu Riyani Wulandari, S.Kep, Ns, M.Kep selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
2. Ibu Norman Wijaya Gati, S. Kep., Ns, M. Kep., Sp. Kep. J selaku ketua program studi Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta
3. Ibu Maryatun S. Kep., Ns, M. Kep selaku Dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, nasehat, motivasi dan pengalaman kepada penulis dengan penuh keikhlasan.
4. Ibu Tri Susilowati S. Kep., Ns, M. Kep selaku dosen penguji 1
5. Ibu Eska Dwi Prajayanti S. Kep., Ns, M. Kep selaku dosen penguji 2
6. Segenap dosen pengajar di Fakultas Ilmu Kesehatan yang telah memberikan ilmu pengetahuan selama perkuliahan dan seluruh staf di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang selalu sabar melayani.
7. Orang tua tercinta dan keluarga yang tidak berhenti memberikan dukungan dan doa terbaik secara moril maupun material dalam pembuatan skripsi ini.
8. Seluruh teman-teman di S1 Keperawatan angkatan 2018, yang tidak dapat disebutkan namanya satu per satu.
9. Semua pihak yang telah membantu dan tidak dapat disebutkan satu per satu.

Peneliti menyadari bahwa proposal ini masih jauh dari kata sempurna, karena keterbatasan ilmu yang dimiliki, untuk itu dengan kerendahan hati peneliti mengharapkan saran dan kritik yang sifatnya membangun dari semua pihak.

Surakarta, 19 Agustus 2022

Peneliti,

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Evika Nadinar A.', written over a horizontal line.

Evika Nadinar A.

NIM. C2018047