

**PENGARUH TERAPI AUDIO MUROTTAL SURAH
AR-RAHMAN TERHADAP TINGKAT INSOMNIA
PADA LANJUT USIA DI UPT PANTI WREDHA
BUDHI DHARMA PONGGALAN
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI



**Disusun oleh :
SRISURYANI
201210201140**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
YOGYAKARTA
2016**

HALAMAN PERSETUJUAN

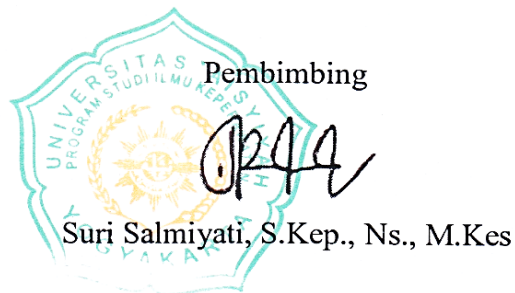
**PENGARUH TERAPI AUDIO MUROTTAL SURAH AR- RAHMAN
TERHADAP TINGKAT INSOMNIA PADA LANJUT USIA
DI UPT PANTI WREDHA BUDHI DHARMA
PONGGALAN YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI

**Disusun Oleh:
SRI SURYANI
201210201140**

Telah Disetujui Oleh Pembimbing

Pada tanggal: 10 Juni 2016



**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
YOGYAKARTA
2016**

**PENGARUH TERAPI AUDIO MUROTTAL SURAH AR- RAHMAN
TERHADAP TINGKAT INSOMNIA PADA LANJUT USIA
DI UPT PANTI WREDHA BUDHI DHARMA
PONGGALAN YOGYAKARTA¹**

Sri Suryani², Suri Salmiyati³

INTISARI

Latar belakang: Salah satu masalah yang sering dihadapi lanjut usia adalah gangguan tidur yaitu insomnia. Dampak yang ditimbulkan seperti pelupa, konfusi, disorientasi, dan gelisah. Terapi yang dapat digunakan salah satunya adalah terapi audio murottal Surah Ar-Rahman.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi audio murottal Surah Ar-Rahman terhadap tingkat insomnia pada lanjut usia di UPT Panti Wredha Budhi Dharma Ponggalan Yogyakarta.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode *quasy experiment design* dengan pendekatan *non equivalent control group design*. Sampel penelitian ini adalah 20 lanjut usia yang diambil dengan *puporsive sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan *handphone* berisikan murottal Surah Ar-rahman. Analisis data menggunakan *independent t-test*.

Hasil penelitian: Ada pengaruh terapi audio murottal Surah Ar-Rahman terhadap tingkat insomnia pada lanjut usia di UPT Panti Wredha Budhi Dharma Ponggalan Yogyakarta (t hitung insomnia = 7,701; $p < 0,05$).

Simpulan: Terapi audio murottal Surah Ar-Rahman mempunyai pengaruh terhadap tingkat insomnia pada lanjut usia di UPT Panti Wredha Budhi Dharma Ponggalan Yogyakarta.

Saran: Disarankan pada perawat untuk menggunakan terapi audio murottal Surah Ar-Rahman untuk mengurangi tingkat insomnia.

Kata Kunci : Murottal Surah Ar-Rahman, Tingkat insomnia, Lanjut Usia
Kepustakaan : 22 buku (2006-2015), 4 Jurnal, 20 Skripsi, 2 Website
Jumlah Halaman : xiii, 71 Halaman, 14 Lampiran

¹Judul Skripsi

²Mahasiswa PSIK Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta

³Dosen PSIK Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta

THE EFFECT OF AR-RAHMAN RECITATION AUDIO THERAPY ON THE LEVEL OF INSOMNIA IN ELDERLY AT BUDHI DHARMA RETIREMENT HOUSE OF PONGGGALAN YOGYAKARTA¹

Sri Suryani², Suri Salmiyati³

ABSTRACT

Background: One of the problems faced by elderly is sleeping disorder namely insomnia. The impacts of insomnia are such as forgetful habit, confusion, disorientation and anxiety. One of the therapy for insomnia is Ar-Rahman recitation audio therapy.

Objective: The purpose of the study was to investigate the effect of A-Rahman recitation audio therapy on the level of insomnia in elderly at Budhi Dharma retirement house of Ponggalan Yogyakarta.

Method: The study used quasi experiment design with non-equivalent control group design. The samples of the study were 20 elderly which were taken using purposive sampling. The data collection used questionnaire and hand phone with Ar-Rahman recitation attached. The data were analyzed using independent t-test.

Result: There is an effect of Ar-Rahman recitation audio therapy in elderly at Budhi Dharma retirement house of Ponggalan Yogyakarta (t count insomnia = 7,701; p<0,05).

Conclusion: In conclusion, Ar-Rahman recitation audio therapy affects the level of insomnia in elderly at Budhi Dharma retirement house of Ponggalan Yogyakarta.

Suggestion: The nurses are suggested to benefit Ar-Rahman recitation audio therapy to decrease insomnia level.

Keywords : Ar-Rahman recitation, Insomnia level, elderly
Bibliography : 22 books (2006-2015), 4 journals, 20 Theses, 2 websites
Number of Pages : xiii, 71 Pages, 1-14 appendices

¹Title of the Thesis

²Student of School of Nursing, Faculty of Health Sciences, 'Aisyiyah University of Yogyakarta

³Lecturer of School of Nursing, Faculty of Health Sciences, 'Aisyiyah University of Yogyakarta

PENDAHULUAN

Seiring dengan keberhasilan pemerintah dalam pembangunan nasional, telah mewujudkan hasil yang positif di berbagai bidang, yaitu adanya kemajuan ekonomi, perbaikan lingkungan hidup, kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi, terutama di bidang medis sehingga dapat meningkatkan kualitas kesehatan penduduk serta meningkatkan umur harapan hidup manusia. Akibatnya jumlah penduduk yang berusia lanjut meningkat dan bertambah cenderung lebih cepat (Bandiyah, 2009).

Meningkatnya lanjut usia diperlukan adanya rumusan kebijakan dari pemerintah. Berdasarkan Undang-undang Nomor 36 Tahun 2009 pasal 138 ayat (1) Upaya pemeliharaan kesehatan bagi lanjut usia harus ditunjukkan untuk menjaga agar tetap hidup sehat dan produktif secara sosial maupun ekonomis sesuai dengan martabat kemanusiaan. Ayat (2) Pemerintah wajib menjamin ketersediaan fasilitas pelayanan kesehatan dan memfasilitasi kelompok lanjut usia untuk dapat tetap hidup mandiri dan produktif secara sosial dan ekonomis (KemenKes, 2007).

Penuaan merupakan hal yang normal dengan perubahan fisik dan tingkah laku yang dapat diramalkan yang terjadi pada semua orang pada saat mereka mencapai usia tahap

perkembangan kronologis tertentu (Stanley dan Beare, 2007). Proses penuaan merupakan akumulasi secara progresif dari berbagai perubahan fisiologi organ tubuh yang berlangsung seiring berlalunya waktu, selain itu proses penuaan akan meningkatkan kemungkinan terserang penyakit (Azizah, 2011). Salah satu penyakit yang sering datang pada saat seseorang memasuki lansia adalah gangguan tidur yaitu insomnia.

Dampak insomnia pada lansia seperti pelupa, konfusi, disorientasi, gelisah, dan bahkan kematian. Lamanya tidur dapat mempengaruhi tingkat mortalitas, dari data studi selama 6 tahun ditemukan hasil bahwa orang yang tidur luar biasa lama atau lebih singkat atau yang menggunakan pil tidur mengalami angka mortalitas atau kematian lebih tinggi dari yang lainnya (Stanley dan Beare, 2007).

Prevalensi insomnia cukup tinggi setiap tahun diperkirakan 20 persen-50 persen usia lanjut melaporkan adanya insomnia dan sekitar 17 persen mengalami insomnia yang serius (Amir, 2007). Gangguan tidur menyerang 50 persen orang yang berusia 65 tahun (Stanley dan Beare, 2007). Amerika mencapai 60-70 kasus orang dewasa dimana tingkat kejadian semakin tinggi seiring dengan proses penuaan (Ardi, 2015). Indonesia, kejadian insomnia pada lanjut usia

yaitu mencapai sekitar 49 persen atau 9,3 juta lansia (Setyaningtyas, 2014). Hasil wawancara 7 lansia di UPT Panti Wredha Budhi Dharma Ponggalan Yogyakarta didapat 4 lansia mengalami insomnia.

Berdasarkan studi pendahuluan dilakukan oleh peneliti pada 18 November 2015 di UPT Panti Wredha Budhi Dharma Ponggalan Yogyakarta terdapat 4 lansia yang mengalami gangguan tidur dari 7 lansia yang diwawancarai. Gejala yang sering dialami yaitu sering terbangun di malam hari, sulit tidur kembali, dan sulit untuk memulai tidur hingga larut malam.

Penelitian menggunakan terapi murottal sudah banyak dilakukan penelitian sebagai contohnya yang dilakukan oleh Lestari (2015) yang meneliti tentang pengaruh terapi murottal Al-Qur'an terhadap tingkat kecemasan. Mauliana (2011) terapi murottal terhadap kualitas tidur, akan tetapi penelitian tentang pengaruh terapi audio murottal surah Ar-Rahman terhadap insomnia belum pernah dilaporkan dalam jurnal-jurnal ilmiah. Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik melakukan penelitian tentang terapi audio murottal surah Ar-Rahman terhadap tingkat insomnia

pada lanjut usia di UPT Panti Wredha Budhi Dharma Ponggalan Yogyakarta.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian *Quasy Experiment Design*. Rancangan penelitian yang dilakukan menggunakan rancangan *Nonequivalent Control Group Design*. Pada kelompok eksperimen diawali dengan *pretest*, kemudian diberi perlakuan berupa murottal Surah Ar-Rahman setelah itu dilakukan *posttest*. Sedangkan pada kelompok kontrol dilakukan *pretest* tanpa dilakukan perlakuan dan dilakukan *posttest*. Audio murottal surah Ar-Rahman adalah lantunan ayat suci surah Ar-Rahman. Responden diperdengarkan murottal surah Ar-Rahman (55): 1-78 yang dilantunkan oleh Syikh Musyari Rasyid dengan menggunakan *headphone*, volume suara disesuaikan kenyamanan responden. Audio murottal surah Ar-Rahman diberikan selama 8 hari, sehari sekali dalam waktu 12 menit.

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Dalam penelitian ini pengambilan sampel dilakukan secara teknik *nonprobability sampling* dengan metode *purposive sampling*. Kemudian dilakukan perhitungan sampel berdasarkan tabel pada uji t-test dengan *Power: .60*, *Effect size: .70*,

Sample size (n): a₁0.1 didapatkan hasil jumlah sampel pada penelitian ini adalah 20, untuk eksperimen 10 dan untuk kelompok kontrol 10.

Pada penelitian ini uji normalitas data menggunakan *shapiro-wilk*. Peneliti menggunakan taraf signifikan yaitu dengan nilai lebih dari 0,05 ($>0,05$) maka data terdistribusi normal, bila nilai signifikansi kurang dari ($< 0,05$) maka data terdistribusi tidak normal.

Data pada penelitian ini diketahui berdistribusi normal, maka rumus yang digunakan adalah uji parametrik. Uji parametrik yang digunakan adalah *Independen t-test*. Penelitian ini menggunakan taraf signifikansi sebesar 0,05. Apabila nilai p hitung lebih kecil dari nilai taraf signifikansi ($p < 0,05$) maka H_0 diterima dan H_a ditolak, artinya ada pengaruh terapi audio ada pengaruh terapi audio murottal surah Ar-Rahman dengan tingkat insomnia pada lanjut usia. Sebaliknya apabila ($p > 0,05$) maka H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya tidak ada pengaruh terapi audio murottal surah Ar-Rahman dengan tingkat insomnia pada lanjut usia.

HASIL PENELITIAN

Responden pada penelitian ini adalah lanjut usia yang tinggal di UPT Panti Wredha Budhi Dharma Ponggalan Yogyakarta.

Karakteristik responden lanjut usia yang diperhatikan pada penelitian ini meliputi umur, jenis kelamin, pendidikan. Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia responden terbanyak pada kategori usia 69-77 tahun yaitu 6 responden (60,0%) dan kategori usia 78-83 tahun menunjukkan kategori yang paling sedikit yaitu 1 responden (10,0%). Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa responden terbanyak pada kategori jenis kelamin perempuan yaitu 6 responden (60,0%) sedangkan jenis kelamin yang paling sedikit kategori jenis kelamin laki-laki yaitu terdapat 4 responden (40,0%).

Karakteristik berdasarkan tingkat pendidikan menunjukkan bahwa responden yang terbanyak adalah tidak bersekolah sebanyak 5 responden (50,0%) dan yang paling sedikit adalah SD, SMA, STM sebanyak 1 responden (10,0%).

Dari hasil uji SPSS 20 didapatkan hasil tingkat insomnia pada saat *pretest*, sebagian besar adalah kategori berat, yaitu 8 responden (80,0%) dan paling sedikit kategori sedang, yaitu 2 responden (20,0%), sedangkan pada saat *posttest* sebagian besar adalah kategori ringan, yaitu 5 responden (50,0%) dan paling sedikit kategori berat, yaitu 2 responden (20,0%).

Pada penelitian ini sebelum dilakukan analisis data terlebih dahulu dilakukan uji normalitas dengan menggunakan *shapiro wilk*. Data tersebut normal apabila nilai signifikasinya lebih dari 0,05 (<0,05). Hasil uji normalitas data pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol memiliki hasil nilai signifikasi lebih besar 0,05 (>0,05). Sehingga, dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal, untuk mengetahui perbedaan rata-rata tingkat insomnia pada lanjut usia sebelum dan sesudah yang dilakukan perlakuan berupa terapi audio murottal Surah Ar-Rahman menggunakan uji *paired t-test* dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.9 Hasil Uji *Paired T-Test* Tingkat Insomnia pada Kelompok Kontrol dan Eksperimen di UPT Panti Wredha Budhi Dharma Ponggalan Yogyakarta Tahun 2016

| Domain | Rata-rata | T | df | Sig. (2tailed) | Selisih Rata-rata |
|-----------------|-----------|-------|----|----------------|-------------------|
| Pre eksperimen | 15,70 | | | | |
| Post eksperimen | 9,60 | 9,049 | 9 | 0,000 | 6,1 |
| Pre kontrol | 16,40 | - | | | |
| Post kontrol | 16,80 | 1,039 | 9 | 0,223 | -0,4 |

Sumber: Data primer, 2016

Skor *pretest-posttest* pada kelompok eksperimen yaitu 15,70 menurun menjadi 9,60 dengan selisih rata-rata 6,1, t hitung 9,049, df 9 dan Sig.(2tailed) 0,000 (<0,05), menunjukkan ada perbedaan sebelum dan sesudah perlakuan, sedangkan pada kelompok kontrol dilihat rata-rata skor *pretest-posttest* yaitu 16,40 meningkat menjadi 16,80 dengan selisih rata-rata -0,4, t hitung -1,309, df 9 dan Sig.(2tailed) 0,223 (> 0,05), menunjukkan tidak ada perbedaan antara sebelum dan sesudah perlakuan.

Selanjutnya untuk mengetahui pengaruh terapi audio murottal Surah Ar-Rahman terhadap tingkat insomnia pada lanjut usia di UPT Panti Wredha Budhi Dharma Ponggalan Yogyakarta dilakukan uji statistik dengan menggunakan uji *independent t-test* dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 4.10 Hasil Analisis Menggunakan *Independent T-Test* Tingkat Insomnia pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol di UPT Panti Wredha Budhi Dharma Ponggalan Yogyakarta Tahun 2016

| Kelompok | t hitung | df | Asymp.Sig. (2-tailed) |
|------------|----------|--------|-----------------------|
| Kontrol | | | |
| Eksperimen | 7,701 | 12,547 | 0,000 |

Sumber: Data primer, 2016

Hasil analisis uji statistik *independent t-test* menunjukkan t = 7,701 dengan df = 12,547 dan p = 0,000 menunjukkan terdapat perbedaan yang bermakna secara statistik,

tingkat insomnia pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen karena Asymp Sign. (2-tailed) kurang dari 0,05 ($p < 0,05$), sehingga dapat diartikan terdapat pengaruh terapi audio murottal Surah Ar-Rahman terhadap tingkat insomnia pada lanjut usia di UPT Panti Wredha Budhi Dharma Ponggalan Yogyakarta.

PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh audio murottal Surah Ar-Rahman terhadap tingkat insomnia pada lanjut usia. Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh hasil bahwa nilai $t = 7,701$ dengan $df = 12,547$ dan $p = 0,000$ jadi, ada perbedaan bermakna secara statistik, tingkat insomnia pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen karena Asymp sign (2-tailed) 0,000 kurang dari 0,05 ($p < 0,05$). Sehingga dapat diartikan terdapat pengaruh terapi audio murottal Surah Ar-Rahman terhadap tingkat insomnia pada lanjut usia di UPT Panti Wredha Budhi Dharma Ponggalan Yogyakarta.

Menurut Stanley dan Beare (2007) insomnia adalah ketidakmampuan untuk tidur walaupun ada keinginan untuk melakukannya. Biasanya keluhannya insomnia mencakup ketidakmampuan untuk tertidur, sering terbangun, ketidakmampuan

untuk kembali tidur dan terbangun pada dini hari.

Murottal Al-Qur'an merupakan suatu teknik relaksasi yang dapat memberikan ketenangan dan memulihkan tubuh. Sehingga terapi murottal Al-Qur'an dapat mempengaruhi perubahan perubahan kualitas tidur pada lanjut usia itu sendiri dengan cara mendengarkan Al-Qur'an ada pengaruh religius atau keimanan dengan penyembuhan religius terlibat dalam peningkatan kemungkinan bertambahnya usia harapan hidup penurunan kecemasan, depresi dan kemarahan yang dialami lanjut usia sehingga kualitas tidurnya menjadi baik. Maka penting untuk memberika terapi murottal Al-Qur'an sebelum tidur untuk meningkatkan kualitas tidur lanjut usia (Maulina, 2015).

Murottal Al-Qur'an juga dapat menurunkan hormon-hormon stres, mengaktifkan hormon endorfin alami, meningkatkan perasaan rileks, dan mengalihkan perhatian dari rasa takut, cemas, dan tegang, memperbaiki sistem kimia tubuh sehingga menurunkan tekanan darah serta memperlambat pernapasan, detak jantung, denyut nadi dan aktivitas gelombang otak (Siswantinah, 2011).

Penelitian ini menggunakan Surah Ar-Rahman. Surah Ar-Rahman memiliki durasi 11 menit 19 detik dengan tempo 79,8 beats

per minute (bpm). Tempo 79,8 bpm merupakan tempo yang lambat. Tempo yang lambat mempunyai kisaran antara 60 sampai 120 bpm. Tempo lambat itu sendiri merupakan tempo yang seiring dengan detak jantung manusia, sehingga jantung akan mensinkronkan detaknya sesuai dengan tempo suara (Widyastuti, 2015).

Tema utama surah ini adalah uraian tentang nikmat-nikmat Allah, bermula dari nikmatNya yang terbesar dan teragung, yaitu Al-Qur'an. Thabathaba'i berpendapat bahwa surah ini mengandung isyarat tentang ciptaan Allah dengan sekian banyak baginya di langit dan bumi, darat dan laut, manusia dan jin, dimana Allah mengatur semua itu dalam satu pengaturan yang bermanfaat bagi manusia dan jin bermanfaat untuk hidup mereka di dunia yang akan binasa dan yang kekal abadi di akhirat (Shihab, 2012).

SIMPULAN

1. Ada penurunan tingkat insomnia pada lanjut usia setelah dilakukan terapi audio murottal Surah Ar-Rahman pada kelompok eksperimen.
2. Ada perbedaan tingkat insomnia pada lanjut usia sebelum dan sesudah dilakukan terapi audio murottal Surah Ar-Rahman pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen.

3. Ada pengaruh terapi audio murottal Surah Ar-Rahman pada lanjut usia di UPT Panti Wredha Budhi Dharma Ponggalan Yogyakarta.

SARAN

1. Bagi resoponden
Hasil penelitian ini mampu menjadi panduan dasar atau terapi mandiri yang digunakan sebagai salah satu alternatif pilihan terapi untuk mengatasi insomnia pada lanjut usia dengan cara mendengarkan murottal Surah Ar-Rahman sebelum tidur.
2. Bagi UPT Panti Wredha Budhi Dharma Ponggalan Yogyakarta
Hasil dari penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan yang dapat digunakan pengurus panti sebagai salah satu terapi untuk mengatasi gangguan tidur pada lanjut usia yang mengalami insomnia.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya
Melakukan penelitian dengan menggunakan sampel yang lebih banyak dan variabel dikendalikan sepenuhnya. Melakukan penelitian tentang cara mengatasi insomnia dengan terapi lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Amir, N. (2007). *Gangguan Tidur pada Lanjut Usia Diagnosis dan Penatalaksanaan*. Jakarta. Cermin Dunia Kedokteran dalam www.itokindo.org/?wpfb_dl=185, diakses tanggal 30 Januari 2016.

- Azizah, L. M. (2011). *Keperawatan Usia Lanjut*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Bandiyah, S. (2009). *Lanjut Usia dan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Lestari, D. (2015). *Pengaruh terapi murottal terhadap tingkat kecemasan pasien dengan penyakit jantung koroner di ruang ICCU RSUD dr. Soedarso Pontianak*. Skripsi dipublikasikan. Universitas Tanjungpura Pontianak dalam http://Jurnal.untan.ac.id/index.php/jmkeperawatan_FK/article/view/10530/10148, diakses tanggal 20 November 2015.
- KemenKes (2007). *Pedoman Pelaksanaan Promosi Kesehatan di Puskesmas* dalam <https://id.scribd.com/doc/290808722/1/UNDANG-UNDANG-REPUBLIK-INDONESIA-NOMOR-36-TAHUN-2009-TENTANG-KESEHATAN>, diakses tanggal 13 Februari 2016.
- Maulina, K. (2015). *Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia Di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Banyuwangi 2015*. Skripsi dipublikasikan. UNMUH Jember dalam <http://pustaka.unpap.ac.id/wb-content/uploads/2010/08/the-comparison-of-classical-music.pdf>, diakses tanggal 17 Februari 2016.
- Siswantinah (2011) *Pengaruh Terapi Murottal Terhadap Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Dilakukan Tindakan Hemodialisa di RSUD Kraton Kabupaten Pekalongan*. Skripsi dipublikasikan. Universitas Muhammadiyah Semarang dalam jurma.unimus.ac.id/index.php/perawat/article/view/34, di akses tanggal 23 Februari 2016.
- Shihab, Q (2012) *Tafsir Al-Misbah pesan, Kesan dan Keceriasan Al-Qur'an*. Jakarta: Lentera Hati.
- Stanley, M., Beare, G. P. (2007). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Jakarta: EGC.
- Widyastuti, W.I (2015) *Pengaruh Terapi Murottal Surah Ar-Rahman Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lanjut Usia (Lansia) Penderita Hipertensi di Posyandu Lansia Kenanga Wilayah Kerja Upk Puskesmas Siantan Hulu Kecamatan Pontianak Utara*. Skripsi dipublikasikan. Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura Pontianak.