



INTISARI

Latar Belakang: Tren jamaah umrah pada Warga Negara Indonesia meningkat dikarenakan banyaknya biro perjalanan umrah dan juga panjangnya daftar tunggu haji. Oleh karena itu, diperlukan regulasi untuk menjamin jamaah umrah Indonesia dapat melaksanakan umrah dengan aman, nyaman, dan khusyuk. Regulasi tersebut dapat berupa pembinaan (manasik), pelayanan administrasi, perlindungan terhadap jamaah umrah, serta pengawasan terhadap penyelenggara perjalanan ibadah umrah. Timbul banyak permasalahan yang dihadapi oleh calon jamaah umroh tersebut. Salah satu permasalahan tersebut adalah kecemasan. Kecemasan merupakan salah satu gangguan psikiatri yang paling umum terjadi. Oleh karena itu, perlu diteliti apakah manasik umrah dapat mempengaruhi kecemasan pada calon jamaah umroh.

Tujuan: Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh manasik umrah dan faktor yang paling berpengaruh terhadap kecemasan jamaah umrah di Indonesia.

Metode: Desain penelitian ini ialah *quasi experimental* dengan rancangan *Pre test and Post test Design*. Penelitian dilakukan di KBIH Aisyiyah Yogyakarta pada tanggal 10 Mei 2018. Kriteria inklusi subjek penelitian meliputi calon jamaah umrah yang sedang melakukan manasik umrah serta subjek menyetujui *informed consent* untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Kriteria eksklusi adalah data dan jawaban di kuesioner tidak lengkap. Instrumen penelitian menggunakan *informed consent*, kuesioner kecemasan yang disusun peneliti, dan materi manasik. Pengaruh manasik umrah terhadap kecemasan jamaah umrah dianalisis menggunakan SPSS 22.0 dengan uji *Wilcoxon Signed Rank*, taraf signifikansi $p < 0,05$.

Hasil : Subjek penelitian berjumlah 49 orang, didominasi oleh jamaah umrah perempuan (53,06%) dengan rentang usia lansia awal dan lansia akhir, masing-masing 38,78%. Terdapat hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dan kecemasan ($p=0,006$). Rerata peringkat kecemasan laki-laki (19,28) lebih rendah daripada rerata peringkat kecemasan perempuan (30,06). Selisih nilai rata-rata (*mean*) kecemasan sebelum manasik dan sesudah manasik adalah 1,36. Terdapat perbedaan bermakna antara kelompok *pre test* dan *post test* ($p < 0,001$).

Kesimpulan: Manasik umrah berpengaruh dalam menurunkan kecemasan jamaah umrah. Penyebab kecemasan yang paling berpengaruh adalah dari aspek kognitif, yaitu kekhawatiran melakukan kesalahan selama umrah, kekhawatiran tidak bisa melaksanakan umrah karena sakit, dan rasa khawatir tersesat di Tanah Suci.

Kata Kunci: *Kecemasan; Manasik; Umrah*



ABSTRACT

Background: Umrah pilgrim trends in Indonesian citizens increase due to the number of umrah travel agencies and also the length of waiting list of hajj. Therefore, a regulation is needed to ensure that Indonesian umrah pilgrims can perform umrah safely, comfortably and solemnly. The regulation can be in the form of guidance (manasik), administrative services, protection, and supervision of umrah pilgrims. Arise many problems faced by umrah pilgrim. One such problem is anxiety. Anxiety is one of the most common psychiatric disorders. Therefore, it is necessary to examine whether manasik umrah can affect anxiety in pilgrims umroh.

Purpose: This study aims to determine the effect of manasik umrah and the most influential causes on the anxiety of umrah pilgrims in Indonesia.

Method: The design of this research is quasi experimental with pre test and post test design. The research was conducted in KBIH Aisyiyah Yogyakarta on May 10, 2018. The inclusion criteria of the study subjects included the umrah pilgrims who were performing manasik umrah as well as the subject of agreeing informed consent to participate in this research. Exclusion criteria are data and answers in questionnaire incomplete. The research instrument used informed consent, an anxious questionnaire compiled by the researcher, and manasik material. The influence of manasik umrah on umrah pilgrim's anxiety was analyzed using SPSS 22.0 with Wilcoxon Signed Rank test, significance level of $p < 0,05$.

Results: The subjects of the study were 49 people, dominated by female umrah pilgrims (53.06%) with the age range of elderly, respectively 38.78%. There was a significant relationship between sex and anxiety ($p = 0.006$). The average of male anxiety rating (19.28) was lower than the average of female anxiety rating (30.06). The difference in mean anxiety before manasik and after manasik is 1.36. There were significant differences between pre test and post test ($p < 0.001$).

Conclusion: Manasik umrah influential in reducing the anxiety of umrah pilgrims. The most influential cause of anxiety is the cognitive aspect, the fear of making mistakes during Umrah, the fear of not being able to perform umrah because of illness, and the fear of getting lost in the Holy Land.

Keywords: Anxiety; Manasik; Umrah