

Pengaruh Terapi Audio Murottal Al-Qur'an terhadap Skor Halusinasi pada Pasien Halusinasi Pendengaran

Sutri Yani^{1,*}, Weni Sulastri²

^{1,2} Sekolah Tinggi Ilmu kesehatan Sapta Bakti Bengkulu, jln. Mahakam Raya No 16 Lingkar Barat Bengkulu, Bengkulu and Postcode, Indonesia

* Sutrei020585@gmail.com

Abstrak

Halusinasi pendengaran merupakan salah satu gejala utama pada pasien dengan gangguan jiwa, khususnya skizofrenia. Pasien sering mendengar suara-suara yang tidak nyata yang dapat menyebabkan gangguan perilaku dan penurunan kualitas hidup. Penanganan halusinasi tidak hanya mengandalkan terapi farmakologis, tetapi juga membutuhkan pendekatan non-farmakologis seperti terapi audio. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi audio murottal Al-Qur'an terhadap skor pada pasien halusinasi pendengaran. Penelitian ini menggunakan desain pre-eksperimental dengan pendekatan one group pretest-posttest design. Jumlah sampel yang digunakan adalah 15 orang dengan masalah Halusinasi. Hasil penelitian menunjukkan terdapat penurunan skor halusinasi. Sampel dalam penelitian ini diambil dengan menggunakan teknik consecutive sampling yang dianalisis menggunakan uji Wilcoxon. Analisis menunjukkan bahwa nilai $p = 0,001$ yang berarti bahwa ada pengaruh terapi

Kata kunci: Halusinasi pendengaran, terapi murottal, gangguan jiwa

The Effect of Qur'anic Murottal Audio Therapy on Hallucination Scores in Patients with Auditory Hallucinations

Abstract

Auditory hallucinations are one of the main symptoms experienced by patients with mental disorders, particularly schizophrenia. Patients often hear unreal voices that can lead to behavioral disturbances and a decreased quality of life. The management of hallucinations does not rely solely on pharmacological therapy but also requires non-pharmacological approaches such as audio therapy. This study aims to determine the effect of Qur'anic murottal audio therapy on the hallucination scores of patients with auditory hallucinations. This research employs a pre-experimental design using a one-group pretest-posttest approach. The sample consisted of 15 individuals with hallucination problems. The results showed a decrease in hallucination scores. The samples were selected using consecutive sampling and analyzed using the Wilcoxon test. The analysis revealed a p-value of 0.001, indicating a significant effect of the therapy.

Keywords: Auditory hallucination, Murottal therapy, Mental disorders

PENDAHULUAN

Masalah kesehatan jiwa merupakan salah satu tantangan besar dalam sistem pelayanan kesehatan global. World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa lebih dari 450 juta orang di dunia mengalami gangguan mental atau neurologis pada suatu waktu dalam hidup mereka. Gangguan jiwa termasuk dalam kelompok penyakit tidak menular yang terus meningkat setiap tahunnya. Salah satu jenis gangguan jiwa yang cukup umum

namun sering kurang mendapatkan perhatian adalah gangguan halusinasi, khususnya halusinasi pendengaran (WHO, 2022).

Halusinasi pendengaran merupakan gejala yang umum ditemukan pada pasien skizofrenia, yaitu suatu gangguan psikotik kronis yang menyebabkan gangguan persepsi, pikiran, emosi, dan perilaku. Halusinasi pendengaran ditandai dengan persepsi mendengar suara-suara tanpa adanya stimulus suara yang nyata dari luar.

Pasien yang mengalami kondisi ini kerap merasa terganggu oleh suara-suara tersebut yang dapat bersifat menyuruh, mencela, atau mengomentari tindakan mereka (Stuart, 2013).

Di Indonesia, gangguan jiwa berat seperti skizofrenia dengan gejala halusinasi pendengaran cukup tinggi prevalensinya. Data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa sekitar 7 dari 1000 rumah tangga di Indonesia memiliki anggota keluarga dengan gangguan jiwa berat. Banyak dari pasien ini mengalami halusinasi pendengaran sebagai salah satu gejala utama. Kondisi ini tentunya tidak hanya mengganggu kualitas hidup pasien, tetapi juga membebani keluarga dan sistem pelayanan kesehatan (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Berbagai terapi telah dikembangkan untuk menangani halusinasi pendengaran, baik secara farmakologis maupun non-farmakologis. Terapi farmakologis dengan antipsikotik memang dapat membantu menurunkan intensitas halusinasi, tetapi tidak jarang menimbulkan efek samping seperti tremor, kenaikan berat badan, atau sedasi berlebihan. Oleh karena itu, pendekatan non-farmakologis menjadi penting untuk mendampingi pengobatan utama dalam rangka mempercepat pemulihan dan meningkatkan kualitas hidup pasien (Kaplan & Sadock, 2017).

Salah satu pendekatan non-farmakologis yang kini mulai banyak diteliti adalah terapi spiritual, termasuk terapi audio murottal Al-Qur'an. Murottal Al-Qur'an adalah bacaan ayat-ayat suci Al-Qur'an yang dibacakan secara tartil dan merdu oleh qari' (pembaca Al-Qur'an). Terapi ini dipercaya dapat memberikan efek menenangkan, meningkatkan fokus, dan meredakan gejala psikotik, termasuk halusinasi pendengaran. Mekanisme kerja terapi murottal diyakini melalui stimulasi gelombang otak yang mengarah ke kondisi relaksasi dan perasaan tenang (Sutanti, 2020).

Efek menenangkan dari bacaan Al-

Qur'an telah dibuktikan dalam berbagai studi sebelumnya. Sebuah penelitian oleh Ma'arif (2021) menunjukkan bahwa terapi murottal Al-Qur'an dapat menurunkan tingkat kecemasan dan stres pada pasien rawat inap. Efek ini diperoleh dari aktivitas mendengarkan ayat-ayat suci yang dapat merangsang korteks otak untuk melepaskan neurotransmitter seperti serotonin dan dopamin yang berperan dalam regulasi emosi dan persepsi (Ma'arif, 2021).

Dalam konteks pasien dengan halusinasi pendengaran, terapi audio murottal dapat bertindak sebagai stimulus auditif pengalih yang menggantikan persepsi suara halusinasi. Ketika pasien fokus mendengarkan suara bacaan Al-Qur'an, perhatian mereka teralihkan dari suara halusinatif yang mengganggu. Hal ini berdampak pada penurunan frekuensi dan intensitas halusinasi yang dirasakan oleh pasien (Rahmawati, 2019).

Selain itu, aspek spiritual dalam terapi murottal memiliki nilai tersendiri. Pasien yang memiliki latar belakang religius, terutama yang beragama Islam, akan merasa lebih terhubung dengan bacaan ayat suci yang mereka dengar. Perasaan ini memberikan kenyamanan psikologis, memperkuat rasa percaya diri, dan meningkatkan harapan dalam proses penyembuhan. Dalam Islam, Al-Qur'an diyakini sebagai syifa (obat) bagi berbagai penyakit, baik fisik maupun psikis (Q.S. Al-Isra: 82), sehingga memberikan efek sugestif positif pada individu yang meyakinkannya (Hafid, 2020).

Beberapa studi eksperimental telah dilakukan untuk meneliti efektivitas terapi murottal dalam mengurangi gejala halusinasi pendengaran. Penelitian oleh Suryani (2022) menunjukkan bahwa terdapat penurunan signifikan pada skor halusinasi pasien skizofrenia setelah diberikan terapi audio murottal selama 7 hari berturut-turut. Intervensi ini juga dinilai mudah diaplikasikan, tidak menimbulkan efek samping, dan dapat dilakukan secara mandiri oleh pasien di

rumah (Suryani, 2022).

Kelebihan lain dari terapi murottal adalah sifatnya yang ekonomis dan fleksibel. Tidak diperlukan alat khusus selain perangkat audio sederhana seperti speaker atau earphone. Terapi ini juga dapat diakses secara luas karena banyaknya pilihan murottal yang tersedia secara daring maupun luring. Dengan demikian, terapi ini sangat potensial diterapkan sebagai intervensi tambahan di fasilitas kesehatan maupun di lingkungan keluarga (Fauziah, 2023).

Namun demikian, meskipun terapi audio murottal menunjukkan potensi yang menjanjikan, masih diperlukan penelitian yang lebih mendalam dan sistematis, khususnya yang mengukur secara kuantitatif perubahan skor halusinasi. Hal ini penting agar terapi ini dapat diintegrasikan secara resmi ke dalam praktik keperawatan psikiatri dan dijadikan sebagai salah satu intervensi standar untuk pasien dengan halusinasi pendengaran (Fitriyani, 2021).

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk mengkaji lebih lanjut mengenai “Pengaruh Terapi Audio Murottal Al-Qur'an terhadap Skor Halusinasi pada Pasien Halusinasi Pendengaran” sebagai bentuk kontribusi dalam pengembangan intervensi keperawatan berbasis spiritual dan budaya lokal yang relevan dengan konteks masyarakat Indonesia.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini menggunakan desain pre-eksperimental dengan pendekatan one group pretest-posttest design. Jumlah sampel yang digunakan adalah 15 orang dengan masalah Halusinasi. Sampel dalam penelitian ini diambil dengan menggunakan teknik consecutive sampling yang dianalisis menggunakan uji Wilcoxon.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisa Univariat

Tabel 1.

Hasil rata-rata frekuensi sebelum dan sesudah terapi

	N	Mean	Std Deviation	Min	Max
Sebelum	15	1,2667	,45774	1,00	2,00
Sesudah	15	,3333	,48795	,00	1,00

Pada tabel 1. Diketahui bahwa penurunan frekuensi Halusinasi dimana sebelum dilakukan terapi nilai mean 1,2667 dengan standar deviasi ,45774 nilai minimum 1.00 maksimum 2.00. Setelah dilakukan terapi nilai mean ,3333 dengan standar deviasi 48795 nilai minimum 0 maksimum 1.

2. Analisa bivariate

Tabel 2.

Pengaruh Pengaruh Terapi Audio Murottal Al-Qur'an Terhadap Skor Halusinasi Pada Pasien halusinasi Pendengaran

	N	Mean	Std Deviasi	P value
Sebelum	15	1,2667	,45774	0,001
Sesudah	15	,3333	,48795	

Pada tabel 2. Didapatkan penurunan dimana sebelum dilakukan terapi nilai mean 1,2667 dengan standar deviasi ,45774. Setelah dilakukan terapi nilai mean ,3333 dengan standar deviasi,48795. Hasil uji statistik didapatkan nilai p value =0,001 yang bearti ada pengaruh signifikan sebelum dan sesudah dilakukan Terapi.

PEMBAHASAN

Halusinasi pendengaran merupakan salah satu gejala utama dalam gangguan psikotik, terutama pada pasien skizofrenia. Kondisi ini ditandai dengan persepsi mendengar suara yang sebenarnya tidak ada sumbernya di lingkungan eksternal. Suara tersebut dapat berupa bisikan, perintah, atau komentar terhadap pikiran dan tindakan pasien, yang sering kali bersifat negatif dan

mengganggu. Halusinasi pendengaran dapat memicu kecemasan, ketakutan, serta perilaku agresif atau menyendiri pada pasien, yang pada akhirnya berdampak pada kualitas hidup mereka (Stuart, 2013).

Menurut Kaplan & Sadock (2017), sekitar 70-80% pasien skizofrenia mengalami halusinasi pendengaran sebagai bagian dari gejala utama mereka. Gangguan ini sering kali muncul pada fase akut dan dapat berlangsung dalam jangka waktu yang lama jika tidak ditangani dengan baik. Keberadaan halusinasi pendengaran dapat memperburuk kondisi psikologis pasien, menyebabkan disfungsi sosial, serta meningkatkan risiko perilaku berbahaya, seperti melukai diri sendiri atau orang lain (Kaplan & Sadock, 2017).

Di Indonesia, prevalensi gangguan jiwa berat, termasuk skizofrenia dengan gejala halusinasi pendengaran, cukup tinggi. Data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa sekitar 7 dari 1000 rumah tangga memiliki anggota keluarga yang mengalami gangguan jiwa berat. Angka ini menunjukkan pentingnya intervensi yang efektif untuk menangani gejala halusinasi pendengaran agar pasien dapat memiliki kehidupan yang lebih baik (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Terapi Audio Murottal Al-Qur'an sebagai Pendekatan Non-Farmakologis

Pendekatan farmakologis dengan pemberian antipsikotik merupakan terapi utama dalam menangani halusinasi pendengaran. Namun, terapi ini tidak selalu efektif sepenuhnya dan sering kali menimbulkan efek samping yang tidak diinginkan, seperti peningkatan berat badan, tremor, dan sedasi. Oleh karena itu, intervensi non-farmakologis menjadi penting sebagai terapi pendamping dalam mengelola gejala psikotik, salah satunya adalah terapi audio murottal Al-Qur'an (Kaplan & Sadock, 2017).

Terapi murottal Al-Qur'an adalah metode yang melibatkan pemutaran rekaman bacaan Al-Qur'an dengan irama tartil yang merdu. Terapi ini diyakini

memiliki efek menenangkan bagi pendengarnya, membantu mengurangi kecemasan, serta mengalihkan perhatian dari suara halusinatif yang dialami oleh pasien. Sebuah penelitian oleh Rahmawati (2019) menunjukkan bahwa terapi audio murottal dapat menurunkan intensitas halusinasi pendengaran secara signifikan pada pasien skizofrenia. Hal ini disebabkan oleh efek kognitif dan emosional yang ditimbulkan dari mendengarkan bacaan ayat suci yang memberikan ketenangan serta meningkatkan kontrol diri pasien (Rahmawati, 2019).

Secara neurofisiologis, mendengarkan murottal dapat mempengaruhi aktivitas gelombang otak, khususnya dalam meningkatkan gelombang alfa yang berhubungan dengan kondisi relaksasi. Efek ini serupa dengan mekanisme terapi musik yang telah banyak digunakan dalam intervensi psikoterapi untuk pasien dengan gangguan mental (Sutanti, 2020).

Pengaruh Terapi Murottal terhadap Skor Halusinasi

Dalam penelitian ini, hasil menunjukkan bahwa terdapat penurunan skor halusinasi setelah diberikan terapi audio murottal Al-Qur'an selama beberapa hari berturut-turut. Sebelum intervensi, pasien mengalami frekuensi halusinasi yang tinggi dengan tingkat intensitas yang bervariasi, mulai dari ringan hingga berat. Setelah diberikan terapi, mayoritas pasien melaporkan bahwa suara halusinasi mereka menjadi lebih jarang terdengar dan kurang mengganggu dibandingkan sebelumnya (Suryani, 2022).

Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Fauziah (2023), di mana terapi murottal terbukti efektif dalam mengurangi gejala halusinasi pada pasien dengan gangguan jiwa. Dalam studinya, pasien yang rutin mendengarkan murottal mengalami perbaikan dalam persepsi auditori mereka serta menunjukkan peningkatan ketenangan emosional. Mekanisme utama yang diduga berperan

adalah adanya distraksi kognitif, di mana perhatian pasien teralihkan dari suara halusinatif ke suara bacaan Al-Qur'an yang lebih menenangkan (Fauziah, 2023).

Selain itu, studi oleh Ma'arif (2021) juga menemukan bahwa terapi murottal dapat menurunkan kadar hormon kortisol yang berhubungan dengan stres, sehingga membantu mengurangi respons psikologis terhadap halusinasi pendengaran. Penurunan stres ini juga berkontribusi pada meningkatnya kontrol diri pasien terhadap gejala yang mereka alami (Ma'arif, 2021). Mekanisme Kerja Terapi Murottal dalam Mengurangi Halusinasi Pendengaran

Terdapat beberapa mekanisme yang menjelaskan bagaimana terapi murottal dapat membantu mengurangi halusinasi pendengaran. Pertama, terapi ini bertindak sebagai stimulus pengalih perhatian. Pasien yang mengalami halusinasi pendengaran sering kali sulit membedakan antara suara nyata dan suara halusinatif. Dengan adanya stimulus eksternal berupa bacaan murottal, fokus pasien dapat dialihkan sehingga suara halusinasi menjadi kurang dominan dalam kesadaran mereka (Hafid, 2020).

Kedua, terapi murottal memiliki efek menenangkan sistem saraf pusat. Penelitian neurofisiologi menunjukkan bahwa mendengarkan bacaan Al-Qur'an dapat meningkatkan aktivitas gelombang alfa di otak, yang berhubungan dengan keadaan relaksasi dan ketenangan. Hal ini dapat membantu mengurangi kecemasan serta stres yang sering kali memperburuk gejala halusinasi pendengaran (Sutanti, 2020).

Ketiga, dari aspek spiritual dan sugesti positif, terapi murottal dapat memberikan efek psikologis yang kuat, terutama bagi pasien yang memiliki latar belakang religius. Dalam ajaran Islam, Al-Qur'an dipercaya memiliki kekuatan penyembuhan (syifa), yang dapat meningkatkan keyakinan dan harapan pasien dalam proses pemulihan mereka. Efek ini dapat memperkuat ketahanan mental pasien serta membantu mereka

dalam mengontrol gejala yang dialami (Hafid, 2020).

5. Implikasi Hasil Penelitian dalam Praktik Keperawatan

Temuan dalam penelitian ini memiliki implikasi penting dalam bidang keperawatan jiwa. Terapi murottal dapat diintegrasikan sebagai bagian dari intervensi keperawatan untuk pasien dengan halusinasi pendengaran. Perawat dapat memberikan edukasi kepada pasien dan keluarga mengenai manfaat terapi ini serta cara mengaplikasikannya secara mandiri di rumah. Selain itu, fasilitas kesehatan mental dapat memasukkan terapi murottal sebagai bagian dari program rehabilitasi pasien dengan gangguan jiwa (Fitriyani, 2021).

Lebih lanjut, hasil penelitian ini mendukung pentingnya pendekatan holistik dalam keperawatan jiwa, di mana aspek spiritual dan psikologis pasien turut diperhatikan dalam proses terapi. Pendekatan ini tidak hanya membantu dalam mengurangi gejala halusinasi pendengaran tetapi juga meningkatkan kesejahteraan mental pasien secara keseluruhan (Fauziah, 2023).

SIMPULAN

Terdapat penurunan frekuensi halusinasi setelah diberikan terapi musik klasik, dimana nilai $p = 0,001$. Bagi praktisi kesehatan jiwa disarankan untuk mempertimbangkan penggunaan terapi audio murottal Al-Qur'an sebagai intervensi non-farmakologis tambahan dalam menangani halusinasi pendengaran, terutama pada pasien dengan skizofrenia.

DAFTAR PUSTAKA

- Fauziah, N. (2023). *Efektivitas Terapi Murottal dalam Menurunkan Skor Halusinasi pada Pasien Skizofrenia*. Jurnal Keperawatan Jiwa Indonesia, 8(2), 45-52.
- Fitriyani, R. (2021). *Implementasi Terapi Spiritual dalam Keperawatan Jiwa*. Yogyakarta: Pustaka Medis.
- Hafid, A. (2020). *Konsep Syifa dalam Al-*

- Qur'an dan Relevansinya Terhadap Penyembuhan Gangguan Psikis.* Jurnal Studi Islam, 12(1), 89-97.
- Kaplan, H.I., & Sadock, B.J. (2017). *Kaplan and Sadock's Synopsis of Psychiatry* (11th ed.). Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Ma'arif, M. (2021). *Terapi Murottal dan Pengaruhnya terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Rawat Inap*. Jurnal Psikologi Islam, 6(1), 25-33.
- Rahmawati, L. (2019). *Pengaruh Murottal Al-Qur'an terhadap Intensitas Halusinasi Pendengaran*. Jurnal Keperawatan, 7(3), 112-120.
- Stuart, G.W. (2013). *Principles and Practice of Psychiatric Nursing* (10th ed.). St. Louis: Mosby.
- Sutanti, D. (2020). *Stimulasi Gelombang Otak melalui Terapi Murottal*. Jurnal Keperawatan Holistik, 4(1), 55-62.
- Suryani, D. (2022). *Pengaruh Terapi Murottal terhadap Gejala Psikotik pada Pasien Skizofrenia*. Jurnal Penelitian Kesehatan Jiwa, 10(1), 78-85.
- World Health Organization (WHO). (2022). *Mental Health and Substance Use: Facts and Figures*. Retrieved from: <https://www.who.int>