

BAB IV

PROSES DAN HASIL TERAPI AUDIO *MUROTAL* AL-QUR'AN DALAM MENYEMBUHKAN PENYAKIT PADA REMAJA

A. Kondisi Objektif Santri Takhosus Pondok Pesantren Ahlul Qur'an

Makanan yang dikonsumsi oleh remaja akan bergantung pada orang tuanya, lain hal remaja yang tinggal di Pondok Pesantren yang biasanya mereka mengkonsumsi makanan yang disajikan oleh Pondok Pesantren tersebut¹. Kewajiban untuk tinggal di Pondok Pesantren menuntut remaja untuk hidup mandiri dan membiasakan hidup dilingkungan Pesantren serta menjaga agar tubuh tetap sehat walau jauh dari orang tuanya. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti diperoleh data gambaran fisiologi pada santri Takhosus podok Pesantren Ahlul Qur'an sebagai berikut:

Table 2. Kondisi Fisiologi santri Takhosus

| No | Nama | Umur | Gejala Penyakit |
|----|--------|----------|-----------------|
| 1 | An. Aj | 18 Tahun | Flu |
| 2 | An. Ab | 18 Tahun | Migrain |
| 3 | An. Ra | 17 Tahun | Sehat |
| 4 | An. Ri | 17 Tahun | Sehat |
| 5 | An. Fa | 15 Tahun | Sehat |
| 6 | An. De | 17 Tahun | Sehat |

¹ Endah Nurwulan Dan Muhammad Furqan, "Hubungan Asupan Zat Gizi, Pola Makan, Dan Pengetahuan Gizi Dengan Status Gizi Santri Di Pondok Pesantren Yatim At-Thayyibah Sukabumi," 2017, 10.

| | | | |
|----|--------|----------|---------|
| 7 | An. Az | 18 Tahun | Sehat |
| 8 | An. Fh | 14 Tahun | Maag |
| 9 | An. Ha | 11 Tahun | Sehat |
| 10 | An. Fn | 13 Tahun | Sehat |
| 11 | An. Ma | 13 Tahun | Sehat |
| 12 | An. Rl | 13 Tahun | Sehat |
| 13 | An. Re | 17 Tahun | Sehat |
| 14 | An. Rn | 15 Tahun | Anemia |
| 15 | An. Ma | 14 Tahun | Sehat |
| 16 | An. Ri | 15 Tahun | Sehat |
| 17 | An. Ba | 13 Tahun | Maag |
| 18 | An. Se | 18 Tahun | Sehat |
| 19 | An. Hu | 23 Tahun | Sehat |
| 20 | An. Ap | 22 Tahun | Sehat |
| 21 | An. Hz | 20 Tahun | Scabies |
| 22 | An. Ft | 20 Tahun | Diare |
| 23 | An. Dk | 20 Tahun | Sehat |
| 24 | An. Af | 19 Tahun | Sehat |
| 25 | An. Ai | 20 Tahun | Sehat |

Berdasarkan hasil wawancara pada table. 2 menunjukkan sebagian besar santri Takhosus Pondok Pesantren Ahlul Qur'an Palembang memiliki fisiologi yang sehat, dan sebagian kecil memiliki keluhan penyakit yang berbeda-beda.

Menurut peneliti nyeri yang dialami pada santri dapat berkurang atau menurun setelah dilakukan terapi murottal Al-Quran selama 15

menit. Karena mendengarkan bacaan ayat suci Al-Qur'an lebih bermanfaat dari pada mendengarkan musik dan lain-lain. Suara Al-Qur'an bisa meredakan stress dan meningkatkan ketahanan stress, meningkatkan relaksasi, ketenangan, kenyamanan dan intensitas nyeri. Saat santri mendengarkan bacaan ayat suci Al-Qur'an yang dilakukan dengan baik, maka bisa menimbulkan rasa nyaman dan tenang bagi santri sehingga nyeri dapat berkurang dan ada penurunan pada rasa sakitnya. Dengan mendengarkan Murottal Al-Qur'an juga dapat merasakan perubahan secara fisiologis seperti kesedian serta memperoleh ketenangan jiwa, hal tersebut membuktikan bahwa Al-Qur'an memiliki pengaruh yang sangat kuat pada kesehatan terutama untuk menimbulkan perasaan menjadi rileks dan nyaman.

Hal ini didukung pada penelitian Ninik Puji Rochmawati (2018) dengan judul penelitian pengaruh *Murottal* Al-Qur'an terhadap nyeri post operasi yang mengungkapkan bahwa mendengarkan ayat-ayat suci Al-Qur'an, seorang muslim dapat merasakan perubahan fisiologis yang sangat besar, mereka merasakan adanya penurunan depresi, ketenangan jiwa sehingga dapat bersyukur dan membuat tubuh menyadi lebih relaks

Rangsangan dalam mendengarkan al-Quran dapat meningkatkan endorfin dan dapat menurunkan kebutuhan terhadap meminum obat-obatan. Pelepasan hormon tersebut dapat mengalihkan perhatian dan rasa sakit dari sebuah penyakit tersebut.

Dengan mempelajari alquran dapat mempengaruhi kondisi fisik, psikologi dan spiritual. Al-Quran adalah dapat dijadikan obat penawar dari berbagai macam penyakit karna Al-Qur'an mengalun indah yang dapat menenangkan fikiran dan menyamakan rasa nyeri pada tubuh. Rasa tenang yang ditimbulkan dari *Murottal* Al-Qur'an dapat mengalihkan rasa sakit yang dirasakan oleh para santri dan dapat menimbulkan kesehatan yang lebih baik dari sebelumnya.

B. Penerapan penggunaan Audio *Murottal* Al-Qur'an

Table 3. Jumlah Hafalan Santri Takhosus

| No | Nama | Umur | Jumlah Hafalan perhari | Juz | Nama Surah |
|----|--------|----------|------------------------|-------------|------------|
| 1 | An. Aj | 18 Tahun | 2 halaman | 12 | Yusuf |
| 2 | An. Ab | 18 Tahun | 1,5 Halaman | 7 | Al-an'am |
| 3 | An. Ra | 17 Tahun | 2 Halaman | 13 | Yusuf |
| 4 | An. Ri | 17 Tahun | 1,5 Halaman | 4 | Al-imron |
| 5 | An. Fa | 15 Tahun | 2 Halaman | 4 | Al-imran |
| 6 | An. De | 17 Tahun | 2 Halaman | 2 | Al-baqarah |
| 7 | An. Az | 18 Tahun | 1 Halaman | 2 | Al-baqarah |
| 8 | An. Fh | 14 Tahun | 1,5 Halaman | 2 | Al-baqarah |
| 9 | An. Ha | 11 Tahun | 1,5 Halaman | 29-30 | Al-qolam |
| 10 | An. Fn | 13 Tahun | 1 Halaman | 6 | Al-maidah |
| 11 | An. Ma | 13 Tahun | 1,5 Halaman | 10 | At-taubah |
| 12 | An. Rl | 13 Tahun | 1 Halaman | 27,28,29,30 | Az-zariat |
| 13 | An. Re | 17 Tahun | 1,5 Halaman | 1 | Al-baqarah |
| 14 | An. Rn | 15 Tahun | Konseling | 1 | Al-baqarah |
| 15 | An. Ma | 14 Tahun | 2 halaman | 2 | Al-baqarah |

| | | | | | |
|----|--------|----------|-----------|--------|----------|
| 16 | An. Ri | 15 Tahun | 2 halaman | 9 | Al-a'raf |
| 17 | An. Ba | 13 Tahun | 1 Halaman | 8 | Al-an'am |
| 18 | An. Se | 18 Tahun | Konseling | Tahsin | - |
| 19 | An. Hu | 23 Tahun | Khotam | 30 | An-nas |
| 20 | An. Ap | 22 Tahun | 1 Halaman | 9 | Al-a'raf |
| 21 | An. Hz | 20 Tahun | 1 Halaman | 22 | Saba' |
| 22 | An. Ft | 20 Tahun | 1 Halaman | 24 | Ghafir |
| 23 | An. Dk | 20 Tahun | 1 Halaman | 4 | Al-imron |
| 24 | An. Af | 19 Tahun | 1 Halaman | 13 | Ibrahim |
| 25 | An. Ai | 20 Tahun | 1 Halaman | 24 | Fusilat |

Berdasarkan Tabel diatas didapatkan bahwa setiap santri memiliki hafalan dengan jumlah halaman berbeda-beda sesuai kemampuan otak mereka. Penggunaan Audio pada Pesantren ini tidak terlalu ditekankan. Tetapi peneliti disini mencoba untuk mencari tau apakah dengan menggunakan metode Audio memiliki efek terhadap kesembuhan penyakit pada santri Takhosus Pondok Pesantren Ahlul Qur'an Palembang. Dengan menggunakan Terapi *Murottal* Al-Qur'an ini dapat dijadikan sebagai penawar penyakit fisik maupun non fisik. Salah satunya ialah penyembuhan penyakit pada remaja di Pondok Pesantren Ahlul Quran. Para Ilmuan menyatakan bahwa pentingnya Terapi dengan efek yang minim, dari pada Terapi yang memiliki efek yang beresiko tinggi seperti kemoTerapi yang bisa mematikan sel-sel sehat dalam tubuh.

Penerapan Terapi Audio *Murottal* Al-Qur'an di Pondok Pesantren Ahlul Qur'an ini tidak hanya menggunakan alat seperti speaker dan sebagainya tetapi

dengan membaca Al-Qur'an atau menyimak hafal dari teman telinga pun dapat mendengarkan suara yang dikeluarkan dari mulut yang mengucapkan lafadz ayat ayat suci Al-Qur'an. Bagi umat Muslim alternative Terapi berupa membaca dan mendengarkan lantunan ayat-ayat suci Al-Qur'an secara teratur setiap hari yang di iringi oleh keyakinan atas penyembuhan dan pertolongan dari Allah SWT. Dalam pemberian Terapi pada para santri mendengarkan dan sekaligus dapat menghafal bagian ayat suci Al-Qur'an yang belum dihafalnya.

Membaca dan mendengarkan "Quran" akan merangsang telinga pembaca dengan suara setelah membaca dan mendengarkan "Quran". Memproses dan menerima gelombang suara, telinga membedakan frekuensi dan mengirimkan informasi ini ke otak. Telinga dapat mendengar suara apapun yang dihasilkan oleh getaran udara. Jika sedang mencari Terapi alternatif, Terapi kitab suci Aluna menggunakan Al-Qur'an bisa digunakan karena menghasilkan gelombang segitiga 63,11 persen².

Dengan mendengarkan bacaan Al-Qur'an lebih bermanfaat dibandingkan dengan mendengarkan suara lainnya seperti music. Suara Al-Qur'an membantu menghilangkan stress, dapat meningkatkan ketahanan terhadap stres,

² Eva Dwi Mayrani Dan Elis Hartati, "Intervensi Terapi Audio Dengan *Murottal* Surah Ar-Rahman Terhadap Perilaku Anak Autis," *Jurnal Keperawatan Soedirman* 8 (2013): 8.

meningkatkan relaksasi, ketenangan dan kenyamanan, membantu mengatasi insomnia, meningkatkan kekebalan dan dapat meningkatkan kecerdasan spiritual³.

Dengan adanya Terapi Audio *Murottal* Al-Qur'an ini akan meningkatkan kualitas kesadaran diri terhadap Allah SWT. Dalam keadaan ini otak berada pada gelombang alpha. Dalam keadaan otak yang tenang, otak dapat berfikir dengan jernih dan dapat merenungkan keberadaan Allah SWT. sehingga terbentuknya harapan dan keyakinan yang positif terhadap kesembuhan sebuah penyakit.

C. Pengalaman setelah melakukan Terapi Audio *Murottal* Al-Qur'an

Mendengarkan bacaan ayat-ayat Al-Quran dengan tartil akan mendapatkan ketenangan jiwa sehingga dari ketenangan jiwa tersebut membuat tubuh relaks dan dapat mengurangi rasa sakit didalam tubuh sebagaimana firman Allah dalam surah Al-Isra ayat 82 yang artinya “Dan kami turunkan Alquran sebagai penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman.” (QS al-Isra [17]: 82).

Wawancara dilakukan terhadap 7 Santri Takhusus yang memiliki keluhan penyakit yang berbeda-beda.

³ Stikes Karsa Husada Kabupaten Garut, Tarogong Kidul, Garut - Indonesia Dkk., “Terapi *Murottal* Efektif Menurunkan Tingkat Nyeri Dibanding Terapi Musik Pada Pasien Pascabedah,” *Jurnal Keperawatan Indonesia* 17, No. 2 (30 Juli 2014): 74–80, <https://doi.org/10.7454/Jki.V17i2.444>.

Table 4. Pernyataan Santri Takhosus

| No | Nama | Pernyataan | Translete |
|----|--------|--|---|
| 1 | An. Aj | “Sebelum mendengarkan Al-Quran saya sering merasakan badan saya tidak enak dan hidung meler, sehingga membuat saya sulit dalam melakukan aktivitas, Alhamdulillah setelah saya mendengarkan Murottal Al-Quran tubuh saya merasa santai dan tenang pada tubuh saya” | “Sebelum mendengarkan Al-Quran saya merasakan tubuh yang tidak enak dan pilek yang membuat saya kesulitan dalam ber-aktivitas, setelah mendengarkan Murottal Al-Qur’an tubuh saya merasa relaks dan tenang” |
| 2 | An. Ab | “Sebelum mendengarkan Al-Qur’an saya merasakan kepala saya pusing sakit kepala, sehingga saya saya tidak bisa melakukan aktivitas yang seharusnya saya kerjakan, tetapi setelah saya mendengarkan Al-Qur’an | “Sebelum mendengarkan Murottal Al-Qur’an kepala saya pusing yang menyebabkan saya tidak bisa melakukan aktivitas saya, tetapi mendengarkan Murottal Al-Qur’an kepala saya merasakan perubahan yang |

| | | | |
|---|--------|--|---|
| | | kepala saya tidak begitu sakit lagi sehingga membuat saya menjadi bisa melakukan aktivitas sehari-hari | membuat kepala saya tidak sakit lagi” |
| 3 | An. Fh | “Saya sudah mengidap penyakit maag ini hampir 1,5 tahun dan saya merasakan mual muntah setiap kali saya telat makan, tetapi setelah saya berada di pondok pesantren saya sudah jarang meminum obat maag, dan maag saya kambuh saya akan membaringkan badan sembari bersolawat mengingat Allah” | “ Saya sudah merasakan penyakit maag ini sekitar 1,5 tahun dan saya sering merasakan mual muntah setiap saya telat makan, dan ketika maag saya kambuh saya membaringkan badan sembari mengingat Allah, setelah berada di Pondok Pesantren saya sudah jarang hampir tidak pernah meminum obat maag lagi” |
| 4 | An. Rn | “Kepala saya sering pusing ketika penyakit saya kambuh tetapi saya bisa mengatasinya dengan mengingat Allah. Karna menurut saya Allah itu maha | “Ketika penyakit saya kambuh,kepala saya sering pusing. Saya mengatasinya dengan cara mengingat Allah, karna Allah maha penyembuh |

| | | | |
|---|--------|--|---|
| | | penyembuh. Dengan itu pikiran saya tenang dan penyakit saya bisa berkurang dengan kekuatan dari Allah” | penyakit manusia. Setelah itu pikiran saya bisa lebih tenang dan tentram dengan Kekuatan dari Allah”. |
| 5 | An. Ba | “Perut saya sangat sakit ketika maag ini kambuh, tetapi saya bisa mengatasinya dengan mendengarkan simakan dari teman sembari beristirahat, dengan itu saya lebih bisa menyembunyikan rasa sakit perut saya ini” | “ketika maag saya kambuh perut saya sering sakit. Saya bisa mengatasinya dengan mendengarkan simakan dari teman dan beristirahat. Sehingga saya bisa mengalihkan rasa sakit terhadap perut akibat maag yang kambuh” |
| 6 | An. Hz | “Badan saya gatal-gatal dan muncul bentol-bentol dan rasa panas diseluruh punggung, setelah dilakukan terapi dengan Al-Quran. Dengan perlahan rasa panas ini bisa berkurang” | “Punggung saya gatal dan muncul bentol disertai panas. Setelah Mendengarkan Murottal Al-Qur’an perlahan rasa panas dalam tubuh saya berkurang” |
| 7 | An. Ft | “Ana merasakan nyeri perut, BAB yang terlalu sering, mual, | “ Saya merasakan nyeri Perut, BAB yang sering disertai mual |

| | | |
|--|--|---|
| | <p>muntah dan nyeri dikepala, setelah melakukan terapi Murottal ini ana bisa lebih tenang, dan bisa mengalihkan rasa sakit perut saya ini. Bisa menenangkan jiwa ana dan membuat fikiran ana lebih baik”</p> | <p>dan muntah, setelah mendengarkan Al-Quran ini saya bisa lebih tenang dan rasa sakit perut saya ini berkurang, jiwa dan fikiran saya lebih tenang</p> |
|--|--|---|

Berdasarkan Tabel. 3 menunjukkan bahwasanya Al-Qur’an dapat meredakan nyeri atau mengalihkan rasa sakit di dalam tubuh santri Takhosus. Ini membuktikan bahwa membaca dan mendengarkan ayat ayat suci Al-Qur’an merupakan stimulus yang dapat mempengaruhi respon terhadap fisik dan psikologi dari pendengar maupun pembacanya, sehingga dapat menjadikan suatu intervensi yang efektif dalam peningkatan fisiologis pada remaja.

Istilah syifa dapat diartikan dengan berbagai cara, menurut Al-Qurtubi. Sebagai langkah awal, Al-Qur’an memiliki kekuatan untuk memulihkan iman di hati orang-orang yang menderita akibat kemurtadan dan ketidakpercayaan. Itu juga menyembuhkan jiwa yang rapuh dengan membuka kunci pintunya dan membiarkannya bernafas. Sebagai manfaat ketiga dari membaca Al-Qur’an, itu

juga merupakan sarana mencegah dan mengobati penyakit fisik. Hal senada juga dikatakan oleh Ibnu Qayyim al-Jauziyah. Penyakit jiwa dan raga dapat diringankan dengan membaca Al-Qur'an.

Hal ini didukung oleh pendapat Amia Rosandi dan desi Ariyani (2019) menunjukkan hasil bahwa tingkat nyeri mengalami perubahan drastis dari berat ke ringan dikarenakan Terapi ini memberikan kesan spiritual yang menjadikan jiwa tenang dan relaks serta membuat tumbuhnya energi baru pada tubuh.

Hasilnya, penggunaan Terapi Audio *Murottal* Al-Quran dapat meringankan bahkan menghilangkan rasa sakit fisik, serta meringankan tekanan emosional. Sebagai sarana meringankan rasa sakit yang dirasakan setelah mendengar suara Al-Qur'an, sehingga tidak terfokus pada rasa sakit itu sendiri⁴.

Dengan Terapi *Murottal* Al-Qur'an, kualitas kesadaran terhadap tuhan akan meningkat baik orang tersebut tahu arti Al-Quran maupun tidak. Maka disini akan meningkatkan kepasrahan kepada Allah SWT dalam keadaan sadar dan selalu berikhtiar meminta pertolongan kepada Allah SWT. Dengan ini otak berada pada gelombang alpha yang merupakan gelombang otak yang ber frekuensi 7-14 Hz. Ini adalah otak dimana berada dalam keadaan optimal dan menyingkirkan keadaan yang mengganggu pikiran seperti stress dan sebagainya.

⁴Noor Khalilati Dan Muhammad Humaidi, "Pengaruh Terapi *Murottal* Al-Qur'an Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Cedera Kepala Di Ruang Bedah Umum Rsud Ulin Banjarmasin," *Al Ulum Jurnal Sains Dan Teknologi* 5, No. 1 (1 November 2019): 30, <https://doi.org/10.31602/Ajst.V5i1.2561>.

Para santri Takhosus membandingkan sebelum dan sesudah berada di Pondok Pesantren mereka merasakan hal yang berbeda. Salah satu santri yang memiliki fisiologi yang sehat merasakan hal yang positif⁵. Hal ini didukung oleh pembuktian dari ahli seperti Ahmad Al Khadi direktur utama *Islamic Medicine Institute for Education* Yaitu *Murottal* Al-Qur'an memiliki pengaruh yang positif bagi pendengarnya dan Terapi dengan *Murottal* Al-Qur'an dapat mempercepat penyembuhan pada penyakit fisiologi seseorang.

⁵ Wawancara dan observasi dengan santri Takhosus di Pondok Pesantren Ahlul Qur'an Palembang. Pada hari Jum'at 29 Oktober 2021