

## TERAPI PSIKORELIGIUS MENGGUNAKAN TERAPI AL-QUR'AN TERHADAP HALUSINASI PASIEN SKIZOFRENIA

Icih Susanti<sup>1</sup>, Suryani<sup>2</sup>, Imas Rafiyah<sup>3</sup>  
Universitas Padjadjaran<sup>1,2,3</sup>  
icih22001@mail.unpad.ac.id<sup>1</sup>

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui terapi psikoreligius dengan membaca dan mendengarkan Al-Qur'an terhadap halusinasi pada pasien skizofrenia. Metode yang digunakan adalah studi literatur menggunakan PubMed, CINAHL, dan Google Scholar dengan kriteria inklusi artikel penelitian kuantitatif, berfokus pada terapi Al-Qur'an, publikasi tahun 2018-2022, tersedia *fulltext* berbahasa Indonesia dan Inggris. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat tujuh artikel yang dianalisis dan menunjukkan efektivitasnya terhadap penurunan halusinasi pasien skizofrenia menggunakan terapi Al-Quran dengan membaca, mendengarkan dan juga kegiatan SQEFT. Terapi ini diterapkan pada kondisi stress, kecemasan, depresi, serta gangguan psikologis lainnya. Prosedur pelaksanaan dengan membaca surah Al-Fatihah dan mendengarkan surah Al-Baqarah yang dilakukan selama 30 menit. Simpulan, terapi Al-Qur'an terbukti efektif digunakan untuk menurunkan halusinasi pada pasien skizofrenia.

Kata Kunci: Al-Qur'an, Halusinasi, Skizofrenia, Terapi Psikoreligius

### ABSTRACT

*This research aims to determine psycho-religious therapy by reading and listening to the Koran for hallucinations in schizophrenia patients. The method used is a literature study using PubMed, CINAHL, and Google Scholar with inclusion criteria for quantitative research articles focusing on Al-Qur'an therapy, publications in 2018-2022, and full text available in Indonesian and English. The results of the study showed that there were seven articles analyzed that showed their effectiveness in reducing hallucinations in schizophrenic patients using Al-Quran therapy by reading, listening, and SQEFT activities. This therapy is applied to conditions of stress, anxiety, depression, and other psychological disorders. The implementation procedure is to read Surah Al-Fatihah and listen to Surah Al-Baqarah for 30 minutes. In conclusion, Al-Qur'an therapy has proven to be effective in reducing hallucinations in schizophrenia patients.*

Keywords: Al-Qur'an, Hallucinations, Schizophrenia, Psychoreligious Therapy

### PENDAHULUAN

Skizofrenia merupakan gangguan jiwa berat yang kompleks dengan variasi positif, negatif, dan kognitif yang heterogen dan beragam (Ramadan et al., 2020). Di Indonesia, prevalensi kasus skizofrenia di Indonesia adalah 7 orang per mil area (Wahid & Nashori, 2021). Diperkirakan lebih dari 90% pasien skizofrenia mengalami halusinasi dan 70% pasien skizofrenia di Jawa Barat ada pada gangguan halusinasi pendengaran dan menjadi masalah

yang paling umum terjadi (Kemenkes RI, 2018). Adapun dampak dari halusinasi pada pasien adalah histeria, rasa lemah dan tidak mampu mencapai tujuan, ketakutan berlebihan, dan pikiran yang buruk (Akbar & Rahayu, 2021). Menurut Gasril et al., (2020) dampak perilaku yang mungkin terjadi dalam situasi ini meliputi tindakan agresif, pemikiran bunuh diri, isolasi sosial, dan potensi bahaya terhadap diri sendiri dan orang lain. Sehingga perlu ada penanganan untuk mengendalikan halusinasi pasien skizofrenia.

Penanganan skizofrenia tanpa menimbulkan cedera, baik fisik maupun mental, bagi pasien dan dapat dilakukan oleh perawat maupun keluarga, yakni penerapan terapi non-farmakologi. Terapi non farmakologi dapat berupa terapi modalitas (Sari et al., 2022). Salah satu terapi modalitas adalah terapi psikoreligius yang kini dianjurkan untuk dilakukan di rumah sakit karena mampu mencegah dan melindungi kejiwaan, meningkatkan proses adaptasi, mengurangi kejiwaan, dan kesembuhan (Fitriani et al., 2020). Terapi yang sering digunakan dalam terapi psikoreligius ini adalah terapi membaca dan mendengarkan ayat suci Al-Qur'an (Riyadi et al., 2022). Melihat hal tersebut, memberikan terapi psikoreligius berupa terapi Al-Qur'an diharapkan mampu menjadi penanganan alternatif untuk menurunkan halusinasi pasien skizofrenia yang dapat diterapkan baik oleh tenaga kesehatan di institusi rumah sakit ataupun keluarga pasien ketika di rumah.

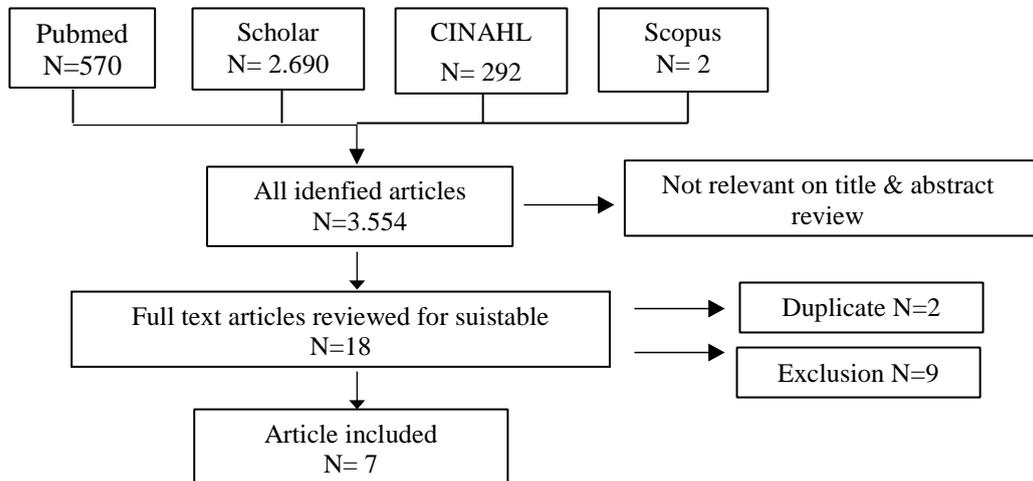
Selain itu, pedoman praktik sangat diperlukan untuk melaksanakan terapi psikoreligi dengan terapi Al-Qur'an oleh perawat maupun keluarga berbasis *evidence based practice* (EBP) pada pasien skizofrenia dengan halusinasi. Oleh karena itu, peneliti merasa masalah yang terjadi sangat penting melihat dampak dan risiko negative yang dapat terjadi. Sehingga perlu membentuk sebuah tim untuk meninjau literatur atau melakukan studi literatur berbasis EBP mengenai terapi psikoreligius menggunakan terapi Al-Qur'an terhadap halusinasi pasien skizofrenia. Penelitian yang dilakukan peneliti bertujuan untuk mengetahui terapi psikoreligius menggunakan terapi Al-Qur'an terhadap halusinasi pada pasien skizofrenia. Manfaat yang diberikan berupa suatu bahan informasi untuk para pembaca dan tenaga kesehatan dalam pemberian asuhan keperawatan kepada pasien yang memiliki halusinasi. Terapi ini fleksibel, hemat, dan mudah digunakan sehingga praktis untuk memberi asuhan keperawatan.

## **METODE PENELITIAN**

Studi ini meninjau literatur keperawatan yang relevan dalam perawatan spiritual dengan terapi psikoreligius (Al-Qur'an) pada halusinasi pasien skizofrenia. Pertanyaan dalam tinjauan sistematis ini yaitu bagaimana efektivitas dan prosedur terapi psikoreligi menggunakan terapi Al-Qur'an pada pasien skizofrenia. Artikel diseleksi menggunakan kriteria inklusi yang terdiri dari artikel mengenai terapi psikoreligius (Al-Qur'an) pada halusinasi pasien skizofrenia, penelitian dengan desain *randomized controlled trial* (RCT) dan *quasi experimental*, dipublikasi dalam kurun waktu 5 tahun terakhir (2018-2023), dan tersedia fulltext dalam bahasa Indonesia dan bahasa Inggris. artikel yang dikecualikan jika berisi mengenai studi terapi psikoreligius (Al-Qur'an) pada *caregiver* pasien skizofrenia atau pasien paliatif, abstrak atau *summary* tidak berbahasa Inggris dan Indonesia, intervensi tidak membahas halusinasi pada orang dengan skizofrenia, serta artikel berupa *proceeding*, skripsi, thesis, editorial, buku, dan protokol penelitian.

Proses pencarian menggunakan database seperti PubMed, CINAHL, dan Google Scholar. Kata kunci yang digunakan dalam penelusuran artikel dalam bahasa Indonesia yaitu "Skizofrenia" AND "Halusinasi" AND "Terapi Al-Qur'an" OR "Qur'an" OR "Al-Quran". Sedangkan, kata kunci dalam bahasa Inggris yaitu "*hallucinations*" and "*schizophrenia*" AND "*Quran*" OR "*Al- Quran*" OR "*Koran*" OR "*Al-Kareem*" OR "*Holy Quran*".

kemudian penulis melakukan analisa dan dijadikan sebagai bahan dalam *evidence-based practice* bagi pasien skizofrenia yang mengalami halusinasi. Selanjutnya, penulis menyajikan hasil artikel dalam ringkasan naratif. Bagan 2.1 di bawah ini menunjukkan alur studi yang terpilih untuk dilakukan peninjauan berdasarkan alur *Preferred Reporting Items for Meta-Analysis* (PRISMA).



Bagan. 1  
Diagram Alur Prisma

## HASIL PENELITIAN

Tabel.1  
Hasil Analisa Artikel

Identitas Jurnal	Metode penelitian	Hasil penelitian
Mardiati, S., Elita, V., & Sabrian, F. (2019). Pengaruh Terapi Psikoreligius: Membaca Al Fatihah Terhadap Skor Halusinasi Pasien Skizofrenia.	Quasi eksperimental	Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan nilai median pretest dan posttest setelah diberikan terapi membaca Al fatihah yaitu dari 38,00 menjadi 17,00, sehingga ada pengaruh terapi membaca Al Fatihah terhadap skor halusinasi pasien skizofrenia dengan p-value $(0,019) < \alpha (0,05)$ . Terapi psikoreligius: membaca Al-Fatihah efektif menurunkan skor halusinasi pada pasien skizofrenia
Devita, Y., & Hendriyani. (2019). Pengaruh Terapi Al-Qur'an Terhadap Penurunan Frekuensi Halusinasi Pendengaran Pasien Skizofrenia.	Quasi eksperimental	Hasil analisis didapatkan selisih rata-rata frekuensi halusinasi pendengaran pasien skizofrenia sebelum dan sesudah diberikan terapi Al-Qur'an adalah 2,04. Hasil uji paired sample t-test didapatkan p value 0,000. Terdapat pengaruh yang efektif dari terapi membaca Al-Qur'an terhadap penurunan frekuensi halusinasi pendengaran pasien skizofrenia.
Riyadi, A., Handono, & Sholehah, B. (2022). Pengaruh Terapi Murattal Al-Qur'an terhadap Tingkat Skala Halusinasi Pendengaran	Quasi eksperimental	Hasil p-paired test setelah diberikan intervensi pada hari ke-5 menunjukkan P value 0,043, hari ke 6 dengan P value 0,026 dan hari ke 7 dengan P Value 0,011. Terdapat pengaruh terapi mendengarkan Al- Qur'an (Murottal) untuk menurunkan tingkat skala halusinasi

pada Pasien Skizofrenia di RSUD dr. H. Koesnadi Bondowoso		pendengaran pasien skizofrenia
Utomo, S. F. P., Aisyah, P. S., & Andika, G. T. (2021). Efektifitas Terapi Qur'anic Healing Terhadap Halusinasi Pendengaran Pada Skizofrenia	Quasi eksperimental	Terdapat perbedaan antara kelompok kontrol dan intervensi sebelum dan setelah pemberian terapi dengan nilai p-value= 0,000. Quranic healing dengan mendengarkan ayat suci Al-Qur'an efektif dapat menurunkan gejala halusinasi pada skizofrenia.
Rosyanti, L., Hadi, I., Tanra, J., Islam, A., Natzir, R., Massi, M. N., Idrus, F., & Bahar, B. (2019). Change of brief psychiatric rating scale (BPRS) value with spiritual qur'anic emotional freedom technique (SQEFT) therapy on mental disorder patient.	Quasi eksperimental	Hasil uji statistik T sampel berpasangan pada kelompok perlakuan SQEFT, nilai BPRS untuk pre, post1 dan post2 adalah P = 0,000 secara signifikan, yang berarti terjadi penurunan nilai BPRS yang signifikan untuk setiap minggu setelah intervensi SQEFT. Pada kelompok kontrol nilai BPRS menurun pada pre dan post2 (P = 0,001), sedangkan post1 dan post2 (P= 0,193) tidak turun lagi. Terapi SQEFT menurunkan nilai BPRS dan terdapat perbaikan klinis pada 4 gejala penilaian BPRS, salah satunya pada gejala halusinasi sebagai gejala positif dari skizofrenia
Rosyanti, L., Hadi, I., Tanra, J., Islam, A., Hatta, M., Hadju, V., Idrus, F., & Ibrahim, K. (2018). The Effectiveness of Spiritual Qur'anic Emotional Freedom Technique (SQEFT) Intervence Against the Change of Brief Psychiatric Rating Scale (BPRS) on Patient with Schizophrenia.	Quasi eksperimental	Ada perbedaan yang signifikan antara non SQFET dan SQEFT1, SQEFT2 dengan pvalue 0,000. Perbedaan ini menunjukkan bahwa nilai BPRS bergerak lebih rendah secara signifikan sebelum diberikan intervensi SQEFT, setelah diberikan SQEFT pada tahap 1 dan SQEFT pada tahap 2. Nilai BPRS yang lebih rendah menunjukkan kondisi psikologis, kondisi kognitif pasien skizofrenia yang lebih baik. Intervensi SQEFT sangat efektif sebagai terapi komplementer bagi pasien skizofrenia yang dapat diterapkan oleh seluruh tenaga medis, tenaga kesehatan, keluarga, dan masyarakat. Terjadi perubahan yang signifikan pada beberapa skala BPRS pada minggu keempat dibanding minggu pertama yang menunjukkan bahwa semakin sering melakukan intervensi ini maka semakin menunjukkan efek yang baik
Mahmuda, I. R., Jumaini, & Agrina. (2018). Perbedaan Efektivitas Antara Membaca Dengan Mendengarkan Surah Al Fatihah Terhadap Skor Halusinasi.	Quasi eksperimental	Intervensi membaca dan mendengarkan surah <i>Al Fatihah</i> dengan uji <i>Dependent sample T test</i> menunjukkan hasil yang signifikan terhadap penurunan skor halusinasi karena kedua kelompok didapatkan <i>p value</i> (0.000) < ( $\alpha=0.05$ ). Hasil Uji <i>Independent sample T test</i> didapatkan <i>p value</i> (0.652) > ( $\alpha=0.05$ ). Tidak ada perbedaan yang signifikan efektivitas antara membaca dengan mendengarkan surah <i>Al Fatihah</i> terhadap skor halusinasi

Hasil analisis artikel yang telah dilakukan dengan tujuh artikel penelitian, meliputi: terapi psikoreligi untuk menurunkan halusinasi dapat berupa membaca, mendengarkan, dan kombinasi terapi Al-Qur'an dengan SEFT. Pasien membaca dan mendengarkan Al-Qur'an seperti surah Al-Fatihah: 1-7, QS:Al-Isra: 82, QS:Yunus: 57, dan QS:AL-Ra'd:11. Selain itu,

SQEFT yang berupa terapi emosional dengan memikirkan pikiran negatif untuk dipasrahkan kepada Allah, setelah itu membaca Al-Qur'an dengan Al-Fatihah, Ayat Kursi, Al-Iklash, Al-Falaq, dan An-Nas. Terapi kombinasi ini diawali dengan kegiatan penyuluhan agama, kemudian sholat dengan berdoa meminta kesembuhan. Setelah itu, bernapas dalam sembari berdzikir dan membaca surah Al-Qur'an yang dilanjutkan dengan mendengarkan surah Ar-Rahman. Kemudian diulang dengan teknik bernapas dalam sambil berdzikir yang diakhiri dengan bacaan hamdalah dan sujud syukur.

Pemberian waktu intervensi membaca, mendengarkan, ataupun keduanya dilakukan rata-rata sebanyak 30-60 menit selama 6 hari, 7 hari, hingga 4 minggu. Pelaksanaan intervensi dapat dilakukan sebelum meminum obat atau setelah kegiatan makan, mandi, dan minum obat. Media yang diperlukan yaitu kitab Al-Qur'an, speaker murrotal Al-Qur'an, alat elektronik pemutar suara, dan *earphone*. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian tersebut adalah Auditory Hallucinations Rating Scale (AHRS) dan Brief Psychiatric Rating Scale (BPRS). Kedua instrumen ini digunakan untuk mengukur keparahan gejala dari gejala psikotik dan halusinasi pendengaran.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan tujuh artikel yang didapat, terapi psikoreligius dalam perawatan pasien skizofrenia ternyata mampu menurunkan skor halusinasi pada pasien skizofrenia. Artikel pertama menjelaskan pengaruh terapi psikoreligius dengan membaca surah Al-Fatihah dan membandingkannya dengan skor halusinasi pasien skizofrenia. Hasil dari penelitiannya menunjukkan adanya penurunan skor setelah diberikan terapi pada kelompok eksperimen. Peneliti menerapkan terapi dengan pasien diarahkan untuk membaca surah Al-Fatihah yang dilakukan selama satu minggu sebanyak 6 kali dengan tempo lambat (<60 ketukan/menit) di ruangan yang tenang dan nyaman. Peneliti menyebutkan bahwa dengan mengaplikasikan membaca Al-Fatihah membuat pasien mengingat Allah sehingga membuat tubuh menjadi lebih tenang. Terapi religius ini mampu mencegah dan melindungi dari penyakit kejiwaan, meningkatkan proses adaptasia, dan mengurangi penderitaan.

Artikel kedua menjelaskan pengaruh terapi Al-Qur'an terhadap penurunan frekuensi halusinasi pendengaran pada pasien skizofrenia. Peneliti menemukan adanya pengaruh dengan membaca Al-Qur'an terhadap halusinasi yang dilakukan kepada kelompok eksperimen. Pasien diarahkan untuk membaca 4 surah yaitu QS:AL-Fatihah: 1-7, QS:Al-Isra: 82, QS:Yunus: 57, dan QS:AL-Ra'd:11 dimana surah dipilih salah satu bergiliran selama satu minggu dan dibacakan beserta artinya. Terapi Al-Qur'an termasuk dukungan terapi yang menyembuhkan penyakit kejiwaan manusia karena Al-Qur'an berfungsi sebagai nasihat, tindakan pencegahan, perlindungan, pengobatan, dan penyembuhan. Peneliti menjelaskan bahwa sebelum diberikan terapi Al-Qur'an, frekuensi halusinasi pendengaran pasien terjadi secara terus-menerus, namun setelah diberikan terapi frekuensi kejadian halusinasi pendengaran menjadi sekali seminggu bahkan tidak hadir.

Artikel ketiga menganalisa pengaruh terapi Murottal Al-Qur'an yang terbukti efektif untuk menurunkan tingkat skala halusinasi pendengaran pada pasien skizofrenia. Pemberian terapi dilakukan dengan cara pasien didengarkan murottal Al-Qur'an sebanyak 2 kali sehari selama 7 hari sebelum minum obat, surah diberikan bergiliran setiap harinya, dan surah diperdengarkan menggunakan pengeras suara. Hasil menunjukkan terjadi perubahan baik pada hari ke 5, 6 dan 7. Pasien dengan halusinasi tidak mampu membedakan antara rangsangan internal dan eksternal yang menyebabkan gangguan dalam berpikir, keinginan, emosi, dan tindakan. Penerapan terapi murottal yang berupa rekaman suara Al-Qur'an dan dilagukan oleh seorang Qori dimana hanya mendengarkan rekaman suara tersebut tanpa

mengganggu aktivitas lain. Terapi ini efektif menurunkan skala halusinasi karena audio murotal Al-Qur'an menghasilkan gelombang tinggi yang mempengaruhi batang otak untuk meningkatkan fungsinya.

Artikel keempat menjelaskan efektifitas terapi *Qur'anic Healing* terhadap halusinasi pada skizofrenia dimana terbukti efektif dengan adanya penurunan gejala halusinasi setelah mendengarkan ayat-ayat suci Al-Qur'an. Intervensi dilakukan kepada kelompok eksperimen setelah kegiatan makan, mandi, dan minum obat, kemudian mendengarkan lantunan ayat suci Al-Qur'an surah Ar-rahman selama 30 menit setiap sesi di pagi hari atau setelah responden makan dan minum obat yang menggunakan penguat suara dalam waktu enam hari. Pengukuran AHRS dilakukan dua kali sebelum dilakukan dan setelah dilakukan terapi untuk mengukur keparahan halusinasi. Surah Ar-Rahman dipilih karena dapat memberikan dampak positif bagi tubuh dan menumbuhkan rasa ketenangan dan nyaman. Hal ini disebabkan karena mendengarkan Murotal Surat Ar-Rahman dapat merangsang otak untuk menurunkan hormon stres, dan mengaktifkan pengeluaran hormon endorfin alami yaitu serotonin sehingga dampak yang di rasakan oleh tubuh yaitu rasa ketenangan, lebih fokus, hilangnya perasaan cemas dan tegang.

Artikel kelima menjelaskan perubahan nilai psikiatri pada pasien skizofrenia setelah diberikan terapi *Spiritual Qur'anic Emotional Freedom Technique (SQEFT)* yang terbukti adanya penurunan nilai BPRS terhadap empat gejala perbaikan klinis dengan gejala halusinasi. Intervensi khusus kepada kelompok eksperimen dengan Langkah-langkah berikut: (1) Pasien akan diminta untuk melakukan terapi emotional freedom terlebih dahulu; (2) Pasien akan diarahkan untuk melepaskan emosi negative, diberikan kata-kata pembangkit (afirmasi), dan berserah meminta kesembuhan kepada Allah SWT; (3) Lalu pasien diarahkan untuk membaca dan mendengarkan Al-Qur'an; (4) Kegiatan dilakukan selama 30 menit. Penerapan terapi SQEFT dapat mengatasi gangguan jiwa, penyakit negatif sihir, dan mengobati depresi. Pasien rutin mengikuti terapi berhasil sembuh dengan menghasilkan penurunan gejala psikiatri pada perubahan gejala positif, negatif, dan meningkatkan religiusitas pasien.

Artikel ke enam tentang mengkaji pengaruh intervensi *Spiritual Qur'anic Emotional Freedom Technique (SQEFT)* terhadap perubahan BPRS pada pasien skizofrenia dimana ditemukan adanya perubahan pada nilai skala BPRS. Pemberian terapi SQEFT menekankan pembersihan diri, kerohanian dari segala penyakit dan kemusyrikan, kemudian berdoa dan berdzikir, mendengarkan ayat-ayat suci Al-Qur'an saat dilakukan terapi emotional freedom, dan melepaskan emosi negatif dengan mengucapkan kalimat afirmasi untuk meningkatkan keikhlasan dan keikhlasan. pasrah hanya kepada Allah azza wajalla. Peneliti menjelaskan bahwa SEFT dapat mengendalikan masalah psikologis dan meningkatkan kognitif pada pasien skizofrenia. Pengaruh tersebut mengelola gejala-gejala psikologis dengan mengurangi keparahan halusinasi, gangguan kecemasan, depresi, insomnia, fobia dan trauma emosional. Intervensi SQEFT ini dilakukan kepada kelompok eksperimen menggunakan protokol SQEFT dengan dengan jumlah enam kali pertemuan yang diberikan selama 60 menit pada minggu pertama dan kedua (terapi dipandu oleh peneliti dan perawat), selanjutnya 80 menit pada minggu ketiga dan keempat (sesi tambahan 20 menit, terapi dilakukan secara mandiri dan berpasangan di antara pasien jiwa).

Artikel ketujuh menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan dalam efektifitas antara terapi membaca dan mendengarkan surah Al Fatimah terhadap skor halusinasi. Pemberian terapi dilakukan selama 6 hari berturut-turut yang terbagi ke dalam dua kelompok yaitu kelompok membaca dan kelompok mendengarkan. Pada kedua kelompok dinilai skor halusinasi menggunakan *Auditory Hallucinations Rating Scale (AHRS)* sebelum dan sesudah terapi.

Menurut peneliti, membaca surah Al-Fatihah dengan lisan akan mempengaruhi impuls untuk mengaktifkan korteks penglihatan dan korteks pendengaran dengan meningkatkan kualitas positif sehingga impuls mengatur amigdala dan hipokampus. Oleh karena itu, terapi membaca Al-Qur'an dengan surah Al-Fatihah dapat diterapkan pada pasien skizofrenia yang beragama muslim untuk menurunkan halusinasinya. Kemudian, mendengarkan Murotal memiliki suara melodi yang memberikan efek terapeutik dalam mengatasi permasalahan emosional maupun kognitif sehingga membentuk persepsi pikiran dan dialog batin sehingga berdampak pada emosi dan menimbulkan relaksasi.

Terapi Al-Qur'an terbukti efektif untuk mengatasi gangguan jiwa, mengatasi penyakit negative sihir, mengatasi depresi, serta penting dalam pengobatan gangguan psikologis. Sejalan dengan penelitian Khaled et al., (2022) dimana membaca *Al Fatihah* dapat menurunkan depresi dengan menurunkan produksi hormon kortisol dengan merangsang pelepasan endorfin di otak sehingga membuat jiwa menjadi tenang, ingatan dan suasana hati berefek positif, menurunkan stress, dan tidak mengganggu keadaan homeostasis dalam diri. Bacaan Al-Qur'an secara fisik mengandung unsur suara manusia, sedangkan suara manusia merupakan instrumen penyembuhan yang menakjubkan dan alat yang paling mudah dijangkau dan suara tempo yang lambat (<60 ketukan/menit) menimbulkan ketenangan dan kenyamanan (Azzahid et al., 2022; Zakiyah, 2023). Bacaan ayat suci Al-Qur'an yang dibacakan dengan tempo yang lambat, lembut dan penuh penghayatan dapat menimbulkan suatu respon relaksasi. Keadaan tenang akan memberikan dampak pada fisiologis tubuh seperti detak jantung yang melambat, tekanan darah menurun, suhu tubuh meningkat dan pernafasan yang dalam dan panjang (Rababa & Al-sabbah, 2023).

Irama Al-Quran dapat mengubah emosi negatif menjadi positif. Hal tersebut karena mendengarkan ayat-ayat Alquran memiliki pengaruh pada gelombang otak dan efek relaksasi terhadap pendengar atau pelafal, sehingga memberikan bukti korelasi saraf yang lebih masuk akal untuk ayat-ayat Alquran berirama (Kannan et al., 2022). Mendengarkan irama yang menyenangkan memicu jaringan mesolimbik (NAcc dan VTA) dan mengaktifasi daerah kortikal bilateral yang terdiri dari korteks frontal inferior kiri dan kanan, orbitofrontal kiri. Adanya keterlibatan hipotalamus dimana untuk mengatur respons otonom seperti detak jantung dan pernapasan selama mendengarkan musik. Kemudian aktivasi NAcc dan VTA menghasilkan pelepasan dopamin yang mengatur emosi kesenangan pada subjek (Kannan et al., 2022).

Penelitian Yunus et al., (2021) menemukan terapi mendengarkan murottal Al-Quran dapat menurunkan stres psikologis secara umum yang ditujukan pada hasil pengukuran gelombang otak (EEG). Didukung dengan penelitian Kannan et al., (2022) peningkatan kekuatan alfa selama berbagai tindakan meditasi dimana secara tidak langsung mencerminkan fungsi kekuatan alfa untuk menghambat dan melepaskan otak dari aktivitas luar menyebabkan perasaan tenang. Studi terkait pengaruh terapi Al-Qur'an pada memori relawan Muslim menggunakan Elektroensefalogram (qEEG) dengan jenis gelombang otak yaitu Gamma (16 Hz - 100 Hz), Beta (12 - 19 Hz/ >13 Hz), Alpha (8 - 13 Hz), Theta (4 - 7 Hz), dan Delta (0.5 - 4 Hz). Hasil menunjukkan perubahan kekuatan pada gelombang theta dan gelombang alfa yang merupakan indikator relaksasi. Mendengarkan Al-Quran secara sadar meningkatkan kekuatan gelombang theta relatif di sebagian besar area kepala dibandingkan dengan kondisi istirahat.

Sementara itu, mendengarkan Al-Quran secara tidak sadar meningkatkan kekuatan gelombang theta di lobus depan dan tengah kepala secara signifikan dibandingkan dengan kondisi istirahat. Selain itu, mendengarkan Al-Quran secara sadar juga meningkatkan kekuatan gelombang alpha di lobus frontal dibandingkan dengan kondisi istirahat (Rosyanti

et al., 2022). Hal ini menunjukkan bahwa terapi Al-Quran memiliki efek positif pada gelombang otak tertentu dan dapat meningkatkan relaksasi serta fokus kognitif.

## SIMPULAN

Studi literatur ini menunjukkan bahwa terapi psikoreligius menggunakan terapi Al-Qur'an terbukti efektif digunakan untuk menurunkan halusinasi pada pasien skizofrenia baik dengan membaca, mendengarkan Al-Qur'an maupun digabungkan dengan terapi emotional freedom (SQEFT).

## SARAN

Terapi psikoreligi dengan membaca dan mendengarkan Al-Qur'an dapat digunakan sebagai intervensi perawatan dalam menurunkan halusinasi pada pasien Skizofrenia. Pada penerapan terapi diperlukan adanya bukti telaah penelitian secara lebih lanjut agar terdapat pembaharuan dalam pengembangan ilmu keperawatan untuk optimalisasi asuhan keperawatan pada pasien. Disarankan penelitian selanjutnya dapat menggunakan surah Al-Qur'an selain surah Al-Fatihah dan Al-Baqarah dalam jangka waktu yang berbeda.

## DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, A., & Rahayu, D. A. (2021). Terapi Psikoreligius: Dzikir pada Pasien Halusinasi Pendengaran. *Ners Muda*, 2(2), 66. <https://doi.org/10.26714/nm.v2i2.6286>
- Azzahid, A., Muliadi, M., & Rismanto, F. (2022). Terapi Audio Murotal Al-Qur'an terhadap Emosi Anak Autis (Studi Kasus SD Plus Al-Ghifari). *Jurnal Riset Agama*, 2(1), 147–161. <https://doi.org/10.15575/jra.v2i1.17121>
- Devita, Y., & Hendriyani, H. (2019). Pengaruh Terapi Al-Qur'an terhadap Penurunan Frekuensi Halusinasi Pendengaran Pasien Skizofrenia. *Prosiding SainsTeKes*, 1, 89–92. <https://doi.org/10.37859/sainstekes.v1i0.1618>
- Fitriani, R., Indriyani, P., & Sudiarto, S. (2020). Pengaruh Terapi Murrotal Al-Qur'an terhadap Skor Halusinasi pada Pasien dengan Halusinasi Pendengaran. *Journal of Nursing and Health (JNH) Halaman: 19-27*, 5(1), 19–27. <https://doi.org/10.52488/jnh.v5i1.114>
- Gasril, P., Suryani, S., & Sasmita, H. (2020). Pengaruh Terapi Psikoreligius: Dzikir dalam Mengontrol Halusinasi Pendengaran pada Pasien Skizofrenia yang Muslim di Rumah Sakit Jiwa Tampan Provinsi Riau. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*. 20(3), 821-826. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v20i3.1063>
- Kannan, M. A., Ab Aziz, N. A., Ab Rani, N. S., Abdullah, M. W., Mohd Rashid, M. H., Shab, M. S., Ismail, N. I., Ab Ghani, M. A., Reza, F., & Muzaimi, M. (2022). A review of the Holy Quran Listening and its Neural Correlation for Its Potential as a Psycho-Spiritual Therapy. *Heliyon*, 8(12). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e12308>
- Kemendes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kemendagri Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699. <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/>
- Khaled, S. M., Brederoo, S. G., Alabdulla, M., Sommer, I. E. C., & Woodruff, P. W. (2022). The Role of Religiosity Types in the Phenomenology of Hallucinations: A Large Cross-Sectional Community-Based Study in a Predominantly Muslim Society. *Schizophrenia Research*, S0920-9964(22)00417-0. <https://doi.org/10.1016/j.schres.2022.11.003>
- Mahmuda, I. R., Jumaini, J., & Agrina, A. (2018). Perbedaan Efektivitas antara Membaca dengan Mendengarkan Surah Al Fatihah terhadap Skor Halusinasi. *JOM FKp*, 5(2), 318–327. <https://jom.unri.ac.id/index.php/JOMPSIK/article/view/21130/20448>

- <https://jnse.ejournal.unri.ac.id/index.php/JOMPSTIK/article/view/21130/20448>
- Mardiati, S., Elita, V., & Sabrian, F. (2018). Pengaruh Terapi Psikoreligius: Membaca Al-Fatihah terhadap Skor Halusinasi Pasien Skizofrenia. *Jurnal Ners Indonesia*, 9(1), 110. <https://doi.org/10.31258/jni.8.2.110-123>
- Rababa, M., & Al-sabbah, S. (2023). The Use of Islamic Spiritual Care Practices among Critically Ill Adult Patients: A Systematic Review. *Heliyon*, 9(3), e13862. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e13862>.
- Ramadan, R. R. J., Kusnan, A., Tien, T., Ihsan, S., & Eso, A. (2020). The Effect of Listening to the Murottal Qur'an Against Schizophrenia in Inpatients at the Mental Hospital of Southeast Sulawesi Province. *Conference Paper, January*. <https://doi.org/10.4108/eai.15-11-2019.2296439>
- Riyadi, A., Handono, F. R., & Sholehah, B. (2022). Pengaruh Terapi Murattal Al-Qur'an terhadap Tingkat Skala Halusinasi Pendengaran pada Pasien Skizofrenia di RSU Dr.H.Koesnadi Bondowoso. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 11(1), 90–105. <https://jurnal.stikes-alinsyirah.ac.id/index.php/keperawatan/>
- Rosyanti, L., Hadi, I., Tanra, J., Islam, A., Hatta, M., Hadju, V., Idrus, F., & Ibrahim, K. (2018). The Effectiveness of Spiritual Qur'anic Emotional Freedom Technique (SQEFT) Intervenace Against the Change of Brief Psychiatric Rating Scale (BPRS) on Patient with Schizophrenia. *Health Notions*, 2(8), 895–900. <http://heanoti.com/index.php/hnhttp://heanoti.com/index.php/hn/article/view/hn20815>
- Rosyanti, L., Hadi, I., Tanra, J., Islam, A., Natzir, R., Massi, M. N., Idrus, F., & Bahar, B. (2019). Change of Brief Psychiatric Rating Scale (BPRS) Value with Spiritual Qur'anic Emotional Freedom Technique (SQEFT) Therapy on Mental Disorder Patient. *Indian Journal of Public Health Research and Development*, 10(1), 374–378. <https://doi.org/10.5958/0976-5506.2019.00074.3>
- Rosyanti, L., Hadi, I., Akhmad, A. (2022). Kesehatan Spritual Terapi Al-Qur'an sebagai Pengobatan Fisik dan Psikologis di Masa Pandemi COVID-19. *Health Information: Jurnal Penelitian*. 14(1). 89–114. <https://doi.org/10.36990/hijp.v14i1.480>
- Sari, D. L. P., Fitri, N. L., & Hasanah, U. (2022). Penerapan Terapi Spiritual : Dzikir terhadap Tanda Gejala Halusinasi Pendengaran. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(1), 130–138. <https://jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/JWC/article/view/302>
- Utomo, S. F. P., Aisyah, P. S., & Andika, G. T. (2021). Efektifitas Terapi Qur'Anic Healing terhadap Halusinasi Pendengaran pada Skizofrenia. *Jurnal Keperawatan 'Aisyiyah*, 8(1), 77–85. <https://doi.org/10.33867/jka.v8i1.250>
- Wahid, A. W., & Nashori, F. (2021). The Effectiveness of Al-Quran Surah Ar-Rahman Murottal Listening Therapy for Improving Positive Emotions on Informal Caregivers of Schizophrenia. *Proceedings of the International Conference on Psychological Studies*, 264–271. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.210423.038>
- Yunus, E. S., Rukanta, D., & Arismunandar, P. A. (2021). Pengaruh Mendengarkan Murottal Al-Quran terhadap Penurunan Tingkat Stres Orang Dewasa. *Prosiding Kedokteran*, 7(1), 382–390. <http://dx.doi.org/10.29313/kedokteran.v7i1.26643>
- Zakiyah, N. (2023). Terapi Audio Murottal Al-Qur'an terhadap Kesehatan Mental. *Gunung Djati Conference Series*, 23, 842–853. <https://conferences.uinsgd.ac.id/index.php/gdcs/article/view/1428%0Ahttps://conferenc.es.uinsgd.ac.id/index.php/gdcs/article/download/1428/993>