

Terapi Audio Murottal Al-Qur'an terhadap Emosi Anak Autis

Abdulloh Azzahid¹, Muliadi², Firman Rismanto³

^{1,2,3}Jurusan Tasawuf Psikoterapi, Fakultas Ushuluddin,
UIN Sunan Gunung Djati Bandung, Indonesia
zahid.zle@gmail.com, muliadi1@uinsgd.ac.id, firmanris@gmail.com

Abstract

One of the characteristics of autistic children or Autism Spectrum Disorder (ASD) is having emotional disorders. This is in accordance with what happened at SD Plus Al-Ghifari. By applying murottal Al-Qur'an therapy which is indirectly able to make children calmer in learning. This study aims to determine the process and effect of Qur'anic murottal therapy on emotional disorders owned by autistic children. The study used field research methods with three data collection techniques, namely observation, interviews, and documentation conducted at SD Plus Al-Ghifari Bandung. The results showed that after getting this Al-Qur'an murottal treatment, students were able to behave more calmly and were able to follow the instructions of the *helper*. Qur'anic murottal therapy is able to influence emotional disorders in children with ASD.

Keywords: Autism Spectrume Disorder; Emotion; Murottal Al-Qur'an.

Abstrak

Salah satu karakteristik anak autis atau *Autism Spectrum Disorder* (ASD) adalah memiliki gangguan emosi. Hal ini sesuai dengan apa yang terjadi di SD Plus Al-Ghifari. Dengan menerapkan terapi murottal Al-Qur'an yang secara tidak langsung mampu membuat anak lebih tenang dalam belajar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui proses dan pengaruh terapi murottal Al-Qur'an terhadap gangguan emosi yang dimiliki oleh anak autis. Penelitian menggunakan metode *field research* dengan tiga teknik pengambilan data, yaitu observasi, wawancara, dan dokumentasi yang dilakukan di SD Plus Al-Ghifari Bandung. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah mendapatkan treatment murottal Al-Qur'an ini siswa mampu bersikap lebih tenang dan mampu mengikuti intruksi dari *helper*.

Terapi murottal Al-Qur'an mampu mempengaruhi gangguan emosi pada anak dengan ASD.

Kata kunci: *Autism Spectrume Disorder*; Emosi; Murottal Al-Qur'an.

Pendahuluan

Kelahiran anak kedunia adalah sebuah karunia yang sangat dinanti-nanti oleh setiap orangtua, orangtua akan senantiasa bahagia ketika melihat anak yang lahir dengan selamat dan normal. Tapi, bagaimanakah ketika anak dilahirkan dengan kondisi memiliki kondisi yang berbeda dengan anak pada umumnya? Pada hakikatnya setiap manusia diciptakan oleh Allah SWT memiliki kekurangan dan kelebihan masing-masing, terdapat keunikan masing-masing pada diri setiap individu, dan manusia adalah sebaik-baiknya ciptaan. Seperti pada firman-Nya surat At-Tin ayat 4:

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ

Artinya : "Sungguh, Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya" (Q.S At-Tin ayat 4).

Anak yang ditakdirkan oleh Allah SWT mempunyai kondisi yang berbeda dengan anak pada umumnya biasanya disebut dengan anak disabilitas atau Anak Berkebutuhan Khusus (ABK). Berdasarkan data yang dirilis oleh Kementerian Sosial RI, bahwa jumlah ABK perbulan Maret 2020 berjumlah 197.582 jiwa. Jumlah tersebut dapat bertambah pada setiap tahunnya (Nasihudin, 2020). Dari jumlah anak disabilitas yang ada pada data tersebut digolongkan kedalam beberapa ragam penyandang disabilitas, hal ini juga diatur dalam UU RI No 08 tahun 2016 tentang Penyandang Disabilitas terbagi menjadi empat ragam disabilitas, yaitu: Penyandang disabilitas fisik, intelektual, mental, dan sensorik. Keadaan anak disabilitas membutuhkan pengajaran yang ekstra, baik dari orangtua juga dari pengajar, seperti anak autis yang pada umumnya memiliki gangguan wicara ekspresif, reseptif, baca, tulis, hitung, gangguan kendali emosi, sangat sensitif pada kulitnya atau pada suara (Atmaja, 2018). Bahkan terkadang anak juga tantrum ketika proses pembelajaran. Untuk itu anak dengan kebutuhan khusus memerlukan treatment yang berbeda dengan anak pada umumnya dalam belajar. Salah satunya dengan metode mendengarkan murottal Al-Qur'an. Mayrani dalam penelitiannya menyebutkan bahwa mendengarkan murottal Al-Qur'an mampu memunculkan gelombang delta pada bagian *prefrontal*, sehingga muncullah rasa nyaman dan tenang. Dan juga pada bagian sentral dalam otak yang

kemudian mampu mempengaruhi koordinasi gerak motorik sesuai dengan kontrol gerak tubuh (Mayrani & Hartati, 2013)

Sebuah penelitian tentunya tak lepas dari penelitian yang serupa sebelumnya, baik mengenai terapi murottal Al-Qur'an maupun anak autis. Begitu pula dengan penelitian ini juga tak lepas dari penelitian serupa yang telah diteliti oleh peneliti sebelumnya. Seperti pada penelitian yang berjudul "*Intervensi Terapi Audio dengan Murottal Surah Ar-Rahman Terhadap Perilaku Anak Autis,*" ditulis oleh Maryani dan Hartati pada Jurnal Keperawatan Soedirman. Tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mengidentifikasi dan menggambarkan pengaruh terapi audio Al-Qur'an surat Ar-Rahman terhadap anak autis. Terapi audio dengan menggunakan murottal Al-Qur'an dapat digunakan menjadi alternatif baru untuk terapi relaksasi, karena stimulan pada terapi ini mampu memunculkan gelombang delta sebesar 63,11%. Hasil dari penelitian ini adalah intervensi terapi audio Al-Qur'an menggunakan surah Ar-Rahman mampu menurunkan tingkat perilaku anak autis pada beberapa aspek. Di antaranya; interaksi sosial, emosi, sosial, dan perilaku (Mayrani & Hartati, 2013). Penelitian tersebut sejalan dengan penelitian yang ditulis oleh Anam, Khasanah dan Isworo (2019) yang berjudul "*Terapi Audio dengan Murottal Al-Qur'an Terhadap Perilaku Anak Autis: Literature Review.*" Pada penelitian ini dijelaskan bahwa terapi murottal surat Ar-Rahman telah terbukti memberikan efek terhadap penurunan gangguan perilaku kekerasan dan membantu dalam mengungkapkan emosinya. Penelitian ini menggunakan metode *literature review* dengan strategi mencari artikel menggunakan bahasa Inggris dan Indonesia yang relevan dengan topik. Ada tiga artikel jurnal yang didapatkan pada penelitian ini. Artikel pertama adalah penelitian yang dilaksanakan di *Academy of Islamic Studies, University of Malaya*, Kuala Lumpur, Malaysia. Yang kedua adalah artikel jurnal dengan penelitian yang dilakukan di Sekolah Luar Biasa (SLB) Negeri Semarang dengan *pretes* dan *post tes*. Dan yang ketiga adalah penelitian yang dilakukan Departement Ilmu Komputer, Universitas Islam Internasional Malaysia, Kuala Lumpur, Malaysia. Kesimpulan yang didapatkan pada penelitian ini yaitu penerapan terapi audio murottal Al-Qur'an ini lebih baik dan efektif dibandingkan dengan terapi musik sebab mampu menurunkan gangguan perilaku pada anak autis, juga mampu memperbaiki pola tidur dan kualitasnya (Anam et al., 2019).

Selain mampu memberikan intervensi pada perilaku anak autis, terapi murottal Al-Qur'an juga mampu memberikan intervensi terhadap atensi anak autis. Seperti pada skripsi mahasiswa Universitas Negeri Semarang yang berjudul "*Penerepan Audio Murottal dalam Pembelajaran untuk Meningkatkan Atensi Anak Autis*" yang ditulis oleh Marliani (2019). Dijelaskan pada penelitian ini bahwa anak berkebutuhan khusus dengan ragam autisme merupakan anak yang mempunyai permasalahan pada segi

emosi, sosial, dan kognitif. Salah satunya adalah atensi yang rendah ketika anak mengikuti pembelajaran, oleh karena itu anak kurang mampu mengikuti pelajaran dengan baik. Dari permasalahan tersebut, peneliti memberikan sebuah cara atau solusi untuk meningkatkan atensi anak pada saat belajar. Solusi tersebut berupa intervensi audio murottal Al-Qur'an yang diberikan bersama ketika pembelajaran berlangsung. Penelitian yang dilakukan di TK Miftahul Jannah tersebut menyimpulkan bahwa atensi anak autis pada saat pembelajaran mampu ditingkatkan dengan menerapkan terapi audio murottal ini. Dibuktikan dengan perbandingan persentase *overlap* murottal yaitu 0% dengan 25% (Marliani, 2019).

Selain itu, juga terdapat penelitian yang membahas terapi audio murottal Al-Qur'an untuk anak autis dari segi klinis. Sebuah artikel jurnal yang ditulis oleh Faradilla, Nurul, dan Alfi yang berjudul *Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Perbaikan Klinis Anak Dengan Autism Spectrum Disorder.* Dalam artikel jurnal ini dijelaskan supaya tetap tenang, aktif, dan berpartisipasi dengan lingkungan, anak dengan ASD ini membutuhkan perawatan dan program kesehatan yang sama dengan orang pada umumnya. Dalam menjaga itu semua salah satunya dengan menggunakan terapi musik. Terapi tersebut mempunyai potensi dalam menumbuhkan dan meningkatkan kemampuan komunikasi anak terhadap lingkungan. Bukan hanya terapi musik yang terdapat pada terapi audio, diantaranya terapi menggunakan audio murottal Al-Qur'an. Mendengarkan terapi Al-Qur'an ini mampu memberikan efek lebih dari terapi dengan mendengarkan musik. Pada penelitian ini desain yang digunakan adalah *quasi experimental*, dengan *one group pretest-posttest* pada anak ASD di Pusat Layanan Disabilitas dan Pendidikan Inklusi Kalimantan Selatan. Dalam penelitian ini didapatkan subjek penelitian seluruhnya yang usia terbanyak adalah 5 tahun (33,3%) yang dimana seluruhnya masuk kedalam usia anak sekolah dan jenis kelamin terbanyak adalah laki-laki dengan perbandingan 5:1. Hasil yang didapatkan pada penelitian ini yaitu terdapatnya pengaruh terapi murottal Al-Qur'an terhadap perbaikan klinis anak dengan ASD. Dan peneliti menyimpulkan bahwa terapi murottal Al-Qur'an mampu memberikan pengaruh yang signifikan terhadap perbaikan klinis anak dengan ASD pada aspek kemampuan komunikasi, interaksi sosial, dan sensori kognitif (Mubashir et al., 2020).

Pada tahun 1944 autisme disebut dengan *autistic* oleh dua ilmuwan yang menemukan kasus dengan ciri-ciri anak autis. Sedangkan untuk sebutan autisme sendiri muncul pada awal abad ke dua puluh (Hallanhan et al., 2020) dan dipakai untuk memberikan sebutan kepada individu yang memiliki hubungan yang sangat sempit dengan orang lain dan dunia. Kata autis diambil dari bahasa Yunani, yaitu *autos* yang mempunyai arti *self* atau segala sesuatu berpusat pada diri sendiri. Sedangkan dalam Kamus Lengkap Psikologi didefinisikan sebagai: (1) Kebutuhan personal yang

mengendalikan cara berpikir, (2) Dunia dihadapi berdasarkan pengelihatannya, harapan sendiri, dan menolak realitas, (3) Memiliki keasyikan pikiran dan fantasi yang ekstrim sendiri (Chaplin, 2006). Autis juga diartikan sebagai gangguan perkembangan yang parah dimana sebelum anak berusia 3 tahun gejalanya sudah mulai tampak, bahkan mampu diketahui pada minggu pertama kehidupan. Gangguan tersebut mencakup gangguan interaksi sosial, komunikasi, terdapat tingkah laku *stereotipe*, serta minat dan aktivitas yang terbatas (Association, 2000).

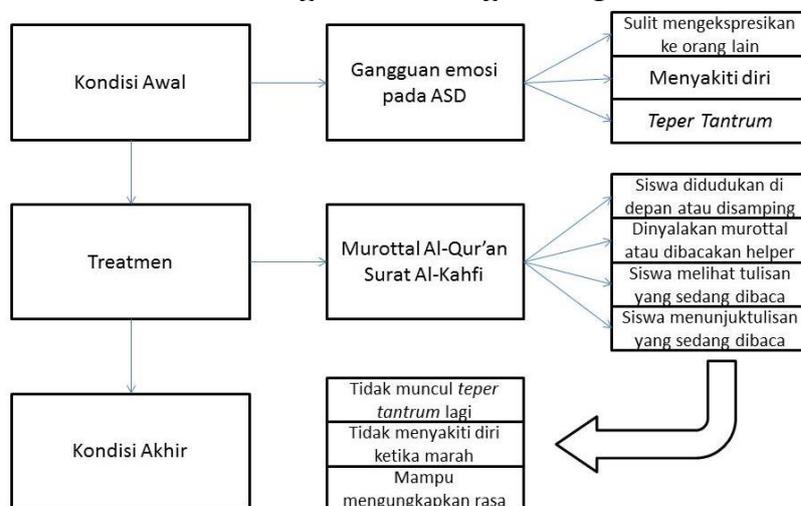
Menurut Powers, anak autis memiliki karakteristik yang ditandai dengan 6 (enam) gejala atau gangguan diantaranya: (1) Interaksi sosial, seperti senang bermain sendiri, tidak ada atau sedikitnya kontak mata atau menghindar saat bertatapan; (2) Komunikasi, seperti keterlambatan dalam berbahasa atau tidak ada sama sekali, *ekolalia* atau senang membeo, atau seringkali apa yang diucapkan tidak sama dengan artinya; (3) Gangguan sensori, seperti sering menggunakan indra pengecap atau penciuman, kurangnya respon pada rasa sakit atau takut, atau sangat sensitif pada sentuhan seperti pelukan; (4) Perilaku, seperti berperilaku berlebihan (*hiperaktif*) atau kekurangan (*hipoaktif*), bergerak berulang-ulang misalnya bergoyang-goyang, berlari bolak-balik, atau menggerakkan tangan secara berulang-ulang; (5) Emosi, seperti mengalami kesulitan dalam mengekspresikan diri kepada orang lain, marah-marah tidak jelas, tertawa sendiri, menangis tanpa sebab, menjadi *teper tantrum* (marah tidak jelas) ketika tidak diikuti keinginannya, merusak atau menyerang, dan suka menyakiti diri sendiri ketika marah; (6) Pola bermain, seperti ketika bermain berbeda dengan anak pada umumnya, menyukai benda-benda yang berputar misalnya kipas angin, roda atau gasing, tidak kreatif dan imajinatif, serta lekat pada benda-benda tertentu yang terus dipegang kemanapun (Eva, 2015).

Anak autis pada umumnya akan mendapatkan intervensi pembelajaran supaya mampu memaksimalkan potensi yang dimiliki dan membantu anak serta keluarganya agar dapat mengatasi gangguan yang dimiliki secara efektif. Namun biasanya ada permasalahan sebelum melakukan intervensi pengembangan potensi pada anak, salah satunya permasalahan pada emosi. Menurut Rinarki permasalahan emosi diantaranya, sering menangis, terkadang marah tanpa sebab, terkadang juga tertawa tanpa alasan, terkadang mampu agresif dan merusak benda disekitar, juga dapat melukai diri sendiri dan kurang berempati (Rinarki. J.A., 2018). Untuk itu dibutuhkan terlebih dahulu terapi dalam menurunkan tingkat emosi pada anak autis. Banyak sekali macam terapi yang dapat dijalankan oleh anak autis, salah satunya adalah terapi musik, musik memiliki pengaruh besar terhadap hidup manusia mulai bayi hingga dewasa. Sebuah penelitian memberikan hasil bahwa musik terutama musik klasik mampu memberikan pengaruh terhadap perkembangan IQ

(*Intelephant Quotien*) dan EQ (*Emotional Quotien*) manusia (Suteja, 2014). Terapi musik biasanya digunakan untuk memperbaiki kesehatan fisik, ekspresi emosi, interaksi sosial yang positif, mengembangkan hubungan interpersonal dan meningkatkan kesadaran diri (Geraldina, 2017). Dari hasil penelitian Djohan menunjukkan bahwa 80%-90% anak autis merespon positif terhadap musik dan dijadikan sebagai motivator. Kapabilitas merespon musik bertahan lebih lama dibandingkan dengan keterampilan lainnya. Media terbaik untuk menstimulasi belahan otak kanan yaitu menggunakan aktivitas musik. Dengan bermusik sangat menunjang aktivitas timbal balik antara otak dengan *hemisphere*, karena bagian otak yang merespon musik terletak berbeda dengan letak bicara dan bahasa (Geraldina, 2017).

Selain menggunakan musik, terapi audio juga dapat menggunakan murottal Al-Qur'an. Terapi murottal merupakan merupakan terapi religi dengan dibacakannya seseorang ayat-ayat Al-Qur'an selama beberapa menit atau jam sehingga mampu memberikan dampak positif bagi tubuh pendengarnya (Silvia & Moniqe, 2017). Dalam sebuah penelitian disebutkan bahwa terapi audio menggunakan murottal Al-Qur'an mampu menurunkan tingkat perilaku anak autis pada aspek sosial, emosi, dan perilaku (Mayrani & Hartati, 2013). Perubahan tersebut terjadi dikarenakan disaat mendengarkan ayat-ayat Al-Qur'an dibacakan terjadi peningkatan gelombang otak yang signifikan, khususnya pada gelombang beta, alpha, delta, dan theta. Gelombang tersebut meningkatkan jumlah dan fungsi dari *neurotransmitter* yang berlokasi diantara denrit dan akson. *Neurotransmitter* yang dikeluarkan mampu memberikan impuls neuron sensoris menuju neuron motoris dengan lebih baik, sehingga efek tersebut mampu meningkatkan perilaku anak autis (Astuti et al., 2017).

Bagan 1: Kerangka Berpikir



Berdasarkan paparan yang telah ada, dapat diketahui bahwa terapi murottal Al-Qur'an pada anak autis mampu meningkatkan perilaku positif pada anak. Tujuan penelitian ini adalah pengaruh terapi murottal Al-Qur'an pada emosi anak autis yang akan dilakukan di SD Plus Al-Ghifari Bandung. Diharapkan penelitian ini dapat mengembangkan khazanah keilmuan dan mampu berkontribusi pada Jurusan Tasawuf Psikoterapi pada umumnya dan untuk ilmu kejiwaan khususnya Psikologi serta menambah pengetahuan dan wawasan bagi mahasiswa maupun masyarakat mengenai terapi audio murottal Al-Qur'an terhadap emosi anak autis.

Metodologi Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan menggunakan metode penelitian lapangan (*field research*) yaitu penelitian dengan langsung turun ke lapangan sebagai tempat terjadinya gejala-gejala (Simanjuntak & Sosrodiharjo, 2014). Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, yaitu menggunakan data dalam bentuk kata ataupun teks dan gambar. Seperti halnya yang dikatakan pada buku Moleong mengatakan bahwa penelitian kualitatif merupakan metode penelitian yang menghasilkan data deskriptif dalam bentuk kata-kata dan tulisan maupun lisan terhadap orang-orang dan perilaku yang dapat dilihat (Siyoto & Sodik, 2015).

Orang atau apapun selaku narasumber data penelitian yang akan menjadi subjek pada penelitian ini. Sedangkan subjek yang akan diteliti adalah anak autis dengan ragam ASD (*Autis Spectrume Disorder*) yang ada di SD Plus Al-Ghifari, serta Koordinator Bimbingan Konseling dan *helper* SD Plus Al-Ghifari yang akan menjadi narasumber pada sumber informasi penelitian. Sumber informasi sebanyak 3 orang, terdiri dari 1 orang Koordinator Bimbingan Konseling dan 2 orang *helper*. Serta data tambahan lain berupa dokumentasi dan laporan hasil perkembangan semester anak.

Surat Al-Kahfi mampu memberikan ketenangan bagi pembacanya maupun bagi orang yang mendengarkannya seperti dalam sebuah hadits Nabi yang diriwayatkan oleh Imam Timidzi No. 2885 pada kitab *Jami' At-Turmidzi* yang berbunyi:

حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ غَيْلَانَ حَدَّثَنَا أَبُو دَاوُدَ أَنبَأَنَا شُعْبَةُ عَنْ أَبِي إِسْحَاقَ قَالَ سَمِعْتُ الْبَرَاءَ بْنَ عَازِبٍ يَقُولُ
بَيْنَمَا رَجُلٌ يَفْرَأُ سُورَةَ الْكَهْفِ إِذْ رَأَى دَابَّةً تَرْكُضُ فَتَنْظُرُ فَإِذَا مِثْلُ الْعِمَامَةِ أَوْ السَّحَابَةِ فَأَتَى رَسُولَ
اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَذَكَرَ ذَلِكَ لَهُ فَقَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ تِلْكَ السَّكِينَةُ نَزَلَتْ مَعَ الْقُرْآنِ
أَوْ نَزَلَتْ عَلَى الْقُرْآنِ وَفِي الْبَابِ عَنْ أُسَيْدِ بْنِ حُضَيْرٍ قَالَ أَبُو عَيْسَى هَذَا حَدِيثٌ حَسَنٌ صَحِيحٌ

Artinya: "Telah menceritakan kepada kami Mahmud bin Ghailan telah menceritakan kepada kami Abu Dawud telah memberitakan kepada kami Syu'bah dari Abu Ishaq ia berkata; Aku mendengar Al Bara` bin 'Azib berkata; "Ketika seseorang membaca surat Al Kahfi, tiba-tiba ia melihat binatang tunggangannya menghentakkan kedua kakinya, kemudian ia memandang (keatas), ternyata seperti awan atau mendung. Lalu ia menemui Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam dan menceritakan hal itu kepada beliau. Lantas Nabi shallallahu 'alaihi wasallam bersabda: "Itu adalah ketenangan yang turun bersama Al-Qur`an atau turun atas Al-Qur`an." Dalam hal ini, ada hadits serupa dari Usaid bin Hudlair. Abu Isa berkata; Hadits ini hasan shahih" (HR. Tirmidzi no. 2885)(Al-Tirmidzi, 2012).

Dilihat dari hadis diatas maka surat Al-Kahfi adalah surat yang akan digunakan untuk proses terapi yang dilaksanakan di SD Plus Al-Ghifari.

Dalam pengambilan data peneliti menggunakan tiga teknik, teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi. Pada teknik observasi peneliti menggunakan observasi partisipatif (*participatory observation*) yaitu pada saat melakukan observasi, peneliti terlibat secara langsung dalam suatu efektivitas obyek yang sedang diamati (Firmansyah & Masrun, 2021). Kegiatan observasi ini dilaksanakan di SD Plus Al-Ghifari. Yang kedua peneliti menggunakan teknik wawancara secara langsung dengan koordinator bimbingan konseling dan *helper* SD plus Al-Ghifari mengenai sejarah, gambaran umum, dan kondisi anak autis. Wawancara ini bersifat bebas dengan dibatasi oleh struktur pertanyaan yang telah dipersiapkan dan diolah menjadi *guide interview* agar wawancara lebih terarah dan jelas. Yang ketiga metode dokumentasi, pada penelitian ini peneliti menggunakan metode dokumentasi agar memperoleh data terkait penelitian di SD Plus Al-Ghifari berupa foto, vidio, rekaman, maupun berkas.

Metode analisis data yang digunakan peneliti pada penelitian ini sesuai menurut Miles and Huberman didalam buku Sugiyono (Sugiyono, 2017), yaitu: (1) Pengumpulan data, peneliti mengumpulkan data yang terkait dengan penelitian dengan cara observasi, wawancara dan dokumentasi di SD Plus Al-Ghifari; (2) Reduksi data, peneliti merangkum dan memilih data yang pokok dan momfokuskan pada hal-hal yang penting, serta mencari tema dan pola; (3) Penyajian data, peneliti menyajikan data dalam bentuk deskriptif; (4) Penarikan kesimpulan.

Hasil dan Pembahasan

1. Hasil Penelitian

SD Plus adalah satuan lembaga sekolah umum yang di dalamnya terdapat program inklusi, dimana program inklusi adalah sekolah reguler yang disesuaikan dengan kebutuhan anak yang memiliki kelainan serta memiliki potensi kecerdasan dan bakat istimewa pada satu kesatuan yang sistematis (Ilahi & Rose, 2013). Menurut narasumber LJ, sekolah Al-Ghifari menerima siswa berkebutuhan khusus sejak awal berdirinya sekolah. Dan sekarang jumlah siswa program inklusi di SD Plus Al-Ghifari mencapai 16 siswa meliputi kelas 1 sampai kelas 6. Dan terdapat 8 orang guru pendamping (*helper*) seperti halnya yang dikatakan narasumber LJ, sebagai berikut:

“Jumlah siswa inklusi adalah 16 siswa yang terdiri dari kelas 1 sampai 6. Dan jumlah *helper* yang ada di SD Al-Ghifari adalah 8 orang. Dikarenakan sedang masa pandemi dan siswa hanya berangkat dua kali dalam seminggu, jadi satu *helper* menangani dua siswa dengan jadwal yang berbeda” (Komunikasi Personal, 10 Oktober 2021, Narasumber LJ).

Selain mengikuti pembelajaran materi seperti siswa pada umumnya, untuk siswa berkebutuhan khusus mendapatkan pembelajaran tambahan diluar jam pelajaran siswa lainnya yaitu program PPI (Program Pembelajaran Individual) seperti yang dikatakan oleh narasumber LJ yang merupakan koordinator bimbingan konseling. “Program untuk anak inklusi yang pertama PPI (Program Pembelajaran Individual)” (Komunikasi Personal, 10 Oktober 2021, Narasumber LJ). Salah satu program yang ada dalam PPI diantaranya adalah murottal Al-Qur'an yang dibarengi dengan pembiasaan pagi, sebagaimana yang dikatakan oleh narasumber LJ, koordinator BK SD Plus Al-Ghifari.

“Salah satu program PPI disini adalah program terapi spiritual dalam pembiasaan pagi. Terapi spiritual yang menjadi pembiasaan pagi siswa seperti sholat dhuha beserta wudhu, diperdengarkan ayat suci Al-Qur'an lalu terapi dzikir” (Komunikasi Personal, 10 Oktober 2021, Narasumber LJ).

Waktu pelaksanaan treatment terapi murottal Al-Qur'an ini dilaksanakan setelah melakukan pelaksanaan pembiasaan pagi yaitu, sholat dhuha beserta wudhu, terapi dzikir dan dilanjutkan dengan mendengarkan murottal Al-Qur'an baik dengan audio Mp3 atau dibacakan langsung oleh *helper* seperti yang dijelaskan oleh narasumber T, yang merupakan salah satu *helper* SD Plus Al-Ghifari, sebagai berikut.

“Untuk kegiatan murottal Al-qur'an ini dilaksanakan saat pagi hari saat sesi pertama berlangsung atau yang sering disebut morning activity, didalamnya ada sholat dhuha, berdoa, murottal Al-qur'an

serta asmaul husna" (Komunikasi Personal, 10 Oktober 2021, Narasumber T)

Proses atau langkah-langkah yang dilakukan dalam treatment terapi murottal Al-qur'an ini ialah setelah melaksanakan sholat dhuha, berdzikir dan berdoa, siswa di dudukkan di depan *helper* dengan memegang Al-qur'an dan dibuka, lalu *helper* membacakan surat yang dibuka atau memutarakan Mp3 surat yang dibuka tersebut, lalu anak diintruksikan untuk melihat dan menunjuk huruf yang sedang dibaca dengan bantuan *helper* seperti yang dijelaskan narasumber T.

"Untuk kegiatan Murottal sendiri siswa diarahkan untuk bisa dapat mengikuti dengan cara diarahkan untuk duduk dan diarahkan untuk mendengarkan dan menunjuk ayat yang sedang dibacakan oleh setiap *helper*, biasanya siswa diletakkan didepan atau disamping *helper*, lalu *helper* mengarahkan tangannya kepada ayat yang sedang dibaca lalu mengarahkan peserta didik untuk melihat" (Komunikasi Personal, 10 Oktober 2021, Narasumber T).

Treatment murottal Al-Qur'an ini merupakan treatment pembiasaan harian yang dilaksanakan di pagi hari. Untuk waktu yang digunakan pada treatment ini sekitar 5 sampai 10 menit seperti yang diungkapkan oleh narasumber T.

Surat yang digunakan dalam program murottal Al-Qur'an ini ialah surat pendek seperti surat Al-Ikhlash, Al-Falak, An-Nas, An-Nasr, Al-Lahab, Al-Kafirun, dan juga sesekali menggunakan surat Al-Kahfi. Sepertihalnya yang dijelaskan oleh narasumber D.

"Surat yang dibaca dari surat An-Nas sampai surat Al-Kafirun" (Komunikasi Personal, 10 Oktober 2021, Narasumber D).

Dan juga yang diungkapkan oleh narasumber T.

"Surat yang digunakan biasanya menggunakan surat pendek dari surat An-Nas sampai surat Al-Ikhlash, dan juga diperdengarkan surat Al-Kahfi menggunakan Mp3" (Komunikasi Personal, 10 Oktober 2021, Narasumber T).

Kebanyakan dari siswa SD Plus Al-Ghifari dengan ragam disabilitas autis menyukai aktifitas mendengarkan murottal Al-Qur'an sebagaimana yang peneliti lihat ketika observasi terdapat anak ketika berangkat ke sekolah langsung bersiap untuk melaksanakan pembiasaan pagi dan bersemangat ketika mengambil Al-Qur'an pada tempat biasa Al-Qur'an diletakkan, dan sebagaimana yang diungkapkan oleh narasumber D.

"Biasanya siswa ketika akan melakukan aktivitas murottal Al-Qur'an terlihat semangat ketika mengambil Al-Qur'an pada tempatnya dan tenang ketika ayat Al-Qur'an dibacakan" (Komunikasi Personal, 10 Oktober 2021, Narasumber D).

Dari hasil pemaparan aktivitas murottal Al-Qur'an pada anak autis di SD Plus AL-Ghifari menunjukkan bahwa siswa menyukai aktivitas

mendengarkan lantunan-lantunan ayat Al-Qur'an ini sebab murottal Al-Qur'an mampu membawakan ketenangan dan kenyamanan dalam hati bagi siapa yang mendengarkannya karena mereka merasakan efek dari murottal Al-Qur'an ini. Bagi anak autis yang mempunyai rasa kepekaan yang sangat tinggi mampu merasakan efek yang luar biasa dari murottal Al-Qur'an mereka mendengarkan dalam kondisi diam dan fokus mendengarkan bacaan Al-Qur'an.

Sebelum mendapatkan terapi audio murottal Al-Qur'an kondisi siswa biasanya susah atau sulit untuk diatur, sulit untuk diarahkan, tidak mampu untuk diam duduk, siswa tidak peduli dengan lingkungannya, bahkan tidak mau ketika diberikan intruksi duduk untuk mendengarkan bacaan Al-Qur'an, siswa tidak fokus dengan apa yang didengar, bahkan ada yang berontak ingin lari-larian. Hal ini disampaikan oleh narasumber T.

"Anak didik saya sebelumnya cenderung aktif, cenderung berpusat pada keinginannya, kalau dia mendapatkan stimulus yang tidak dia harapkan akan cenderung menangis dan berteriak" (Komunikasi Personal, 10 Oktober 2021, Narasumber T).

Akan tetapi setelah mendapatkan aktivitas pembiasaan pagi yang diantaranya mendengarkan audio murottal Al-Qur'an mulai terbentuk pembiasaan-pembiasaan yang baik seperti mulai dapat duduk dengan tenang, tidak lagi teriak-teriak saat menjalani aktivitas, mulai patuh terhadap arahan guru atau *helper*. Seperti yang diungkapkan narasumber T.

"Selama program ini dilakukan, alhamdulillah untuk hal-hal yang sifatnya behavior tidak sesuai dengan kebiasaan normalnya mulai terbentuk misalnya mulai bisa untuk duduk dengan tenang, dapat diarahkan. Sebelum dan sesudah dilaksanakan program ini terlihat sekali perbedaannya, yang awalnya suka teriak-teriak, suka berlari-lari tanpa arah yang jelas, selama program ini dilakukan alhamdulillah sudah mulai ada perubahan" (Komunikasi Personal, 10 Oktober 2021, Narasumber T).

Audio murottal ini juga mampu memberikan efek ketenangan dan memberikan suasana yang baik untuk anak atau mood yang baik untuk anak. Seperti halnya yang diungkapkan oleh narasumber D.

"Bagi siswa saya, karena menyukai audio visual jadi ketika mendengarkan murottal mampu membuat moodnya lebih baik dan juga ketika emosinya sedang tidak baik maka saya jadikan murottal ini menjadi rewardnya setelah mampu menyelesaikannya" (Komunikasi Personal, 10 Oktober 2021).

Selain memberikan emosi baik pada anak, terapi murottal ini juga mampu memberikan efek pada pengucapan verbal siswa, yang sebelumnya siswa belum mampu berbicara dengan verbal yang jelas, setelah mendapatkan treatment ini siswa mampu sedikit demi sedikit

mampu mengeluarkan verbal yang cukup jelas. Hal ini diungkapkan oleh narasumber D.

“Sebenarnya untuk perubahan karena sedikit-sedikit cenderung kurang terlihat, seperti salah satu contoh pada siswa saya menggunakan kalimat bismillah untuk melatih verbal, biasanya ketika membaca basmalah saya potong-potong agar siswa dapat mengikuti sedikit demi sedikit sehingga membantu membentuk latihan vokalnya. Ketika menggunakan kata bahasa Indonesia cenderung malas, akan tetapi ketika menggunakan kalimat dalam Al-Qur'an siswa mau untuk mengikuti, dan sekarang sudah mulai mengeluarkan kata seperti saya, kaka, dan yang lainnya” (Komunikasi Personal, 10 Oktober 2021).

2. Pembahasan

Penelitian ini didapatkan hasil dari data melalui observasi, wawancara, dan mengumpulkan data dokumentasi dari pihak terkait yang ada di SD Plus Al-Ghifari. Dari data yang didapat menunjukkan bahwa Al-Ghifari adalah sekolah inklusi pertama di kota Bandung. Bukan seperti halnya sekolah pada umumnya, di SD Plus Al-Ghifari juga menerima siswa berkebutuhan khusus salah satunya ragam autisme yang dimana anak autisme merupakan anak yang memiliki keterbatasan kemampuan pada aspek komunikasi, interaksi sosial, pola bermain dan perilaku, serta pada aspek emosi. Disini anak belajar tentang ilmu umum, ilmu agama, dan interaksi sosial dengan teman sebaya yang bukan anak memiliki keterbatasan juga.

Kegiatan pembiasaan pagi dimulai dengan wudhu dan sholat dhuha dilaksanakan di SD Plus Al-Ghifari ini, lalu dilanjutkan dengan dzikir dan berdo'a kemudian mendengarkan lantunan ayat-ayat Al-Qur'an. Aktivitas ini dilakukan setiap pagi atau dinamakan *mornig activity*. Pelaksanaan aktivitas ini dilakukan secara *one on one* atau *helper* langsung dengan satu anak sehingga anak bisa lebih fokus dalam melaksanakan aktivitas murottal Al-Qur'an ini.

Metode murottal Al-Qur'an yang digunakan di SD Plus Al-Ghifari yaitu dengan dibacakan oleh *helper*, kemudian siswa mendengarkan dan juga menunjuk apa yang sedang dibaca oleh *helper* dengan dibantu oleh *helper*, atau menggunakan audio Mp3 lalu siswa menunjuk bacaan yang sedang dibacakan melalui audio Mp3 tersebut dengan dibantu *helper*.

Mendengarkan audio murottal Al-Qur'an mampu memberikan efek penurunan gelombang Beta dan kenaikan gelombang Delta pada Frontal Korteks bagian kiri dan kanan yang menyebabkan Deep Sleep dan pada saat itu pula terjadi Healing pada bagian otak dengan istirahatnya bagian tersebut (Gumilang, 2017).

Dari hasil wawancara pada narasumber D mengatakan bahwa siswa nampak semangat saat akan melaksanakan aktivitas murottal Al-Qur'an

ini, dan juga peneliti melihat secara langsung siswa yang semangat ketika akan melaksanakan aktivitas murottal Al-Qur'an ditunjukkan pada saat aktivitas murottal Al-Qur'an mereka mampu bersikap tenang dan diam fokus mengikuti aktivitas sampai selesai. Mereka juga senang dengan bacaan murottal karena membacanya diiringi dengan irama-irama nada yang indah sehingga terdengar indah dan dapat dinikmati.

Surat yang digunakan dalam aktivitas murottal Al-Qur'an diantaranya surat Al-Kahfi. Salah satu Keutamaan dari surat Al-Kahfi ialah dapat memberikan ketenangan pada diri pembaca dan yang mendengarkannya. Keterangan tersebut didasarkan dari sebuah hadis riwayat Bukhori pada kitab *Shohih Bukhori* No. 4998 yang berbunyi :

حَدَّثَنَا عَمْرُو بْنُ خَالِدٍ حَدَّثَنَا زُهَيْرٌ حَدَّثَنَا أَبُو إِسْحَاقَ عَنِ الْبَرَاءِ بْنِ عَازِبٍ قَالَ كَانَ رَجُلًا يَقْرَأُ سُورَةَ الْكَهْفِ وَإِلَى جَانِبِهِ حِصَانٌ مَرْبُوطٌ بِشِطْنَيْنِ فَتَغَشَّتْهُ سَحَابَةٌ فَجَعَلَتْ تَدْنُو وَتَدْنُو وَجَعَلَ فَرَسُهُ يَنْفِرُ فَلَمَّا أَصْبَحَ أَتَى النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَذَكَرَ ذَلِكَ لَهُ فَقَالَ تِلْكَ السَّكِينَةُ نَزَلَتْ بِالْقُرْآنِ

Artinya: “Telah menceritakan kepada kami Amru bin Khalid Telah menceritakan kepada kami Zuhair Telah menceritakan kepada kami Abu Ishaq dari Al Barra` bin 'Aazib ia berkata; Seorang laki-laki membaca surat Al Kahfi, sementara di sisinya terdapat seekor kuda yang terikat dengan dua tali, ternyata di atasnya terdapat kabut yang menaunginya. Kabut itu mendekat dan semakin mendekat sehingga membuat kudanya lari ingin beranjak. Ketika waktu pagi datang, laki-laki itu pun mendatangi Nabi shallallahu 'alaihi wasallam dan menuturkan kejadian yang dialaminya, Nabi shallallahu 'alaihi wasallam bersabda: “Itu adalah As Sakinah (ketenangan) yang turun karena Al Qur`an” (HR. Bukhori No. 4998) (Bukhari, 2012).

Hadits diatas menjelaskan bahwasannya ketika seorang laki-laki membaca Surat Al-Kahfi ada sebuah kabut tebal turun mendekat kepada pemuda tersebut yang dimana ketika pemuda tersebut menanyakan kejadian tersebut kepada Nabi, Nabi menjelaskan bahwasannya kabut yang menghampiri tersebut adalah *As-Sakinah* atau ketenangan yang menghampiri laki-laki tersebut ketika membaca Al-Qur'an. Hadis yang diriwayatkan Imam Bukhari ini menjelaskan bahwa membaca surat Al-Kahfi mampu mendatangkan ketenangan pada diri. Dari hasil wawancara dengan narasumber T ditemukan bahwa siswa terlihat lebih tenang setelah melaksanakan aktivitas mendengarkan audio murottal Al-Qur'an.

Meskipun murottal Al-Qur'an mampu memberikan manfaat pada anak autis, akan tetapi kondisi anak autis dalam mengontrol emosi masih memerlukan bantuan pengarahan dari *helper* dikarenakan anak autis belum

mampu mereda emosi sendiri. Selain itu juga perlu treatment lainnya supaya dapat memaksimalkan efektifitas murottal Al-Qur'an yang diterapkan pada anak seperti menggunakan treatment pembiasaan seperti yang dilakukan di SD Plus Al-Ghifari.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, diperoleh kesimpulan bahwa terapi audio murottal Al-Qur'an di SD Plus Al-Ghifari mampu memberikan efek ketenangan pada anak autis dan mampu memberikan efek tersendiri pada gangguan emosi anak autis. Sayangnya belum terdapat sesi tersendiri untuk melakukan treatment murottal Al-Qur'an ini. Terapi murottal Al-Qur'an ini dapat digunakan oleh orangtua di rumah karena tidak membutuhkan biaya yang mahal dan simpel. Diharapkan penelitian ini mampu mendatangkan manfaat bagi khalayak umum dan secara khusus bagi mahasiswa Jurusan Tasawuf Psikoterapi. Penelitian ini tentu tak luput dari kekurangan seperti pada pengambilan data kurang menditel. Oleh sebab itu, diharapkan penelitian selanjutnya mampu lebih memaksimalkan kembali dalam pengambilan data yang dibutuhkan.

Daftar Pustaka

- Al-Tirmidzi, A. 'Isa M. bin 'Isa bin T. bin M. bin al-Ḍahhak al-S. al-Ḍarir al-B. (2012). *Jami' At Tirmidzi*.
- Anam, A., Khasanah, U., & Isworo, A. (2019). Terapi Audio dengan Murottal Alquran terhadap Perilaku Anak Autis: Literature Review. *Journal of Bionursing*, 1(2), 163–170.
- Association, A. P. (2000). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fourth Edition, Text Revision (DSM-IV-TR). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fourth Edition, Text Revision (DSM-IV-TR)*. <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890423349>
- Astuti, A., Suryono, Widyawati, Melyana Nurul Suwondo, A., & Mardiyono. (2017). Effect of Audio Therapy Using Al-Qur'an Murrotal on Behavior Development in Children with Autism. *Belitung Nursing Journal*, 3(5), 470–477.
- Atmaja, J. R. (2018). *Pendidikan dan Bimbingan Anak Berkebutuhan Khusus*. Remaja Rosda Karya.
- Bukhari. (2012). *Jami' Musnad Bukhari*.
- Chaplin, J. P. (2006). *Kamus Lengkap Psikologi*. RajaGrafindo Persada.
- Eva, N. (2015). *Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus* (M. Irtadji (ed.)). Universitas Negeri Malang.
- Firmansyah, M., & Masrun, M. (2021). Esensi Perbedaan Metode Kualitatif dan Kuantitatif. *Elastisitas: Jurnal Ekonomi Pembangunan*, 3(2), 156–159.
- Geraldina, A. M. (2017). Terapi Musik: Bebas Budaya atau Terikat Budaya?

- Buletin Psikologi*, 25(1), 45-53.
- Gumilang, G. M. (2017). Terapi Murottal Al-Qur'an Melalui Pendekatan Electroencephalograph (EEG). In *UIN Sunan Gunung Djati Bandung*. UIN Sunan Gunung Djati Bandung.
- Hallahan, D., Kauffman, J., & Pullen, P. C. (2020). *Exceptional Learners*. Oxford Research Encyclopedia of Education.
- Ilahi, M. T., & Rose, K. R. (2013). *Pendidikan Inklusif: Konsep dan aplikasi*. Ar-Ruzz Media.
- Marliani, D. C. (2019). Penerapan Audio Murattal dalam Pembelajaran Untuk Meningkatkan Atensi Anak Autis. In *Universitas Negeri Semarang*. Universitas Negeri Semarang.
- Mayrani, E. D., & Hartati, E. (2013). Intervensi Terapi Audio dengan Murottal Surah Ar-Rahman terhadap Perilaku Anak Autis. *The Soedirman Journal of Nursing*, 8(2), 69-76.
- Mubashir, S., Farrugia, M., Coretti, L., Pessia, M., & D'adamo, M. C. (2020). Autism Spectrum Disorder. *Malta Medical Journal*, 32(3), 56-66. <https://doi.org/10.3329/jbcps.v28i3.6506>
- Nasihudin, A. (2020). *Jumlah Penyandang Disabilitas di Indonesia Menurut Kementerian Sosial*. Liputan6.
- Rinarki, J.A. (2018). *Pendidikan dan Bimbingan Anak Berkebutuhan Khusus*. Remaja Rosda karya.
- Silvia, & Moniqe, R. (2017). Efektifitas Terapi Musik Klasik Dan Murottal Sekolah Khusus Autis Garegeh Bukittinggi Tahun 2016. *Journal of Engineering and Health Scinces*, 27(1), 1-14.
- Simanjuntak, B. A., & Sosrodiharjo, S. (2014). Metode Penelitian Sosial (Edisi Revisi). In *Yayasan Pustaka Obor Indonesia*. Yayasan Pustaka Obor Indonesia.
- Siyoto, S., & Sodik, A. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Literasi Media Publishing.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Alfabeta.
- Suteja, J. (2014). Bentuk dan Metode Terapi terhadap Anak Autisme Akibat Bentuk Perilaku Sosial. *Edueksos: Jurnal Pendidikan Sosial Dan Ekonomi*, 3(1).