

# PENGARUH TERAPI MUROTTAL TERHADAP TINGKAT HIPERAKTIF – IMPULSIF PADA ANAK *ATTENTION DEFICIT HYPERACTIVE DISORDER* (ADHD)

Fithroh Roshinah, Laila Nursaliha, dan Saiful Amri  
Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta

## Abstract

The research is aimed at revealing the murottal therapy process given to ADHD children and to find out the effect of the therapy on the hyperactive-impulsive behaviours of the ADHD children. The method employed in this research is *Subject Single Research* (SSR) method using the A-B-A design. The subjects of the reasearch are the third grade students of a special school. The data were collected through observations. The research findings show that the murottal therapy cann reduce the hyperactivity and impulsiveness level among the ADHD children. Such a therapy positively affects the calmness condition of the ADHD children.

**Keywords:** *ADHD, murottal therapy, hyperactive-impulsive*

## PENDAHULUAN

*Attention Deficit and Hyperactivity Disorder* (ADHD) merupakan salah satu tipe gangguan perilaku yang ditandai dengan kurangnya kemampuan untuk memusatkan perhatian pada sesuatu yang dihadapi. Anak dengan ADHD menunjukkan tingkat perhatian dibawah rata-rata dibanding dengan anak seusia-nya. Gejala lain yang timbul adalah perilaku yang hiperaktif dan impulsif.

Perilaku impulsif merupakan perilaku manusia yang tiba-tiba berubah, tiba-tiba di luar rencana, atau sebuah sikap yang tidak didukung alasan yang kuat. Pada umumnya sikapnya tergolong

irrasional (Imadha, 2011). Secara umum anak yang menderita ADHD memiliki aktivitas motorik yang tinggi dibandingkan dengan anak seusianya, sulit mengikuti instruksi secara berurutan dan mudah lupa.

*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder* (DSM) IV menyebutkan prevalensi kejadian ADHD pada anak usia sekolah sekitar 3%-5% (Judarwanto dalam Dewi, dkk., 2011). Di Indonesia prevalensi anak ADHD sekitar 5%. Penelitian yang dilakukan Saputro (dalam Dewi, 2011) menunjukkan prevalensi ADHD pada anak sekolah dasar di DKI Jakarta sebesar 26,2 %.

Terapi yang digunakan dalam penelitian ini adalah terapi *murottal*. *Murottal* dapat didefinisikan sebagai rekaman suara al-Quran yang dilakukan oleh seorang qori –pembaca al-Quran (purna-wordpress.com). Penelitian yang dilakukan oleh Ahmad al-Qadhi, direktur utama *Islamic Medicine Institute for Education and Research* di Florida, membahas tentang pengaruh al-Quran pada manusia dalam perspektif fisiologi dan psikologi. Hasil penelitian tersebut menunjukkan hasil yang positif bahwa mendengarkan ayat suci al-Quran memiliki pengaruh yang signifikan dalam menurunkan ketegangan urat saraf reflektif dan hasil ini tercatat dan terukur secara kuantitatif dan kualitatif oleh sebuah alat berbasis komputer (Faradisi, 2012; Remolda, 2009).

Michael Sells, seorang sarjana Amerika menjelaskan kondisi yang terjadi pada saat seorang pengemudi sebuah bus yang panas dan sesak memutar kaset pembacaan al-Quran (*Murottal*): "Ketenangan meditatif mulai menlingkupi. Orang-orang bersikap rileks. Gerakan saling sikut dan berebut tempat pun berhenti. Suara-suara mereka yang berbicara mulai tenang dan melemah (Armstrong, 2013:77). Hal tersebut menunjukkan adanya pengaruh ketenangan terhadap seseorang ketika diperdengarkan *murottal*. Terapi *murottal* ini biasanya dilakukan dengan diperdengarkan pada

orang yang bersangkutan dengan harapan perilaku-perilaku tidak baik bisa dikurangi.

Terdapat dua rumusan permasalahan dalam penelitian ini yaitu hubungan terapi *murottal* terhadap perilaku hiperaktif-impulsif anak ADHD dan perbedaan yang signifikan antara perilaku anak ADHD sebelum melakukan terapi *murottal* dan sesudah melaksanakan terapi *murottal*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan proses terapi *murottal* yang dilakukan pada anak ADHD dan untuk mengetahui pengaruh terapi *murottal* terhadap perilaku hiperaktif-impulsif pada anak ADHD.

## METODE

Jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian eksperimen dengan subjek tunggal atau yang dikenal dengan istilah *Single Subject Research* (SSR). SSR merupakan suatu metode yang digunakan untuk memperoleh data yang diperlukan dengan melihat hasil ada tidaknya pengaruh dari suatu perlakuan atau *treatment* yang diberikan kepada subjek secara berulang-ulang.

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain A-B-A, A1 adalah lambang dari *baseline* 1. *Baseline* merupakan suatu kondisi awal perilaku hiperaktif-impulsif anak ADHD sebelum diberikan perlakuan atau intervensi, B (intervensi) merupakan suatu gambaran

kondisi perilaku hiperaktif-impulsif anak ADHD selama diberikan intervensi secara berulang-ulang dengan melihat hasil intervensi, A2 (*baseline-2*) merupakan kondisi pengulangan *baseline-1* untuk mengukur sejauh mana pengaruh intervensi yang diberikan terhadap anak. Juang Sunanto (2006: 44) menjelaskan bahwa "desain A-B-A ini menunjukkan adanya hubungan sebab akibat antara variabel terikat dengan variabel bebas yang lebih kuat". Dalam penelitian ini, tujuan digunakannya desain A-B-A, yaitu untuk mengetahui besarnya pengaruh terapi *murottal* terhadap perilaku hiperaktif-impulsif pada anak ADHD.

Variabel adalah atribut seseorang, atau objek, yang memiliki variasi antara satu orang dengan yang lain atau satu objek dengan objek yang lain (Hatch dan Farhady, 1981 dalam Sugiyono, 2007). Dalam penelitian ini terdapat dua variabel, yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah terapi *murottal*, sedangkan variabel terikatnya adalah anak ADHD.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan teknik observasi. Menurut Sugiyono (2007:203) observasi digunakan bila penelitian berkenaan dengan perilaku manusia, proses kerja, gejala-gejala alam dan bila responden yang diamati tidak terlalu besar. Teknik analisis data menurut Juang Sunanto berdasarkan pan-

jang kondisi, tingkat kecenderungan arah, tingkat stabilitas, tingkat perubahan, jejak data, dan rentang.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Terapi *murottal* dapat membantu menurunkan gejala tingkat hiperaktivitas dan impulsivitas pada anak ADHD. Terapi ini membantu anak hiperaktif dan impulsif untuk pembelajaran serta melatih artikulasi dari anak ADHD tersebut. Pada tahap ini subjek penelitian diamati dalam rentang gejala yang alamiah. Rata-rata gejala yang muncul muncul enam gejala dari sembilan gejala atau tanda anak hiperaktif –impulsif. Gejala yang sering muncul adalah subjek penelitian melakukan gerakan seolah-olah digerakkan oleh mesin sehingga subjek tidak bisa diam. Gejala yang lain adalah sulit untuk tenang, dan memaksakan kehendak karena tipe anak ini tidak bisa menunggu dengan lama.

Pergaulan subjek penelitian dengan teman-temannya terbilang cukup harmonis walaupun terkadang subjek penelitian sering dimanfaatkan oleh teman-temannya untuk melaksanakan pekerjaan yang lain. Mengalihkan pekerjaan yang kurang bermanfaat untuk membantu temannya atau membantu guru lain untuk bersih-bersih halaman ataupun untuk. Hasil dari tahap intervensi adalah subjek penelitian selama proses intervensi pada pertemuan pertama

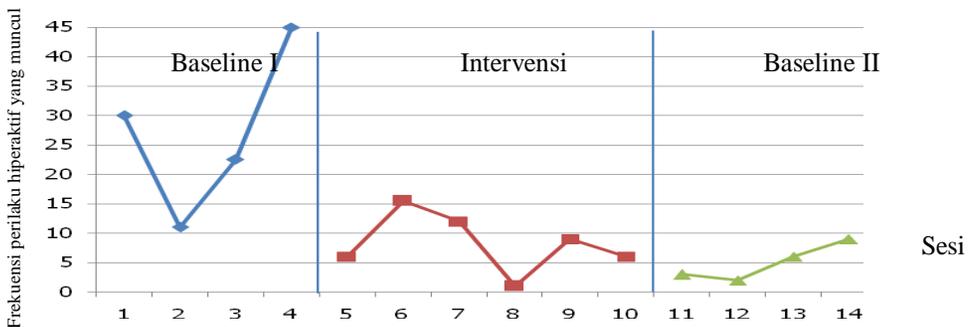
dapat duduk dengan tenang kurang lebih sekitar delapan menit. Dilanjutkan pada hari kedua subjek penelitian dapat duduk dengan tenang selama kurang lebih sepuluh menit.

Keadaan subjek ketika diberikan sebuah perlakuan mengalami kondisi yang berbeda-beda. Di antara perbedaan kondisi itu seperti keadaan mengantuk, sedang sakit, dan ada berbagai permasalahan yang dihadapi ketika melaksanakan intervensi. Pada sesi keempat intervensi, subjek penelitian mengantuk sehingga sedikit kesulitan dalam melakukan intervensi namun ketika subjek tertantuk-kantuk, subjek penelitian masih bisa mendengarkan bacaan *murottal* yang diputar untuk intervensi sedikit banyak sudah meresap kedalam alam bawah sadar subjek penelitian.

Tahap *Baseline II* dilaksanakan sebanyak empat kali. Grafik dari *baseline* kedua memiliki kecenderungan untuk naik. Jika dibandingkan dengan *baseline I*

diawal *baseline II* memiliki tingkat penurunan gejala yang signifikan. Hal ini bisa terlihat dari banyaknya gejala hiperaktivitas yang muncul. Pada *baseline II* ini yang masih banyak muncul adalah gejala untuk tidak tenang, badan seakan digerakkan oleh mesin, dan memaksakan kehendak pada yang lain.

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh terapi *murottal* terhadap menurunnya gejala yang timbul dari subjek penelitian. Pada awalnya gejala yang muncul masih berada di kisaran enam gejala namun pada tahap observasi kedua atau *baseline II* gejala tersebut sudah menurun menjadi tiga gejala yang muncul. Walaupun frekuensi yang muncul tidak stabil. Berikut grafik perbandingan per tahapan penelitian.



**Grafik 1. Frekuensi Perilaku Hiperaktif pada *Baseline I-Intervensi-Baseline II***

## PENUTUP

Terapi *murottal* memiliki hubungan terhadap perilaku hiperaktif impulsif pada anak ADHD. Terapi *murottal* bersifat menenangkan anak ADHD. Ketika diperdengarkan bacaan *murottal* dalam keadaan normal, secara perlahan subjek penelitian berangsur untuk tenang. Ketika dilatih untuk melafalkan bacaan al-Quran, subjek penelitian sedikit memperbaiki artikulasi dan pelafalan. Terapi *murottal* direkomendasikan untuk meredakan perilaku anak ADHD.

## DAFTAR PUSTAKA

- American Psychiatric Association. *Attention Deficit/Hyperactivity Disorder*. American Psychiatric Publishing. <http://www.dsm5.org/Documents/ADHDFactSheet.pdf>. Diakses pada 8 April 2014
- American Psychiatric Association. 2013. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5)*, Washington, D.C.: American Psychiatric Association.
- Armstrong, Karen. 2013. *Muhammad: Prophet for Our Time*. Bandung: Mizan.
- Arga Paternotte & Jan Buitelaar. 2010. *ADHD Attention Deficit Hyperactivity Disorder (Gangguan Pemusat-an Perhatian dan Hiperaktivitas) Gejala, Diagnosis terapi serta Penanganannya di Rumah dan di Sekolah*. Jakarta: Prenada
- Baihaqi, MIF, dan M. Sugiarmim. *Memahami dan Membantu Anak ADHD*. Bandung: PT Refika Aditama. 2008
- Dewi A, Sari, dkk. *Perbedaan Keakraban Suami-Istri Berdasarkan Adanya Anak dengan Kecenderungan Attention Deficit/Hyperactivity Disorder*. Berita Kedokteran Masyarakat. 2011
- Hady, Nur Afuana, dkk. *Perbedaan Efektivitas Terapi Musik Klasik dan Terapi Musik Murottal Terhadap Perkembangan Kognitif Anak Autis di SLB Autis Kota Surakarta*. 2012
- Harun, (tanpa tahun) dalam [http://users6.nofeehost.com/alquranonline/Pengaruh\\_Alquran.asp](http://users6.nofeehost.com/alquranonline/Pengaruh_Alquran.asp) diunduh pada tanggal 23 Mei 2014
- Imadha, Hariyanto. *Psikologi: Mengenal Pribadi yang Impulsif*. Psikologi-2009.wordpress.com/2011/12/30/psikologi-mengenal-pribadi-yang-impulsif/. 2011 diakses pada tanggal 21 April 2014.
- Mayrani, Eva Dwi dan Elis Hartati. 2013 *Intervensi Terapi Audio Dengan Murottal Surah Ar-Rahman terhadap Perilaku Autis*. Jurnal Keperawatan Soedirman.
- Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.