

PENGARUH MENDENGARKAN MUROTTAL AL-QUR'AN TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PENGGUNA NARKOBA PROGRAM REHABILITASI DI LAPAS NARKOTIKA KELAS IIA JELEKONG BANDUNG

Sherin Septiani¹ Roselina Tambunan² Linda Hotmaida³
^{1,2,3} Program Studi S1 Keperawatan STIK Immanuel Bandung
Email: lindahotmaida13@gmail.com

Abstrak

Narkoba merupakan bahan kimia yang jika dikonsumsi akan mempengaruhi fungsi tubuh terutama otak sehingga berakibat pada gangguan mental. Gangguan mental yang sering ditemukan pada pengguna narkoba salah satunya adalah kecemasan. Upaya untuk mengatasi kecemasan pada pengguna narkoba bisa dilakukan dengan pendekatan spiritual, salah satunya dengan mendengarkan Murottal Al-qur'an. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui adanya pengaruh mendengarkan Murottal Al-qur'an terhadap tingkat kecemasan pada pengguna narkoba di Lapas Narkotika Kelas IIA Jelekong Bandung. Desain penelitian ini adalah Pre-Experimental Designs dengan One-Group Pretest-Posttest Design, teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling dengan jumlah responden 25 orang. Hasil penelitian menunjukkan sebelum diberikan murottal al-qur'an sebagian besar dari seluruh responden tidak mengalami kecemasan, sebagian kecil dari seluruh responden mengalami cemas ringan, hampir tidak ada dari seluruh responden mengalami cemas sedang, hampir tidak ada dari seluruh responden mengalami cemas berat, dan tidak ada dari seluruh responden mengalami cemas sangat berat, dan setelah diberikan murottal al-qur'an hampir seluruh responden tidak mengalami kecemasan, hampir tidak ada responden mengalami cemas ringan, dan tidak seorangpun responden mengalami cemas sedang, berat maupun sangat berat. Hasil analisis uji Wilcoxon untuk variabel tingkat kecemasan didapatkan nilai P-Value $0,011 \leq 0,05$. Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh mendengarkan Murottal Al-qur'an terhadap tingkat kecemasan pada pengguna narkoba di lapas Narkotika kelas IIA Jelekong Bandung. Saran yang dapat direkomendasikan yaitu terapi mendengarkan Murottal Al-qur'an ini menjadi salah satu program rehabilitasi yang dapat diberikan dan diterapkan pada pengguna narkoba di lapas Narkotika kelas IIA Jelekong.

Kata Kunci : Murottal Al-Qur'an, Kecemasan, Narkoba

PENDAHULUAN

Narkoba atau narkotika merupakan zat atau obat yang berasal dari tanaman atau bukan tanaman, baik sintetis maupun semi sintetis, yang dapat menyebabkan penurunan atau perubahan kesadaran, hilangnya rasa, mengurangi sampai menghilangkan rasa nyeri dan dapat menimbulkan ketergantungan (Badan Narkotika Nasional, 2011). Narkoba adalah bentuk bahan adiktif hal tersebut karena narkoba dapat menimbulkan kecanduan kepada penggunaannya (Fitriyani & Trianasari, 2016).

Penyalahgunaan narkoba merupakan penggunaan zat-zat atau bahan dengan tujuan bukan untuk pengobatan atau penelitian. Penggunaan ini dalam bentuk menggunakan tanpa takaran yang tepat dan dosis yang tidak wajar. Pengguna biasanya melakukan ini untuk mendapatkan ketenangan sesaat, merasakan kebebasan, tidak memikirkan masalah, ingin mendapatkan kekuatan dan meningkatkan kepercayaan diri. Ketika hal tersebut dilakukan secara terus-menerus maka yang terjadi adalah ketergantungan atau kecanduan (Fitriyani & Trianasari, 2016).

Prevalensi penyalahgunaan narkoba di dunia sejak tahun 2006 hingga 2013 mengalami peningkatan (UNODC, 2015). Diperkirakan tahun 2013 ada sekitar 167 hingga 315 juta orang penyalahgunaan dari populasi penduduk dunia yang berumur 15-64 tahun menggunakan narkoba minimal sekali dalam setahun (BNN, 2017). Jumlah pengguna narkoba di Indonesia dari tahun 2004 ke 2008 naik sekitar 29% yaitu 2,8 juta orang menjadi 3,3 juta orang (BNN, 2011). Pada 2014 jumlah pengguna narkoba diperkirakan ada sebanyak 3,8 juta sampai 4,1 juta orang pada kelompok usia 10-59 tahun di Indonesia. Prevalensi pengguna narkoba di Jawa Barat ada 2,42% yaitu sekitar 832.003 jiwa. Pada tahun 2015 pengguna narkoba sudah mencapai 4.098.256 orang (BNN, 2015).

Masalah yang ditimbulkan akibat penggunaan narkoba sangat kompleks, tidak hanya pada diri pengguna narkoba saja, tetapi juga berdampak pada keluarga pengguna, masyarakat dan negara. Bagi keluarga, pengguna narkoba akan merepotkan dan menjadi beban (Anggreni, 2015). Dampak negatif penggunaan narkoba tidak hanya dirasakan secara fisik, tetapi juga berakibat pada gangguan mental. Gangguan perilaku/mental sosial yang dapat terjadi seperti mudah tersinggung, marah, sulit mengendalikan diri dan hubungan dengan keluarga dan sesama terganggu dan terjadi gangguan mental seperti paranoid dan psikosis (BNN, 2011).

Gangguan mental atau psikiatri yang sering ditemukan pada pengguna narkoba adalah kecemasan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Hanifa (2013) di Rumah Sakit Ketergantungan Obat (RSKO) Jakarta ditemukan bahwa 26,2% mengalami kecemasan berat, 38,1% mengalami kecemasan sedang, 19,0% mengalami kecemasan ringan dan 16,7% tidak mengalami kecemasan.

Kecemasan merupakan kekhawatiran pada objek yang tidak jelas yang dimanifestasikan dengan perubahan fisik dan psikologis pada individu yang mengalaminya. Kecemasan yang dirasakan penggunaan narkoba merupakan hasil dari pemikiran dan keyakinannya bahwa ia tidak dapat bertahan menghadapi stres tanpa bantuan narkoba. Keyakinan ini membuat pengguna narkoba memiliki tingkat toleransi stres yang rendah dan sering kali terjerumus pada penggunaan narkoba berulang atau relaps. Hasil penelitian Syuhada (2015) kecemasan merupakan salah satu faktor internal yang menyebabkan pengguna narkoba mengalami relaps.

Semua pecandu dan korban penggunaan narkoba sesuai dengan Undang- Undang Narkotika Nomor 35 Tahun 2009, wajib

menjalani rehabilitasi medis dan rehabilitasi social. Terapi yang akan diberikan dalam penelitian ini adalah Murottal Al-qur'an. Murottal merupakan salah satu musik yang memiliki pengaruh positif bagi pendengarnya. Terapi murottal (mendengarkan bacaan ayat-ayat suci Al-Qur'an) dapat mempercepat penyembuhan (Handayani, 2014).

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah "Apakah ada Pengaruh Mendengarkan Murottal Al-qur'an terhadap Tingkat Kecemasan pada Pengguna Narkoba Program Rehabilitasi di Lapas Narkotika Kelas IIA Jekekong Bandung?".

METODE PENELITIAN

Metode dalam peneltian ini adalah Kuantitatif dengan pendekatan *Pre-*

Experimental Designs dengan *One-Group Pretest-Postest Design*. Variabel *independen* penelitian ini adalah Murottal Al-Qur'an dan variabel dependen adalah kecemasan pada pengguna narkoba yang sedang menjalani rehabilitasi. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner dan Audio Murottal Mp3. Pengukuran kecemasan menggunakan HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*) dengan 14 pertanyaan. Populasi penelitian ini adalah pengguna narkoba yang sedang menjalani rehabilitasi *Therapeutic Community* sebanyak 25 responden. Tehnik sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Total Sampling* yaitu 25 responden. Tehnik analisa univariat menggunakan distribusi frekuensi dan analisa bivariat menggunakan uji wilcoxon.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1
Tingkat kecemasan responden sebelum diberikan Murottal A-qur'an

Tingkat Kecemasan	Jumlah	Persentase (%)
Tidak ada	17	68%
Ringan	5	20%
Sedang	2	8%
Berat	1	4%
Sangat Berat	0	0%
Total	25	100%

Tabel 1 menunjukkan sebagian besar dari seluruh responden tidak mengalami kecemasan 17 orang (68%), sebagian kecil dari seluruh responden mengalami cemas ringan 5 orang (20%), hampir tidak ada dari

seluruh responden mengalami cemas sedang 2 orang (8%), hampir tidak ada dari seluruh responden mengalami cemas berat 1 orang (4%), dan tidak ada dari seluruh responden mengalami cemas sangat berat (0%).

Tabel 2
Tingkat kecemasan respondensetelah mendengarkan Murottal Al qur'an

Tingkat Kecemasan	Jumlah	Persentase (%)
Tidak ada	20	80%
Ringan	5	20%
Sedang	0	0%

Berat	0	0%
Sangat Berat	0	0%
Total	25	100%

Tabel 2 menunjukkan hampir seluruh responden tidak mengalami kecemasan 20 orang (80%), hampir tidak ada dari seluruh

responden mengalami cemas ringan 5 orang (20%).

Tabel 3
Pengaruh mendengarkan Murottal AL-qur'an terhadap tingkat kecemasan pengguna narkoba

Kecemasan	T	R	S	B	B	Tot	<i>P</i> <i>Value</i>
	A				S	al	
Pretest	17	5	2	1	0	25	0,01
Postets	20	5	0	0	0	25	1

Tabel 3 menunjukkan hasil uji wilcoxon sebelum dan sesudah mendengarkan Murottal Al-qur'an memiliki rentang nilai tingkat kecemasan sebelum mendengarkan Al-Qur'an dan sesudah mendengarkan Al-Qur'an didapatkan nilai z hitung -2.545 dan nilai signifikan $0,011 < \alpha 0,05$. Sehingga Ho ditolak Ha diterima maka terdapat pengaruh mendengarkan Al-Qur'an terhadap tingkat kecemasan.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat penurunan tingkat kecemasan setelah dilakukan terapi Murottal Al-qur'an, hasilnya hampir seluruh responden tidak mengalami cemas 20 orang (80%), hampir tidak ada responden mengalami cemas ringan 5 orang (20%), serta tidak ada seorangpun responden yang mengalami cemas sedang dan berat.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa terdapat pengaruh mendengarkan Al-Qur'an terhadap tingkat kecemasan pengguna narkoba dimana didapatkan nilai Z -2.545 p value (Asymp. Sig 2-tailed) 0,011.

Narkoba merupakan zat yang dapat mempengaruhi fungsi tubuh terutama otak

sehingga menyebabkan perubahan kesadaran, hilangnya rasa, dan dapat menimbulkan ketergantungan. Salah satu dampak penggunaan narkoba terhadap kondisi psikologis seseorang menyebabkan orang tidak mampu berfikir dan bertingkah laku normal. Berbagai gangguan psikis yang sering dialami oleh mereka yang menyalahgunakan narkoba antara lain rasa tertekan, cemas, ketakutan, ingin bunuh diri, kasar, marah, agresif, pergaulan yang terbatas karena lebih mudah bergaul dengan sesama pengguna narkoba dan lain-lain.

Gangguan ini bisa sementara tetapi bisa juga selamanya dan yang paling jelas adalah pengguna tidak bisa berhenti untuk terus menerus menggunakan narkoba (Sumiati, 2009). Pengguna narkoba juga dapat menyebabkan gangguan pada otak berupa overstimulasi sistem ganjaran. Overstimulasi ini menyebabkan otak melakukan penyesuaian terhadap berlimpahnya produksi dopamin dan neurotransmitter lain dengan menghasilkan lebih sedikit dopamin atau mengurangi banyaknya reseptor. Sebagai hasilnya kemampuan pengguna narkoba untuk menikmati kesenangan secara normal

menurun. Inilah yang menyebabkan pengguna narkoba mengalami kecemasan (Kemensos, 2016).

Terpidana pengguna narkoba wajib mengikuti program rehabilitasi diantaranya rehabilitasi kerohanian atau rehabilitasi psiko spiritual. Terapi mendengarkan murottal Al-qur'an ini adalah salah satu terapi psikospiritual yang bertujuan untuk meningkatkan ketaqwaan terhadap Tuhan serta keharusan manusia untuk mengingat kuasa Allah dan menambah keimanan (Hawari, 2012).

Pemberian terapi murottal pada pasien narkoba dengan cara mendengarkan suara lantunan ayat suci Al-Qur'an, impuls akan disalurkan ke thalamus kemudian diteruskan area prefrontal (pemaknaan peristiwa, makna yang terkandung dalam Qur'an). Impuls akan dilanjutkan ke hipokampus (pusat memori emosional) dan amygdala (pusat emosi), setelah itu rangsangan diteruskan ke hipotalamus (Pedak, 2009). Hipotalamus mengeluarkan beberapa hormon, dan mengontrol kerja kelenjar hipofisis yang menghasilkan kelenjar endorfin. Endorfin atau hormon kebahagiaan disebut endogenous opiates karena berasal dari dalam tubuh dan efeknya seperti efek heroin dan morfin. Zat ini berkaitan dengan penghilang nyeri alamiah dan berfungsi untuk merespon stress, yang membuat senang dan tenang (Ethel, 2003 dalam Mustika & Sustrami, 2013).

Ketika mendengarkan Murottal Al-qur'an, maka harmonisasi dalam Murottal yang indah akan masuk telinga dalam bentuk suara (audio), menggetarkan gendang telinga, mengguncangkan cairan telinga dalam serta menggetarkan sel-sel rambut di dalam koklea untuk selanjutnya melalui saraf koklearis menuju otak dan menciptakan keindahan di otak kanan kiri, hal ini akan memberikan dampak berupa kenyamanan dan perubahan perasaan (Annisa, 2017).

Hasil penelitian yang diperoleh melalui wawancara didapatkan respon yang baik dari responden, yaitu 8 dari 25 responden mengatakan hari pertama saat dilakukan intervensi responden masih tidak merasakan ada perubahan, namun setelah hari kedua responden merasakan sedikit ketenangan. Pada hari ke tiga responden mengatakan saat mendengarkan Al-Qur'an responden merasakan ketenangan dan merasa damai.

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terapi mendengarkan Al-Qur'an merupakan hal yang cukup baik diberikan kepada pengguna narkoba. Hal tersebut karena mendengarkan Al-Qur'an memberikan pengaruh yang positif untuk mengurangi kecemasan, sehingga pengguna narkoba yang mengalami kecemasan dapat merasakan ketenang dan rileks. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Al Qadhi (1984) bahwa didapatkan hasil 65% responden mendapatkan ketenangan ketika mendengarkan bacaan Al-Qur'an dan 35% responden mendapatkan ketenangan ketika mendengarkan bahasa Arab yang bukan dari Al-Qur'an.

SIMPULAN

Terdapat pengaruh mendengarkan Murottal Al-qur'an terhadap penurunan kecemasan pada pengguna narkoba program rehabilitasi di Lapas Narkotika Kelas IIA Jelekong Bandung.

SARAN

Melihat adanya pengaruh mendengarkan Murottal Al-qur'an terhadap penurunan kecemasan pada pengguna narkoba maka saran yang dapat direkomendasikan dari hasil penelitian ini yaitu terapi ini menjadi salah satu program rehabilitasi yang dapat diberikan dan diterapkan pada pengguna narkoba khususnya yang beragama muslim di lapas Narkotika kelas IIA Jelekong maupun lapas lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Annisa Thahirah. (2017). *Pengaruh Mendengarkan Dan Membaca Al-qur'an Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Panti Sosial Tresna Werdha Mabaji Gowa*. Skripsi: UIN Alauddin Makasar
- Anggreni, D. (2015). *Dampak bagi pengguna narkoba, psikotropika dan zat adiktif (napza) di kelurahan gunung kelua samarinda ulu*. E-Journal Sosiarti-Sosiologi, 3(3), 37–51.
- Badan Narkotika Nasional. (2011). *Pencegahan Penyalahgunaan Narkoba bagi Remaja Badan Narkotika Nasional Republik Indonesia 2011*. Jakarta: Pusat Penelitian Data dan Informasi BNN RI.
- Badan Narkotika Nasional. (2015). *Laporan Akhir Survei Nasional Perkembangan Penyalagunaan Narkoba Tahun Anggaran 2014. BNN-Republik Indonesia (Vol. 4)*. Jakarta: Pusat Penelitian Data dan Informasi BNN RI.
- Badan Narkotika Nasional. (2017). *Survey Penyalahgunaan Dan Peredaran Gelap Narkoba Pada Kelompok Pelajar Dan Mahasiswa DI 18 Provinsi*. Jurnal Data Puslitdatin BNN
- Fitriyani, R., & Trianasari, D. (2016). *Bimbingan dan Konseling Islami sebagai Bagian Pendekatan bagi Remaja Pecandu Narkoba*. PROSIDING.
- Handayani. R, Dkk . (2014) *Pengaruh Terapi Murotal Al-qur'an Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Dan Kecemasan Dalam Persalinan Primigravida Kala I Fase Aktif Di RSUD Prof. Dr. Margno Soekardjo* (<http://ojs.akbidlypp.ac.id>)
- Hanifa, F. (2013). *Gambaran Tingkat Kecemasan pada Pasien Rawat Inap Pengguna Metamfetamin (Shabu) di RSKO Jakarta Tahun 2013*. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Hawari, D. (2012). *Penyalahgunaan dan Ketergantungan NAZA (Narkotika, Alkohol, dan Zat Adiktif)*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
- Kartika, I.R. (2015). *Pengaruh Mendengar Murottal Al-Qur'an Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pasien Pasca Operasi Apendisitis*. (<http://repository.inri.ac.id>)
- Kemensos. (2016). *Fisiologi dan Farmakologi untuk Profesional Adiksi*. Jakarta: Direktorat Rehabilitasi Sosial Korban Penyalahgunaan Narkoba.
- Manzoni, Dkk (2008). *Relaxation Training for Anxiety: a Ten-years systematic Review with Meta-Analysis*. *BMC Psychiatry*, 8, 41. <https://doi.org/10.1186/1471-244X-8-41>
- Mustika & Sustrami, (2014). *Jurnal Pengaruh Membaca Al-Qur'an Terhadap Kualitas Tidur Lansia Di Posyandu Lansia Matahari Senja Kelurahan Kedungdoro Surabaya*. (<http://stikeshangtuah-sby.ac.id>)
- Noviarini, N. A., Dewi, M. P., & Prabowo, H. (2013). *Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Kualitas Hidup pada Pecandu Narkoba yang Sedang Menjalani Rehabilitasi*. *Proceeding PESAT (Psikologi, Ekonomi, Sastra, Arsitektur Dan Teknik Sipil*, 5, 8–9.
- Pedak, M. (2009). *Mukzizat Terapi Al-*

- Qur'an Untuk Hidup Sukses*. Jakarta: Wahyumedia
- Shanmugam, P. K., & Winslow, R. M. (2013). *Integrated Psychosocial Treatment Programme for Substance Abusers: Relapse Prevention and Social Anxiety Diminution: A systematic Review of Addiction Research and Therapy*. <https://doi.org/10.4172/2155-6105.S7-004>
- Sumiati. (2009). *Asuhan Keperawatan pada Klien Penyalahguna dan Ketergantungan Napza*. Jakarta: Trans Info Media.
- Syuhada, I. (2015). *Faktor Internal dan Intervensi pada Kasus Penyandang Relaps Narkoba*, 978–979.
- Wulandari, C. M., Retnowati, D. A., Handojo, K. J., & Rosida. (2015). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penyalahgunaan Napza Pada Masyarakat Di Kabupaten Jember*. *Jurnal Farmasi Komunitas*, 2(1), 1–4.