

## Analisis Tematik Psikoterapi Al-Qur'an dalam Antisipasi Skizofrenia Paranoid

Elfira Abidatul Maula<sup>1\*</sup>, Wiwin Ainis Rohtih<sup>2</sup>, Miftara Ainul Mufid<sup>3</sup>,  
Amir Mahmud<sup>4</sup>

<sup>1234</sup>Universitas Yudharta Pasuruan

\*Corresponding email: [elfiraabidatulm@gmail.com](mailto:elfiraabidatulm@gmail.com)

### Abstrak

Skizofrenia paranoid merupakan gangguan mental kronis yang ditandai dengan delusi, halusinasi, dan gangguan berpikir. Skizofrenia termasuk salah satu dari penyebab utama kecacatan, meskipun jumlah kejadiannya relatif lebih rendah dibanding dengan beberapa gangguan mental lainnya. Penelitian ini bertujuan menganalisis konsep psikoterapi Al-Qur'an sebagai upaya antisipasi gejala skizofrenia paranoid. Metode yang digunakan adalah kualitatif dengan model studi kepustakaan (*library research*), yaitu dengan cara menelaah dan menganalisis secara tematik ayat-ayat Al-Qur'an yang berhubungan dengan konsep *waswas*, dzikir, membaca dan mendengarkan lantunan ayat Al-Qur'an. Hasil kajian menunjukkan bahwa konsep waswas dalam Al-Qur'an memiliki relevansi fenomenologis dengan halusinasi auditorik pada penderita skizofrenia paranoid. Selain itu, praktik psikoreligius seperti dzikir, membaca dan mendengarkan murottal Al-Qur'an berpotensi membantu menenangkan emosi, menurunkan intensitas halusinasi. psikoreligius dapat menjadi upaya komprehensif dalam mengantisipasi gejala skizofrenia paranoid. Kontribusi penelitian ini ada pada Pembangunan kerangka psikoterapi al-Qur'an yang integratif antara tafsir dan psikologis klinis, serta menawarkan pendekatan pendamping dalam penanganan skizofrenia paranoid.

**Kata Kunci:** *skizofrenia paranoid, psikoterapi Al-Qur'an, Tafsir tematik*

### Abstract

Paranoid schizophrenia is a chronic mental disorder characterized by delusions, hallucinations, and disorganized thinking. Schizophrenia is considered one of the leading causes of disability, although its prevalence is relatively lower compared to several other mental disorders. This study aims to analyze the concept of Qur'anic psychotherapy as an anticipatory effort toward the symptoms of paranoid schizophrenia. The study employs a qualitative method using a library research model by examining and thematically analyzing Qur'anic verses related to the concepts of *waswas* (whispers), *dhikr* (remembrance of God), as well as reciting and listening to the recitation of Qur'anic verses. The findings indicate that the concept of *waswas* in the Qur'an has phenomenological relevance to auditory hallucinations experienced by individuals with paranoid schizophrenia. Furthermore, psycho-religious practices such as *dhikr*, reciting, and listening to Qur'anic *murottal* potentially help calm emotions and reduce the intensity of hallucinations. Therefore, psycho-religious approaches may serve as a comprehensive effort in anticipating the symptoms of paranoid schizophrenia. The contribution of this research lies in the development of an integrative Qur'anic

psychotherapy framework that combines Qur'anic interpretation and clinical psychology, while also offering a complementary approach in the treatment of paranoid schizophrenia.

**Keywords:** *paranoid schizophrenia, Qur'anic psychotherapy, thematic interpretation*

## PENDAHULUAN

Manusia modern saat ini semakin terpedaya oleh pemikirannya sendiri, hal tersebut terjadi karena arus modernisasi yang kian berkembang cepat dan massif yang berdampak langsung pada kehidupan. Dampak yang dirasakan bukan hanya positif saja melainkan negatif seperti munculnya *individualisme*, kesenjangan sosial ekonomi, pencemaran lingkungan, kenalakan remaja yang berujung kriminalitas bahkan penyimpangan sosial.<sup>1</sup> Kondisi seperti ini berdampak langsung maupun tidak langsung bagi kondisi Kesehatan maupun kejiwaan seseorang. Gangguan jiwa yang dimaksud dapat mencakup aspek berpikir (*kognitif*), kemauan (*volution*), emosi (afektif) atau tindakan (*psikomotor*). Aspek tersebut mempengaruhi fungsionalitasnya dalam berbagai aktivitas, kehidupan sosial, pola kerja dan hubungan keluarga karena terganggunya oleh gejala kecemasan, depresi dan psikosis.<sup>2</sup> Gangguan jiwa merupakan isu global yang jika tidak ditangani, diperkirakan akan mengalami peningkatan prevalensi setiap tahunnya. Secara global diperkirakan mencapai sekitar 478,5 juta, di mana 264 juta di antaranya mengalami depresi, 45 juta mengalami bipolar, 20 juta skizofrenia, dan 50 juta mengalami demensia.<sup>3</sup>

Dari macam-macam gangguan mental tersebut, menjadikan skizofrenia sebagai salah satu gangguan mental yang belum familiar di kalangan Masyarakat termasuk gangguan jiwa yang dapat mengganggu kinerja akademik dan profesional dalam lingkup global. Skizofrenia termasuk salah satu dari lima belas penyebab utama kecacatan, meskipun jumlah kejadiannya relatif lebih rendah dibanding dengan beberapa gangguan mental lainnya. Individu dengan skizofrenia memiliki risiko yang lebih tinggi untuk melakukan bunuh diri. Menurut KEMENKES RI (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia) skizofrenia merupakan salah satu gangguan jiwa yang tergolong berat, ditandai dengan gangguan pada pikiran, perilaku dan perasaan yang bermanifestasi sebagai Kumpulan gejala atau perubahan yang signifikan, bahkan dapat menimbulkan penderitaan dan hambatan dalam menjalankan fungsi sebagai seorang manusia.

Menurut WHO (*World Health Organization*) tahun 2021, prevalensi skizofrenia mencapai sekitar 24 juta orang di dunia, angka kekambuhan meningkat

---

<sup>1</sup> "Dampak Modernisasi Terhadap Kehidupan Sosial Masyarakat," n.d.

<sup>2</sup> Nurjannah, Anggalini, dan Puspitasari, (2019) "Inovasi Pelayanan Kesehatan: Posyandu Penangan Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) di Srigonco Kabupaten Malang".

<sup>3</sup> World Health Organization, 2019

dari 28% (2019), 43% (2020), hingga 54% (2021). Sementara itu, *National Institute of Mental Health* (2018) mencatat melebihi 51 juta penderita secara internasional atau sekitar 1,1% populasi di atas usia 8 tahun. Di Indonesia, data KEMENKES (2019) dan riset Kesehatan dasar (2018) menunjukkan prevalensi sekitar 1,7 per 1.000 penduduk atau sekitar 400.000 orang dengan angka tertinggi di Daerah Istimewa Yogyakarta dan Aceh (2,7 per 1.000 penduduk). Data rawat inap 2019-2022 menunjukkan jumlah kambuh fluktuatif (580, 503, 481 dan 526 kasus), namun diagnosis skizofrenia tetap mendominasi disbanding gangguan lain, lebih sering menyerang laki-laki usia 28-35 tahun, dan dalam beberapa penelitian.<sup>4</sup>

Berdasarkan DSM IV- TR (*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders 4th Edition, Text Revision*) sebagai berikut: Terdisorganiasai/*Hebefrenik*, Skizofrenia Skizofrenia Paranoid, Residual, Skizofrenia Skizofrenia Katatonik, Skizofrenia Tak Terinci. Dalam karya ini penulis akan lebih membahas gambaran terkait Skizofrenia Paranoid. Skozofrenia Paranoid adalah Memenuhi kriteria umum diagnosis skizofrenia. Halusinasi dan atau waham harus menonjol, suara- suara halusinasi yang mengancam pasien atau memberi perintah, atau halusinasi auditorik tanpa bentuk verbal berupa bunyi pluit (*whistling*), mendengar (*humming*), atau bunyi tawa (*laughing*).<sup>5</sup> Berdasarkan klasifikasi DSM IV-TR penelitian ini memfokuskan pembahasan pada skizofrenia paranoid yang didominasi waham dan halusinasi auditorik, sehingga pemaparan teoritis mengenai karakteristik skizofrenia paranoid dapat diintegrasikan dengan gambaran kondisi pasien secara nyata di bawah ini.

Kasus ini menggambarkan seorang Perempuan berusia 34 tahun dengan Riwayat skizofrenia yang mengalami kekambuhan setelah dua minggu tidak mengonsumsi obat, ditandai dengan halusinasi auditorik berupa suara memerintah dan menghina, hasuninasi visual (melihat pocong) serta perilaku beresiko seperti mencoba menceburkan diri ke sumur. Pemeriksaan fisik dalam batas normal, namun secara psikiatri ditemukan *mood disforik* dan afek tumpul dengan diagnosis skizofrenia paranoid (F20.0) disertai masalah psikososial dan skor GAF 20-11.<sup>6</sup> Kasus lain dialami pasien laki-laki 32 tahun yang datang dengan keluhan mudah marah, merasa diawasi, serta mendengar bisikan ejekan sejak tujuh

---

<sup>4</sup> Alda Silviyana et al., "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kekambuhan Pada Pasien Skizofrenia," n.d., <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP>.

<sup>5</sup> Ike Asana Putri, Amnan, and B Fitria Maharani, *Skizofreni : Suatu Literatur, Journal of Public Health and Medical Studies*, vol. 172, 2022.

<sup>6</sup> Febri Rizki Diantari and Meiningsih Kusumawati, *Seorang Wanita 34 Tahun Dengan Skizofrenia Paranoid*, Proceeding Title: Proceeding Book Call for Papers Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2024, <https://proceedings.ums.ac.id/kedokteran/article/view/4432>.

tahun lalu, hingga menunjukkan perilaku agresif dan merusak barang saat kambuh.<sup>7</sup>

Kasus lain dialami Perempuan 30 tahun yang dibawa ke RSJ Bali dalam kondisi ketakutan, tidak terawatt dan sering mengulang kalimat tanpa menjawab pertanyaan. Selama empat tahun terakhir ia mengalami gejala seperti berbicara sendiri, melihat dan mendengar hal yang tidak nyata, serta semakin memburuk dalam lima belas hari terakhir dengan tidak mau makan, mandi dan sering mengurung diri. Pemeriksaan menunjukkan halusinasi dan waham kejar diagnosis skizofrenia paranoid (F20.0), sehingga direncanakan rawat inap dan terapi obat psikoedukasi serta rehabilitasi.<sup>8</sup>

Kasus tersebut menunjukkan bahwa gejala skizofrenia paranoid, khususnya halusinasi auditorik yang bersifat mengancam atau bisikan *destruktif* dapat dianalisis tidak hanya perspektif medis tetapi juga melalui pendekatan psikoreligius dalam Islam. Dalam konteks ini, QS. An-Nas [114]: 4-6, QS. Al-A'raf [8]: 20, dan QS. Taha [20]: 120 merepresentasikan konsep bisikan yang mengganggu ketenangan jiwa, yang secara konseptual memiliki relevansi dengan fenomena halusinasi sebagai persepsi tanpa stimulus eksternal.

Selain pendekatan medis, Al-Qur'an juga menawarkan solusi sebagai bentuk antisipasi agar terhindar dari skizofrenia paranoid. Dalam kajian psikologi, pendekatan spritual yang berlandaskan nilai-nilai keagamaan dikenal sebagai psikoreligius. Bentuk antisipasi psikoreligius tersebut antara lain melalui dzikir terdapat dalam QS. Ar-Ra'd [13]: 28, QS. Al-Baqarah [2]: 152, dan QS. Al-Baqarah [2]: 203, membaca Qur'an (*tilawah*) dalam QS. Al-Muzammil [73]: 4, QS. Al-Ankabut [29]: 45, QS. al-Baqarah [2]: 121 dan mendengarkan Al-Qur'an (murottal), QS. al-A'raf [7]: 204, QS. al-Anfal [8]: 2 dan QS. al-Isra' [17]: 107. Praktik ini berfungsi sebagai sarana menenangkan jiwa, mengurangi gejala skizofrenia paranoid dengan memperkuat emosi dan membantu individu mengelola bisikan negatif yang dapat mempengaruhi kondisi psikologisnya.

Skizofrenia paranoid telah banyak dikaji secara medis dan psikologis, sementara intervensi psikoreligius belum memiliki landasan konseptual yang berbasis Al-Qur'an tafsir dan kajian tafsir sendiri masih bersifat normatif tanpa keterkaitan dengan fenomena klinis seperti halusinasi auditorik. Oleh karena itu, penelitian ini mengisi kesenjangan tersebut dengan mengintegrasikan konsep *waswas*, dzikir, membaca Qur'an (*tilawah*) dan murottal Qur'an dalam kerangka

---

<sup>7</sup> Roni Subagyo et al., Laporan Kasus : Skizofrenia Paranoid Paranoid Schizophrenia : Case Report Prevalensi Skizofrenia Di Indonesia Laporan Kasus Skizofrenia Kali Ini Akan Setelah Pengobatan Sebelumnya , Dan Berdasarkan Pengamatan Langsung Kondisi Berat ( Psikotik ), Karena Pe, Journal of Islamic Medicine, vol. 6, 2022.

<sup>8</sup> I Komang and Gunawan Landra, "Skizofrenia Paranoid Paranoid Schizophrenia", *Ganesha Medicina Journal* vol. 2, 2022.

fenomenologis berbasis tafsir tematik dan psikologi klinis guna merumuskan psikoterapi Qur'ani yang komprehensif.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan model studi kepustakaan (*library research*) yang berfokus pada analisis tematik terhadap ayat-ayat Al-Qur'an yang relevan dengan konsep psikoterapi dalam mengantisipasi gejala skizofrenia paranoid. Data primer berupa ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan dengan konsep bisikan *destruktif* (*waswas*), dzikir, membaca dan mendengarkan murottal Al-Qur'an dianalisis melalui metode *maudhu'i*, kemudian dikorelasikan dengan literatur psikologi klinis dan psikoreligius sebagai data sekunder. Analisis dilakukan menggunakan deskriptif-analitis, yaitu dengan cara mengidentifikasi tema, menginterpretasikan makna ayat, serta mengintegrasikannya dengan konsep medis dan psikososial guna membangun kerangka psikoterapi Qur'ani yang komprehensif.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Konsep dan Karakteristik Skizofrenia Paranoid**

Menurut para ahli Skizofrenia berasal dari dua kata yaitu "*skizo*" artinya retak atau pecah dan "*frenia*" artinya jiwa. Oleh karena itu orang yang menderita gangguan jiwa skizofrenia adalah seseorang yang mengalami keretakan jiwa atau kepribadian (*splitting of personality*).<sup>9</sup> Skizofrenia merupakan sindrom heterogen kronis yang ditandai dengan pola pikir yang tidak teratur, delusi, halusinasi, perubahan perilaku yang tidak tepat dan adanya gangguan fungsi psikososial.<sup>10</sup> Diagnosis gangguan jiwa skizofrenia ditentukan berdasarkan gejala-gejala yang muncul pada penderita. Saat ini belum ada tes yang dapat digunakan untuk mengonfirmasi gangguan jiwa skizofrenia secara pasti. Akan tetapi, kita bisa mengetahui beberapa gejala pada penderita skizofrenia lewat dua kelompok yaitu gejala positif dan gejala negatif.

Gejala positif yang dirasakan pasien skizofrenia paranoid adalah adanya delusi atau waham, halusinasi (adanya suara bisikan *destruktif*), kekacauan alam pikir (adanya perasaan galuh, gelisah, agresif, gembira yang berlebihan dan berbicara terlalu semangat). Sedangkan gejala negatifnya seperti kehilangan kemampuan berfikir dan berbicara, kurangnya minat melakukan interaksi sosial,

---

<sup>9</sup> Hawari, Dandang. Skizofrenia: Pendekatan Holistik (BPSS) Bio-Psiko Sosial Spiritual Edisi 3. (Jakarta: Fakultas Kedokteran UI, 2012)

<sup>10</sup> Andryan, I. K., Andrajati, R., Setiadi, A.P., Sigit, J, I., Sukandar, E, Y. ISO Farmakoterapi. (Jakarta: Pt. ISFA, 2013)

penderita tidak dapat bereaksi secara normal dalam intensitas emosional dan tidak mempunyai perasaan.<sup>11</sup>

Jadi, skizofrenia paranoid merupakan gangguan psikotik yang ditandai dominasi waham dan delusi auditorik yang bersifat mengancam, gangguan tersebut menunjukkan adanya gangguan persepsi dan distorsi kognitif yang berdampak pada regulasi emosi serta perilaku. Kompleksitas gejala tersebut menunjukkan bahwa skizofrenia paranoid tidak hanya memerlukan pengobatan medis, akan tetapi juga memerlukan pengobatan pendukung yang menyentuh aspek psikoreligius dan psikoedukasi sebagai bagian dari upaya komprehensif dalam memahami dan mengantisipasi gejalanya.

Dalam konteks ini, analisis dilakukan secara tematik terhadap ayat-ayat Al-Qur'an yang memiliki relevansi dengan gejala skizofrenia paranoid, khususnya halusinasi auditorik. Hasil analisis tersebut diklasifikasikan ke dalam beberapa tema utama yang mempresentasikan kontruksi psikoterapi Qur'ani, yaitu konsep *waswas*, dzikir, membaca dan mendengarkan murottal Al-Qur'an. Uraian berikut menjelaskan masing-masing tema beserta relevansinya dalam perspektif Al-Qur'an dan medis.

### **Konsep Waswas dalam Al-Qur'an dan Relevansinya dengan Halusinasi**

Halusinasi merupakan persepsi sensorik yang muncul tanpa adanya rangsangan eksternal, seperti contoh kasus penderita skizofrenia paranoid ditandai dengan halusinasi auditorik berupa suara memerintah dan menghina, halusinasi visual (melihat pocong) serta perilaku beresiko seperti mencoba menceburkan diri ke sumur, merasa diawasi, serta mendengar bisikan ejekan. Konteks bisikan yang berkaitan dengan gejala skizofrenia paranoid dijelaskan tersirat dalam QS. an-Nas [114]: 4-6, QS. Al-A'raf [8]: 20, dan QS. Taha [20]: 120 yang menggambarkan bisikan setan yang telah digambarkan dalam Al-Qur'an dengan salah satu gejala positif skizofrenia yakni halusinasi auditorik. Allah SWT berfirman:

مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ. الَّذِي يُوَسْوِسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ. مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ

*"Dari kejahatan (bisikan) setan yang biasa bersembunyi, yang membisikkan (kejahatan) ke dalam dada manusia, dari golongan jin dan manusia" (QS. an-Nas [114]: 4-6).*

Ayat ini menjelaskan sifat setan sebagai *al-waswas al-khannas* yang membisikkan kejahatan secara halus ke dalam hati manusia, lalu bersembunyi dan kembali lagi. Bisikkan itu berasal dari jin maupun manusia, dengan cara kerja yang tersembunyi namun berdampak nyata pada jiwa dan perilaku. Kesadaran akan sifat,

<sup>11</sup> Ike Asana Putri and B Fitria Maharani, Skizofrenia: Suatu Studi Literatur," *Journal of Public Health and Medical Studies*, vol. 1, 2022.

sumber, dan kerja bisikan ini membuat manusia mampu mengenali, mengawasi, dan menolaknya.<sup>12</sup> Makna *al-waswas al-khannas* sebagai setan yang membisikkan godaan secara tersembunyi ke dalam dada manusia dan akan bersembunyi ketika manusia mengingat Allah. Bisikan tersebut dijelaskan para ulama sebagai pengaruh halus yang masuk ke hati tanpa suara, baik dari setan jin maupun manusia. Ayat *min al-jinnati wa an-nas* menegaskan bahwa sumber *waswas* berasal dari dua golongan tersebut, dengan cara dan bentuk pengaruh yang berbeda namun tujuannya sama, yaitu menyesatkan manusia.<sup>13</sup>

Ayat ini juga menafsirkan bahwa setan menebarkan *waswas* ke dalam hati manusia ketika manusia lalai mengingat Allah, namun akan bersembunyi saat Allah diingat. *Waswas* tersebut berupa pikiran buruk yang bersemayam di hati, yang disebut dada karena di sanalah hati berada. Sumber *waswas* bisa berasal dari setan jin maupun manusia, di mana setan manusia sering tampil seolah-olah sebagai penasihat hingga membuka jalan bagi *waswas* setan jin.<sup>14</sup> Ayat lain yang menjelaskan konsep *waswas* terdapat QS. al-A'raf [7]: 20:

فَوَسْوَسَ لَهُمَا الشَّيْطَانُ لِيُبْدِيَ لَهُمَا مَا وَّرِيَ عَنْهُمَا مِنْ سَوْءَاتِهِمَا وَقَالَ مَا نَهَاكُمَا رَبُّكُمَا عَنْ هَذِهِ الشَّجَرَةِ  
إِلَّا أَنْ تَكُونَا مَلَكَتَيْنِ أَوْ تَكُونَا مِنَ الْخَالِدِينَ

"Kemudian setan membisikkan pikiran jahat kepada keduanya agar menampakkan kepada mereka aurat mereka yang sebelumnya tertutup. Setan berkata, 'Tuhanmu tidak melarang kamu berdua mendekati pohon ini, melainkan agar kamu berdua tidak menjadi malaikat atau tidak menjadi orang-orang yang kekal (dalam surga).'"

Makna *فَوَسْوَسَ لَهُمَا الشَّيْطَانُ* menunjukkan bahwa Syetan membisikkan pikiran jahat kepada keduanya", maksudnya adalah membisikkan pikiran jahat kepada Adam dan Hawa.<sup>15</sup> Ayat-ayat tersebut merupakan kelanjutan pembicaraan mengenai penciptaan pertama manusia dan para setan dari bangsa jin dalam menyesatkan manusia.<sup>16</sup> Kata *waswasa* pada awalnya berarti suara yang sangat halus, seperti gerincingan emas, yang memiliki daya tarik bagi manusia. Kemudian makna ini berkembang menjadi bisikan negatif yang tersembunyi, karena sesuatu yang dibisikkan bersifat buruk. Dalam hal ini, setan menjadi pelaku utama yang membisikkan *waswasa* tersebut, pengaruhnya ke dalam hati dan pikiran manusia dengan menggambarkan hal-hal yang mendorong pada kedurhakaan. Oleh karena

<sup>12</sup> Sayyid Quthb. *Fi Zhilalil Qur'an*, Jilid 12. (Beirut: Darusy-Syuruq, 1992 M) hal:383-384

<sup>13</sup> Badruddin Ali al-Syaukani, *Terjemah Tafsir Fathul Qadir, Tafsir al-Syaukani*, Jilid 12, (Beirut: Darul Kutub al-Ilmiyyah), 672-673.

<sup>14</sup> Wahbah al-Zuhaili, *Al-Tafsir al-Munir fi al-Aqidah wa al-Syariah wa al-Manhaj*, Jilid 15, (Damaskus: Darul Fikr, 2005), 733-734.

<sup>15</sup> Syamsuddin al-Qurthubi, *Tafsir al-Qurthubi*, jilid 7, (Beirut: Dar al-Kutub al-Misriyyah), 424.

<sup>16</sup> Al-Zuhaili, *Al-Tafsir al-Munir*, Jilid 4, 422

itu, hati dan pikiran perlu dijaga dengan selalu mengingat Allah melalui dzikir dan piker sebagai cara paling efektif menangkal bisikan tersebut.<sup>17</sup> Penggambaran lain terdapat dalam QS. Taha [20]: 120:

فَوَسْوَسَ إِلَيْهِ الشَّيْطَانُ قَالَ يَا آدَمُ هَلْ أَدُلُّكَ عَلَى شَجَرَةِ الْخُلْدِ وَمُلْكٍ لَّا يَبْلَى

*“Kemudian setan membisikkan pikiran jahat kepadanya dengan berkata, ‘Wahai Adam, maukah aku tunjukkan kepadamu pohon keabadian dan kerajaan yang tidak akan binasa?’”*

Ini merupakan kali keenam kisah Nabi Adam disebutkan di dalam Al-Qur’an setelah disebutkan dalam surah al-Baqarah, al-A’raf, al-Hijr, al-Isra’ dan al-Kahf.<sup>18</sup> Setan yang membisikkan keraguan dengan menyusup ke dalam hati, lalu menggoda melalui janji-janji yang menggiurkan.<sup>19</sup> Bisikan tersebut bekerja pada hati dan pikiran manusia sehingga menanamkan dorongan berbuat kemaksiatan.<sup>20</sup>

### **Terapi Al-Qur’an sebagai Bentuk Antisipasi Gejala Skizofrenia Paranoid: Perspektif Al-Qur’an dan Medis**

Selain pendekatan medis, Al-Qur’an juga menawarkan solusi sebagai bentuk antisipasi agar terhindar dari skizofrenia paranoid. Dalam kajian psikologi, pendekatan spiritual yang berlandaskan nilai-nilai keagamaan dikenal sebagai psikoreligius. Bentuk antisipasi atau psikoreligius tersebut antara lain melalui dzikir, membaca dan mendengarkan Al-Qur’an (*murattal*). Praktik ini berfungsi sebagai sarana pendamping dan penunjang terapi medis untuk mengurangi gejala skizofrenia paranoid.

#### **1. Dzikir**

Bentuk antisipasi yang sering digunakan sebagai psikoreligius adalah dengan berdzikir. Dzikir berasal dari kata “*zakara*” yang memiliki makna menyebut, menyucikan, menggabungkan, menjaga, mengerti, mempelajari, memberi dan nasihat. Dalam pengertiannya, dzikir dapat dimaknai sebagai upaya menyucikan dan mengagungkan Allah dengan cara menyebut atau mengingat nama-Nya dalam hati maupun lisan.<sup>21</sup> Selain dibahas dalam literatur keagamaan, dzikir juga dikenal dan dikaji dalam literatur psikologi. Dzikir dijadikan sebagai terapi yang bersifat spritual yang dianggap mampu mengentaskan gangguan psikis pada individu seperti stress, depresi dan penderita skizofrenia.

<sup>17</sup> M. Quraish Shihab, *Tafsir al-Misbah; Pesan, Kesan, dan Keserasian al-Qur’an*, jilid 5, (Jakarta: Lentera Hati, 2003), 44-45.

<sup>18</sup> Al-Zuhaili, *Al-Tafsir al-Munir*, Jilid 8, 549.

<sup>19</sup> Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, Jilid 6 (Singapura: Pustaka Nasional PTE LTP) 4503.

<sup>20</sup> Shihab, *Tafsir al-Misbah*, jilid 8, 385.

<sup>21</sup> Misnaini Ahmaddin, Ahmad Tohar, and Zuriatul Khairi, *Dzikir Dan Doa : Pilar Keberhasilan Dalam Meningkatkan Resiliensi*, vol. 2, 2024.

Pertama, proses dzikir dengan mengucapkan kalimat yang mengandung huruf *jahr*, seperti kalimah tauhid dan istighfar, akan meningkatkan pembuangan CO<sub>2</sub> dalam paru-paru. Pelafalan kalimat-kalimat itu dengan benar dan suara yang lebih keras akan lebih banyak mengeluarkan udara dari paru melalui mulut. Kedua, pengeluaran udara dari paru melalui mulut yang banyak mengandung CO<sub>2</sub> secara kimia akan mempengaruhi kandungan CO<sub>2</sub> dalam darah yang beredar ke seluruh tubuh. Ketiga, pengecilan diameter pembuluh darah otak sesaat akibat respon kimiawi ketika seorang berdzikir. Suplai aliran darah (penurunan kadar oksigen dan glukosa) ke jaringan otak mengalami penurunan. Keadaan ini segera direspon oleh otak dengan reflek menguap, secara besar-besaran memasukkan oksigen melalui paru menuju otak disertai pelebaran diameter pembuluh darah. Akibatnya, suplai oksigen dan glukosa ke dalam jaringan otak meningkat pesat. Kondisi ini akan merevitalisasikan semua unsur seluler dan microseluler yang berdampak pada ketakutan dan daya sel otak.<sup>22</sup>

Penerapan terapi dzikir pada pasien yang mengalami halusinasi pendengaran dapat membantu mereka merespons terapi dengan baik sehingga berpotensi mengurangi gejala halusinasi. Hal ini berkaitan dengan keseimbangan neurotransmitter di otak, seperti dopamin dan serotonin, yang sering mengalami gangguan pada penderita halusinasi. *Neurotransmitter* merupakan sel saraf yang berperan dalam mengirimkan sinyal yang berkaitan dengan suasana hati, emosi, serta pengendalian Gerakan tubuh. *Dopamin* berfungsi dalam penyampaian perasaan, sedangkan serotonin berperan dalam pengaturan mood dan emosi. Dengan demikian, terapi dzikir diduga dapat membantu menstabilkan keseimbangan *neurotransmitter* tersebut.<sup>23</sup>

Beberapa penelitian menyatakan selain menggunakan obat-obatan dengan resep dokter, dzikir juga berperan sebagai aktivitas pendukung dalam membantu mengurangi halusinasi penderita skizofrenia paranoid. Dengan durasi mulai dari 10 sampai 30 menit setiap hari, sebagian penelitian menyatakan dalam kurun waktu tiga hari, enam hari, tujuh hari sangat efektif dalam menurunkan intensitas dan frekuensi halusinasi. Dalam hasil literature review pada 13 artikel berbeda, sebanyak 7 penelitian dilakukan dengan setting rumah sakit jiwa, 3 artikel dengan setting puskesmas, 1 artikel setting rumah atau home care dan 2 artikel setting komunitas. Selain pendekatan medis, praktik dzikir juga ditekankan dalam Al-Qur'an sebagaimana disebutkan dalam QS. Ar-Ra'd [113]:28, QS. al-Baqarah [2]: 152 dan 203. Allah berfirman dalam QS. Ar-Ra'd [13]: 28;

---

<sup>22</sup> Al-Sakandari, *Terapi Ma'rifat*, 64-65.

<sup>23</sup> Sinta Asmaya, *Pengaruh Terapi Zikir Terhadap Pasien Skizofrenia Dengan Halusinasi Pendengaran Di Rumah Sakit Jiwa Aceh*, 2025.

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ۗ

“(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram.”

Ayat ini menekankan pentingnya ketenangan pikiran sebagai landasan spritual yang kuat, dengan implikasi signifikan bagi kesehatan mental. Mengingat Tuhan secara teratur dapat mengurangi stres dan kecemasan, meningkatkan kualitas hidup, dan memebrikan kekuatan untuk menghadapi kesulitan. Iman juga berfungsi sebagai sumber motivasi dan harapan, memberikan tujuan hidup yang lebih besar dan keyakinan akan hidup setelah kematian.<sup>24</sup> Dalam tafsir al-Munir juga ditekankan bahwa perasaan tenang ketika mengingat Allah SWT, keesaan-Nya dan janji-Nya. Hati orang-orang mukmin menjadi tenang, dan damai dengan mengesakan Allah SWT, mengingat janji-janji-Nya, bersandar sepenuhnya kepada-Nya, dan berharap dari-Nya, sehingga hati menjadi tentram.<sup>25</sup> Sedangkan menurut penafsiran dalam tafsir al-Qurthubi adalah dengan mengingat Allah hati menjadi tentram, dimaknai para mufassir sebagai ketenangan hati orang beriman melalui tauhid dan berbagai bentuk dzikir, seperti: mengingat Allah dengan lisan, Al-Qur’an perintah, janji, sumpah ketaatan, pahala serta merenungi tanda-tanda kekuasaan dan nikmat-Nya yang semuanya meneguhkan ketenangan dan keyakinan dalam hati.<sup>26</sup> Sedangkan dalam surah al-Baqarah [2]: 152;

فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ

“Maka ingatlah kepada-Ku, niscaya Aku akan mengingatmu. Bersyukurlah kepada-Ku dan janganlah kamu mengingkari (nikmat)-Ku.”

Dzikir pada dasarnya adalah keasadaran hati dalam mengingat Allah, namun juga dapat diwujudkan melalui lisan. Karena lebih sering digunakan secara verbal, dzikir kerap dipahami sebagai ucapan, meskipun hakikat utamanya tetap berada dalam hati.<sup>27</sup> Mengingat Allah harus disertai ketaatan, karena akan dibalas dengan ampunan, sedangkan yang mengingat tetapi maksiat akan mendapat ancaman. Manusia diperintahkan untuk selalu bersyukur dengan ucapan dan perbuatan, karena Syukur akan menambah nikmat, sedangkan ingkar menghilangkannya.<sup>28</sup> Sebagaimana dikatakan Sa’id bin Jubair; mengingat Allah (dzikir) adalah ketaatan, barangsiapa yang tidak menaati berarti ia tidak berdzikir

<sup>24</sup> Muhammad Fakh al-Din al-Razi, *Tafsir al-Kabir wa Mafatih al-Ghayb* (Beirut: Dar al-Fikr, 1989), 3909-10.

<sup>25</sup> Al-Zuhaili, *Al-Tafsir al-Munir*, jilid 7, 161.

<sup>26</sup> Al-Qurthubi, *Tafsir al-Qurthubi*, 741-742.

<sup>27</sup> Al-Qurthubi, *Tafsir al-Qurthubi*, jilid 2, 402.

<sup>28</sup> Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, Jilid 2, 346.

meskipun ia banyak mengucapkan tasbih dan tahlil serta sering membaca Al-Qur'an.<sup>29</sup> Selain itu, perintah untuk berdzikir juga ditegaskan dalam surah al-Baqarah [2]: 203;

وَاذْكُرُوا اللَّهَ فِي أَيَّامٍ مَّعْدُودَاتٍ ۖ فَمَنْ تَعَجَّلَ فِي يَوْمَيْنِ فَلَا إِثْمَ عَلَيْهِ وَمَنْ تَأَخَّرَ فَلَا إِثْمَ عَلَيْهِ لِمَنِ اتَّقَىٰ  
وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّكُمْ إِلَيْهِ تُحْشَرُونَ

*“Dan berzikirlah kepada Allah pada hari-hari yang telah ditentukan jumlahnya. Barang siapa yang ingin cepat berangkat (dari Mina) setelah dua hari, maka tidak ada dosa baginya. Dan barang siapa yang menanggukkan (keberangkatannya), maka tidak ada dosa pula baginya, bagi orang yang bertakwa. Bertakwalah kepada Allah dan ketahuilah bahwa kamu akan dikumpulkan kepada-Nya.”*

Ayat ini menekankan pentingnya berdzikir di Mina agar waktu tidak diisi dengan hal yang sia-sia dan tetap menjaga kekhusyukan dalam beribadah.<sup>30</sup> Dan Allah memerintahkan untuk berdzikir pada hari-hari tertentu, yaitu tiga hari setelah idul adha.<sup>31</sup> Tujuannya adalah agar hubungan dengan Allah menjadi kuat, dan juga agar rasa takut kepada Allah senantiasa melekat dalam hati seorang muslim tatkala ia beribadah kepada Allah atau sewaktu ia berinteraksi dengan sesama manusia.<sup>32</sup>

## 2. Membaca al-Qur'an

Aktivitas membaca maupun mendengarkan murottal Al Qur'an mampu mengurangi gejala halusinasi pada penderita skizofrenia paranoid. Beberapa penelitian melaporkan adanya keberhasilan penerapan terapi psikoreligius ini dalam menurunkan intensitas gejala yang dialami pasien pembacaan surah al-Fatihah selama enam hari menunjukkan adanya perubahan pada pasien, yaitu penurunan frekuensi munculnya halusinasi pendengaran. Jika sebelumnya suara bisikan muncul sekitar tujuh kali dalam sehari dengan durasi 5-30 menit, setelah terapi frekuensinya berkurang menjadi sekitar satu kali sehari dengan durasi 1-2 menit.<sup>33</sup>

Pasca mendapatkan terapi membaca Qur'an selama 3 hari dengan frekuensi 2 kali sehari, pasien mengalami penurunan tanda dan gejala skizofrenia paranoid.<sup>34</sup> Dengan media terapi membaca Al-Qur'an dengan lisan karena akan mempengaruhi

<sup>29</sup> Al-Zuhaili, *Al-Tafsir al-Munir*, jilid 1, 297.

<sup>30</sup> M Shihab, *Tafsir al-Misbah*, jilid 1, 442-444.

<sup>31</sup> Al-Qurthubi, *Tafsir al-Qurthubi*, jilid 3, 2.

<sup>32</sup> Al-Qurthubi, *Tafsir al-Qurthubi*, Jilid 1, 456.

<sup>33</sup> Umi Salamah, Ayu Pratiwi, and Mentari Mentari, "Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Pasien Gangguan Persepsi Sensori: Halusinasi Pendengaran Dengan Pemberian Intervensi Membaca Surat Al-Fatihah Di Yayasan Rehabilitasi Mental Griya Bakti Medika Semanan 2024."

<sup>34</sup> Astrid Indah Istiningrum et al., "Implementasi Membaca Al-Qur'an Dalam Manajemen Halusinasi Pada Pasien Skizofrenia Di RSJD Surakarta," 2025, 154-63, <https://doi.org/10.62383/quwell.v2i1.1399>.

implus untuk mengaktifkan konteks pengelihatian dan konteks pendengaran dengan meningkatkan kualitas positif sehingga implus mengatur *amigdala* dan *hipokampus*. Pembacaan surah al-Fatihah berpotensi menurunkan depresi, hal ini berkaitan dengan berkurangnya produksi hormon kortisol serta meningkatnya pelepasan endorphin di otak yang dapat menimbulkan rasa tenang. Kondisi tersebut juga memberikan dampak positif terhadap ingatan dan suasana hati, membantu mengurangi stress serta tidak mengganggu keseimbangan homeostatis dalam tubuh.<sup>35</sup> Selain secara medis, hal tersebut juga ditekankan dalam Al-Qur'an surah al-Muzammil [73]: 4 dan QS. Al-Ankabut [29]: 45. Allah berfirman:

أَوْ زِدْ عَلَيْهِ وَرَتِّلِ الْقُرْآنَ تَرْتِيلاً

“Atau lebih dari (seperdua) itu, dan bacalah Al-Qur'an itu dengan perlahan-lahan (tartil).”

Kata *rattil* dan *tartil* terambil dari kata *ratala* yang bermakna serasi dan indah. Dalam kamus Bahasa Arab, istilah *ratl* digunakan untuk menggambarkan sesuatu yang tersusun dengan baik dan rapi, seperti gigi yang tersusun putih dan rapi, demikian pula benteng yang kuat dan kokoh. Oleh karena itu, ungkapan yang disampaikan secara tertata, jelas, dan baik sering disebut dengan istilah *tartil al-kalam*.<sup>36</sup> Membaca Al-Qur'an diperintahkan secara tartil, yaitu perlahan dengan menjelaskan dan memenuhi hak setiap huruf agar makna dapat dipahami dan direnungkan. Perintah ini ditegaskan dalam firman Allah *tanzila*, yang menunjukkan kewajiban membaca Al-Qur'an dengan cara demikian.<sup>37</sup> Dalam sebuah Riwayat, Alqamah pernah mendengar seseorang membaca Al-Qur'an dengan suara yang indah lalu ia menyebutnya sebagai bacaan yang tartil. Abu Bakar bin Thahir menjelaskan bahwa tartil tidak hanya membaca dengan baik, tetapi juga mentadabburi keindahan bahasanya, memahami maknanya, serta menumbuhkan semangat untuk mengamalkan hukum-hukum yang terkandung di dalamnya.<sup>38</sup>

أَتْلُ مَا أُوْحِيَ إِلَيْكَ مِنَ الْكِتَابِ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ يُوَلِّدُكَرَّ اللَّهُ أَكْبَرُ يَوْمَ اللَّهِ  
يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ

“Bacalah apa yang telah diwahyukan kepadamu, yaitu Kitab (Al-Qur'an), dan dirikanlah salat. Sesungguhnya salat itu mencegah dari (perbuatan) keji dan mungkar. Dan sungguh, mengingat Allah (salat) itu lebih besar (keutamaannya). Allah mengetahui apa yang kamu kerjakan.”

<sup>35</sup> Susanti, Suryani, and Rafiyah, “Terapi Psikoreligius Menggunakan Terapi Al-Qur'an Terhadap Halusinasi Pasien Skizofrenia.”

<sup>36</sup> Shihab, *Tafsir al-Misbah*, 516.

<sup>37</sup> Al-Zuhaili, *Al-Tafsir al-Munir*, 202.

<sup>38</sup> Al-Qurthubi, *Tafsir al-Qurthubi*, 436.

Kata *utlu* terambil dari kata *tilawah* yang bermakna mengikuti. Dalam konteks membaca, *tilawah* menunjukkan proses ketika seseorang mengikuti rangkaian huruf dan kata yang dibacanya, baik dengan hati maupun dengan lisan, secara bertahap dari satu bagian ke bagian lainnya. Arti harfiah *utlu* tersebut menunjukkan isyarat bahwa apa yang dibaca itu hendaknya diikuti dengan pengalaman.<sup>39</sup> Bacalah wahyu yang diturunkan kepadamu, yaitu Al-Qur'an, karena ia menjadi sarana dalam menyampaikan dakwah. Di dalamnya terdapat ayat-ayat Ilahi yang menyertai dakwah tersebut serta kebenaran yang sejalan dengan tanda-tanda kekuasaan Allah dalam penciptaan langit dan bumi.<sup>40</sup> Allah memerintahkan Rasul untuk mengajak kaum mukmin untuk tersu membaca dan menyebarkan ajaran Al-Qur'an kepada manusia, agar menambah pengetahuan tentang keesaan, kekuasaan, dan hikmah Allah. Al-Qur'an menjadi cahaya dan petunjuk, rahmat serta dalil keselamatan. Selain sebagai petunjuk, Al-Qur'an juga dipahami sebagai obat bagi krisis dan ujian berat serta pertolongan untuk keluar dari keputusasaan.<sup>41</sup> Dan penjelasan lebih dalam mengenai membaca Qur'an juga dijelaskan dalam surah al-Baqarah [2]: 121.

الَّذِينَ آتَيْنَاهُمُ الْكِتَابَ يَتْلُونَهُ حَقَّ تِلَاوَتِهِ أُولَٰئِكَ يُؤْمِنُونَ بِهِ ۖ وَمَنْ يَكْفُرْ بِهِ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْخٰسِرُونَ

"Orang-orang yang telah Kami beri Kitab, mereka membacanya dengan bacaan yang sebenar-benarnya. Mereka itulah yang beriman kepadanya. Dan barang siapa ingkar kepadanya, maka mereka itulah orang-orang yang rugi."

*Yatlunahu haqqa tilawatihi* didefinisikan membaca kitab suci dengan benar, yakni tidak hanya menghafalkan teks, tetapi juga memahami dan mengamalkannya secara sungguh-sungguh. Hal ini karena kata *yatlu* bermakna mengikuti, sehingga membaca Al-Qur'an mencakup mengikuti bacaan sekaligus menjalankan ajarannya.<sup>42</sup> Oleh karena itu, Al-Qur'an perlu dipelajari dengan sungguh-sungguh dan orang yang memahami memiliki kewajiban untuk mengajarkannya kepada kaum yang belum tahu agar dapat mencapai keimanan yang sejati.<sup>43</sup> Abu Musa al-Asy'ari berkata: "Barang siapa mengikuti Al-Qur'an, niscaya ia akan membawanya hingga di taman-taman surga."<sup>44</sup>

### 3. Mendengarkan lantunan ayat Al-Qur'an (*Murottal*)

Dalam konteks pasien dengan halusinasi pendengaran, terapi audio *murottal* dapat bertindak sebagai *stimulus auditif* pengalih yang menggantikan persepsi suara

<sup>39</sup> Shihab, *Tafsir al-Misbah*, 508-509.

<sup>40</sup> Sayyid Quthb, *Fi Zhilalil Qur'an*, Jilid 9, (Beirut: Darusy-Syuruq, 1992 M) 107.

<sup>41</sup> Al-Zuhaili, *Al-Tafsir al-Munir*, jilid 10, 495.

<sup>42</sup> Shihab, *Tafsir al-Misbah*, Jilid 1, 311.

<sup>43</sup> Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, Jilid 1, 288-289.

<sup>44</sup> Al-Zuhaili, *Al-Tafsir al-Munir*, jilid 1, 240.

halusinasi. Ketika pasien fokus mendengarkan syara bacaan Al-Qur'an, perhatian mereka teralihkan dari suara halusinatif yang mengganggu. Hal ini berdampak pada penurunan frekuensi dan intensitas halusinasi yang dirasakan oleh pasien. Terapi murottal dalam menurunkan kadar *hormon kortisol* yang berhubungan dengan stres, sehingga membantu mengurangi respon psikologis terhadap halusinasi pendengaran. Penurunan stres ini juga berkontribusi pada meningkatnya kontrol diri pasien terhadap gejala yang mereka alami.<sup>45</sup> Terapi murottal akan mengurangi hormon stress dan mengaktifkan *endorphin stres* dan mengaktifkan *endorphin almiah* sehingga keadaan tersebut membuat manusia merasa lenih tenang, meminimalisir kekuatan, kecemasan, dan menambahkan *biokimiaawi* tubuh dengan jalan mengurangi tekanan darah, pernapasan, detak jantung, nadi dan kegiatan gelombang otak.<sup>46</sup>

Dalam beberapa penelitian, surah yang diputar dalam terapi adalah surah ar-Rahman karena ayatnya mempunyai karakter mendayu-dayu yang akan mengaktifkan gelombang positif sebagai terapi. Tidak hanya secara medis, mendengarkan murottal Al-Qur'an juga terkandung dalam Al-Qur'an surah al-A'raf [7]: 204 dan QS. Al-Anfal [8]: 2. Allah berfirman:

وَإِذَا قُرِئَ الْقُرْآنُ فَاسْتَمِعُوا لَهُ وَأَنْصِتُوا لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ

"Dan apabila Al-Qur'an dibacakan, maka dengarkanlah dan diamlah agar kamu mendapat rahmat."

Apabila Al-Qur'an dibacakan, simaklah dan dengarkanlah dengan penuh perhatian, kekhusukan dan ketenangan agar kamu memahami ayat-ayat yang dikandungnya dan mengambil pelajaran yang disampaikan. Perilaku tersebut dilakukan dengan tujuan pengambilan pelajaran dari ayat-ayat Al Qur'an dan menjadi sebab turunnya rahmat Allah bagi orang-orang yang ikhlas dan beriman.<sup>47</sup> Allah memerintahkan manusia untuk mendengarkan dan memperhatikan Al-Qur'an dengan penuh kesungguhan, agar mereka memperoleh manfaat dengan itu dan menghayati hukum-hukum dan kebaikan-kebaikan yang terkandung di dalamnya.<sup>48</sup>

إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ وَإِذَا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ آيَاتُهُ زَادَتْهُمْ إِيمَانًا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ

<sup>45</sup> Sutri Yani and Weni Sulastri, *Pengaruh Terapi Audio Murottal Al-Qur'an Terhadap Skor Halusinasi Pada Pasien Halusinasi Pendengaran The Effect of Qur'anic Murottal Audio Therapy on Hallucination Scores in Patients with Auditory Hallucinations*, vol. 4385, 2022.

<sup>46</sup> Nidya Tama Waja and Abdul Syafei, *Pengaruh Terapi Audio Murottal Al-Qur'an (Surah Ar-Rahman) Terhadap Skor Halusinasi Pada Pasien Halusinasi Pendengaran The Effect Of Murottal Al-Qur'an (Surah Ar-Rahman) Audio Therapy On Hallucinations Scores In Auditory Hallucination Patients*, vol. 6, 2023.

<sup>47</sup> Al-Zuhaili, *Al-Tafsir al-Munir*, jilid 5, 219.

<sup>48</sup> Al-Syaukani, *Terjemah Tafsir Fathul Qadir*, Jilid 4, 379.

*“Sesungguhnya orang-orang yang beriman itu adalah mereka yang apabila disebut nama Allah gemetarlah hati mereka, dan apabila dibacakan ayat-ayat-Nya kepada mereka, bertambahlah iman mereka, dan hanya kepada Tuhan mereka bertawakal”* (QS. Al-Anfal: 2).

Redaksi *wa idha tuliyat’alaihim ayatu zadathum imanan* memberi penegasan penambahan iman bagi siapa saja yang mendengarkan ayat-ayat Allah. Tahir bin Ashur sebagaimana yang dikutip oleh M. Quraish Shihab mengemukakan bahwa penambahan iman itu lahir karena ayat-ayat Al-Qur’an mengandung mukjizat atau bukti-bukti kebenaran sehingga setiap ayat yang turun atau terulang terdengar, maka ia menambah keyakinan pendengarannya tentang kebenaran informasi dan bahwa informasi itu bersumber dari Allah.<sup>49</sup> Orang-orang yang mendengarkan ayat-ayat Al-Qur’an akan mengalami peningkatan iman dan keyakinan. Hal ini membuat mereka semakin bersemangat mengerjakan amal saleh karena banyaknya dalil, sehingga membuat keyakinan bertambah kuat, seperti halnya penglihatan langsung dengan mata akan menambah keyakinan.<sup>50</sup>

Selain dua ayat di atas, terdapat di surah al-Isra’ [17]: 107 menggambarkan dampak spiritual dari murottal Qur’an.

قُلْ آمِنُوا بِهِ أَوْ لَا تُؤْمِنُوا إِنَّ الَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ مِنْ قَبْلِهِ إِذَا يُتْلَىٰ عَلَيْهِمْ يَخِرُّونَ لِلْأَذْقَانِ سُجَّدًا

*“Katakanlah, ‘Berimanlah kamu kepadanya atau tidak usah beriman (sama saja bagi Allah).’ Sesungguhnya orang-orang yang diberi ilmu sebelumnya, apabila Al-Qur’an dibacakan kepada mereka, mereka menyungkur atas wajah mereka sambil bersujud”* (QS. Al-Isra’: 107).

Ayat ini menegaskan bahwa keimanan manusia tidak menambah atau mengurangi apa pun bagi Allah, namun orang-orang berilmu yang mendengar Al-Qur’an langsung membenarkan dan bersujud sebagai tanda pengakuan. Mereka semakin khuyuk dan tersentuh hingga menangis, seraya meyakini bahwa janji Allah pasti benar dan akan terpenuhi.<sup>51</sup> Penggalan ini menggambarkan orang-orang berilmu yang sangat tersentuh Ketika mendengarkan Al-Qur’an, hingga mereka khuyuk dan bersyukur dengan bersujud<sup>52</sup> serta bertasbih sebagai bentuk pengakuan atas kebenaran janji Allah. Mereka meyakini bahwa apa yang disampaikan dalam Al-Qur’an sesuai dengan kitab sebelumnya, sehingga tunduk dan menerima kebenaran tersebut.<sup>53</sup>

<sup>49</sup> Shihab, *Tafsir al-Misbah*, Jilid 5, 362.

<sup>50</sup> Al-Zuhaili, *Al-Tafsir al-Munir*, jilid 5, 234.

<sup>51</sup> Shihab, *Tafsir al-Misbah*, Jilid 7, 565.

<sup>52</sup> Quthb, *Fi Zhilalil Qur’an*, Jilid 7, 294.

<sup>53</sup> Al-Qurthubi, *Tafsir al-Qurthubi*, jilid 10, 850-851.

### **Analisa Kritis Psikoterapi Al-Qur'an dalam Antisipasi Skizofrenia Paranoid**

Psikoterapi pada dasarnya bertujuan mengubah pikiran dan sikap individu, karena keduanya sangat mempengaruhi perilaku, khususnya pada penderita gangguan kejiwaan. Sedangkan psikoterapi Qur'an memiliki fungsi serupa dalam membentuk kepribadian dan menenangkan jiwa manusia. Pembahasan di mulai dari konsep bahwa gangguan jiwa dapat diperbaiki melalui perubahan cara pandang terhadap diri dan kehidupan. Kemudian diarahkan pada ayat Al-Qur'an yang menegaskan pentingnya perubahan dari dalam diri. Al-Qur'an diposisikan sebagai pedoman yang mampu mengubah pikiran, sikap, dan perilaku manusia menuju kehidupan yang seimbang. Dengan demikian, pembahasan ini menonjolkan hubungan antara psikoterapi dan Al-Qur'an sebagai dasar konseptual psikoterapi Qur'ani.<sup>54</sup> Dalam hal ini, psikoterapi Qur'ani hadir sebagai pendekatan pendamping (*komplementer*) yang berfungsi memperkuat stabilitas emosional, meningkatkan control diri, serta membantu mengatasi gejala gangguan kejiwaan seperti skizofrenia paranoid.

Skizofrenia paranoid merupakan gangguan jiwa yang ditandai dengan gejala positif berupa halusinasi auditorik, seperti suara bisikan *destruktif* yang mempengaruhi pola pikir, perilaku emosional, dan hubungan sosial seseorang.<sup>55</sup> Secara fenomenologis, pengalaman ini memiliki kemiripan dengan konsep *waswas* dalam Al-Qur'an, sebagaimana tergambar dalam Qs. An-Nas ayat 4-6, Qs. Al-A'raf ayat 20 dan Qs. Taha ayat 120 yang menggambarkan bisikan negatif berasal dari bisikan setan dari golongan jin dan manusia, yang masuk ke dalam hati dan pikiran, terutama ketika manusia dalam kondisi lalai secara spiritual. Sehingga mengganggu ketenangan jiwa dan mendorong pada perilaku menyimpang. Namun demikian, keduanya tidak bisa disamakan secara ontologis, karena *waswas* berada dalam ranah spiritual yang bersumber dari bisikan hati, dan godaan setan. Sedangkan halusinasi auditorik merupakan gangguan klinis yang berkaitan dengan kondisi psikologis, yang dipicu oleh trauma dan gangguan suasana hati, faktor emosional (depresi, kecemasan).<sup>56</sup> Oleh karena itu, hubungan keduanya dipahami secara proposional, yakni hanya pada Tingkat pengalaman (fenomenologis), bukan pada hakikatnya. Sehingga dapat menjadi dasar merumuskan psikoterapi Qur'ani sebagai pendamping terapi medis dalam membantu memperkuat ketenangan jiwa, mengelola gejala atau bentuk antisipasi skizofrenia paranoid.

---

<sup>54</sup> Muhammad Utsman Najati, *Psikologi dalam Al-Qur'an (Terapi Qur'ani dalam Penyembuhan Gangguan Kejiwaan)*, (Mesir: Dar Asy-Syuruq 1992), 444-445.

<sup>55</sup> Aladokter. Mengenal Gejala dan Penyebab Skizofrenia. [https://youtu.be/\\_JSOPu0E4pE?si=45QwdA8iwNXeRu-W](https://youtu.be/_JSOPu0E4pE?si=45QwdA8iwNXeRu-W)

<sup>56</sup> Julie O.N, Marco H, Isabella K, Frank L. Schizophrenia Research. (Norway: Elsevier, 2022). (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

Dalam konteks ini, pendekatan psikoterapi Qur'ani melalui terapi dzikir, membaca Al-Qur'an dan mendengarkan murottal dapat diposisikan sebagai intervensi psikoreligius non farmologis yang tidak hanya mendukung terapi medis, tetapi juga berperan dalam mengantisipasi dan mengelola gejala skizofrenia paranoid melalui penguatan ketenangan jiwa dan stabilitas emosi. Terapi dzikir menjadi pendamping non-farmologis (psikoreligius) yang memperkuat efektivitas pengobatan medis pada penderita skizofrenia paranoid. Dzikir secara medis terbukti membantu merelaksasi saraf, menstabilkan emosi, mengontrol halusinasi serta mendukung keseimbangan *neurotransmitter*. Sedangkan dalam Qur'an dzikir sendiri ditafsirkan sebagai kegiatan yang menumbuhkan ketentraman hati sebagaimana di jelaskan dalam surah ar-Ra'd ayat 28, al-Baqarah ayat 152 dan 203.

Terapi pendukung dalam mengantisipasi dan mengurangi gejala skizofrenia paranoid dengan membaca Al-Qur'an, karena terbukti mampu menurunkan halusinasi, mengurangi stress, dan menstabilkan emosi. Hal ini di dukung oleh penelitian yang menunjukkan adanya penurunan frekuensi dan durasi halusinasi setelah terapi membaca Al-Qur'an, yang juga berkaitan dengan regulasi kerja otak serta penurunan *hormon kortisol* dan peningkatan *endorphin*. Temuan tersebut selaras dengan ajaran Al-Qur'an tentang membaca secara *tartil* dan *tilawah* yang tidak hanya menekankan bacaan, tetapi juga pemahaman dan penghayatan sebagai sarana ketenangan jiwa, terdapat dala Qs. Al-Muzammil ayat 4, Qs. Al-Ankabut ayat 45 dan Qs. Al-Baqarah ayat 121.

Selain dzikir, dan membaca Al-Qur'an, mendengarkan murottal termasuk dalam terapi psikoreligius pendukung dalam mengurangi gejala skizofrenia paranoid. Secara medis terbukti mampu menenangkan saraf, menstabilkan emosi, serta menurunkan intensitas halusinasi. Hal ini diperkuat dengan mekanisme terapi audio sebagai *stimulus auditif* pengalih yang membantu pasien mengalihkan perhatian dari suara *halusinatif*, sekaligus menurunkan hormon stress dan meningkatkan *endorphin* sehingga menciptakan ketenangan serta kontrol diri yang lebih baik. Temuan tersebut juga selaras dengan perspektif Al-Qur'an yang memerintahkan mendengarkan ayat dengan penuh perhatian dan kekhayusan (Qs. Al-A'raf ayat 204, QS. Al-Anfal ayat 2, sehingga berkontribusi pada stabilitas emosi dan penguatan kontrol diri (QS. Al-Isra' ayat 107).

Psikoterapi Qur'ani berfungsi sebagai pendekatan pendamping yang mengintegrasikan perubahan pola pikir dengan penguatan spiritual melalui dzikir, membaca dan mendengarkan Al-Qur'an, sehingga mampu membantu menstabilkan emosi, mengontrol gejala, serta mengantisipasi gangguan seperti skizofrenia paranoid secara proposional antara aspek spiritual dan medis. Dengan demikian, integrasi antara tafsir Al-Qur'an dan psikologi klinis tidak hanya

memperkaya pemahaman agama, tetapi juga membuka ruang pendekatan psikoreligius yang lebih kontekstual dalam Kesehatan mental.

## **KESIMPULAN**

Penelitian ini menunjukkan bahwa gejala skizofrenia paranoid, khususnya halusinasi auditorik berupa bisikan destruktif, dapat dianalisis tidak hanya perspektif medis tetapi juga melalui pendekatan psikoreligius dalam Al-Qur'an. Konsep *waswas* dalam Al-Qur'an memiliki relevansi fenomenologis dengan pengalaman halusinasi pada penderita skizofrenia paranoid karena sama-sama menggambarkan adanya bisikan yang mempengaruhi ketenangan jiwa dan perilaku. Oleh karena itu, penanganan skizofrenia tidak hanya bergantung pada terapi medis, tetapi juga dapat didukung oleh praktik psikoreligius seperti dzikir, membaca dan mendengarkan murottal Al-Qur'an, yang cukup berperan dalam menenangkan emosi, mengurangi intensitas halusinasi dan membantu proses pemulihan secara komprehensif.

## **REFERENSI**

- Adhestia Valensy, Diah Suryani, and Terapi Psikoreligius Zikir, Penerapan Terapi Psikoreligius Zikir Pada Pasien Dengan Gangguan Persepsi Sensori - Halusinasi Pendengaran Palembang 2021, 2021.
- Ahmaddin, Misnaini, Ahmad Tohar, and Zuriatul Khairi. *Dzikir Dan Doa : Pilar Keberhasilan Dalam Meningkatkan Resiliensi*. Vol. 2, 2024.
- Alfiani, Titi, Iva Puspaneli, Program S Studi, and Stikes Serulingmas Cilacap. "Psikoedukasi Keluarga Dalam Meningkatkan Kemampuan Merawat Penderita Skizofrenia:Literature Review." *Nursing Science Journal (NSJ)* 3, no. 2 (2022).
- Al-Qurthubi, Syamsuddin. *Tafsir al-Qurthubi*. Beirut: Dar al-Kutub al-Misriyyah, t.thn.
- Al-Razi, Muhammad Fakhr al-Din. *Tafsir al-Kabir wa Mafatih al-Ghayb*. Beirut: Dar al-Fikr, 1998.
- Al-Syaukani, Bahruddin Ali. *Terjemah Tafsir Fathul Qadir*. Beirynt : Darul Kutub al Ilmiyyah, t.thn.
- Alda Silviyana et al., "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kekambuhan Pada Pasien Skizofrenia," n.d., <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP>.
- Aladokter. Mengenali Gejala dan Penyebab Skizofrenia. [https://youtu.be/\\_JSOPu0E4pE?si=45QwdA8iwNXeRu-W](https://youtu.be/_JSOPu0E4pE?si=45QwdA8iwNXeRu-W)
- Asana Putri, Ike, and B Fitria Maharani. " Skizofrenia: Suatu Studi Literatur". *Journal of Public Health and Medical Studies*, Vol. 1, 2022.

- Asmaya, Sinta. Pengaruh Terapi Zikir Terhadap Pasien Skizofrenia Dengan Halusinasi Pendengaran Di Rumah Sakit Jiwa Aceh, 2025.
- Az-Zuhaili, Wahbah. Al-Tafsir Al-Munir fi Al-Aqidah wa Al-Syariah wa Al-Al Manhaj. Damaskus: Darul Fikr, 2005.
- “Dampak Modernisasi Terhadap Kehidupan Sosial Masyarakat,” n.d.
- Diantari, Febri Rizki, and Meiningsih Kusumawati. *Seorang Wanita 34 Tahun Dengan Skizofrenia Paranoid. Proceeding Title: Proceeding Book Call for Papers Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 2024. <https://proceedings.ums.ac.id/kedokteran/article/view/4432>.
- Febri Rizki Diantari and Meiningsih Kusumawati, *Seorang Wanita 34 Tahun Dengan Skizofrenia Paranoid, Proceeding Title: Proceeding Book Call for Papers Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 2024, <https://proceedings.ums.ac.id/kedokteran/article/view/4432>.
- Hamka. Tafsir Al-Azhar (Singapura: Pustaka Nasional PTE LTP)
- Indah Istiningrum, Astrid, Wita Oktaviana, Prodi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Rumah Sakit Jiwa Daerah dr Arif Zainuddin Surakarta, Indonesia Alamat, Jl A Yani, and Jawa Tengah. “Implementasi Membaca Al-Qur’an Dalam Manajemen Halusinasi Pada Pasien Skizofrenia Di RSJD Surakarta,” 2025, 154–63. <https://doi.org/10.62383/quwell.v2i1.1399>.
- Ike Asana Putri, Amnan, and B Fitria Maharani, *Skizofreni : Suatu Literatur, Journal of Public Health and Medical Studies*, vol. 172, 2022.
- Julie O.N, Marco H, Isabella K, Frank L. *Schizophrenia Research*. (Norway: Elsevier, 2022). (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)
- Keluarga, Model Peran, and Agung E K O Hartanto. *Ir-Perpustakaan Universitas Airlangga*, 2018.
- Komang, I, and Gunawan Landra. *Skizofrenia Paranoid Paranoid Schizophrenia. Ganesha Medicina Journal*. Vol. 2, 2022.
- Kementerian Agama Republik Indonesia. 2019. *Al-Qur’an dan Terjemahannya*.
- Mardiah, Ai Siti, Aulia Rahmawati, Tahrizi Fathul Aliim, and Sahadi Humaedi. “Praktik Support Group Bagi Orang Dengan Skizofrenia.” *Focus : Jurnal Pekerjaan Sosial* 5, no. 1 (August 8, 2022): 37. <https://doi.org/10.24198/focus.v5i1.40200>.
- Masyriatul Munawaroh, Tri Susilowati, and Wahyu Reknoningsih. “Penerapan Terapi Murattal Al-Qur’an Terhadap Tingkat Skala Halusinasi Pendengaran Pada Pasien Skizofrenia Di RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Provinsi Jawa Tengah.” *Sehat Rakyat: Jurnal Kesehatan Masyarakat* 2, no. 3 (August 28, 2023): 442–48. <https://doi.org/10.54259/sehatrakyat.v2i3.1963>.
- Najati Utsman Muhammad . Psikologi dalam Al-Qur’an (Terapi Qur’ani dalam

- Penyembuhan Gangguan Kejiwaan).(Mesir: Dar Asy-Syuruq 1992). Hal: 444-445
- Nurjannah, Anggalini, dan Puspitasari, "Inovasi Pelayanan Kesehatan: Posyandu Penangan Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) di Srigonco Kabupaten Malang".Pusat Data dan Informasi, Badan Penelitian dan Pengembangan, Pendidikan dan Pelatihan dan Informasi, Kementerian Desa, Pembangunan Daerah Tertinggal dan Transmigrasi, Republik Indonesia.
- Putri, Ike Asana, Amnan, and B Fitria Maharani. *Skizofreni : Suatu Literatur. Journal of Public Health and Medical Studies*. Vol. 172, 2022.
- Quthb, Sayyid. *Tafsir Fi Zhilalil Qur'an*. Beirut: Darusy-Syuruq, 1992 M.
- Rizal, Fakhrol, Mohammad Hendro Muttaqin, and Program Studi Pendidikan Dokter. "Peran Keluarga Terhadap Penyembuhan Pasien Skizofrenia Paranoid Di Unit Rawat Jalan Badan Layanan Umum Daerah Rumah Sakit Jiwa Aceh." *Jurnal Sains Riset* | 11 (2021): 568. <https://doi.org/10.47647/jsr.v10i12>.
- Subagyo Roni et al., Laporan Kasus : Skizofrenia Paranoid Paranoid Schizophrenia : Case Report Prevalensi Skizofrenia Di Indonesia Laporan Kasus Skizofrenia Kali Ini Akan Setelah Pengobatan Sebelumnya , Dan Berdasarkan Pengamatan Langsung Kondisi Berat ( Psikotik ), Karena Pe, *Journal of Islamic Medicine*, vol. 6, 2022.
- Silviyana, Alda, Hendra Kusumajaya, Nurwijaya Fitri, Program Studi, Ilmu Keperawatan, and Fakultas Keperawatan. "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kekambuhan Pada Pasien Skizofrenia," n.d. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP>.
- Subagyo, Roni, Era Catur Prasetya, Anisatul Hamida, Maya Rafida, Muhammad Tegar Nugraha, Ulaa Haniifah, and Muhammad Anas. Laporan Kasus : Skizofrenia Paranoid Paranoid Schizophrenia : Case Report Prevalensi Skizofrenia Di Indonesia Laporan Kasus Skizofrenia Kali Ini Akan Setelah Pengobatan Sebelumnya , Dan Berdasarkan Pengamatan Langsung Kondisi Berat ( Psikotik ), Karena Pe. *Journal of Islamic Medicine* 6, 2022.
- Susanti, Ichi, Suryani Suryani, and Imas Rafiyah. "Terapi Psikoreligius Menggunakan Terapi Al-Qur'an Terhadap Halusinasi Pasien Skizofrenia." *Journal of Telenursing (JOTING)* 5, no. 2 (November 26, 2023): 3296–3304. <https://doi.org/10.31539/joting.v5i2.8039>.
- Shihab, M. Quraish. *Tafsir Al-Misbah; Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*. Jakarta: Lentera Hati, t.th.
- Umi Salamah, Ayu Pratiwi, and Mentari Mentari. "Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Pasien Gangguan Persepsi Sensori: Halusinasi Pendengaran Dengan Pemberian Intervensi Membaca Surat Al-Fatihah Di Yayasan Rehabilitasi Mental Griya Bakti Medika Semanan 2024." *DIAGNOSA: Jurnal Ilmu Kesehatan*

*Dan Keperawatan* 2, no. 1 (February 7, 2024): 223–33.  
<https://doi.org/10.59581/diagnosa-widyakarya.v2i1.2791>.

Valensy, Adhestia, Diah Suryani, and Terapi Psikoreligius Zikir. Penerapan Terapi Psikoreligius Zikir Pada Pasien Dengan Gangguan Persepsi Sensori - Halusinasi Pendengaran Palembang 2021, 2021.

Waja, Nidya Tama, and Abdul Syafei. Pengaruh Terapi Audio Murottal Al-Qur ' an (Surah Ar-Rahman) Terhadap Skor Halusinasi Pada Pasien Halusinasi Pendengaran The Effect Of Murottal Al-Qur ' an ( Surah Ar-Rahman ). *Audio Therapy On Hallucinations Scores In Auditory Hallucination Patients* 6, 2023.

World Health Organization. (2019). *Schizophrenia*.

Yani, Sutri, and Weni Sulastri. Pengaruh Terapi Audio Murottal Al-Qur ' an Terhadap Skor Halusinasi Pada Pasien Halusinasi Pendengaran The Effect of Qur ' Anic Murottal Audio Therapy on Hallucination Scores in Patients with Auditory Hallucinations, 4385, 2022.