

## ABSTRAK

### PENGARUH MURATTAL AL-QURAN SEBAGAI TERAPI PENUNJANG PADA PENDERITA DEPRESI

Gangguan depresi adalah jenis gangguan jiwa yang sering terjadi di masyarakat. Kesehatan jiwa masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan yang signifikan di dunia, termasuk di Indonesia. Beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa pengaruh Al-Qur'an pada manusia dalam perspektif fisiologis dan psikologis memiliki pengaruh yang signifikan dalam memberikan ketenangan. Tujuan umum dan khusus dari penulisan skripsi ini adalah membahas pengaruh terapi murattal Al-Qur'an sebagai terapi penunjang pada penderita depresi ditinjau dari kedokteran dan Islam. Pada pasien depresi terjadi peningkatan kadar kortisol terutama pada malam hari atau sore hari. Kortisol yang tinggi ini tidak mampu menghambat sekresi CRH dan ACTH. Hal ini diduga karena plastisitas reseptor glukokortikoid menurun pada depresi. Peningkatan kortisol yang lama dapat menyebabkan toksik pada neuron sehingga bisa terjadi kematian neuron terutama di hipokampus. Kerusakan pada hipokampus ini menjadi predisposisi depresi. Lantunan Al-Qur'an mengandung suara manusia. Suara dapat menurunkan hormon-hormon stres dengan cara mengaktifkan hormon endorfin alami, meningkatkan perasaan rileks dan mengalihkan perhatian dari rasa takut, cemas dan tegang, menurunkan tekanan darah, serta memperlambat pernafasan, detak jantung, denyut nadi, dan aktifitas gelombang otak. Kedokteran dan Islam berpendapat sama bahwa pemaknaan terhadap kejadian atau stresor dapat mempengaruhi keadaan jiwa seseorang. *Coping Mechanism* (suatu mekanisme untuk mengatasi perubahan yang dihadapi atau beban yang diterima (stresor)). Apabila *Coping Mechanism* ini berhasil maka stresor akan berubah menjadi *eustress*, yang artinya stresor tersebut akan menjadi stimulan bagi individu untuk berprestasi. Terapi murattal Al-Qur'an memiliki aspek yang sangat diperlukan dalam mengatasi depresi, yakni kemampuannya dalam membentuk coping baru untuk mengatasi depresi. Saran kepada para peneliti diharapkan dapat mengkaji lebih dalam mengenai pengaruh murattal Al-Qur'an sebagai terapi penunjang pada penderita depresi; kepada dokter muslim diharapkan mengetahui dan mampu menerapkan terapi penunjang ini pada penderita depresi; kepada para ulama diharapkan dapat menjadi tempat berkonsultasi dan bekerja sama dengan dokter muslim menyangkut terapi murattal Al-Qur'an sebagai terapi penunjang pada penderita depresi.

Kata kunci: *Therapy, Depression, Murattal Al-Qur'an*