

Pengaruh Mendengarkan Murottal Al-Quran Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa Kelas V Sekolah Dasar Widya Batam Tahun 2021

Rini Susanti¹ Nuraini,² Elvina³

rini.susanti0675@gmail.com,¹ nuraini00@gmail.com,² elvina00@gmail.com³

Prodi Kebidanan, Universitas Nagoya Indonesia

ABSTRAK

Latar Belakang: Penelitian ini bertujuan membuktikan bahwa dengan mendengarkan murottal Al-Quran dapat mempengaruhi konsentrasi Belajar, dimana suara dari murottal Al-Quran akan masuk melalui telinga kemudian diteruskan melalui telinga tengah lalu akan diubah menjadi impuls elektrik yang nantinya akan disampaikan pada *amigdala* yang mana *amigdala* merupakan tempat penyimpanan memori emosi. Sehingga menimbulkan suasana hati yang tenang, akibatnya, otak dapat berjalan dengan maksimal untuk berkonsentrasi.

Metode: Jenis penelitian ini adalah *Quasi Experiment* dengan rancangan *One group Pretest-Posttest*. Instrumen penelitian yang digunakan adalah *Army Alpha Test* yang berjumlah 12 soal diberikan sebelum dan sesudah perlakuan (murottal Al-Quran) dengan jumlah responden sebanyak 30 responden.

Hasil: Analisa bivariat yang digunakan adalah uji *Wilcoxon* dan menunjukkan hasil bahwa H_0 gagal ditolak yang berarti ada pengaruh mendengarkan Murottal terhadap konsentrasi belajar sebelum dan sesudah dilakukan intervensi dengan nilai $p=0,000$.

Simpulan: Ada pengaruh mendengarkan Murottal terhadap konsentrasi belajar anak sebelum dan sesudah dilakukan intervensi serta mendengarkan Murottal efektif dalam meningkatkan konsentrasi belajar pada anak usia sekolah.

Kata kunci: murottal, konsentrasi belajar, siswa

The Effects of listens Murottal Al-Qur'an to learning concentration of fifth-grade students of Widya Elementary School Plus Batam in 2021.

Rini Susanti¹ Nuraini,² Elvina³

rini.susanti0675@gmail.com,¹ nuraini00@gmail.com,² elvina00@gmail.com³

Prodi Kebidanan, Universitas Nagoya Indonesia

ABSTRACT

Background: The research aims to prove that by listening to the murrotal of the Quran can affect the concentration of learning, where the sound from the murottal of the Qur'an will enter through the ear then continue through the middle ear then will Transformed into an electric impul which will be conveyed on the amygdala where the amygdala is an emotional memory space. Thus giving rise to a calm mood, as a result, the brain can run with maximum to concentrate.

Method: This type of research is Quasi Experiment with One Group Pretest-Posttest. The research instrument used is the Army Alpha Test which amounts to 12 instructions, given before and after treatment (Murottal Al-Quran) with the number of respondents as many as 30 respondents.

Results: The bivariate analysis used was Wilcoxon's test and showed the results that Ha failed to be rejected which meant there was a listening effect Murottal to the concentration of learning before and after intervention with the value $P = 0.000$.

Conclusion: There is an effect of listening Murottal to the concentration of children's learning before and after intervention and listening Murottal effective in increasing the concentration of learning in school-age children.

Keywords: *murottal, Learning concentration, Students*

PENDAHULUAN

Belakangan ini ketertarikan masyarakat mempelajari Al-Quran semakin meningkat pesat, semakin banyak masyarakat yang sadar akan pentingnya mempelajari islam lebih mendalam lagi. Mulai banyak masyarakat yang tertarik untuk mempelajari Al-Quran dan hadist. Di era modern seperti saat ini, semakin banyak akses untuk mempelajari Al-Qur'an salah satunya yang paling mudah dan dapat diaplikasikan ke semua tingkatan usia, adalah murottal Al-Quran, mulai dari bayi, anak-anak, orang dewasa, manula, bahkan janin dalam kandungan dapat diperdengarkan murottal Al-Quran. Dengan mendengarkan murottal Quran menjadikan telinga kita terbiasa mendengarkan lantunan ayat-ayat AlQuran. Sebagaimana di firmankan oleh Allah :

Wa iżā qurī`al-qur`ānu fastami'ū lahu wa anṣitu la'allakum tur-ḥamūn

Artinya : Dan apabila dibacakan Al-Quran, maka dengarkanlah dan diamlah, agar kamu mendapat rahmat. (Q.S Al-A'raaf : 204)

Merujuk pada penelitian Dr. Al Qadhi, melalui penelitiannya yang serius di Klinik Besar Florida Amerika Serikat, berhasil membuktikan hanya dengan mendengarkan bacaan ayat-ayat Al-Qur'an, baik mereka yang bisa berbahasa Arab maupun bukan, dapat merasakan perubahan psikologis yang sangat besar. Penurunan depresi, kesedihan, ketenangan jiwa, dan penyembuhan penyakit. Penelitian Dr. Al Qadhi ini diperkuat pula oleh penelitian lainnya yang dilakukan

oleh dokter yang berbeda. Dalam laporan yang disampaikan dalam Konferensi Kodekteran Islam Amerika Utara disebutkan, Al-Qur'an terbukti mampu mendatangkan ketenangan sampai 97% bagi mereka yang mendengarkannya.¹

Hal ini sesuai dengan Firman Allah :

Allaẓīna āmanū wa taṭma`innu qulūbuhum biẓikrillāh, alā biẓikrillāhi taṭma`innul-qulūb.

Artinya : (yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenang dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram. (Q.S Ar-Ra'd : 28).

Al-qur'an akan memberikan kesan positif pada amigdala, dimana suara akan masuk melalui telinga kemudian di teruskan melalui telinga tengah lalu akan diteruskan menjadi impuls elektrik yang nantinya akan di sampaikan pada amigdala yang mana amigdala merupakan tempat penyimpanan memori emosi. Sehingga menimbulkan suasana hati yang tenang.¹

Konsentrasi perlu keadaan yang rileks dan suasana yang tenang, karena dalam keadaan tegang seseorang tidak akan dapat menggunakan otaknya dengan maksimal karena pikiran menjadi kosong. Suasana menyenangkan berarti seseorang dalam keadaan yang rileks dan tidak ada ketegangan yang mengancam dirinya. Oleh karena itu metode murottal Quran menjadi metode yang paling mudah dan baik untuk meningkatkan konsentrasi.²

Selain itu, Menurut Potter & Perry Anak usia sekolah dapat berkonsentrasi pada lebih dari satu aspek situasi serta mereka dapat memahami suatu objek dari sudut pandang yang berbeda. Anak usia sekolah atau dapat disebut masa pertengahan dimulai saat anak memasuki sekolah dasar pada usia 6 tahun sampai pubertas yang terjadi pada usia 12 tahun menandakan akhir dari masa anak usia sekolah.³

Merujuk pada teori perkembangan kognitif Piaget anak usia sekolah sudah memasuki tahap berpikir konkret dimana pada usia ini anak sudah dapat berpikir secara logis dan masuk akal tentang suatu hal. Anak juga sudah dapat mengklasifikasikan, mengurutkan, menyusun serta mengatur strategi dalam menyelesaikan masalah.⁴

Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan pada SD Widya dengan mengajukan beberapa pertanyaan pada kepala sekolah, guru dan beberapa siswa di sekolah tersebut, didapatkan bahwa masih banyak siswa di SD tersebut yang sulit untuk berkonsentrasi dengan baik terutama pada kelas atas khususnya kelas IV, V, VI. Hal ini dikarenakan materi yang diajarkan mengalami peningkatan dalam tingkat kesukaran, serta mata pelajaran pada kelas tersebut yang akan menjadi materi pada ujian nasional. Peneliti juga melakukan survei pendahuluan kepada kepala sekolah dimana didapati fakta bahwa nilai rapor untuk siswa kelas IV, V, dan VI mengalami penurunan, dari hasil semester 1 dan 2 pada kelas sebelumnya, 56% dari

125 siswa kelas IV, 73% dari 125 siswa kelas V, dan 59% dari 125 siswa kelas VI Persentase penurunan nilai raport tertinggi adalah pada kelas V yaitu 73%.

Berlandaskan pada pemaparan di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul : “Pengaruh Mendengarkan Murottal Al-Quran Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa Kelas V Sekolah Dasar Widya Batam Tahun 2021 ”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian *Quasi Experiment* dengan rancangan *One group Pretest-Posttest*. Untuk memperjelas eksperimen dalam penelitian ini disajikan tahap-tahap rancangan eksperimen untuk mengetahui adanya peningkatan konsentrasi belajar pada siswa kelas V Sekolah Dasar Widya Batam setelah mendapatkan murotal Al-Qur'an.

Tahap I

Pada tahap I seluruh siswa kelas V D diberikan Tes (*Army Alpha test*), tes ini adalah alat test psikologi yang digunakan untuk mengukur konsentrasi belajar awal siswa yang harus didampingi oleh seorang psikolog dalam penggunaannya.

Tahap II

Perlakuan (*Treatment*). Tujuan perlakuan adalah untuk meningkatkan konsentrasi belajar siswa. Perlakuan dengan diperdengarkan audio murotal Al-Quran selama kurang lebih 35 menit menggunakan *speaker* sesuai dengan lamanya surah yang digunakan. Siswa diperdengarkan murotal Al Quran surah ar Rahman

dan beberapa surah pendek pada juz 30.

Tahap III

Pada tahap III diberikan tes yang sama dengan tahap I sebagai nilai konsentrasi belajar akhir. Tujuan pemberian tes (*Army alpha test*) akhir ini adalah untuk mengetahui konsentrasi belajar pada subjek penelitian setelah diberikan *treatment* dan mengetahui keberhasilan selama dilakukan *treatment*, kemudian nantinya hasil tes tersebut akan diinterpretasikan oleh bantuan dari

psikolog, yang selanjutnya angka dari nilai tes akan di masukan ke dalam sistem komputersasi SPSS.

Secara sederhana, desain penelitian yang digunakan adalah *pretest*→*treatment*→*posttest*.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil analisis SPSS untuk mengetahui apakah ada pengaruh antara variabel dependen dan independen menggunakan uji *Wilcoxon* diperoleh hasil pada tabel 1 sebagai berikut.:

Tabel 1 Hasil Skor *Army Alpha Test* pada *Pretest* dan *Posttest*

	Mean	Median	Min	Mak	SD
<i>Pretest</i>	5.73	6.00	2.00	8.00	1.818
<i>Posttest</i>	8.23	8.50	6.00	9.00	0.898

Pada hasil analisis pada table 1 didapatkan bahwa skor rata-rata pada saat *Pretest* yaitu 5,73 dengan skor median 6,00 dan standar deviasi 1,818. Skor terendah pada saat *Pretest* yaitu 2 dan skor tertinggi yaitu 8. Sedangkan skor rata-rata pada saat *posttest* yaitu 8,23 dengan skor median 8,50 dan standar deviasi 0,898. Untuk skor terendah pada saat *posttest* yaitu 6 dan skor tertinggi yaitu 9.

Berdasarkan tabel deskripsi responden pada *pretest* didapatkan hasil sebagai berikut.

Tabel 2 Konsentrasi Belajar Siswa pada *Pretest*

Konsentrasi Belajar	<i>f</i>	(%)
Kurang Konsentrasi	12	40 %
Berkonsentrasi	18	60 %
Total	30	100 %

merujuk pada hasil analisis dari tabel 2 di atas didapatkan data bahwa

sebanyak 12 siswa (40 %) kurang berkonsentrasi pada saat sebelum diperdengarkan Murottal Al-Quran dan 18 siswa (60 %) berkonsentrasi sebelum diperdengarkan Murottal Al-Quran.

Berdasarkan tabel deskripsi responden pada *posttest* didapatkan hasil sebagai berikut.

Tabel 3 Konsentrasi Belajar Siswa pada *Posttest*

Konsentrasi Belajar	<i>f</i>	(%)
Kurang konsentrasi	0	0 %
Berkonsentrasi	30	100 %
Total	30	100 %

Pada hasil analisis dari tabel 3 di atas didapatkan data bahwa sebanyak 0 siswa (0 %) kurang berkonsentrasi sesudah Mendengarkan Murottal Al-Quran dan 30 siswa (100 %) Berkonsentrasi sesudah Mendengarkan Murottal Al-Quran.

Berdasarkan uji Normalitas didapatkan hasil sebagai berikut.

Tabel 4 Hasil Uji Normalitas Konsentrasi Belajar Sebelum dan Sesudah Mendengarkan Murottal Al-Quran

	Shapiro-wilk P
Skor <i>pre</i>	0.016
Skor <i>post</i>	0.000

Pada tabel 4 di atas, didapatkan bahwa distribusi data tidak normal karena nilai P dari uji Shapiro-wilk $< 0,05$ sehingga uji T berpasangan tidak dapat digunakan. Uji yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji alternatif dari uji T berpasangan yaitu uji *Wilcoxon*. Uji *Wilcoxon* dapat digunakan karena data yang didapat berdistribusi tidak normal. Hasil dari uji *Wilcoxon* dapat dilihat pada tabel 5 di bawah ini.

Berdasarkan uji *Wilcoxon* didapatkan hasil sebagai berikut.

Tabel 5 Hasil Uji *Wilcoxon* Konsentrasi Belajar Sebelum dan Sesudah Mendengarkan Murottal

Variabel	n	Median (Min- Mak)	P
Konsentrasi sebelum	30	6 (2-8)	0.000
Konsentrasi Sesudah	30	8,5 (6-9)	

Pada tabel 5 di atas, didapatkan bahwa responden pada saat sebelum dan sesudah Mendengarkan Murottal Al-Quran berjumlah 30 responden dengan skor median sebelum

Mendengarkan Murottal yaitu 6 dengan skor terendah 2 dan tertinggi 8. Sedangkan skor median sesudah Mendengarkan Murottal Al-Quran yaitu 8,5 dengan skor terendah 6 dan skor tertinggi 9 serta didapatkan nilai signifikan atau nilai $p = 0,000$. Berdasarkan data di atas dapat disimpulkan bahwa nilai $p (0,000) < 0,05$ yang artinya H_0 diterima yang artinya ada pengaruh mendengarkan Murottal Al-Quran terhadap konsentrasi belajar siswa kelas V di SD Widya Batam yang diberikan intervensi (murottal Al-Quran).

Berdasarkan tabel deskripsi didapatkan hasil sebagai berikut.

Tabel 6 Konsentrasi Belajar siswa Prepost dan *Posttest*

Rank	n	(%)
<i>Negative rank</i>	0	0%
<i>Positive rank</i>	26	86.7 %
<i>Tie Rank</i>	4	13.3 %

Berdasarkan tabel 6 di atas, didapatkan bahwa responden yang memiliki *Negative rank* (penurunan skor) adalah 0 siswa (0%), responden yang memiliki *Positive rank* (kenaikan skor) adalah 26 siswa (86,7%), dan Responden yang memiliki *Tie rank* (skor tidak berubah) adalah 4 siswa (13,3 %), artinya terdapat sebanyak (86.7 %) kenaikan skor dari 30 responden dan 13.3% tidak mengalami kenaikan maupun penurunan skor dari 30 responden.

PEMBAHASAN

A. Konsentrasi Belajar Siswa Kelas V SD Widya Batam Sebelum Mendengarkan Murottal

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dengan menggunakan instrumen *army alpha test* diperoleh tingkat konsentrasi pada *Pretest* sebanyak 18 responden sudah berkonsentrasi dan 12 responden masih kurang konsentrasi. Merujuk pada hasil tersebut lebih dari 50% responden dalam penelitian mendapatkan skor *army alpha test* berkonsentrasi dan dari hasil tersebut masih ada 12 responden yang kurang berkonsentrasi dilihat dari skor *pretest*. Menurut Hakim siswa yang sering merasa tidak dapat berkonsentrasi, salah satu penyebabnya ia tidak nyaman dalam proses belajar yang dilakukan. Hal ini mungkin terjadi karena ia sedang mempelajari pelajaran yang tidak disukai, pelajaran yang dirasakan sulit, pelajaran dari guru yang tidak disukai, atau suasana tempat belajar yang ia pakai tidak menyenangkan.⁵

Perhatian individu akan mudah beralih dari suatu objek ke objek lain apabila individu tersebut tidak dapat berkonsentrasi. Hal ini menyebabkan individu kurang mampu memahami suatu objek secara utuh. Hal ini dikarenakan adanya proses *Long Term Potential (LTP)* dan *Long Term Depression (LTD)*. LTP dan LTD adalah suatu proses asosiasi neuron dalam otak. Neuron-neuron yang ada dalam korteks manusia akan saling berkoalisi dan juga berkompetisi. Neuron-neuron yang saling berkoalisi akan saling membantu dan menguatkan proses sinapsis antar maeraka. Sedangkan neuron-neuron yang berkompetisi akan saling melemahkan. Proses ini akan

menghasilkan koalisi neuron sebagai pemenang. Koalisi neuron yang menang akan memberikan pengalaman belajar.⁶

Individu yang mengalami gangguan dalam konsentrasinya menjadi kesulitan dalam memfokuskan konsentrasinya. Hal ini membuat individu tersebut membutuhkan waktu lebih lama dalam menangkap informasi yang disampaikan.⁷

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi konsentrasi, faktor internal yang mempengaruhi konsentrasi pada individu antara lain kesiapan individu dalam menerima dan menghadapi test atau ujian yang berhubungan dengan kondisi fisik individu, kondisi psikologis, serta modalitas atau yang sering disebut gaya belajar. Faktor internal adalah faktor yang berada di dalam diri individu. Faktor fisik siswa mengacu pada kondisi tubuh siswa seperti kesehatan siswa dalam mengerjakan tes atau ujian, memang pada saat tes berlangsung tidak ada siswa yang sakit. Selain faktor internal terdapat juga faktor eksternal yang mempengaruhi konsentrasi siswa yaitu kondisi lingkungan, dan yang lainnya. Hal tersebut dapat berasal dari dalam maupun luar diri individu.⁸

B. Konsentrasi Belajar Siswa Kelas V SD Widya Batam Sesesudah Mendengarkan Murottal

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dengan menggunakan instrumen *army alpha test* diperoleh tingkat konsentrasi pada *intervensi posttest* sebanyak 30 responden memiliki predikat berkonsentrasi dan

tidak ada responden yang memiliki konsentrasi yang kurang serta hampir seluruh anak mengalami peningkatan skor *Army Alpha Test* setelah mendengarkan Murottal. Setelah diperdengarkan murottal reaksi siswa pun beragam, ada yang menyimak dengan tenang, ada yang sedikit tertunduk namun ada juga beberapa siswa sampai meneteskan air mata setelah mendengar lantunan merdu murottal Al-Quran, beberapa siswa juga mengatakan bahwa mereka merasa lebih tenang saat mendengarkan Murottal Al-Qur'an dan lebih rileks. Hasil dari penelitian ini sesuai dengan teori yang diungkapkan oleh Heru dalam Siswatinah bahwa terapi Murottal yang diperdengarkan dengan tempo yang lambat serta harmonis dapat menurunkan hormon-hormon stres, mengaktifkan hormon endorfin alami, meningkatkan perasaan rileks, dan mengalihkan perhatian dari rasa takut, cemas serta tegang.⁹

Hormon endorfin sendiri merupakan hormon kebahagiaan yang diproduksi oleh tubuh kita. Hormon ini bereaksi seperti morfin yaitu dapat membuat kita merasa tenang, nyaman dan rileks. Hormon ini akan muncul saat kita merasa senang, bahagia dan mampu mengontrol emosi serta mampu berlapang dada.¹⁰

Untuk memunculkan hormon endorfin tidaklah sulit salah satunya dengan mendengarkan lantunan ayat suci Al-Qur'an. Relaksasi merupakan salah satu cara untuk meningkatkan konsentrasi belajar.¹¹

Nuryana dan Purwanto juga mengungkapkan bahwa konsentrasi

merupakan keadaan pikiran yang diaktifkan oleh sensasi di dalam tubuh, untuk mengaktifkan sensasi tersebut diperlukan keadaan yang rileks dan suasana yang tenang agar seseorang dapat menggunakan otaknya dengan maksimal dan dapat meningkatkan konsentrasinya.²

Terapi Murottal terbukti dapat membuat seseorang menjadi rileks dan dapat memaksimalkan kerja otaknya untuk fokus dan memusatkan perhatiannya pada suatu objek yang sedang dipelajari. Al-Qur'an juga memiliki banyak manfaat bagi pembaca maupun pendengar salah satunya terhadap perkembangan kognitif yaitu dapat mempertajam ingatan dan pemikiran yang cemerlang.¹²

Mendengarkan murottal menggunakan *tape recorder* atau kaset bacaan Al-Quran yang terdiri dari surat pendek pada juz 30 atau asmaul husna yang lebih mudah dihafal dan familiar dalam pendengaran orang, diperdengarkan selama 15 menit atau lebih. Murottal Al-Quran memberikan dampak psikologis kearah positif, hal ini dikarenakan ketika murottal diperdengarkan dan sampai ke otak, maka murottal akan diterjemahkan oleh otak.¹³

Pada penelitian yang dilakukan Zahrofi, menyatakan bahwa semua sel-sel tubuh dipengaruhi oleh frekuensi akustik (suara) yang kemudian mempengaruhi medan elektromagnetik sel itu. Pada penelitian Al-Kaheel berhasil membuktikan bahwa yang terbaik dan dapat memprogram ulang sel-sel melalui bacaan ayat-ayat Al Qur'an yang shahih, agar sel-sel dapat

bergetar dengan frekuensi yang tepat. Al Kaheel menyarankan agar kita senantiasa mendengarkan bacaan Al-Quran meskipun sedang tidur, karena telinga kita tetap mendengar dan otak tetap merekam apa yang di dengar.¹⁴

Julianto berpendapat bahwa Al-Qur'an sebagai penyembuh telah dilakukan dan dibuktikan, orang yang membaca Al-Qur'an atau mendengarkan akan memberikan perubahan arus listrik di otot, perubahan sirkulasi darah, perubahan detak jantung dan perubahan kadar darah pada kulit.¹⁵

Mendengarkan murottal baik untuk diperdengarkan karena baik muslim maupun non-muslim, baik yang mengerti bahasa arab maupun tidak, mengalami beberapa perubahan fisiologis yang menunjukkan tingkat ketegangan urat syaraf tersebut. Fakta ini secara tepat terekam oleh Ahmed Elkadi dalam *system detector electronic* yang didukung komputer guna mengukur perubahan apapun dalam fisiologi (organ) tubuh.¹

C. Pengaruh Mendengarkan Murottal Al-Quran Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa Kelas V

Dari penelitian ini maka terlihat bahwa ada pengaruh Mendengarkan Murottal Al-Quran terhadap konsentrasi belajar siswa kelas V, yang terlihat dari peningkatan skor rata-rata sebelum dan sesudah diperdengarkan Murottal serta peningkatan jumlah anak yang berkonsentrasi setelah diperdengarkan Murottal. Berdasarkan hasil *Pretest* dengan *Army Alpha Test* didapatkan bahwa 60% anak sudah berkonsentrasi baik sebelum

diperdengarkan Murottal dan meningkat menjadi 100% anak yang berkonsentrasi baik setelah diperdengarkan Murottal Selama 35 menit dimana surah yang digunakan adalah surah arrahman berkisar 17-18 menit dilantunkan oleh audio qori muzammil hasballah dan surah pendek pilihan berkisar 17-18 menit dilantunkan oleh audio qori Thaha Al-Junayd. Hal ini juga terlihat dari peningkatan rata-rata sebelum dan sesudah diperdengarkan Murottal serta sebanyak 86,7% anak mengalami peningkatan skor dari *Pretest* ke *posttest*. Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon* juga didapatkan bahwa nilai $p(0,000) \leq 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara skor konsentrasi sebelum dan skor konsentrasi sesudah diperdengarkan Murottal yang berarti bahwa H_0 diterima yaitu ada pengaruh mendengarkan Murottal Al-Quran terhadap konsentrasi belajar siswa kelas V SD Widya Batam.

Hasil dari penelitian ini sesuai dengan teori Potter & Perry, Mendengarkan murottal Al Quran selama 10-15 menit dapat memberikan efek relaksasi, mendengarkan murottal Al Quran selama 15-20 menit dapat memberikan efek stimulasi, sedangkan bila diperdengarkan selama 30 menit atau lebih akan memberikan efek pada peningkatan konsentrasi.³

Menurut teori Perkembangan kognitif Piaget yaitu pada tahap ini anak sudah dapat berpikir secara masuk akal tentang suatu hal, anak juga sudah dapat mengklasifikasikan, mengurutkan, menyusun serta mengatur strategi dalam

menyelesaikan masalah. Anak mengalami kemajuan dari membuat penilaian berdasarkan apa yang mereka lihat (pemikiran perseptual) sampai membuat penilaian berdasarkan alasan mereka (pemikiran konseptual).⁴

Anak usia sekolah juga sudah dapat berkonsentrasi lebih lama dibandingkan dengan anak yang berusia lebih muda dan mereka dapat fokus pada informasi yang dibutuhkan serta dapat menyaring secara langsung informasi yang tidak relevan, ini diyakini karena kematangan neurologis pada anak usia sekolah. Hal ini adalah salah satu alasan peningkatan fungsi memori pada anak usia sekolah.¹⁶

Menurut Surya konsentrasi belajar tidak datang dengan sendirinya atau dari pembawaan bakat seseorang sejak lahir. Konsentrasi belajar akan timbul dengan penciptaan dan perencanaan yang kemudian dijadikan kebiasaan dalam belajar.¹¹

Mendengarkan Murottal merupakan suatu metode yang cocok meningkatkan konsentrasi belajar pada anak. Menurut teori Wahyudi 2012, bahwa Al-Qur'an sebagai penyembuh telah dilakukan dan dibuktikan, orang yang mendengarkan Al-Quran akan memberikan perubahan arus listrik di otot, perubahan sirkulasi darah, perubahan detak jantung dan perubahan kadar darah pada kulit. Murottal merupakan lantunan bacaan Al-Qur'an. Stimulan Murottal Al-Qur'an dapat dijadikan alternatif baru sebagai terapi relaksasi.¹⁷

Kusrinah juga mengatakan ada banyak kemuliaan dan kebaikan yang terdapat dalam Al-Qur'an. Salah satunya ketika diperdengarkan lantunan Murottal Al-Qur'an dengan tartil yang bagus dan dengan tajwid yang sesuai, akan menimbulkan frekuensi dan panjang gelombang yang dapat mempengaruhi otak secara positif dan mengembalikan keseimbangan tubuh serta dapat merangsang perkembangan otak dan meningkatkan intelegensi anak.¹⁸

Lantunan ayat suci Al-Qur'an juga menciptakan sekelompok frekuensi yang sampai ke telinga kemudian bergerak ke sel-sel otak dan mempengaruhi medan-medan listrik pada otak dan dapat merelaksasikan otak.¹⁹

Frekuensi yang didengar dari lantunan ayat suci Al-Qur'an merupakan stimulus bagi sistem saraf yang kemudian dihantarkan ke otak melalui perjalanan impuls berupa elektron yang berpindah dari ekstrasel yang bermuatan positif dan kelebihan kation atom Na^+ ke intrasel yang bermuatan negatif dan banyak mengandung ion K^+ . Impuls ini akan sampai di otak dan akan diolah pada otak.⁷

Impuls yang sampai ke otak tadi akan mempengaruhi otak untuk memunculkan hormon endorfin yaitu hormon kebahagiaan yang bereaksi sebagaimana morfin yaitu dapat membuat merasa tenang, nyaman, dan rileks.¹⁰

Kerja endorfin sangat dipengaruhi oleh neurotransmitter yang dinamakan serotonin. Serotonin dapat mempengaruhi sebagian besar fungsi

otak seperti nafsu makan, belajar, memori, mood, serta perilaku sosial. Tanpa serotonin efek dari hormon endorfin tidak dapat dirasakan bahkan tanpa serotonin seseorang akan sangat mudah depresi.²⁰

Perilaku belajar dan proses berpikir berhubungan erat dengan depolarisasi membran presinaptik akibat membuka tutupnya kanal Na^+ dan Ca^{2+} . Neuron presinaptik yang terdepolarisasi akan menembakkan neurotransmitter. Neurotransmitter merupakan penghubung atau penyambung aliran informasi dari neuron presinaptik ke neuron postsinaptik. Kemampuan dari fungsi otak dalam merespon stimulus dipengaruhi oleh neurotransmitter yang ditembakkan yaitu serotonin dan ini akan mempengaruhi fungsi kognitif dan memori di daerah hipocampus pada otak.¹⁵

Bagian otak yang paling berpengaruh dalam konsentrasi belajar adalah bagian otak kiri karena otak kiri merupakan pusat *Intelligence Quotient (IQ)* yang berhubungan dengan logika, rasio, kemampuan menulis dan membaca, serta kemampuan berpikir.²¹

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Sekolah Dasar Widya Batam tahun 2021, didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

1. Responden dalam penelitian ini berjumlah 30. Rata-rata skor konsentrasi belajar sebelum diperdengarkan Murottal Al-Quran adalah 5,73 dan meningkan menjadi 8,23 setelah diperdengarkan Murottal Al-Quran.

2. Dari 30 responden pada *Pretest* (sebelum mendengarkan murottal) 12 responden kurang konsentrasi dan 18 orang sudah berkonsentrasi. Dan pada *posttest* (sesudah mendengarkan murottal) seluruh responden berkonsentrasi dan tidak ada yang memiliki konsentrasi kurang.
3. Dari 30 responden terdapat 26 siswa yang mengalami peningkatan skor dari skor *Pretest* terhadap *posttest*. dan 4 responden yang tidak mengalami perubahan skor dari skor *pretest* terhadap *posttest*. Maka kesimpulannya ada pengaruh mendengarkan murottal Al-Quran terhadap konsentrasi belajar siswa kelas V Sekolah Dasar Widya s Batam dengan nilai $P= 0.000$. dari hasil penelitian ini didapatkan bahwa dengan diperdengarkan murottal Al-Quran selama satu kali 35 menit menunjukkan peningkatan konsentrasi belajar siswa yang cukup signifikan dari hasil *pretest* dengan *posttest*, artinya jika di perdengarkan dengan intensitas yang lebih sering maka akan dipatkan peningkatan konsentrasi yang lebih baik lagi dan lebih konsisten.

SARAN

1. Bagi Penelitian Selanjutnya

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi inspirasi untuk penelitian lain agar dapat mengembangkan penelitian terhadap konsentrasi belajar pada siswa tingkat menengah ataupun pada mahasiswa. dengan durasi pemberian murottal

yang lebih panjang yang nantinya dapat mengembangkan penelitian ini.

2. Bagi Institusi

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memperkaya ilmu pengetahuan dalam bidang kedokteran serta dapat digunakan untuk meningkatkan konsentrasi mahasiswa sehingga dapat mencapai prestasi belajar yang maksimal.

3. Bagi Sekolah

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat membantu sekolah dalam upaya meningkatkan konsentrasi belajar siswa dan menjadikan Murottal Al-Quran sebagai salah satu program sekolah yang akan terus diterapkan.

4. Bagi Guru

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu para guru untuk mengembangkan lagi pendekatan terhadap siswa melalui murottal untuk meningkatkan konsentrasi para siswa yang sedang dididik. sehingga siswa dapat memahami pembelajaran yang sedang diberikan.

5. Bagi Orang tua

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu anaknya untuk meningkatkan konsentrasi melalui murottal sebelum berangkat sekolah, pulang sekolah maupun saat anak sedang tidur.

DAFTAR PUSTAKA

1. Muliawati, Dwi (2015). *Perbedaan Efektivitas Terapi Murottal Dan Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Gejala Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Di RSUD Dr. R. Goeteng Taroenadibrata Purbalingga* [Skripsi]. Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

2. Nuryana, A. dan Purwanto, S. (2010). *Efektifitas Brain Gym dalam Meningkatkan Konsentrasi Belajar pada Anak*. Jurnal Ilmiah Berlaka Psikologi, 12(1), 88-98.
3. Potter dan Perry. (2010). *Fudamental of Nursing Buku 1, Edisi 7*. Jakarta: Salemba Medika.
4. Wong et al. (2009). *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik Edisi 6 Vol. 1*. Jakarta: EGC.
5. Hakim, Lukman. (2012). *Terapi Qurani Untuk Kesembuhan dan Rizki Tak Terduga*. Jakarta: Link Consulting Menara Karya.
6. Crick, F. & Koch, C. (2010). *A Framework for Counciousness*. Nature Neuroscience, Vol. 6, 2, p. 119-126.
7. Aini, S.Q. (2012). *Penggunaan Teknik Relaksasi untuk Meningkatkan Konsentasi Belajar Anak Kelas B Taman Kanak-kanak Terate Pandian Sumenep Tahun Pelajaran 2011/2012*. Naskah tidak dipublikasikan, Universitas Negeri Surabaya.
8. Solso, R. L., Maclin, O. H., & Maclin, M. K. (2009). *Psikologi Kognitif: edisi kedelapan*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
9. Siswatinah. (2011). *Pengaruh Terapi Murottal Terhadap Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronik yang Dilakukan Tindakan Hemodialisa di RSUD Kraton*. [Skripsi] tidak diterbitkan.
10. Haruyama, S. (2011). *The Miracle of Endorphin*. Bandung: Qonita PT. Mizan Pustaka.
11. Surya, Hendra. (2010). *Jadilah Pribadi yang Unggul*. Jakarta: PT. Elex Komputindo.

12. Sa'dulloh. (2009). *9 Cara Praktis Menghapal Al-Qur'an*. Jakarta: Gema Insani.
13. Rohmi Handayani, dkk. (2014). *Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an untuk Penurunan Nyeri Persalinan dan Kecemasan Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif*. Jurnal Ilmiah.
14. Zahrofi, D.N. (2014). *Pengaruh Pemberian Terapi Murottal Al-Quran Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Hemodialisa di RS PKU Muhammadiyah Surakarta*. Jurnal Keperawatan Bedah. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
15. Julianto, V dan Estem, M.B. (2011). The Effect of Reciting Holy Qur'an toward Short-term Memory Ability Analysed trough the Changing Brain Wave. Jurnal Psikologi, 38(1), 17-29.
16. Papalia et al. (2010). Human Development (Psikologi Perkembangan). Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
17. Abdurrochman dan Andhika. (2009). Murottal Al-Qur'an: Alternatif Terapi Suara Baru. Prosiding Seminar Nasional Sains dan Teknologi. Universitas Lampung 17-18 November 2008. Diterbitkan pada tanggal 18 November 2009.
18. Kusrinah. (2013). Pendidikan Pralahir: Meningkatkan Kecerdasan Anak dengan Bacaan Al-Qur'an. SAWWA, 8(2), 277-290.
19. A.D, Alkaheel. (2011). *Pengobatan Qur'ani*. Jakarta : Amzah.
20. Muhtadi, I. (2014). *Endorphin Hormon Bahagia*. Diperoleh pada www.indramuhtadi.com diterbitkan pada 11 April 2014 (diakses pada 25 Juni 2019).
21. Handini, A. (2012). *Psikologi Pendidikan*. Pontianak: STAIN Pontianak Press.