

Pengaruh Mendengarkan Murattal Al-Quran terhadap Peningkatan Kemampuan Konsentrasi Mahasiswa

Najwa¹, Alfia Putri Yuliani², Nyimas Ayu Nurdewi³
Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang¹²³
e-mail: najwa@gmail.com

Diterima tgl. 19-01-2025 Direvisi tgl.31-01-2025 Disetujui tgl. 22-02-2025

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh mendengarkan murratal Al-Qur'an terhadap peningkatan kemampuan konsentrasi mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Raden Fatah Palembang. Subjek penelitian ini adalah 20 mahasiswa yang berjenis kelamin laki-laki dan perempuan yang berusia 18-21 tahun. Penelitian ini menggunakan alat ukur, yaitu tes *digit span forward* dan *digit span backward* dari *subtes Wechsler Intelegensi Scale*. Jenis penelitian eksperimental-kuasi, atau *quasi-experimental*, digunakan dalam desain penelitian ini. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata untuk *pretest* kelompok eksperimen adalah 11,2. Sedangkan *posttest*, kelompok eksperimen adalah 14,7. Rata-rata *pretest* kelompok kontrol adalah 10,9. Sedangkan rata-rata *posttest*, kelompok kontrol adalah 10. Nilai rata-rata tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pada nilai rata-rata antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada kondisi sebelum dan sesudah diberi perlakuan. Hal ini membuktikan bahwa terdapat pengaruh dalam mendengarkan murattal terhadap peningkatan kemampuan konsentrasi subjek.

Keywords: Murratal, Al-Qur'an, Konsentrasi

Abstract

This research aims to determine the effect of listening to Al-Qur'an murratals on increasing the concentration ability of students at the Faculty of Psychology, UIN Raden Fatah Palembang. The subjects of this research were 20 male and female students aged 18-21 years. This research uses measuring instruments, namely the digit span forward, and digit span backward tests from the Wechsler Intelligence Scale subtest. A quasi-experimental, or quasi-experimental, type of research was used in this research design. The results showed that the average for the experimental group pretest was 11.2; while the posttest for the experimental group was 14.7. The control group's pretest mean was 10.9; while the control group's posttest average was 10. This average value shows that there is a difference in the average value between the experimental group and the control group in the conditions before and after treatment. This proves that there is an influence in listening to murattal on increasing the subject's concentration ability.

Keywords: Murratal, Al-Qur'an, Concentration

PENDAHULUAN

Murattal adalah pembacaan Al-Qur'an yang sesuai dengan tajwidnya ditambah dengan tartil (perlahan dan tidak tergesa-gesa sehingga makhrijul huruf tersampaikan dengan jelas dan benar). Murattal adalah pembacaan ayat-ayat Al-Quran dengan menggunakan tajwid yang benar dan berirama. Murattal yang digunakan sebagai eksperimen adalah ayat-ayat Al-Quran yang dipilih oleh subjek dan akan didengarkan pada saat ujian. Konsentrasi adalah pemusatan perhatian atau pikiran pada suatu hal.

Kata konsentrasi berasal dari bahasa Inggris yaitu *concentrate* yang berarti memusatkan dan *concentration* yang berarti pemusatan. Sehingga konsentrasi adalah usaha untuk memusatkan perhatian terhadap objek yang dibutuhkan dengan mengabaikan stimulus lain yang tidak diperlukan (Ridwan et al., 2022). Konsentrasi merupakan kemampuan individu dalam memusatkan perhatian pada suatu objek untuk mengingat sesuatu dengan baik (Julianto, Dzulkaidah, & Salsabila, 2014). Konsentrasi adalah keadaan pikiran atau asosiasi terkondisi yang dipicu oleh sensasi dalam tubuh. Seseorang membutuhkan keadaan relaksasi dan suasana yang menyenangkan untuk memicu perasaan tersebut. Apabila kondisi tegang atau stres dapat membuat aktivitas berpikirnya menjadi tidak maksimal (Dennison dalam Julianto, Dzulkaidah, & Salsabila, 2014).

Menurut Oken (dalam Julianto, Dzulkaidah, & Salsabila, 2014) musik dapat memiliki efek terapeutik pada pikiran dan tubuh manusia. Efek suara dapat mempengaruhi keseluruhan fisiologi tubuh berdasarkan aktivasi korteks sensorik dengan aktivitas sekunder lebih dalam di neokorteks dan ditransmisikan melalui sistem limbik, hipotalamus, dan sistem saraf otonom. Saraf kranial kedelapan dan kesepuluh mengirimkan impuls suara melalui telinga. Salah satu terapi musik yaitu perangsangan auditori. Perangsangan auditori yakni memberikan perangsangan pada pendengaran dengan menggunakan suara. Suara bergerak di udara dengan kecepatan 340 m/detik, terdiri dari getaran-getaran dari sembernya sampai mencapai ke telinga, kemudian melalui telinga ini ia menyebar ke seluruh tubuh. Selain terapi musik terdapat terapi religi. Salah satu terapi religi disebut dengan perangsangan auditori murattal. Perangsangan auditori murattal yaitu perangsangan pendengaran dengan bacaan ayat-ayat suci Al-Quran yang dikemas dalam bentuk MP3. Ayat-ayat suci Al-Quran mempunyai efek terapeutik bagi yang membaca dan yang mendengarkan (Oken dalam Julianto, Dzulkaidah, & Salsabila, 2014). Terapi musik dan terapi murattal bekerja pada otak, ketika distimulasi oleh rangsangan eksternal (terapi musik dan Al-Quran), otak menghasilkan bahan kimia yang disebut neuropeptida. Molekul-molekul tersebut akan menempel pada reseptornya di dalam tubuh dan akan memberikan umpan balik berupa kenikmatan atau kenyamanan (dalam Julianto, Dzulkaidah, & Salsabila, 2014)

Belajar merupakan suatu proses yang membutuhkan konsentrasi yang baik untuk memahami materi yang sedang dipelajari (Andriani & Rasto, dalam Ridwan et al., 2022). Konsentrasi belajar menurut G. G. Neill Wright (dalam Khuzaimatul, 2014) keterserapan dalam mata pelajaran yang sedang dipelajari sampai titik kebutaan dan ketulian terhadap semua hal lainnya. Artinya adalah kemampuan siswa untuk bisa mencurahkan perhatian dalam waktu yang relatif lama. Siswa dapat dikatakan berkonsentrasi pada pelajaran jika dia bisa memusatkan perhatian pada apa yang dipelajari. Dengan berkonsentrasi, siswa tidak mudah mengalihkan perhatian pada masalah lain di luar yang dipelajarinya. Neill menambahkan bahwa pemusatan pikiran atau konsentrasi adalah suatu kebiasaan dan oleh karenanya dapat dilatih oleh setiap orang yang bersungguh-sungguh ingin mencapainya.

Murattal Al-Qur'an yaitu pembacaan ayat-ayat Al-Qur'an dengan menggunakan tajwid oleh seorang qori' yang baik, benar dan berirama. Terapi murattal audio Al-Qur'an adalah kegiatan membaca Asmaul Husna dan mendengarkan rekaman ayat-ayat Al-Qur'an yang dilantunkan oleh qori' atau pembaca Al-Qur'an sesuai dengan bacaan yang baik dan benar. Lantunan Al-Qur'an yang merdu dapat memberikan rasa nyaman dan tenteram (Yakub Nugraha, 2020). Menurut Faridah (dalam Aziza, Wiyono, & Fitriani, 2019) ketika seseorang mendengarkan murratal Al-Quran, ia merasakan tubuh dan pikirannya rileks sehingga dapat menstabilkan emosinya. Kestabilan emosi dapat membantu seseorang mengendalikan kesadaran dirinya sehingga dapat menyesuaikan konsentrasinya dalam menyelesaikan tugas yang dihadapinya. Salah satu bentuk intervensi yang dapat digunakan adalah mendengarkan murratal Al-Quran.

Mendengarkan Al-Quran baik dalam bentuk murattal maupun bacaan merupakan salah satu metode non farmakologi yang dapat meningkatkan pembelajaran terfokus karena pengobatan ini memberikan sensasi yang dapat mempengaruhi reaksi fisiologis dan psikologis seseorang dalam bentuk tersebut. mengurangi stres, kecemasan dan kadar kortisol (hormon yang diproduksi saat stres), mengaktifkan endorfin (hormon yang dihasilkan saat bahagia), meningkatkan sistem kimia tubuh dan mengatur gelombang otak di area tertentu, hal ini akan membantu meningkatkan konsentrasi (Aizid dalam Kautsar et al., 2020)

Hasil penelitian sebelumnya oleh Very Julianto et al. (2014) membuktikan bahwa terdapat hubungan positif antara mendengarkan murattal dengan kemampuan konsentrasi. Berdasarkan hasil penelitiannya, terdapat perbedaan yang cukup signifikan terhadap peningkatan kemampuan konsentrasi antara yang mendengarkan dan tidak mendengarkan murattal. Walaupun masih terdapat faktor lain yang perlu diteliti karena ikut berpengaruh pada kemampuan konsentrasi seseorang..

METODE

Variabel Penelitian

Variabel bebas penelitian ini adalah Murattal Al Quran. Sedangkan Variabel terikatnya adalah kemampuan konsentrasi.

Subjek Penelitian

Peneliti mengambil 20 subjek penelitian dengan kriteria sebagai berikut:

1. Jenis kelamin Laki-laki dan Perempuan
2. Usia 18-21 tahun

Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan alat ukur, yaitu tes *digit span forward* dan *digit span backward* dari subtes *Wechsler Intelligence Scale*. *Digit span forward* berjumlah 9 soal dan *digit span backward* berjumlah 8 soal. Penelitian sebelumnya menunjukkan tes *digit span forward* dan *backward* valid dan reliabel (Nanik dalam Julianto, Dzulqaidah, & Salsabila, 2014).

Desain Penelitian

Jenis penelitian eksperimental-kuasi, atau *quasi-experimental*, digunakan dalam desain penelitian ini. Tujuan dari desain *pretest-posttest control group* adalah untuk mengevaluasi efek perlakuan terhadap variabel dependen. Menurut Shaughnessy (dalam Julianto, Dzulqaidah, & Salsabila, 2014), pengujian dilakukan dengan membandingkan hasil variabel dependen *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen. Sebelum penelitian dimulai, *pretest* memberikan informasi tentang kemampuan awal subjek. Menurut Robinson (dalam Julianto, Dzulqaidah, & Salsabila, 2014), konstansi terjadi karena skor variabel terikat adalah skor hasil *pretest* dikurangkan dari skor hasil *posttest*. Oleh karena itu, skor menunjukkan apakah variabel terikat telah meningkat atau menurun sebagai hasil dari penelitian. Mendengarkan murattal dapat meningkatkan konsentrasi belajar, jika skor *posttest* lebih tinggi dari *pretest*.

Prosedur Penelitian

20 subjek penelitian terdiri dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Sebelum penelitian, setiap kelompok diberikan *pretest* berupa *digit span forward* dan *digit span backward*. *Pretest* diberikan setiap masing-masing kelompok secara terpisah, tes *digit span forward* diberikan hingga sembilan kali percobaan. Angka disebutkan dengan jarak 1 detik, dan subjek penelitian diminta untuk mengucapkan kembali deretan angka yang telah dibacakan sebelumnya. Setelah itu, mereka diminta untuk menjalankan tes *span backward* sebanyak maksimal delapan kali. Angka-angka disebutkan dengan jarak 1 detik, dan subjek diminta untuk mengucapkan kembali secara terbalik dari urutan angka tertinggi ke angka terendah dalam deretan angka yang telah dibacakan sebelumnya.

Kelompok eksperimen diberikan perlakuan dengan mendengarkan murattal Al-Quran selama lima menit. Setelah itu, subjek kelompok eksperimen diberikan *posttest* berupa

mengerjakan kembali tes *digit span forward* dan *digit span backward* seperti yang dilakukan saat *pretest*. Pada kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan. Subjek penelitian diberikan *posttest* dengan mengerjakan kembali tes *digit span forward* dan *digit span backward* seperti yang dilakukan saat *pretest*.

Analisis

Data dikumpulkan dan dianalisis secara kuantitatif menggunakan *uji statistika T test*. *T test* digunakan untuk menguji signifikansi perbedaan pada data bersekala ukur interval, yaitu perbedaan antara mean dan populasi dengan nilai yang diperoleh sampel (Siegel & Sudjana dalam Julianto, Dzulqaidah, & Salsabila, 2014).

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Tabel 1 Hasil Penelitian Kelompok Eksperimen

NO	Pretest	Posttest
1.	9	10
2.	7	15
3.	12	14
4.	12	16
5.	11	16
6.	14	15
7.	16	17
8.	10	16
9.	11	14
10.	10	14

Tabel 2. Hasil Penelitian Kelompok Kontrol

NO	Pretest	Posttest
1.	8	6
2.	7	10
3.	8	8
4.	10	14
5.	17	16
6.	7	8
7.	14	6
8.	8	8
9.	15	16
10.	15	8

Skor pada tabel hasil penelitian kelompok eksperimen dan kelompok kontrol di atas didapatkan dari hasil penjumlahan antara skor *digit span forward* dan *digit span backward* dari subtes *Wechsler Intelegensi Scale*. Skor tersebut ialah jumlah angka terakhir yang mampu dilafalkan dengan benar oleh subjek penelitian.

Analisis Deskriptif

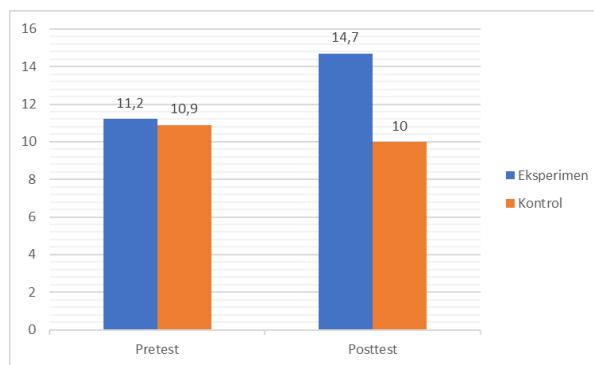
Tabel 3. Nilai *Pretest* dan *Posttest* antara Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Nilai	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
	KE	KK	KE	KK
Rata-rata	11,2	10,9	14,7	10
Varians	6,4	15,2	3,7	15,1
Simpangan baku	2,5	3,9	1,9	3,8
Jumlah Mahasiswa	10	10	10	10
Nilai Tertinggi	16	17	17	16
Nilai Terendah	7	8	10	6

Keterangan:

KE = Kelompok Eksperimen

KK = Kelompok Kontrol



Gambar 1. Grafik Hasil

Dari tabel tersebut diketahui bahwa rata-rata untuk *pretest* kelompok eksperimen adalah 11,2 sedangkan *posttest* kelompok eksperimen adalah 14,7 artinya rata-rata *pretest* kelompok eksperimen lebih kecil dari rata-rata *posttest* kelompok eksperimen, hal ini membuktikan bahwa setelah diberikan perlakuan mendengarkan murattal, konsentrasi subjek menjadi meningkat. Simpangan baku *pretest* kelompok eksperimen adalah 2,5 sedangkan simpangan baku *posttest* kelompok eksperimen adalah 1,9. Variansi untuk *pretest* kelompok eksperimen adalah 6,4; sedangkan variansi untuk *posttest* kelompok eksperimen adalah 3,7.

Rata-rata *pretest* kelompok kontrol adalah 10,9 sedangkan rata-rata *posttest* kelompok kontrol adalah 10, artinya tingkat konsentrasi menurun setelah dilakukan pengujian kembali. Simpangan baku *pretest* kelompok kontrol adalah 3,9 sedangkan simpangan baku *posttest* kelompok kontrol adalah 3,8. Variansi *pretest* kelompok kontrol adalah 15,2 sedangkan variansi *posttest* kelompok kontrol adalah 15,1.

Keterangan:

- Rata-rata yakni hasil dari penjumlahan nilai-nilai anggota sebuah kelompok ($\sum X_n$) dibagi jumlah anggota kelompok tersebut.
- Varians yakni ukuran-ukuran keragaman data statistic yang paling sering digunakan.
- Simpangan Baku yakni akar kuadrat dari varians.

Uji normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal atau tidak.

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas

Kelompok	Shapiro Wilk
Tingkat Konsentrasi Eksperimen <i>Pretest</i>	.909
Tingkat Konsentrasi Eksperimen <i>Posttest</i>	.043
Tingkat Konsentrasi Kontrol <i>Pretest</i>	.038
Tingkat Konsentrasi Kontrol <i>Posttest</i>	.025

Uji normalitas dengan menggunakan uji *Shapiro-Wilk Test* menunjukkan hanya satu data yang menunjukkan terdistribusi normal yaitu Tingkat Konsentrasi Eksperimen *Pretest* yakni 0,909 dan ketiga data lainnya tidak terdistribusi normal. Sehingga uji perbandingan tingkat konsentrasi *pretest* dan *posttest* untuk kelompok intervensi dan kelompok kontrol yang digunakan adalah alternatif dari Uji *T-Test* yaitu Uji *Wilcoxon Signed Ranks Test*.

Table 5. Hasil Uji Wilcoxon Signed Ranks Test

Kelompok penelitian	Jumlah (N)	signifikasi
<i>Pretest-posttest</i> kelompok eksperimen	10	0.005
<i>Pretest-posttest</i> kelompok control	10	0.637

Berdasarkan hasil uji statistik dengan *Wilcoxon* pada kelompok eksperimen *pretest* dan *posttest* didapatkan $\rho = 0.005$ atau $\rho < 0.05$ berarti terdapat perbedaan signifikan tingkat konsentrasi sebelum dan sesudah diberikan terapi murottal Al-Qur'an. Sedangkan pada kelompok kontrol $\rho = 0.673$ atau $\rho > 0.05$ berarti tidak terdapat perbedaan signifikan antara hasil pre-test dan post-test karena tidak diberikannya terapi murottal Al-Qur'an pada responden.

Pengujian Hipotesis

Table 6. Hasil Uji Hipotesis

Kelompok	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Hasil kelompok eksperimen <i>pretest</i>	10	11.20	2.530	.800
kelompok eksperimen <i>posttest</i>	10	14.70	1.947	.616

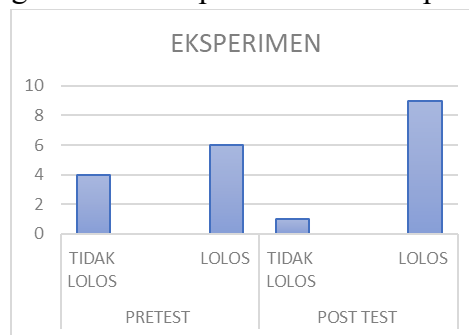
Hasil menunjukkan bahwa dari 10 subjek yang diamati terlihat bahwa rata-rata (mean) sebelum mendengar murottal Al-Qur'an terhadap konsentrasi belajar pada mahasiswa adalah 11.20 dengan standar deviasi 2.530 dan setelah mendengar murottal alquran terhadap konsentrasi belajar mahasiswa adalah 14.70 dengan nilai standar deviasi 1.945.

DISKUSI

Setelah dilakukannya pengujian dengan menggunakan instrument penelitian *digit span*, kelompok eksperimen menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikannya *treatment*. Sedangkan, pada kelompok kontrol tidak terdapat perbedaan antara sebelum dan sesudah.

Eksperimen

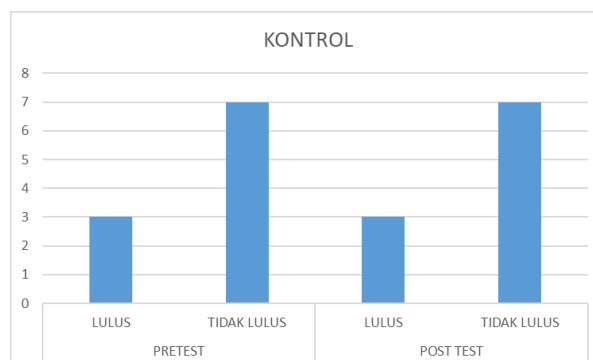
Pengujian yang dilakukan sebelum diberikannya *treatment* hanya 6 orang yang memenuhi kriteria lolos dari subjek penelitian 10 orang, sedangkan pengujian yang dilakukan setelah diberikan *treatment* subjek penelitian yang lolos ada 9 orang dari 10 subjek. Dilihat dari grafik tersebut jumlah subjek penelitian lolos bertambah, artinya mendengarkan Murratal Al-Qur'an mempengaruhi peningkatan kemampuan konsentrasi pada mahasiswa.



Gambar 2. Grafik Hasil Kelompok Eksperimen

Kontrol

Pengujian yang dilakukan tidak menggunakan *treatment*, pada *pretest* subjek penelitian yang lolos hanya 4 orang yang memenuhi kriteria lolos dari subjek penelitian 10 orang, sedangkan pada *Posttest* yang lolos hanya 4 orang yang memenuhi kriteria dari subjek penelitian 10 orang. Dilihat dari grafik tersebut jumlah subjek penelitian yang lolos tetap, artinya penelitian yang dilakukan sebelum dan sesudah tanpa menggunakan *treatment* tidak ada perbedaannya.



Gambar 3. Grafik Hasil Kelompok Kontrol

Hal ini menunjukkan bahwa mendengarkan murattal mempengaruhi kemampuan konsentrasi. Ada pula faktor lain yang mempengaruhi konsentrasi, yaitu kecemasan. Kecemasan merupakan suatu perasaan subjektif akan ketegangan yang menimbulkan

kegelisahan atas ketidakmampuan menyelesaikan suatu masalah atau kurangnya rasa aman. Perasaan ketidakpastian ini nantinya akan menimbulkan perubahan fisiologis dan psikologis (Rochman dalam Julianto, Dzulqaidah, & Salsabila, 2014). Perubahan fisiologis tersebut antara lain: jari terasa dingin, detak jantung meningkat, keringat dingin, sakit kepala, pusing, kehilangan nafsu makan, tidur gelisah, dan dada terasa sesak. Pada masa ini perubahan psikologis yang terjadi adalah: takut akan bahaya, ketidakmampuan berkonsentrasi, kurang damai, keinginan melarikan diri dari kenyataan (Rumini dalam Julianto, Dzulqaidah, & Salsabila, 2014).

Menurut Nevid (dalam Julianto, Dzulqaidah, & Salsabila, 2014), gejala kecemasan ada 3 jenis diantaranya:

- a. Gejala fisik dari kecemasan antara lain gelisah, gemetar pada bagian tubuh, berkeringat banyak, sulit bernapas, detak jantung cepat, merasa lemah, panas dan dingin, mudah tersinggung.
- b. Gejala perilaku kecemasan adalah perilaku menghindar, tersentak-sentak, dan bergantung.
- c. Gejala kognitif kecemasan adalah khawatir terhadap sesuatu, merasa tidak nyaman karena takut terjadi sesuatu di kemudian hari, yakin bahwa sesuatu yang menakutkan akan segera terjadi, takut tidak mampu menyelesaikan masalah, berpikir kacau atau bingung, sulit berkonsentrasi.

Menurut Oken (dalam Julianto, Dzulqaidah, & Salsabila, 2014), musik dapat memberikan efek terapeutik pada pikiran dan tubuh manusia. Efek suara dapat mempengaruhi seluruh fisiologi tubuh berdasarkan aktivasi korteks sensorik dengan aktivitas sekunder lebih dalam di neokorteks dan ditransmisikan melalui sistem limbik, hipotalamus, dan hipotalamus saraf otonom. Salah satu terapi musik adalah stimulasi pendengaran. Rangsangan pendengaran melibatkan rangsangan pendengaran melalui suara. Bunyi merambat di udara dengan kecepatan 340 m/s, terdiri dari getaran dari sumber hingga mencapai telinga, kemudian melalui telinga tersebut merambat ke seluruh tubuh. Sel yang terkena getaran suar akan bereaksi dengan mengubah getarannya sendiri, artinya kerja mekanis sel tersebut dapat meningkat dan menjadi lebih kuat. Sel otak bergetar dan memancarkan gelombang magnet dan elektromagnetik yang mewakili aktivitas otak. Sel-sel otak dipengaruhi oleh semua orang. getaran dalam bentuk apa pun dan tanpa memandang asal usulnya. Terapi musik dan terapi murattal bekerja pada otak, dimana ketika didorong oleh rangsangan dari luar (terapi musik dan Al-Qur'an), maka otak akan memproduksi zat kimia yang disebut neuropeptide. Molekul ini akan menyangkutkan ke dalam reseptor-reseptor mereka yang ada di dalam tubuh dan akan memberikan umpan balik berupa kenikmatan atau kenyamanan (O'riordan, dalam Julianto, Dzulqaidah, & Salsabila, 2014). Dari beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa kecemasan dapat diminimalisir dengan mendengarkan murattal. Dengan menurunnya tingkat kecemasan, maka faktor penghambat konsentrasi akan berkurang sehingga tingkat konsentrasi akan meningkat.

KESIMPULAN

Penelitian ini membuktikan bahwa terdapat pengaruh dalam mendengarkan murattal terhadap peningkatan kemampuan konsentrasi subjek. Hal ini dapat dilihat dari rata-rata untuk *pretest* kelompok eksperimen adalah 11,2. Sedangkan *posttest*, kelompok eksperimen adalah 14,7. Rata-rata *pretest* kelompok kontrol adalah 10,9 . Sedangkan rata-rata *posttest*, kelompok kontrol adalah 10. Nilai rata-rata tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pada nilai rata-rata antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada kondisi sebelum dan sesudah diberi perlakuan. Penelitian kami telah membuktikan bahwa terdapat suatu pengaruh positif

antara mendengarkan murattal dengan kemampuan konsentrasi. Berdasarkan hasil penelitian kami, terdapat perbedaan yang cukup signifikan terhadap peningkatan kemampuan konsentrasi antara yang mendengarkan dan tidak mendengarkan murattal.

REFERENSI

- Aziza, I. N., Wiyono, N., & Fitriani, A. (2019). Pengaruh Mendengarkan Murottal Al-Qur'an Terhadap Memori Kerja. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 5(1), 24-32.
- Julianto, V., Dzulqaidah, R. P., & Salsabila, S. N. (2014). Pengaruh mendengarkan murattal Al Quran terhadap peningkatan kemampuan konsentrasi. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(2), 120-129.
- Kautsar, E., Damayanti, E., Ismail, I., Ahmad, L., & Jamilah, J. (2020). Perbandingan Kemampuan Konsentrasi Belajar Setelah Mendengar Al-Qur'an: Antara Murattal dan Tilawah. *AL QUDS: Jurnal Studi Alquran dan Hadis*, 4(1), 39-56.
- Latifah, K. Z. (2014). Hubungan Persepsi Terhadap Keterampilan Guru Mengajar dengan Konsentrasi Belajar Siswa di Darul Karomah Randuagung Singosari Malang. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(2), 120-129.
- Nugraha, Y. (2020). Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Peningkatan Konsentrasi Belajar Pada Mahasiswa Prodi S1 Keperawatan Tingkat Ii Stikes Ypib Majalengka Tahun 2019. *Journal Of Nursing Practice And Education*, 1(1), 1-10.
- Ridwan, R. R., Rachman, M. E., Muchsin, A. H., Arifuddin, A. T. S., & Gayatri, S. W. (2022). Pengaruh Mendengarkan Murottal Al-Qur'an Terhadap Peningkatan Kemampuan Konsentrasi pada Santriwati Madrasah Aliyah (MA) Pondok Pesantren Darud Da'wah Wal Irsyad (DDI) Mangkoso. *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, 2(11), 811-818.