

**HIPNOTERAPI AL-QUR'AN DALAM
MENGATASI GANGGUAN PSIKOLOGIS
GENERASI MUDA DI PUSAT REHABILITASI
YAYASAN AL-FATHA BANDA ACEH**

SKRIPSI

Diajukan Oleh:

M. FAQIH MUWAFFAQ

Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Filsafat

Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

NIM : 220303018



**FAKULTAS USHULUDDIN DAN FILSAFAT
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY
DARUSSALAM BANDA ACEH**

2026 M / 1448 H

PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya:

Nama : M. Faqih Muwaffaq
NIM : 220303018
Jenjang : Strata Satu (S1)
Program Studi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Menyatakan bahwa Naskah Skripsi ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/ karya saya sendiri, kecuali bagian-bagian yang dirujuk pada sumbernya.

Banda Aceh, 10 Agustus 2026

Yang Menyatakan



M. Faqih Muwaffaq

NIM. 220303018

**HIPNOTERAPI AL-QUR'AN DALAM
MENGATASI GANGGUAN PSIKOLOGIS
GENERASI MUDA DI PUSAT REHABILITASI
YAYASAN AL-FATHA BANDA ACEH**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ushuluddin dan Filsafat
UIN Ar-Raniry Sebagai Salah Satu Beban Studi
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana (S1)
Dalam Ilmu Ushuluddin dan Filsafat
Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Diajukan Oleh:

M. Faqih Muwaffaq

NIM: 220303018

Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Filsafat
Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Disetujui Oleh:

Pembimbing I

Pembimbing II



Dr. Muslim Djuned, M.Ag.
NIP. 197110012001121001



Nurullah, S.Th., M.A.
NIP. 198104182006042004

SKRIPSI

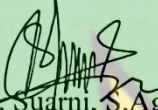
Telah Diuji oleh Tim Penguji Munaqasyah Skripsi
Fakultas Ushuluddin dan Filsafat UIN Ar-Raniry dan
Dinyatakan Lulus Serta Diterima sebagai Satu Beban
Studi Program Strata Satu dalam Ilmu Ushuluddin dan Filsafat
Program Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Pada Hari / Tanggal : Rabu, 26 Agustus 2026

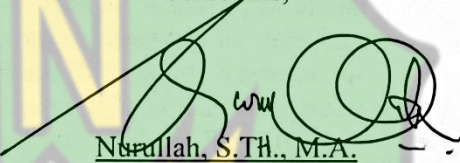
di Darussalam - Banda Aceh

Panitia Ujian Munaqasyah

Ketua,


Dr. Suarni, S.Ag., M.A.
NIP. 197303232007012020

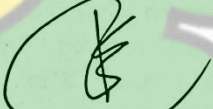
Sekretaris,


Nurullah, S.Th., M.A.
NIP. 198104182006042004

Anggota I,


Prof. Dr. Maizuddin, M.Ag.
NIP. 197205011999031003

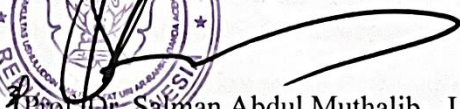
Anggota II,


Emi Suhemi, S.Ag., M.Ag.
NIP. 197005131997032002

Mengetahui

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Filsafat
UIN Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh




Prof. Dr. Salman Abdul Muthalib, Lc., M.Ag.
NIP. 197804222003121001

ABSTRAK

Nama/ NIM : M. Faqih Muwaffaq / 220303018
Judul Skripsi : Hipnoterapi Al-Qur'an dalam Mengatasi Gangguan Psikologis Generasi Muda di Pusat Rehabilitasi Yayasan Al-Fatha Banda Aceh
Tebal Skripsi : 74 Halaman
Prodi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir
Pembimbing I : Dr. Muslim Djuned, M.Ag.
Pembimbing II : Nurullah, S.TH., M.A.

Penyalahgunaan NAPZA pada generasi muda dapat menimbulkan gangguan psikologis seperti resistensi mental, depresi, dan halusinasi. Kondisi tersebut memerlukan pendekatan pemulihan yang memadukan aspek medis dan spiritual. Penelitian ini mengkaji penerapan hipnoterapi Al-Qur'an di Pusat Rehabilitasi Yayasan Al-Fatha Banda Aceh, yang dipilih karena menerapkan rehabilitasi medis dengan pendekatan spiritual Islam secara kolektif. Penelitian ini bertujuan menjelaskan pelaksanaan, peran, dan tantangan hipnoterapi Al-Qur'an dalam proses pemulihan klien. Penelitian menggunakan *field research* dengan pendekatan kualitatif deskriptif. Informan dipilih berdasarkan keterlibatan langsung dalam proses rehabilitasi dan terdiri atas 8 orang, yaitu 5 klien generasi muda dengan riwayat kecanduan NAPZA dan masa pemulihan 2–7 bulan, 1 petugas *Mayor On Duty* (MOD), 1 Manajer Program, dan 1 Ketua Yayasan. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi, kemudian dianalisis melalui kondensasi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hipnoterapi Al-Qur'an dilakukan melalui karantina 14 hari, stimulasi murattal selama 30 menit sebelum salat, dan tilawah secara serentak setelah salat fardu. Metode ini membantu mengubah *coping* negatif menuju *beneficent religious reappraisal*. Tantangan berupa resistensi mental dan fase sakau diatasi melalui kedisiplinan dan pendekatan persuasif. Hipnoterapi Al-Qur'an berperan dalam mendukung pemulihan psikologis, spiritual, dan kesiapan sosial klien.

Kata Kunci: *Hipnoterapi, Gangguan Psikologis, Generasi Muda.*

PEDOMAN TRANSLITERASI DAN SINGKATAN

Model ini sering digunakan dalam penulisan transliterasi dalam jurnal ilmiah dan juga transliterasi penulisan disertasi. Adapun bentuknya adalah sebagai berikut:

Arab	Transliterasi	Arab	Transliterasi
ا	Tidak disimbolkan	ط	Ṭ (titik di bawah)
ب	B	ظ	Ẓ (titik di bawah)
ت	T	ع	ʿ
ث	Th	غ	Gh
ج	J	ف	F
ح	Ḥ (titik di bawah)	ق	Q
خ	Kh	ك	K
د	D	ل	L
ذ	Dh	م	M
ر	R	ن	N
ز	Z	و	W
س	S	ه	H
ش	Sy	ء	ʾ
ص	Ṣ (titik di bawah)	ي	Y
ض	Ḍ (titik di bawah)		

Catatan:

1. Vokal Tunggal

----◌----- (fathah)	= a, misalnya, حدث ditulis <i>ḥadatha</i>
----◌----- (kasrah)	= i, misalnya, قيل ditulis <i>qila</i>
----◌----- (dammah)	= u, misalnya, روي ditulis <i>ruwiya</i>

2. Vokal Rangkap

(ي) (fathah dan ya)	= ay, misalnya, هريره ditulis <i>Hurayrah</i>
(و) (fathah dan waw)	= aw, misalnya, توحيد ditulis <i>tawḥid</i>

3. Vokal Panjang (maddah)

(ا) (fathah dan alif)	= ā, (a dengan garis di atas)
(ي) (kasrah dan ya)	= ī, (i dengan garis di atas)
(و) (dammah dan waw)	= ū, (u dengan garis di atas)

Misalnya: (معقول ، توفيق ، برهان), ditulis *burhan, tawfiq, ma'qul*.

4. Ta' Marbutah (ة)

Ta' Marbutah hidup atau mendapatkan harakat fathah, kasrah, dan dammah, transliterasinya adalah (t), misalnya = الفلسفة الول *al-falsafat al-ūlā*. Sementara *ta' marbūtah* mati atau mendapatkan harakat sukun, transliterasinya adalah (h), misalnya: (تحافت الفلسفة مناحج الأدلة، دليل الإنابة) ditulis *Tahāfut al-Falāsifah, Dalīl al-‘ināyah, Manāhij al-Adillah*.

5. Syaddah (tasydid)

Syaddah yang dalam tulisan Arab dilambangkan dengan lambang (◌'), dalam transliterasi ini dilambangkan dengan huruf, yakni yang sama dengan huruf yang mendapat syaddah, misalnya (إسلامية) ditulis *islamiyyah*.

6. Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf ال transliterasinya adalah *al*, misalnya: النفس ditulis *al-nafs*, dan الكشف ditulis *al-kasyf*.

7. *Hamzah (ء)*

Untuk hamzah yang terletak di tengah dan di akhir kata ditransliterasikan dengan (’), misalnya: ملائكة ditulis dengan *malā’ikah*, جزئ ditulis dengan *juzī*. Adapun hamzah yang terletak di awal kata, tidak dilambangkan karena dalam bahasa Arab, ia menjadi alif, misalnya: اختراع ditulis *ikhtirā’*.

Modifikasi

1. Nama orang berkebangsaan Indonesia ditulis seperti biasa tanpa transliterasi, seperti Hasbie Ash Shiddieqy. Sedangkan nama-nama orang lain ditulis sesuai kaidah penerjemahan. Contoh: Mahmud Syaltut.
2. Nama negara dan kota ditulis menurut ejaan bahasa Indonesia, seperti Damaskus, bukan Dimasyq; Kairo, bukan Qahiran dan sebagainya.

Singkatan

Swt	: Subhānahu wa ta’āla
Saw	: Sallallāhu ‘alaihi wa sallam
QS	: Quran Surat
Ra	: Radiyallahu ‘anhu
As	: ‘alaihiis salam
HR	: Hadis Riwayat
Terj	: Terjemahan
t. th.	: Tanpa tahun terbit
dkk	: Dan kawan-kawan

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Dengan menyebut nama Allah Yang Maha Pengasih Lagi Maha Penyayang, puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah Swt. Atas limpahan kasih sayang, petunjuk, serta taufik-Nya, penulis diberi kesempatan untuk menuntut ilmu hingga sampai pada tahap akhir pendidikan sarjana. Berkat izin dan ridha-Nya pula, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hipnoterapi Al-Qur’an Dalam Mengatasi Gangguan Psikologis Generasi Muda Di Pusat Rehabilitasi Yayasan Al-Fatha Banda Aceh”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu bentuk syarat untuk dapat memperoleh gelar Sarjana Agama dalam bidang Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir di Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Hal itu didasari karena keterbatasan kemampuan dan pengetahuan yang dimiliki penulis. Besar harapan semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca dan penulis khususnya. Oleh karena itu, berkat bantuan, bimbingan, motivasi, serta dukungan dari berbagai pihak. yang telah berkontribusi dalam kelancaran penelitian ini. Penulis dengan tulus mengucapkan ribuan terima kasih kepada semua pihak di bawah ini:

1. Kepada Dekan Fakultas Ushuluddin dan Filsafat, Prof. Dr. Salman Abdul Muthalib, Lc., M.Ag. atas dukungan dan arahannya selama penulis menempuh pendidikan.
2. Kepada Ketua Program Studi Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir, Ibu Zulihafnani, S.TH., M.A. serta Bapak Muhajirul Fadhli, Lc., M.A. selaku Sekretaris Program Studi Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir atas segala arahan dan motivasi yang diberikan selama proses perkuliahan hingga penyelesaian skripsi ini.
3. Kepada Bapak Pembimbing I, Dr. Muslim Djuned, M.Ag. dan Ibu Pembimbing II, Nurullah, S.TH., M.A. yang telah membantu penulis sampai dapat mencapai titik ini, yang dengan penuh kesabaran, ketelitian, dan keikhlasan senantiasa memberikan

bimbingan, arahan, serta dorongan semangat kepada penulis dari awal hingga akhir penyusunan skripsi ini.

4. Kepada semua dosen, staf ahli program studi IAT, staf administrasi, dan staf perpustakaan Fakultas Ushuluddin dan Filsafat UIN Ar-Raniry Banda Aceh, yang sudah dengan baik hati membantu penulis dalam mempermudah segala urusan yang berkaitan dengan kelancaran penyusunan skripsi ini.
5. Teruntuk Ummi dan Abi tercinta, dua pilar kekuatan terhebat dalam hidup penulis. Skripsi ini tidak akan pernah cukup untuk membalas setiap peluh, kesabaran, dan doa-doa tak bersuara yang selalu Ummi dan Abi langitkan bersama. Terima kasih karena senantiasa menjadi orang tua yang luar biasa tangguh dan penuh pengertian. Gelar dan karya ini sepenuhnya penulis persembahkan untuk Ummi dan Abi.
6. Kepada teman-teman seperjuangan di Fakultas Ushuluddin dan Filsafat Jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, terima kasih sudah menemani perjalanan akademik penulis selama ini. Semua canda, tawa, suka, dan duka telah kita lewati bersama hingga sejauh ini. Setiap momen, selalu meninggalkan kenangan yang tak terlupakan di hati penulis. Penulis juga berharap agar tali ukhwah yang telah terjalin ini tetap erat dan hangat, bahkan setelah kita menempuh jalan masing-masing setelah lulus nanti. Semoga kita semua menjadi pribadi yang sukses di masa depan. Penulis juga berharap agar tali ukhwah yang telah terjalin ini tetap erat dan hangat, bahkan setelah kita menempuh jalan masing-masing setelah lulus nanti.

Banda Aceh, 10 Agustus 2026

Yang Menyatakan

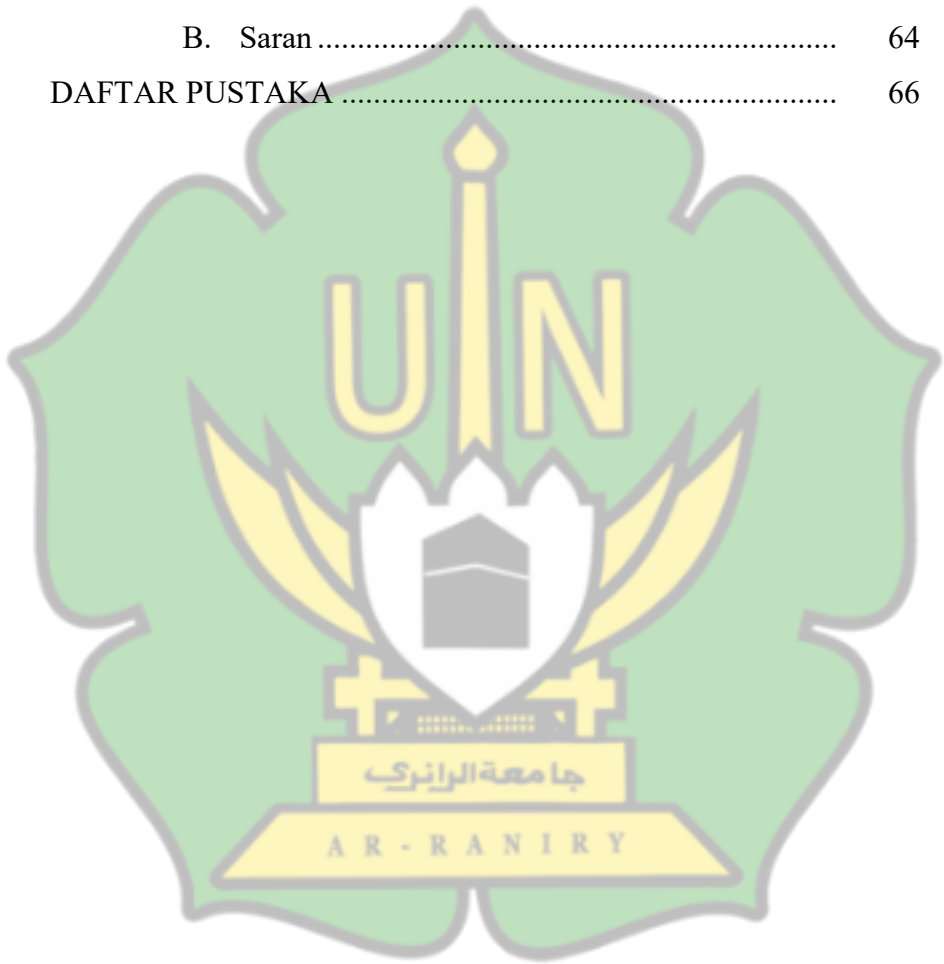
M. Faqih Muwaffaq

NIM. 220303018

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN	i
ABSTRAK	iii
PEDOMAN TRANSLITERASI DAN SINGKATAN	v
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI	x
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Fokus Penelitian	7
C. Rumusan Masalah.....	8
D. Tujuan Penelitian	8
E. Manfaat Penelitian	8
F. Sistematika Pembahasan.....	9
BAB II KAJIAN KEPUSTAKAAN	11
A. Kajian Pustaka	11
B. Kerangka Teori.....	15
C. Definisi Operasional	27
BAB III METODE PENELITIAN.....	31
A. Lokasi Penelitian	31
B. Jenis Penelitian	32
C. Informan Penelitian	32
D. Teknik Pengumpulan Data	33
E. Teknik Analisis Data	36
BAB IV HASIL PENELITIAN	38
A. Profil Yayasan Pusat Rehabilitasi Narkoba Al-Fatha Banda Aceh.....	38
B. Pelaksanaan Hipnoterapi Al-Qur'an di Yayasan Al-Fatha Banda Aceh.....	44

C. Peran Hipnoterapi Al-Qur'an dalam Mengatasi Gangguan Psikologis Generasi Muda.....	49
D. Tantangan Penerapan Hipnoterapi Al-Qur'an...	58
BAB V PENUTUP	63
A. Kesimpulan.....	63
B. Saran	64
DAFTAR PUSTAKA	66



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Maksud dan tujuan utama dari turunnya Al-Qur'an yakni menjadi panduan dan pedoman bagi umat manusia untuk mengatur kehidupan mereka, agar dapat mencapai kebahagiaan baik di dunia maupun di akhirat. Al-Qur'an juga dianggap sebagai *syifa'*, atau obat, bagi manusia, yang mencerminkan dua aspek penting dalam penilaiannya. Makna *syifa'* menggambarkan keseluruhan isi Al-Qur'an secara maknawi, termasuk surat-surat, ayat-ayat, dan huruf-hurufnya yang memiliki kemampuan sebagai penyembuh atau obat,¹ karena sesuai dengan Q.S. Yunus: 57.

Gangguan psikologis seperti kecemasan, depresi, dan stres semakin mengkhawatirkan di kalangan generasi muda di dunia, termasuk di Indonesia. Data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyebutkan 1 dari 5 remaja, yaitu sekitar 450 juta orang mengalami masalah kesehatan mental, dengan prevalensi tertinggi di negara berkembang.² Menurut hasil survei Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, 6,1% penduduk usia 15 tahun ke atas di Indonesia mengalami gangguan emosional. Ironisnya, hanya 9% yang mendapatkan penanganan profesional.³

Lebih jauh ke tingkat regional, Provinsi Aceh menghadapi tantangan yang sangat serius terkait tingginya angka peredaran gelap narkoba dan obat-obatan terlarang (NAPZA). Paparan zat adiktif ini menjadi salah satu pemicu utama rusaknya kesehatan mental dan timbulnya gangguan psikologis yang parah di kalangan generasi

¹ Umar Latif, 'Al-Qur'an Sebagai Sumber Rahmat Dan Obat Penawar (*Syifa'*) Bagi Manusia', *Jurnal Al-Bayan*, 21.30 (2014), pp. 77–88, 82.

² Asa Nur Haryanti and others, 'Analisis Kondisi Kesehatan Mental Di Indonesia Dan Strategi Penanganannya', *Student Research Journal*, 2.2 (2024), pp. 28–40, 31.

³ Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), "*Laporan Riskesdas 2018 Nasional*." Lembaga Penerbit Balitbangkes, 2018, 221.

muda Aceh. Sebagai provinsi yang menerapkan Syariat Islam secara kaffah, penanganan kasus adiksi dan gangguan kejiwaan di Aceh menuntut pendekatan yang komprehensif. Pendekatan rehabilitasi yang sekadar mengandalkan intervensi medis atau klinis sekuler dinilai belum cukup, ia harus diintegrasikan dengan pendekatan teologis dan kultural masyarakat setempat yang sangat religius. Dalam konteks inilah, penggunaan ayat-ayat suci Al-Qur'an sebagai *syifa'* (penawar) menemukan urgensinya untuk diaplikasikan sebagai metode penyembuhan psikologis secara sistematis.⁴

Secara sosiologis, generasi muda (usia 15-30 tahun) saat ini menghadapi tekanan hidup yang sangat kompleks. Rentang usia ini merupakan fase pembentukan identitas yang rentan terhadap tekanan sosial (*peer pressure*), sehingga kerap memicu pelarian pada penggunaan zat adiktif atau NAPZA. Efek farmakologis dari NAPZA tidak sekadar merusak sistem saraf pusat, tetapi memicu gangguan psikologis yang parah, di antaranya adalah depresi ganda, kecemasan akut (*anxiety disorder*), paranoia, hingga munculnya episode psikotik singkat yang ditandai dengan delusi auditori (halusinasi pendengaran berupa bisikan-bisikan).

Di Provinsi Aceh, para remaja yang terjerat adiksi menanggung beban moral, pengucilan, serta rasa bersalah patologis (*toxic guilt*) yang berujung pada resistensi atau penolakan (*denial*) yang tinggi terhadap realitas pemulihan. Oleh karena itu, pendekatan rehabilitasi tidak bisa hanya mengandalkan detoksifikasi medis semata. Pemulihan jiwa mereka membutuhkan pendekatan yang mampu menyentuh kembali akar kultural dan keyakinan spiritual sebagai fondasi utama meruntuhkan dinding penolakan tersebut.

Merespons urgensi tersebut, Pusat Rehabilitasi Narkoba Yayasan Al-Fatha Banda Aceh dipilih sebagai lokasi penelitian.

⁴ Nuruddin Al Indunissy, Novariza Fitrianti, and Andik Isdianto, 'Integrasi Terapi Al-Quran Dalam Pengobatan Islam: Sejarah, Efektivitas, Dan Tantangan Di Dunia Medis', *Indonesian Journal of Islamic Studies (IJIS)*, 1.2 (2025), pp. 407–22, 410, doi:10.62567/ijis.v1i2.594.

Alasan spesifik pemilihan lokasi ini adalah karena yayasan tersebut merupakan lembaga resmi yang telah terakreditasi oleh Kementerian Sosial dan diakui oleh Badan Narkotika Nasional (BNN), yang memadukan prosedur karantina medis yang ketat dengan pendekatan spiritual Islam (hipnoterapi Al-Qur'an) secara kolektif. Integrasi disiplin pemulihan ini sangat relevan untuk diteliti guna melihat sejauh mana intervensi keagamaan dapat direalisasikan dalam struktur rehabilitasi berstandar nasional.

Saat ini, penanganan masalah psikologis di Indonesia memang sudah cukup beragam. Meski begitu, masih jarang ditemukan metode pengobatan yang benar-benar menjembatani ilmu psikologi modern dengan nilai-nilai spiritual. Padahal, Al-Qur'an yang berkedudukan sebagai *syifa'* (obat penawar) dalam Islam memiliki peluang sangat besar jika disatukan dengan praktik terapi masa kini, contohnya hipnoterapi. Sejumlah literatur terdahulu pun telah membuktikan dampak baik dari perpaduan ini. Sebagai contoh, riset Rosyanti, Hadi, dan Akhmad berhasil mencatat tingkat keberhasilan hingga 92,6% dalam meredakan gejala cemas di era pandemi.⁵ Begitu pula dengan kajian Azizan dkk. mengenai *Taskhirul Qur'an* serta studi Pribadi tentang praktik hipnoterapi Qur'ani, yang sama-sama berkesimpulan bahwa ayat suci memegang peran kunci sebagai fondasi pemulihan mental.⁶

Sayangnya, rata-rata penelitian terdahulu lebih banyak berfokus pada uji klinis, pendekatan angka (kuantitatif), dan pengambilan subjek pasien yang terlalu luas. Sementara itu, riset kualitatif yang turun langsung untuk memotret dinamika serta efek hipnoterapi Al-Qur'an, terutama pada ruang lingkup rehabilitasi

⁵ Lilin Rosyanti, Indriono Hadi, and Akhmad Akhmad, 'Kesehatan Spritual Terapi Al-Qur'an Sebagai Pengobatan Fisik Dan Psikologis Di Masa Pandemi COVID-19', *Health Information: Jurnal Penelitian*, 14.1 (2022), pp. 89–114, 92, doi:10.36990/hijp.v14i1.480.

⁶ Muhamad Azizan Fitriana, Ade Naelul Huda, and Sa'id Al-Khudry, 'The Method Of Taskhir Al-Qur'an As Islamic Hypnotherapy Study of Living Qur'an In Jam'iyah Ruqiah Aswaja Bekasi Branch', *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam*, 12.001 (2023), pp. 501–20, 505.

anak muda nyatanya masih sangat minim dilakukan. Beranjak dari celah inilah, penelitian ini menjadi penting untuk diangkat guna melihat realitas lapangan secara utuh, khususnya dalam upaya memulihkan kondisi psikologis generasi muda yang tentunya membutuhkan penanganan secara menyeluruh (holistik).

Penelitian ini menghadirkan hal baru dengan hipnoterapi dan aktivitas mendengar serta membaca Al-Qur'an sebagai metode untuk membantu kesehatan mental generasi muda. Berbeda dari penelitian sebelumnya yang hanya fokus pada salah satu metode, penelitian ini menguji dan melihat dampaknya pada masalah psikologis seperti stres, kecemasan, dan *overthinking* yang banyak dialami anak muda saat ini. Sejumlah penelitian telah meneliti bagaimana terapi berbasis Al-Qur'an dapat membantu untuk memulihkan kesehatan mental. Salah satu penelitian menemukan bahwa mendengarkan murattal Al-Qur'an dapat meredakan stres mahasiswa yang sedang menghadapi tekanan akademis.⁷ Selain itu, hipnoterapi Al-Qur'an terbukti efektif dalam meningkatkan kesehatan mental selama pandemi COVID-19, dan temuan ini menunjukkan potensi besar hipnoterapi Al-Qur'an dalam mendukung kesejahteraan psikologis individu.⁸

Hipnoterapi Al-Qur'an mengacu pada penerapan ayat-ayat Al-Qur'an sebagai media terapi untuk memfasilitasi keadaan relaksasi yang mendalam, sehingga membantu individu dalam mengatasi masalah psikologis. Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa murattal Al-Qur'an mampu menurunkan tingkat stres dan meningkatkan ketenangan pada mental.⁹ Oleh

⁷ Ahmad Fathoni and others, 'Pengaruh Murattal Al-Qur'an Terhadap Stres Dalam Mengerjakan Karya Tulis Ilmiah Mahasiswa', *Indonesian Health Issue*, 3.1 (2024), pp. 26–33, 27, doi:10.47134/inhis.v3i1.64.

⁸ Rosyanti, Hadi, and Akhmad, 'Kesehatan Spritual Terapi Al-Qur'an Sebagai Pengobatan Fisik Dan Psikologis Di Masa Pandemi COVID-19', 27.

⁹ Aulia Ziqri and others, 'Pengaruh Terapi Murattal Al-Qur'an Untuk Menurunkan Tingkatan Stres Pada Penyalahguna Narkoba Di Panti Rehabilitasi Al-Kamal Sibolangit Centre', *Jurnal Kedokteran Ibnu Nafis*, 9.1 (2020), pp. 17–26 (p. 24), doi:10.30743/jkin.v9i1.48.

karena itu, penting untuk menyelidiki lebih lanjut potensi penerapan hipnoterapi Al-Qur'an dalam penyembuhan psikologis.¹⁰

Penelitian akan dilakukan di Yayasan Al-Fatha, yang merupakan lokasi yang dipilih karena beberapa alasan. Pertama, Yayasan Al-Fatha memiliki program yang terkait dengan kesehatan mental dan telah menerapkan Al-Qur'an sebagai terapi dalam pengobatan gangguan psikologis. Kedua, lokasi ini memungkinkan peneliti untuk memahami lebih dalam tentang bagaimana Al-Qur'an diterapkan dalam konteks yang lebih spesifik dan terstruktur.

Menjawab tantangan tersebut, Yayasan Pusat Rehabilitasi Narkoba Al-Fatha yang berlokasi di Banda Aceh hadir membawa paradigma pemulihan yang komprehensif. Berdiri sejak tahun 2020 di bawah kepemimpinan Bapak Zulfikar, yayasan ini tidak sekadar berfungsi sebagai tempat karantina fisik, melainkan sebuah ruang pemulihan holistik yang memadukan kedisiplinan medis, psikologis, dan spiritual Islam. Secara legalitas, yayasan ini telah terakreditasi resmi oleh Kementerian Sosial Republik Indonesia dan diakui oleh Badan Narkotika Nasional (BNN) sebagai Penyelenggara Layanan Rehabilitasi Sosial Rawat Inap Tipe III yang sesuai dengan standar SNI 8807:2022.¹¹

Keistimewaan Yayasan Al-Fatha terletak pada penerapan metode hipnoterapi Al-Qur'an sebagai pilar utama pemulihan kejiwaan para residen, khususnya generasi muda. Yayasan ini merancang tahapan terapi yang sangat terstruktur. Sebelum menerima intervensi spiritual, klien yang baru masuk diwajibkan melewati masa detoksifikasi (putus zat) di ruang isolasi selama 14 hari guna menekan reaksi biologis dan pemberontakan psikologis. Setelah fase kritis tersebut terlewati, klien mulai dilibatkan dalam

¹⁰ Ziqri and others, 'Pengaruh Terapi Murattal Al-Qur'an Untuk Menurunkan Tingkatan Stres Pada Penyalahguna Narkoba Di Panti Rehabilitasi Al-Kamal Sibolangit Centre', p. 24.

¹¹ 'Hasil Observasi Peneliti Terhadap Dokumen Dan Sertifikat Di Yayasan Al-Fatha Banda Aceh' (2026).

rutinitas hipnoterapi kolektif. Rangkaian ini meliputi stimulasi pendengaran melalui pemutaran murattal Al-Qur'an selama 30 menit menjelang waktu salat, praktik pembacaan Al-Qur'an secara berjamaah (membentuk formasi melingkar) sesuai salat wajib, hingga sesi modifikasi pola pikir melalui kajian agama mingguan.¹²

Selain itu, penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa hipnoterapi Al-Qur'an dapat efektif dalam mengatasi gangguan psikologis. Penelitian oleh Azizan, Huda, dan Sa'id tentang metode *Taskhirul Qur'an*, yang menggabungkan teknik hipnoterapi dan ruqyah, menunjukkan bahwa pendekatan ini efektif dalam menangani gangguan psikologis dan fisik.¹³ Penelitian lain oleh Jodie Setia Pribadi tentang praktik hipnoterapi Qur'ani di Kahfi BBC Motivator School juga menyoroti bagaimana Al-Qur'an berfungsi sebagai dasar pemikiran terapis dan landasan dalam terapi.¹⁴

Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana dampak hipnoterapi Al-Qur'an dalam mengatasi gangguan psikologis di Yayasan Al-Fatha, serta mengidentifikasi potensi dan tantangan hipnoterapi Al-Qur'an dalam penerapannya di lokasi tersebut. Penelitian ini diharapkan dapat tidak hanya berkontribusi pada pengembangan literasi terapi spiritual-psikologis, tetapi juga menawarkan solusi praktis bagi masyarakat yang menghadapi keterbatasan akses ke layanan kesehatan mental. Selain itu, pendekatan ini dapat membantu mengurangi stigma negatif dengan memosisikan Al-Qur'an sebagai bagian integral dari proses penyembuhan modern.

Meskipun berbagai literatur telah membuktikan efektivitas terapi Al-Qur'an terhadap kesehatan mental, mayoritas kajian terdahulu masih sangat terbatas pada uji klinis di rumah sakit,

¹² 'Hasil Observasi Peneliti Di Lokasi' (2026).

¹³ Fitriana, Naelul Huda, and Al-Khudry, 'The Method Of Taskhir Al-Qur'an As Islamic Hypnotherapy Study of Living Qur'an In Jam'iyah Ruqyah Aswaja Bekasi Branch', 502.

¹⁴ Jodie Setia Pribadi, 'Memahami Praktik Hipnoterapi Qur'an Di Kahfi BBC Motivator School' (Skrripsi, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2023), 21.

intervensi pada individu tanpa riwayat adiksi berat, atau hanya menggunakan satu pendekatan saja (seperti mendengarkan murattal secara pasif). Masih sangat minim penelitian kualitatif yang turun langsung memotret bagaimana teks suci Al-Qur'an ditransformasikan menjadi metode hipnoterapi komunal bagi generasi muda dengan riwayat gangguan psikologis ekstrem akibat kecanduan NAPZA.

Oleh karena itu, penelitian di Yayasan Al-Fatha ini sangat penting untuk dilakukan. Selain untuk mengevaluasi dampak langsung hipnoterapi Al-Qur'an terhadap penurunan tingkat stres, kecemasan, dan halusinasi residen, penelitian ini juga bertujuan mengidentifikasi strategi yayasan dalam menaklukkan resistensi mental klien saat fase sakau. Hasil dari penelitian ini diharapkan tidak hanya memperkaya literatur di bidang Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, tetapi juga dapat menjadi *role model* (model percontohan) integrasi terapi spiritual-medis bagi panti rehabilitasi lainnya di Indonesia.

B. Fokus Penelitian

Penelitian ini berfokus pada eksplorasi dan analisis penerapan hipnoterapi Al-Qur'an di Yayasan Al-Fatha untuk mengatasi gangguan psikologis pada generasi muda. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memahami bagaimana metode hipnoterapi yang memadukan ayat-ayat Al-Qur'an dapat berkontribusi dalam proses penyembuhan psikologis, serta untuk mengevaluasi dampak yang ditimbulkan terhadap kesehatan mental individu yang menjalani terapi. Dengan pendekatan ini, diharapkan dapat ditemukan bukti ilmiah mengenai dampak dari hipnoterapi Al-Qur'an sebagai alternatif dalam pengobatan gangguan psikologis, khususnya di kalangan remaja yang sering menghadapi masalah kesehatan mental.

C. Rumusan Masalah

Merujuk pada latar belakang masalah yang telah dijelaskan, rumusan masalah dan inti pembahasan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana pelaksanaan hipnoterapi Al-Qur'an di Yayasan Al-Fatha?
2. Bagaimana peran Hipnoterapi Al-Qur'an dalam mengatasi gangguan psikologis generasi muda di Yayasan Al-Fatha?
3. Apa tantangan yang dihadapi Yayasan Al-Fatha dalam penerapan hipnoterapi Al-Qur'an sebagai metode pengobatan gangguan psikologis generasi muda?

D. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini berdasarkan rumusan masalah di atas adalah sebagai berikut:

1. Menjelaskan pelaksanaan hipnoterapi Al-Qur'an di Yayasan Al-Fatha.
2. Mengetahui peran hipnoterapi Al-Qur'an dalam mengatasi gangguan psikologis generasi muda di Yayasan Al-Fatha.
3. Mengidentifikasi tantangan penerapan hipnoterapi Al-Qur'an sebagai metode pengobatan gangguan psikologis generasi muda di Yayasan Al-Fatha.

E. Manfaat Penelitian

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memperluas pemahaman di bidang psikologi dan agama, khususnya dalam penerapan ajaran Al-Qur'an dalam konteks terapi modern. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk memberikan sumbangan pada literatur yang ada mengenai terapi berbasis spiritual, yang masih jarang diteliti secara mendalam di Indonesia, serta memberikan

dasar bagi penelitian-penelitian berikutnya dalam bidang yang sama dan membantu memahami lebih dalam tentang bagaimana keyakinan spiritual dan praktik keagamaan dapat mempengaruhi kesehatan mental dan pola pikir seseorang.

Secara praktis, penelitian ini menawarkan solusi baru dalam pengobatan gangguan psikologis melalui hipnoterapi Al-Qur'an, yang dapat menjadi modalitas terapi yang efektif terutama di tengah keterbatasan fasilitas kesehatan mental di Indonesia. Penelitian ini juga membantu meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap kesehatan mental, memperkenalkan penggabungan prinsip-prinsip spiritual dengan metode terapi psikologis, serta memberikan alternatif terapi holistik yang lebih luas bagi masyarakat dan tenaga profesional di bidang kesehatan mental.

F. Sistematika Pembahasan

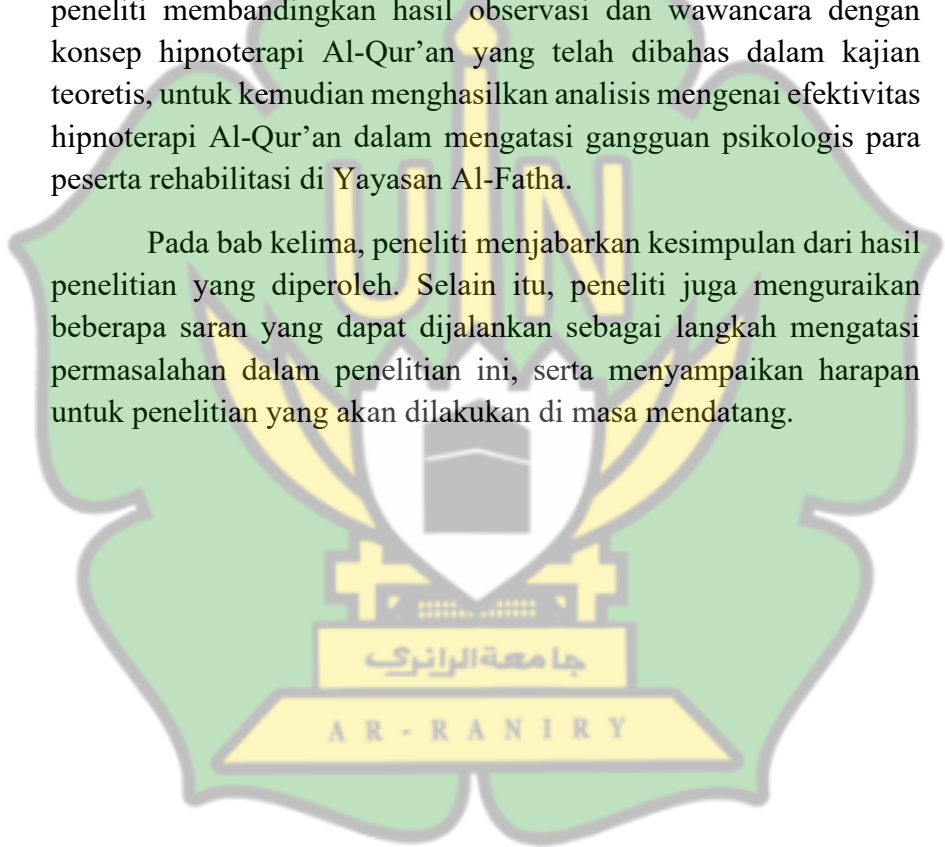
Pada bab pertama, peneliti menguraikan gambaran awal mengenai permasalahan yang ingin diteliti, kemudian dilanjutkan dengan beberapa rumusan masalah yang akan menjadi penjelasan lanjutan dan fokus utama dalam penelitian. Selain itu, peneliti juga memaparkan tujuan dan manfaat serta definisi operasional agar para pembaca dapat memahami dengan baik tujuan dan manfaat penelitian ini, juga dapat mengerti definisi operasional yang terkait dengan judul yang diangkat.

Pada bab kedua, peneliti menyajikan beberapa poin berisi penjelasan tentang teori-teori serta hal-hal yang masih berada dalam ruang lingkup penelitian. Tujuan penulisan bab ini adalah agar para pembaca dapat memahami lebih dalam dasar pemahaman terkait tema utama yang dibahas.

Pada bab ketiga, peneliti menjelaskan metode penelitian yang digunakan dalam penelitian yang dilakukan. Penjelasan ini diberikan untuk memudahkan peneliti lain maupun pembaca dalam memahami teknik penulisan penelitian.

Pada bab keempat, peneliti memaparkan hasil kajian ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan penyembuhan (*syifa'*) dan digunakan dalam praktik hipnoterapi di Yayasan Al-Fatha, disertai dengan penjelasan tentang hipnoterapi Al-Qur'an dari perspektif psikologis dan spiritual. Bab ini juga menguraikan hasil wawancara dan observasi yang telah dilakukan dengan Manajer Program Yayasan Al-Fatha dan beberapa peserta rehabilitasi yang mengikuti kegiatan pengajian Al-Qur'an di lembaga tersebut. Di bab ini, peneliti membandingkan hasil observasi dan wawancara dengan konsep hipnoterapi Al-Qur'an yang telah dibahas dalam kajian teoretis, untuk kemudian menghasilkan analisis mengenai efektivitas hipnoterapi Al-Qur'an dalam mengatasi gangguan psikologis para peserta rehabilitasi di Yayasan Al-Fatha.

Pada bab kelima, peneliti menjabarkan kesimpulan dari hasil penelitian yang diperoleh. Selain itu, peneliti juga menguraikan beberapa saran yang dapat dijalankan sebagai langkah mengatasi permasalahan dalam penelitian ini, serta menyampaikan harapan untuk penelitian yang akan dilakukan di masa mendatang.



BAB II

KAJIAN KEPUSTAKAAN

A. Kajian Pustaka

Gangguan psikologis, seperti kecemasan, depresi, dan stres, semakin umum di kalangan generasi muda. Menurut data dari Badan Kesehatan Dunia (WHO), satu dari lima remaja mengalami masalah kesehatan mental. Di Indonesia, situasi ini diperparah oleh stigma sosial yang mengelilingi kesehatan mental, membuat banyak individu enggan mencari bantuan. Penelitian tentang hipnoterapi yang menggabungkan prinsip-prinsip Al-Qur'an telah menarik perhatian, khususnya terkait penerapannya dalam pengobatan gangguan psikologis. Sejumlah penelitian telah dilakukan untuk menilai efektivitas pendekatan ini, dengan menekankan hubungan antara hipnoterapi dan ruqyah, selain penggunaan teknik-teknik khusus yang melibatkan ayat-ayat dari Al-Qur'an.

Azizan, Huda, dan Sa'id telah melaksanakan penelitian tentang metode *Taskhirul Qur'an*, yang merupakan penggabungan teknik hipnoterapi dan ruqyah dalam kerangka hipnoterapi Islam.¹⁵ Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa pendekatan ini efektif dalam menangani gangguan psikologis dan fisik, yang menyoroti pentingnya ayat-ayat Al-Qur'an dalam proses terapi.¹⁶ Penelitian lain oleh Jodie Setia Pribadi dalam skripsinya mengungkapkan praktik hipnoterapi Qur'ani di Kahfi BBC Motivator School, yang melibatkan tujuh tahap dalam proses terapi.¹⁷ Penelitian ini menyoroti bagaimana Al-Qur'an berfungsi sebagai dasar pemikiran

¹⁵ Fitriana, Naelul Huda, and Al-Khudry, 'The Method Of Taskhir Al-Qur'an As Islamic Hypnotherapy Study of Living Qur'an In Jam'iyah Ruqyah Aswaja Bekasi Branch', 504.

¹⁶ Sa'id Al-Khudry, 'Resepsi Fungsional Al-Qur'an Sebagai Hipnoterapi Islami (Studi Living Qur'an Metode Taskhirul Qur'an Pada Komunitas Jam'iyah Ruqyah Aswaja Cabang Bekasi)' (Tesis, Institut Ilmu Al-Qur'an (IIQ) Jakarta, 2022), 21.

¹⁷ Pribadi, "Memahami Praktik Hipnoterapi Qur'an," 30.

terapis dan landasan dalam terapi, serta dampaknya terhadap pasien yang mengalami gangguan psikologis.

Hipnoterapi, sebagai suatu teknik terapi, berfokus pada penggunaan hipnosis untuk mendukung individu dalam menangani berbagai masalah psikologis, seperti kecemasan, depresi, dan trauma. Dalam penelitian Naili Hilmya, ia menjelaskan bahwa hipnosis dapat mempengaruhi gelombang otak dari kondisi beta ke theta, di mana seseorang akan berada dalam keadaan sugestif dan lebih terbuka terhadap informasi baru.¹⁸ Hal ini menciptakan peluang bagi terapis untuk memberikan sugesti positif yang dapat memperbaiki kondisi mental pasien. Dalam konteks Islam, penggabungan ruqyah dan hipnoterapi menambah aspek spiritual ke dalam proses terapi.

Salah satu metode yang banyak dibahas dalam kajian ini adalah *Taskhirul Qur'an*, seperti yang diusulkan oleh Sa'id Al-Khudry. Metode ini memadukan teknik hipnoterapi dengan bacaan Al-Qur'an dan menunjukkan efektivitasnya dalam mengatasi gangguan psikologis dan fisik.¹⁹ Penelitian ini menerapkan pendekatan kualitatif dan menekankan peran pentingnya ayat-ayat Al-Qur'an sebagai sumber penyembuhan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pasien mengalami perbaikan signifikan dalam kondisi mental setelah menjalani terapi ini.

Selain itu, kombinasi antara metode ruqyah dan hipnoterapi juga telah diteliti oleh Irfan Akbar Rahmatullah yang mengkaji bagaimana gabungan kedua metode tersebut dapat menyembuhkan gangguan jiwa dengan menjangkau aspek spiritual dan psikologis pasien.²⁰ Terapis sering menggunakan ayat-ayat ruqyah sebagai

¹⁸ Naili Hilmya, "Al-Qur'an dan Praktik Hipnoterapi di Klinik Kahfi BBC Motivator School" (Tesis, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2022), 54.

¹⁹ Fitriana, Naelul Huda, and Al-Khudry, 'The Method Of Taskhir Al-Qur'an As Islamic Hypnotherapy Study of Living Qur'an In Jam'iyyah Ruqyah Aswaja Bekasi Branch', 505.

²⁰ Irfan Akbar Rahmatullah, 'Efektifitas Penyembuhan Gangguan Jiwa Kolaborasi Metode Ruqyah Dan Hipnoterapi Di Lembaga El-Psika Al-Amien

sarana untuk membantu mengatasi gangguan mental. Hasil penelitian menunjukkan bahwa metode ini tidak hanya mengurangi gejala penyakit tetapi juga memberikan rasa nyaman dan tenang kepada pasien.

Klinik Kahfi BBC Motivator School menerapkan hipnoterapi Al-Qur'an dengan tujuh langkah terapi metodis. Penelitian yang dilakukan oleh Jodie Setia Pribadi menemukan bahwa prosedur ini memungkinkan pasien untuk mencapai tingkat relaksasi yang sangat tinggi sambil meningkatkan keterbukaan mereka terhadap sugesti positif, efek dari bacaan Qur'an.²¹ Ayat-ayat Al-Qur'an yang digunakan secara konsisten dan teratur dalam terapi meningkatkan kesehatan dan memberi dampak positif terhadap mental pasien. Ini menunjukkan bahwa pendekatan ini dapat digunakan secara luas dalam terapi.

Studi menunjukkan bahwa hipnoterapi Al-Qur'an dapat berfungsi sebagai pengobatan efektif untuk masalah kesehatan mental. Penelitian Sa'id Al-Khudry menemukan bahwa metode *Taskhirul Quran* tidak hanya meringankan gejala gangguan mental tetapi juga membantu pemulihan secara keseluruhan dan mengurangi kemungkinan kambuh.²² Oleh karena itu, penggabungan hipnoterapi dengan prinsip-prinsip Al-Qur'an menghasilkan pendekatan multifaset yang melibatkan aspek kesehatan mental, spiritual, dan fisik.

Kajian pustaka ini menunjukkan bahwa perpaduan Al-Qur'an dan hipnoterapi menawarkan alternatif pengobatan bagi mereka yang mengalami gangguan psikologis serta memperkuat keyakinan spiritual pasien. Metode ini sejalan dengan prinsip-prinsip Islam, yang mendorong pengobatan melalui cara yang sesuai

Prenduan', *Hudan Lin Naas: Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 2.2 (2021), p. 111, doi:10.28944/hudanlinnaas.v2i2.469.

²¹ Pribadi, "Memahami Praktik Hipnoterapi Qur'an," 45.

²² Fitriana, Naelul Huda, and Al-Khudry, 'The Method Of Taskhir Al-Qur'an As Islamic Hypnotherapy Study of Living Qur'an In Jam'iyyah Ruqiah Aswaja Bekasi Branch', 505.

dengan syariah. Banyak penelitian mendukung penggunaan hipnoterapi asalkan dilakukan dengan benar dan tidak bertentangan dengan ajaran agama.²³ Namun, terdapat potensi perbedaan pendapat mengenai penggunaan metode ini.

Oleh karena itu, penelitian-penelitian tambahan diperlukan untuk mengetahui seberapa efektif metode ini dan bagaimana menggunakannya secara tepat untuk membantu masyarakat. Jika nilai-nilai ajaran Islam dipadukan dengan ilmu pengetahuan modern, ini dapat menjadi solusi inovatif untuk masalah kesehatan mental di era modern.

Berdasarkan tinjauan terhadap berbagai literatur dan penelitian terdahulu di atas, terlihat bahwa mayoritas kajian berfokus pada aplikasi hipnoterapi secara klinis-individual atau penggabungannya dengan metode ruqyah syar'iyah dalam lingkup panti ruqyah seperti penelitian Azizan dkk, dan Irfan Akbar. Selain itu, kajian sebelumnya cenderung menjadikan masyarakat umum atau pasien dengan gangguan klinis biasa sebagai subjek penelitian.

Adapun posisi penelitian ini hadir untuk mengisi celah yang belum banyak tersentuh, yaitu meneliti penerapan hipnoterapi Al-Qur'an yang dilakukan secara kolektif (berjamaah) khusus pada subjek generasi muda dengan riwayat kecanduan NAPZA. Penelitian ini tidak menggunakan pendekatan ruqyah, melainkan menggunakan kerangka analisis *Teori Resepsi Fungsional* untuk memotret bagaimana lantunan ayat suci difungsikan sebagai instrumen restrukturisasi kognitif dan stabilisator emosi bagi para pecandu yang sedang melewati masa kritis putus zat (sakau) di pusat rehabilitasi.

²³ Nasrul Syarif, 'Healing Dan Hipnoterapi Dalam Pandangan Islam', 2024 <<https://www.tintasiyasi.id/2024/09/healing-dan-hipnoterapi-dalam-pandangan.html>> [accessed 30 April 2026].

B. Kerangka Teori

Kerangka teori penelitian ini berpijak pada konsep Al-Qur'an sebagai *syifa'* (penyembuh) sebagaimana disebutkan dalam QS. Yunus (10:57), yang diintegrasikan dengan metode hipnoterapi untuk menghasilkan pendekatan holistik dalam mengatasi gangguan psikologis pada generasi muda. Pendekatan ini sejalan dengan kebutuhan akan metode pengobatan alternatif yang menghormati keyakinan religius masyarakat Indonesia, khususnya dalam konteks rehabilitasi gangguan psikologis yang dialami generasi muda di Yayasan Al-Fatha.

1. Landasan Konseptual Hipnoterapi Al-Qur'an

Secara etimologi, kata hipnoterapi berasal dari bahasa Yunani, yakni gabungan dari kata *hypnos* yang berarti kondisi menyerupai tidur atau relaksasi, dan *therapeia* yang bermakna penyembuhan. Secara terminologi, berdasarkan Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), hipnoterapi adalah penyembuhan gangguan jiwa dengan membawa penderita ke suatu keadaan trans agar penderita mengeluarkan isi hatinya. Secara lebih luas, hipnoterapi merupakan pendekatan terapeutik yang menggunakan sugesti untuk mempengaruhi pikiran bawah sadar seseorang.²⁴

Dalam epistemologi Islam, praktik penyembuhan yang memanfaatkan ayat suci memiliki landasan historis dan teologis melalui konsep *Ruqyah Syar'iyah* dan *Taskhirul Qur'an*. Secara bahasa, *Ruqyah* (الرقيّة) bermakna perlindungan atau penyembuhan melalui lantunan doa, sedangkan *Taskhirul Qur'an* (تسخير القرآن) bermakna menundukkan, mengelola, atau mendayagunakan kekuatan ayat-ayat Al-Qur'an untuk tujuan tertentu, dalam hal ini

²⁴ Indah Pramesti, Bambang Poerwantoro, and Firman Arifandi, 'Hipnoterapi Dalam Praktik Dokter Menurut Undang-Undang Kesehatan Dan Undang-Undang Praktik Kedokteran Dan Tinjauannya Menurut Islam', *Cerdika: Jurnal Ilmiah Indonesia*, 3.1 (2023), pp. 43–56 (p. 43), doi:10.59141/cerdika.v3i1.506.

sebagai instrumen terapeutik untuk menyembuhkan gangguan psikologis dan fisik.²⁵

Hipnoterapi Al-Qur'an pada hakikatnya merupakan sistematisasi psikologis dari praktik *Ruqyah Syar'iyah*. Jika *Ruqyah* menggunakan bacaan ayat suci sebagai media penyembuh, maka hipnoterapi memberikan kerangka kerja neurologis tentang bagaimana lantunan tersebut bekerja mengubah struktur kognitif klien. Keduanya memiliki hubungan yang tidak terpisahkan; bacaan dan pendengaran Al-Qur'an adalah instrumen *ruqyah* itu sendiri, sedangkan pencapaian kondisi trans dan penanaman afirmasi positif melalui kajian keagamaan adalah bentuk nyata dari *taskhir* (pendayagunaan) Al-Qur'an untuk restrukturisasi mental klien.²⁶

Dalam penerapannya, pendekatan keagamaan seperti pembacaan, pendengaran murattal, dan pengajian sering disalahpahami sebatas proses edukasi biasa. Padahal, korelasi antara lantunan Al-Qur'an dan penyembuhan mental memiliki mekanisme kuratif yang terukur secara ilmiah. Lantunan murattal Al-Qur'an memiliki ritme, tempo, dan makharijul huruf yang khas, sehingga menghasilkan frekuensi suara terapeutik. Ketika ditangkap oleh indera pendengaran, stimulus ini merangsang korteks auditori dan sistem saraf parasimpatis, yang memicu penurunan hormon kortisol secara signifikan.

Mekanisme neurologis tersebut secara perlahan akan menurunkan gelombang otak klien dari fase Beta (kondisi tegang, denial, dan reaktif akibat putus zat) menuju fase Alpha (rileks) dan Theta (kondisi sangat rileks atau meditatif). Dalam ilmu hipnoterapi,

²⁵ Syarifah Gustiawati Mukri, A Rahmat Rosyadi, and Didin Saefuddin, 'Metode Pendidikan Islam Dalam Penanggulangan Penyalahgunaan Narkoba Bagi Remaja Di Pondok Remaja Inabah Suryalaya Tasikmalaya', *Ta Dibuna: Jurnal Pendidikan Islam*, 4.1 (2015), pp. 43–68 (p. 58), doi:10.32832/tadibuna.v4i1.575.

²⁶ Mukhlas Habibi and others, 'Integration of Spiritual Healing and Islamic Education through Ruqyah', *Cendekia: Jurnal Kependidikan Dan Kemasyarakatan*, 23.2 (2025), pp. 324–40 (p. 325), doi:10.21154/cendekia.v23i2.12045.

kondisi gelombang Theta inilah yang disebut sebagai kondisi trans (*trance*), di mana pikiran alam bawah sadar (*subconscious mind*) terbuka lebar.

Kondisi trans inilah yang secara tegas membedakan hipnoterapi Al-Qur'an dari edukasi kognitif konvensional. Edukasi biasa tidak akan efektif karena terhalang oleh *critical factor* (faktor kritis/pertahanan ego) di otak pecandu. Melalui resonansi frekuensi ayat suci, *critical factor* tersebut berhasil ditembus (*taskhir*), sehingga sugesti positif melalui materi pengajian dan nilai-nilai ketuhanan dapat ditanamkan untuk menggantikan memori traumatis serta dorongan adiktif mereka.

Berbeda dengan praktik *Ruqyah Syar'iyah* pada umumnya yang terfokus pada pembacaan ayat-ayat khusus (seperti Ayat Kursi atau *Al-Mu'awwidzats*) untuk penanganan darurat (akut), hipnoterapi Al-Qur'an di Yayasan Al-Fatha mendayagunakan (*taskhir*) pembacaan Al-Qur'an secara menyeluruh dan berurutan dari Juz 1 hingga Juz 30. Pendekatan komprehensif ini didasarkan pada pandangan mufasir terhadap Q.S. Al-Isra ayat 82, di mana seluruh substansi Al-Qur'an sejatinya adalah *syifa'* (penyembuh). Secara psikoterapi, pembacaan keseluruhan Al-Qur'an ini berfungsi sebagai *sustained therapy* (terapi berkelanjutan) yang menjaga stabilitas gelombang otak klien selama masa rehabilitasi yang panjang. Di samping itu, paparan terhadap seluruh tema di dalam Al-Qur'an, seperti kisah kesabaran para Nabi, janji Allah, dan pedoman hidup secara efektif memfasilitasi restrukturisasi kognitif klien secara holistik, dibandingkan jika hanya mendengarkan ayat-ayat tertentu saja.²⁷

Oleh karena itu, hipnoterapi Al-Qur'an dalam penelitian ini tidak dimaknai sebagai pendekatan klinis individual ala Barat, melainkan sebuah intervensi spiritual kolektif (berjamaah). Keadaan relaksasi mendalam dicapai secara alami melalui resonansi

²⁷ Rosyanti, Hadi, and Akhmad, 'Kesehatan Spritual Terapi Al-Qur'an Sebagai Pengobatan Fisik Dan Psikologis Di Masa Pandemi COVID-19', p. 95.

pembacaan dan pendengaran ayat-ayat suci, yang kemudian disempurnakan dengan penanaman sugesti positif melalui kajian keagamaan sebagai bentuk restrukturisasi kognitif klien.

2. Al-Qur'an Sebagai Penyembuh

Dalam ajaran Islam, Al-Qur'an dipandang sebagai sumber penyembuhan (*syifa'*). Diyakini bahwa beberapa ayat dalam Al-Qur'an dapat menyembuhkan penyakit mental dan fisik. Salah satunya adalah QS. Yunus (10:57).

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ
وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ ﴿٥٧﴾

“Wahai manusia, sungguh telah datang kepadamu pelajaran (Al-Qur'an) dari Tuhanmu, penyembuh bagi sesuatu (penyakit) yang terdapat dalam dada, dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang mukmin”. QS. Yunus (10:57).

Pandangan Ulama Tafsir

Untuk memahami secara komprehensif bagaimana Al-Qur'an bekerja sebagai instrumen terapeutik, perlu ditelusuri terlebih dahulu pandangan para ulama tafsir mengenai frasa *wa syifā'un limā fī al-ṣudūr* (dan penyembuh bagi penyakit-penyakit yang ada di dalam dada). Secara konseptual, para mufasir memandang *syifa'* dalam Al-Qur'an bukan sekadar penyembuhan fisik, melainkan penyembuhan esensial yang menysasar akar permasalahan kejiwaan dan spiritual manusia.

Dalam tafsirnya, Ibnu Katsir menjelaskan bahwa Al-Qur'an bertindak sebagai penyembuh dari berbagai penyakit hati yang bersifat batiniah, seperti keraguan (*syubhat*), kemunafikan, kemusyrikan, perpecahan, dan kecenderungan menyimpang. Al-Qur'an membersihkan dada dari kotoran-kotoran spiritual tersebut dan menggantinya dengan keyakinan yang lurus. Selain itu, Ibnu

Katsir menggarisbawahi fungsi Al-Qur'an sebagai *rahmah* yang menumbuhkan keimanan serta hikmah, yang berfungsi memberikan penguatan mental bagi hamba dalam menghadapi tantangan hidup.²⁸

Ahmad Mustafa Al-Maraghi dalam *Tafsir Al-Maraghi* memberikan penekanan yang selaras, bahwa penyakit yang dimaksud dalam ayat ini bukanlah penyakit fisik lahiriah semata, melainkan penyakit yang menjangkiti akal dan jiwa. Al-Qur'an menyembuhkan jiwa dari kebodohan dan keyakinan yang rusak. Dengan membaca dan mendengarkan Al-Qur'an, jiwa manusia akan dibimbing menuju ketenangan, sehingga tidak mudah goyah oleh tekanan dan godaan duniawi.

Hal ini sangat relevan dengan pendekatan edukasi dan siraman rohani yang dilakukan pada fase rehabilitasi. Secara lebih luas, pemaknaan ini menegaskan bahwa Al-Qur'an berperan sebagai penawar yang mampu memicu mekanisme refleksi diri serta membangkitkan harapan sekaligus rasa takut (*khauf*) yang diperlukan untuk memulihkan stabilitas aqidah seseorang.²⁹

Penjelasan yang lebih rinci mengenai dimensi psikologis dikemukakan oleh M. Quraish Shihab dalam *Tafsir Al-Misbah*. Beliau menafsirkan kata *syifa'* sebagai obat atau penyembuh, dan menguraikan bahwa penyakit di dalam dada adalah penyakit-psakit psikologis, seperti cemas, iri hati, dengki, dan keputusasaan. Quraish Shihab memposisikan Al-Qur'an sebagai penawar yang menyejukkan hati dari kemarahan terpendam serta keraguan yang menghalangi kejernihan spiritual. Shihab menegaskan bahwa ajaran Al-Qur'an, baik melalui pemahaman maknanya maupun ketenangan dari resonansi bacaannya, mampu menyeimbangkan emosi manusia. Ketika emosi stabil, sistem

²⁸ Rohmansyah Rohmansyah and others, 'Hadis-Hadis Ruqyah Dan Pengaruhnya Terhadap Kesehatan Mental', *Jurnal Ilmiah Islam Futura*, 18.1 (2019), p. 75, doi:10.22373/jiif.v18i1.3189.

²⁹ Rosyanti, Hadi, and Akhmad, 'Kesehatan Spritual Terapi Al-Qur'an Sebagai Pengobatan Fisik Dan Psikologis Di Masa Pandemi COVID-19', 90.

kekebalan tubuh fisik dan mental manusia akan meningkat, sehingga mampu melawan gangguan psikologis dengan sendirinya. Pembacaan Al-Qur'an dalam konteks ruqyah juga menunjukkan efektivitasnya dalam menyembuhkan penyakit.³⁰

Pandangan ini menjadi justifikasi teologis dan rasional atas efektivitas metode mendengarkan murattal Al-Qur'an dalam meredakan kecemasan akut dan halusinasi. Lebih lanjut, Quraish Shihab mengaitkan fungsi ini dengan elemen medis, di mana Al-Qur'an diposisikan sebagai penawar yang menyejukkan hati dari kemarahan terpendam serta keraguan yang menghalangi kejernihan spiritual.³¹ Pembacaan Al-Qur'an dalam konteks ruqyah juga menunjukkan efektivitasnya dalam menyembuhkan penyakit.³²

Integrasi Konsep *Syifa'* dalam Intervensi Hipnoterapi

Konseptualisasi *syifa'* dari para ulama tafsir di atas menjadi landasan teologis yang kuat bahwa Al-Qur'an memiliki daya terapeutik nyata untuk menangani masalah kejiwaan. Dalam konteks hipnoterapi, pembersihan "keraguan dan penyimpangan" sebagaimana dijelaskan oleh Ibnu Katsir selaras dengan upaya membersihkan pikiran klien dari belenggu *overthinking* dan dorongan bermaksiat akibat zat adiktif.

Pemaknaan Al-Maraghi tentang penyembuhan jiwa yang menghindarkan manusia dari tekanan duniawi sangat relevan dengan pendekatan edukasi dan siraman rohani yang dilakukan pada fase rehabilitasi. Pendekatan ini berperan memicu mekanisme refleksi diri serta membangkitkan harapan sekaligus rasa takut (*khauf*) yang diperlukan untuk memulihkan stabilitas aqidah seseorang. Begitu

³⁰ Fauzi Fathur Rozi and Syaiful Arif, 'Konsep Shifa' Dalam Alquran (Perspektif M. Quraish Shihab Dalam Tafsir Al-Mishbah)', *Pedagogika: Jurnal Ilmu-Ilmu Kependidikan*, 3.1 (2023), pp. 69–75, 70, doi:10.57251/ped.v3i1.954.

³¹ Latif, 'Al-Qur'an Sebagai Sumber Rahmat Dan Obat Penawar (*Syifa'*) Bagi Manusia', 86.

³² Fajar Kurnianto, "Al-Qur'an Sebagai Obat," *STIKESMUS*, 2020, diakses 3 Desember 2024, <https://stikesmus.ac.id/al-quran-sebagai-obat/>.

pula penafsiran Quraish Shihab mengenai keseimbangan emosi, yang menjadi justifikasi teologis dan rasional atas efektivitas metode mendengarkan murattal Al-Qur'an dalam meredakan kecemasan akut dan halusinasi.

Secara operasional, penggunaan ayat-ayat penyembuh (*syifa*) dalam hipnoterapi di Yayasan Al-Fatha memiliki korelasi yang erat dengan metode tafsir *maudhu'i* (tematik). Terapis atau pembimbing secara tematik menghimpun ayat-ayat Al-Qur'an yang menarasikan tentang ketenangan jiwa (*tuma'ninah*), pengelolaan rasa takut (*khauf*), dan nilai kesabaran. Dalam ranah hipnoterapi, kumpulan makna dari tafsir tematik ini tidak sekadar dimaknai sebagai teks bacaan, melainkan ditransformasikan menjadi afirmasi atau sugesti positif untuk menembus pikiran bawah sadar. Melalui resonansi ayat yang dibaca, pola kognitif klien yang rusak akibat adiksi secara bertahap dirombak dan direstrukturisasi menggunakan kerangka keyakinan spiritual tersebut.

Secara psikologis dan neurologis modern, korelasi antara lantunan Al-Qur'an dan penyembuhan gangguan mental memiliki landasan ilmiah yang kuat. Ketika seseorang berada dalam kondisi stres akut, depresi, atau sakau akibat putus zat, otak memproduksi hormon kortisol secara berlebihan dan gelombang otak berada pada fase *Beta* (tegang dan reaktif). Lantunan murattal Al-Qur'an, yang memiliki ritme, tempo, dan *makharijul huruf* yang khas, menghasilkan frekuensi suara terapeutik.

Ketika frekuensi suara Al-Qur'an ini ditangkap oleh indera pendengaran, stimulus tersebut diteruskan ke korteks auditori di otak dan merangsang sistem saraf parasimpatis. Stimulasi ini memicu penurunan hormon kortisol dan sebaliknya meningkatkan pelepasan endorfin serta serotonin (hormon ketenangan). Secara bertahap, gelombang otak klien akan menurun dari fase *Beta* menuju fase *Alpha* (rileks) dan *Theta* (kondisi sangat rileks atau meditatif). Dalam kondisi gelombang *Theta* inilah yang dalam ilmu hipnoterapi disebut sebagai kondisi trans (*trance*), pikiran alam bawah sadar

(*subconscious mind*) terbuka lebar. Hal ini menjelaskan mengapa hipnoterapi Al-Qur'an sangat efektif, yakni lantunan ayat suci mampu menembus *critical factor* (faktor kritis/penolakan) di otak pecandu, sehingga sugesti positif dan nilai-nilai ketuhanan dapat ditanamkan kembali untuk menggantikan memori traumatis dan dorongan adiktif mereka.

3. Penerapan Teori Resepsi Fungsional dalam Hipnoterapi Al-Qur'an Kolektif

Untuk membaca bagaimana teks suci yang pasif bertransformasi menjadi praksis penyembuhan yang aktif, penelitian ini menggunakan pendekatan *Living Qur'an* melalui Teori Resepsi Fungsional Ahmad Rafiq. Teori ini menyoroti bagaimana suatu komunitas memperlakukan Al-Qur'an secara praktis melalui dua dimensi, yakni resepsi informatif dan performatif.

Aspek informatif merujuk pada pengambilan nilai-nilai atau pengetahuan dari teks suci yang diinternalisasi menjadi landasan terapi, sedangkan aspek performatif mencakup penggunaan ayat-ayat Al-Qur'an dalam ritual penyembuhan.³³ Dalam konteks hipnoterapi, pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi bagaimana sugesti positif dari kandungan Al-Qur'an diaktualisasikan melalui teknik relaksasi psikologis, sekaligus menganalisis makna simbolis yang melekat pada praktik tersebut.

Dalam konteks Yayasan Al-Fatha, aspek informatif tercermin pada ekstraksi nilai-nilai ketenangan (*sakinah*) dari ayat Al-Qur'an yang diinternalisasikan oleh terapis menjadi bahan sugesti kognitif. Sementara itu, aspek performatif terwujud dalam laku pembacaan massal usai salat fardu serta sesi mendengarkan murattal secara kolektif selama 30 menit. Praktik performatif berjamaah ini menciptakan resonansi spiritual yang melumpuhkan

³³ Moh Zainuri Fauzi, Muhammad Ulinnuha Khusnan, and Samsul Ariyadi, 'Resepsi Fungsional Ayat-Ayat Syifā' (Studi Living Qur'an Terhadap Yayasan Arsyada Yadaka)', *Hikami : Jurnal Ilmu Alquran Dan Tafsir*, 4.2 (2023), pp. 199–212, 201 doi:10.59622/jiat.v4i2.103.

resistensi pikiran sadar (*critical factor*), sehingga sugesti positif Al-Qur'an dapat menembus pikiran bawah sadar generasi muda secara presisi.

4. Psikologi Adiksi dan Kerentanan Generasi Muda

Untuk memahami mengapa intervensi hipnoterapi Al-Qur'an memiliki tantangan tersendiri pada tahap awal penerapannya di Yayasan Al-Fatha, diperlukan pemahaman mendasar mengenai psikologi adiksi (kecanduan). Adiksi NAPZA pada generasi muda bukan sekadar masalah moral, melainkan penyakit otak kronis (*chronic brain disease*) yang mengubah struktur dan fungsi sistem saraf pusat.³⁴

Ketika seorang remaja mengonsumsi narkotika secara berkala, zat tersebut memanipulasi sistem *reward* (penghargaan) di otak dengan membanjirinya menggunakan dopamin (hormon kesenangan) secara tidak wajar. Akibatnya, ketika asupan zat tersebut dihentikan (sebagaimana yang terjadi pada fase isolasi/detoksifikasi 14 hari di yayasan), otak mengalami *withdrawal syndrome* atau sindrom putus zat (sakau).³⁵

Secara psikologis, fase putus zat ini memunculkan gejala-gejala gangguan mental yang sangat ekstrem, antara lain:

a. Kecemasan Akut (*Anxiety*)

Klien merasa gelisah, terancam, dan tidak bisa tenang karena sistem saraf parasimpatisnya kehilangan kendali.

³⁴ Hasnawati, 'Membangkitkan Generasi Muda Berintegritas Serta Meningkatkan Pola Hidup Sehat Bebas Dari Napza Pada Siswa (I) SMA Negeri 13 Takalar', *COVIT (Community Service of Health)*, 2.1 (2022), pp. 46–52, 48, doi:10.31004/covit.v2i1.3991.

³⁵ Syarifah Gustiawati Mukri, A Rahmat Rosyadi, and Didin Saefuddin, 'Metode Pendidikan Islam Dalam Penanggulangan Penyalahgunaan Narkotika Bagi Remaja Di Pondok Remaja Inabah Suryalaya Tasikmalaya', *Ta Dibuna: Jurnal Pendidikan Islam*, 4.1 (2015), pp. 43–68, 45, doi:10.32832/tadibuna.v4i1.575.

b. Depresi dan Agresivitas

Munculnya perasaan putus asa yang kerap diekspresikan melalui sifat reaktif, berontak, dan penolakan keras (*denial*) terhadap lingkungan sekitar.

c. Gangguan Kognitif dan Persepsi

Pada kasus pemakaian narkotika tingkat berat (seperti sabu/methamphetamine), kerusakan kognitif dapat memicu episode psikotik singkat, seperti paranoia dan halusinasi pendengaran (delusi auditori).³⁶

Pemahaman teoritis mengenai kerusakan psikologis dan neurologis inilah yang menjadi pijakan mengapa pendekatan lisan/nasihat biasa seringkali gagal pada fase awal. Oleh karena itu, Yayasan Al-Fatha menggunakan metode karantina ketat yang kemudian disusul dengan "frekuensi gelombang suara" dari murattal Al-Qur'an, yang secara ilmiah diyakini mampu merangsang gelombang *theta* di otak untuk mengembalikan ketenangan batin sebelum pola pikir klien direkonstruksi.

5. Teori Koping Religius (*Religious Coping Theory*)

Mekanisme menurunnya tingkat stres, kecemasan, dan overthinking pada generasi muda di Yayasan Al-Fatha dijelaskan secara ilmiah melalui *Religious Coping Theory* yang dikembangkan oleh Kenneth I. Pargament. Pargament mendefinisikan coping religius sebagai upaya individu dalam memahami dan menangani stresor kehidupan dengan menggunakan sumber daya keagamaan,

³⁶ Medina Chodijah, Izzah Faizah Siti Rusydati Khaerani, and Reiha Fadhilah, 'Penyuluhan Bahaya Narkotika Berbasis Partisipatory Action Research (Studi Lapangan Di Kalangan Pemuda Karang Taruna Kota Banjar)', *Syifa Al-Qulub*, 2.2 (2018), pp. 1–11, 2, doi:10.15575/saq.v2i2.2973.

yang terbagi menjadi koping positif (*seeking spiritual support*) dan koping negatif (*spiritual discontent*).³⁷

Pargament secara lebih rinci mengklasifikasikan bahwa individu yang menggunakan koping negatif (*negative religious coping*) sering kali memandang Tuhan sebagai sosok yang menghukum (*punishing God*), merasa ditinggalkan oleh Sang Pencipta, atau meyakini bahwa penderitaan dan kecanduan yang mereka alami adalah kutukan yang tidak bisa diubah. Keyakinan fatalis inilah yang membuat generasi muda pengguna NAPZA sulit untuk sembuh dan cenderung memberontak saat direhabilitasi.

Sebaliknya, melalui intervensi hipnoterapi Al-Qur'an yang konsisten, panti rehabilitasi berupaya merangsang pergeseran menuju koping positif (*positive religious coping*). Pargament menyebutkan beberapa bentuk koping positif ini, di antaranya adalah *spiritual connection* (mencari hubungan yang menenangkan dengan Tuhan) dan *benevolent religious reappraisal* (mendefinisikan ulang krisis sebagai peluang dari Tuhan untuk menjadi pribadi yang lebih baik). Transformasi dari koping negatif ke koping positif inilah yang menjadi indikator kunci bahwa penyembuhan psikologis secara internal telah terjadi, di mana klien tidak lagi menyalahkan takdir, melainkan menjadikan agama sebagai sumber kekuatan utama untuk mempertahankan masa pemulihannya.³⁸

Sederhananya, teori ini membagi cara manusia dalam menghadapi masalah ke dalam dua bentuk: menyerah pada keadaan (koping negatif) atau bangkit mencari kekuatan dari Tuhan (koping positif). Anak muda yang sedang terjerat narkoba dan baru masuk rehabilitasi sering kali berada pada fase pertama. Mereka marah pada keadaan, merasa Tuhan tidak adil, mudah tersinggung, dan

³⁷ Eny Purwandari and others, 'Training on Religious Coping Strategies for Educators in the Face of the Covid-19 Pandemic', *Community Empowerment*, 7.8 (2022), pp. 1286–93, 1287, doi:10.31603/ce.5537.

³⁸ Purwandari and others, 'Training on Religious Coping Strategies for Educators in the Face of the Covid-19 Pandemic', hlm. 1287.

menganggap masa depan mereka sudah hancur. Namun, ketika mereka perlahan diajak untuk rutin mendengarkan dan membaca Al-Qur'an, hati yang keras itu mulai melunak. Mereka mulai menyadari bahwa musibah dan ujian ini bukanlah akhir dari segalanya, melainkan sebuah teguran kasih sayang dari Tuhan agar mereka kembali ke jalan yang benar. Perubahan sudut pandang dari yang awalnya suka menyalahkan takdir menjadi lebih ikhlas dan sabar inilah yang menjadi kunci utama kesembuhan batin mereka.

Generasi muda yang mengalami gangguan psikologis umumnya terjebak dalam koping negatif, yang ditandai dengan perasaan diabaikan, sendirian, dan tertekan oleh realitas sosial. Melalui hipnoterapi Al-Qur'an kolektif, Yayasan Al-Fatha memfasilitasi terjadinya *beneficent religious reappraisal*. Ketika lantunan Al-Qur'an diperdengarkan dalam fase relaksasi hipnotik, frekuensi suara tersebut merangsang sistem saraf parasimpatis untuk menekan hormon kortisol. Al-Qur'an bertindak sebagai *spiritual anchor* yang mengubah persepsi kognitif pasien dari "korban keadaan" menjadi "hamba yang sedang dipulihkan", sehingga memutus siklus ruminasi (*overthinking*) di otak.³⁹

6. Konsep Rehabilitasi dan Pemulihan Holistik

Subjek terapi di Yayasan Al-Fatha adalah generasi muda dengan kerentanan mental berat, termasuk riwayat adiksi narkoba dan delinkuensi perilaku, sehingga tolok ukur kesembuhannya tidak dapat dibatasi pada pengurangan gejala klinis semata. Penelitian ini mengadopsi konsep Pemulihan Holistik Multidimensi, di mana efektivitas hipnoterapi Al-Qur'an diukur melalui tiga spektrum pemulihan berikut:⁴⁰

³⁹ Aufa Laila Nihla and Nury Sukraeny, 'Penerapan Terapi Murattal Al-Qur'an Surat Ar- Rahman Untuk Menurunkan Intensitas Skala Nyeri Kepala Pada Pasien Cedera Kepala Di RSUD KRMT Wongsonegoro Kota Semarang', *Holistic Nursing Care Approach*, 3.1 (2023), p. 11, doi:10.26714/hnca.v3i1.11134.

⁴⁰ Defiana Mukti and Syarifah Handayani, 'Trends in Islamic Psychotherapy for Enhancing Spiritual Well-Being in Drug Addiction Recovery',

a. Dimensi Spiritual

Terjadinya rekonsiliasi hubungan antara hamba dengan Tuhan. Indikatornya tampak pada munculnya ketenangan batin (*tuma'ninah*), berkurangnya rasa bersalah patologis (*toxic guilt*), serta pulihnya kesadaran beribadah secara sukarela.

b. Dimensi Psikologis

Tercapainya regulasi emosi yang stabil. Hal ini ditandai dengan menurunnya hiperaktivitas kecemasan (*anxiety*), meredanya ketegangan kognitif, serta meningkatnya resiliensi generasi muda dalam menghadapi tekanan hidup.

c. Dimensi Sosial

Rekonstruksi fungsionalitas diri di masyarakat. Pemulihan ini tercermin dari lahirnya kembali rasa percaya diri, terkikisnya perasaan terasing (*alienation*), serta kesiapan mental klien untuk berintegrasi kembali ke lingkungan sosial tanpa terbelenggu oleh stigma masa lalu.

C. Definisi Operasional

Agar terhindar dari kesalahpahaman terkait istilah-istilah dalam judul penelitian ini, penulis merasa perlu untuk menjelaskan makna dari kata-kata yang bersifat abstrak. Hal ini bertujuan untuk memberikan definisi yang lebih jelas untuk menjadi panduan dalam pembahasan.

a. Hipnoterapi Al-Qur'an

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), hipnoterapi adalah penyembuhan gangguan jiwa dengan membawa penderita ke suatu keadaan trans agar penderita mengeluarkan isi hatinya (dalam keadaan sadar ia tidak bersedia menceritakannya).

Hipnoterapi merupakan pendekatan terapeutik yang menggunakan sugesti untuk mempengaruhi pikiran bawah sadar seseorang.⁴¹

Dalam praktiknya, hipnoterapi Al-Qur'an dapat dilakukan dengan cara mendengarkan bacaan atau dibacakan ayat-ayat Al-Qur'an dengan suara yang merdu dan menenangkan. Terapi ini terbukti efektif untuk mengatasi berbagai masalah kesehatan, seperti meningkatkan kualitas tidur, mengurangi nyeri, menurunkan kecemasan, serta menstabilkan kondisi hemodinamik dan meningkatkan kesadaran pasien. Selain itu, hipnoterapi Al-Qur'an juga dapat diterapkan untuk membantu proses menghafal Al-Qur'an⁴² dan sebagai bagian dari terapi transformasi spiritual untuk anak-anak autis.⁴³

Dalam konteks penelitian ini, yang dimaksud dengan Hipnoterapi Al-Qur'an bukanlah pendekatan klinis individual ala Barat (induksi trans formal perorangan), melainkan sebuah intervensi spiritual yang dilakukan melalui model stimulasi auditori dan visual secara kolektif (berjamaah) bagi para residen di Yayasan Al-Fatha. Keadaan relaksasi mendalam (trans) dicapai secara alami melalui resonansi pembacaan dan pendengaran ayat-ayat suci Al-Qur'an secara massal. Hipnoterapi Al-Qur'an menggabungkan metode sugesti pikiran bawah sadar dengan kekuatan bacaan ayat suci, di mana Al-Qur'an berperan sebagai media terapi utama yang mampu menenangkan jiwa dan membuka ruang penyembuhan pikiran melalui kedalaman makna spiritual. Penanaman sugesti positif selanjutnya diperkuat melalui proses restrukturisasi kognitif

⁴¹ Abdul Fakhry Lapandjang and Zahro Varisna Rohmadani, 'The Effect of Hypnotherapy on Reducing Anxiety Presentation in Students', 2.1 (2022), pp. 154–59, hlm. 155.

⁴² Utami Syahdiah, Budiman Budiman, and Umi Nur Kholifah, 'Memorizing the Quran with Hypnotherapy Method', *INSPIRA: Indonesian Journal of Psychological Research*, 4.2 (2023), pp. 214–22, hlm. 215.

⁴³ Fitria Ayuningtyas and Jude William Genilo, 'Spiritual Transformation Healing For Children With Autism At Rumah Autis Depok, Indonesia', *Al-Balagh : Jurnal Dakwah Dan Komunikasi*, 7.1 (2022), hlm. 8.

dalam kajian keagamaan terstruktur untuk mengatasi gangguan psikologis pada klien.

b. Generasi Muda

Generasi menurut KBBI yaitu sekalian orang yang kira-kira sama waktu hidupnya. Sementara itu, muda adalah kelompok (golongan, kaum) muda. Generasi muda dalam konteks penelitian ini merujuk pada kelompok usia 15-30 tahun yang berada dalam fase transisi perkembangan fisik, kognitif, dan sosial-emosional.

Batasan ini mengacu pada sintesis definisi UU No. 40 Tahun 2009 tentang Kepemudaan yang menetapkan rentang 16-30 tahun,⁴⁴ serta kajian demografis UNESCO dan Badan Kependudukan Dunia yang memasukkan remaja akhir (15-18 tahun) sebagai bagian integral dari populasi pemuda. Periode ini ditandai oleh peningkatan kerentanan terhadap gangguan psikologis akibat tekanan akademik, dinamika identitas, dan transisi peran sosial.

Secara sosiologis, generasi muda usia 15-30 tahun merupakan kelompok strategis yang sedang membentuk self-concept sekaligus menghadapi tantangan era digital, sehingga memerlukan intervensi kesehatan mental yang kontekstual. Penetapan batas bawah 15 tahun didasarkan pada temuan Riskesdas 2018 yang mengidentifikasi onset gangguan emosional mulai muncul pada remaja pertengahan, sementara batas atas 30 tahun selaras dengan fase stabilisasi karier dan keluarga dalam siklus hidup manusia. Maka yang menjadi batasan generasi muda pada penelitian ini adalah usia 15-30 tahun.

c. Gangguan Psikologis

Gangguan psikologis secara harfiah dapat didefinisikan dengan mengurai dua kata pembentuknya. Berdasarkan Kamus

⁴⁴ Mugia Bayu Rahardja and others, 'Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja Dan Dewasa Muda Di Jakarta Dan Jawa Barat: Survei Demografi Dan Kesehatan Indonesia 2017', *Journal of the Indonesian Medical Association*, 74.2 (2024), pp. 71–78, hlm. 72, doi:10.47830/jinma-vol.74.2-2024-392.

Besar Bahasa Indonesia (KBBI), kata "gangguan" memiliki arti: (1) halangan; rintangan; godaan; (2) sesuatu yang menyusahkan; (3) hal yang menyebabkan ketidakwarasan atau ketidaknormalan (tentang jiwa, kesehatan, pikiran); (4) hal yang menyebabkan ketidaklancaran. Sementara kata "psikologis" diartikan sebagai berkenaan dengan psikologi; bersifat kejiwaan.

Dari pengertian tersebut, dapat disimpulkan bahwa gangguan psikologis adalah kondisi yang menyebabkan ketidakwarasan atau ketidaknormalan yang berkenaan dengan kejiwaan atau mental seseorang. Gangguan ini berkaitan dengan proses mental, baik normal maupun abnormal, yang memengaruhi perilaku seseorang.

Dalam konteks penelitian ini, gangguan psikologis secara spesifik merujuk pada ketidakstabilan mental dan emosional yang dialami oleh generasi muda akibat penyalahgunaan zat adiktif (NAPZA) serta efek dari sindrom putus zat (sakau) selama masa rehabilitasi di Yayasan Al-Fatha. Bentuk gangguan psikologis yang diteliti meliputi stres, kecemasan akut (*anxiety*), depresi, *overthinking*, emosi yang sangat reaktif atau meledak-ledak, penolakan realitas (*denial*), hingga pada tingkat yang parah memunculkan kerusakan kognitif seperti halusinasi pendengaran (delusi auditori).

Dengan memperjelas batasan konseptual ketiga istilah kunci tersebut, penelitian ini menegaskan kerangka kerja operasional yang menghubungkan pemahaman ilmiah yang tepat dengan konteks yang relevan di lapangan. Penelitian ini menjelaskan bagaimana hipnoterapi Al-Qur'an menggabungkan metode sugesti dengan spiritualitas. Terapi ini berfokus pada kelompok usia 15-30 tahun untuk menangani secara spesifik masalah psikologis akibat adiksi yang kerap terjadi pada masa transisi (peralihan) dan rehabilitasi. Dengan pendekatan yang menghubungkan aspek medis dan spiritual, penelitian ini memberikan dasar untuk mengukur efektivitas terapi dalam konteks budaya Indonesia.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Lokasi Penelitian

Adapun lokasi penelitian ini dilakukan di Pusat Rehabilitasi Narkoba Yayasan Al-Fatha, Jl. Teuku Nyak Arief Lorong Aria No.6A, Lamgugob, Kec. Syiah Kuala, Kota Banda Aceh, Aceh. Lokasi ini dipilih karena memiliki keunikan dan relevan dengan tujuan penelitian, terutama dalam konteks kesehatan mental. Yayasan ini telah menerapkan Al-Qur'an sebagai terapi dalam pengobatan gangguan psikologis, termasuk membantu pemulihan kecanduan narkoba⁴⁵ melalui pendekatan yang menggabungkan perubahan perilaku, spiritualitas, dan metode seperti pengajian Al-Qur'an, yang terbukti efektif. Selain itu, rangkaian kegiatan pengajian, pembacaan, dan pendengaran Al-Qur'an secara terstruktur ini merupakan pilar dan metode utama dalam pemulihan psikospiritual peserta rehabilitasi di Yayasan Al-Fatha.

Yayasan Al-Fatha menyelenggarakan program hipnoterapi Al-Qur'an yang meliputi beberapa tahapan: pertama, pembacaan ayat-ayat Al-Qur'an secara bersama-sama setiap selesai salat wajib; kedua, mendengarkan lantunan ayat suci Al-Qur'an selama kurang lebih 30 menit setelah salat Subuh dan Maghrib; serta ketiga, pengajian rutin mingguan dengan materi-materi positif yang diambil dari penjelasan Al-Qur'an. Dengan program yang spesifik dan terstruktur tersebut, lokasi ini memberikan peluang untuk memahami lebih dalam penerapan Al-Qur'an dalam terapi psikologis secara praktis.

⁴⁵ Ari Siswoyo, "Yayasan Pusat Rehabilitasi Narkoba Al-Fatha Siap Bantu Pecandu Untuk Pulih Dan Produktif," *RUBIS.ID*, 2023, diakses May 15, 2025, <https://www.rubis.id/2023/04/17/yayasan-pusat-rehabilitasi-narkoba-al-fatha-siap-bantu-pecandu-untuk-pulih-dan-produktif/>.

B. Jenis Penelitian

Penelitian ini dilakukan di lapangan (*field research*) dengan pendekatan deskriptif. Metode penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan dan menjelaskan gejala, peristiwa, atau kejadian yang sedang terjadi saat ini. Melalui pendekatan ini, peneliti berupaya mendeskripsikan suatu peristiwa dan kejadian yang menjadi fokus penelitian tanpa memberikan intervensi atau perlakuan khusus terhadap peristiwa tersebut.⁴⁶ Dalam situasi ini, peneliti melakukan observasi langsung di lapangan untuk mengumpulkan data yang relevan dengan penelitian, melalui observasi langsung terhadap aktivitas membaca, mendengarkan Al-Qur'an, dan pengajian rutin yang dilaksanakan secara berjamaah oleh peserta program rehabilitasi di Yayasan Al-Fatha.

C. Informan Penelitian

Untuk mendapatkan informasi yang jelas dan akurat, peneliti memilih informan berdasarkan kriteria yang sangat spesifik (*purposive*), yakni klien generasi muda berusia 15 hingga 30 tahun yang sedang menjalani masa pemulihan dengan riwayat gangguan kejiwaan ekstrem akibat kecanduan berat. Berdasarkan parameter tersebut, ditetapkan jumlah akhir informan sebanyak 8 orang. Rincian informan meliputi 5 orang klien (residen) dengan rentang masa pemulihan 2 hingga 7 bulan, 1 orang petugas pendamping *Mayor On Duty (MOD)*, 1 orang Manajer Program, dan Ketua Yayasan Al-Fatha Banda Aceh.

Guna mendapatkan kedalaman data terkait perubahan psikologis, peneliti menetapkan beberapa orang klien (residen) sebagai informan utama, beserta pihak manajemen yayasan. Berikut adalah profil singkat informan yang merepresentasikan

⁴⁶ Juliansyah Noor, *Metodologi Penelitian: Skripsi, Tesis, Disertasi dan Karya Ilmiah* (Jakarta: Prenada Media Group, 2016), 34–35.

keberagaman latar belakang dan tingkat keparahan gangguan mental saat awal masa rehabilitasi:

1. Auliadi (26 Tahun): Telah menjalani masa rehabilitasi selama 4 bulan. Mengalami keluhan awal berupa stres akut, kecemasan berlebihan, dan *overthinking*. Ia mengalami fase penolakan (*denial*) yang kuat karena merasa dikurung secara paksa oleh keluarganya.
2. M. Syuhada (29 Tahun): Residen terlama dalam sampel ini (6-7 bulan). Mewakili klien dengan tingkat gangguan psikologis terberat, di mana fase putus zat yang dialaminya memicu kecemasan tingkat tinggi hingga memunculkan delusi auditori (halusinasi pendengaran berupa bisikan-bisikan).
3. Indra Hermawan (25 Tahun): Telah direhabilitasi selama 6 bulan. Kondisi awal ditandai dengan depresi berat dan emosi yang sangat reaktif (meledak-ledak) akibat ketidakterimaan terhadap realitas rehabilitasi.
4. Fikri A. (23 Tahun): Residen baru yang berjalan 3 bulan. Mengalami fase pemberontakan psikologis akut di masa isolasi, memicu *overthinking* dan dorongan impulsif untuk melarikan diri.
5. Hidayatullah (30 Tahun): Berada di yayasan selama hampir 2 bulan. Ia merupakan klien dengan kasus *relapse* (kambuh) yang memiliki beban mental sangat berat. Sebagai mantan aparat penegak hukum, insiden ini membuatnya kehilangan seragam dinas, memicu depresi situasional dan penyesalan yang mendalam.

D. Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data adalah bagian penting dalam penelitian ini untuk mendapatkan informasi yang sesuai dengan

standar yang telah ditentukan.⁴⁷ Teknik pengumpulan data yang digunakan oleh peneliti merupakan kombinasi dari observasi (pengamatan langsung), wawancara (*interview*), dan dokumentasi.

a. Observasi Partisipatif

Dalam penelitian ini, penulis tidak sekadar menjadi pengamat pasif, melainkan melakukan observasi partisipatif (*participant observation*) secara langsung terhadap aktivitas harian residen di Yayasan Al-Fatha. Fokus pengamatan diarahkan pada tata ruang panti (termasuk ruang isolasi detoksifikasi di lantai dua dan ruang komunal di lantai dasar), kedisiplinan jadwal harian, serta proses pelaksanaan hipnoterapi Al-Qur'an. Penulis mengamati secara langsung respons fisik dan emosional para klien saat diputar lantunan murattal selama 30 menit sebelum waktu salat, serta dinamika sosial mereka saat membentuk formasi melingkar untuk membaca Al-Qur'an (1 'ain per orang) pascasalat berjamaah di bawah pengawasan petugas Mayor On Duty (MOD).

b. Wawancara

Metode wawancara digunakan agar penulis dapat memperoleh informasi yang lebih detail, yang mungkin tidak terlihat hanya dari pengamatan langsung. Melalui wawancara ini, penulis ingin mengidentifikasi bagaimana proses pelaksanaan hipnoterapi Al-Qur'an di Yayasan Al-Fatha serta menggali perannya terhadap kondisi psikologis peserta. Ada beberapa pihak utama yang akan penulis wawancarai dalam penelitian ini. Pertama, Manajer Program atau penanggung jawab kegiatan, untuk menanyakan mengenai gambaran umum program, prosedur pelaksanaan, serta kendala yang dihadapi yayasan. Kedua, pihak terapis, untuk mengidentifikasi teknik penerapan terapi Al-Qur'an dan bagaimana pemantauan mereka terhadap perubahan mental peserta rehabilitasi. Ketiga, para peserta atau klien yang berusia antara 15 sampai 30 tahun.

⁴⁷ Sugiyono, "*Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*" (Bandung: ALFABETA, 2013), 225.

Wawancara dengan peserta bertujuan untuk mendengar langsung pengalaman mereka terkait efek terapi ini dalam mengurangi stres, kecemasan, maupun masalah psikologis lainnya.

Dalam melakukan proses wawancara ini, peneliti berusaha tidak memosisikan diri sebagai orang asing yang sedang menginterogasi, melainkan sebagai teman diskusi yang bersedia mendengarkan keluh kesah mereka secara terbuka. Pendekatan yang santai, humanis, dan penuh empati ini sangat penting dilakukan. Mengingat para klien umumnya masih memiliki trauma atau cenderung tertutup, mereka butuh rasa aman untuk mau bercerita. Dengan suasana yang nyaman tersebut, cerita yang mereka sampaikan mengenai beratnya menahan rasa sakau, munculnya kecemasan, hingga rasa lega dan tenang yang mereka dapatkan setelah mengikuti terapi Al-Qur'an, dapat mengalir secara jujur dan apa adanya tanpa ada rasa takut dihakimi oleh peneliti.

c. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan teknik pengumpulan data dengan berupa tulisan, gambar atau karya-karya yang berkaitan dengan penelitian yang dilakukan. Teknik dokumentasi berfungsi sebagai pelengkap untuk teknik observasi dan wawancara dalam penelitian kualitatif.⁴⁸

Teknik dokumentasi digunakan untuk memverifikasi data lisan dan observasi. Dalam tahap ini, penulis mengumpulkan dokumen-dokumen fisik, papan informasi, dan rekam jejak legalitas yang terpampang di Yayasan Al-Fatha. Data dokumentasi yang dianalisis meliputi spanduk identitas yayasan, poster daftar tenaga profesional dan aktivitas klien, hingga sertifikat akreditasi kelembagaan. Penulis juga mendokumentasikan foto-foto kegiatan nyata klien saat duduk melingkar di atas karpet dan sajadah dalam ruang tengah untuk membaca Al-Qur'an, lengkap dengan afirmasi

⁴⁸ Sugiyono, *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, 240.

visual di dinding ruangan yang bertuliskan "*Membantu Orang Lain Dapat Membantu Dirinya Sendiri*". Seluruh data visual dan arsip ini menjadi bukti autentik berjalannya pendekatan holistik di yayasan tersebut.

E. Teknik Analisis Data

Dalam penelitian ini, peneliti akan menerapkan teknik analisis data deskriptif kualitatif, yang bertujuan untuk menggambarkan dan menjelaskan data yang diperoleh dari lapangan secara sistematis dan menyeluruh. Adapun tahapan analisis data yang akan dilakukan adalah sebagai berikut:

1. Kondensasi Data

Pada tahap ini, peneliti melakukan kondensasi data, yaitu proses pemilihan, pemfokusan, penyederhanaan, dan abstraksi data kasar yang diperoleh dari hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi⁴⁹ di Yayasan Al-Fatha. Proses ini tidak berarti sekadar membuang data, melainkan memadatkan dan merangkum informasi agar lebih bermakna. Data yang kurang relevan akan dipilah, sedangkan informasi penting yang benar-benar berkaitan dengan fokus penelitian akan disatukan dan dikelompokkan sesuai dengan tema rumusan masalah agar lebih mudah dianalisis.

2. Penyajian Data

Setelah proses kondensasi data, peneliti akan menyajikan data dalam bentuk narasi deskriptif yang sistematis dan mudah dipahami. Penyajian data ini membantu peneliti lebih mudah memahami masalah yang ada dan merencanakan langkah berikutnya, yaitu penarikan kesimpulan.

⁴⁹ Matthew B. Miles, A. Michael Huberman, and Johnny Saldaña, *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook*, 3rd ed. (Los Angeles: SAGE, 2014), 10.

3. Penarikan Kesimpulan

Setelah melakukan kondensasi dan penyajian data, penarikan kesimpulan menjadi langkah selanjutnya. Kesimpulan ini disusun berdasarkan analisis data yang telah dilakukan, dengan merujuk pada informasi yang diperoleh dari observasi, wawancara, dan dokumentasi. Selain itu, peneliti juga harus memastikan bahwa data yang digunakan telah diverifikasi kebenarannya melalui bukti yang ditemukan di lokasi penelitian.

Dari penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa proses analisis data dilakukan dengan beberapa tahap untuk memperoleh hasil yang dapat dipertanggungjawabkan. Tahapan dalam pengolahan data mencakup pengumpulan hasil observasi dan wawancara melalui dokumentasi, kemudian menganalisis data dengan menyederhanakan, mengolah, dan menarik kesimpulan.



BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Profil Yayasan Pusat Rehabilitasi Narkoba Al-Fatha Banda Aceh

Yayasan Pusat Rehabilitasi Narkoba Al-Fatha merupakan sebuah lembaga kesejahteraan sosial yang berfokus pada penanganan dan pemulihan korban penyalahgunaan NAPZA (Narkotika, Psikotropika, dan Zat Adiktif). Lembaga ini berlokasi di Jl. Teuku Nyak Arief, Lorong Aria No. 6A, Lamgugob, Kecamatan Syiah Kuala, Kota Banda Aceh. Yayasan ini diketuai oleh Zulfikar, yang memulai inisiatif pendirian pusat rehabilitasi ini dengan pendekatan yang mengintegrasikan penanganan medis, psikologis, dan nilai-nilai spiritual Islam.⁵⁰

1. Gambaran Umum Yayasan Al-Fatha Banda Aceh

Kehadiran Yayasan Al-Fatha di tengah masyarakat Kota Banda Aceh memiliki peran strategis sebagai ruang pemulihan bagi generasi muda yang terpapar zat adiktif. Secara historis, yayasan ini didirikan pada tahun 2020 dan pada awal pendiriannya berlokasi di kawasan Peulanggahan, Keudah, di sekitar Kecamatan Kuta Raja.⁵¹ Seiring berjalannya waktu dan meningkatnya kebutuhan akan sarana yang lebih representatif untuk pemulihan residen, yayasan ini kemudian direlokasi ke kawasan Lamgugob.

Secara kelembagaan dan legalitas, Yayasan Al-Fatha beroperasi secara resmi di bawah naungan Kementerian Sosial (Kemensos) Republik Indonesia dan telah memiliki Sertifikat Akreditasi serta diakui sebagai Penyelenggara Layanan Rehabilitasi

⁵⁰ 'Hasil Observasi Peneliti Terhadap Dokumen Dan Sertifikat Di Yayasan Al-Fatha Banda Aceh', 9 Juli 2026.

⁵¹ 'Wawancara dengan Bapak Maskur, Manajer Program dan Fasilitator Program Rehabilitasi Yayasan Al-Fatha, Banda Aceh, 11 Juli 2026.

Sosial Rawat Inap Tipe III yang sesuai dengan SNI 8807:2022.⁵² Dalam pelaksanaan programnya, Badan Narkotika Nasional (BNN) berkedudukan sebagai mitra kerja sama, bukan sebagai penanggung utama.⁵³ Selain itu, yayasan ini juga menjalin sinergi yang kuat dengan aparat penegak hukum setempat, yakni anggota Polsek, untuk memastikan keamanan dan legalitas selama rata-rata 6 bulan masa pemulihan residen.

Pada awal kedatangannya, sarana dan prasarana di yayasan ini didesain secara khusus untuk mendukung tahapan pemulihan. Bangunan yayasan terdiri dari dua lantai. Lantai atas difungsikan secara khusus sebagai ruang detoksifikasi bagi residen baru selama empat belas hari pertama.⁵⁴ Pada masa kritis ini, klien diisolasi dan hanya diberikan fasilitas makan serta toilet di dalam kamar untuk memutus ketergantungan fisik mereka terhadap narkoba.⁵⁵

Desain arsitektur dan pemanfaatan tata ruang di Yayasan Al-Fatha dirancang secara spesifik untuk mendukung metode modifikasi perilaku. Bangunan berlantai dua ini memisahkan fase pemulihan secara tegas. Lantai atas difungsikan secara eksklusif sebagai zona detoksifikasi (isolasi). Klien yang baru masuk akan dikarantina selama 14 hari di dalam kamar yang hanya dilengkapi fasilitas tidur dan toilet di dalam, tanpa akses interaksi komunal. Isolasi ini merupakan prosedur mutlak untuk menekan reaksi biologis putus zat sebelum klien dinilai siap menerima intervensi spiritual.⁵⁶

Sementara itu, lantai dasar bertindak sebagai pusat rehabilitasi mental dan sosial. Terdapat ruang tamu, kantor manajemen berpenyekat, serta area garasi samping yang dialihfungsikan menjadi ruang kelas edukasi. Jantung utama dari

⁵² 'Hasil Observasi Peneliti Pada Papan Informasi Dan Sertifikat Yayasan' (2026).

⁵³ 'Wawancara dengan Maskur, 11 Juli 2026..

⁵⁴ 'Hasil Observasi Peneliti Terhadap Fasilitas Yayasan Al-Fatha' (2026).

⁵⁵ 'Wawancara dengan Maskur, 11 Juli 2026..

⁵⁶ 'Hasil Observasi Peneliti Di Lokasi'.

proses hipnoterapi Al-Qur'an berada di ruang tengah yang sangat luas. Area yang terhubung langsung dengan pintu-pintu kamar bawah ini dihampar karpet dan sajadah, menjadi sentral kegiatan jamaah seperti salat lima waktu, tilawah melingkar, kajian hari Kamis, hingga ruang interaksi sosial untuk makan dan beristirahat. Dinding ruangan ini juga dilengkapi afirmasi visual, salah satunya tertulis: "*Membantu Orang Lain Dapat Membantu Dirinya Sendiri*", yang secara psikologis terus menyugesti pikiran alam bawah sadar para residen.⁵⁷

Setelah melewati fase detoksifikasi, klien diturunkan ke lantai dasar yang memiliki ruang tamu, ruang kelas (hasil alih fungsi garasi samping), dan ruang tengah yang luas.⁵⁸ Ruang tengah inilah yang menjadi pusat aktivitas spiritual jamaah, mulai dari salat wajib berjamaah, mengaji bersama, mendengarkan tausiah, hingga kegiatan komunal lainnya.⁵⁹ Untuk mendukung kegiatan spiritual tersebut, pihak yayasan telah menyediakan fasilitas ibadah secara lengkap, meliputi pakaian muslim, peci, sajadah, mushaf Al-Qur'an, dan lembaran Asmaul Husna yang wajib dibaca bersama setiap usai salat Subuh.⁶⁰

Pemisahan zonasi antara lantai atas dan lantai dasar ini bukanlah sekadar pembagian ruang fisik, melainkan bagian integral dari desain psikoterapi lingkungan (*milieu therapy*). Lantai atas didesain sedemikian rupa untuk menciptakan suasana "hampa" yang memaksa residen untuk berhadapan langsung dengan realitas biologisnya tanpa adanya distraksi (hiburan atau interaksi). Pengisolasian ini secara psikologis bertujuan untuk memutus rantai manipulasi emosional yang sering dilakukan oleh pecandu saat menghadapi *craving* (sugesti kuat untuk menggunakan narkoba).

⁵⁷ 'Hasil Observasi Peneliti Terhadap Fasilitas Yayasan Al-Fatha'.

⁵⁸ 'Hasil Observasi Peneliti Di Lokasi'.

⁵⁹ 'Hasil Observasi Peneliti Di Lokasi'.

⁶⁰ 'Wawancara dengan Maskur, 11 Juli 2026..

Sebaliknya, begitu residen menuruni anak tangga menuju lantai dasar setelah 14 hari, mereka disambut oleh transisi atmosfer yang drastis. Ruang tengah lantai dasar yang terbuka, beralaskan ambal dan sajadah, didesain untuk menghadirkan kehangatan, penerimaan, dan kebersamaan komunal. Tidak ada lagi sekat-sekat isolasi. Dinding-dinding yang dihiasi kaligrafi dan afirmasi positif berfungsi sebagai *visual cue* (isyarat visual) yang secara konsisten mengirimkan pesan ke otak bawah sadar residen bahwa mereka kini berada di lingkungan yang aman, suci, dan penuh dukungan (*supportive environment*). Desain tata ruang yang kontras ini secara perlahan memprogram ulang persepsi residen dari "tahanan yang dihukum" (saat diisolasi) menjadi "hamba yang sedang dibina" (saat di ruang komunal).⁶¹

Dalam praktiknya, Yayasan Al-Fatha sangat menjaga kerahasiaan (konfidensialitas) data medis dan psikologis para residennya. Pemantauan terhadap perubahan perilaku dan mental residen dilakukan melalui proses *screening*, pengawasan ketat, serta pengamatan harian oleh staf *Major On Duty* (MOD).⁶² Berkas hasil perkembangan ini bersifat tertutup, sehingga evaluasi keberhasilan pemulihan lebih banyak ditinjau dari perubahan sikap keseriusan dan tingkat penerimaan (*acceptance*) klien untuk mengikuti program keagamaan yang ada.⁶³

Dengan demikian, gambaran umum Yayasan Al-Fatha menunjukkan bahwa lembaga ini bukan sekadar tempat karantina bagi pecandu narkoba, melainkan ruang hidup (rehabilitasi holistik) yang memadukan kedisiplinan medis dengan kelembutan pendekatan spiritual Islam. Kondisi inilah yang kemudian menjadi latar sosial penting bagi keberhasilan penerapan hipnoterapi Al-Qur'an di yayasan tersebut.

⁶¹ 'Hasil Observasi Peneliti Di Lokasi'.

⁶² 'Wawancara dengan Maskur, 11 Juli 2026..

⁶³ 'Wawancara dengan Maskur, 11 Juli 2026..

2. Visi dan Misi Yayasan Al-Fatha Banda Aceh

Sebagai landasan arah pengembangan lembaga, Yayasan Al-Fatha merumuskan visi dan misi yang menjadi pedoman utama dalam pelaksanaan kegiatan rehabilitasi sosial dan medis. Perumusan ini bertujuan untuk menegaskan identitas yayasan serta cita-cita kemanusiaannya.⁶⁴

a. Visi

Menjadi pusat layanan kemanusiaan, rehabilitasi sosial dan medis, pengurangan dampak buruk bagi korban penyalahgunaan NAPZA khusus pria, serta menjadi pusat informasi pelayanan HIV/AIDS regional Aceh 2025.⁶⁵

b. Misi

- 1) Melakukan pencegahan melalui informasi dan edukasi tentang bahaya NAPZA dan HIV/AIDS sesuai agama dan budaya Islam.
- 2) Melakukan sosialisasi mengenai bahaya penyalahgunaan NAPZA.
- 3) Melaksanakan kegiatan terapi dan rehabilitasi sosial.
- 4) Melakukan pelayanan program edukasi berbasis masyarakat.
- 5) Menciptakan sumber daya manusia (SDM) yang berkompetensi di bidang kemanusiaan.
- 6) Menjadi lembaga kesejahteraan sosial yang memberikan bantuan moral, spiritual, dan material.
- 7) Mengelola dana bantuan bagi penerima bantuan sosial.
- 8) Menjadi pusat informasi dan bantuan sosial di Provinsi Aceh.⁶⁶

3. Struktur Kepengurusan dan Tenaga Profesional

Untuk merealisasikan visi dan misi pemulihan yang holistik, Yayasan Al-Fatha menyusun kepengurusan dan melibatkan tenaga profesional dari berbagai disiplin ilmu, baik dari segi operasional,

⁶⁴ 'Hasil Observasi Dokumentasi Profil Yayasan Al-Fatha', 9 Juli 2026.

⁶⁵ 'Hasil Observasi Dokumentasi Profil Yayasan Al-Fatha'.

⁶⁶ 'Hasil Observasi Dokumentasi Profil Yayasan Al-Fatha'.

medis, psikologis, maupun keagamaan. Susunan kepengurusan dan tenaga ahli tersebut adalah sebagai berikut.⁶⁷

- a. Ketua Yayasan : Zulfikar
- b. Manajer Program : Maskur
- c. Psikiater : dr. Malawati, Sp.KJ
- d. Dokter Umum : dr. Cut Fida Zauzia
- e. Psikolog : Haiyun Nisa, S.Psi., M.Psi., Psikolog
- f. Perawat : Ns. Wahyudi, S.Kep
- g. Pembimbing Agama : Ustadz Abdullah, S.Ag

4. Legalitas, Sertifikasi, dan Kompetensi Profesional

Sebagai sebuah lembaga kesejahteraan sosial yang menangani isu sensitif seperti rehabilitasi narkoba dan kesehatan mental, Yayasan Al-Fatha memiliki landasan legalitas dan kompetensi profesional yang sangat kuat. Hal ini membuktikan bahwa praktik hipnoterapi Al-Qur'an yang mereka jalankan berada di bawah naungan prosedur standar operasional yang diakui oleh negara.⁶⁸

Berdasarkan hasil penelusuran dokumen dan sertifikat yang terpampang di ruang yayasan, lembaga ini telah mengantongi Sertifikat Akreditasi resmi dari Kementerian Sosial Republik Indonesia. Lebih jauh, Yayasan Al-Fatha juga menerima Sertifikat Penghargaan dari Badan Narkotika Nasional (BNN) Pusat pada Desember 2023, yang mengesahkan mereka sebagai Penyelenggara Layanan Rehabilitasi Sosial Rawat Inap Tipe III yang sesuai dengan Standar Nasional Indonesia (SNI) 8807:2022. Dukungan instansi pemerintah lainnya dibuktikan dengan adanya Surat Keterangan dari

⁶⁷ 'Hasil Observasi Papan Informasi Tenaga Profesional Yayasan Al-Fatha', 9 Juli 2026.

⁶⁸ 'Hasil Observasi Peneliti Terhadap Dokumen Dan Sertifikat Di Yayasan Al-Fatha Banda Aceh'.

Kesbangpol Kota Banda Aceh serta pengakuan dari Polisi Militer Kodam Iskandar Muda.⁶⁹

Dari segi sumber daya manusia, kredibilitas yayasan ini tidak lepas dari sosok Zulfikar selaku Ketua Yayasan. Berdasarkan deretan piagam yang diterbitkan oleh BNN Provinsi Aceh dan Kemensos RI, Zulfikar merupakan seorang Konselor Adiksi tersertifikasi. Ia tercatat telah menyelesaikan peningkatan kompetensi kurikulum 3 dan 8 di Medan pada tahun 2016 dan secara aktif menjadi pemateri atau narasumber dalam berbagai pelatihan tenaga medis dan konselor rehabilitasi berbasis masyarakat di Provinsi Aceh. Kombinasi antara legalitas kelembagaan tingkat nasional, sertifikasi konselor adiksi sang pendiri, serta pelibatan tenaga medis (psikiater dan psikolog) inilah yang menjadikan Yayasan Al-Fatha sangat mumpuni dalam meramu intervensi medis dengan terapi spiritual Al-Qur'an.⁷⁰

B. Pelaksanaan Hipnoterapi Al-Qur'an di Yayasan Al-Fatha Banda Aceh

Pelaksanaan hipnoterapi Al-Qur'an di Yayasan Al-Fatha memanifestasikan bagaimana kitab suci difungsikan lebih dari sekadar rutinitas ibadah, melainkan dihayati secara mendalam sebagai instrumen terapeutik. Jika dikaitkan dengan kerangka teoretis penelitian ini, praktik tersebut merupakan pengejawantahan dari konsep Al-Qur'an sebagai *syifa'* (obat/penawar) bagi permasalahan kejiwaan, sebagaimana dalil penegas dalam QS. Yunus ayat 57.⁷¹ Berbeda dengan praktik hipnoterapi modern pada umumnya yang menidurkan pasien secara individu di ruang tertutup, Yayasan Al-Fatha merancang terapi ini melalui serangkaian

⁶⁹ 'Hasil Observasi Peneliti Terhadap Dokumen Dan Sertifikat Di Yayasan Al-Fatha Banda Aceh'.

⁷⁰ 'Hasil Observasi Peneliti Pada Papan Informasi Dan Sertifikat Yayasan'.

⁷¹ Latif, 'Al-Qur'an Sebagai Sumber Rahmat Dan Obat Penawar (*Syifa'*) Bagi Manusia'.

kegiatan keagamaan yang dilakukan secara kolektif dan bertahap. Peneliti menganalisis tahapan pelaksanaan ini menggunakan pendekatan Teori Resepsi Fungsional, yang memfungsikan Al-Qur'an secara efektif untuk mengubah struktur mental klien.⁷²

Tahap paling awal dan krusial dari pelaksanaan terapi ini adalah penerapan aturan panti yang sangat ketat berupa masa isolasi (detoksifikasi) selama 14 hari di lantai atas. Pada masa ini, klien tidak diberikan fasilitas hiburan apa pun demi menekan reaksi putus zat (sakau). Namun, sebagai bentuk toleransi adaptasi biologis agar fisik klien tidak mengalami *shock*, pihak yayasan masih mengizinkan pemberian satu hingga dua batang rokok per hari. Untuk mengalihkan beban pikiran, klien di kamar isolasi hanya dibekali dengan berbagai fasilitas bahan bacaan. Masa isolasi ini sengaja dibiarkan berjalan untuk melumpuhkan ego klien sebelum dinilai siap menerima intervensi keagamaan di lantai dasar. Pada masa pemisahan ini, klien tidak diberikan fasilitas hiburan atau interaksi komunal apa pun; mereka hanya mendapatkan fasilitas pemenuhan kebutuhan dasar berupa makanan, waktu istirahat penuh, serta toilet yang berada di dalam kamar.⁷³

Secara psikologis, masa karantina empat belas hari ini merupakan fase penolakan yang paling berat karena tubuh dan sistem saraf klien bereaksi keras terhadap hilangnya asupan narkoba dalam jangka pendek atau secara mendadak.⁷⁴ Kondisi ini tergambar sangat jelas dari pengalaman Auliadi, yang mengaku mengalami stres, kecemasan tingkat tinggi, dan beban pikiran yang berlebihan karena merasa terkurung serta sulit menerima keputusan keluarganya untuk menempatkannya di pusat rehabilitasi.⁷⁵ Perasaan emosional serupa juga dialami oleh Fikri, yang merasa selalu ingin

⁷² Fauzi, Khusnan, and Ariyadi, 'Resepsi Fungsional Ayat-Ayat Syifā' (Studi Living Qur'an Terhadap Yayasan Arsyada Yadaka)'.

⁷³ 'Hasil Observasi Peneliti Di Lokasi', 10 Juli 2026.

⁷⁴ 'Wawancara dengan Maskur, 11 Juli 2026..

⁷⁵ 'Wawancara Dengan Saudara Auliadi, Klien Rehabilitasi Yayasan Al-Fatha, 11 Juli 2026.'

memberontak dan ingin segera pulang saat awal masa isolasi.⁷⁶ Bahkan, bagi residen yang mengalami *relapse* (kambuh) seperti Hidayatullah, masa awal ini diwarnai dengan beban mental yang sangat berat karena ia harus kehilangan pekerjaannya sebagai aparat penegak hukum akibat kasus tersebut.⁷⁷ Dari sisi terapis yayasan, masa karantina ini sengaja dibiarkan berjalan untuk melumpuhkan ego dan sifat keras kepala klien akibat efek sakau. Ketika pikiran klien dinilai sudah mulai terbuka, berangsur tenang, dan mulai menerima realitas, barulah mereka diturunkan ke ruang tengah di lantai dasar untuk menerima terapi sentuhan Al-Qur'an.⁷⁸

Setelah klien dinyatakan lebih tenang, fase hipnoterapi auditori mulai dijalankan. Setiap 30 menit menjelang masuknya waktu salat fardu, pengurus yayasan memutar lantunan murattal Al-Qur'an menggunakan perangkat *speaker* atau *tape*. Lantunan ini diputar secara terstruktur dan berurut, dimulai dari Juz 1 hingga Juz 30, dengan menghadirkan suara dari berbagai syekh terkemuka, seperti Mishary Rasheed, Sa'ad Al-Ghamidi, dan Mahir al-Mu'aiqly. Sembari menunggu waktu salat tiba, para residen bersiap di atas sajadah, dimana sebagian terlihat sangat khushyuk mendengarkan, sementara yang lain mengikutinya dengan tilawah mandiri atau berzikir.⁷⁹ Frekuensi suara ayat suci ini secara konsisten merangsang saraf parasimpatis untuk menekan kecemasan dan halusinasi. Dalam pandangan Teori Resepsi Fungsional, tindakan menjadikan ayat suci sebagai amalan terstruktur yang diyakini membawa manfaat penyembuhan disebut sebagai aspek performatif.⁸⁰

Lantunan suara Al-Qur'an yang memenuhi ruangan ini secara perlahan berfungsi layaknya frekuensi sugesti yang menenangkan

⁷⁶ 'Wawancara Dengan Saudara Fikri A., Klien Rehabilitasi Yayasan Al-Fatha, 12 Juli.'

⁷⁷ 'Wawancara Dengan Saudara Hidayatullah, Klien Rehabilitasi Yayasan Al-Fatha, 12 Juli 2026.

⁷⁸ 'Wawancara dengan Maskur, 11 Juli 2026..

⁷⁹ 'Hasil Observasi Peneliti Di Lokasi', 10 Juli 2026.

⁸⁰ Fauzi, Khusnan, and Ariyadi, 'Resepsi Fungsional Ayat-Ayat Syifā' (Studi Living Qur'an Terhadap Yayasan Arsyada Yadaka)'.

gelombang otak klien. Manfaat langsung dari terapi suara ini diakui oleh M. Syuhada. Pada bulan-bulan awal, ia sering merasa sangat cemas, gelisah, hingga kerap mendengar bisikan halusinasi di pikirannya.⁸¹ Ia menuturkan bahwa dengan mendengarkan murattal di waktu-waktu yang tenang seperti Subuh dan Maghrib, rasa cemas dan bisikan aneh tersebut benar-benar hilang, digantikan dengan perasaan rileks dan tenteram.⁸² Hal yang sama dirasakan oleh Indra Hermawan, perasaan berontak dan emosi yang kerap meledak-ledak seketika mereda menjadi pikiran yang lebih jernih dan lega ketika diperdengarkan lantunan ayat suci tersebut.⁸³

Aspek performatif ini kemudian dilanjutkan dengan sesi tilawah berjamaah pasca-salat fardu. Aturan pembacaan di Yayasan Al-Fatha memiliki karakteristik khusus, yakni pembacaan tidak dilakukan secara bergilir antar klien. Seluruh jamaah dalam formasi melingkar diwajibkan membaca 1 halaman Al-Qur'an secara bersama-sama dan serentak di bawah panduan ketat petugas MOD. Rute pembacaan komunal ini juga dilakukan secara runtut dari awal Juz 1 hingga tuntas di akhir Juz 30, yang kemudian ditutup dengan pembacaan doa khataman dan tradisi bersalaman antar-residen. Formasi suara secara kolektif ini menghasilkan resonansi kuat yang mampu menembus *critical factor* (faktor kritis/pertahanan ego) di otak para pecandu, sehingga sugesti spiritual dapat diterima dengan baik.⁸⁴

Pemilihan formasi duduk melingkar dalam membaca Al-Qur'an ini ternyata memberikan dampak psikologis komunal yang sangat positif bagi proses rehabilitasi. Indra Hermawan menyebutkan bahwa mengaji bersama teman-teman senasib

⁸¹ 'Wawancara Dengan Saudara M. Syuhada, Klien Rehabilitasi Yayasan Al-Fatha, 11 Juli 2026'.

⁸² 'Wawancara Dengan Saudara M. Syuhada, Klien Rehabilitasi Yayasan Al-Fatha, 11 Juli 2026'.

⁸³ 'Wawancara Dengan Saudara Indra Hermawan, Klien Rehabilitasi Yayasan Al-Fatha, 12 Juli 2026'.

⁸⁴ 'Hasil Observasi Peneliti Di Lokasi', 10 Juli 2026.

membuat suasana menjadi jauh lebih hidup dan kompak, sekaligus mengusir rasa malas yang kerap mendera jika harus beribadah sendirian. Apabila ada bacaan *makharijul huruf* yang keliru, teman-teman atau petugas langsung membenarkannya tanpa ada rasa canggung.⁸⁵ Lebih dari sekadar membaca, rutinitas berjamaah ini mengajarkan Fikri tentang pentingnya rasa tanggung jawab dan cara menghilangkan keegoisan diri sendiri.⁸⁶ Bagi Auliadi, resonansi bacaan bersama ini mampu mencairkan hatinya yang dulu keras, bahkan kerap membuatnya berlinang air mata karena langsung teringat pada kedua orang tuanya serta kesalahannya di masa lalu.⁸⁷

Tidak hanya mengandalkan praktik membaca dan mendengarkan, pelaksanaan hipnoterapi di yayasan ini disempurnakan dengan kehadiran aspek informatif.⁸⁸ Aspek informatif berfokus pada upaya mentransformasikan makna, sejarah, dan pesan moral dari dalam teks Al-Qur'an untuk dijadikan panduan kognitif klien. Di Yayasan Al-Fatha, intervensi pemikiran ini dilaksanakan melalui kegiatan kajian agama rutin yang diadakan seminggu sekali, tepatnya pada hari Kamis sore, dengan dipandu oleh Ustadz Abdullah.⁸⁹ Materi yang disampaikan meliputi kisah-kisah penuh hikmah dari para nabi dan sahabat, pengajaran doa-doa harian, hingga sisipan materi filsafat yang bertujuan membentuk kembali cara pandang peserta terhadap kehidupan.⁹⁰

Tujuan utama dari pengajian informatif ini adalah untuk melakukan restrukturisasi pola pikir atau *mindset* klien yang sempat

⁸⁵ 'Wawancara Dengan Saudara Indra Hermawan, Klien Rehabilitasi Yayasan Al-Fatha, 12 Juli'.

⁸⁶ 'Wawancara Dengan Saudara Fikri A., Klien Rehabilitasi Yayasan Al-Fatha, 12 Juli.'

⁸⁷ 'Wawancara Dengan Saudara Auliadi, Klien Rehabilitasi Yayasan Al-Fatha, 11 Juli 2026.'

⁸⁸ Fauzi, Khusnan, and Ariyadi, 'Resepsi Fungsional Ayat-Ayat Syifā' (Studi Living Qur'an Terhadap Yayasan Arsyada Yadaka)'.

⁸⁹ 'Wawancara Dengan Bapak Zulfikar; Ketua Yayasan Al-Fatha, Mengenai Implementasi Rehabilitasi Berbasis Al-Qur'an 12 Juli 2026.'

⁹⁰ 'Hasil Observasi Terhadap Sesi Pengajian Mingguan Di Yayasan Al-Fatha 10 Juli 2026.'

rusak akibat belenggu narkoba.⁹¹ Melalui siraman rohani ini, yayasan berusaha membuka pikiran residen agar merespons masalah dengan logika keagamaan yang sehat. Dampak dari kajian ini sangat dirasakan oleh Hidayatullah, yang merasa bahwa materi agama tersebut perlahan memulihkan mentalnya yang sempat terpuruk, serta membantunya berpikir lebih positif dalam menyikapi musibah pekerjaan dan keluarga yang menyimpannya.⁹² Syuhada pun merasakan dorongan motivasi yang besar dari kisah-kisah agama tersebut untuk bangkit dan memperbaiki masa depannya.⁹³ Perpaduan yang utuh antara fase isolasi fisik, terapi ketenangan batin melalui murattal dan tilawah komunal, serta perbaikan logika berpikir melalui kajian agama mingguan, menunjukkan bahwa Yayasan Al-Fatha telah mempraktikkan sebuah sistem hipnoterapi Al-Qur'an yang sistematis, holistik, dan tepat sasaran bagi generasi muda.

C. Peran Hipnoterapi Al-Qur'an dalam Mengatasi Gangguan Psikologis Generasi Muda

Kehadiran program hipnoterapi Al-Qur'an di Yayasan Al-Fatha Banda Aceh tidak sekadar menjadi pelengkap rutinitas panti, melainkan telah mengambil peran sentral dalam merekonstruksi kejiwaan generasi muda yang hancur akibat jerat narkoba. Untuk mengukur sejauh mana keberhasilan intervensi spiritual ini, peneliti menganalisis transformasi psikologis para klien menggunakan analisis *Religious Coping Theory* (Teori Koping Religius) yang dikembangkan oleh Kenneth I. Pargament,⁹⁴ serta pendekatan

⁹¹ 'Wawancara Dengan Bapak Zulfikar; Ketua Yayasan Al-Fatha, Mengenai Implementasi Rehabilitasi Berbasis Al-Qur'an', 12 Juli.

⁹² 'Wawancara Dengan Saudara Hidayatullah, Klien Rehabilitasi Yayasan Al-Fatha, 12 Juli.'

⁹³ 'Wawancara Dengan Saudara M. Syuhada, Klien Rehabilitasi Yayasan Al-Fatha, 11 Juli 2026'.

⁹⁴ Purwandari and others, 'Training on Religious Coping Strategies for Educators in the Face of the Covid-19 Pandemic'.

Pemulihan Holistik Multidimensi.⁹⁵ Berdasarkan penelusuran oleh peneliti secara mendalam di lapangan, pelaksanaan hipnoterapi ini terbukti secara empiris mampu mengubah mekanisme pertahanan diri klien dari kondisi yang sangat destruktif menjadi jauh lebih adaptif dan positif.

Pada fase awal kedatangan di yayasan, dinamika psikologis para residen sangat didominasi oleh mekanisme koping negatif (*negative coping*). Dalam teori psikologi agama, fase ini ditandai dengan perasaan terasing, memberontak terhadap takdir, dan kecemasan patologis akibat tekanan realitas sosial yang berpadu dengan reaksi putus zat adiktif. Realitas ini terpotret dengan sangat jelas dari pengalaman kelima informan penelitian. Indra Hermawan dan Fikri, misalnya, secara terang-terangan mengakui bahwa pada masa-masa awal direhabilitasi, mereka mengalami depresi berat, tidak terima dengan kenyataan, dan memiliki dorongan emosional yang meledak-ledak untuk terus memberontak.⁹⁶ Tekanan batin yang tidak kalah berat dialami oleh Hidayatullah. Sebagai residen yang mengalami fase *relapse* (kambuh), ia masuk ke yayasan dengan mental yang sangat terpuruk karena musibah tersebut merenggut karir dan seragam dinas sebagai aparat penegak hukum.⁹⁷ Kondisi koping negatif ini menciptakan dinding penolakan (*denial*) yang sangat tebal, membuat para residen merasa terkurung dan terjebak dalam siklus pikiran berlebih (*overthinking*) yang menyiksa.⁹⁸

Namun demikian, seiring dengan keikutsertaan mereka secara konsisten dalam rutinitas hipnoterapi Al-Qur'an, perlahan terjadi pergeseran cara pandang dalam merespons tekanan hidup.

⁹⁵ Mukti and Handayani, 'Trends in Islamic Psychotherapy for Enhancing Spiritual Well-Being in Drug Addiction Recovery'.

⁹⁶ 'Wawancara Dengan Saudara Indra Hermawan dan Fikri A., Klien Rehabilitasi Yayasan Al-Fatha, 12 Juli 2026'.

⁹⁷ 'Wawancara Dengan Saudara Hidayatullah, Klien Rehabilitasi Yayasan Al-Fatha, 12 Juli 2026.'

⁹⁸ 'Wawancara Dengan Saudara Hidayatullah, Klien Rehabilitasi Yayasan Al-Fatha, 12 Juli 2026.'

Telinga yang terus-menerus terpapar frekuensi murattal dan lisan yang digerakkan untuk melantunkan tilawah secara berjamaah perlahan melumpuhkan resistensi ego mereka. Dalam kacamata Teori Koping Religius, proses transisi ini disebut sebagai *beneficent religious reappraisal*, yakni kemampuan individu memaknai ulang penderitaannya sebagai bagian dari proses pemulihan yang diatur oleh Tuhan.⁹⁹ Al-Qur'an bertindak sebagai jangkar spiritual (*spiritual anchor*) yang perlahan mengubah persepsi kognitif para pemuda ini dari perasaan sebagai "korban keadaan" menjadi "hamba yang sedang disembuhkan". Hal ini diakui secara sadar oleh Fikri dan Auliadi, yang merasakan bahwa perasaan ingin berontak perlahan pudar dan digantikan oleh rasa ikhlas serta penerimaan (*acceptance level*) yang tinggi terhadap keberadaan mereka di panti rehabilitasi.¹⁰⁰

Keberhasilan pergeseran mekanisme koping tersebut secara linier membuka jalan bagi tercapainya efektivitas terapi secara menyeluruh. Mengacu pada konsep Pemulihan Holistik pada bab sebelumnya, peran nyata hipnoterapi Al-Qur'an di Yayasan Al-Fatha dapat diukur melalui tiga dimensi pemulihan berikut:¹⁰¹

1. Pemulihan Dimensi Psikologis (Regulasi Emosi yang Stabil)

Terapi rangsangan sistem saraf pendengaran secara rutin selama 30 menit setiap menjelang salat Subuh dan Maghrib terbukti menekan hiperaktivitas kecemasan. Kasus paling ekstrem dialami oleh M. Syuhada yang sebelumnya mengalami halusinasi. Melalui wawancara langsung, ia bersaksi: "Waktu mendengarkan lantunan itu, rasa cemas dan bisikan-bisikan aneh yang dulu sering saya alami betul-betul hilang. Perasaan jadi lebih rileks dan tenteram. Gangguan

⁹⁹ Purwandari and others, 'Training on Religious Coping Strategies for Educators in the Face of the Covid-19 Pandemic'.

¹⁰⁰ 'Wawancara Fikri, dan Maskur'. 12 Juli 2026.

¹⁰¹ Mukti and Handayani, 'Trends in Islamic Psychotherapy for Enhancing Spiritual Well-Being in Drug Addiction Recovery'.

bisikan dan kecemasan tinggi saya yang ada tadi sudah hilang total."¹⁰²

Penuturan dari M. Syuhada di atas mengonfirmasi validitas Teori Resepsi Fungsional dalam dimensi performatif. Lantunan murattal Al-Qur'an tidak sekadar menjadi rutinitas pendengaran pasif, melainkan berfungsi secara aktif sebagai intervensi neuropsikologis. Berhentinya halusinasi auditori (bisikan-bisikan) yang dialami Syuhada membuktikan bahwa frekuensi ayat suci mampu menginterupsi *loop* (putaran) kecemasan di otak. Ketenangan yang dirasakan menunjukkan terjadinya pergeseran gelombang otak menuju fase *Alpha/Theta*, yang secara efektif melumpuhkan distorsi persepsi akibat kerusakan saraf pasca-penggunaan zat adiktif.

Redanya letupan emosi juga dikonfirmasi oleh Indra Hermawan (28 tahun), yang sebelumnya memiliki insting berontak yang tinggi: "Perasaan berontak dan emosi yang sering meledak-ledak jadi mereda. Mendengarkan lantunan Al-Qur'an di pagi dan petang itu membuat pikiran saya terasa jernih dan lega. Sekarang saya sudah lebih bisa mengontrol diri saya sendiri jika ada dorongan emosi atau stres."¹⁰³

Sebelum intervensi terapi diberikan, memori dan pikiran para residen sangat rentan terhadap gangguan kecemasan akut (*anxiety*). Kasus klinis yang paling menonjol dialami oleh M. Syuhada, yang pada bulan-bulan pertama kedatangannya sering mengalami kecemasan tingkat tinggi hingga berhalusinasi mendengar bisikan-bisikan aneh di dalam kepalanya.¹⁰⁴ Melalui terapi rangsangan sistem saraf pendengaran secara rutin selama 30 menit setiap Subuh dan Maghrib, frekuensi suara Al-Qur'an tersebut terbukti mampu

¹⁰² 'Wawancara Dengan Saudara M. Syuhada, Klien Rehabilitasi Yayasan Al-Fatha, 11 Juli 2026'.

¹⁰³ 'Wawancara Dengan Saudara Indra Hermawan, Klien Rehabilitasi Yayasan Al-Fatha, 12 Juli 2026'.

¹⁰⁴ 'Wawancara Dengan Saudara M. Syuhada, Klien Rehabilitasi Yayasan Al-Fatha, 11 Juli 2026'.

menekan hormon stres pada pikiran bawah sadar Syuhada. Ia dengan tegas mengonfirmasi bahwa gangguan bisikan dan kecemasan berlebihan tersebut kini telah hilang total. Pencapaian ketenangan psikologis yang sama juga dirasakan oleh Hidayatullah dan Indra Hermawan, di mana rutinitas mendengarkan dan membaca ayat suci sukses mengangkat beban pikiran yang berat, menjernihkan logika, serta meredam sifat emosional mereka yang sebelumnya sangat reaktif dan mudah meledak.¹⁰⁵

2. Pemulihan Dimensi Spiritual (Rekonsiliasi Hubungan dengan Tuhan)

Lebih jauh dari sekadar penstabilan emosi sementara, hipnoterapi Al-Qur'an nyatanya mampu mengantarkan para klien pada pemulihan dimensi spiritual yang sangat esensial. Dalam spektrum pemulihan holistik, dimensi ini ditandai dengan pulihnya kesadaran beribadah dan hadirnya rasa damai di dalam hati (*tuma'ninah*).¹⁰⁶ Ayat-ayat suci yang terus dilantunkan secara komunal terbukti mampu membongkar pertahanan ego. Transformasi ini diungkapkan secara mendalam oleh Auliadi yang mengalami peleburan sifat keras kepala: "Awal-awalnya batin saya terasa sangat terharu dan sedih. Hati yang dulunya keras perlahan mulai mencair. Kadang saat ngaji saya sampai berlinang air mata karena langsung teringat orang tua dan menyadari kesalahan saya di masa lalu."¹⁰⁷

Sentuhan batin yang melahirkan penyesalan konstruktif juga dirasakan sangat kuat oleh Hidayatullah (30 tahun), seorang klien berstatus *relapse*:

¹⁰⁵ 'Wawancara Dengan Saudara Hidayatullah, Klien Rehabilitasi Yayasan Al-Fatha, 12 Juli.'; 'Wawancara Dengan Saudara Indra Hermawan, Klien Rehabilitasi Yayasan Al-Fatha, 12 Juli 2026'.

¹⁰⁶ Mukti and Handayani, 'Trends in Islamic Psychotherapy for Enhancing Spiritual Well-Being in Drug Addiction Recovery'.

¹⁰⁷ 'Wawancara Dengan Saudara Auliadi, Klien Rehabilitasi Yayasan Al-Fatha, 11 Juli 2026.'

"Batin saya rasanya tercambuk dan sering membuat saya merenung. Saat membaca Al-Qur'an, pikiran saya langsung teringat pada anak dan istri di rumah. Ada penyesalan yang sangat dalam, tapi setelahnya pikiran perlahan menjadi lebih jernih. Mendengarkan ayat Al-Qur'an memberi saya ruang untuk pasrah dan menenangkan diri dari penyesalan-penyesalan duniawi."¹⁰⁸

Ungkapan Hidayatullah merepresentasikan fenomena *benevolent religious reappraisal* dalam Teori Koping Religius Pargament. Fase *relapse* (kambuh) yang membuatnya kehilangan pekerjaan sebelumnya telah menjerumuskannya ke dalam krisis eksistensial dan *toxic guilt* (rasa bersalah yang merusak). Namun, melalui rutinitas membaca dan mendengarkan Al-Qur'an, ia mampu menstrukturisasi ulang penyesalannya menjadi sebuah bentuk kepasrahan yang konstruktif (tawakal). Al-Qur'an memfasilitasi terjadinya katarsis spiritual, di mana tekanan psikologis akibat hilangnya status sosial (pekerjaan) berhasil disubstitusi dengan penemuan kembali makna hidup sebagai seorang ayah dan suami di hadapan Tuhan.

Munculnya rasa bersalah yang konstruktif ini menjadi indikator penting bahwa hubungan vertikal mereka dengan Sang Pencipta telah kembali terjalin erat.

3. Pemulihan Dimensi Sosial (Rekonstruksi Fungsionalitas Diri)

Pada puncaknya, keberhasilan pemulihan di tingkat psikologis dan spiritual tersebut bermuara pada terbangunnya kembali kesiapan mental para klien di dimensi sosial. Salah satu dampak paling merusak dari kecanduan narkoba adalah munculnya perasaan terasing (*alienation*) dan keegoisan yang tinggi di tengah masyarakat. Dengan model pelaksanaan hipnoterapi yang dilakukan secara komunal (melingkar dan berjamaah), yayasan secara tidak langsung mendidik para pemuda ini untuk kembali berinteraksi,

¹⁰⁸ 'Wawancara Dengan Saudara Hidayatullah, Klien Rehabilitasi Yayasan Al-Fatha, 12 Juli 2026.'

menurunkan ego, dan saling memberikan dukungan moral.¹⁰⁹ Kesiapan untuk berintegrasi kembali dengan struktur sosial masyarakat ini tergambar dengan sangat jernih dari proyeksi masa depan kelima informan. Formasi duduk melingkar dan membaca Al-Qur'an secara estafet (satu 'ain per orang) di bawah pengawasan Mayor On Duty (MOD) sukses meruntuhkan rasa keterasingan residen. Fikri A. menjelaskan bagaimana terapi jamaah ini merekonstruksi jiwa sosialnya: "Kalau bareng-bareng suasananya hidup. Kami jadi ikut semangat. Terapi berjamaah ini juga ngajarin saya buat lebih tanggung jawab dan nggak mementingkan keegoisan diri sendiri."¹¹⁰

Kekuatan dukungan kelompok (*peer support*) ini juga ditekankan oleh M. Syuhada, "Ngaji bersama teman-teman bikin lebih semangat. Rasanya kita tidak berjuang sendirian untuk pulih, tapi berjuang sama-sama."¹¹¹

Pernyataan para residen ini menunjukkan bagaimana model terapi kolektif (berjamaah) secara efektif menjadi medium rekonstruksi sosial. Narkotika pada dasarnya mengisolasi penderitanya ke dalam dunia ilusi yang sangat egosentris. Melalui formasi duduk melingkar dan sistem membaca *estafet* (satu 'ain per orang), Yayasan Al-Fatha secara cerdas meruntuhkan egosentrisme tersebut. Residen dituntut untuk fokus menyimak bacaan temannya, berani dikoreksi saat salah tajwid, dan menekan rasa malu. Dinamika kelompok inilah yang secara alamiah menumbuhkan *peer support* (dukungan sebaya). Perasaan senasib sepenanggungan dalam forum Al-Qur'an ini secara signifikan mengikis kecemasan sosial mereka, sekaligus membekali mereka dengan resiliensi (ketangguhan

¹⁰⁹ 'Hasil Observasi Peneliti Di Lokasi', 10 Juli 2026.

¹¹⁰ 'Wawancara Dengan Saudara Fikri A., Klien Rehabilitasi Yayasan Al-Fatha, 12 Juli 2026.'

¹¹¹ 'Wawancara Dengan Saudara M. Syuhada, Klien Rehabilitasi Yayasan Al-Fatha, 11 Juli 2026'.

mental) untuk kembali berbaur dengan masyarakat luas pasca-rehabilitasi.

Setelah menyelesaikan masa rehabilitasi rata-rata selama 6 bulan, mereka tidak lagi menunjukkan keputusasaan atau sikap apatis. Sebaliknya, Auliadi, Syuhada, Indra, Fikri, dan Hidayatullah memancarkan harapan yang sangat optimis. Mereka berkomitmen kuat untuk mempertahankan rutinitas ibadah, mencari mata pencaharian yang halal, membina kerukunan rumah tangga, serta membuktikan bahwa generasi muda yang sempat tersesat mampu kembali berkontribusi secara positif.¹¹²

Transformasi Holistik Klien Sebelum dan Sesudah Hipnoterapi Al-Qur'an

Dimensi Pemulihan	Kondisi Sebelum Hipnoterapi (Negative Coping)	Kondisi Sesudah Hipnoterapi (Positive Coping / Reappraisal)
Psikologis	- Mengalami stres akut dan kecemasan berlebihan (anxiety) - Emosi sangat reaktif dan mudah meledak-ledak - Terjebak dalam overthinking - Mengalami kerusakan kognitif seperti halusinasi pendengaran (delusi auditori)	- Regulasi emosi menjadi stabil dan terkontrol - Perasaan menjadi lebih rileks, jernih, dan lega - Gangguan bisikan/halusinasi hilang total
Spiritual	- Menolak realitas (denial) dan memberontak terhadap takdir - Hati menjadi keras dan dipenuhi amarah - Mengalami toxic guilt (rasa bersalah patologis)	- Mencapai Beneficent religious reappraisal (menerima kenyataan dengan ikhlas) - Hati melunak dan merasakan tuma'ninah (ketenangan batin) - Penyesalan berubah menjadi

¹¹² ‘Wawancara dengan Para Klien Rehabilitasi Yayasan Al-Fatha: Saudara Fikri, Indra, Auliadi, dan Syuhada Pada 11 dan 12 Juli 2026’.

		kepasrahan konstruktif (tawakal) dan ibadah mandiri
Sosial	- Memiliki tingkat keegoisan yang tinggi (egosentris) - Merasa terasing dari lingkungan (alienation) - Menolak interaksi dan memberontak pada lingkungan rehabilitasi	- Membangun dukungan kelompok (peer support) yang kuat - Ego meruntuh dan rasa tanggung jawab meningkat - Memiliki optimisme dan resiliensi untuk berbaur kembali dengan masyarakat

Merujuk pada tabel di atas, dapat dilihat dengan jelas garis demarkasi (batas perubahan) kondisi kejiwaan klien sebelum dan sesudah menerima intervensi hipnoterapi Al-Qur'an secara terstruktur.

Pada fase awal (sebelum terapi), profil kejiwaan klien sangat didominasi oleh mekanisme koping negatif (*negative coping*). Hal ini ditandai dengan penolakan (*denial*), emosi yang reaktif, halusinasi, dan egosentrisme yang tinggi sebagai reaksi biologis dan psikologis dari sindrom putus zat. Pikiran alam sadar mereka membangun tembok resistensi yang sangat tebal terhadap realitas rehabilitasi.

Namun, setelah secara konsisten melewati fase detoksifikasi dan mulai menerima stimulus dari hipnoterapi Al-Qur'an, yakni melalui pemaparan murattal selama 30 menit setiap Subuh dan Maghrib, serta tilawah berjamaah, terjadi perombakan kognitif yang signifikan. Resonansi spiritual secara kolektif ini berhasil menembus *critical factor* klien, mengubah respons penolakan menjadi penerimaan yang ikhlas (*beneficent religious reappraisal*). Tabel tersebut menjelaskan dan menegaskan bahwa hipnoterapi Al-Qur'an di Yayasan Al-Fatha tidak hanya meredam gejala klinis sesaat, tetapi menghasilkan pemulihan holistik yang merekonstruksi mental klien secara utuh di ranah psikologis, spiritual, dan kesiapan sosial.

D. Tantangan Penerapan Hipnoterapi Al-Qur'an

Dalam melaksanakan program pemulihan kejiwaan berbasis agama, Yayasan Al-Fatha Banda Aceh tentu tidak terlepas dari berbagai dinamika dan realitas kendala di lapangan. Mengintegrasikan pendekatan spiritual-relegius dengan penanganan medis bagi generasi muda yang terjerat kecanduan narkoba bukanlah sebuah proses yang berjalan instan, linier, dan tanpa hambatan. Berdasarkan penelusuran data melalui observasi serta wawancara dengan Manajer Program dan pihak fasilitator, penerapan hipnoterapi Al-Qur'an ini menghadapi tantangan operasional dan psikologis yang cukup berat. Tantangan ini umumnya memuncak pada fase-fase awal kedatangan klien, di mana kondisi kejiwaan residen masih sangat tidak stabil serta fungsi kognitif mereka mengalami kerusakan akibat paparan zat adiktif dalam jangka waktu yang lama.

Untuk memberikan gambaran yang komprehensif, utuh, dan objektif mengenai realitas pelaksanaan program di lapangan, peneliti merangkum dinamika tantangan utama yang dihadapi oleh Yayasan Al-Fatha beserta strategi penanganan adaptif yang mereka terapkan ke dalam beberapa pokok bahasan berikut:

1. Resistensi Mental dan Penolakan Psikologis Klien

Tantangan paling fundamental yang pertama kali harus dihadapi oleh pihak manajemen dan terapis yayasan adalah penolakan mentah-mentah (*denial*) dari para klien baru.¹¹³ Hal ini merupakan fenomena yang sangat wajar dan logis terjadi, mengingat mayoritas klien generasi muda yang masuk ke Pusat Rehabilitasi Al-Fatha bukanlah atas dasar kemauan atau kesadaran intrinsik mereka sendiri untuk sembuh. Sebagian besar dari mereka dibawa dan

¹¹³ 'Wawancara dengan Maskur, 11 Juli 2026.

dititipkan secara sepihak oleh pihak keluarga yang sudah kewalahan menghadapi perilaku adiktif tersebut.¹¹⁴

Kondisi "dipaksa" ini secara otomatis melahirkan mekanisme pertahanan diri berupa pemberontakan psikologis. Klien datang dengan kondisi mental yang sama sekali belum siap, merasa dibuang oleh keluarganya, dan secara refleks membangun tembok penolakan terhadap segala bentuk arahan maupun rutinitas keagamaan yang diberikan oleh pihak yayasan. Menghadapi pemuda-pemuda yang di dalam hatinya belum memiliki setitik pun motivasi untuk pulih ini menuntut tingkat kesabaran dan keikhlasan ekstra dari para pengurus dan terapis.¹¹⁵ Pada fase ini, jangan untuk diajak meresapi makna ayat suci Al-Qur'an, klien bahkan kerap menolak untuk sekadar berinteraksi secara normal dengan lingkungan sekitarnya.

Harus diakui, bukanlah hal yang mudah untuk menghadapi anak muda yang hatinya sedang dipenuhi amarah dan kekecewaan. Ketika pertama kali tiba di yayasan, tidak sedikit dari mereka yang mogok bicara, menangis berteriak, bahkan marah-marah karena merasa dijebak oleh keluarga sendiri. Pikiran dan tubuh mereka masih sangat dikuasai oleh keinginan kuat untuk kembali memakai zat adiktif. Pada fase krisis ini, memberikan nasihat keagamaan yang panjang lebar tentu tidak akan mempan. Oleh karena itu, para pengurus dan pembimbing di yayasan benar-benar dituntut untuk memiliki keikhlasan dan kesabaran setebal baja. Mereka memberikan ruang bagi klien untuk melepaskan luapan emosinya terlebih dahulu di ruang isolasi, sambil terus memantau dari kejauhan, sampai akhirnya klien merasa lelah berontak dan hatinya mulai terbuka untuk menerima uluran tangan dari pihak yayasan.

¹¹⁴ 'Wawancara dengan Maskur, 11 Juli 2026..'

¹¹⁵ 'Wawancara dengan Maskur, 11 Juli 2026.'

2. Fluktuasi Emosi pada Fase Putus Zat (Sakau) dan Kerusakan Kognitif

Hambatan selanjutnya yang tidak kalah pelik berkaitan erat dengan kondisi biologis dan neurologis klien. Memasukkan nilai-nilai spiritual, melakukan restrukturisasi kognitif, dan menanamkan sugesti Al-Qur'an ke dalam pikiran seseorang yang sedang mengalami reaksi putus zat adiktif (dikenal dengan istilah sakau) adalah hal yang nyaris mustahil dilakukan pada minggu-minggu pertama. Pada fase kritis ini, keseimbangan hormon di dalam otak klien sedang terganggu hebat, sehingga memicu fluktuasi emosi yang ekstrem. Residen menjadi sangat sensitif, mudah marah, reaktif, dan sulit diajak berkomunikasi menggunakan akal sehat atau logika.¹¹⁶

Manajer Program Yayasan Al-Fatha, Bapak Maskur, menegaskan bahwa tantangan paling fundamental adalah fakta bahwa mayoritas klien datang bukan atas dasar kesadaran pribadi, melainkan paksaan atau dititipkan oleh pihak keluarga. Kondisi ini membuat klien sama sekali belum siap menerima asupan nilai spiritual pada masa awal.¹¹⁷ Terapi bacaan Al-Qur'an tidak akan bisa diresepsi dengan baik sebagai *syifa'* (penyembuh) apabila sistem saraf klien masih meronta-ronta menahan rasa sakit secara fisik akibat terhentinya asupan zat adiktif ke dalam tubuh mereka.

Menghadapi kondisi kejiwaan yang hancur akibat sakau dan tidak adanya motivasi sembuh, Bapak Maskur menganalogikan peran yayasan layaknya sebuah "*bengkel manusia*". Para ustadz dan fasilitator tidak sekadar mengajarkan tajwid, melainkan membedah, membongkar, dan menata ulang kerangka berpikir klien dari titik nadir.¹¹⁸ Keberhasilan penanganan di "*bengkel manusia*" ini diukur secara ketat melalui pemantauan *acceptance level* (tingkat penerimaan) harian oleh staf Mayor On Duty (MOD). Indikator

¹¹⁶ 'Wawancara dengan Maskur, 11 Juli 2026.'

¹¹⁷ 'Wawancara dengan Maskur, 11 Juli 2026.'

¹¹⁸ 'Wawancara dengan Maskur, 11 Juli 2026.'

utamanya terlihat ketika klien perlahan melepaskan insting memberontaknya, pasrah pada keadaan di yayasan, hingga akhirnya mampu duduk tenang meresapi lantunan ayat suci Al-Qur'an bersama jamaah lainnya.¹¹⁹

3. Strategi Kedisiplinan dan Modifikasi Perilaku melalui Isolasi

Untuk mengurai benang kusut dari berbagai tantangan berat tersebut, Yayasan Al-Fatha tidak menyerah pada keadaan, melainkan merumuskan strategi penanganan yang memadukan ketegasan sistematis dengan modifikasi perilaku. Sebagai langkah tegas pertama, yayasan mengoptimalkan tata ruang bangunan mereka. Klien yang masih berada dalam fase menolak dan sakau diwajibkan menjalani masa detoksifikasi di ruang isolasi yang secara khusus ditempatkan di lantai atas bangunan.¹²⁰

Aturan karantina selama 14 hari ini menjadi jalan keluar utama sekaligus syarat mutlak untuk menaklukkan fase sakau klien secara fisik.¹²¹ Dengan mengisolasi klien dari aktivitas komunal dan hanya memberikan fasilitas dasar, yayasan secara paksa memutus total akses memori dan kebiasaan lama klien terhadap narkoba.¹²² Di samping itu, yayasan menerapkan sistem jadwal kegiatan harian yang sangat ketat, mulai dari pertemuan pagi (*morning meeting*), jadwal makan, hingga sesi edukasi, yang seluruh pelaksanaannya diawasi secara melekat oleh staf *Mayor On Duty* (MOD).¹²³

4. Pendekatan Persuasif dan Evaluasi Tingkat Penerimaan (*Acceptance Level*)

Setelah masa kritis 14 hari terlewati, kondisi fisik klien mulai pulih dan kesadaran rasional mereka perlahan terbuka. Pada titik inilah, pendekatan keagamaan yang bersifat persuasif dan humanis

¹¹⁹ 'Wawancara Dengan Bapak Zulfikar; Ketua Yayasan Al-Fatha, Mengenai Implementasi Rehabilitasi Berbasis Al-Qur'an'.

¹²⁰ 'Hasil Observasi Peneliti Di Lokasi', 9 Juli 2026.

¹²¹ 'Wawancara dengan Maskur, 11 Juli 2026.'

¹²² 'Hasil Observasi Peneliti Di Lokasi', 9 Juli 2026.

¹²³ 'Wawancara dengan Maskur, 11 Juli 2026.'

mulai dijalankan di lantai dasar.¹²⁴ Ustadz dan para fasilitator tidak memosisikan diri sebagai figur otoriter yang menghakimi masa lalu klien. Sebaliknya, mereka memimpin kegiatan dengan cara membaur, duduk bersama menyambut klien, dan memberikan tausiah (siraman rohani) secara langsung dari hati ke hati.¹²⁵

Efektivitas dari pendekatan kekeluargaan ini terus dipantau perkembangannya melalui evaluasi harian atau proses *screening* yang dilakukan oleh MOD. Indikator keberhasilan pada tahap ini tidak diukur dari dokumen medis yang bersifat rahasia, melainkan dari peningkatan *acceptance level* (tingkat penerimaan) klien. Keberhasilan yayasan terlihat ketika klien yang pada awalnya berontak dan menolak keras di masa awal, perlahan mulai menunjukkan sikap pasrah, mau menerima keberadaan mereka di yayasan, hingga akhirnya mengikuti seluruh rangkaian hipnoterapi Al-Qur'an dengan tenang dan khusyuk.¹²⁶ Melalui kombinasi antara ketegasan sistem karantina, kedisiplinan pengawasan MOD, dan kelembutan pendekatan spiritual inilah Yayasan Al-Fatha menaruh harapan besar agar generasi muda tersebut dapat pulih secara utuh dan terlindungi dari stigma buruk di tengah masyarakat.¹²⁷

¹²⁴ 'Wawancara Dengan Bapak Zulfikar; Ketua Yayasan Al-Fatha, Mengenai Implementasi Rehabilitasi Berbasis Al-Qur'an', 12 Juli 2026.

¹²⁵ 'Wawancara Dengan Bapak Zulfikar; Ketua Yayasan Al-Fatha, Mengenai Implementasi Rehabilitasi Berbasis Al-Qur'an'.

¹²⁶ 'Wawancara dengan Maskur, 11 Juli 2026..

¹²⁷ 'Wawancara dengan Maskur, dan Zulfikar, 11 Juli 2026.

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan pada bab-bab sebelumnya mengenai "Hipnoterapi Al-Qur'an Dalam Mengatasi Gangguan Psikologis Generasi Muda di Pusat Rehabilitasi Yayasan Al-Fatha Banda Aceh", maka penulis dapat menarik beberapa kesimpulan utama sebagai jawaban atas rumusan masalah.

Pertama, pelaksanaan terapi di Yayasan Al-Fatha tidak mengadopsi gaya induksi klinis (Barat) perorangan, melainkan diimplementasikan sebagai sebuah amalan ibadah kolektif yang sangat terstruktur. Proses ini diawali dengan masa isolasi (detoksifikasi) selama 14 hari untuk menekan reaksi biologis putus zat. Setelah residen lebih stabil, mereka diikutsertakan dalam terapi auditori berupa mendengarkan lantunan murattal selama 30 menit sebelum waktu salat, dilanjutkan dengan membaca Al-Qur'an berjamaah dengan formasi melingkar pasca salat fardu, serta dilengkapi dengan sentuhan edukatif melalui kajian keagamaan rutin (aspek informatif) guna merekonstruksi pola pikir.

Kedua, hipnoterapi Al-Qur'an terbukti memainkan peran sentral dan efektif dalam mengatasi gangguan kejiwaan generasi muda dengan riwayat kecanduan NAPZA berat. Penggunaan Al-Qur'an sebagai *syifa'* (penawar) berperan dalam menggeser mekanisme koping klien dari kondisi *negative coping* (depresi, *overthinking*, pemberontakan, dan penolakan) menjadi *beneficent religious reappraisal*, di mana klien mampu menerima kenyataan dengan ikhlas. Keberhasilan peran terapi ini berujung pada pemulihan holistik multidimensi yang mencakup dimensi psikologis, spiritual, dan sosial.

Pada dimensi psikologis, terapi ini berperan menekan hiperaktivitas sistem saraf, menstabilkan emosi yang sebelumnya

reaktif, hingga menghilangkan secara total gangguan delusi auditori (halusinasi bisikan) berkat rangsangan gelombang suara dari murattal Al-Qur'an. Selanjutnya pada dimensi spiritual, intervensi pembacaan Al-Qur'an berperan meluruhkan kekerasan hati (*ego defense mechanism*), memunculkan tangisan penyesalan yang konstruktif, serta mengembalikan kesadaran intrinsik para pemuda tersebut untuk kembali menunaikan ibadah salat tanpa paksaan. Sementara itu, pada dimensi sosial, rutinitas membaca Al-Qur'an secara komunal berperan meruntuhkan dinding keegoisan dan keterasingan diri (*alienation*). Mereka membangun *peer support* (dukungan sebaya) yang kuat, sehingga menumbuhkan kembali optimisme, rasa tanggung jawab, dan kesiapan mental untuk kembali ke tengah masyarakat.

B. Saran

Bertitik tolak dari hasil penelitian dan kesimpulan yang telah dipaparkan, penulis bermaksud memberikan beberapa saran yang diharapkan dapat menjadi sumbangsih positif bagi pihak-pihak terkait, di antaranya:

1. Bagi Yayasan Al-Fatha Banda Aceh

Yayasan diharapkan dapat terus melestarikan dan mengembangkan kualitas metode rehabilitasi berbasis religius ini. Ke depannya, pihak manajemen dapat mempertimbangkan untuk mengundang atau bekerja sama dengan ahli hipnoterapis Islam bersertifikat guna memperkaya metode sugesti terapi Al-Qur'an, sehingga percepatan pemulihan mental residen, khususnya yang memiliki tingkat trauma sangat berat dapat tertangani lebih presisi.

2. Bagi Pemerintah dan Instansi Terkait

Diharapkan kepada Kementerian Sosial, BNN, dan instansi berwenang lainnya untuk memberikan atensi dan support system yang lebih utuh (baik regulasi maupun pendanaan) bagi yayasan-yayasan independen serupa. Konsep rehabilitasi holistik

multidimensi yang diterapkan Yayasan Al-Fatha sangat potensial untuk diadopsi sebagai role model bagi panti rehabilitasi narkoba lainnya, terutama di wilayah yang kental dengan budaya Syariat Islam.

Selain itu, bagi pihak keluarga dan masyarakat luas, sangat penting untuk memberikan lingkungan yang mendukung (support system) dan tidak memberikan cap buruk (stigma) atau mengucilkan mereka yang sedang berjuang untuk sembuh. Dukungan keluarga yang hangat dan lingkungan sekitar yang mau menerima kepulangan mereka apa adanya adalah kunci utama agar para generasi muda ini tidak merasa terasingkan dan tidak kembali jatuh ke lubang yang sama setelah keluar dari panti rehabilitasi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Mengingat penelitian ini terbatas pada ranah kualitatif yang mengamati realitas sosial secara deskriptif, terbuka ruang yang sangat luas bagi akademisi lain untuk melanjutkannya. Peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan uji efektivitas secara kuantitatif (klinis) untuk mengukur rasio penurunan skala stres/depresi menggunakan instrumen uji psikologi baku. Selain itu, penelitian jangka panjang (longitudinal) sangat dibutuhkan untuk melihat tingkat kembalinya kecanduan (*relapse*) pada klien pascarehabilitasi di masyarakat luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Khudry, Sa'id, 'Resepsi Fungsional Al-Qur'an Sebagai Hipnoterapi Islami (Studi Living Qur'an Metode Taskhirul Qur'an Pada Komunitas Jam'iyah Ruqyah Aswaja Cabang Bekasi)' Tesis, Institut Ilmu Al-Qur'an (IIQ) Jakarta, 2022.
- Ayuningtyas, Fitria, and Jude William Genilo, 'Spiritual Transformation Healing for Children with Autism at Rumah Autis Depok, Indonesia', *Al-Balagh: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi*, 7.1 (2022)
- Chodijah, Medina, Izzah Faizah Siti Rusydati Khaerani, and Reiha Fadhillah, 'Penyuluhan Bahaya Narkoba Berbasis Partisipatory Action Research (Studi Lapangan Di Kalangan Pemuda Karang Taruna Kota Banjar)', *Syifa Al-Qulub*, 2.2 (2018), pp. 1–11, doi:10.15575/saq.v2i2.2973
- Noor, Juliansyah. *Metodologi Penelitian: Skripsi, Tesis, Disertasi & Karya Ilmiah*, Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2016
- Fathoni, Ahmad, Moh Arip, Desty Emilyani, and Nurwinda Sari Septiana, 'Pengaruh Murottal Al-Qur'an Terhadap Stres Dalam Mengerjakan Karya Tulis Ilmiah Mahasiswa', *Indonesian Health Issue*, 3.1 (2024), pp. 26–33, doi:10.47134/inhis.v3i1.64
- Fauzi, Moh Zainuri, Muhammad Ulinnuha Khusnan, and Samsul Ariyadi, 'Resepsi Fungsional Ayat-Ayat Syifa' (Studi Living Qur'an Terhadap Yayasan Arsyada Yadaka)', *Hikami : Jurnal Ilmu Alquran Dan Tafsir*, 4.2 (2023), pp. 199–212, doi:10.59622/jiat.v4i2.103
- Fitriana, Muhamad Azizan, Ade Naelul Huda, and Sa'id Al-Khudry, 'The Method Of Taskhir Al-Qur'an As Islamic Hypnotherapy Study of Living Qur'an In Jam'iyah Ruqyah Aswaja Bekasi Branch', *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam*, 12.001 (2023), pp. 501–20
- Haryanti, Asa Nur, Muhammad Bintang Syah Putra, Nadia Larasati, Vasha Nureel Khairunnisa, and Liss A Dyah Dewi, 'Analisis Kondisi Kesehatan Mental Di Indonesia Dan Strategi Penanganannya', *Student Research Journal*, 2.2 (2024), pp. 28–40
- Hasnawati, S, Saskia Amelia, Jilan Syarah Luckyta Sari, and Faishal Mustafa, 'Membangkitkan Generasi Muda Berintegritas Serta Meningkatkan Pola Hidup Sehat Bebas Dari Napza Pada Siswa (I) SMA Negeri 13 Takalar', *COVIT (Community Service of*

- Health*), 2.1 (2022), pp. 46–52, doi:10.31004/covit.v2i1.3991
- Hilmya, Naili. “Al-Qur’an dan Praktik Hipnoterapi di Klinik Kahfi BBC Motivator School.” Tesis, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2022
- Al Indunissy, Nuruddin, Novariza Fitrianti, and Andik Isdianto, ‘Integrasi Terapi Al-Quran Dalam Pengobatan Islam: Sejarah, Efektivitas, Dan Tantangan Di Dunia Medis’, *Indonesian Journal of Islamic Studies (IJIS)*, 1.2 (2025), pp. 407–22, doi:10.62567/ijis.v1i2.594
- Kurnianto, Fajar. “Al-Qur’an Sebagai Obat.” *STIKESMUS*, 2020. <https://stikesmus.ac.id/al-quran-sebagai-obat/>
- Latif, Umar, ‘Al-Qur’an Sebagai Sumber Rahmat Dan Obat Penawar (Syifa’) Bagi Manusia’, *Jurnal Al-Bayan*, 21.30 (2014), pp. 77–88
- Miles, Matthew B., A. Michael Huberman, and Johnny Saldaña. *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook*. 3rd ed. SAGE Publications, 2014.
- Mukri, Syarifah Gustiawati, A Rahmat Rosyadi, and Didin Saefuddin, ‘Metode Pendidikan Islam Dalam Penanggulangan Penyalahgunaan Narkoba Bagi Remaja Di Pondok Remaja Inabah Suryalaya Tasikmalaya’, *Ta Dibuna: Jurnal Pendidikan Islam*, 4.1 (2015), pp. 43–68, doi:10.32832/tadibuna.v4i1.575
- Mukti, Defiana, and Syarifah Handayani, ‘Trends in Islamic Psychotherapy for Enhancing Spiritual Well-Being in Drug Addiction Recovery’, *Indonesian Journal of Islamic Counseling*, 6.2 (2024), pp. 93–105, doi:10.35905/ijic.v6i2.10723
- Nihla, Aufa Laila, and Nury Sukraeny, ‘Penerapan Terapi Murottal Al-Qur’an Surat Ar- Rahman Untuk Menurunkan Intensitas Skala Nyeri Kepala Pada Pasien Cedera Kepala Di RSUD KRMT Wongsonegoro Kota Semarang’, *Holistic Nursing Care Approach*, 3.1 (2023), p. 11, doi:10.26714/hnca.v3i1.11134
- Pribadi, Jodie Setia. “Memahami Praktik Hipnoterapi Qur’an di Kahfi BBC Motivator School.” Skripsi, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2023.
- Purwandari, Eny, Ajeng Nova Dumpratiwi, Daliman Daliman, Faruq Faruq, Fitriana Dwi Hastuti, and Depy Eka Rachmawati, ‘Training on Religious Coping Strategies for Educators in the Face of the Covid-19 Pandemic’, *Community Empowerment*, 7.8 (2022), pp. 1286–93, doi:10.31603/ce.5537

- Rahardja, Mugia Bayu, Edhyana Sahiratmadja, Elsa Pudji Setiawati, Ramdan Panigoro, and Indra Murty Surbakti, 'Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja Dan Dewasa Muda Di Jakarta Dan Jawa Barat: Survei Demografi Dan Kesehatan Indonesia 2017', *Journal of the Indonesian Medical Association*, 74.2 (2024), pp. 71–78, doi:10.47830/jinma-vol.74.2-2024-392
- Rahmatullah, Irfan Akbar, 'Efektifitas Penyembuhan Gangguan Jiwa Kolaborasi Metode Ruqyah Dan Hipnoterapi Di Lembaga El-Psika Al-Amien Prenduan', *Hudan Lin Naas: Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 2.2 (2021), doi:10.28944/hudanlinnaas.v2i2.469
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). *Laporan Riskesdas 2018 Nasional*. Lembaga Penerbit Balitbangkes, 2018.
- Rohmansyah, Muhammad Saputra Iriansyah, Fahmi Ilhami, and Gilang Ari Widodo Utomo, 'Hadis-Hadis Ruqyah Dan Pengaruhnya Terhadap Kesehatan Mental', *Jurnal Ilmiah Islam Futura*, 18.1 (2019), p. 75, doi:10.22373/jiif.v18i1.3189
- Rosyanti, Lilin, Indriono Hadi, and Akhmad Akhmad, 'Kesehatan Spritual Terapi Al-Qur'an Sebagai Pengobatan Fisik Dan Psikologis Di Masa Pandemi COVID-19', *Health Information: Jurnal Penelitian*, 14.1 (2022), pp. 89–114, doi:10.36990/hijp.v14i1.480
- Rozi, Fauzi Fathur, and Syaiful Arif, 'Konsep Shifa' Dalam Alquran (Perspektif M. Quraish Shihab Dalam Tafsir Al-Mishbah)', *Pedagogika: Jurnal Ilmu-Ilmu Kependidikan*, 3.1 (2023), pp. 69–75, doi:10.57251/ped.v3i1.954
- Siswoyo, Ari. "Yayasan Pusat Rehabilitasi Narkoba Al-Fatha Siap Bantu Pecandu untuk Pulih dan Produktif." *RUBIS.ID*, 2023. Diakses 15 Mei 2025. <https://www.rubis.id/2023/04/17/yayasan-pusat-rehabilitasi-narkoba-al-fatha-siap-bantu-pecandu-untuk-pulih-dan-produktif/>
- Sugiyono. *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Jakarta: Alfabeta, 2013.
- Syahdiah, Utami, Budiman Budiman, and Umi Nur Kholifah, 'Memorizing the Quran with Hypnotherapy Method', *INSPIRA: Indonesian Journal of Psychological Research*, 4.2 (2023), pp. 214–22
- Syarif, Nasrul. "Healing dan Hipnoterapi dalam Pandangan Islam." *TintaSiyasi.id*, 2024. Diakses 30 April 2026.

<https://www.tintasiyasi.id/2024/09/healing-dan-hipnoterapi-dalam-pandangan.html>

Ziqri, Aulia, Bania Maulina, Dewi Yanti Handayani, Marzuki Samion, and Zaim Anshari Siregar, 'Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Untuk Menurunkan Tingkatan Stres Pada Penyalahguna Narkoba Di Panti Rehabilitasi Al-Kamal Sibolangit Centre', *Jurnal Kedokteran Ibnu Nafis*, 9.1 (2020), pp. 17–26, doi:10.30743/jkin.v9i1.48



LAMPIRAN DOKUMENTASI



Foto Kegiatan Pembacaan Al-Qur'an dan Kajian Agama Rutin di Yayasan Al-Fatha Banda Aceh



Foto Lokasi dan Tempat Pusat Rehabilitasi Yayasan Al-Fatha



Wawancara dengan Klien/Residen Rehabilitasi di Yayasan Al-Fatha Banda Aceh



Wawancara dan Foto bersama dengan Manajer Program dan Perwakilan Ketua Yayasan Al-Fatha Banda Aceh



Dokumentasi Papan Informasi dan Sertifikat Penghargaan Yayasan Al-Fatha Banda Aceh

SURAT PENELITIAN



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY BANDA ACEH
FAKULTAS USHULUDDIN DAN FILSAFAT

Jl. Syekh Abdur Rauf Kopelma Darussalam Banda Aceh Telp/Fax. : 0651-752921

Nomor : B-1729/Un.08/FUF.LPP.00.9/7/2026

Lamp : -

Hal : *Penelitian Ilmiah Mahasiswa*

Kepada Yth,

YAYASAN PUSAT REHABILITASI NARKOBA AL-FATHA

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Fakultas Ushuluddin Dan Filsafat UIN Ar-Raniry dengan ini menerangkan bahwa:

NIM : 220303018

Nama : M.FAQIH MUWAFFAQ

Program Studi/Jurusan : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Alamat : Jl. Sengon Ujung - Pematang Pudu

Saudara yang tersebut namanya diatas benar mahasiswa Fakultas Ushuluddin Dan Filsafat bermaksud melakukan penelitian ilmiah di lembaga yang Bapak/Ibu pimpin dalam rangka penulisan Skripsi dengan judul **HIPNOTERAPI AL-QUR'AN DALAM MENGATASI GANGGUAN PSIKOLOGIS GENERASI MUDA DI PUSAT REHABILITASI YAYASAN AL-FATHA BANDA ACEH**

Banda Aceh, 15 Juli 2026

An. Dekan

Wakil Dekan Bidang Akademik dan Kelembagaan



Prof. Dr. Maizuddin, M.Ag.
NIP. 197205011999031003

Berlaku sampai : 31 Januari 2027

جامعة الرانيري

AR - RANIRY