

Pengaruh Kompilasi Terapi Al-Qur'an dan Shaping Modifikasi Perilaku untuk Menurunkan Gejala Obsessive Compulsive Disorder Type Washer di Griya Sehat AT TIN Surabaya

Oleh:

Halimatus Sa'diyah Siregar

Ghozali Rusyid Affandi

Study Program of Psychology

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

November, 2024



Pendahuluan

Gejala Obsessive Compulsive Disorder (OCD) adalah gangguan kecemasan yang ditandai dengan pikiran-pikiran mengganggu yang menyusahkan (obsesi), dan tindakan berulang-ulang yang berorientasi pada tugas dan memakan waktu (kompulsif) yang direncanakan. Gangguan Obsesif Kompulsif (OCD) adalah gangguan mental umum yang sering menyebabkan penderitaan besar, dengan gangguan substansial dalam fungsi sosial dan kualitas hidup serta mempengaruhi keluarga dan hubungan penting (Pampaloni et al., 2022).

Seperti kebiasaan durasi waktu mandi yang lama, karena dilakukan berulang-ulang, padahal durasi waktu mandi yang lama sangatlah tidak sehat. Kebiasaan perawatan kulit yang tidak tepat, termasuk durasi mandi yang lama dan seringnya penggunaan pembersih wajah, secara signifikan meningkatkan risiko rosacea (penyakit kulit wajah) pada remaja Tiongkok (Zuo et al., 2020).

Terapi Al-Qur'an banyak digunakan untuk mengatasi gangguan OCD. Seperti penelitian menggunakan uji paired sampel t-test menunjukkan bahwa pemberian terapi murottal Al-Quran dapat menurunkan tingkat kecemasan hospitalisasi pada anak dengan nilai signifikansi $0.000 < p \text{ value } 0.05$. (Hestiani Rumakamar et al., 2022).

Teknik Shaping Modifikasi Perilaku dapat mengubah perilaku (*behavior*) seseorang. Berdasarkan hasil analisis data dalam kondisi dan antar kondisi menunjukkan bahwa Teknik Shaping dapat mengurangi kondisi perilaku merokok pada anak tunagrahita ringan di SLB N Madina (Madina, 2021).

Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)

1. Apakah Terapi Al-Qur'an secara signifikan mengurangi gejala Obsessive Compulsive Disorder (OCD) pada klien yang mengalami gangguan ini?
2. Apakah Shaping Modifikasi Perilaku secara signifikan mengurangi gejala Obsessive Compulsive Disorder (OCD) pada klien yang mengalami gangguan ini?
3. Apakah kombinasi antara Terapi Al-Qur'an dan Shaping Modifikasi Perilaku secara signifikan lebih efektif dalam mengurangi gejala Obsessive Compulsive Disorder (OCD) dibandingkan dengan menerapkan masing-masing terapi secara terpisah?

Metode

Rancangan penelitian yang digunakan adalah kuasi eksperimen. Desain studi subjek tunggal dapat digunakan untuk membuat kesimpulan tentang individu. (Zuidersma et al., 2020)

Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif kuasi eksperimen subjek tunggal (single subject eksperimen) dengan desain *Interrupted Time Series Design*. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen yang bertujuan untuk melihat perubahan perilaku subjek setelah diberikan perlakuan (treatment) (Sugiyono, 2013).

Kompilasi Terapi Al-Qur'an dan Shaping Modifikasi adalah mengkompilasi terapi dengan bacaan-bacaan Al-Qur'an dan teknik pembentukan (shaping) dengan penggunaan pewaktu (stopwatch / jam).

Hasil

Dari hasil penelitian yang dilakukan ini didapatkan bahwa adanya perubahan yang terjadi sebelum (baseline) dan sesudah perlakuan (intervensi) ketika diberi treatment dengan menggunakan Kompilasi Terapi Al-Qur'an dan Shaping Modifikasi Perilaku, dimana dapat membantu menurunkan gejala OCD type washer dengan berhasil menurunkan durasi mandi yang menjadi ciri dari gejala OCD type washer, menjadi lebih sehat. Ini menunjukkan bahwa penelitian ini berhasil menunjukkan bahwa Terapi Al-Qur'an dan Shaping Modifikasi Perilaku dapat menurunkan Gejala Obsessive Compulsive Disorder (OCD) type Washer.

Pembahasan

Selain menurunkan gejala OCD yang berupa kecemasan, Terapi Al-Qur'an juga bisa mengubah perilaku seseorang. Dari hasil penelitian bahwa ada peningkatan perubahan sikap dan perilaku yang lebih baik seperti lebih tenang dalam bersikap.

Shaping modifikasi perilaku juga menurunkan gejala OCD, Prosedur teknik ini dapat dilakukan untuk mengurangi kecemasan sosial pada anak (Mulvariani, Salma Salsabiila, et al., 2021). Hasil analisis menunjukkan bahwa teknik shaping pada seting kelas memiliki pengaruh dalam kecemasan berpisah anak, ditunjukkan dengan menurunnya gejala kecemasan berpisah serta meningkatnya kemandirian anak di dalam kelas. (Lois et al., 2016)

Efektivitas kompilasi Terapi Al-Qur'an dan Shaping Modifikasi Perilaku untuk menurunkan gejala Obsessive Compulsive Disorder (OCD) type washer. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya perubahan dalam durasi waktu mandi sehat yang menjadi ciri gejala umum pada Klien OCD Type Washer, setelah diberikannya terapi dengan menggunakan Kompilasi Terapi Al-Qur'an dan Shaping Modifikasi Perilaku. Yaitu Dari durasi waktu mandi pasien sebelum diberikan treatment yaitu sekitar 120 menit (2 jam), turun menjadi sekitar 6-9 menit saja durasi waktu mandinya.

Temuan Penting Penelitian

Penelitian ini menunjukkan potensi integrasi antara pendekatan psikologis dan spiritual khususnya muslim dalam terapi gangguan mental yang mendorong lebih banyak penelitian di bidang interdisipliner yang menggabungkan aspek-aspek spiritual dengan intervensi psikologis modern, memberikan pemahaman yang lebih komprehensif tentang perawatan kesehatan mental. Dan bagi peneliti selanjutnya disarankan ketika melakukan penelitian terkait dengan Kompilasi Terapi Al-Qur'an dan Shaping Modifikasi Perilaku dengan subyek yang lebih banyak dan harus terkontrol. Kemudian menyiapkan waktu yang lebih lama dan lebih intensif. Juga menjadi lebih baik bila observasi dilakukan secara langsung. Akan menjadi lebih baik jika subyek tidak hanya satu saja.

Manfaat Penelitian

Secara teoritis penelitian ini dapat menambah referensi ilmu psikologi dalam pemahaman konsep serta aspek-aspek yang berkaitan dengan Terapi Al-Qur'an dan Shaping Modifikasi Perilaku, dimana dapat membantu menurunkan gejala OCD type washer dengan berhasil menurunkan durasi mandi yang menjadi ciri dari gejala OCD type washer, menjadi lebih sehat.

Secara praktis penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat bagi Griya Sehat AT TIN tempat dilakukan penelitian, pasien OCD Type Washer, dan Psikolog bahwa Terapi Al-Qur'an dan Shaping Modifikasi Perilaku dapat digunakan untuk membantu menurunkan gejala OCD type washer dengan berhasil menurunkan durasi mandi yang menjadi ciri dari gejala OCD type washer, menjadi lebih sehat.

Referensi

- Hestiani Rumakamar, Yusrah Taqiyah, & Alam, R. I. (2022). Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman terhadap Kecemasan Hospitalisasi Pada Anak. *Window of Nursing Journal*, 83–90.
- Madina, D. S. L. B. N. (2021). Efektivitas Teknik Shaping dalam Mengurangi Perilaku Merokok Pada Anak Tunagrahita Ringan. *Journal of Basic Education Studies*, 4(1).
- Pampaloni, I., Marriott, S., Pessina, E., Fisher, C., Govender, A., Mohamed, H., Chandler, A., Tyagi, H., Morris, L., & Pallanti, S. (2022). The global assessment of OCD. *Comprehensive Psychiatry*, 118.
- Sugiyono. (2013). Sugiyono, Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D (Bandung: Alfabeta, 2013), hlm. 3 . 1. *Metode Penelitian*, 2013
- Zuo, Z., Wang, B., Shen, M., Xie, H., Li, J., Chen, X., & Zhang, Y. (2020). Skincare habits and rosacea in 3,439 chinese adolescents: A university-based cross-sectional study. *Acta Dermato-Venereologica*, 100(6). <https://doi.org/10.2340/00015555-3442>
- Zuidersma, M., Riese, H., Snippe, E., Booij, S. H., Wichers, M., & Bos, E. H. (2020). Single-Subject Research in Psychiatry: Facts and Fictions. In *Frontiers in Psychiatry* (Vol. 11). <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.539777>

