

**PENERAPAN *MUROTAL* AL-QUR'AN SURAH AR-RAHMAN  
USTAZ HANAN ATTAKI TERHADAP TINGKAT  
STRES MAHASISWA UNIVERSITAS  
'AISYIYAH SURAKARTA**

**ABSTRAK**

Nurul Nuha Tasliyah, Irma Mustika Sari  
Program Studi DIII Keperawatan, Universitas 'Aisyiyah Surakarta  
\*Email : [nurul234nuha@gmail.com](mailto:nurul234nuha@gmail.com)

**Latar belakang :** Tingkat stres yang tinggi dapat mengakibatkan masalah biologis, psikologis, dan sosial dan bahkan bahaya serius bagi seseorang. Prevalensi emosional di Jawa Tengah ditandai dengan gejala depresi sebanyak 95.461. Stres pada mahasiswa dapat bersumber dari aktivitas dan juga tugas akademik. **Tujuan :** Terapi yang dapat dilakukan oleh umat muslim dengan pendekatan Islami yaitu psikoreligius dengan mendengarkan ayat suci Al-Qur'an atau *murottal* Al-Qur'an. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian *murottal* Al-Qur'an terhadap tingkat stres pada mahasiswa Universitas 'Aisyiyah Surakarta. Responden penelitian merupakan mahasiswa Universitas 'Aisyiyah Surakarta yang berjenis kelamin perempuan, berusia 18-22 tahun, dari fakultas ilmu kesehatan dan tidak tuna rungu. **Metode :** Penelitian ini mengukur tingkat stres *pretest* dan *posttest design*. Subjek penelitian ini berjumlah 2 responden. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner DASS (*Depression Anxiety Stress Scale*) untuk mengukur tingkat stres mahasiswa. **Hasil :** Sebelum diberikan *murottal* Al – Qur'an tingkat stres berat, dan sesudah diberikan *murottal* Al – Qur'an tingkat stres ringan. **Kesimpulan :** Hasil menunjukkan bahwa terdapat penurunan yang signifikan terhadap tingkat stres pada mahasiswa Universitas 'Aisyiyah Surakarta, setelah diberikan *murottal* Al – Qur'an.

**Kata kunci :** *Stres, Mahasiswa, Murottal Al-Qur'an*

