

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

Halimatus Sa'diyah Siregar<sup>1\*</sup>, Ghozali Rusyid Affandi<sup>1</sup>

[1] Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia.

## Abstrak

Obsessive Compulsive Disorder (OCD) is a mental disorder characterized by the presence of obsessions (unwanted and intrusive thoughts) and compulsions (repetitive behaviors performed to reduce the anxiety or discomfort caused by those obsessions), which significantly interfere with an individual's daily life. The combination of Qur'anic Therapy and Shaping Behavioral Modification techniques is often employed to address this disorder. This study aims to investigate the effectiveness of the compiled Qur'anic Therapy and Shaping Behavioral Modification in reducing symptoms of Obsessive Compulsive Disorder (OCD), specifically the Washer Type. The research employs a quantitative approach with a quasi-experimental single-subject design using an interrupted time series design. The study applies an A-B-A design model. The subject was selected using purposive sampling, and data were collected through systematic observation. The data analysis was conducted using visual graph analysis across two stages: within-condition and between-condition comparisons. Data collection in the first baseline condition (A1) was conducted through seven observation sessions. This was followed by the intervention phase (B), in which the compiled Qur'anic Therapy and Shaping Behavioral Modification were implemented over thirteen observation sessions. The study concluded with a second baseline condition (A2), observed over another seven sessions. Based on the visual data analysis, both within and across conditions, the compiled Qur'anic Therapy and Shaping Behavioral Modification effectively reduced the symptoms of Obsessive Compulsive Disorder, Washer Type. Furthermore, this combination of therapeutic techniques not only alleviated anxiety but also contributed to the positive transformation of habits and behaviors, indicating broader benefits for psychological and behavioral well-being.

**Keywords:** Obsessive Compulsive Disorder Type Washer; Qur'anic Therapy; Shaping Technique; Behavior Modification

## Article Info

Artikel History: Submitted: 2024-08-23 | Published: 2025-03-30

DOI: <http://dx.doi.org/10.24127/gdn.v15i1.11038>

Vol 15, No 1 (2025) Page: 197 - 214

(\* ) Corresponding Author: Halimatus Sa'diyah Siregar, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia, Email: [H5tus.siregar@gmail.com](mailto:H5tus.siregar@gmail.com)



Ini adalah artikel akses terbuka yang disebarluaskan di bawah ketentuan [Lisensi Internasional Creative Commons Atribusi 4.0](#), yang mengizinkan penggunaan, penyebaran, dan reproduksi tanpa batasan di media mana pun dengan mencantumkan karya asli secara benar.

## 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). OCD ditandai dengan obsesi (pikiran, gambaran, impuls, dan kompulsi yang berulang, mengganggu, dan tidak diinginkan (perilaku berulang atau tindakan mental yang membuat individu merasa harus melakukannya), yang dapat muncul bersamaan atau terpisah. (Nezgovorova et al., 2022).

Perkaitan antara OCD dengan waswas adalah dari sudut gangguan kepada pemikiran dan tindakan yang tidak diyakini sehingga diulangi berkali-kali. Kesan daripada OCD ini akan menyebabkan gangguan pada emosi dan juga keyakinan diri (Rahman et al., 2021). Perilaku kompulsif yang umum termasuk mencuci tangan secara berlebihan, memeriksa berulang-ulang, dan memperhatikan keteraturan dan simetri. OCD sering muncul bersamaan dengan gangguan kejiwaan lainnya, seperti gangguan kecemasan, depresi berat, gangguan kontrol impuls, dan gangguan defisit perhatian (Santini et al., 2021). Yang termasuk dalam subtype gejala OCD adalah merenung, mencuci, memeriksa (Kaiser et al., 2010).

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). Salah satu klien Griya Sehat AT TIN yang memiliki gangguan OCD Type Washer. Seorang wanita berusia 24 tahun, belum menikah, suku Jawa dan beragama Islam dari keluarga menengah keatas. Dari trauma masa lalunya pada orangtuanya, merasa rendah diri, merasa kesepian karena hidup sendiri ini lah yang akhirnya mengakibatkan depresi dan muncul kecemasan-kecemasan yang tanpa disadari akhirnya mengakibatkan perubahan perilaku yang tidak masuk akal terutama pada mandinya. Saat mandi subjek merasa tidak bersih sehingga diulang-ulang hingga memakan waktu 2 jam bahkan bisa lebih, terjadi hamper selama 4 tahun. Saat tidak diulang subjek merasa cemas, merasa tidak bersih, merasa masih lengket kotor dan sebagainya, akhirnya diulang kembali mandi hingga berkali-kali.

Terlepas dari tingkat keparahannya, OCD sering kali tidak terdiagnosis secara memadai, atau terdiagnosis terlambat, sehingga sering kali menyebabkan adanya jeda yang lama antara timbulnya gejala OCD dan dimulainya pengobatan yang memadai (Pampaloni et al., 2022). Bila tidak segera ditangani, OCD sering muncul bersamaan dengan gangguan kejiwaan

lainnya, seperti gangguan kecemasan, depresi berat, gangguan kontrol impuls, dan gangguan berkurangnya perhatian (Santini et al., 2021). OCD sering menyebabkan penderitaan besar, dengan gangguan substansial dalam fungsi sosial dan kualitas hidup serta mempengaruhi keluarga dan hubungan penting lainnya. OCD dapat mengakibatkan penurunan kualitas hidup yang signifikan dan mempengaruhi berbagai aspek kehidupan individu, termasuk pekerjaan, hubungan sosial, dan kesejahteraan umum (Subramaniam et al., 2013). OCD ini akan menyebabkan gangguan pada emosi dan juga keyakinan diri. (Rahman et al., 2021). Dengan adanya obsesi dan kompulsi berulang yang menimbulkan bahaya dan mengganggu kehidupan sehari-hari. OCD pediatrik dikaitkan dengan peningkatan risiko gangguan psikiatri lainnya di masa dewasa. (Inastyarikusuma, 2021).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa agama dapat mendukung penyakit mental, dan doa dapat menjadi alternatif meditasi dalam psikoterapi (Mardhiyah, 2022). Kajian yang mendalam tentang al Qur'an sebagai pokok ajaran telah memberikan corak tersendiri, dalam khazanah pemikiran muslim di bidang psikologi, sehingga konsep-konsep yang ditawarkan nantinya mempunyai kapasitas keilmuan yang mampu di terapkan dalam proses psikoterapi (Hawari, 1997). Beberapa bentuk gangguan kecemasan yang umum meliputi gangguan kecemasan generalisasi (GAD), gangguan panik, gangguan kecemasan sosial, gangguan kecemasan spesifik (seperti fobia), dan gangguan obsesif-kompulsif (OCD). (Saragih, 2023). OCD adalah gangguan kecemasan dimana pikiran individu dipenuhi oleh gagasan yang menetap dan tidak terkontrol, sehingga individu seakan dipaksa untuk melakukan tindakan sesuai gagasan mereka. (Syafaatul & Hamidah, 2017) Ada pengaruh terapi murottal Al – Qur'an terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi proses persalinan (Ayu Rahmadhani et al., 2021). Juga ada pengaruh pemberian terapi murottal (Al-Qur'an) terhadap penurunan tingkat kecemasan (Faridah, 2017). 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). Hasil penelitian menyatakan bahwa terapi membaca Al Qur'an dan terjemahannya mampu mengurangi perasaan cemas. Selain itu, peneliti menemukan bahwa dengan mengamalkan terapi ini subjek X mampu merubah pola pikirnya menjadi lebih positif (Purwaningrum et al., 2022). Manfaat dan efek terapi Al-Qur'an dapat meningkatkan endorfin pada otak, perubahan TTV dan fisiologi tubuh, memperbaiki gangguan autisme dan gangguan stroke, perubahan memori, perubahan gelombang otak, perubahan respons fisiologis di ruang PICU dan ICU, menurunkan kecemasan (Rosyanti et al., 2022) Salah satu terapi non farmakologi yang efektif dapat mengatasi kecemasan yakni terapi murottal Al-Qur'an dan terapi Dzikir. (Rendiansyah Taha , Firmawati, 2023).

Selain menurunkan gejala OCD, Terapi Al-Qur'an juga bisa mengubah perilaku seseorang. Hasil yang diperoleh bahwa ada peningkatan perubahan sikap dan perilaku yang lebih baik seperti lebih tenang dalam bersikap, berkurangnya membolos, mampu mengontrol diri, emosi, serta mau mengikuti kegiatan sekolah dari siswa tunalaras dengan terapi Al-Qur'an (Kusmawati et al., 2018). Pemberian terapi murottal Alquran memberikan efek positif bagi anak autis untuk mengurangi gangguan perilaku, dapat menurunkan perilaku anak autis (Anam et al., 2019). Modifikasi perilaku adalah salah satu teknik dalam mengubah perilaku seseorang. (Siregar et al., 2023) Modifikasi perilaku telah menjadi topik diskusi penting dalam psikologi selama beberapa dekade. Para penganut behavioris telah mengembangkan sejumlah teori dan memberikan kontribusi wawasan yang signifikan mengenai bagaimana

prinsip-prinsip teori ini dapat diterapkan untuk mengubah perilaku (Thompson-Bramwell & Mauzard, 2022).

Modifikasi perilaku mengacu pada teknik yang digunakan untuk mencoba dan mengurangi atau meningkatkan jenis perilaku atau reaksi tertentu.. Terapis menggunakannya untuk mempromosikan perilaku sehat pada pasiennya. Tujuan di balik modifikasi perilaku hanya berfokus pada perubahan perilaku, dan terdapat berbagai metode berbeda yang digunakan untuk mencapainya.(Vijayalakshmi, 2019). Teknik pembentukan modifikasi perilaku atau shaping adalah pengembangan perilaku operan baru melalui penguatan pendekatan-pendekatan yang berurutan, dan menghilangkan perkiraan-perkiraan sebelumnya dari perilaku tersebut ke perilaku baru pada sasaran atau subjek. Dapat disimpulkan bahwa prosedur teknik pembentukan dapat dilakukan untuk mengurangi kecemasan sosial pada anak (Mulvariani, Salma Salsabiila, et al., 2021). Prosedur teknik pembentukan dapat dilakukan untuk mengurangi kecemasan sosial pada anak (Mulvariani, Salma Salsabiila, et al., 2021). Jika anak mempunyai masalah kecemasan dalam bersosialisasi dengan orang lain. Maka untuk mengatasinya, kita dapat menggunakan teknik pembentukan modifikasi perilaku atau shaping (Mulvariani, Salsabiila, et al., 2021)

Shaping modifikasi perilaku membantu membentuk perilaku, seperti perilaku baru yang diharapkan dapat terbentuk adalah meminta bantuan kepada orang asing untuk menyeberang jalan (Faz, 2015). Intervensi berupa terapi perilaku, dengan menggunakan teknik Shaping untuk memunculkan perilaku baru yang belum ditampilkan anak dengan memberikan penguatan pada setiap perilaku yang ditargetkan. Terapi ini dapat melatih anak secara berulang-ulang dengan tahapan memberi contoh, meniru dan berinisiatif melakukan perilaku yang ditargetkan diselingi dengan penguatan yang diberikan. Anak dengan terapi ini akan mempelajari pola perilaku baru dan belajar secara perlahan untuk menerapkannya dan kemudian menjadi pola perilaku yang menjadi kebiasaan (Malika, 2020).

Pada penelitian sebelumnya, terapi Al-Qur'an banyak digunakan untuk mengatasi gangguan OCD. Seperti penelitian menggunakan uji paried sampel t-test menunjukkan bahwa pemberian terapi murottal Al-Quran dapat menurunkan tingkat kecemasan hospitalisasi pada anak dengan nilai signifikasi  $0.000 < p \text{ value } 0.05$ . (Hestiani Rumakamar et al., 2022). Ada pengaruh terapi murottal Al – Qur'an terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi proses persalinan (Ayu Rahmadhani et al., 2021). Hasil uji statistic Wilcoxon didapatkan nilai  $Z = -5.185$  dan  $P = 0,000$  artinya ada pengaruh pemberian terapi murottal (Al-Qur'an) terhadap penurunan tingkat kecemasan (Faridah, 2017).

Demikian juga penelitian sebelumnya tentang Shaping modifikasi perilaku untuk gangguan OCD. Seperti hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan rata-rata durasi perilaku on-task yang signifikan pada partisipan, dari 8% sebelum intervensi menjadi 100% setelah intervensi berakhir dan bertahan menjadi 100% saat follow-up. Hal ini membuktikan bahwa penerapan teknik shaping terbukti efektif dalam membantu anak meningkatkan durasi perilaku on-task (Ulfah & Daengsari, 2019). 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).

Namun belum ada penelitian yang mengkompilasikan terapi Al-Qur'an dan Teknik shaping untuk menurunkan gejala Obsessive Compulsive Disorder (OCD) type Washer. Maka dari uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih dalam apakah Kompilasi

Terapi Al-Qur'an dan Shaping Modifikasi Perilaku dapat menurunkan gejala OCD Type washer yaitu berpengaruh pada durasi waktu mandi yang sehat pada Klien OCD Type Washer.

## **METODE**

### **Desain Penelitian**

Desain penelitian yang digunakan adalah kuasi eksperimen. Desain studi subjek tunggal dapat digunakan untuk membuat kesimpulan tentang individu. (Zuidersma et al., 2020). Rancangan penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen. Desain yang digunakan pada penelitian ini adalah *single subject research* (Rukminingsih et al., 2020) menjelaskan bahwa penelitian eksperimen adalah suatu penelitian yang dilakukan secara sengaja dan teratur untuk mengetahui perubahan yang akan terjadi dan hasil dari perubahan tersebut. Menurut Creswell (dalam Rukminingsih et al., 2020) penelitian eksperimen adalah sebuah penelitian yang bertujuan untuk mengetahui apakah ada perubahan yang mempengaruhi hasil setelah menerapkan ide, proses praktek, dan prosedur yang telah diberikan. 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). Variabel-variabel penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah : (1) Variabel independen : Kompilasi Terapi Al-Qur'an dan Shaping Modifikasi Perilaku; (2) Variabel dependen : Obsessive Compulsive Disorder (OCD) Type Washer

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). Obsessive Compulsive Disorder (OCD) Type Washer adalah gangguan mental dimana seseorang melakukan mandi secara berulang-ulang, sehingga durasi waktu mandinya terlalu lama dan tidak masuk akal.

### **Partisipan**

Subyek penelitian adalah seorang wanita berusia 24 tahun, belum menikah, suku Jawa dan beragama Islam dari keluarga menengah keatas. Saat mandi subjek merasa tidak bersih sehingga diulang-ulang hingga memakan waktu 2 jam bahkan bisa lebih, terjadi hampir selama 4 tahun.

### **Instrumen Penelitian**

Peneliti menggunakan observasi tidak langsung selama masa observasi di rumah sebagai bentuk menghimpun data penelitian. Cara menghimpun data penelitian dilakukan dengan pencatatan penelitian ini dalam bentuk menghitung durasi klien tersebut dalam proses mandi ketika sebelum diberikan intervensi, ketika diberikan intervensi maupun sesudah klien tersebut diberikan intervensi. Instrumen penelitian yang digunakan di antaranya: pewaktu (stopwatch/ jam), pulpen, dan form penilaian seperti tabel 1 (Oksari, 2021).

Tabel 1. Pengumpulan Data

No	Hari Pengamatan	Durasi Waktu Mandi (Menit)
1	Hari Ke-1	...
2	Hari Ke-2	...
3	Hari Ke-3	...
4	Hari Ke-4	...
5	Hari Ke-5	...
dst	Hari Ke-dst	...

Setelah dilakukan pengamatan dan observasi, data kemudian dianalisis dalam bentuk visual grafik. Analisis data tersebut akan menggunakan 2 hasil, yaitu, analisis data dalam kondisi dan analisis data antar kondisi. Dari hasil analisis tersebut akan menghasilkan data yang komparatif dari durasi waktu mandi klien dalam setiap tahapannya.

Tabel 2. Tahapan dan Prosedur

<b>Tahap 1.1 : Persiapan Penelitian</b>	
Aktivitas	: Menyiapkan rancangan penelitian yang dimulai dari menyiapkan proposal penelitian yang akan digunakan
Tujuan	: Mengidentifikasi masalah dan menyiapkan metoda yang tepat untuk Pelaksanaan Penelitian
Waktu	: 1 bulan sebelumnya
Perlengkapan	: Komputer, alat tulis
<b>Tahap 1.2 : Persiapan Konsultasi dengan Klien</b>	
Aktivitas	: - Pertemuan dengan klien - Konsultasi klien
Tujuan	: Mengidentifikasi keluhan klien dan menentukan terapi yang tepat untuk klien
Waktu	: 1 hari
Perlengkapan	: Ruang konsultasi, alat tulis, info consent
<b>Tahap 2.1: Pelaksanaan Sebelum Treatment</b>	
Aktivitas	: - Pengamatan ( <i>Observasi</i> ) sebelum Klien diberikan Treatment - Pencatatan pada Tabel Pengamatan dengan dibantu keluarga
Tujuan	: Mengetahui durasi mandi klien sebelum diberikan treatment
Waktu	: 7 (tujuh) hari pengamatan
Perlengkapan	: Pewaktu ( jam, <i>stop watch</i> ), tabel pengamatan, alat tulis
<b>Tahap 2.2: Pelaksanaan, Pemberian Treatment</b>	
Aktivitas	: - Klien diberikan Treatment berupa kompilasi Terapi Al-Qur'an dan Shaping modifikasi perilaku - Mulai diberikan treatment, dengan terapi Al-Qur'an. Dimana klien diminta membaca Al-Qur'an dengan disuarakan hingga di dengar oleh telinganya sendiri. Waktunya pagi dan sore. - Dikompilasikan dengan teknik shaping, yaitu mulai membentuk perilaku baru dalam mandi, yaitu mengurangi durasi waktu mandinya dengan dibantu alat ( stopwatch, alarm) yang dibawa ke kamar mandi dan akan dibunyikan per 5 menit untuk mengingatkan waktunya. - Pencatatan durasi waktu mandi klien pada Tabel Pengamatan dengan dibantu keluarga.
Tujuan	: Mengetahui durasi waktu mandi klien saat diberikan treatment
Waktu	: 13 (tiga belas) hari pengamatan

Perlengkapan	:	- Al-Qur'an untuk dibaca, yaitu Surat Al-Fatihah, Ayatul Kursi, Surat Al-Ikhlhas, Surat Al-Falaq dan Surat An-Nas - Pewaktu ( jam, <i>stop watch</i> , <i>alarm difungsikan per 5 menit</i> ), tabel pengamatan, alat tulis.
Tahap 2.2: Pelaksanaan, Setelah Treatment		
Aktivitas	:	- Treatment berupa kompilasi Terapi Al-Qur'an dan Shaping modifikasi perilaku dihentikan - Pencatatan durasi waktu mandi klien pada Tabel Pengamatan dengan dibantu keluarga
Tujuan	:	Mengetahui durasi waktu mandi klien saat treatment tidak diberikan
Waktu	:	7 (tujuh) hari pengamatan
Perlengkapan	:	Pewaktu ( jam, <i>stop watch</i> ), tabel pengamatan, alat tulis
Tahap 3: Pengolahan Data dan Analisa		
Aktivitas	:	- Mengumpulkan hasil pengamatan ( <i>observasi</i> ) berupa table pengamatan - Menganalisa berdasarkan metode analisa yang digunakan
Tujuan	:	Mendapatkan data berupa visual grafik untuk mendapatkan komparasi dari setiap pelaksanaan durasi mandi klien
Waktu	:	7 (tujuh) hari pengamatan
Perlengkapan	:	Komputer, alat tulis, buku, jurnal-jurnal dan artikel untuk referensi
Tahap 4: Evaluasi		
Aktivitas	:	- Pertemuan dengan klien - Mengevaluasi kegiatan mulai dari persiapan hingga pelaksanaan kegiatan penelitian
Tujuan	:	Mengetahui keberhasilan Treatment dengan terapi yang diberikan
Waktu	:	Satu hari
Perlengkapan	:	Ruang konsultasi, Komputer, alat tulis

Pemilihan terapi Al-Qur'an karena klien adalah muslimah yang religius, bisa membaca dan hafal bacaan Al-qur'an yang dipilih sebagai bacaan untuk terapi. Shaping modifikasi perilaku, dengan bantuan alat berupa pewaktu ( *stop watch*, *alarm*) yang di setting untuk berbunyi setiap 5 menit menjadi pilihan yang efektif untuk mengingatkan durasi waktu mandi klien. Sehingga saat alarm berbunyi di menit ke 5, klien tersadar akan durasi waktu dan bersegera menyelesaikan mandinya. Dengan dilakukan kontinyu selama 13 hari. Kompilasi kedua terapi ini terbukti efektif untuk mengatasi gejala OCD Type Washer yang menjadi keluhan klien ini. Setelah treatment dihentikan di hari ke 14, tidak membaca Al-Qur'an sebagai terapi lagi dan tidak menggunakan alarm sebagai pengingat lagi, ternyata pasien tetap bisa menjaga durasi waktu mandinya secara normal seperti saat treatment diberikan.

### **Teknik Analisa Data**

Adapun bentuk eksperimen yang digunakan penelitian ini menggunakan metode A-B-A, yang di mana A1 merupakan fase baseline sebelum diberikan intervensi, B merupakan fase treatment, dan A2 merupakan fase setelah diberikan treatment. Fase baseline A1 adalah suatu kondisi variabel diukur secara periodik sebelum diberikan intervensi. Fase *Treatment* (B) merupakan fase dalam mengukur variabel subjek selama diberikan metode yang telah ditentukan. Sedangkan, pada fase *Baseline* A2 yang adalah fase pengukuran perilaku subjek setelah intervensi diberhentikan . Menurut Sunanto, kondisi pada baseline adalah keadaan di

mana pengukuran terhadap perilaku sasaran dilakukan dalam keadaan natural sebelum diberikan treatment apapun dan keadaan di mana setelah diberikan treatment. Adapun kondisi fase treatment adalah kondisi ketika suatu treatment telah diberikan dan perilaku sasaran diukur di bawah kondisi tersebut (Sunanto et al., 2006)

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian eskperimen yang telah dilakukan, telah didapatkan data durasi waktu mandi seperti tabel 2 untuk fase *baseline* A1, tabel 3 untuk fase treatment (B), dan tabel 4 untuk fase *baseline* A2.

Tabel 3. Durasi Waktu Mandi Klien Pada Fase *Sebelum Treatment, Baseline* (A1)

No	Hari Observasi	Durasi Waktu Mandi Klien (Menit)
1	Rabu 06/12/2023	115
2	Kamis 07/12/2023	120
3	Jum'at 08/12/2023	110
4	Sabtu 09/12/2023	117
5	Minggu 10/12/2023	121
6	Senin 11/12/2023	119
7	Selasa 12/12/2023	125

Tabel 4. Durasi Waktu Mandi Klien Pada Fase *Treatment* (B)

No	Hari Observasi	Durasi Waktu Mandi Klien (Menit)
1	Kamis 14/12/2023	7
2	Jum'at 15/12/2023	6
3	Sabtu 16/12/2023	6
4	Minggu 17/12/2023	6
5	Senin 18/12/2023	9
6	Selasa 19/12/2023	7
7	Rabu 20/12/2023	8
8	Kamis 21/12/2023	7
9	Jum'at 22/12/2023	8
10	Sabtu 23/12/2023	9
11	Minggu 24/12/2023	8
12	Senin 25/12/2023	6
13	Selasa 26/12/2023	9

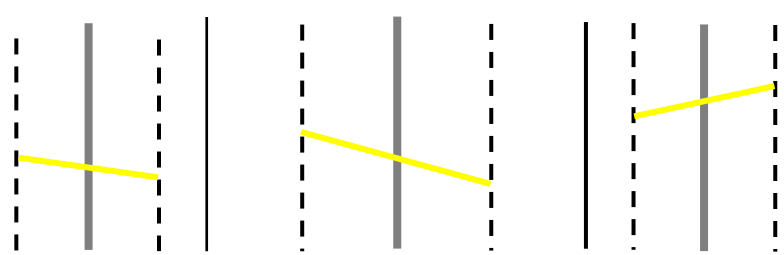
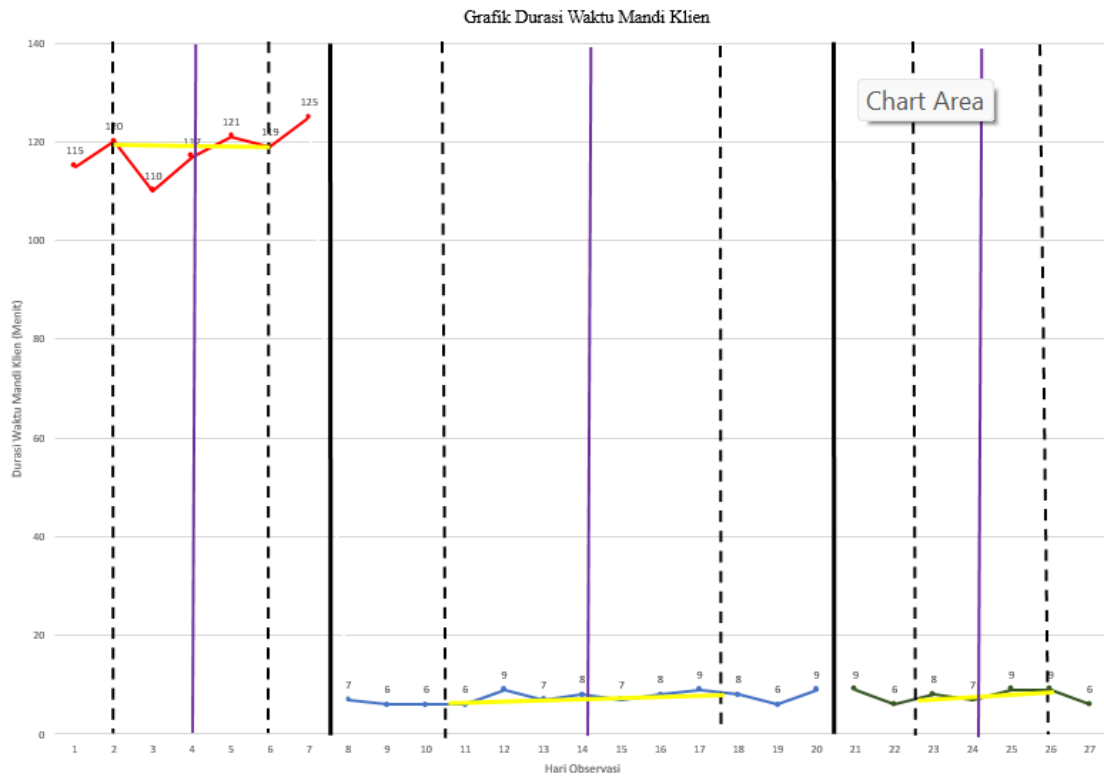
Tabel 5. Durasi Waktu Mandi Klien Pada Fase *Setelah Treatment, Baseline (A2)*

No	Hari Observasi	Durasi Waktu Mandi Klien (Menit)
1	Rabu 03/01/2024	9
2	Kamis 04/01/2024	6
3	Jum'at 05/01/2024	8
4	Sabtu 06/01/2024	7
5	Minggu 07/01/2024	9
6	Senin 08/01/2024	9
7	Selasa 09/01/2024	6

Peneliti melakukan pengamatan dalam tiga kondisi, yaitu fase *Baseline A1* sebelum diberikan treatment yang diadakan sebanyak 7 kali pengamatan dengan hasil (menit) : 115, 120, 110, 117, 121, 119,125. Lalu Fase Treatment, dengan diberikan kompilasi Terapi Al-Qur'an dan teknik shaping dengan bantuan alat berupa stopwatch dengan alarm yang disetel 10 menit, yang dilakukan sebanyak 13 kali pengamatan dengan hasil (menit) : 7, 6, 6, 6, 9, 7, 8, 7, 8, 9, 8, 6, 9. Sedangkan pada fase setelah Treatment, *Baseline A2* dilakukan pengamatan sebanyak 7 kali dengan hasil sebagai berikut (dalam menit) : 9, 6, 8, 7, 9, 9, 6.

Kondisi yang akan dianalisis berdasarkan hasil data pada tabel di atas pada kondisi *baseline A1*, kondisi treatment atau intervensi, dan kondisi *baseline A2* pada durasi waktu mandi klien. Bagian yang dianalisa dalam kondisi ini dapat tergambar pada grafik diagram di bawah ini :

Diagram 1. Durasi Waktu Mandi Klien OCD Type Washer Berdasarkan Estimasi Kecenderungan Arah



Keterangan:

- Garis *Mid Rate* :
- Garis *Mid Date* :
- Garis Perubahan Fase :
- Kondisi *Baseline (A1)* :
- Kondisi Treatment :
- Kondisi *Baseline (A2)* :

Diagram 2. Kecenderungan Stabilitas Durasi Waktu Mandi Klien OCD Type Washer Fase Sebelum Treatment, *Baseline A1*

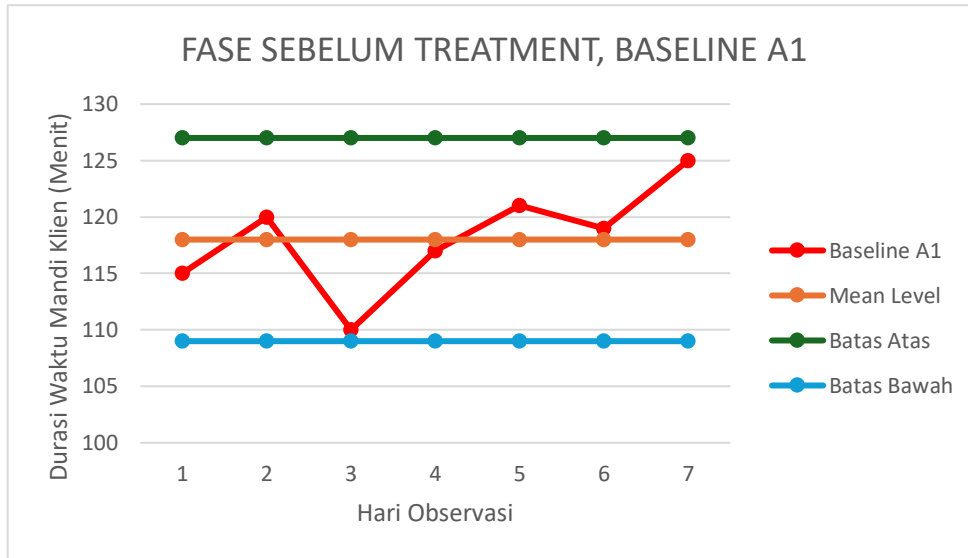


Diagram 3. Kecenderungan Stabilitas Durasi Waktu Mandi Klien OCD Type Washer Fase Treatment (B)

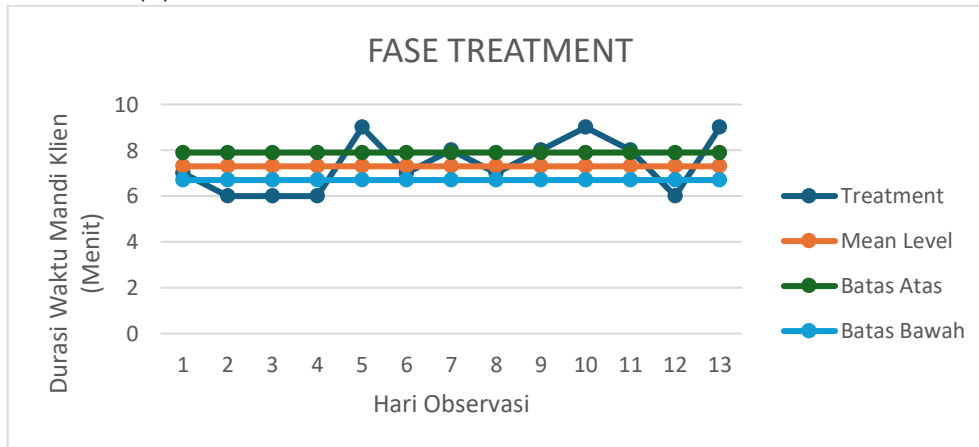
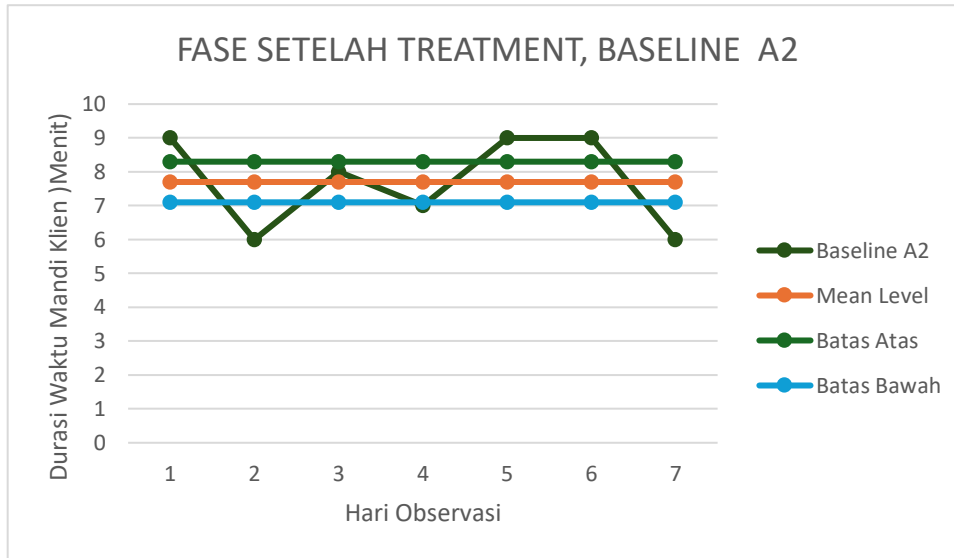


Diagram 4. Kecenderungan Stabilitas Durasi Waktu Mandi Klien OCD Type Washer Fase Setelah Treatment, *Baseline A2*



Keterangan:

- Mean Level :
- Batas Atas :
- Batas Bawah :
- Kondisi *Baseline* (A1) :
- Kondisi Treatment :
- Kondisi *Baseline* (A2) :

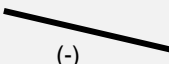
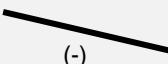
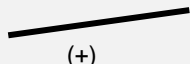
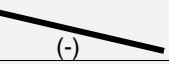
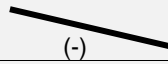
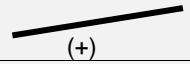
Dari gambar diagram di atas, ditemukan bahwa pada kondisi *baseline A1* panjang kondisinya adalah berdasarkan jumlah pengamatan yang dilakukan sebanyak 7 kali. Untuk keadaan estimasi kecenderungan arahnya menggunakan metode *split middle* dengan hasil menaik. Kecenderungan stabilitas pada kondisi ini dengan *mean level* 118, batas atas 127, dan batas bawah 109. Sedangkan presentase stabilitasnya adalah 0%. Jejak data pada kondisi ini naik dengan level stabilitas dan rentang dari 115-125, yaitu +10 menit.

Kondisi ketika diberikan metode *Kompilasi Terapi Al-Qur'an dan Shaping* ini meliputi panjang kondisi 13 kali pengamatan dengan *mean level* 7,3, batas atas 7,9 dan batas bawah 6,7 dengan presentase stabilitas sebesar 0%. Jejak data pada kondisi ini durasi menurun dengan level stabilitas variabel dan rentang sebesar 7-9 yang memiliki level perubahan sebesar -2 (minus dua) menit. Pemberian intervensi ini diberhentikan karena adanya stabilitas durasi waktu mandi sehat.

Berdasarkan kondisi *baseline A2* atau setelah diberikan treatment, perilaku subjek kembali diukur selama panjang kondisi yang merupakan jumlah pengamatan yang dilakukan sebanyak 7 kali. Hasil dari kecenderungan stabilitas pada kondisi *baseline A2* dengan *mean level* 7,7, batas atas 8,3, dan batas bawah 7,1 dengan presentase stabilitas 0%. Jejak data pada kondisi ini menaik dengan level stabilitas durasi turun, rentang pada data yang memiliki

perubahan perilaku durasi waktu mandi setelah 9-6 menit. Level perubahannya sendiri sebesar -3 (minus tiga) menit. Hal ini dapat dilihat pula pada tabel berikut ini:

Tabel 6. Hasil Analisa Dalam Kondisi





Kondisi	Baseline A1	Treatment	Baseline A2
Panjang Kondisi	7	13	7
Estimasi Kecenderungan Arah	 (-)	 (-)	 (+)
Kecenderungan Stabilitas	0% Tidak Stabil	0% Stabil	0% Stabil
Jejak Data	 (-)	 (-)	 (+)
Level Stabil dan Rentang	Variabel 115 - 125	Variabel 7 - 9	Variabel 9 - 6
Perubahan Level ( <i>Level Change</i> )	125 - 115 (+10)	9 - 7 (-2)	9 - 6 (+3)

Dari hasil analisis data antar kondisi, perubahan kecenderungan arah antar kondisi *baseline* A1 dengan kondisi treatment menurun ke mendatar. Hal ini berarti kondisi bisa menjadi lebih stabil setelah dilakukan treatment. Pada kondisi treatment dengan *baseline* A2 kecenderungan arahnya stabil ke arah menurun yang berarti setelah diberikan treatment durasi waktu mandi menjadi lebih stabil daripada sebelumnya.

Pada perubahan kecenderungan stabilitas antar kondisi *Baseline* A1 dengan treatment yakni tidak stabil ke stabil. Sementara, pada kondisi treatment ke *Baseline* A2 cenderung lebih stabil.

Perubahan level antara kondisi *Baseline* A1 dengan kondisi *Treatment* naik atau membaik sebanyak +118 menit. Sedangkan antara kondisi *Treatment* dengan *Baseline* A2, tidak ada penurunan waktu signifikan karena berada di kondisi yang sama. Data yang tumpang tindih antara kondisi *Baseline* A1 dengan *Treatment* adalah 0%, sedangkan antara kondisi *Treatment* dengan *Baseline* A2 adalah 0%. Pemberian intervensi tetap berpengaruh terhadap klien yaitu durasi waktu mandi yang menurun seperti yang terlihat di Diagram 1. Untuk itu, semakin kecil persentase *overlap*, maka semakin baik pengaruh treatment terhadap perilaku subjek yang diteliti. Di bawah ini merupakan tabel hasil untuk analisa antar kondisi:

Tabel 7. Hasil analisis antar kondisi

Kondisi	A1/Treatment	Treatment/A2
Jumlah Variabel	1	1
Perubahan Kecenderungan arah dan efeknya	 (-)	 (-)
	 (+)	 (+)
	Positif	Positif
Perubahan Kecenderungan Stabilitas	Variabel ke variabel	Variabel ke variabel
Perubahan Level	(125 - 7)	(9 - 9)
	(+118)	(0)
Data Tumpang Tindih ( <i>Overlap</i> )	0%	0%

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui 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.

Manfaat dan efek terapi Al-Qur'an dapat meningkatkan endorfin pada otak, perubahan TTV dan fisiologi tubuh, memperbaiki gangguan autisme dan gangguan stroke, perubahan memori, perubahan gelombang otak, perubahan respons fisiologis di ruang PICU dan ICU, menurunkan kecemasan (Rosyanti et al., 2022). Berdasarkan hasil uji Dependent T - test menunjukkan ada pengaruh terapi murottal alquran terhadap tingkat kecemasan ibu postpartum ( $p$ -value  $0,001 < 0,05$ ). Sehingga terapi murottal Al-Qur'an ini dapat dipakai sebagai salah satu intervensi untuk mengatasi kecemasan pada ibu postpartum.(Fitria et al., 2022). Hasil penelitian ini menyatakan bahwa terapi membaca Al Qur'an dan terjemahannya mampu mengurangi perasaan cemas. Selain itu, peneliti menemukan bahwa dengan mengamalkan terapi ini subjek X mampu merubah pola pikirnya menjadi lebih positif.(Purwaningrum et al., 2022). Di dalam Al-Qur'an banyak ditemui ayat-ayat yang berhubungan dengan dinamika kejiwaan manusia yang secara teoretik dapat dijadikan dasar acuan psikoterapi untuk mengatasikecemasan. Al-Quran menawarkan solusi bagi jiwa yang sedang cemas untuk mendapatkan ketenangan, baik melalui bacaan maupun tulisan yang diambil dari teks al-Qur'an (Aisyatin Kamila, 2022). Hal tersebut menunjukkan bahwa terapi membaca Al-Fatihah reflektif-intuitif terbukti efektif dalam menurunkan kecemasan, setelah melewati proses pemaknaan yang membutuhkan waktu tertentu(Putri & Nashori, 2021). Terapi mendengarkan murottal Al Quran surat Al Fatihah dan surat Ar Rahman dapat menurunkan tingkat stress, cemas, dan depresi pada pasien CKD V yang menjalani Hemodialisis.(Twistiandayani & Prabowo, 2021). Ada pengaruh membaca Al Fatihah reflektif intuitif terhadap tingkat penurunan kecemasan berbicara di depan umum pada Mahasiswa Progam Studi Psikologi UIN Sunan Kalijaga(Julianto et al., 2018). Melalui penghayatan terhadap surah An\_Nas ini disertai zikir yang teratur minimal pagi dan petang sebagaimana yang dianjurkan Rasulullah SAW, diharapkan kemunculan gejala OCD pada penderita, bisa berkurang.(Fakhruddiana, 2006). Hasil perhitungan dengan menggunakan uji Wilcoxon Test sebelum dan sesudah dilakukan terapi religi murottal, diperoleh nilai P-Value  $< \alpha$  5% ( $0,000 < 0,05$ ). Jadi, ada pengaruh cukup signifikan terapi murottal terhadap rasa cemas pasien pre-operasi. (Syamdarniati, 2023).

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, berkurangnya membolos, mampu mengotrol diri, emosi, serta mau mengikuti kegiatan sekolah dari siswa tunalaras dengan terapi Al-Qur'an (Kusmawati et al., 2018). Penelitian yang lain menunjukkan bahwa pemberian terapi murottal Alquran memberikan efek positif bagi anak autis untuk mengurangi gangguan perilaku, dapat menurunkan perilaku anak autis (Anam et al., 2019).

Shaping modifikasi perilaku juga menurunkan gejala OCD, Prosedur teknik ini dapat dilakukan untuk mengurangi kecemasan sosial pada anak (Mulvariani, Salma Salsabiila, et al., 2021). Hasilanalisis 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)

Dalam membentuk perilaku teknik shaping juga sering digunakan, seperti perilaku baru yang diharapkan dapat terbentuk adalah meminta bantuan kepada orang asing untuk menyeberang jalan (Faz, 2015). Teknik Shaping membantu untuk memunculkan perilaku baru yang belum ditampilkan anak dengan memberikan penguatan pada setiap perilaku yang ditargetkan. (Malika, 2020).

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.

Penelitian yang dilakukan ini mengalami beberapa kendala. Karena observasi dilakukan secara tidak langsung, pencatatan dilakukan subyek sendiri dengan bantuan keluarga dan baru melaporkan sehari kemudian.

Adapun keterbatasan dalam penelitian ini yang pertama adalah peneliti tidak bisa langsung hadir saat pelaksanaan pencatatan data saat observasi. Yang kedua dengan hanya satu subyek penelitian tanpa adanya pembanding yang lain juga menjadi keterbatasan dalam penelitian ini. Dan yang ketiga metode yang digunakan hanya kuasi eksperimen saja.

## **SIMPULAN**

Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui pengaruh Kompilasi Terapi Al-Qur'an dan Shaping Modifikasi Perilaku dapat menurunkan gejala OCD type washer. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa Kompilasi Terapi Al-Qur'an dan Shaping Modifikasi Perilaku dapat menurunkan gejala OCD dalam hal ini OCD type washer. Hal ini dapat dilihat dari hasil analisa data dalam grafik penurunan waktu mandi pada klien OCD type washer ini. Implikasi dari 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.

## REFERENSI

- Aisyatin Kamila. (2022). PSIKOTERAPI DZIKIR DALAM MENANGANI KECEMASAN. *Happiness, Journal of Psychology and Islamic Science*, 4(1). <https://doi.org/10.30762/happiness.v4i1.363>
- Anam, A., Khasanah, U., & Isworo, A. (2019). Terapi Audio dengan Murottal Alquran Terhadap Perilaku Anak Autis: Literature Review. *Journal of Bionursing*, 1(2). <https://doi.org/10.20884/1.bion.2019.1.2.21>
- Ayu Rahmadhani, Tutik Agustini, & Yusrah Taqiyah. (2021). Pengaruh Terapi Murottal Al – Qur’an Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Dalam Menghadapi Proses Persalinan. *Window of Nursing Journal*. <https://doi.org/10.33096/won.v2i2.831>
- Fakhrudiana, F. (2006). Penghayatan dan Zikir Surah An-Nas untuk Mengurangi Gejala Obsessive-Compulsive Disorder ( OCD ). *Jurnal Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*.
- Faridah, V. N. (2017). Terapi murottal (al-qur’an) mampu menurunkan tingkat kecemasan. *E-Journal*, 6, 63–70.
- Faz, G. O. (2015). Penerapan Metode Modifikasi Perilaku Pembentukan (Shaping) Untuk Membentuk Perilaku Sosial Anak Dengan Ketidak-Mampuan Intelektual Ringan. *Psikologi Tabularasa*, 10(2).
- Fitria, L., Hamidiyah, A., F, A., A, A., H, A., & F, D. (2022). Murottal Al-Qur’an Therapy on The Level Of Anxiety Postpartum Mothers. *Embrio*, 14(1).
- Hawari, D. (1997). Al-Qur’an Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Mental. *Al-Qur’an Ilmu Kedokteran Jiwa Dan Kesehatan Mental*.
- 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. <https://doi.org/10.33096/won.v3i1.361>
- Inastyarikusuma, T. (2021). GANGGUAN OBSESIF KOMPULSIF PEDIATRIK. *JIMKI: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kedokteran Indonesia*, 7(1). <https://doi.org/10.53366/jimki.v7i1.382>
- Julianto, V., Indriyani, R., Munir, M. M., Sulantri, C., & Hasanah, S. M. (2018). Pengaruh Membaca Al Fatihah Reflektif Intuitif terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Prodi Psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. *Jurnal Psikologi*, 13(2). <https://doi.org/10.24014/jp.v13i2.4299>
- Kaiser, B., Bouvard, M., & Milliere, M. (2010). Washing, checking, and rumination: Are the belief domains, obsessions and compulsions specific to OCD subtypes? *Encephale*, 36(1). <https://doi.org/10.1016/j.encep.2008.09.003>
- Kusmawati, A., Hadi, C., & Putra, M. G. B. A. (2018). TERAPI AL-QUR’AN PADA SISWA TUNALARAS. *JSSH (Jurnal Sains Sosial Dan Humaniora)*, 2(1). <https://doi.org/10.30595/jssh.v2i1.2199>
- Lois, M. N., Sujana, W., & Tirtayani, L. A. (2016). Pengaruh Teknik Shaping Dengan Positive Reinforcement Terhadap Kecemasan Berpisah Pada Anak. *Jurnal PAUD*, 4(1).
- 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).
- Malika, N. (2020). Penerapan Terapi Modifikasi Perilaku dengan Teknik Shaping untuk Membentuk Kemandirian Anak. *Proceedings of The ICECRS*, 8. <https://doi.org/10.21070/icecrs2020433>

- Mardhiyah, R. A. (2022). Religious Psychotherapy for Depressive and Anxiety Disorder: A Systematic Review. *Journal of Comparative Study of Religions*, 3(1). <https://doi.org/10.21111/jcsr.v3i1.7260>
- Mulvariani, W., Salma Salsabiila, H., & Jamaluddin, M. (2021). MODIFIKASI PERILAKU TEKNIK SHAPING UNTUK MENGURANGI KECEMASAN SOSIAL PADA ANAK SHAPING TECHNIQUES TO REDUCE SOCIAL ANXIETY IN CHILDREN. *Psyche: Jurnal Psikologi Universitas Muhammadiyah Lampung*, 3(2).
- Mulvariani, W., Salsabiila, H. S., & Jamaluddin, M. (2021). MODIFIKASI PERILAKU TEKNIK SHAPING UNTUK MENGURANGI KECEMASAN SOSIAL PADA ANAK. *PSYCHE: Jurnal Psikologi*, 3(2). <https://doi.org/10.36269/psyche.v3i2.403>
- Nezgovorova, V., Reid, J., Fineberg, N. A., & Hollander, E. (2022). Optimizing first line treatments for adults with OCD. *Comprehensive Psychiatry*, 115. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2022.152305>
- Oksari, Z. J. (2021). This The Effectiveness of Positive Reinforcement Techniques in Improving Sitting Resistance in ADHD children at SLB Al-Hidayah Padang. *PAKAR Pendidikan*, 18(1). <https://doi.org/10.24036/pakar.v18i1.224>
- 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. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2022.152342>
- Purwaningrum, D., Suatin, W., & Alfreda, A. Z. (2022). Pengaruh Membaca Al Qur'an dengan Terjemahnya Terhadap Kecemasan. *Spiritualita*, 6(2). <https://doi.org/10.30762/spiritualita.v6i2.603>
- Putri, I. A., & Nashori, H. F. (2021). Efektivitas Terapi Membaca al-Fatihah Reflektif-intuitif terhadap Penurunan Kecemasan pada Penyintas Autoimun. *Jurnal Psikologi TALENTA*, 7(1), 77. <https://doi.org/10.26858/talenta.v7i1.23730>
- Rahman, M. Z. A., Mustapha, A. M., & Izyan, S. R. (2021). Waswas Dan Kaitanya Dengan Masalah Obsessive-Compulsive Disorder (OCD). *Proceedings of the 7 Th International Conference on Quran as Foundation of Civilization (SWAT), October*.
- Rendiansyah Taha , Firmawati, H. (2023). Efektifitas Terapi Spiritual Murottal Al-Quran Dan Terapi Dzikir Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Hemodialisa Di RSUD Toto Kabila. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Gizi (JIG)*, 1(2).
- Rosyanti, L., Hadi, I., & Akhmad, A. (2022). Kesehatan Spritual Terapi Al-Qur'an sebagai Pengobatan Fisik dan Psikologis di Masa Pandemi COVID-19. *Health Information : Jurnal Penelitian*, 14(1). <https://doi.org/10.36990/hijp.v14i1.480>
- Rukminingsih, M. Pd., Dr. Gunawan Adnan, MA., Ph. D., & Prof. Mohammad Adnan Latief, M.A., Ph. D. (2020). METODE PENELITIAN PENDIDIKAN. In *Aswaja Pressindo*.
- Santini, R., Mariano, A., Fiori Nastro, F., Pelle, M., Siracusano, A., Niolu, C., & di Michele, F. (2021). OBSESSIVE-COMPULSIVE DISORDER: A GENERAL OVERVIEW. In *Obsessive-Compulsive Disorder: Symptoms, Therapy and Clinical Challenges*. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.220504.371>
- Saragih, S. A. (2023). Terapi Kognitif Perilaku dalam Pengobatan Gangguan Kecemasan. *Literacy Notes*, 1(2).
- Siregar, L. K., Batubara, A. R., & Jalil, A. (2023). Desain Pembelajaran Berbasis Culturally Responsive Teaching Sebagai Upaya Modifikasi Perilaku Siswa. *Jurnal Hamka Ilmu Pendidikan*, 2(1).

- Subramaniam, M., Soh, P., Vaingankar, J. A., Picco, L., & Chong, S. A. (2013). Quality of life in obsessive-compulsive disorder: Impact of the disorder and of treatment. In *CNS Drugs* (Vol. 27, Issue 5). <https://doi.org/10.1007/s40263-013-0056-z>
- Sugiyono. (2013). Sugiyono, Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D (Bandung: Alfabeta, 2013), hlm. 3 . 1. *Metode Penelitian, 2013*.
- Sunanto, J., Takeuchi, K., & Nakata, H. (2006). Penelitian dengan subjek tunggal. *Bandung: UPI ....*
- Syafaatul, L., & Hamidah. (2017). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Obsessive Compulsive Disorder Pada Remaja Putri Dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental, 6*.
- Syamdarniati, S. (2023). Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Surat Al-Fatihah, Al-Ikhlas, Al-Falaq, dan An-Nas terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre-Operasi. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional, 5*(2). <https://doi.org/10.37287/jppp.v5i2.1612>
- Thompson-Bramwell, B., & Mauzard, N. (2022). The Use of Conditioning in Behavior Modification. *East African Journal of Education and Social Sciences, 3*(3). <https://doi.org/10.4314/eajess.v3i3.184>
- Twistiandayani, R., & Prabowo, A. R. (2021). Terapi Mendengarkan Murottal Al-Qur'an Surat Al-Fatihah dan Surah Ar-Rahman terhadap Stres, Kecemasan, dan Depresi pada Pasien CKD V yang Menjalani Hemodialisis. *Journals of Ners Community, 12*(1).
- Ulfah, D. M., & Daengsari, D. P. (2019). Efektivitas Program Modifikasi Perilaku dengan Teknik Shaping untuk Meningkatkan Durasi Perilaku On-task pada Tugas Akademik. *Journal Psikogenesis, 7*(1). <https://doi.org/10.24854/jps.v7i1.877>
- Vijayalakshmi, N. (2019). Behavior Modification Techniques – An Awareness Study. *Shanlax International Journal of Education, 7*(2). <https://doi.org/10.34293/education.v7i2.333>
- 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>
- 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>