

## ABSTRAK

Tantangan perkembangan usia remaja terutama berkaitan dengan pengendalian emosi sangat diperlukan seorang individu dalam kehidupan sosial ditengah perkembangan zaman yang begitu pesat. Dalam kasus tersebut salah satu terapi yang dipakai untuk mengendalikan emosi pada remaja adalah dengan mendengarkan dan membaca ayat suci Al-Qur'an/Murottal Al-Qur'an. Terapi Murottal dengan Al-Qur'an dapat menjadi obat penawar stres bagi pendengar karena lantunan ayat suci Al-Qur'an yang mengalun indah dapat menenangkan hati dan pikiran. Penurunan depresi, kecemasan, kesedihan, memperoleh ketenangan jiwa, dan dapat menangkal berbagai macam penyakit.

Masa remaja adalah masa ketika anak-anak berkembang sangat cepat, dan emosi yang terus berkembang selama masa remaja ini adalah masalah potensial, yang harus ditangani oleh orang tua dan pendidik. Emosi positif, seperti kesenangan, kelupaan, cinta, dan kebahagiaan, merupakan peluang positif yang memotivasi remaja untuk berperilaku positif. Di sisi lain, emosi negatif seperti marah, frustrasi, takut, cemas, dan benci merupakan emosi yang memotivasi remaja untuk menghadapi berbagai masalah. Hal ini perlu adanya pengendalian emosi pada remaja yang sangat dibutuhkan agar remaja bisa mencapai kematangan emosi yang optimal. Salah satu cara untuk mengendalikan emosi pada remaja adalah dengan cara mendengarkan dan membaca ayat suci Al-Qur'an. Al-Qur'an dipercaya dapat menenangkan hati dan pikiran manusia agar tercipta ketenangan bagi pembaca dan pendengarnya.

Dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan terapi murottal Al-Qur'an terhadap kestabilan emosi remaja di Panti Rehabilitasi Sosial Gangguan Jiwa dan Narkoba Maunatul Mubarak Desa Lengkong Kec. Sayung, Kab. Demak. Untuk tercapainya tujuan peneliti digunakan pendekatan penelitian kualitatif, teknik yang digunakan dalam penelitian ini yaitu observasi, wawancara dan dokumentasi. Analisis data yang digunakan menggunakan teori Miles dan Huberman dengan tahapan reduksi data, data display dan kesimpulan. Subjek yang dijadikan penelitian yaitu santri remaja, pengasuh pondok pesantren, wakil pimpinan pondok pesantren dan terapis.

Melalui observasi dan wawancara ini telah diketahui bahwa proses Terapi Murottal Al-Qur'an dilakukan dengan metode membaca bagi pasien yang sudah fasih dalam membaca dan mendengarkan bagi pasien yang belum bisa membaca mengalami keberhasilan. Dengan dilakukannya terapi Murottal tersebut, dampak yang muncul terhadap pasien menunjukkan ketenangan dan hidup secara agamis, dapat memberikan dorongan ataupun motivasi dan dapat menenangkan emosi.

**Kata Kunci :** *Murottal Al-Qur'an, Kestabilan Emosi, Remaja.*