

Al-Quran Untuk Terapi Minda dan Penyembuhan: Kajian menggunakan Quantitative Electroencephalograph (qEEG)

Quran for Mind Therapy and Healing: A Research Using Quantitative Electroencephalograph qEEG

Norsiah Fauzan (Pengarang Penghubung)

Faculty of Cognitive Science & Human Development, Universiti Malaysia Sarawak, Kota Samarahan, 94300, Sarawak, Malaysia

Tel: +6016-8689764 E-mel: nursiahfauzan@gmail.com

Siti Naqiah Shahidan

Faculty of Cognitive Science & Human Development, Universiti Malaysia Sarawak

Tel: +6075066212 Emel: naqiahshahidan@gmail.com

Abstrak

Artikel ini melaporkan kajian ke atas tingkah laku minda semasa membaca Al-Quran dengan menggunakan alat Quantitative Electroencephalograph (qEEG). QEEG adalah penilaian elektrofisiologi non invasif yang menggunakan analisis berkomputer matematik untuk menukar data bentuk gelombang mentah ke dalam julat frekuensi yang berbeza termasuk delta, theta, alpha dan beta. Analisis kompleks menyediakan analisis seperti simetri, fasa, koheren, amplitud, kuasa dan dominan mereka julat frekuensi. Kajian ini bertujuan untuk mengukur dan mengenalpasti isyarat EEG semasa aktiviti membaca, mendengar Al-Quran dan membuka mata. Dalam kajian ini surah Al-Mulk menjadi pilihan penyelidik untuk melihat keberkesanannya ke atas pengaktifan otak semasa mendengar surah tersebut berbanding dengan pembacaan sendiri ayat-ayat tersebut. Data mentah dari kedua-dua keadaan dianalisis untuk menentukan apa-apa perubahan gelombang otak dari kumpulan yang berbeza. Semasa membaca Al-Quran amplitud tertinggi pengagihan kuasa spektrum diperhatikan di Delta di kawasan Frontal (F1, F2, F4, F7 dan F8), Occipital (O1, O2) dan Parietal. Sebaliknya, dengan mendengar Al-Quran menunjukkan amplitud delta tertinggi di kawasan Prefrontal F3, Fz, F4 dan F8, dan temporal. Walaupun dalam kedua-dua keadaan

membaca dan mendengar surah Al-Quran sudah pasti mendatangkan pengaktifan otak yang berbeza, namun Kita dapati membaca Al-Quran sendiri telah meningkatkan amplitud yang tertinggi pengagihan spektrum berbanding dengan mendengar ayat ran sahaja. Namun dalam kedua-dua keadaan telah menghasilkan gelombang delta yang memerangsangkan pengeluaran hormon pertumbuhan yang baik

untuk pembaikan sel atau tisu dan penyembuhan diri.

Kata Kunci: Terapi Quran, Penyembuhan, Terapi Minda, qEEG

Abstract

This article reports a study on the behaviour of the mind when one is reading the Quran by using the Quantitative Electroencephalograph (qEEG). The qEEG is a non-invasive electrophysiological evaluation using computerized mathematical analysis to convert the raw waveform data into different frequency ranges that include delta, theta, alpha and beta. Analysis provides complex symmetry, phase, coherence, amplitude, power and their dominant frequency range. This study aims to measure and identify qEEG signal during reading activities, listening to the Quran with eyes opened. In this study, Al-Mulk verses were chosen to study the effectiveness of the