

**ANALISIS TINGKAT STRES SISWA TAHFIDZ  
AL-QUR'AN DI MI NURUL UMMAH KOTAGEDE  
YOGYAKARTA**



**Oleh:**

**Dwi Nurlatifah, S.Pd.I**

**NIM: 16204080001**

**TESIS**

**Diajukan kepada Program Magister (S2)  
Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan  
Kalijaga untuk Memenuhi Salah Satu Syarat guna  
Memperoleh Gelar Magister Pendidikan (M.Pd.)  
Program Studi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah  
Konsentrasi Guru Kelas**

**YOGYAKARTA**

**2019**



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
YOGYAKARTA

## PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : **Dwi Nurlatifah, S.Pd. I**  
NIM : 16204080001  
Jenjang : Magister (S2)  
Program Studi : Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah  
Konsentrasi : Guru Kelas

menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Yogyakarta, 2 Desember 2019

Saya yang menyatakan,



**Dwi Nurlatifah, S.Pd.I**  
NIM. 16204080001

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
YOGYAKARTA

## PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : **Dwi Nurlatifah, S.Pd.I.**  
NIM : 16204080001  
Jenjang : Magister  
Program Studi : Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah  
Konsentrasi : Guru Kelas

menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan benar-benar bebas dari plagiasi. Jika di kemudian hari terbukti melakukan plagiasi, maka saya siap ditindak sesuai ketentuan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 2 Desember 2019

Saya yang menyatakan,



**Dwi Nurlatifah, S.Pd.I.**  
NIM. 16204080001

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
YOGYAKARTA



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN  
Alamat : Jl. Marsda Adisucipto, Telp (0274) 589621. 512474 Fax. (0274) 586117  
tarbiyah.uin-suka.ac.id Yogyakarta 55281

### PENGESAHAN

Nomor : B-13/Un.02/DT/PP.01.1/01/2020

Tesis Berjudul : ANALISIS TINGKAT STRES SISWA TAHFIDZ AL-QUR'AN DI MI NURUL UMMAH KOTAGEDE YOGYAKARTA

Nama : Dwi Nurlatifah

NIM : 16204080001

Program Studi : PGMI

Konsentrasi : Guru Kelas

Tanggal Ujian : 19 Desember 2019

Telah diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Magister Pendidikan (M.Pd.)

Yogyakarta, 20 JAN 2020

Dekan,



Dr. Ahmad Arifi, M.Ag  
NIP. 19581211992031002

STATE ISLAMIC  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

**NOTA DINAS PEMBIMBING**

Kepada Yth,  
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan  
UIN Sunan Kalijaga  
Yogyakarta

*Assalamu 'alaikum wr. wb.*

Setelah melakukan bimbingan arahan dan koreksi terhadap penulisan tesis yang berjudul

**ANALISIS TINGKAT STRES SISWA TAHFIDZ AL-QUR'AN DI MI NURUL  
UMMAH KOTAGEDE YOGYAKARTA**

Yang ditulis oleh:

Nama : **Dwi Nurlatifah, S.Pd.I.**  
NIM : 16204080001  
Jenjang : Magister (S2)  
Program Studi : Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah (PGMI)


Saya berpendapat bahwa tesis tersebut dapat diajukan kepada Program Magister Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga untuk diujikan dalam rangka memperoleh gelar Magister Pendidikan (M.Pd.).

*Wassalamu 'alaikum wr. wb.*

Yogyakarta, 2 Desember 2019

Pembimbing,

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

  
Dr. H. Suyadi, M.A.

**PERSETUJUAN TIM PENGUJI  
UJIAN TESIS**

Tesis berjudul :ANALISIS TINGKAT STRES SISWA TAHFIDZ AL-QUR'AN DI  
MI NURUL UMMAH KOTAGEDE YOGYAKARTA

Nama : Dwi Nurlatifah  
NIM : 16204080001  
Prodi : PGMI  
Konsentrasi : Guru Kelas

telah disetujui tim penguji ujian munaqosyah

Pembimbing /Ketua : Dr. H. Suyadi, M.A

Penguji I : Dr. H. Mahmud Arif, M.Ag

Penguji II : Dr. Dailatus Syamsiyah, M.Ag

Diuji di Yogyakarta pada tanggal 19 Desember 2019

Waktu : 10.00

Hasil/ Nilai : 90/A-

IPK : 3,73

Predikat : Memuaskan /SangatMemuaskan/DenganPujian

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
YOGYAKARTA

## ABSTRAK

Dwi Nurlatifah. 2019. Analisis Tingkat Stres Siswa Tahfidz Al-Qur'an di MI Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta. Tesis. Program Magister Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Pembelajaran tahsin dan tahfidz Al-Qur'an merupakan program unggulan di MI Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta dengan target lulusan hafal 6 juz. Tujuan dari penelitian untuk mengetahui tingkat stres yang dialami siswa, faktor yang mempengaruhi stres siswa dan mengetahui coping stresnya.

Penelitian ini menggunakan metode kombinasi (*mixed methods*) dengan desain *Sequential Explanatory*. Pengumpulan data kuantitatif menggunakan kuesioner untuk mengukur tingkat stres dengan analisis statistik deskriptif. Pada pengumpulan data kualitatif menggunakan wawancara, observasi dan dokumentasi dengan analisis data; reduksi data, penyajian data dan verifikasi. Kemudian mengambil kesimpulan secara keseluruhan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) Tingkat stres siswa Tahfidz Al-Qur'an di kelas 4 MI Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta menunjukkan dari 18 siswa, 1 siswa dalam kategori tingkat stres akademik tinggi, 14 (78%) siswa berada dalam kategori tingkat stres akademik sedang, dan 4 (22%) siswa berada dalam kategori tingkat stres akademik rendah. (2) Faktor yang mempengaruhi tingkat stres siswa tahfidz Al-Qur'an di kelas 4 MI Nurul Ummah Kotagede meliputi; pesimis dan keyakinan yang rendah pada diri siswa, kurangnya peranan orang tua dan pembelajaran yang monoton. (3) Upaya coping stres siswa tahfidz Al-Qur'an yaitu menghindari stresor yang bersifat sementara, kemudian siswa mengatasi stres dengan mencari bantuan atau dukungan sosial, dan menyelesaikan *problem stressor*.

Kata Kunci: Stres, Hafalan Al-Qur'an.



## **ABSTRACT**

*Dwi Nurlatifah. 2019. Stress Levels Analysis of Tahfidz Al-Qur'an Students at MI Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta. Thesis. Masters Program in the Faculty of Tarbiyah and Teacher Training at the State Islamic University of Sunan Kalijaga Yogyakarta.*

*Tahsin and tahfidz Al-Qur'an learning is an excellent program at MI Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta with 6 juz target memorizing. This study aims to knowing the level of stress experienced by students, the factors that influence student stress and the stress coping conducted by students at MI Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta.*

*This research uses mixed methods with Sequential Explanatory design. Quantitative data collection used a questionnaire to measure stress levels with descriptive statistical data analysis. Quantitative data collection using interview, observation and documentation data collection techniques with data analysis is data reduction, data presentation and verification. Then draw conclusions of overall data analysis.*

*The results shown that (1) the stress level of Tahfidz Al-Qur'an of 4th grade students in MI Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta indicated 18 students, a student (6%) was categorized in high academic stress level, 15 (83%) students were in the moderate category of academic stress level, and 2 (11%) students were categorized in low academic stress level. (2) The Factors that influenced the stress level of 4th grade students tahfidz of Al-Qur'an MI Nurul Ummah Kotagede include; pessimist and low self-confidence, lack of parents role, and monotonous learning. (3) Efforts to coping stress students tahfidz Al-Qur'an which is to avoid stressors that are temporary, then students cope with stress by seeking help or social support, and solve the problem of stressors.*

*Keywords: Stress, Al-Qur'an Recitation.*

## MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

“Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.”<sup>1</sup>

(QS. Insiroh: 5)

عَنْ عَلْقَمَةَ بْنِ مَرْثَدٍ سَمِعْتُ سَعْدَ بْنَ عُبَيْدَةَ عَنْ أَبِي عَبْدِ  
الرَّحْمَنِ السُّلَمِيِّ عَنْ عُثْمَانَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ  
عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ «خَيْرُكُمْ مَنْ تَعَلَّمَ الْقُرْآنَ وَعَلَّمَهُ» رواه البخاري

“Dari Alqamah bin Martsad, aku mendengar Sa’ad bin Ubaidah, dari Abu Abdurrahman As-Sulami, dari Utsman RA, dari Nabi Muhammad SAW, beliau bersabda, “Sebaik-baik kalian adalah yang belajar Al-Qur’an dan yang mengajarkannya.”<sup>2</sup>

(HR. Bukhari)

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

---

<sup>1</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur’an dan Terjemahannya Syaamil Al-Qur’an*, Edisi Khat Madinah (Bandung: Sygma Examedia Arkanleema, 2009), hlm. 553.

<sup>2</sup> Ibnu Hajar Al Asqalani, “*Fathul Baari 24: Shahih Al Bukhari*”, Penerjemah Amiruddin, Editor Abu Rania, (Jakarta: Pustaka Azzam, 2008), hlm. 896-897.

## **PERSEMBAHAN**

*Tesis ini dipersembahkan untuk :*  
*Almameter tercintaku Program Magister*  
*Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*  
*Konsentrasi Guru Kelas*  
*UM Sunan Kalijaga Yogyakarta*



## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Dengan Ridha Allah yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, segala puji bagi Allah yang menguasai Alam Semesta, Shalawat dan Salam semoga dilimpahkan kepada Nabi Muhammad Saw. beserta *Ahlul Bait* dan sahabat-sahabatnya. Syukur Alhamdulillah atas limpahan taufik, hidayah dan inayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis dengan judul “Analisis Tingkat Stres Siswa Tahfidz Al-Qur’an di MI Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta” yang penulis ajukan untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Magister Pendidikan Program Studi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah Konsentrasi Guru Kelas Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga.

Penulis menyadari bahwa penyusunan tesis ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan, bimbingan, dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati pada kesempatan ini penulis mengucapkan rasa terima kasih kepada:

1. Prof. Drs. K.H. Yudian Wahyudi, M.A., Ph.D selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Dr. Ahmad Arifi, M.Ag, selaku Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

3. Dr. Abdul Munif, M.Ag, selaku Ketua dan Dr. Siti Fatonah, M.Si, selaku Sekretaris Program Studi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah memberikan banyak masukan dan nasehat kepada penulis.
4. Suyadi, M.A, selaku dosen pembimbing tesis yang dengan penuh kesabaran telah meluangkan waktu untuk membimbing penulis.
5. Segenap dosen dan karyawan Program Magister (S2) Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Beserta para guru yang telah memberikan banyak ilmu dan wawasan pengetahuan dalam kegiatan perkuliahan.
6. Bapak M. Alim Kahfi, S.Pd.I., M.Pd. selaku Kepala Sekolah yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian di MI Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta.
7. Bapak Yuliadi Ponda, S.Pd.I selaku Guru tahfidz, dan ibu Maimunah, S.Pd. selaku Wali Kelas IV yang menjadi informan dalam penelitian, seluruh guru, karyawan, serta siswa-siswi MI Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta.
8. Kedua orang tuaku tercinta Ayahanda Mirun dan Ibunda Ngafiyah, yang selalu memberikan kasih sayang, perhatian, semangat dan do'a terbaiknya.

Semoga Allah SWT selalu memberikan kesehatan kepada beliau berdua.

9. Saudaraku yang selalu menyayangiku, Fadhilah Mursyid, Nur Afifah, dan Akbar Nur Wahid, serta Muhammad Muhsin yang selalu memberi motivasi dalam penyelesaian tesis ini.
10. Rekan-rekan seperjuangan S2 (PGMI-GK 2017) dan sahabat di PPP Nurul Ummahat yang selalu memberikan semangat dan motivasinya.
11. Serta semua pihak yang tidak dapat sebutkan satu persatu yang telah ikut berjasa memberikan dorongan dan bantuan dalam penyusunan tesis ini.

Pada akhirnya peneliti menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dalam kesempurnaan. Oleh karenanya peneliti mengharapkan kritik yang membangun dari berbagai pihak. Semoga bantuan dan dukungan yang telah diberikan dengan tulus ikhlas mendapatkan balasan dari Allah SWT. Aamiin.

Yogyakarta, 28 November 2019

Penulis,

Dwi Nurlatifah, S.Pd. I.

NIM. 16204080001

## DAFTAR ISI

### HALAMAM JUDUL

PERNYATAAN KEASLIAN .....	i
BEBAS PLAGIASI.....	ii
PENGESAHAN DEKAN.....	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING .....	vi
PERSETUJUAN TIM PENGUJI .....	v
ABSTRAK.....	vi
MOTTO.....	vii
PERSEMBAHAN.....	viii
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI .....	xii
DAFTAR TABEL .....	xvi
DAFTAR GAMBAR .....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xviii

### BAB I : PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	11
C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian .....	12
D. Kajian Pustaka.....	13
E. Metode Penelitian .....	16
F. Sistematika Pembahasan .....	32

### BAB II : LANDASAN TEORI

A. Stres Akademik .....	34
-------------------------	----

1. Pengertian Stres Akademik .....	34
2. Sumber dan Aspek Stres Akademik.....	36
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stres.....	41
4. Tahapan Stres Akademik.....	44
5. Dampak Stres Akademik .....	48
6. Strategi <i>Coping</i> Stres.....	52
B. Hafalan Al-Qur'an .....	62
1. Pengertian Hafalan Al-Qur'an.....	62
2. Faktor Pendukung dan Penghambat Menghafal Al-Qur'an .....	64
3. Strategi Hafalan Al-Qur'an .....	68
4. Metode Hafalan Al-Qur'an .....	74
5. Menjaga kualitas hafalan Al-Qur'an .....	79
6. Pengaruh Al-Qur'an pada Diri Anak.....	81
C. Stres Dalam Menghafal Al-Qur'an .....	82

### **BAB III :GAMBARAN UMUM DAN PEMBELAJAN**

#### **TAHSIN DAN TAHFIDZ AL-QUR'AN DI MI NURUL UMMAH KOTAGEDE**

A. Profil MI Nurul Ummah Kotagede .....	85
B. Sejarah dan Letak Geografis .....	86
C. Visi, Misi dan Tujuan Sekolah.....	87
D. Struktur Organisasi Sekolah.....	89
E. Struktur dan Muatan Kurikulum .....	90
F. Pembelajaran Tahsin dan Tahfidz Al-Qur'an .....	91
G. Sarana dan Prasarana Pembelajaran Tahsin dan Tahfidz Al-Qur'an.....	94



## **BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Pelaksanaan Penelitian .....	99
B. Hasil Penelitian dan Analisis .....	103
1. Tingkat stres siswa Tahfidz Al-Qur'an di MI Nurul Ummah Kotagede .....	103
2. Faktor yang mempengaruhi Stres Siswa Tahfidz Al-Qur'an di MI Nurul Ummah Kotagede.....	116
3. Upaya Coping Stres Siswa Tahfidz Al-Qur'an di MI Nurul Ummah Kotagede .....	110
C. Pembahasan .....	115

## **BAB IV: PENUTUP**

A. Kesimpulan .....	121
B. Saran.....	122

## **DAFTAR PUSTAKA**

## **LAMPIRAN-LAMPIRAN**

## **DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
YOGYAKARTA

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Kisi-Kisi Instrumen Stres Akademik .....	22
Tabel 1.2 Penilaian Kuesioner Stres Akademik .....	22
Tabel 1.3 Kategorisasi Stres Akademik .....	25
Tabel 3.1 Struktur Kurikulum MI Nurul Ummah .....	90
Tabel 3.2 Daftar Guru Tahsin dan Tahfidz Al-Qur'an.	94
Tabel 4.1 Hasil Uji Validitas Instrumen Stres .....	100
Tabel 4.2 Item Baru Instrumen Stres.....	101
Tabel 4.3 Uji Reliabelitas Instrumen Stres .....	102
Tabel 4.4 Statistik Deskriptif Stres Akademik Siswa ..	103
Tabel 4.5 Rumusan Kategorisasi Tingkat Stres.....	104
Tabel 4.6 Hasil Persentase Tingkat Stres .....	105



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Langkah-langkah penelitian desain <i>Sequential Explanatory</i> .....	17
Gambar 3.1 Struktur Organisasi MI Nurul Ummah .....	89
Gambar 3.3 Buku Laporan Perkembangan .....	97
Gambar 3.3 Wisuda 3 juz MI Nurul Ummah .....	98
Gambar 4.1 Histogram Frekuensi Variabel Stres.....	104
Gambar 4.2 Grafik Persentase <i>Tingkat</i> Stres Siswa .....	116
Gambar 4.3 Dinamika stres <i>dan</i> strategi coping siswa tahfidz Al-Qur'an .....	120



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Validasi Ahli Materi .....	130
Lampiran 2 Angket Stres Sebelum Uji Validitas .....	138
Lampiran 3 Angket stres Setelah Uji Validitas .....	142
Lampiran 4 Hasil Uji Validitas Instrumen Stres .....	145
Lampiran 5 Uji Validitas dan Reliabelitas Instrumen .	147
Lampiran 6 Pedoman Wawancara .....	148
Lampiran 7 Hafalan Al-Qur'an Siswa Kelas 4.....	150



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan memiliki peranan penting dalam menunjang perkembangan dan kemajuan sebuah bangsa. Semakin tinggi tingkat pendidikan yang disediakan dalam suatu bangsa, maka semakin tinggi juga kualitas sumber daya manusia pada bangsa tersebut, begitu pula sebaliknya. Sumber daya manusia yang berkualitas dapat terbentuk dengan diselenggarakannya pendidikan yang tanggap terhadap tuntutan perubahan zaman namun tetap mengacu kepada dasar, fungsi dan tujuan pendidikan nasional. Adapun fungsi dan tujuan pendidikan yang tercantum dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 pasal 3 tentang Sistem Pendidikan Nasional:

Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Melalui pendidikan seseorang diharapkan dapat mengembangkan potensi yang ada pada

dirinya. Al-Qur'an dan hadits Nabi Saw. telah menjelaskan bahwa agama (tauhid / keimanan kepada Allah SWT) merupakan fitrah atau potensi dasar bagi manusia. Tugas pendidik adalah membantu mengembangkan dan mengoptimalkan fitrah tersebut agar mereka mampu mengaktualkan iman melalui amal-amal shalih untuk mencapai prestasi (taqwa). Untuk mencapai tujuan tersebut diperlukan pendidikan keagamaan yang diberikan sejak dini.

Pada awal perkembangan anak adalah masa yang sangat penting, jika pendidikan agama telah ditanamkan kepada anak sejak dini maka akan berpengaruh pada perkembangan selanjutnya. Pendekatan keagamaan dalam pendidikan anak adalah bagaimana cara pendidik mengembangkan potensi anak melalui kegiatan bimbingan, latihan dan pengajaran keagamaan. Termasuk di dalamnya mengarahkan, mendorong dan memberi semangat kepada anak agar mempunyai cita rasa beragama Islam serta menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa.

Seorang psikolog pendidikan anak usia dini, Novita Tandry mengatakan bahwa porsi ingatan paling besar pada anak-anak terbentuk dari perbuatan (60%). Mendengarkan hanya membentuk 30% ingatan, sedangkan melihat hanya membentuk 40%.

Maka yang paling bagus tentunya jika mengkombinasikan ketiganya. Mendengar, melihat sekaligus melakukannya sendiri akan membentuk 90% ingatan anak. Oleh karena itu, dalam proses pembelajarannya pendidik juga harus melibatkan stimulasi fisik untuk membantu perkembangan motorik halus dan kasar. Hal ini dapat dilakukan dengan latihan-latihan keagamaan dan pembiasaan yang harus ditonjolkan, misalnya shalat berjamaah di mushalla atau masjid, membaca Al-Qur'an, dan menghafalkan ayat-ayat atau surat-surat pendek.

Menaruh perhatian terhadap Al-Qur'an adalah kewajiban bagi umat Islam dengan membacanya (*tilawah*), menghafalnya (*tahfidz*), maupun menafsirkannya (*tafsir*). Bacaan Al-Qur'an merupakan suatu ibadah bagi setiap orang muslim yang membacanya sehingga suatu kelaziman bagi seorang muslim untuk bisa membacanya.<sup>3</sup> Allah Swt. telah menjanjikan bagi para pelestari kitabnya yaitu berupa pahala, dinaikan derajatnya, dan diberi kemenangan di dunia dan di akhirat. Rasullullah SAW bersabda:

---

<sup>3</sup> Abdul Aziz Abdur Ra'uf, *Kiat Sukses Menjadi Hafizh Qur'an Da'iyah*, (Bandung: PT Syaamil Cipta Media, 2004), hlm. 32.

خَيْرُكُمْ مَنْ تَعَلَّمَ الْقُرْآنَ وَعَلَّمَهُ (رواه البخارى)

Artinya : *“Sebaik-baiknya kalian adalah orang yang mempelajari Al-Qur’an dan mengajarkannya kepada orang lain.”*<sup>4</sup>  
(HR. Bukhari)

Hadits ini menunjukkan akan keutamaan orang-orang yang mau mempelajari dan juga mengajarkan Al-Qur’an. Mempelajari bermakna sebagai upaya internal individu untuk melakukan perbaikan pribadi sedangkan mengajarkannya memiliki nilai dakwah yang wajib dilakukan sesama muslim. Dengan demikian individu yang mempelajari Al-Qur’an diberikan banyak keistimewaan sekaligus tanggung jawab untuk menyebarkan apa yang dipelajarinya kepada orang lain melalui jalan dakwah.

Pada era modern ini, bukanlah hal yang mudah bagi anak untuk menghafal Al-Qur’an. Di mana banyaknya perkembangan teknologi yang membuat ketergantungan pada diri seseorang. Tidak dapat dipungkiri kesenangan-kesenangan terhadap hal-hal baru membuat sebagian anak enggan untuk menghafal Al-Qur’an. Beberapa orang tua mulai prihatin dengan generasi muda yang lebih dekat dengan hiburan-hiburan masa kini dari pada Al-Qur’an, sehingga tidak

---

<sup>4</sup> Sa’adulloh, *Cara Cepat Menghafal Al-Qur’an*, (Jakarta: Gema Insani, 2008), hlm. 14.



sedikit orang tua yang memilih menyekolahkan anaknya pada lembaga yang dirasa mampu membimbing anak untuk mempelajari Al-Qur'an atau bahkan menghafal Al-Qur'an.

Sekolah menjadi lembaga pendidikan formal yang memiliki peran strategis dalam mencapai tujuan pendidikan. Di mana anak menghabiskan hampir setengah harinya di sekolah. Oleh karena itu, sekolah diharapkan mampu melakukan inovasi dan pembaharuan diri baik secara kelembagaan maupun dari sisi mutu output-nya. Beberapa diantaranya adalah program hafalan Al-Qur'an di usia sekolah dasar. Hal ini merupakan salah satu usaha yang dapat dilakukan dalam rangka menjaga kemurnian dan keaslian Al-Qur'an juga sebagai sarana untuk meningkatkan kualitas umat sejak dini.

Madrasah Ibtidaiyah Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta adalah salah satu lembaga yang memberikan perhatian khusus kepada pendidikan Al-Qur'an dengan program tahsin dan tahfidz Al-Qur'an pada siswa sekolah dasar. MI Nurul Ummah Kotagede merupakan madrasah yang baru berdiri pada tahun 2015, di bawah naungan Yayasan Pendidikan Bina Putra. Sebagai madrasah yang baru berjalan sekitar empat tahun, madrasah ini mengusung semangat menjadikan para siswanya menjadi

Generasi Qur'ani. Program Tahsin dan Tahfidz ini menjadi salah satu program unggulan yang menargetkan lulusan MI Nurul Ummah Kotagede yaitu mampu membaca dan menulis Al-Qur'an dengan baik dan benar, dan hafal 6 Juz.<sup>5</sup>

Pembelajaran di MI Nurul Ummah Kotagede menggunakan kurikulum gabungan, yaitu : Kurikulum Kemendiknas dan Kemenag yang dipadukan dengan Kurikulum khas Madrasah Ibtidaiyah. Muatan pada pembelajaran tahsin dan tahfidz Al-Qur'an memiliki penambahan (keunggulan), baik segi komparatif maupun kompetitif khususnya dalam bidang membaca, menghafal dan memahami Al-Qur'an. Komparatif artinya perbandingan sehingga keunggulan komparatif mengandung makna kemampuan keunggulan yang dimiliki oleh sekolah untuk dapat membandingkannya dengan yang lainnya sehingga menjadi keunggulan yang khas yang tidak dimiliki oleh organisasi lain. Sedangkan keunggulan kompetitif merupakan kemampuan suatu organisasi untuk bersaing dengan organisasi lain dengan memberdayakan semua potensi yang ada dan

---

<sup>5</sup> Hasil wawancara dengan bapak M. Alim Kahfi, selaku Kepala Sekolah MI Nurul Ummah Kotagede pada hari Rabu tanggal 11 April 2018 pukul 08.30 WIB.

menerapkan strategi bersaing agar organisasi tersebut dapat memenangkan persaingan.<sup>6</sup>

Sekolah sebagai lembaga pendidikan dan pembelajaran harus dapat menggapai kedua keunggulan tersebut, karena dalam pandangan masyarakat modern, sekolah yang mampu bersaing dan mampu menunjukkan keunggulannya yang dapat memberikan kepuasan pada masyarakat sebagai hasil dari proses pendidikan di sekolah. Oleh karena itu, sekolah harus membudayakan keunggulan kompetitif dan komparatif diantaranya dengan melakukan berbagai strategi.

Salah satu keunggulan proses pembelajaran tahsin dan tahfidz Al-Qur'an ialah pembelajaran dilakukan dua kali dalam sehari, dari hari Senin sampai Jumat yaitu pagi pada pukul 07.30:09.00 dan sore pada pukul 14.30:15.30. Proses pembelajaran ini diharapkan mampu meningkatkan proses dan kualitas hafalan anak. Namun di sisi lain, dengan rentang waktu yang panjang kadang membuat anak merasa bosan dan sulit berkonsentrasi, sehingga menimbulkan stres siswa dalam proses menghafal di sekolah.

---

<sup>6</sup> Hendro Widodo, “Budaya Unggul Kompetitif Dan Komparatif Di Sekolah”, dalam <https://mpai.uad.ac.id/budaya-unggul-kompetitif-dan-komparatif-di-sekolah/>. Diakses tanggal 1 Januari 2020.

Stres bukan hanya milik orang dewasa. Menurut catatan lembaga konseling Personal Growth, empat dari lima anak usia 2-15 tahun juga mengalami stres. Komisi Nasional Perlindungan Anak juga mencatat, sepanjang 2011 terjadi peningkatan berbagai bentuk pengabaian dan hak anak Indonesia. Komnas PA menerima laporan rata-rata 200 kasus setiap bulan, meningkat 98 persen dari tahun sebelumnya. Laporan ini juga menunjukkan adanya peningkatan gejala anak stres di Indonesia. Psikolog dan direktur Personal Growth Ratih Ibrahim, menyebutkan anak usia 2-15 yang mengalami stres tersebut, 40 % adalah balita dan 60 % anak usia sekolah.<sup>7</sup>

Stres sekolah adalah kondisi stres atau perasaan tidak nyaman yang dialami siswa karena adanya tuntutan sekolah yang dinilai menekan, sehingga memicu terjadinya ketegangan fisik, psikologi, dan perubahan tingkah laku, serta dapat mempengaruhi prestasi belajar mereka.<sup>8</sup> Sedangkan stres akademik adalah stres siswa yang bersumber dari proses belajar mengajar atau kegiatan hal-hal yang berhubungan

---

<sup>7</sup> Kompas.com "Mengapa Anak Usia 2-15 Mengalami Stres?", <https://lifestyle.kompas.com/read/2012/03/20/1927597/mengapa.anak.usia.2-15.mengalami.stres>. diakses tanggal 20 Januari 2019.

<sup>8</sup> Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik; Panduan Orang Tua Dan Guru Dalam Memahami Psikologi Anak Usai SD, SMP, dan SMA*, (Bandung; PT Remaja Rosdakarya, 2017), hlm. 289.

dengan kegiatan belajar, seperti : tekanan untuk naik kelas, lama belajar, banyak tugas, kecemasan ujian, dan mendapatkan nilai ulangan serta kecemasan menghadapi ujian dan manajemen waktu. Yang termasuk stressor akademik adalah faktor lingkungan, termasuk jarak lokasi sekolah, kondisi kelas, fasilitas dan metode guru mengajar, kurikulum yang diaplikasikan oleh sekolah.<sup>9</sup>

Bentuk umum stres yang dialami oleh siswa sekolah dasar biasanya ditandai dengan sulitnya konsentrasi pada pelajaran, sulit membuat keputusan, khawatir akan ditunjuk guru maju ke depan kelas, siswa terlihat mengantuk saat pelajaran, dan siswa sering membolos sekolah. Konsentrasi belajar merupakan kemampuan memusatkan perhatian pada pelajaran. Pemusatan perhatian tersebut tertuju pada isi bahan belajar maupun proses memperolehnya.<sup>10</sup> Konsentrasi dibutuhkan bagi siswa dalam mengikuti proses pembelajaran agar kompetensi yang diharapkan dapat dikuasainya bisa tercapai dengan baik. Jika seseorang mengalami kesulitan konsentrasi, maka hal ini dapat mempengaruhi hasil belajarnya.

Sekolah sebagai institusi pendidikan kedua setelah keluarga diharapkan mampu mendeteksi dan

---

<sup>9</sup> Ibid. hlm. 297-298.

<sup>10</sup> Dimiyati dan Mudjiono, *Belajar dan Pembelajaran*, (Jakarta : Rineka Cipta, 2009), hlm. 239.

mencegah terjadinya situasi yang mampu menimbulkan stres pada siswa. Anak-anak berkembang sesuai dengan usia dan tingkat perkembangannya. Tiap tahap perkembangan, mereka akan mengalami perubahan, baik yang bersifat kualitatif maupun kuantitatif. Pendidik berhadapan dengan anak-anak dari berbagai karakteristik tersendiri karena setiap anak adalah unik. Anak adalah aset bagi orang tua dan di tangan orangtua anak-anak tumbuh dan berkembang. Mengkaji dan membahas dunia pendidikan anak merupakan topik yang semakin kompleks. Setiap hari mereka tumbuh dan menunjukkan perkembangan baru.

Topik penelitian ini penting untuk diangkat dalam penelitian tesis berdasarkan pertimbangan pentingnya memahami perkembangan anak untuk membantu mereka mengembangkan diri dan memecahkan masalah yang dihadapinya seperti stres akademik. Hal ini diharapkan dapat membantu siswa dan orang-orang di sekitarnya dalam proses perkembangan dan mengantisipasi tentang berbagai upaya untuk memfasilitasi perkembangan tersebut seoptimal mungkin, terutama di lingkungan sekolah.

Penelitian mengenai hafalan Al-Qur'an atau stres pada siswa sekolah dasar sudah banyak dilakukan, seperti penelitian oleh Ulfa Ainul

Mardiyah yang berjudul “Efektifitas Pembelajaran Baca, Tahsin, Hafalan Al-Qur’an dalam Meningkatkan Hafalan Al-Qur’an Peserta Didik Di SDIT Luqman Al-Haqim Yogyakarta”. Juga penelitian tentang stres yang dilakukan oleh Hesi Oktamiati dan Yossie Susanti Eka Putri dengan judul ”Tingkat Stres Akademik Anak Usia Sekolah Terhadap Sistem *Full Day School* di Sekolah Dasar Kab. Bogor”. Namun demikian, penelitian terdahulu belum menyentuh mengenai stres pada siswa sekolah dasar yang menghafal Al-Qur’an.

Hal inilah yang di antaranya melandasi pentingnya dilakukan penelitian yang mempelajari tingkat stres penghafal Al-Qur’an pada usia sekolah dasar dan faktor-faktor yang mempengaruhinya, serta penanganan stres pada siswa. Bertolak dari masalah tersebut, peneliti akan melakukan penelitian dengan judul “Analisis Tingkat Stres Siswa Tahfidz Al-Qur’an di MI Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta”

## **B. Rumusan Masalah**

Dengan melihat permasalahan di atas, maka dapat dirumuskan masalah pokok yang akan menjadi fokus penelitian ini adalah;

1. Bagaimana tingkat stres akademik yang dialami siswa Tahfidz Al-Qur’an di MI Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta ?



2. Apa faktor yang mempengaruhi stres siswa Tahfidz Al-Qur'an di MI Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta ?
3. Bagaimana *coping* stres siswa Tahfidz Al-Qur'an di MI Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta ?

## **C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian**

### **1. Tujuan penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, tujuan yang melandasi penelitian ini adalah:

- a. Untuk mengetahui tingkat stres siswa penghafal Al-Qur'an di MI Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta.
- b. Untuk mengetahui faktor yang mempengaruhi stres siswa Tahfidz Al-Qur'an di MI Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta.
- c. Untuk mengetahui *coping* stres siswa penghafal Al-Qur'an di MI Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta.

### **2. Kegunaan penelitian**

#### **a. Kegunaan akademik**

- 1) Memberikan sumbangan pemikiran dalam sumber pengetahuan dalam disiplin ilmu pendidikan dan keguruan khususnya terkait dengan stres siswa dalam menghafal Al-Qur'an di SD/MI.



- 2) Untuk menambah khazanah keilmuan dan wawasan bagi peneliti pada khususnya, dan pembaca pada umumnya.

**b. Kegunaan praktis**

- 1) Untuk menambah wawasan mengenai konsep stres sekolah dan pembelajaran Tahfidz Al-Qur'an.
- 2) Sebagai pengetahuan dan masukan bagi para guru, mahasiswa, dan yang berkecimpung dalam dunia pendidikan mengenai stres akademik dan Tahfidz Al-Qur'an di sekolah.

**D. Kajian Pustaka**

Kajian pustaka merupakan salah satu proses untuk mengetahui keaslian penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti. Ada beberapa penelitian terdahulu yang dijadikan bandingan dari penelitian ini yang mengkaji tentang stres akademik dan hafalan Al-Qur'an.

*Pertama*, penelitian yang dilakukan oleh Sri Purwaningsih Romadhon yang berjudul Implementasi Pembelajaran Tahfidz dengan Pendekatan Humanistik pada Anak Berkebutuhan Khusus di SDIT Hidayatullah Yogyakarta. Hasil penelitian ini menjelaskan pendekatan humanistik dari guru tampak dalam sikap guru menghadapi siswa dengan melihat

karakter tiap siswa. Adapun keberhasilan dari implementasi pembelajaran tahfidz dengan pendekatan humanistik yaitu: perbaikan akhlak dan perilaku siswa, siswa mampu mencapai target hafalan dengan baik sesuai kemampuannya, sosialisasi antar teman/lintas kelas yang semakin baik, kepercayaan diri siswa yang tinggi. Penelitian ini lebih fokus pada pembelajaran tahfidz pendekatan humanistik pada anak berkebutuhan khusus. Sedangkan fokus peneliti adalah tingkat stres akademik pada siswa tahfidz.

*Kedua*, penelitian yang dilakukan oleh Ulfa Ainul Mardhiyah yang berjudul Efektifitas Pembelajaran Baca Tahsin, Hafalan Al-Qur'an dalam Meningkatkan Hafalan Al-Qur'an Peserta Didik Di SDIT Luqman Al-Haqim Yogyakarta. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas pembelajaran baca tahsin, hafalan Al-Qur'an dalam meningkatkan hafalan al-Qur'an peserta didik Di SDIT Luqman Al-Haqim Yogyakarta serta upaya yang dilakukan untuk meningkatkan motivasi siswa dalam meningkatkan hafalan al-Qur'an peserta didik Di SDIT Luqman Al-Haqim Yogyakarta. Dalam telaahnya lebih fokus tentang efektifitas pembelajaran baca tahsin dalam meningkatkan hafalan Al-Qur'an. Sedangkan fokus peneliti adalah stres pada siswa tahfidz Al-Qur'an.

*Ketiga*, penelitian Mukhroji Shidqi yang berjudul Pengaruh Kualitas Tidur Terhadap Stres Belajar Siswa MAN 4 Bantul. Dalam penelitian ini ditemukan fenomena kurang kondusif di dalam kelas seperti kantuk berlebihan, dan penurunan konsentrasi pada kegiatan pembelajaran yang memungkinkan siswa mengalami stres belajar. Hasil penelitian ini menunjukkan ada pengaruh negatif kualitas tidur terhadap stres belajar. Fokus penelitian ini adalah pengaruh kualitas tidur terhadap stres belajar sedangkan fokus peneliti adalah stres siswa yang menghafal Al-Qur'an di sekolah dasar.

*Keempat*, penelitian yang dilakukan oleh Hesi Oktamiati dan Yossie Susanti Eka Putri yang berjudul Tingkat Stres Akademik Anak Usia Sekolah Terhadap Sistem *Full Day School* di Sekolah Dasar Kab. Bogor. Penelitian ini menjelaskan sekolah dengan sistem *full day school* mempunyai waktu belajar lebih lama sehingga dapat menimbulkan stres akademik pada anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat stres akademik pada anak usia sekolah terhadap sistem *full day school*. Fokus dalam penelitian ini adalah stres akademik pada anak usia sekolah terhadap sistem *full day school* Sedangkan fokus peneliti adalah stres pada siswa tahfidz Al-Qur'an di sekolah dasar.

## E. Metode dan Desain Penelitian

Metode penelitian merupakan rancangan penelitian yang akan menggambarkan prosedur atau langkah-langkah yang harus ditempuh secara sistematis dengan mengikuti aturan-aturan penelitian guna menjawab permasalahan yang diteliti.<sup>11</sup> Dengan demikian metode penelitian adalah cara atau strategi secara sistematis untuk menemukan/memperoleh data yang diperlukan.

Metode penelitian ini menggunakan metode penelitian kombinasi (*Mixed Methods*). Metode penelitian kombinasi adalah suatu metode penelitian yang mengkombinasikan atau menggabungkan antara metode kuantitatif dan metode kualitatif untuk digunakan secara bersama-sama dalam suatu kegiatan penelitian sehingga diperoleh data yang lebih komprehensif, valid, reliabel dan objektif.<sup>12</sup>

Sedangkan desain penelitian yang digunakan adalah *Sequential Explanatory*. Penelitian *Sequential explanatory design* dicirikan dengan menggabungkan metode kuantitatif dan kualitatif secara berurutan.<sup>13</sup>

Pada tahap pertama pengumpulan data dan analisis

---

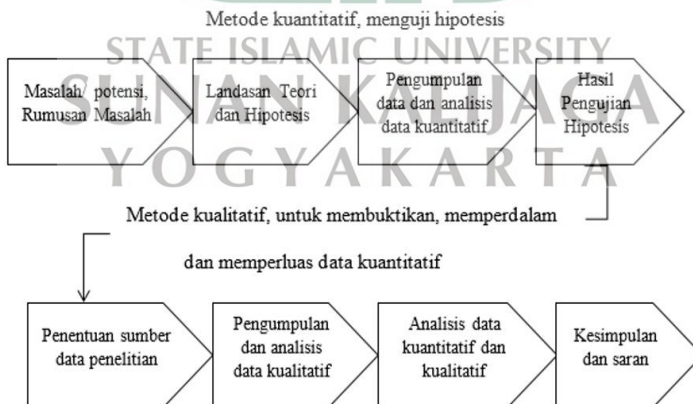
<sup>11</sup> Andi Prastowo, *Memahami Metode-Metode Penelitian : Suatu Tinjauan Teoritis dan Praktis*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2011), hlm. 26.

<sup>12</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*, (Alfabeta, Bandung, 2011), hlm. 404.

<sup>13</sup> *Ibid.*, hlm. 409.

data menggunakan pendekatan kuantitatif, dan diikuti dengan pengumpulan dan analisis data kualitatif pada tahap kedua, guna memperkuat dan memperluas atau memperdalam hasil penelitian kuantitatif yang dilakukan pada tahap pertama. Kemudian mengambil kesimpulan dari hasil analisis data secara keseluruhan.

Pada tahap pertama penelitian dilakukan dengan menggunakan metode kuantitatif untuk melihat tingkat stres pada siswa tahfidz Al-Qur'an. Pada tahap kedua menggunakan metode kualitatif untuk melihat faktor yang mempengaruhi stres, dan upaya siswa maupun pihak sekolah dalam *coping* stres akademik siswa. Selanjutnya menganalisis data secara keseluruhan untuk kemudian diambil kesimpulan dari analisis data tersebut.



Gambar 1.1 Langkah-langkah penelitian dalam desain *Sequential Explanatory*

## 1. Metode Kuantitatif

Pada tahap pertama penelitian ini menggunakan metode kuantitatif untuk melihat tingkat stres pada siswa tahfidz Al-Qur'an di MI Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta.

### a. Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah segala sesuatu yang akan menjadi objek pengamatan penelitian. Variabel dalam penelitian ini yang akan diperhitungkan dalam penelitian ini hanya ada satu variabel yaitu tingkat stres siswa menghafal Al-Qur'an.

### b. Populasi dan Sampel

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari : objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan.<sup>14</sup> Populasi dalam penelitian ini adalah siswa MI Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta yang berjumlah 94 siswa.

Sedangkan sampel adalah bagian dari jumlah dan karakter yang dimiliki oleh populasi. Teknik pengambilan sampel

---

<sup>14</sup> Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif R & D*, (Alfabeta, Bandung, 2009), hlm. 77.

menggunakan *purposive sampling* yaitu teknik pengambilan sampel dengan pertimbangan tertentu sehingga layak dijadikan sampel. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas 4 dengan jumlah responden 18 siswa. Dengan pertimbangan siswa kelas 4 merupakan kelas tinggi yang sudah mampu memahami kondisi yang dirasakan guna mengisi skala pengukur tingkat stres siswa yang menghafal Al-Qur'an.

### c. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini berupa skala. Skala adalah kesepakatan yang digunakan sebagai acuan atau tolak ukur untuk menentukan panjang pendeknya interval yang ada pada alat ukur. Sehingga alat ukur tersebut bila digunakan dalam pengukuran akan menghasilkan data.

Penelitian ini menggunakan skala likert untuk mengukur sikap seseorang tentang suatu objek.<sup>15</sup> Data yang diperoleh dalam penelitian ini adalah data kualitatif yang dikuantitatifkan, nantinya skala akan digunakan sebagai dasar penyusunan kuesioner (angket) untuk mengukur tingkat stres akademik siswa.

---

<sup>15</sup> *Ibid.*, hlm. 92.

#### d. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati.<sup>16</sup> Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner. Lembar kuesioner digunakan untuk mengukur stres akademik siswa tahfidz yang dimodifikasi dari alat ukur yang sudah ada yaitu *Scale for Assessing Academic Stress* (SAAS) yang dikembangkan oleh Shina, Sharma, dan Mahendra K. (2011), dengan lima aspek yang meliputi:

- 1) Kognitif ; Komponen kognitif ditandai dengan sulitnya berkonsentrasi, mudah lupa, banyak berkhayal, kesulitan dalam penyelesaian masalah, tidak menjawab, meragukan kemampuan diri sendiri, dan ragu untuk bertanya.
- 2) Afektif ; Komponen afektif ditandai dengan perasaan rendah diri, kurang percaya diri, merasa berada dibawah tekanan, merasa gagal, khawatir atas harapan orangtua, dan merasa bersedih.

---

<sup>16</sup> *Ibid.*, hlm. 102.



- 3) Fisiologis ; Komponen fisiologis ditandai dengan merasa sakit kepala, gugup, hilangnya nafsu makan, sulit tidur, dan jantung berdetak cepat.
- 4) Sosial/interpersonal ; Komponen sosial/interpersonal ditandai dengan merasa kesal dengan banyak orang, orang lain tidak memberikan pertolongan, hilangnya minat berinteraksi dengan orang lain, suka menyendiri, dan merasa tidak ada seorangpun yang memahami dirinya.
- 5) Motivasi ; Komponen motivasi ditandai dengan hilangnya rasa minat, tidak nyaman dengan kegiatan ekstrakurikuler, kesulitan menyelesaikan pelajaran, mudah merasa bosan, merasa tidak ingin melanjutkan pelajaran, hilangnya keinginan untuk pergi ke sekolah, dan mudah mengantuk.<sup>17</sup>

Kelima aspek di atas merupakan rangkaian sistematis dari stres akademik yang akan dijadikan dasar dalam penyusunan kuesioner stres akademik siswa dalam menghafal Al-Qur'an.

---

<sup>17</sup> Shina, Sharma, Mahendra K., "Development Of A Scale Assessing Academic Stress: A Preliminary Report", Journal Of The Institute Of Medicine, Vol 23, No 1 & 2. 2001, hlm. 108.

**Tabel 1.1 Kisi-Kisi Instrumen Stres Akademik**

No	Aspek	Nomer Item		Jumlah
		<i>favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Kognitif	5, 7, 9, 10 14, 15	12	7
2	Afektif	11, 17, 18, 26	13, 29	6
3	Fisik	6, 8, 16, 22, 27	-	5
4	Sosial/ intrapersonal	19, 20, 23	4, 21	5
5	Motivasi	2, 3, 24, 28	1, 25, 30	7
	Total	23	7	30

Penyusunan pernyataan dikelompokkan menjadi pernyataan yang bersifat *favorable* (item pernyataan yang mendukung objek yang ingin diukur atau positif) dan *unfavorable* (item pernyataan yang tidak mendukung objek yang ingin diukur atau negatif). Dalam penyajian alternatif jawaban skala stres akademik disusun berdasarkan pedoman skala likert, empat alternatif jawaban, yaitu:

**Tabel 1.2 Penilaian Kuesioner Stres Akademik**

No	Alternatif Jawaban	Bobot penilaian	
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
1.	Tidak Pernah	1	1
2.	Kadang-Kadang	2	2
3.	Sering	3	3
4.	Selalu	4	4

### e. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kevaliditasan suatu instrumen atau tes dikatakan valid apabila tes tersebut dapat mengukur yang hendak diukur.<sup>18</sup> Penelitian ini menggunakan validitas konstruksi (*construct validity*) yang bertitik tolak pada konstruksi konsep atau variabel. Untuk menguji validitas konstruksi, dapat digunakan pendapat dari ahli (*judgment experts*) dan dilanjutkan dengan uji coba instrumen.

Sedangkan reliabilitas artinya keajegan sebuah instrumen. Instrumen yang reliabel adalah instrumen yang bila digunakan beberapa kali untuk mengukur objek yang sama, akan menghasilkan data yang sama.<sup>19</sup> Reliabilitas data pada penelitian ini dihitung menggunakan rumus *Cronbach's Alpha* dengan program SPSS (*Statistic Product and Service Solution*). Untuk mengetahui tinggi rendahnya  $r$  maka menggunakan pedoman berikut ;

- 1) Antara 0,800 sampai 1,00 : sangat tinggi

---

<sup>18</sup> Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif...*, hlm. 168.

<sup>19</sup> *Ibid.*, hlm. 168.

- 2) Antara 0,600 sampai 0,799 : tinggi
- 3) Antara 0,400 sampai 0,599 : cukup
- 4) Antara 0,200 sampai 0,399 : rendah
- 5) Antara 0,00 sampai 0,199 : sangat rendah<sup>20</sup>

#### **f. Analisis data kuantitatif**

Analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul. Analisis data kuantitatif penelitian ini menggunakan statistik deskriptif. Statistik deskriptif digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data dari lembar angket. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan program SPSS.

Analisis deskriptif dilakukan dengan menghitung persentase dari hasil pengukuran tingkat stres siswa dikelompokkan dalam beberapa kategori. Namun sebelumnya ditentukan dahulu batasan yang akan digunakan berdasarkan standar skor hipotetik. Rumus untuk mengetahui kriteria masing-masing kategori adalah ;

---

<sup>20</sup> Mulyasa, *Analisis Validitas, Reliabilitas, dan Interpretasi Hasil Tes*, (Bandung; PT Remaja Rosdakarya, 2004), hlm. 59.

**Tabel 1.3 Kategorisasi Stres Akademik**

No.	Kategori	Rumus Norma
1.	Rendah	$X < M - 1SD$
2.	Sedang	$M - 1SD \leq X < + 1SD$
3.	Tinggi	$M + 1SD \leq X$

**Keterangan**

X : Skor Subjek

SD : Standar Deviasi

M : Mean

Adapun penghitungan persentase menggunakan rumus berikut :

$$\text{Persentase} = \frac{\text{Jumlah skor siswa}}{\text{Jumlah siswa}} \times 100\%$$

**2. Metode Kualitatif**

Pada tahap kedua dilakukan untuk membuktikan, memperdalam dan memperluas data dari tahap pertama. Metode kualitatif digunakan untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi stres, dan upaya siswa maupun guru dalam menangani stres akademik siswa yang menghafal Al-Qur'an di MI Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta.

## a. Teknik Pengumpulan data

### 1) Wawancara

Wawancara adalah salah satu metode pengumpulan data yang dilakukan dengan cara tanya jawab untuk bertukar informasi dan ide, sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topik tertentu,<sup>21</sup> baik secara langsung maupun tidak langsung dengan data (responden). Peneliti menggunakan teknik pengumpulan data wawancara dengan jenis wawancara semiterstruktur. Teknik ini digunakan untuk memperoleh data-data yang bersumber dari:

#### a) Kepala Sekolah MI Nurul Ummah

Data yang dikumpulkan dari wawancara kepada kepala sekolah yaitu tentang sejarah berdirinya MI Nurul Ummah, persiapan dan pelaksanaan program tahsin dan tahfidz, sarana dan prasarana yang menunjang kegiatan tahsin dan tahfidz Al-Qur'an di MI Nurul Ummah dan lain sebagainya.

---

<sup>21</sup> Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif...*, hlm. 316.

b) Guru tahfidz di MI Nurul Ummah

Wawancara dengan guru tahfidz guna memperoleh data tentang pembelajaran tahsin dan tahfidz Al-Qur'an dari persiapan, pelaksanaan sampai evaluasinya, hasil hafalan siswa dan lain sebagainya.

c) Siswa kelas 4 MI Nurul Ummah

Wawancara dengan guru tahfidz guna memperoleh data tentang siswa kelas 4 di MI Nurul Ummah, tanggapan tentang proses pembelajaran tahsin dan tahfidz di sekolah serta kegiatan menghafal Al-Qur'an baik di sekolah maupun di luar sekolah dan lain sebagainya.

2) Observasi

Observasi adalah suatu cara pengambilan data melalui pengamatan langsung terhadap situasi atau peristiwa yang ada di lapangan. Observasi atau pengamatan digunakan peneliti untuk mengumpulkan data tentang kondisi stres siswa dan pelaksanaan pembelajaran Tahfidz Al-Qur'an di MI Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta.

### 3) Dokumentasi

Dalam hal ini peneliti mencari data tentang jadwal kegiatan proses belajar mengajar (PBM) di kelas 4 MI Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta dan data sekolah yang meliputi: gambaran umum lembaga, sejarah sekolah, visi misi dan tujuan lembaga, struktur organisasi, keadaan pendidik dan tenaga kependidikan, keadaan siswa, kurikulum dan sarana prasarana yang tentunya didapatkan dari bagian Tata Usaha (TU).

#### **b. Uji Keabsahan Data**

Data yang telah terkumpul tidak selamanya memiliki kebenaran yang tinggi. Bahkan mungkin masih terjadi kekurangan data. Untuk itu diperlukan pemeriksaan keabsahan data agar data penelitian benar-benar telah memiliki kredibilitas yang tinggi. Adapun cara-cara yang peneliti gunakan untuk pemeriksaan keabsahan data dalam penelitian ini adalah triangulasi.

Triangulasi dalam menguji kredibilitas data adalah pengecekan data pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain diluar data yang diperiksa untuk



keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data tersebut.<sup>22</sup>

Triangulasi yang digunakan yaitu;

#### 1) Triangulasi Sumber

Peneliti membandingkan dan mengecek balik derajat kepercayaan suatu informan yang diperoleh melalui waktu dan alat yang berbeda dalam penelitian. Hal ini dapat dicapai dengan membandingkan data hasil pengamatan dengan hasil wawancara, membandingkan apa yang dikatakan orang di depan umum dengan apa yang dikatakannya secara pribadi dan lain sebagainya. Triangulasi sumber yang dipakai yaitu kepala sekolah, guru, dan siswa.

#### 2) Triangulasi Teknik

Triangulasi teknik untuk menguji kredibilitas data dengan cara mengecek data kepada sumber yang sama dengan teknik yang berbeda. Triangulasi ini digunakan untuk memperoleh data tentang stres siswa, menggunakan wawancara, observasi dan dokumentasi.

---

<sup>22</sup>Lexy J Moleong, *Metodelogi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT. remaja Rosdakarya, 1993), hlm. 330.

### c. Analisis Data Kualitatif

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data hasil wawancara, observasi dan dokumentasi dengan cara mengorganisasikan data dan memilih mana yang penting serta mana yang perlu dipelajari serta membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis kualitatif yang dikemukakan Miles dan Hubberman yaitu pengumpulan data, reduksi data, penyajian data dan langkah terakhir adalah penarikan kesimpulan.<sup>23</sup> Langkah-langkah tersebut sebagai berikut.

#### 1) Reduksi Data

Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya dan membuang hal-hal yang tidak perlu. Reduksi data terjadi secara terus menerus selama penelitian kualitatif berlangsung. Reduksi ini terus berlanjut sesudah penelitian lapangan, sampai laporan akhir tersusun.

---

<sup>23</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan...*, hlm. 320.

## 2) Penyajian Data

Data yang telah direduksi akan disajikan dalam bentuk narasi. Penyajian data yang digunakan dalam bentuk uraian, table, grafik dan sejenisnya. Semuanya dirancang guna menggabungkan informasi yang tersusun dalam bentuk yang padu dan mudah diraih. Dengan demikian, peneliti dapat melihat apa yang sedang terjadi kemudian menentukan kesimpulan.

## 3) Penarikan Kesimpulan atau Verifikasi

Selanjutnya adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara dan akan berubah bila ditemukan bukti kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya.

Sekumpulan informasi yang telah diperoleh dan tersusun akan memungkinkan adanya penarikan kesimpulan. Penarikan kesimpulan hanya sebagian dari kegiatan dan terus diverifikasi selama penelitian berlangsung.

## **F. Sistematika Pembahasan**

Untuk mempermudah dalam mempelajari dan memahami pokok-pokok bahasan dalam tesis ini, maka peneliti menyusun sistematika yang terdiri atas tiga bagian, yaitu bagian awal, bagian utama, dan bagian akhir.

### **1. Bagian Awal**

Pada halaman awal dalam penelitian ini terdiri atas halaman sampul depan, halaman judul, halaman pernyataan keaslian, pernyataan bebas plagiasi, halaman pengesahan, halaman dewan penguji, halaman pengesahan pembimbing, halaman nota dinas, abstrak, pendoman transliterasi, kata pengantar, daftar isi, daftar tabel, daftar gambar, daftar lampiran, dan daftar singkatan.

### **2. Bagian Utama**

Bagian utama penelitian terdiri dari empat bab yang meliputi;

Bab I : Pendahuluan yang meliputi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan kegunaan penelitian, kajian pustaka, metode penelitian dan sistematika pembahasan.

Bab II: Berisi tentang landasan teori yang meliputi; konsep stres akademik dan strategi *coping* stres, serta hafalan Al-Qur'an.

Bab III : Berisi tentang gambaran umum mi nurul ummah kotagede yogyakarta dan pembelajaran tahsin dan tahfidz Al-Qur'an yang meliputi; sejarah berdiri, letak geografis, visi, misi sekolah, struktur organisasi sekolah, struktur dan muatan kurikulum, pembelajaran tahsin dan tahfidz Al-Qur'an, serta sarana dan prasarana yang menunjang pembelajaran tahsin dan tahfidz Al-Qur'an.

Bab IV : berisi tentang hasil analisis dan pembahasan yang meliputi; pelaksanaan penelitian, hasil penelitian dan analisis, serta pembahasan.

Bab V : Penutup yang terdiri atas kesimpulan dan saran-saran.

### 3. Bagian Akhir

Pada bagian akhir penelitian ini terdiri atas daftar pustaka, lampiran-lampiran, dan daftar riwayat hidup.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Setelah mencari, mengumpulkan, menelaah, mengolah dan menganalisis data yang diperoleh dari penelitian mengenai analisis tingkat stres siswa Tahfidz Al-Qur'an di MI Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat stres siswa tahfidz Al-Qur'an di kelas 4 MI Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta menunjukkan dari 18 siswa, 1(6%) siswa dalam kategori tingkat stres akademik tinggi, 15 (83%) siswa berada dalam kategori tingkat stres akademik sedang, dan 2 (11%) siswa berada dalam kategori tingkat stres akademik rendah. Dapat disimpulkan bahwa mayoritas siswa tahfidz Al-Qur'an di kelas 4 di MI Nurul Ummah Kotagede mengalami stres akademik dengan tingkat yang sedang.
2. Beberapa faktor yang mempengaruhi stres siswa tahfidz Al-Qur'an di kelas 4 MI Nurul Ummah Kotagede meliputi; 1) faktor internal, pesimis dan keyakinan yang rendah pada diri siswa, 2) faktor eksternal, kurangnya peranan orang tua dan pembelajaran yang monoton.

3. Upaya *coping* stres yang dilakukan siswa tahfidz Al-Qur'an yaitu dengan menghindari stresor yang bersifat sementara, kemudian siswa akan mengatasi stres dengan mencari bantuan atau dukungan sosial, dan menyelesaikan *problem stressor* dengan mengikuti TPA, membagi waktu untuk menghafal, dan membaca ayat yang dihafal berulang-ulang.

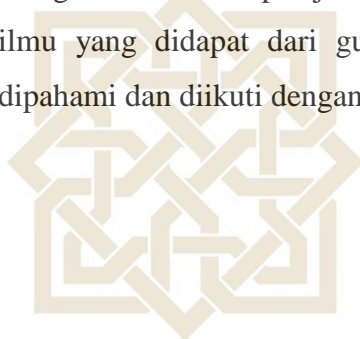
#### B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, saran yang dapat disampaikan oleh peneliti adalah sebagai berikut:

1. Kepada MI Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta selaku pimpinan dan penanggung jawab seluruh aktivitas pembelajaran agar merencanakan pelaksanaan pembelajaran tahsin dan tahfidz lebih terprogram dan efektif dalam mencapai target yang telah ditentukan.
2. Kepada guru tahfidz diharapkan mampu mengembangkan kreatifitas dalam pelajaran tahfidz dan tahsin Al-Qur'an.
3. Kepada Peserta Didik MI Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta
  - a. Peserta didik hendaknya meningkatkan lagi semangatnya dan terus memotivasi diri

sendiri untuk menambah dan memuraja'ah hafalan Al-Qur'an agar tetap terjaga.

- b. Hindari sikap besar kepala (sombong) terhadap apa yang telah dikuasai kaitannya dengan jumlah hafalan yang telah dimiliki.
- c. Peserta didik harus lebih serius dalam menghafal dan mempelajari Al-Qur'an agar ilmu yang didapat dari guru benar-benar dipahami dan diikuti dengan baik.



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA





STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
YOGYAKARTA

## DAFTAR PUSTAKA

- A., M. Hardjana. *Stres Tanpa Distres: Seni Mengolah Stres*. Yogyakarta: Kanisius. 1994
- Abdurrahman, Maman dan Sambas Ali Muhidin. *Panduan Praktis memahami Penelitian*, Bandung: CV. Pustaka Setia. 2011.
- Al Asqalani, Ibnu Hajar. *Fathul Baari 24: Shahih Al Bukhari*, Penerjemah Amiruddin, Editor Abu Rania, Jakarta: Pustaka Azzam, 2008
- Ali, Mohammad. *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT. Bumi Aksara. 2012.
- Al-Ikk, Syaikh Khalid Abdurrahman. *Pedoman Pendidikan Anak; Menurut Al-Qur'an & Sunnah*, terj: Umar Burhanuddin. Surakarta: Al-Qowam. 2005.
- Arifain, Zainal. *Penelitian Pendidikan*, Bandung: PT. Remaja. 2011.
- Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta. 1998.
- Ash Shabuny, Mohammad Aliy. Pengantar studi Al-Qur'an (At-Tibyan). Terjm. Moch. Chudlori Umar dan Moh. Masna. Bandung: PT. Alma'rif. 1984.
- B., Smet. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: Grasindo. 1994.
- Chairani, Lisyia dan M.A. Subandi. *Psikologi Santri Penghafal Al-Qur'an Peranan Regulasi Diri*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 2010.

- Chaplin, J.P. *Kamus Lengkap Psikologi*. Terj. Kartini Kartono. Yogyakarta: Rajagrafindo. 2006.
- Departemen Agama RI. *Al-Qur'an dan Terjemahannya Syaamil Al-Qur'an*. Bandung: Sygma Examedia Arkanleema, 2009
- Desmita. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik; Panduan Orang Tua Dan Guru Dalam Memahami Psikologi Anak Usai SD, SMP, dan SMA*. Bandung; PT Remaja Rosdakarya. 2017.
- Dimiyati dan Mudjiono. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta : Rineka Cipta. 2009.
- F., Kertamuda. & Herdiansyah H. *Pengaruh Strategi Coping Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru*, dalam Jurnal Universitas Paramadina Vol.6 No.1, April 2009.
- Hadi, Sutrisno. *Metodologi Research I*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM. 1993.
- Hakim, Lukman. dan Ali Khosim. *Metode Ilham Menghafal Al-Qur'an Serasa Bermain Game*. Bandung: Humaniora. 2016.
- Hanum, Latifa. *Hubungan Anatara Harapan Orangtua Dan Keyakinan Diri Dengan Stres Akademik Siswa Kelas Unggulan*. Kudus: Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus. 2013
- Herry, Bahirul Amali. *Agar Orang Sibuk Bisa Menghafal Al-Qur'an*. Yogyakarta: ProYou. 2012
- Hidayati, Wiji, dan Sri Purnami. *Psikologi Perkembangan*. Cet. I. Yogyakarta: Sukses Offset. 2008
- Hurlock, Elizabeth B. *Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga. 1997.

- Isni, Agista. *Penanganan Kasus Stres Dalam Menghadapi Aktivitas Kuliah Melalui Pendekatan Konseling Behavioristik Dengan Teknik Pengelolaan Diri Pada Mahasiswa Jurusan Seni Rupa*. FBS UNNES. Semarang. 2011.
- Khairani, Makmun. *Psikologi Belajar*. Yogyakarta: Aswaja Pressindo. 2013
- L, Zulkifli. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya. 1987.
- Lifestyle. "Mengapa Anak Usia 2-15 Mengalami Stres", dalam Kompas, 20 Maret 2012.
- Muhammad Sadli Mustofa, "Pelaksanaan Metode Pembelajaran Tahfiz Al-Qur'an di Madrasah Tahfiz Al-Qur'an Al-Imam, Ashim Tidung Mariolo Makasar", Jurnal Al-Qalam, Vol. 8 No. 2, Desember 2012, dalam <http://jurnalalqalam.or.id/index.php/Alqalam/article/viewFile/73/66> diakses dari pada hari Kamis 26 Juli 2018.
- Mulyasa. *Analisis Validitas, Reliabilitas, dan Interpretasi Hasil Tes*. Bandung; PT Remaja Rosdakarya. 2004
- Munawwir, Ahmad Warson. *Al-Munawwir: Kamus Arab-Indonesia Terlengkap*. Surabaya: Pustaka Progressif. 1997.

- N., Syamsul Yusuf L. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT Rremaja Rosdakarya. 2014.
- \_\_\_\_\_. *Perkembangan Peserta Didik Anak dan Remaja*, (Jakarta : PT Rajagrafindo Persada. 2014.
- \_\_\_\_\_. *Mental Hygiene, Perkembangan Kesehatan Mental dalam Kajian Psikologi dan Agama*. Bandung: Pustaka Bani Quraisy. 2004.
- Nurmaliyah, Faridah. *Menurunkan Stres Akademik Siswa dengan Menggunakan Teknik Self-Instruction*. Journal Pendidikan Humaniora. Vol.02 No.03, September 2018
- Oon, Alvin N. *Handling Study Stress : Panduan agar Anda Bisa Belajar bersama Anak-anak Anda*. Jakarta : Elex Media Komputindo. 2007.
- Pitaloka, A., *Religi dan Spiritualitas Sebagai Coping Stres*, dalam <http://www.epsikologi.com/remaja/220702.htm>, diakses pada 25 Januari 2019.
- Prastowo, Andi. *Memahami Metode-Metode Penelitian : Suatu Tinjauan Teoritis dan Praktis*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media. 2011.
- R., Carlson, N. *Psychology, the Science of Behavior*. sixth edition. United States of America, Pearson Education Inc, 2007
- Ra'uf, Abdul Aziz Abdur. *Kiat Sukses Menjadi Hafizh Qur'an Da'iyah*. Bandung: PT Syaamil Cipta Media. 2004.

- Rasmun. *Stres, Coping dan Adaptasi, Teori dan Pohon Masalah Keperawatan*. Jakarta; Sagung Seto. 2004.
- Rusyd, Raisya Maula Ibnu. *Panduan Tahsin, Tajwid, dan Tahfizh Untuk Pemula*. Jakarta; Saufa. 2015.
- Sa'adulloh. *Cara Cepat Menghafal Al-Qur'an*. Jakarta: Gema Insani. 2008.
- Shina, Sharma, Mahendra K., "Development Of A Scale Assessing Academic Stress: A Preliminary Report", *Journal Of The Institute Of Medicine*, Vol 23, No 1 & 2. 2001.
- Sugianto, Ilham Agus. *Kiat Praktis Menghafal Al-Qur'an*. Bandung: Mujahid Press. 2017.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta. 2013.
- Surya, Moh. *Teori-Teori Konseling*. Bandung: Pustaka Bani Quraisyi. 2003.
- Suryabrata, Sumadi. *Psikologi Pendidikan, Edisi V*. Jakarta: Raja Grafindo Persada. 2007.
- Suwaid, Muhammad Nur Abdul Hafiz. *Prophetic Parenting: Cara Nabi SAW Mendidik Anak*, terj: Farid Abdul Aziz Qurusy. Yogyakarta: Pro-U Media, 2009
- Tim PKTQ 2014. *Pengembangan Kepribadian dan Tahsinul Qur'an*. Yogyakarta: Aura Pustaka. 2014.
- W, Ahsin. *Bimbingan Praktis Menghafal Al-Qur'an*. Jakarta: Bumi Aksara. 1994.

Wahid, Wiwi Alawiyah. *Cara Cepat Bisa Menghafal Al-Qur'an*. Yogyakarta: Diva Press. 2012.

Wahida Ariffianti, *coping with stress*, dalam [www.wahidaAriffianti-copingwith stressblog.net](http://www.wahidaAriffianti-copingwith_stressblog.net). diakses pada tanggal 1 April 2019

Z., Mutadin. *Strategi Coping*, dalam <http://www.e-psikologi.com/remaja/220702>. Diakses tanggal 2 Februari 2019)

Zulfa, Layin Tanal. *Hubungan antara Dukungan Sosial Dengan Self Efficacy Dalam Menghafal Al-Qur'an pada Santri Komplek Aisyah Yayasan Ali Maksum Pondok Pesantren Krapyak Yogyakarta*. Skripsi. Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. 2014.

