

**KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS
PADA SISWA SMA PENGHAFAL AL QUR'AN
DITINJAU DARI RELIGIUSITAS DAN DUKUNGAN SOSIAL**



SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
Guna Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**

Disusun oleh:

**Shinta Sukmawati
NIM. 17107010041**

**Dosen Pembimbing :
Sabiqotul Husna, S.Psi., M.Sc.
NIP. 19880214 201903 2 014**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

2023



PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-392/Un.02/DSH/PP.00.9/05/2023

Tugas Akhir dengan judul : "Kesejahteraan Psikologis pada Siswa SMA Penghafal Al Qur'an ditinjau dari Religiusitas dan Dukungan Sosial".

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : SHINTA SUKMAWATI
Nomor Induk Mahasiswa : 17107010041
Telah diujikan pada : Kamis, 30 Maret 2023
Nilai ujian Tugas Akhir : A

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang
Sabiqotul Husna, S.Psi., M.Sc.
SIGNED

Valid ID: 643937210637c



Penguji I
Zidni Immawan Muslimin, S.Psi, M.Si
SIGNED

Valid ID: 6438f54ee58a3



Penguji II
Aditya Dedy Nugraha, S.Psi., M.Psi., Psi.
SIGNED

Valid ID: 642f59e485099



Yogyakarta, 30 Maret 2023
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
Dr. Mochamad Sodik, S.Sos., M.Si.
SIGNED

Valid ID: 645066dced793

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Shinta Sukmawati

NIM : 17107010041

Jenjang : Strata 1 (S1)

Prodi : Psikologi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa dalam skripsi tugas akhir saya yang berjudul “Kesejahteraan Psikologis pada Siswa SMA Penghafal Al Qur’an ditinjau dari Religiusitas dan Dukungan Sosial” tidak terdapat karya yang pernah diajukan sebagai syarat untuk memperoleh gelar strata satu (S1) di suatu perguruan tinggi. Skripsi ini merupakan asli hasil karya saya sendiri dan bukan merupakan plagiasi dari hasil karya penelitian orang lain yang sudah pernah ditulis ataupun diterbitkan sebelumnya.

Apabila di kemudian hari terdapat tuntutan dari pihak lain atas karya yang telah saya buat dan terdapat bukti bahwa saya telah melanggar pernyataan ini, maka saya siap menerima apapun bentuk resiko sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Yogyakarta, 21 Maret 2023

Yang menyatakan



(Shinta Sukmawati)

NIM. 17107010041

NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI

Hal : Persetujuan Skripsi/Tugas Akhir
Lamp : -

Kepada
Yth. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
Di Yogyakarta

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi saudara:

Nama : Shinta Sukmawati

NIM : 17107010041

Prodi : Psikologi

Judul : Kesejahteraan Psikologis pada Siswa SMA Penghafal Al Qur'an ditinjau dari Religiusitas dan Dukungan Sosial

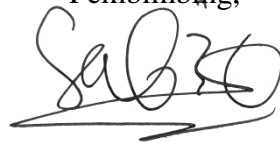
Sudah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Program Studi Psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu (S1) dalam program studi Psikologi.

Dengan ini kami mengharapkan agar skripsi/tugas akhir Saudari tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh

Yogyakarta, 21 Maret 2023

Pembimbing,



Sabiqotul Husna, S.Psi., M.Sc.

NIP. 19880214 201903 2 014

HALAMAN MOTTO

“Sebaik-Baiknya Manusia adalah yang Bermanfaat bagi Orang Lain”

(H.R Ahmad)

“Sesungguhnya Dibalik Kesulitan Pasti Ada Kemudahan”

(Q.S Al Insyirah : 5)



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim, puji syukur atas kehadiran Allah yang telah memberikan rahmat dan nikmat sehingga karya tulis ini dapat selesai. Karya tulis ini saya persembahkan kepada:

ALMAMATER TERCINTA

Program Studi Psikologi
Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga

KELUARGA

Teruntuk kedua orang tua saya
Bapak Karso Santoso dan Ibu Susilowati
dan adik saya

Kirana Rizqia Putri

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan nikmat sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Kesejahteraan Psikologis pada Siswa SMA Penghafal Al Qur’an ditinjau dari Religiusitas dan Dukungan Sosial” dengan baik. Dalam menyusun skripsi ini, penulis mendapatkan banyak dukungan, bimbingan serta do’a dari berbagai pihak. Maka penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Allah SWT, yang senantiasa memberikan kekuatan dan kemudahan serta menjadi tempat terbaik untuk mengadu, tanpa pertolongan-Nya penulis tidak bisa menyelesaikan amanah untuk menyelesaikan skripsi dengan baik.
2. Bapak Prof. Dr. Phil. Al Makin, S.Ag., M.A selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Bapak Dr. Mochammad Sodik, M.Si., selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Ibu Lisnawati, S.Psi., M.Psi, selaku Ketua Program Studi Psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
5. Bapak Very Julianto, M.Psi., selaku Dosen Pembimbing Akademik.
6. Ibu Sabiqotul Husna, S.Psi., M.Sc., selaku Dosen Pembimbing Skripsi saya, yang telah memberikan bimbingan, pengarahan, saran, koreksi dan waktu selama proses penyusunan skripsi ini.
7. Bapak Zidni Immawan Muslimin, S.Psi, M.Si selaku Dosen Penguji Skripsi 1 yang telah memberikan masukan beserta koreksi sehingga skripsi ini bisa selesai dengan baik.
8. Ibu Candra Indraswari, S.Psi., M.Psi., Bapak Aditya Dedy Nugraha, S.Psi., M.Psi., dan Ibu Ratna Mustika Handayani, S.Psi., M.Psi., selaku validator skala penelitian skripsi yang telah memberikan validasi skala sehingga skala penelitian saya menjadi lebih baik.
9. Seluruh Dosen Program Studi Psikologi yang telah memberikan ilmu dan pengalaman, serta seluruh staff bidang Tata Usaha yang telah banyak

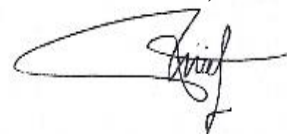
membantu dalam proses administrasi selama menjadi mahasiswa sampai proses penyelesaian skripsi.

10. Seluruh pihak SMA IT Abu Bakar dan SMA IT Baitussalam yang telah memberikan izin penelitian dan membantu proses penelitian sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian dengan baik.
11. Seluruh siswa yang menjadi responden dalam penelitian ini yang telah bersedia membantu peneliti dalam mengisi skala penelitian.
12. Kedua orang tua saya, Bapak Karso Santoso dan Ibu Susilowati, yang selalu mendo'akan dan memberikan dukungan dari awal hingga akhir penyusunan skripsi ini.
13. Adik saya, Kirana Rizqia Putri, yang selalu memberikan hiburan dan motivasi dalam proses penyusunan skripsi ini.
14. Dewi, Syifa, Nabila, Hajar, Shely, dan Mba Cacam yang telah memberikan dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini.
15. Seluruh teman-teman Psikologi angkatan 2017, terutama kelas B, yang telah memberikan dukungan, bantuan, dan motivasi dalam menyusun skripsi ini.
16. Santri Rumah Qur'an Jogja KB dan RQ Darut Taqi Akhwat, yang telah memberikan banyak ilmu, pengalaman, suka dan duka.
17. Semua pihak yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam proses penyusunan skripsi ini.

Terimakasih atas seluruh dukungan, bantuan dan bimbingan yang telah diberikan kepada penulis sehingga penyusunan skripsi ini dapat selesai, semoga Allah SWT memberikan balasan sebaik-baiknya. Penulis berharap karya tulis ini dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya ilmu psikologi.

Yogyakarta, 21 Maret 2023

Penulis,



Shinta Sukmawati

NIM. 17107010041

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI.....	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR BAGAN/GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
INTISARI.....	xvi
<i>ABSTRACT</i>	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Tujuan Penelitian	8
C. Manfaat Penelitian	9
D. Keaslian Penelitian	10
BAB II DASAR TEORI	22
A. Kesejahteraan Psikologis	22
1. Pengertian Kesejahteraan Psikologis.....	22
2. Aspek-aspek Kesejahteraan Psikologis	23
3. Faktor-faktor Kesejahteraan Psikologis	27
B. Religiusitas	29
1. Pengertian Religiusitas	29
2. Aspek-aspek Religiusitas	30
C. Dukungan Sosial.....	32
1. Pengertian Dukungan Sosial	32
2. Aspek-aspek Dukungan Sosial.....	33
e. Dukungan jaringan.....	34

D. Remaja Penghafal Al Qur'an.....	35
1. Definisi Remaja Menghafal Al Qur'an	35
2. Keutamaan Menghafal Al Qur'an	36
E. Dinamika Kesejahteraan Psikologis pada Remaja Penghafal Al Qur'an ditinjau dari Dukungan Sosial dan Religiusitas.....	37
F. Hipotesis	43
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	44
A. Desain Penelitian	44
B. Identifikasi Variabel Penelitian	44
C. Definisi Operasional Penelitian	44
1. Kesejahteraan Psikologis.....	44
2. Religiusitas	45
3. Dukungan Sosial.....	45
D. Populasi dan Sampel Penelitian.....	46
1. Populasi Penelitian	46
2. Sampel Penelitian	46
E. Metode dan Alat Pengumpulan Data.....	47
1. Skala Kesejahteraan Psikologis.....	47
2. Skala Religiusitas	49
3. Skala Dukungan Sosial.....	50
F. Validitas, Seleksi Aitem, dan Reliabilitas Alat Ukur	52
1. Validitas.....	52
2. Seleksi Aitem	52
3. Reliabilitas.....	53
G. Metode Analisis Data	53
1. Uji Asumsi.....	53
2. Uji Hipotesis.....	55
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	56
A. Orientasi Kancah	56
B. Persiapan Penelitian.....	57
1. Persiapan Administrasi.....	57

2. Persiapan Alat Ukur	57
3. Pelaksanaan Uji Coba.....	58
4. Hasil Uji Coba (<i>Try Out</i>).....	59
C. Pelaksanaan Penelitian.....	64
D. Hasil Penelitian.....	64
1. Deskripsi Subjek.....	65
2. Deskripsi Statistik.....	65
3. Kategorisasi	66
4. Uji Asumsi.....	67
5. Uji Hipotesis.....	70
E. Pembahasan	72
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	78
A. Kesimpulan.....	78
B. Saran	78
DAFTAR PUSTAKA	80
LAMPIRAN.....	85

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1. Keaslian Penelitian.....	11
Tabel 3.1. <i>Blue Print</i> Skala Kesejahteraan Psikologis.....	47
Tabel 3.2. <i>Blue Print</i> Skala Religiusitas	49
Tabel 3.3. <i>Blue Print</i> Dukungan Sosial.....	51
Tabel 4.1. Informasi Data Jumlah Siswa SMA IT Abu Bakar dan SMA IT Baitussalam	57
Tabel 4.2. Distribusi Sebaran Aitem Skala Kesejahteraan Psikologis Sebelum Uji Coba	59
Tabel 4.3. Distribusi Sebaran Aitem Skala Kesejahteraan Psikologis Setelah Uji Coba	60
Tabel 4.4. Distribusi Sebaran Aitem Skala Religiusitas Sebelum Uji Coba.....	61
Tabel 4.5. Distribusi Sebaran Aitem Skala Religiusitas Setelah Uji Coba.....	61
Tabel 4.6. Distribusi Sebaran Aitem Skala Dukungan Sosial Sebelum Uji Coba	62
Tabel 4.7. Distribusi Sebaran Aitem Skala Dukungan Sosial Setelah Uji Coba	62
Tabel 4.8. Reliabilitas Skala Kesejahteraan Psikologis, Skala Religiusitas, dan Skala Dukungan Sosial.....	63
Tabel 4.9. Jumlah Subjek Remaja Penghafal Al Qur'an 30 Juz di SMA IT Abu Bakar dan SMA IT Baitussalam.....	64
Tabel 4.10. Distribusi Subjek Penelitian di SMA IT Abu Bakar dan SMA IT Baitussalam	65
Tabel 4.11. Deskripsi Statistik Skala Kesejahteraan Psikologis, Skala Religiusitas, dan Skala Dukungan Sosial.....	65
Tabel 4.12. Rumus Kategorisasi	66
Tabel 4.13. Kategorisasi Kesejahteraan Psikologi.....	66
Tabel 4.14. Kategorisasi Religiusitas.....	66
Tabel 4.15. Kategorisasi Dukungan Sosial	67
Tabel 4.16. Uji Normalitas.....	68
Tabel 4.17. Uji Linearitas.....	68

Tabel 4.18. Uji Multikolinearitas Skala Kesejahteraan Psikologis, Religiusitas, dan Dukungan Sosial.....	69
Tabel 4.19. Uji Multikolinearitas Skala Kesejahteraan Psikologis, Religiusitas, dan Dukungan Sosial.....	70
Tabel 4.20. Hasil Uji Hipotesis Mayor	70
Tabel 4.21. Hasil Hipotesis Minor	71
Tabel 4.22. Sumbangan Efektif Variabel Bebas	71
Tabel 4.23. Uji Beda One Way Anova	72



DAFTAR BAGAN/GAMBAR

Bagan 1. Peran Religiusitas & Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Remaja Penghafal Al-Qur'an	42
--	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Validitas isi alat ukur.....	85
Lampiran 2. Perhitungan Aiken's V	102
Lampiran 3. Alat ukur uji coba dan alat ukur penelitian.....	108
Lampiran 4. Tabulasi data hasil uji-coba	120
Lampiran 5. Uji seleksi aitem dan reliabilitas alat ukur.....	123
Lampiran 6. Tabulasi data penelitian	126
Lampiran 7. Uji asumsi	135
Lampiran 8. Uji hipotesis.....	137
Lampiran 9. Surat izin penelitian	138
Lampiran 10. Surat/lembar kesediaan subjek penelitian/informed consent (untuk penelitian eksperimen)	140
Lampiran 11. Dokumentasi	141

KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA SISWA SMA PENGHAFAL AL QUR'AN DITINJAU DARI RELIGIUSITAS DAN DUKUNGAN SOSIAL

Shinta Sukmawati
17107010041

INTISARI

Siswa SMA penghafal Al Qur'an memiliki tantangan menjaga kesejahteraan psikologisnya dalam proses menghafal Al Qur'an sekaligus bersekolah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan religiusitas dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada siswa penghafal Al Qur'an di SMA IT Abu Bakar dan SMA IT Baitussalam. Subjek penelitian berjumlah 103 siswi putri yang sedang menyelesaikan hafalan 30 juz. Pengambilan sampel menggunakan teknik *convenience sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan tiga skala yang semuanya dimodifikasi. Skala kesejahteraan psikologis dimodifikasi dari skala yang disusun Mintarsih (2015) berdasarkan teori yang dirumuskan oleh Ryff (1995), skala religiusitas dimodifikasi dari skala yang disusun oleh Shofiyatunnisa (2017) berdasarkan teori yang dirumuskan oleh Glock & Stark, dan skala dukungan sosial dimodifikasi dari skala yang disusun oleh Sepfitri (2011) berdasarkan teori Sarafino (2002). Hasil analisis data dengan regresi berganda menjelaskan ada hubungan signifikan antara religiusitas dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis remaja penghafal Al Qur'an. Sumbangan efektif simultan dua variabel bebas terhadap kesejahteraan psikologis sebesar 52,6%. Adapun sumbangan parsial religiusitas sebesar 26,9%, dan sumbangan parsial dukungan sosial sebesar 25,7%. Hasil ini dapat menjadi pertimbangan untuk kebutuhan perancangan program pendampingan/intervensi untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja penghafal Al Qur'an.

Kata kunci: *kesejahteraan psikologis, religiusitas, dukungan sosial, siswa SMA, penghafal Al Qur'an*

**PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF HIGH SCHOOL STUDENTS WHO
MEMORIZED AL QUR'AN REVIEWED FROM RELIGIUSITY AND
SOCIAL SUPPORT**

Shinta Sukmawati
17107010041

ABSTRACT

Highschool students who memorize the Al-Qur'an face challenges to maintain their psychological well-being in the process of memorizing Al-Qur'an and following school activities. This study aims to determine the relationship between religiosity and social support with psychological well-being in highschool students who memorize the Qur'an at SMA IT Abu Bakar and SMA IT Baitussalam. The research subjects were 103 female students who were on the process in memorization of 30 chapters of Al Qur'an. Sampling technique used was convenience sampling. Data collection was carried out using three scales, all of which were modified. The psychological well-being scale was modified from the scale compiled by Mintarsih (2015) based on the theory formulated by Ryff (1995), the religiosity scale was modified from the scale compiled by Shofiyatunnisa (2017) based on the theory formulated by Glock & Stark, and the social support scale was modified from the scale compiled by Sepfitri (2011) based on Sarafino's theory (2002). The results of data analysis using multiple regression explained that there is a significant relationship between religiosity and social support with the psychological well-being of young people who memorize the Qur'an. The simultaneous effective contribution of two independent variables to psychological well-being is 52.6%. The partial contribution of religiosity is 26.9%, and the partial contribution of social support is 25.7%. These results can be considered for the need to design assistance/intervention programs to improve the psychological well-being of highschool students who memorize the Qur'an.

Keywords: *psychological well-being, religiosity, social support, highschool students, the memorizer of Qur'an*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kitab suci umat Islam adalah Al Qur'an yang di dalamnya terdapat 114 surat dan berfungsi sebagai pedoman hidup bagi umat muslim (Nawaz & Jahangir, 2015; Trinova & Wati, 2016). Di dalam Al Qur'an dijelaskan mengenai perintah dan larangan bagi umat muslim dari hal yang paling kecil hingga paling besar. Tidak hanya menjelaskan tentang perintah dan larangan, Al Qur'an juga menjelaskan tentang keistimewaan yang dimilikinya seperti pahala yang didapatkan bagi siapapun yang membaca dan mempelajarinya (Trinova & Wati, 2016). Maka dari itu seorang muslim memiliki kewajiban untuk menjaga dan memelihara Al Qur'an. Bentuk penjagaan seorang muslim terhadap Al Qur'an di antaranya adalah dengan membacanya secara tartil, memahami dan mempelajari serta mengamalkannya (Utama & Fakhri, 2019). Salah satu bentuk penjagaan yang lainnya adalah dengan menghafalkannya.

Suatu proses melafadzkan ayat Al Qur'an yang dilakukan berulang-ulang sehingga dapat hafal tanpa melihat *mushaf* (tulisan) disebut dengan menghafal Al Qur'an. Seseorang yang sedang atau telah selesai menghafal Al Qur'an biasa disebut *hafidz* (bagi laki-laki) dan *hafidzah* (bagi perempuan). Menghafal Al Qur'an akan senantiasa membuat kita mengingat Allah (Toyibah, Sulianti, & Tahrir, 2017). Aktivitas menghafal Al Qur'an menurut Trinova & Wati (2016) merupakan aktivitas yang penting untuk ditanamkan bagi sebuah generasi karena membuat memori terisi dengan hal yang bermanfaat. Taghiabad, Ahrari, & Garai (2015) menyebutkan bahwa suara ritmis yang dihasilkan oleh ayat-ayat Al Qur'an mampu menghasilkan nada dengan sifat dan melodi khusus yang merupakan salah satu keajaiban Al Qur'an. Keajaiban tersebut ternyata berpengaruh bagi tubuh manusia. Salah satu penelitian menunjukkan bahwa bacaan Al Qur'an mampu menjadi obat yang efektif bagi beberapa penyakit seperti stres, mudah marah, kesepian serta penyakit mental lainnya (Sadeghi, 2011). Nawaz & Jahangir (2015) memaparkan dalam penelitiannya bahwa saat seseorang menghafal ia akan terus mengulang-ulang hafalannya yang membuat otak bekerja lebih keras daripada

biasanya dan dengan aktivitas ini akan mencegah seseorang mengalami kehilangan memori seperti pada penyakit Alzheimer karena aktivitas menghafal mampu mempertajam memorinya.

Saat seseorang sering berhadapan dengan Al Qur'an dan melantunkan ayat-ayat yang terdapat di dalamnya maka dia akan sering mengingat Allah. Semakin meningkatnya motivasi seseorang untuk membaca Al Qur'an atau berinteraksi dengan Al Qur'an akan mempengaruhi ketentraman jiwa yang dimilikinya (Rifa'ah, 2013). Hal tersebut tercantum dalam firman Allah SWT pada Surat Yunus ayat 57 dan 58. Pada kedua ayat tersebut disebutkan bahwa Al Qur'an mampu menjadi solusi untuk mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat. Selain menghadirkan ketenangan, ketentraman dan kesejahteraan, Al Qur'an juga dapat membantu seseorang untuk dapat mengevaluasi diri dan merasa diberi kemudahan dalam mengelola segala urusan (Toyibah et al., 2017).

Ketertarikan umat muslim untuk menghafal Al Qur'an belakangan ini meningkat. Salah satu negara dengan penduduk muslim terbanyak yaitu Indonesia, tercatat memiliki sekitar 30.000 penghafal Al Qur'an dari keseluruhan populasi penduduk muslim yang berjumlah 210.000.000 jiwa (Safutra, 2017). Masifnya minat masyarakat Indonesia yang beragama Islam membuat banyak lembaga formal maupun non formal menyediakan program menghafal Al Qur'an (Wahyuni & Syahid, 2019). Program menghafal Al Qur'an atau dapat disebut tahfidz Al Qur'an yang disediakan memiliki peran penting untuk mengembangkan potensi anak yang apabila dibiarkan saja akan merugikan bagi anak dan orang di sekitarnya. Hal ini membuat banyak orang tua memutuskan untuk menyekolahkan anaknya dalam lembaga pendidikan yang memiliki program menghafal Al Qur'an.

Al Qur'an memiliki nilai-nilai yang apabila pembacanya benar-benar menghayati dan memaknai maka Allah akan memberikan ketenangan dan penawar atas kegelisahan dan penyakit yang diderita (Taghiabad dkk., 2015). Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Utama & Fakhri (2019) membuktikan bahwa intensitas dalam menghafal Al Qur'an memiliki dampak yang signifikan terhadap stress akademik. Hal tersebut juga didukung oleh ibadah-ibadah yang

dilakukan saat menghafal, contohnya adalah melaksanakan sholat tahajjud tiga kali seminggu dan berpuasa setidaknya satu hari dalam sepekan. Kegiatan ibadah tersebut akan meningkatkan religiusitas yang membuat tingkat stres yang dimiliki lebih mudah untuk diatasi.

Marza (2017) dalam penelitiannya menyebut remaja yang menghafal Al Qur'an dapat mengatur dirinya sendiri dengan baik. Dalam penelitiannya disebutkan siswa yang mampu mengatur dirinya sendiri akan berhasil dalam bidang hafalan Al Qur'an dan memiliki prestasi di tengah kesibukan akademik dan menghafal. Kemampuan mengatur diri sendiri ini juga berpengaruh pada perubahan akhlak (Marza, 2017). Akhlak atau perilaku yang sebelumnya buruk akan menjadi lebih baik. Ibadah yang sebelumnya tidak diutamakan menjadi prioritas utama. Tujuan atau makna hidup yang menjadi lebih jelas. Saat seseorang menghafal Al Qur'an dengan sepenuh hatinya dan sadar bahwa dirinya sedang menjalani proses menghafal, ia akan mendapatkan perasaan positif dan fungsi positif dalam dirinya.

Toyibah dkk (2017) juga melakukan penelitian yang menyebutkan bahwa kegiatan menghafal Al Qur'an berpengaruh pada kecerdasan spiritual dan kesejahteraan psikologis seseorang. Berdasarkan penelitian ini disebutkan bahwa seseorang mampu memaknai kegiatan yang dilakukan berdasarkan pada tujuan tentang kedekatannya dengan Allah SWT dan akan terciptanya korelasi yang harmonis antara dirinya dengan Allah SWT, serta dengan dirinya sendiri dan orang lain yang membuat kehidupannya sejahtera. Cerdas secara spiritual memberikan efek samping positif bagi kesejahteraan psikologis seseorang karena yang menjadi landasan kehidupannya hanyalah Allah SWT.

Kesejahteraan psikologis didefinisikan sebagai kondisi seseorang yang bisa melihat dirinya apa adanya, memiliki relasi positif dengan orang lain, mampu mengatasi tekanan sosial, memiliki tujuan hidup serta mampu berkembang dengan kemampuan yang dimiliki (Ryff, 1995). Ryff menyatakan bahwa seseorang dengan kesejahteraan psikologis yang baik tidak hanya bebas dari indikator sehat mental negatif melainkan juga berkaitan dengan fungsinya sebagai seorang manusia dalam kehidupan sehari-hari. Definisi lainnya menyebutkan

kesejahteraan psikologis merupakan keadaan yang dimiliki individu saat menghadapi tantangan dalam kehidupan pribadinya (Keyes, 2013). Berbeda dengan kesejahteraan sosial yang berkaitan dengan tugas-tugas sosial yang harus dihadapi oleh individu dalam struktur sosial dan komunitas, kesejahteraan psikologis lebih mengarah pada kebutuhan manusia yang bersifat universal dan memiliki fungsi yang efektif (Diener, 2000). Kebutuhan tersebut berupa kebutuhan akan makna hidup, kebutuhan hubungan sosial yang positif, kebutuhan harga diri, kebutuhan kompetensi dan kebutuhan untuk mampu mengontrol lingkungan eksternal. Dari kebutuhan yang beragam tersebut akan memunculkan fungsi manusia yang optimal, artinya adalah dengan kesejahteraan psikologis yang dimiliki oleh seseorang akan membuatnya menjadi sosok individu yang memiliki banyak manfaat.

Kesejahteraan bagi seseorang terutama remaja menurut sebuah penelitian dapat membuat regulasi diri yang dimilikinya meningkatkan sehingga membuatnya mengalami penurunan tingkat kecemasan dan stress yang dialami (Ruini dkk., 2009). Kesejahteraan psikologis menurut Akhtar (2009) merupakan salah satu bentuk kesejahteraan yang mampu membuat remaja memiliki emosi positif, merasa puas dan bahagia dengan kehidupannya, mampu mengatasi perasaan depresi yang dimiliki, dan menjauhkan dari perilaku negatif. Cara untuk memiliki kesejahteraan psikologis adalah dengan fokus pada realisasi diri, makna diri dan aktualisasi potensi yang dimiliki sehingga berfungsi positif (Ryff & Keyes, 1995).

Seorang remaja atau lebih tepatnya siswa SMA yang sedang menghafalkan Al Qur'an pasti berinteraksi dengan Al Qur'an setiap hari. Interaksi ini akan menimbulkan perasaan tenang dalam dirinya karena sifat dan fungsi yang dimiliki oleh Al Qur'an. Idealnya, remaja penghafal Al Qur'an dapat mencapai kesejahteraan psikologis dengan baik karena mampu meraih ketentraman melalui aktivitas membaca dan menghafal Al Qur'an itu sendiri. Namun realitanya dalam menghafal Al Qur'an, proses yang dijalani tidak mudah. Kegiatan menghafal yang dibarengi dengan kegiatan sekolah sekaligus kegiatan asrama membuat beberapa individu yang menghafal dalam sebuah lembaga merasa kewalahan dan kesulitan

karena dalam satu waktu harus menyelesaikan kegiatan sekolah ataupun asrama (Toyibah dkk, 2017). Penelitian yang akan dilakukan pada program takhusus Qur'an SMA IT Abu Bakar dan SMA IT Baitussalam ini mengharuskan para siswa menghafal 30 juz saat selesai masa pendidikan. Hal ini membuat para siswa harus memiliki usaha lebih dibandingkan dengan siswa lainnya yang mengikuti program reguler. Para siswa dituntut untuk mampu menyeimbangkan antara kesibukan di sekolah dengan progres hafalannya. Hal ini menjadi berat apabila terdapat siswa yang baru masuk dalam sebuah pondok atau asrama sehingga menuntut seseorang untuk adaptasi dengan lingkungan sekitarnya (A'yun, dkk, 2018). Hal tersebut tentu berpengaruh pada kondisi fisik maupun psikologis seseorang.

Hasil wawancara terhadap salah satu pengurus asrama di salah satu sekolah tersebut, menunjukkan bahwa seringkali siswa merasakan stres saat tidak bisa menyeimbangi kegiatan sekolah dengan kegiatan asrama. Kegiatan yang dimulai sebelum shubuh dan dilanjutkan hingga selepas isya dan tugas yang diberikan oleh sekolah serta target hafalan yang harus ditunaikan setiap harinya membuat anak merasa tertekan sehingga keadaan fisik dan psikologis mereka terganggu. Sekolah sendiri sudah berupaya untuk membuat program kegiatan bagi para siswa yang bisa membuat siswa merasa terhibur dan bisa mengurangi rasa tertekan dan stres yang dimiliki. Jenis kegiatan tersebut di antaranya adalah menyediakan layanan konseling untuk para siswa ataupun berlibur ke suatu tempat yang bisa menghilangkan atau menurunkan tingkat stres yang dialami para siswa. Namun tentunya dukungan dari pihak sekolah kepada para siswa tidak akan berpengaruh apabila tidak adanya dukungan dari orang tua.

Kesejahteraan psikologis yang dimiliki oleh seorang tidak terlepas dari faktor yang mempengaruhinya. Terdapat beberapa hal yang menjadi faktor tingkat kesejahteraan psikologis yang berasal baik dari internal maupun eksternal. Religiusitas adalah salah satu faktor internal kesejahteraan psikologis. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati (2017) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh religiusitas pada kesejahteraan siswa SMP. Penelitian tersebut menjadikan siswa SMP yang sedang menghafal Al Qur'an sebagai subjek

penelitian dan didapatkan hasil bahwa siswa yang menghafal Al Qur'an memiliki sikap dan emosi yang positif, mandiri dan mampu beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya, serta lebih percaya diri sehingga dapat berkembang sesuai dengan minat.

Religiusitas penghafal Al Qur'an bukan hanya dilihat dari kuantitas ibadah yang dilakukan melainkan juga implementasi dari nilai yang diajarkan oleh agama Islam (Ancok & Suroso, 2011). Individu yang religius akan yakin dengan ajaran agamanya sehingga membuatnya taat akan perintah agamanya, berusaha lebih dalam mempelajari agamanya, serta meyakini doktrin-doktrin dalam agamanya. Religiusitas menurut Glock & Stark (1969) merupakan tingkat konsepsi dan tingkat komitmen seseorang dalam hidupnya. Hal tersebut menunjukkan bahwa dalam hidupnya, seseorang harus memiliki pengetahuan secara menyeluruh terhadap pemahaman agamanya dan meyakinkannya dengan sepenuh hati. Menurut Ahyadi (2005), religiusitas merupakan unsur yang menjadi satu dalam kaitannya dengan beberapa aspek yaitu afektif, psikomotorik, dan kognitif. Aspek tersebut melibatkan semua fungsi jiwa dan raga manusia. Fungsi kognitif dapat dilihat dari pengalaman seseorang tentang ketuhanan, rasa dan kerinduan dengan Tuhannya. Fungsi afektif terlihat dari keyakinan seseorang. Sedangkan motorik akan terlihat pada perilaku seseorang yang berkaitan dengan keagamaan. Dalam kehidupan manusia, hal-hal tersebut tidak bisa dipisahkan karena merupakan sistem kesadaran dalam beragama yang menyeluruh pada diri seseorang.

Siswa dengan religiusitas yang baik mampu mempraktikkan nilai yang terkandung dalam agamanya saat menghadapi sebuah permasalahan (Rahmawati, 2017). Sedangkan seorang siswa yang religiusitasnya rendah, akan memandang sesuatu dengan pandangan negatif dan tidak menerapkan ajaran agamanya. Hal tersebut akan membuatnya kesulitan menghadapi sebuah permasalahan dan akan merugikan dirinya sendiri. Seligmen & Csikszentmihalyi (2000) menjelaskan bahwa salah satu cara meningkatkan kesejahteraan subyektif adalah dengan memahami dan meyakini ajaran agama dalam kitab suci yang di dalamnya terdapat nilai-nilai positif yang dapat dipraktikkan dalam kehidupan sehari-hari. Seseorang yang hidup dengan nilai yang positif juga akan memandang

kehidupannya dengan positif dan menjalaninya dengan perasaan optimis. Taylor (2006) menyebutkan bahwa orang dengan kepercayaan kuat terhadap agamanya akan memiliki kepuasan lebih besar, merasa lebih bahagia serta lebih mudah menghadapi peristiwa traumatis dibandingkan dengan orang yang tidak memiliki kepercayaan terhadap agamanya. Diener (2000) dan Myers (2000) dalam penelitiannya juga menyebutkan terdapat peranan penting agama dalam kehidupan seseorang karena didalamnya terdapat panduan baginya untuk menjalani hidup dengan baik.

Selain religiusitas, kesejahteraan psikologis juga dipengaruhi faktor eksternal berupa dukungan sosial. Ryff (1995) menyebutkan dukungan dari orang lain yang mampu menciptakan perasaan nyaman, dihargai, diperhatikan ataupun merasa ditolong merupakan pengertian dari dukungan sosial. Perasaan atau dampak positif yang ditimbulkan oleh dukungan sosial adalah memiliki perasaan dianggap sebagai bagian dari suatu kelompok dalam lingkungan sosial. Dengan mendapatkan dukungan ini, seseorang mampu memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang berbeda dengan individu yang tidak mendapatkannya.

Proses yang dijalani saat sedang menghafal membutuhkan dukungan sosial yang akan membantu mempertahankan niat dalam menghafal Al Qur'an. Kendala dan tuntutan tahapan perkembangan yang harus dilalui oleh seorang remaja penghafal Al Qur'an membutuhkan dukungan yang berasal dari orang tua, guru, ataupun teman. Dukungan sosial merupakan bahasan umum dalam ranah kesehatan mental dan kesejahteraan serta keterkaitan yang signifikan antara dukungan dengan proses fisiologis seseorang (Cohen, Gottlieb, & Underwood, 2000). Dalam situasi yang mampu menimbulkan stress, dukungan sosial dapat meningkatkan kepercayaan diri seseorang bahwa dia mampu melewati situasi tersebut. Seseorang yang mendukung dapat menghubungkan cerita tentang pencapaian mereka sendiri atau orang lain, sehingga meningkatkan keyakinan efikasi melalui pengalaman perwakilan. Persuasi verbal dan kepastian dari orang lain yang mendukung juga dapat mempengaruhi efikasi diri, dan orang lain yang mendukung bahkan dapat mengurangi respon fisiologis yang merugikan melalui distraksi atau dengan menyarankan strategi koping yang efektif (Rees & Freeman,

2009). Penelitian yang dilakukan oleh Faza & Kustanti (2018) menemukan bahwa dukungan sosial mampu mempengaruhi efikasi diri siswa yang sedang menghafal Al Qur'an. Siswa dengan dukungan sosial yang baik akan memiliki kemampuan untuk menemukan cara mengatasi permasalahan yang dihadapi.

Keberadaan ikatan sosial memiliki fungsi untuk memunculkan dukungan sosial yang menggambarkan kualitas hubungan interpersonal di dalamnya (Smet, 1994). Ikatan tersebut akan memberikan perasaan puas secara emosional dalam kehidupan individu. Seseorang akan merasa segala sesuatunya lebih mudah saat menerima dukungan dari lingkungannya. Dukungan sosial ini akan membuat individu pantas untuk tetap hidup di tengah tekanan yang dihadapi. Keluarga dan orang sekitar yang mampu memberikan dukungan sosial memiliki peran penting bagi seseorang untuk mengurangi tekanan yang didapatkan dalam kehidupan sehari-hari sehingga ia mampu menjalani hidupnya dengan lebih positif dan lebih semangat (Tarigan, Lubis, & Syarifah, 2018; Taylor, 2015). Selain itu, manfaat dukungan sosial dari keluarga ataupun orang di sekitarnya juga dapat membantu individu untuk mengembangkan potensi dalam diri (Ramadhani, Djunaedi, & Sismiati S., 2016). Sarafino (dalam Smet, 1994) menyebutkan dukungan sosial merupakan dukungan yang merujuk pada kesenangan yang dirasakan, penghargaan, kepedulian, serta merasa dianggap menjadi bagian dari suatu kelompok. Bentuk dukungan yang diberikan dapat berbentuk pemberian informasi dan perilaku yang membantu ataupun materi yang membuat seseorang merasa berharga.

Dari pemaparan tersebut, peneliti merumuskan rumusan permasalahan dalam bentuk pertanyaan yang akan diteliti, yaitu apakah terdapat hubungan yang signifikan antara religiusitas dan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis pada siswa SMA penghafal Al Qur'an?

B. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah yang telah dirumuskan di atas, maka penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui dan menguji secara empiris mengenai hubungan religiusitas dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada siswa SMA penghafal Al Qur'an.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran dalam pengembangan keilmuan psikologi khususnya di bidang psikologi positif, psikologi pendidikan, dan psikologi Islam khususnya mengenai tema kesejahteraan psikologi pada penghafal Al Qur'an ditinjau dari religiusitas dan dukungan sosial.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Remaja Penghafal Al Qur'an

Jika hipotesis penelitian ini terbukti, diharapkan hasil penelitian tersebut dapat memberikan gambaran bagi subjek terkait hubungan religiusitas dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis, sehingga para remaja penghafal Al Qur'an terutama yang masih bersekolah ditingkat SMA dapat memiliki semangat dan kesadaran untuk meningkatkan religiusitas dan kesejahteraan psikologis mereka dalam keseharian mereka.

b. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi gambaran bagi sekolah yang memiliki program hafalan Al Qur'an bagi para siswanya, terkait hubungan religiusitas dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis remaja/siswa penghafal Al Qur'an. Sehingga pihak sekolah dapat mengembangkan dukungan bagi penghafal Al Qur'an dalam bentuk fasilitas, pelatihan, dan pembimbingan yang pada akhirnya dapat meningkatkan religiusitas serta mendukung kesejahteraan psikologis siswa.

c. Bagi Guru

Penelitian ini diharapkan mampu menambah pemahaman guru terkait pentingnya religiusitas dan dukungan sosial yang berpengaruh pada tingkat kesejahteraan psikologis siswa SMA penghafal Al Qur'an.

d. Bagi Orang tua

Penelitian ini diharapkan mampu membuat para orang tua lebih memperhatikan dukungan sosial yang diberikan kepada para anaknya yang sedang menghafal Al Qur'an.

e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi penelitian selanjutnya diharapkan hasil penelitian ini mampu menjadi bahan rujukan terkait tema kesejahteraan psikologis penghafal Al Qur'an, religiusitas, dan dukungan sosial.

D. Keaslian Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kesejahteraan psikologis siswa penghafal Al Qur'an berdasarkan religiusitas dan dukungan sosial yang dimiliki. Terdapat beberapa penelitian sebelumnya yang menggunakan tema atau topik penelitian yang sama dengan penelitian yang akan dilakukan. Berikut beberapa penelitian yang memiliki kesamaan dari segi tema, teori ataupun variabel.



Tabel 1. 1. Keaslian Penelitian

No.	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
1	Zulfia Trinova dan Salmi Wati (Trinova & Wati, 2016)	<i>The Contribution of Quranic Tahfidz to Mental Health</i>	2016	Penelitian ini menggunakan beberapa teori untuk menjelaskan mengenai kontribusi Al Qur'an terhadap kesehatan mental seseorang. Salah satu teori yang digunakan adalah teori Daradjat tentang definisi kesehatan mental.	Deskriptif Kuantitatif	Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner yang berisi pertanyaan tentang jumlah hafalan dan kondisi kesehatan yang dimiliki serta observasi. Dalam	Subjek yang digunakan adalah 80 mahasiswa jurusan PAI IAIN Imam Bonjol.	Terdapat hubungan signifikan di antara menghafal Al Qur'an dengan kesehatan mental. Kemampuan menghafal Al Qur'an mampu meningkatkan kualitas kesehatan mental mahasiswa.

									penelitian ini tidak dijelaskan mengenai kuesioner yang digunakan.
2	Batool Alizadeh Taghiabad, dkk.(Taghiabad et al., 2015)	<i>Mental Health and Stress-coping Strategies among Memorizers of Holy Quran Batool</i>	2015	Teori Mohammadinia dkk menjadi salah satu teori yang digunakan. Teori tersebut menyebutkan hubungan di antara agama dan kesehatan mental	Kuantitatif	Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini adalah <i>The General Health Questionnaire (GHQ 28)</i> dan <i>Coping Inventory for Stressful Situations (CISS 48)</i>	Penelitian ini melibatkan subjek merupakan penghafal Qur'an Kashmir	ini	Hasil penelitian menunjukkan bahwa penghafal Al Qur'an memiliki kesehatan mental yang tinggi dan prioritas strategi koping yang digunakan berkaitan dengan emosional, problem solving dan menghindari sesuatu yang buruk.
3	Siti Rifa'ah (Rifa'ah, 2013)	Pengaruh Motivasi Membaca Al	2013	Dalam membaca Al-Qur'an	Kuantitatif	Teknik pengumpulan	Subjek berjumlah 31 orang yang		Hasilnya menunjukkan

	Qur'an terhadap Ketenangan Jiwa Santriwati Pondok Pesantren Putri Al-Hikmah Tugurejo Tugu Semarang	dorongan atau motivasi yang dimiliki santri pasti berbeda-beda, hal ini yang akan membuat kuantitas bacaan Al Qur'annya juga berbeda. Dan hal ini akan mempengaruhi ketenangan jiwa yang dimiliki.	datanya adalah diambil dari 206 angket dan dokumentasi Pesantren Putri Al-Hikmah Tugurejo Tugu Semarang	hubungan positif antara motivasi membaca Al Qur'an dengan ketenangan jiwa yang dimiliki oleh para santriwati. Apabila motivasi yang dimiliki tinggi maka ketenangan jiwanya pun akan semakin baik, dan begitupun sebaliknya.		
4	Prasetya Utama Dan Mohammad Fakhri (Utama & Fakhri, 2019)	<i>The Effect of Intensity of Memorize the Qur'an on the Level of Academic Stress and</i>	2019 Siswa yang menghafal Al Qur'an mengalami perubahan moral yang sebelumnya negatif menjadi	Kuantitatif <i>Educational Stress Scale for Adolescent (ESSA)</i> dan sedangkan untuk	Siswi kelas 7, 8, dan 9 sebanyak 106 di Pondok Pesantren Qur'an Ibnu Masykur Halimatussa'diya	Terdapat pengaruh signifikan antara intensitas menghafal Al Qur'an dengan stres akademik serta prestasi akademik

		<i>Academic Achievement At Qur'an Memorizers of the Qur'an Ibnu Masykur Halimatussa'diyah's Boarding School in Central Lombok</i>	positif, seperti yang sebelumnya tidak memiliki tujuan hidup menjadi memiliki makna dan tujuan hidup.	menghitung intensitas membaca Al Qur'an, motivasi dan prestasi akademik menggunakan alat ukur yang disusun peneliti	h, Lombok Tengah.		
5	Nazia Nawaz dan Farhana Jahangir (Nawaz & Jahangir, 2015)	<i>Effects of Memorizing Quran by Heart (Hifz) On Later Academic Achievement</i>	2015	Penelitian ini menggunakan teori yang menunjukkan terdapat hubungan antara kemampuan dan latihan memori dengan tugas pendidikan formal dan menghafal	Kuantitatif Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner untuk pre-post test yang mengukur pengaruh prestasi akademik dan	Subjek yang digunakan adalah penghafal Al Qur'an di Peshawar dan Rawalpindi, Pakistan sebanyak 36 yang terdiri dari 21	Terdapat peningkatan signifikan pada prestasi akademik serta kehidupan sosial yang dimiliki oleh penghafal Al Qur'an. Seseorang yang sudah menghafal Al Qur'an

				yang berdampak pada prestasi akademik		sosial budaya laki-laki dan 15 pada penghafal perempuan Qur'an		akan memiliki memori yang kuat karena terbiasa menggunakan otaknya untuk terus menerus mengulang bacaan Al Qur'an. Hal tersebut juga berdampak pada kemampuan akademik yang dimiliki
6	Siti A. Toyibah, Ambar Sulianti dan Tahrir (Toyibah et al., 2017)	Pengaruh Kecerdasan Spiritual terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Penghafal Al	2017	Penelitian ini menggunakan teori Zohar dan Marshall, yang menyebutkan bahwa kecerdasan spiritual berkaitan	Kuantitatif	Skala kecerdasan spiritual yang diturunkan dari teori kecerdasan spiritual milik Zohar &	Subjek penelitian ini adalah mahasiswa penghafal Al Qur'an di Rumah Qur'an Indonesia sebanyak 43	Terdapat korelasi positif antara kecerdasan spiritual dengan tingkat kesejahteraan psikologis. Hal ini terbukti berdasarkan

						Qur'an dengan kemampuan seseorang untuk bisa menghadapi dan memecahkan persoalan dengan makna dan nilai.	Marshall (2000) orang. dan skala kesejahteraan psikologis yang diturunkan dari teori kesejahteraan psikologis milik Ryff (1995)			sumbangan efektif sebesar 60,4% yang diberikan oleh kecerdasan spiritual terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa penghafal Al Qur'an.
7	Suci Marza (Marza, 2017)	Eryzka (Marza, 2017)	Regulasi Remaja Al Qur'an di Pondok Pesantren Al Qur'an Jami'atul Qurro' Sumatera Selatan	Diri Penghafal Al Qur'an di Pondok Pesantren Al Qur'an Jami'atul Qurro' Sumatera Selatan	2017	Teori yang digunakan untuk menjelaskan variabel pada penelitian ini adalah salah satu teori Hurlock yang menjelaskan remaja adalah masa transisi	Kualitatif Wawancara dan observasi	Lima santri penghafal al-Qur'an berusia 17-19 tahun di Pondok Pesantren al-Qur'an Jami'atul Qurro' Sumatera Selatan	Penelitian ini menghasilkan beberapa tema regulasi diri pada remaja penghafal Al Qur'an, di antaranya adalah niat merupakan sumber kekuatan remaja untuk mengambil	

				antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang diiringi dengan perkembangan fisik, psikologis, mental dan sosial dan sejalan dengan perkembangan jasmani dan rohaninya.			keputusan dalam menghafal, salah satu penghambat remaja saat menghafal adalah labilitas yang sedang dilaluinya, dan yang terakhir adalah strategi yang dilakukan agar mencapai tujuan seperti meluruskan niat yang dimiliki.	
8	Asma Hafeez & Rafia Rafique (Hafeez & Rafique, 2013)	<i>Spirituality and Religiosity as Predictors of Psychological Well-Being in Residents of Old Homes</i>	2013	Penelitian ini menyebutkan bahwa religiusitas dan spiritualitas memiliki pengaruh pada kesejahteraan psikologis	Kuantitatif	Alat pengumpul data yang digunakan adalah <i>Religious Orientation Scale</i> ,	60 penghuni panti jompo	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa religiusitas dapat memprediksi tingkat religiusitas penghuni panti jompo dan disebutkan bahwa

			penghuni panti jompo.		<i>Transcendence Scale and Psychological Well-being Scale</i>		tidak ada perbedaan signifikan kesejahteraan psikologis di antara laki-laki dan perempuan.	
9	Ika Setyawati , Siti Atiyyatul Fahiroh, & Agus Poerwanto (Setyawati, Fahiroh, & Poerwanto, 2022)	Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis pada Remaja Di UPT PRSMP Surabaya	2022	Penelitian ini menyebutkan pentingnya kesejahteraan psikologis seseorang dapat dilihat dari dukungan sosial yang didapatkan	Kuantitatif	Pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini adalah skala dukungan sosial dan skala kesejahteraan psikologis	Subjek penelitian adalah remaja binaan di UPT Perlindungan dan remaja binaan di UPT Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Marsudi Putera Surabaya sebanyak 55 responden dengan Rentang usia 15	Dari proses analisis data didapatkan bahwa nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) dengan taraf signifikan sebesar 0,731, menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis

								tahun hingga 19 tahun		
10	Veronica Lestari (Lestari, 2016)	Hubungan antara Orang tua dengan Remaja dengan Orang tua Bercerai	2016	Remaja yang orangtuanya bercerai akan mampu menyesuaikan dirinya dengan baik apabila mendapatkan dukungan sosial dari orang tua	Kuantitatif	Skala dukungan sosial orangtua dan skala penyesuaian diri	Jumlah subjek sebanyak 50 orang yang merupakan remaja dengan rentang usia 12 sampai 22 tahun	Hasil uji analisis yang menyatakan koefisien korelasi sebesar 0,693 dan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$)		membuktikan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial orang tua dengan penyesuaian diri remaja dengan orang tua bercerai.

Berdasarkan beberapa penelitian yang telah dipaparkan di atas, peneliti akan menguraikan perbandingan dengan penelitian-penelitian terdahulu. Berikut beberapa aspek keaslian dalam penelitian yang saat ini diajukan.

1. Keaslian Topik

Penelitian yang hendak dilakukan peneliti memiliki kesamaan topik dengan penelitian-penelitian di atas yaitu kesejahteraan penghafal Al Qur'an. Variabel kesejahteraan psikologis secara spesifik sama dengan yang telah diteliti oleh Toyibah et al., (2017). Variabel religiusitas juga sebelumnya diteliti dengan variabel kesejahteraan psikologis oleh Hafeez & Rafique (2013). Sedangkan variabel dukungan sosial pernah diteliti dengan variabel kesejahteraan psikologis oleh Setyawati, Fahiroh, & Poerwanto (2022). Sejauh penelusuran yang telah dilakukan, peneliti belum menemukan penelitian yang menggunakan tiga variabel sekaligus dalam mengangkat topik menghafal Al Qur'an yaitu kesejahteraan psikologis, religiusitas dan dukungan sosial. Sehingga dalam konteks variabel maka penelitian ini memiliki perbedaan dengan penelitian-penelitian sebelumnya karena menggunakan tiga variabel sekaligus.

2. Keaslian Teori

Teori kesejahteraan psikologis pada penelitian ini mengacu pada teori dari Ryff (1995). Penelitian yang menggunakan teori yang sama adalah penelitian yang dilakukan oleh Toyibah et al., (2017). Teori selanjutnya adalah teori mengenai religiusitas yang mengacu pada teori Glock & Stark (1969). Teori ini juga digunakan pada penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati (2017). Teori terakhir adalah teori mengenai dukungan sosial yang mengacu pada teori Sarafino (2002). Teori ini juga digunakan pada penelitian sebelumnya yang dilakukan Lestari (2016). Sehingga dari segi teori, penelitian ini menggunakan teori yang sama dengan yang diacu oleh penelitian-penelitian sebelumnya.

3. Keaslian Alat Ukur

Skala kesejahteraan psikologis dimodifikasi dari skala yang disusun berdasarkan teori yang dirumuskan oleh Ryff (1995), skala religiusitas dimodifikasi dari skala yang disusun oleh berdasarkan teori yang dirumuskan

oleh Glock & Stark , dan skala dukungan sosial dimodifikasi dari skala yang disusun oleh berdasarkan teori Sarafino (2002).

Penelitian ini akan menggunakan modifikasi skala dari penelitian terdahulu. Dalam konteks variabel kesejahteraan psikologis, peneliti akan memodifikasi skala milik Mintarsih (2015) yang mengacu pada aspek teori Ryff (1995), dalam variabel religiusitas peneliti akan memodifikasi skala milik Shofiyatunnisa (2017) yang mengacu pada aspek teori Glock & Stark (1969), dan untuk variabel dukungan sosial peneliti akan memodifikasi skala milik Sepfitri (2011) yang mengacu pada teori Sarafino (2002). Sehingga dalam segi alat ukur penelitian ini memiliki kesamaan alat ukur dengan penelitian sebelumnya.

4. Keaslian Subjek Penelitian

Karakteristik subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa SMA penghafal Al Qur'an. Penelitian terdahulu yang telah meneliti karakteristik subjek yang sama adalah penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati (2017). Sehingga dalam konteks karakteristik subjek penelitian, penelitian ini memiliki kesamaan dengan salah satu penelitian terdahulu yaitu siswa SMA penghafal Al Qur'an.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Terdapat hubungan positif yang signifikan secara simultan antara religiusitas dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada remaja penghafal Al Qur'an di SMA IT Abu Bakar dan SMA IT Baitussalam Yogyakarta. Semakin tinggi religiusitas dan dukungan sosial yang dimiliki remaja penghafal Al Qur'an, maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologisnya. Begitupun sebaliknya, semakin rendah religiusitas dan dukungan sosial yang dimiliki remaja penghafal Al Qur'an, maka semakin rendah pula kesejahteraan psikologisnya.
2. Adanya hubungan positif yang signifikan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis.
3. Adanya hubungan positif antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis.
4. Sumbangan efektif simultan yang diberikan oleh dua variabel bebas yaitu variabel religiusitas dan variabel dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis sebesar 52,6%. Variabel religiusitas memberikan sumbangan parsial sebesar 26,9%, dan variabel dukungan sosial memberikan sumbangan parsial sebesar 25,7%.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah dikemukakan di atas, maka peneliti mengajukan beberapa saran.

1. Bagi remaja penghafal Al Qur'an, penelitian ini diharapkan mampu menambah pengetahuan mengenai kesejahteraan psikologis sehingga hendaknya para remaja khususnya yang sedang menghafal Al Qur'an dapat lebih memperhatikan nilai religiusitas di dalam diri serta dukungan sosial yang didapatkan, karena hal tersebut diharapkan mampu

menumbuhkan perasaan tenang dan tentram yang dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis di dalam diri.

2. Bagi pihak sekolah, penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran mengenai tingkat kesejahteraan psikologis para siswa penghafal Al Qur'an serta pengaruh religiusitas dan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis. Pihak sekolah dapat mengembangkan dukungan bagi penghafal Al Qur'an dalam bentuk fasilitas, pelatihan, dan pembimbingan yang pada akhirnya dapat meningkatkan religiusitas serta mendukung kesejahteraan psikologis siswa.
3. Bagi orang tua, penelitian ini diharapkan mampu menambah wawasan orang tua mengenai pengaruh dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis anaknya yang sedang menghafal Al Qur'an terutama yang sedang bersekolah di tingkat SMA. Orang tua diharapkan dapat lebih memperhatikan aspek dukungan sosial terhadap anaknya sehingga meningkatkan kesejahteraan psikologis yang dimiliki.
4. Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi tambahan untuk mengkaji problematika terkait kesejahteraan psikologis. Saat akan menentukan permasalahan atau menemukan fenomena, peneliti selanjutnya dapat melakukan survei atau metode yang lain yang bisa menguatkan latar belakang masalah yang dibuat. Peneliti selanjutnya juga bisa menambah subjek dari jenis kelamin laki-laki sehingga tidak terjadi bias saat meneliti. Selanjutnya, peneliti yang juga akan meneliti tentang religiusitas, diharapkan lebih memperhatikan skoring aspek pengetahuan agama saat akan mengkonstruksi atau memodifikasi alat ukur, karena aspek ini lebih tepat diukur menggunakan skoring benar atau salah dibandingkan dengan skoring sesuai atau tidak sesuai.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahyadi. (2005). *Psikologi Agama: Kepribadaian Muslim Pancasila*. Bandung: Sinar Baru Algensindo.
- Akhtar, M. (2009). *Applying Positive Psychology to Alcohol-Misusing Adolescents: A Pilot Intervention*. University of East London.
- Ancok, D., & Suroso, F. N. (2011). *Psikologi Islami: Solusi Islam atas Problem-problem Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Arikunto, S. (2013). *Prosuder Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2011). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2015). *Penyusunan Skala Psikologi* (2nd ed.). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Badwilan, A. S. (2009). *Panduan Cepat Menghafal Al-Qur'an*. Yogyakarta: DIVA Press.
- Bahri, S. (2011). *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2000). *Social Psychology* (9th ed.). Massachusetts: A Pearson Education Company.
- Cohen, S., Gottlieb, B. H., & Underwood, L. G. (2000). Social relationships and health. In *Social support measurement and intervention: A guide for health and social scientists*. (pp. 3–25). New York, NY, US: Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/med:psych/9780195126709.003.0001>
- Cook, D. A., & Beckman, T. J. (2006). Current concepts in validity and reliability for psychometric instruments: Theory and application. *American Journal of Medicine*, *119*(2), 166.e7-166.e16. <https://doi.org/10.1016/j.amjmed.2005.10.036>
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, *55*(1), 34–43. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.34>
- Diener, E. (2009). Assessing Well-Being. The Collected Works of Ed Diener. *Springer*, 101–102. <https://doi.org/10.1007/978-90-481-2354-4>
- Diener, E., Wirtz, D., Biswas-Diener, R., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., & Oishi, S. (2009). New Measures of Well-Being BT - Assessing Well-Being: The Collected Works of Ed Diener. In E. Diener (Ed.) (pp. 247–266). Dordrecht: Springer Netherlands. <https://doi.org/10.1007/978-90-481-2354-4>

- Faza, W., & Kustanti, E. R. (2018). Hubungan Antara Dukungan Sosial Orangtua Dengan Efikasi Diri Menghafal Alquran Pada Santri Hafidz Di Pondok Pesantren Modern Alquran Dan Raudlotul Huffadz. *Jurnal Empati*, 7(1), 256–262.
- Firdausy, A. S. S. B. (2020). *Kesejahteraan Psikologis Pada Santri Penghafal Al-Qur'an*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Fitriani, A. (2016). Peran Religiusitas Dalam Meningkatkan Psychological Well Being. *Jurnal Al-Adyan*, xi(1).
- Ghozali, I. (2016). *Aplikasi Analisis Multivariete dengan Program IBM SPSS 23 (VIII)* (8th ed., Vol. 14). Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Glock, C. Y., & Stark, R. (1969). *Religion and Society in Tension*. California: Rand Mc Nally Company.
- Hafeez, A., & Rafique, R. (2013). Spirituality and Religiosity as Predictors of Psychological Well-Being in Residents of Old Homes. *The Dialogue*, 8(3), 285–301.
- Hauser, R. M., Springer, K. W., & Pudrovskaya, T. (2005). Temporal Structures of Psychological Well-Being: Continuity or Change?
- Jalaludin. (1998). *Psikologi Agama*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Keyes, C. L. M. (2013). Mental well-being: International contributions to the study of positive mental health. *Mental Well-Being: International Contributions to the Study of Positive Mental Health*, 1–388. <https://doi.org/10.1007/978-94-007-5195-8>
- Lestari, V. (2016). *Hubungan antara Dukungan Sosial Orangtua dengan Penyesuaian Diri Remaja dengan Orangtua Bercerai*. Universitas Sanata Dharma. Yogyakarta.
- Marza, S. E. (2017). Regulasi Diri Remaja Penghafal al-Qur'an di Pondok Pesantren al-Qur'an Jami'atul Qurro' Sumatera Selatan. *Intelektualita*, 6(1), 145–160. <https://doi.org/10.19109/intelektualita.v6i1.1306>
- Maslow, A. H. (1987). *Motivation and personality, 3rd ed. Motivation and personality, 3rd ed.* New York, NY, US: Harper & Row Publishers.
- Mintarsih, A. S. (2015). *Hubungan antara Perilaku Prosocial dengan Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-Being) pada Siswa Kelas XI di SMK Muhammadiyah 2 Yogyakarta*. Universitas Negeri Yogyakarta.

- Monks, F. J., Knoers, A. M. P., & Haditono, S. R. (2006). *Psikologi Perkembangan (Pengantar dalam Berbagai Bagiannya)*. Yogyakarta: UGM Press.
- Myers, D. G. (2000). The Funds, Friends, and Faith of Happy People, (1). <https://doi.org/10.1037//0003-066X.55>
- Nawaz, N., & Jahangir, S. F. (2015). Effects of Memorizing Quran by Heart (Hifz) On Later Academic Achievement. *Journal of Islamic Studies and Culture*, 3(1), 58–64. <https://doi.org/10.15640/jisc.v3n1a8>
- Rahmawati, D. A. (2017). *Hubungan antara Religiusitas dengan Kesejahteraan pada Siswa Penghafal Al-Qur'an*. Universitas Muhammadiyah Surakarta, Surakarta.
- Ramadhani, T., Djunaedi, & Sismiati S., A. (2016). Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-Being) Siswa yang Orangnya Bercerai (Studi Deskriptif yang Dilakukan pada Siswa di SMK Negeri 26 Pembangunan Jakarta). *Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(1), 108–115.
- Rees, T., & Freeman, P. (2009). Social Support Moderates the Relationship Between Stressors and Task Performance Through Self-Efficacy. *Journal of Social and Clinical Psychology - J SOC CLIN PSYCHOL*, 28, 244–263. <https://doi.org/10.1521/jscp.2009.28.2.244>
- Rifa'ah, S. (2013). *Pengaruh Motivasi Membaca Al-Qur'an terhadap Ketenangan Jiwa Santriwati Pondok Pesantren Putri Al-Hikmah Tugurejo Tugu Semarang. Skripsi*. UIN Walisongo Semarang.
- Ruini, C., Ottolini, F., Tomba, E., Belaise, C., Albieri, E., Visani, D., ... Fava, G. A. (2009). School Interventions for Promoting Psychological Well-Being in Adolescence. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 40(4), 522–532. <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2009.07.002>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52(February), 141–166. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything , or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.
- Ryff, C. D. (1995). Psychological Well-Being in Adult Life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4), 99–104. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep10772395>
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A

- eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 13–39. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>
- Ryff, C., & Keyes, C. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Sadeghi, H. (2011). Voice of Quran and Health: A Review of Performed Studies in Iran. *Quarterly of Quran & Medicine Summer*, 1(1), 33–37. Retrieved from https://www.researchgate.net/publication/333557344_Healing_Secrets_in_the_Holy_Quran http://irep.iium.edu.my/57418/1/Healing_Sound.pdf <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.884.8262&rep=rep1&type=pdf>
- Safutra, I. (2017, January 26). Dari 240 Juta Warga Indonesia, Hanya 30 Ribu yang Hafal Alquran. *JawaPos.Com*, p. 1. Retrieved from <https://www.jawapos.com/jpg-today/26/01/2017/dari-240-juta-warga-indonesia-hanya-30-ribu-yang-hafal-alquran/>
- Santrock, J. W. (2002). *Adolescence, Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Sarafino, E. P. (2002). *Health psychology: Biopsychosocial interactions, 2nd ed. Health psychology: Biopsychosocial interactions, 4th ed.* Oxford, England: John Wiley & Sons.
- Seligman, M. E. P. (2005). *Authentic Happiness: Menciptakan Kebahagiaan dengan Psikologi Positif*. Bandung: Mizan.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: An Introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5–14. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.5>
- Sepfitri, N. (2011). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Motivasi Berprestasi Siswa MAN 6 Jakarta, 40–41. Retrieved from https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/4212/1/NETA_SEPFITRI-FPS.PDF
- Setyawati, I., Fahiroh, S. A., & Poerwanto, A. (2022). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis pada Remaja di UPT PRSMP Surabaya, 5(1), 1–9.
- Shofiyatunnisa. (2017). Hubungan Religiusitas Siswa dengan Konformitas Teman Sebaya dan Implikasinya bagi Layanan Bimbingan dan Konseling, (1), 1–10.
- Smet, B. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT. Gramedia Widiasarna Indonesia.

- Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (2002). *Handbook of Positive Psychology*. Oxford University Press.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Taghiabad, B. A., Ahrari, S., & Garai, Z. (2015). Mental Health and Stress-coping Strategies among Memorizers of Holy Quran. *Health, Spirituality and Medical Ethics*, 2(2), 15–21.
- Tarigan, A. R., Lubis, Z., & Syarifah, S. (2018). Pengaruh Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Keluarga Terhadap Diet Hipertensi Di Desa Hulu Kecamatan Pancur Batu Tahun 2016. *Jurnal Kesehatan*, 11(1), 9–17. <https://doi.org/10.24252/kesehatan.v11i1.5107>
- Taylor, B. M. (2015). The Integrated Dynamics of Motivation and Performance in The Workplace. *Performance Improvement*, 54(5), 28–37. <https://doi.org/10.1002/pfi>
- Taylor, S. E. (2006). *Health Psychology* (6th ed.). New York: The McGraw-Hill Company. <https://doi.org/10.1016/j.molmed.2005.12.004>
- Toyibah, S. A., Sulianti, A., & Tahrir. (2017). Pengaruh Kecerdasan Spiritual terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Penghafal AlQuran. *Jurnal Psikologi Islam*, 4(2), 191–204.
- Trinova, Z., & Wati, S. (2016). The Contributions of Quranic Tahfidz to Mental Health. *Al-Ta Lim Journal*, 23(3), 260–270. <https://doi.org/10.15548/jt.v23i3.243>
- Ulfa, T. (2014). *Studi Analisis Kesulitan Santri Menghafal Al-Qur'an di Pondok Pesantren Tahfizul Qur'an Asy-Syarifah Brumbung Mranggen Demak*. Semarang. Retrieved from <https://eprints.walisongo.ac.id/id/eprint/4034>
- Utama, P., & Fakhri, M. (2019). the Effect of Intensity of Memorize the Qur ' an on the Level of Academic Stress and Academic Achievement At Qur ' an Memorizers of the Qur ' an Ibnu Masykur Halimatussa ' Diyah ' S Boarding School in Central Lombok. *International Journal for Innovative Research in Multidisciplinary Field*, 5(7), 206–213.
- Wahid, W. A. (2014). *Cara Cepat Menghafal Al-Qur'an*. Yogyakarta: DIVA Press.
- Wahyuni, A., & Syahid, A. (2019). Tren Program Tahfidz Al-Qur'an Sebagai Metode Pendidikan Anak. *Elementary: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 5(1), 87–96. <https://doi.org/10.32332/elementary.v5i1.1389>