

**KEBERMAKNAAN HIDUP PADA PASANGAN PENGHAFAL
AL-QUR'AN**



SKRIPSI

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

Disusun Oleh:

Lailatul Afiyah Kautsar Romadhoni Lutfi

NIM 19107010132

Dosen Pembimbing:

Dr. Maya Fitria, S.Psi., M.A., Psikolog

NIP. 19770410200501200

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA

YOGYAKARTA

2026

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini adalah :

Nama : Lailatul Afiyah Kautsar Romadhoni Lutfi
NIM : 19107010132
Prodi : Psikologi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa dalam skripsi saya ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan skripsi ini adalah asli hasil karya saya sendiri dan bukan plagiasi dari karya orang lain.

Apabila di kemudian hari dalam skripsi saya ini ditemukan plagiasi dari karya orang lain, maka saya bersedia ditindak sesuai aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Demikian pernyataan ini saya buat dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 25 Juni 2026

Yang menyatakan



Lailatul Afiyah Kautsar Romadhoni Lutfi

NIM. 19107010132

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 Wr. Wb.

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

Nama : Lailatul Afyah Kautsar Romadhoni Lutfi

NIM : 19107010132

Prodi : Psikologi

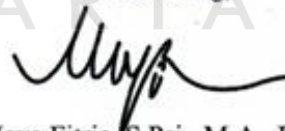
Judul : Kebermaknaan Hidup Pada Pasangan Penghafal Al-Qur'an
Telah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Program Studi Psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam program studi Psikologi.

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

Wassalamualaikum Wr Wb

Yogyakarta, _____ 2026

Pembimbing,



Dr. Maya Fitria, S.Psi., M.A., Psikolog

NIP. 19770410200501200

HALAMAN PENGESAHAN TUGAS AKHIR



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 Fax. (0274) 519571 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-3963/Un.02/DSH/PP.00.9/08/2026

Tugas Akhir dengan judul : **KEBERMAKNAAN HIDUP PADA PASANGAN PENGHAFAAL AL-QUR'AN**
yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : **LAILATUL AFIYYAH KAUTSAR ROMADHONI LUTFI**
Nomor Induk Mahasiswa : **19107010132**
Telah diujikan pada : **Selasa, 14 Juli 2026**
Nilai ujian Tugas Akhir : **A/B**

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

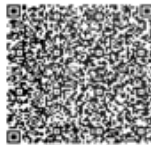
TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang

Dr. Maya Fitria, S. Psi, M.A
SIGNED

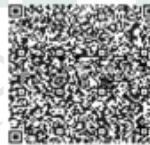
Valid ID: 6a6ed5a652fbb



Penguji I

Dr. Pihasnawati, S.Psi, M.A., Psikolog
SIGNED

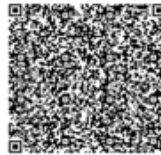
Valid ID: 6a6abc3b9508a



Penguji II

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

Valid ID: 6a673fa4008eb



Yogyakarta, 14 Juli 2026
UIN Sunan Kalijaga

Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

Prof. Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi., M.Si.
SIGNED

Valid ID: 6a7197265680b

HALAMAN MOTTO

مَنْ يُرِدِ اللَّهُ بِهِ خَيْرًا يُفَقِّهْهُ فِي الدِّينِ

"Barangsiapa yang Allah kehendaki kebaikan baginya, maka Dia akan memahamkannya dalam urusan agama."

(H.R. Bukhori : 71)



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan rasa syukur kehadiran Allah Swt., atas terselesaikannya skripsi ini, penulis mempersembahkan karya sederhana ini kepada:

Kedua orang tua penulis, Abah Ahmad Luthfi Z. dan Ummi Mir'atun Nisa yang sangat penulis cintai dan sayangi, terima kasih telah senantiasa memberikan doa, kasih sayang, dukungan, serta pengorbanan yang tidak ternilai dalam setiap langkah penulis. Tidak lupa kedua mertua, Abah Tohir dan Ummi Rodliyati yang selalu memberikan semangat dan nasehat.

Suami tercinta , Ahmad Muchammad Masykur Aly Ghozali, dan anak tersayang, Luay Mukhlisin Ahmad, yang selalu sabar, selalu menemani dan menjadi bagian dari semangat penulis dalam menyelesaikan studi ini. Tidak lupa kepada kakak-kakak dan adik terkasih penulis yang senantiasa mendukung dan memberikan semangat.



KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warrahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillahirabbil'alamin, puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir yang berjudul “*Kebermaknaan Hidup pada Pasangan Penghafal Al-Qur'an*” dengan sebaikbaiknya. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada junjungan Nabi Agung Muhammad SAW. Semoga dengan perantara shalawat ini, karya sederhana ini menjadi tulisan yang membawa manfaat dan keberkahan.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik berkat bantuan, dukungan, serta peran dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan kontribusi dan dukungannya dalam proses penyelesaian tugas akhir ini.

1. Bapak Prof. Noorhadi Hasan, S.Ag., M.A., M.Phil., Ph.D., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, atas kepemimpinan dan arahnya dalam mengembangkan institusi ini sebagai tempat menimba ilmu.
2. Ibu Prof. Dr. Erika Setyanti Kusumputri, S.Psi., M.Si., selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, atas dukungan dan kebijakan yang memungkinkan proses akademik berjalan dengan baik.
3. Ibu Denisa Apriliawati, S.Psi., M.Res., selaku Kepala Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora, atas dedikasinya dalam mengelola program studi dan memberikan arahan selama masa perkuliahan.

4. Ibu Ismatul Izzah, S.Th.I., M.A., selaku Dosen Pembimbing Akademik, yang telah memberikan bimbingan, motivasi, dan perhatian selama masa studi. Semoga Ibu beserta keluarga senantiasa dalam naungan rahmat dan keberkahan Allah SWT.
5. Ibu Dr. Hj. Maya Fitria, S.Psi., M.A., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing Skripsi, atas kesabaran, ketelatenan, serta ilmu dan arahan berharga yang telah diberikan sepanjang proses penyusunan skripsi ini. Semoga Allah SWT membalas kebaikan Ibu dengan limpahan keberkahan bagi Ibu dan keluarga.
6. Ibu Dr. Pihasniwati, S.Psi., M.A., Psikolog, selaku Dosen Penguji 1, yang telah memberikan masukan, kritik membangun, dan saran yang sangat berarti dalam penyempurnaan karya ilmiah ini. Semoga Ibu dan keluarga senantiasa dilimpahi perlindungan dan rahmat dari Allah SWT.
7. Dosen penguji dua Bapak Aditya Dedy Nugraha, S.Psi., M. Psi., Psi., yang telah memberikan masukan, kritik membangun, dan saran yang sangat berarti dalam penyempurnaan karya ilmiah ini. Semoga Bapak dan keluarga senantiasa dilimpahi perlindungan dan rahmat dari Allah SWT.
8. Seluruh dosen program studi Psikologi sekaligus seluruh staf Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, yang telah memberikan ilmu, layanan, dan fasilitas yang menunjang proses pembelajaran dengan baik dan nyaman selama masa studi penulis.
9. Seluruh keluarga penulis, terutama kepada kedua orang tua penulis yang selalu mendoakan keberhasilan dan kesuksesan penulis, yang juga sudah senantiasa sabar dalam mendidik penulis.

10. Suami dan anak penulis Ahmad Muchammad Masykur Aly Ghozali dan Luay Mukhlisin Ahmad, yang selalu menemani dan selalu memberikan do'a terbaik dan supportnya.

11. Seluruh teman-teman kelas D angkatan 2019, terimakasih telah menjadikan tempat tumbuh dan bersaudara

12. Seluruh pihak yang terlibat dalam pelaksanaan penulisan skripsi ini, yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu.



INTISARI

KEBERMAKNAAN HIDUP PADA PASANGAN PENGHAFAAL

AL-QUR'AN

Lailatul Afiyah Kautsar Romadhoni Lutfi

19107010132

Kehidupan pasangan suami istri penghafal Al-Qur'an memiliki dinamika yang khas karena mereka menjalankan peran sebagai pasangan sekaligus menjaga hafalan Al-Qur'an. Kondisi tersebut menjadikan kebermaknaan hidup sebagai aspek penting untuk dikaji dalam konteks kehidupan berumah tangga. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan kebermaknaan hidup, mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhinya, serta menganalisis dinamika kebermaknaan hidup pada pasangan suami istri penghafal Al-Qur'an. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif berpendekatan fenomenologis. Informan penelitian terdiri atas dua pasangan suami istri penghafal Al-Qur'an di Kelurahan Madureso, Kecamatan Temanggung, Kabupaten Temanggung. Data dikumpulkan melalui wawancara semi terstruktur, observasi partisipatif, dan analisis dokumen, kemudian dianalisis menggunakan model Miles, Huberman, dan Saldaña. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebermaknaan hidup pasangan penghafal Al-Qur'an diwujudkan melalui kedekatan kepada Allah SWT, ketenangan batin, dan keharmonisan keluarga. Kebermaknaan hidup dipengaruhi oleh faktor spiritual, pembagian peran, dukungan pasangan, komunitas *tahfidz*, dan pengelolaan waktu, serta berkembang melalui proses *muraja'ah*, pemeliharaan hafalan, dan adaptasi terhadap berbagai tantangan kehidupan. Penelitian ini menyimpulkan bahwa penghafalan Al-Qur'an dalam kehidupan pernikahan menjadi sumber kebermaknaan hidup yang memperkuat dimensi spiritual, psikologis, dan relasional pasangan secara berkelanjutan.

Kata kunci: kebermaknaan hidup, pasangan suami istri, penghafal Al-Qur'an, hafidz dan hafidzah, *muraja'ah*.

ABSTRACT

Meaning in Life Among Married Couples Who Memorize the Qur'an

Lailatul Afiyah Kautsar Romadhoni Lutfi

19107010132

Married couples who memorize the Qur'an experience unique marital dynamics as they fulfill their roles as spouses while maintaining their Qur'anic memorization. This condition makes meaning in life an important aspect to be explored within the context of married life. This study aimed to describe meaning in life, identify the factors influencing it, and analyze its dynamics among married couples who memorize the Qur'an. This study employed a qualitative descriptive method with a phenomenological approach. The participants consisted of two married couples who memorize the Qur'an residing in Madureso Village, Temanggung District, Temanggung Regency. Data were collected through semi-structured interviews, participant observation, and document analysis, and were analyzed using the Miles, Huberman, and Saldaña interactive model. The findings revealed that meaning in life among married couples who memorize the Qur'an is reflected in their closeness to Allah, inner peace, and family harmony. Meaning in life is influenced by spiritual factors, role distribution, spousal support, the tahfidz community, and time management, and develops through the processes of muraja'ah (Qur'an revision), maintaining memorization, and adapting to various life challenges. The study concludes that memorizing the Qur'an within married life serves as a source of meaning that continuously strengthens the couples' spiritual, psychological, and relational dimensions.

Keywords: *meaning in life, married couples, Qur'an memorizers, hafidz and hafidzah, muraja'ah.*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN TUGAS AKHIR	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
INTISARI	x
ABSTRACT	xi
DAFTAR ISI.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	29
C. Tujuan Penelitian.....	29
D. Manfaat Penelitian.....	30
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	31
A. Literature Review	31
B. Dasar Teori	39
1. Pengertian Kebermaknaan Hidup	39
2. Pengertian Pasangan	40
3. Pengertian Penghafalan Al-Qur'an.....	41
4. Aspek-aspek Kebermaknaan Hidup.....	42
5. Faktor yang Mempengaruhi Kebermaknaan Hidup.....	44
C. Pertanyaan Penelitian	45
BAB III METODE PENELITIAN	46
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian	46

B. Fokus Penelitian	47
C. Kriteria Informan dan Setting Penelitian.....	48
D. Metode dan Teknik Pengumpulan Data	50
1. Wawancara Semi Terstruktur	50
2. Observasi Partisipatif	51
3. Analisis Dokumen.....	51
E. Keabsahan Data Penelitian	52
F. Teknik Analisis Data	54
1. Reduksi Data (<i>Data Condensation</i>).....	54
2. Penyajian Data (<i>Data Display</i>)	55
3. Penarikan Kesimpulan dan Verifikasi (<i>Conclusion Drawing and Verification</i>)	
55	
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	57
A. Gambaran Umum Hasil Penelitian.....	57
B. Profil Informan Penelitian	58
C. Hasil Penelitian (Analisis Tematik Mendalam).....	80
D. Pembahasan	89
BAB V PENUTUP	92
A. Kesimpulan.....	92
B. Saran	93
DAFTAR PUSTAKA	96
LAMPIRAN.....	101
CURRICULUM VITAE.....	125

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Keluarga merupakan institusi sosial yang memiliki kedudukan penting dalam Islam karena menjadi lingkungan pertama dalam pembentukan kepribadian, penanaman nilai-nilai keagamaan, serta pengembangan karakter individu. Islam memandang keluarga bukan sekadar ikatan antara laki-laki dan perempuan yang disahkan melalui akad pernikahan, tetapi juga sebagai wadah untuk mewujudkan ketenteraman (*sakinah*), kasih sayang (*mawaddah*), dan rahmat (*rahmah*) sebagaimana dijelaskan dalam Al-Qur'an Surah Ar-Rum ayat 21. Kehidupan keluarga yang dibangun berdasarkan nilai-nilai Islam diharapkan mampu menciptakan hubungan yang harmonis, saling mendukung, serta menjadi fondasi bagi terbentuknya masyarakat yang berakhlak mulia. Oleh karena itu, kualitas kehidupan keluarga menjadi salah satu aspek penting yang mendapat perhatian dalam ajaran Islam.

Dalam kehidupan berumah tangga, setiap pasangan tidak terlepas dari berbagai tantangan yang berasal dari faktor internal maupun eksternal. Perbedaan karakter, pembagian peran, tuntutan ekonomi, pengasuhan anak, hingga perubahan kondisi sosial dapat memengaruhi kualitas hubungan suami istri. Islam mengajarkan bahwa keluarga yang kokoh tidak hanya dibangun atas dasar ikatan emosional, tetapi juga didasarkan pada nilai-nilai spiritual yang mampu menjadi pedoman dalam menghadapi setiap dinamika kehidupan. Dengan demikian, keberhasilan suatu keluarga dalam menghadapi berbagai tantangan sangat dipengaruhi oleh sejauh mana nilai-nilai Islam diinternalisasikan dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Sebagai sumber utama ajaran Islam, Al-Qur'an berfungsi sebagai pedoman hidup yang mengatur hubungan manusia dengan Allah SWT (*hablum minallah*), hubungan dengan sesama manusia (*hablum minannas*), maupun hubungan dengan diri

sendiri. Al-Qur'an tidak hanya memuat ketentuan mengenai ibadah, tetapi juga memberikan petunjuk tentang pembentukan keluarga, penyelesaian konflik, etika sosial, serta nilai-nilai moral yang menjadi dasar kehidupan bermasyarakat. Allah SWT berfirman dalam Surah Al-Baqarah ayat 2 bahwa Al-Qur'an merupakan petunjuk bagi orang-orang yang bertakwa. Oleh karena itu, menjadikan Al-Qur'an sebagai pedoman hidup diyakini mampu memberikan arah, tujuan, serta ketenangan dalam menjalani berbagai fase kehidupan, termasuk kehidupan berumah tangga.

Dalam perspektif psikologi, nilai-nilai yang terkandung dalam Al-Qur'an juga memiliki keterkaitan dengan kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis individu. Interaksi yang berkesinambungan dengan Al-Qur'an melalui membaca, memahami, menghayati, maupun mengamalkan kandungannya diyakini mampu menumbuhkan ketenangan batin, meningkatkan kemampuan regulasi emosi, serta memperkuat daya tahan individu dalam menghadapi tekanan kehidupan. Nilai-nilai spiritual yang bersumber dari Al-Qur'an berperan sebagai sumber makna, harapan, dan kekuatan psikologis yang membantu seseorang menghadapi berbagai permasalahan hidup secara lebih adaptif.

Salah satu bentuk interaksi yang paling mendalam dengan Al-Qur'an adalah menghafalkannya. Tradisi menghafal Al-Qur'an telah berlangsung sejak masa Rasulullah SAW, ketika wahyu disampaikan secara lisan kepada para sahabat untuk dihafalkan dan dipelihara sebelum kemudian dibukukan. Tradisi tersebut terus diwariskan dari generasi ke generasi sebagai bentuk penjagaan terhadap kemurnian Al-Qur'an sekaligus sebagai bagian dari ibadah yang memiliki nilai spiritual tinggi. Keberlangsungan tradisi ini menunjukkan bahwa menghafal Al-Qur'an bukan hanya aktivitas akademik, tetapi juga merupakan bentuk pengabdian kepada Allah SWT yang memiliki dimensi religius, moral, dan sosial.

Menghafal Al-Qur'an memiliki berbagai keutamaan sebagaimana dijelaskan dalam Al-Qur'an maupun hadis Nabi Muhammad SAW. Selain memperoleh pahala

dan kemuliaan di sisi Allah SWT, seorang penghafal Al-Qur'an juga diharapkan mampu mengamalkan nilai-nilai yang dihafalnya dalam kehidupan sehari-hari. Proses menghafal tidak berhenti pada penguasaan hafalan semata, tetapi menuntut adanya *muraja'ah* secara konsisten agar hafalan tetap terjaga sepanjang hayat. Kondisi tersebut menjadikan aktivitas menghafal Al-Qur'an sebagai proses pembelajaran yang berlangsung secara terus-menerus dan membutuhkan kedisiplinan, komitmen, serta kemampuan mengelola diri.

Menjadi seorang penghafal Al-Qur'an bukanlah tugas yang ringan. Selain membutuhkan kemampuan kognitif untuk mengingat ayat-ayat Al-Qur'an, proses tersebut juga memerlukan ketekunan, kesabaran, pengendalian diri, serta kesiapan mental dalam menjaga konsistensi hafalan. Penghafal Al-Qur'an dituntut untuk senantiasa menjaga kualitas hafalan melalui *muraja'ah*, memahami kandungan ayat, serta mengimplementasikan nilai-nilai Al-Qur'an dalam perilaku sehari-hari. Dengan demikian, aktivitas menghafal Al-Qur'an tidak hanya membentuk kemampuan intelektual, tetapi juga berkontribusi terhadap pembentukan karakter, kedewasaan spiritual, serta kualitas kehidupan individu secara menyeluruh.

Menjadi seorang penghafal Al-Qur'an (*hafidz* dan *hafidzah*) merupakan amanah yang mengandung tanggung jawab besar. Aktivitas menghafal Al-Qur'an tidak hanya menuntut kemampuan mengingat setiap ayat secara tepat, tetapi juga mengharuskan seseorang untuk menjaga hafalan tersebut melalui *muraja'ah* yang dilakukan secara konsisten sepanjang hayat. Chairani dan Subandi (2010) menjelaskan bahwa proses menghafal Al-Qur'an bukan sekadar aktivitas kognitif berupa mengingat teks, melainkan juga melibatkan penghayatan, pemahaman, dan pengamalan nilai-nilai Al-Qur'an dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, seorang *hafidz* dan *hafidzah* dituntut memiliki komitmen, kedisiplinan, serta kemampuan mengelola waktu agar hafalan tetap terjaga di tengah berbagai aktivitas dan tuntutan kehidupan.

Tanggung jawab tersebut menjadi semakin kompleks ketika penghafal Al-Qur'an telah memasuki fase kehidupan dewasa, khususnya setelah menikah. Selain berkewajiban menjaga kualitas hafalan, mereka juga harus menjalankan berbagai peran sebagai pasangan suami istri, orang tua, anggota masyarakat, maupun individu yang memiliki tanggung jawab pekerjaan. Beragam tuntutan tersebut memerlukan kemampuan adaptasi dan pengelolaan diri yang baik agar seluruh peran dapat dijalankan secara seimbang. Dengan demikian, menjaga hafalan Al-Qur'an bukan hanya menjadi aktivitas spiritual, tetapi juga merupakan proses yang melibatkan kemampuan regulasi diri, pengendalian emosi, serta ketahanan psikologis dalam menghadapi berbagai dinamika kehidupan.

Dari perspektif psikologi, aktivitas menghafal Al-Qur'an merupakan proses yang melibatkan berbagai fungsi psikologis secara simultan. Proses ini membutuhkan kemampuan konsentrasi, perhatian, memori jangka panjang, disiplin, motivasi intrinsik, serta regulasi emosi agar seseorang mampu mempertahankan hafalan dalam jangka waktu yang panjang. Selain aspek kognitif, aktivitas *tahfidz* juga melibatkan dimensi afektif dan spiritual karena setiap proses menghafal dilakukan sebagai bentuk ibadah kepada Allah SWT. Integrasi antara aspek kognitif, emosional, dan spiritual tersebut menjadikan aktivitas menghafal Al-Qur'an sebagai salah satu bentuk latihan psikologis yang komprehensif.

Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa aktivitas menghafal Al-Qur'an memberikan dampak positif terhadap kondisi psikologis individu. Interaksi yang intensif dengan Al-Qur'an melalui membaca, menghafal, dan *muraja'ah* secara rutin diketahui dapat meningkatkan ketenangan batin, memperkuat kemampuan mengendalikan emosi, mengurangi tingkat stres, serta meningkatkan kesejahteraan psikologis. Selain itu, keterlibatan yang berkelanjutan dalam aktivitas spiritual juga berkontribusi terhadap terbentuknya resiliensi, optimisme, dan kemampuan individu dalam menghadapi berbagai tekanan kehidupan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa Al-Qur'an tidak hanya berfungsi sebagai sumber ajaran agama, tetapi juga menjadi

sumber kekuatan psikologis yang membantu individu menemukan ketenangan dan keseimbangan hidup.

Di samping memberikan manfaat psikologis, aktivitas menghafal Al-Qur'an juga memiliki dampak spiritual yang mendalam. Seorang penghafal Al-Qur'an dituntut untuk senantiasa menjaga hubungan dengan Allah SWT melalui ibadah, memperbaiki akhlak, serta mengamalkan nilai-nilai yang terkandung dalam ayat-ayat yang dihafalnya. Proses ini mendorong terbentuknya kesadaran spiritual yang lebih tinggi, meningkatkan rasa syukur, kesabaran, dan keikhlasan dalam menjalani kehidupan. Dengan demikian, menghafal Al-Qur'an tidak hanya menghasilkan kemampuan mengingat teks suci, tetapi juga membentuk karakter religius yang tercermin dalam sikap dan perilaku sehari-hari.

Aktivitas *tahfidz* menjadi menarik untuk dikaji dalam perspektif psikologi karena merupakan fenomena yang memadukan dimensi kognitif, afektif, spiritual, dan sosial secara bersamaan. Berbeda dengan aktivitas belajar pada umumnya, menghafal Al-Qur'an berlangsung secara berkelanjutan melalui proses *muraja'ah* yang menuntut konsistensi sepanjang kehidupan. Kondisi tersebut memungkinkan peneliti untuk memahami bagaimana individu membangun motivasi, mempertahankan komitmen, mengelola tekanan, serta memaknai pengalaman hidupnya melalui aktivitas spiritual yang dilakukan secara terus-menerus. Kajian psikologi terhadap aktivitas *tahfidz* tidak hanya memberikan pemahaman mengenai proses mental yang dialami penghafal Al-Qur'an, tetapi juga memperkaya pengembangan psikologi positif dan psikologi Islam, khususnya dalam menjelaskan hubungan antara spiritualitas, kesejahteraan psikologis, serta kebermaknaan hidup.

Dalam konteks penelitian ini, penghafal Al-Qur'an dipandang sebagai kelompok yang memiliki karakteristik psikologis dan spiritual yang khas. Tanggung jawab menjaga hafalan di tengah berbagai tuntutan kehidupan, terutama setelah memasuki kehidupan pernikahan, menjadikan mereka memiliki pengalaman yang unik

dalam memaknai setiap peristiwa kehidupan. Oleh karena itu, mengkaji kehidupan penghafal Al-Qur'an dari perspektif psikologi, khususnya mengenai kebermaknaan hidup, menjadi penting untuk memahami bagaimana nilai-nilai Al-Qur'an diinternalisasikan dalam kehidupan sehari-hari serta bagaimana nilai-nilai tersebut menjadi sumber kekuatan psikologis dalam menghadapi berbagai dinamika kehidupan.

Dalam perspektif psikologi, kebermaknaan hidup (*meaning in life*) merupakan salah satu aspek fundamental yang menentukan kualitas kehidupan individu. Kebermaknaan hidup tidak hanya berkaitan dengan perasaan bahagia atau kepuasan hidup, tetapi juga mencerminkan sejauh mana seseorang mampu memahami tujuan hidup, menemukan nilai dalam setiap pengalaman, serta memandang kehidupannya sebagai sesuatu yang bernilai dan layak diperjuangkan. Individu yang memiliki kebermaknaan hidup cenderung mampu menghadapi berbagai kesulitan secara lebih adaptif karena memiliki tujuan yang jelas dan alasan yang kuat untuk terus menjalani kehidupannya. Sebaliknya, individu yang kehilangan makna hidup lebih rentan mengalami kehampaan eksistensial, stres, serta berbagai permasalahan psikologis yang dapat memengaruhi kesejahteraan hidupnya.

Konsep kebermaknaan hidup banyak dikembangkan oleh Viktor E. Frankl melalui teori logoterapi. Frankl (1985) menjelaskan bahwa motivasi utama manusia bukanlah pencarian kesenangan (*will to pleasure*) sebagaimana dikemukakan Freud ataupun pencarian kekuasaan (*will to power*) sebagaimana dikemukakan Adler, melainkan pencarian makna (*will to meaning*). Menurut Frankl, setiap individu memiliki kebebasan untuk menemukan makna hidup meskipun berada dalam situasi yang penuh penderitaan dan keterbatasan. Makna hidup tidak diberikan secara langsung, tetapi ditemukan melalui proses refleksi terhadap pengalaman hidup, tanggung jawab yang dijalani, serta nilai-nilai yang diyakini individu. Oleh karena itu, kebermaknaan hidup bersifat subjektif karena setiap orang dapat menemukan makna yang berbeda sesuai dengan pengalaman dan konteks kehidupannya.

Frankl (1985) mengemukakan bahwa makna hidup dapat ditemukan melalui tiga sumber nilai, yaitu nilai kreatif (*creative values*), nilai penghayatan (*experiential values*), dan nilai bersikap (*attitudinal values*). Nilai kreatif diperoleh ketika seseorang menghasilkan karya atau memberikan kontribusi positif bagi orang lain. Nilai penghayatan diperoleh melalui pengalaman mencintai, menikmati keindahan, maupun menghayati nilai-nilai spiritual. Adapun nilai bersikap muncul ketika seseorang mampu menentukan sikap yang positif terhadap penderitaan atau situasi yang tidak dapat diubah. Ketiga sumber nilai tersebut menunjukkan bahwa kebermaknaan hidup tidak selalu bergantung pada kondisi yang ideal, melainkan pada kemampuan individu dalam memberikan makna terhadap setiap pengalaman hidupnya.

Dalam perkembangan psikologi modern, kebermaknaan hidup juga menjadi salah satu konsep utama dalam psikologi positif. Psikologi positif merupakan pendekatan yang menitikberatkan pada pengembangan potensi, kekuatan individu, serta faktor-faktor yang memungkinkan seseorang mencapai kehidupan yang optimal (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). Berbeda dengan pendekatan psikologi tradisional yang lebih banyak berfokus pada gangguan atau kelemahan individu, psikologi positif menekankan pentingnya kualitas psikologis yang mendukung kesejahteraan, seperti optimisme, resiliensi, kebersyukuran, harapan, serta kebermaknaan hidup. Dalam perspektif ini, kebermaknaan hidup dipandang sebagai salah satu fondasi penting bagi terciptanya kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) karena memberikan arah, tujuan, dan motivasi dalam menjalani kehidupan.

Ryff (1989) menempatkan tujuan hidup (*purpose in life*) sebagai salah satu dari enam dimensi utama kesejahteraan psikologis, bersama dengan penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), otonomi (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), dan pengembangan diri (*personal growth*). Individu yang memiliki tujuan hidup yang jelas cenderung menunjukkan kesehatan mental yang lebih baik, memiliki kemampuan beradaptasi terhadap tekanan, serta mampu mempertahankan keseimbangan emosional

ketika menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Dengan demikian, kebermaknaan hidup tidak hanya berfungsi sebagai konsep filosofis, tetapi juga menjadi indikator penting dalam memahami kesejahteraan psikologis seseorang.

Salah satu faktor yang berkontribusi terhadap terbentuknya kebermaknaan hidup adalah spiritualitas. Spiritualitas merupakan dimensi yang berkaitan dengan pencarian makna, hubungan dengan Tuhan, nilai-nilai transendental, serta keyakinan yang memberikan arah dalam kehidupan. Pargament (1997) menjelaskan bahwa spiritualitas membantu individu memahami berbagai pengalaman hidup melalui kerangka makna yang lebih luas sehingga mampu meningkatkan kemampuan menghadapi tekanan dan mengurangi dampak negatif dari berbagai peristiwa kehidupan. Individu yang memiliki spiritualitas yang kuat cenderung lebih mudah menerima kenyataan, menemukan hikmah di balik setiap pengalaman, serta membangun harapan ketika menghadapi kesulitan.

Dalam konteks Islam, spiritualitas diwujudkan melalui hubungan yang erat dengan Allah SWT melalui berbagai bentuk ibadah, salah satunya adalah membaca, menghafal, memahami, dan mengamalkan Al-Qur'an. Aktivitas tersebut tidak hanya memperkuat dimensi religius seseorang, tetapi juga membentuk cara pandang terhadap kehidupan berdasarkan nilai-nilai ketauhidan. Ketika individu menjadikan Al-Qur'an sebagai pedoman hidup, setiap pengalaman kehidupan dipandang sebagai bagian dari ketetapan Allah SWT yang memiliki hikmah dan tujuan tertentu. Cara pandang ini memungkinkan individu mengembangkan sikap sabar, syukur, tawakal, serta optimisme dalam menghadapi berbagai dinamika kehidupan sehingga memperkuat kebermaknaan hidup yang dimilikinya.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa kebermaknaan hidup merupakan hasil interaksi antara aspek psikologis, spiritual, dan pengalaman hidup individu. Pada penghafal Al-Qur'an, kebermaknaan hidup tidak hanya dibangun melalui pencapaian hafalan semata, tetapi juga melalui proses internalisasi nilai-nilai

Al-Qur'an dalam kehidupan sehari-hari. Aktivitas menghafal, *muraja'ah*, dan pengamalan ajaran Al-Qur'an menjadi sarana bagi individu untuk membangun hubungan yang lebih dekat dengan Allah SWT, mengembangkan kesejahteraan psikologis, serta menemukan tujuan hidup yang lebih bermakna. Oleh karena itu, kebermaknaan hidup pada penghafal Al-Qur'an menjadi fenomena yang penting untuk dikaji, khususnya ketika mereka menjalani berbagai peran dan dinamika dalam kehidupan berumah tangga.

Kebermaknaan hidup dalam kehidupan pernikahan merupakan proses ketika suami dan istri mampu memaknai hubungan yang dijalani sebagai bagian dari tujuan hidup yang bernilai, tidak hanya bagi diri sendiri, tetapi juga bagi pasangan, keluarga, dan lingkungan sekitarnya. Dalam perspektif psikologi, kebermaknaan hidup dalam pernikahan tercermin melalui adanya rasa memiliki tujuan bersama, komitmen yang kuat, kepuasan terhadap hubungan, serta kemampuan pasangan dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan secara bersama-sama. Pernikahan yang dimaknai secara positif memungkinkan pasangan memperoleh rasa aman, dukungan emosional, serta kesempatan untuk berkembang sebagai individu maupun sebagai sebuah keluarga. Sebaliknya, ketika pasangan tidak mampu menemukan makna dalam kehidupan pernikahannya, berbagai konflik yang muncul berpotensi menurunkan kualitas hubungan, kepuasan hidup, bahkan kesejahteraan psikologis masing-masing pasangan.

Viktor Frankl (1985) menjelaskan bahwa makna hidup dapat ditemukan melalui relasi dengan orang lain, tanggung jawab terhadap kehidupan, serta kemampuan individu dalam memberikan makna terhadap setiap pengalaman yang dijalani. Dalam konteks pernikahan, hubungan suami istri menjadi salah satu ruang bagi individu untuk mewujudkan nilai-nilai tersebut melalui kasih sayang, pengorbanan, komitmen, dan tanggung jawab bersama. Kehidupan pernikahan tidak hanya menjadi sarana pemenuhan kebutuhan biologis maupun sosial, tetapi juga menjadi media bagi pasangan untuk bertumbuh secara psikologis dan spiritual. Dengan demikian, kebermaknaan hidup dalam pernikahan dibangun melalui pengalaman hidup

bersama yang diwarnai oleh kerja sama, saling mendukung, dan kemampuan menghadapi berbagai dinamika kehidupan.

Setiap pasangan suami istri memiliki dinamika yang berbeda dalam menjalani kehidupan rumah tangga. Dinamika tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti karakteristik kepribadian, pola komunikasi, nilai yang dianut, kondisi ekonomi, pengalaman hidup, serta tahap perkembangan keluarga. Perbedaan latar belakang dan cara pandang sering kali menjadi sumber konflik apabila tidak dikelola secara konstruktif. Namun, konflik dalam pernikahan pada dasarnya merupakan bagian yang wajar dari proses penyesuaian pasangan. Gottman dan Silver (1999) menjelaskan bahwa keberhasilan suatu pernikahan tidak ditentukan oleh ada atau tidaknya konflik, melainkan oleh kemampuan pasangan dalam berkomunikasi, menyelesaikan perbedaan, serta mempertahankan komitmen untuk tumbuh bersama. Oleh karena itu, dinamika kehidupan rumah tangga dapat menjadi sarana bagi pasangan untuk membangun kedewasaan emosional sekaligus memperkuat kebermaknaan hidup yang mereka rasakan.

Salah satu aspek penting dalam menciptakan kebermaknaan hidup dalam pernikahan adalah pembagian peran yang seimbang antara suami dan istri. Pembagian peran tidak hanya berkaitan dengan pemenuhan tanggung jawab domestik maupun ekonomi, tetapi juga mencerminkan bentuk kerja sama dalam menjalankan fungsi keluarga. Fleksibilitas dalam berbagi tugas, saling membantu ketika pasangan menghadapi kesulitan, serta kesediaan untuk menyesuaikan peran sesuai kebutuhan keluarga menjadi faktor yang mendukung terciptanya hubungan yang sehat. Pembagian peran yang dilakukan atas dasar komunikasi dan kesepakatan bersama dapat mengurangi beban psikologis, meningkatkan rasa saling menghargai, serta memperkuat kualitas hubungan suami istri. Dengan demikian, kerja sama dalam menjalankan peran keluarga menjadi salah satu sumber yang membentuk kebermaknaan hidup dalam kehidupan pernikahan.

Selain pembagian peran, dukungan pasangan (*spousal support*) merupakan faktor yang berperan penting dalam mempertahankan kualitas hubungan pernikahan. Dukungan pasangan dapat diwujudkan dalam bentuk perhatian, empati, penghargaan, bantuan praktis, maupun dukungan emosional ketika menghadapi berbagai kesulitan. House (1981) mengemukakan bahwa dukungan sosial memiliki fungsi protektif terhadap tekanan psikologis karena mampu meningkatkan kemampuan individu dalam menghadapi stres dan mengurangi dampak negatif dari berbagai permasalahan kehidupan. Dalam konteks pernikahan, pasangan yang saling memberikan dukungan akan lebih mudah membangun rasa aman, meningkatkan kepercayaan, serta memperkuat komitmen untuk mempertahankan hubungan. Dukungan tersebut juga menjadi sumber kekuatan psikologis yang memungkinkan pasangan memaknai berbagai tantangan sebagai bagian dari proses pertumbuhan bersama.

Keberadaan dukungan pasangan menjadi semakin penting ketika suami dan istri menghadapi tuntutan kehidupan yang kompleks, seperti tekanan ekonomi, pengasuhan anak, pekerjaan, maupun berbagai persoalan keluarga lainnya. Pasangan yang mampu memberikan dukungan secara konsisten cenderung memiliki tingkat kepuasan pernikahan yang lebih tinggi dibandingkan pasangan yang kurang memperoleh dukungan emosional. Sebaliknya, kurangnya dukungan dari pasangan dapat meningkatkan risiko munculnya konflik, kejenuhan hubungan, serta menurunnya kualitas kehidupan pernikahan. Oleh karena itu, dukungan pasangan tidak hanya berfungsi sebagai bentuk kepedulian interpersonal, tetapi juga menjadi salah satu faktor yang memperkuat kebermaknaan hidup dalam hubungan suami istri.

Berbagai aspek tersebut pada akhirnya bermuara pada terciptanya keharmonisan keluarga. Dalam perspektif Islam, keluarga yang harmonis merupakan keluarga yang dibangun atas dasar keimanan, kasih sayang, saling menghormati, dan tanggung jawab bersama sehingga mampu mewujudkan keluarga yang *sakinah*, *mawaddah*, dan *rahmah*. Keharmonisan keluarga tidak berarti kehidupan rumah tangga bebas dari konflik, melainkan menunjukkan kemampuan pasangan dalam mengelola

perbedaan secara dewasa, saling memaafkan, serta menjaga komitmen terhadap tujuan bersama. Dari perspektif psikologi, keluarga yang harmonis ditandai dengan komunikasi yang efektif, hubungan emosional yang hangat, kerja sama dalam menjalankan fungsi keluarga, serta adanya kepuasan terhadap kehidupan pernikahan. Kondisi tersebut memberikan rasa aman bagi seluruh anggota keluarga sekaligus mendukung perkembangan psikologis yang sehat.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa kebermaknaan hidup dalam pernikahan dibentuk melalui interaksi berbagai faktor yang saling berkaitan, yaitu dinamika hubungan suami istri, pembagian peran yang adaptif, dukungan pasangan, serta keharmonisan keluarga. Keempat aspek tersebut memungkinkan pasangan membangun tujuan hidup bersama, menghadapi berbagai tantangan secara kolaboratif, serta mempertahankan kesejahteraan psikologis dalam kehidupan rumah tangga. Pada pasangan suami istri penghafal Al-Qur'an, dimensi-dimensi tersebut diperkirakan memiliki karakteristik yang lebih khas karena dipengaruhi oleh nilai-nilai spiritual yang bersumber dari aktivitas menghafal dan mengamalkan Al-Qur'an. Oleh sebab itu, mengkaji kebermaknaan hidup pada pasangan suami istri penghafal Al-Qur'an menjadi penting untuk memahami bagaimana nilai-nilai religius diinternalisasikan dalam kehidupan pernikahan dan berkontribusi terhadap terciptanya keluarga yang harmonis dan bermakna.

Pasangan suami istri penghafal Al-Qur'an (*hafidz* dan *hafidzah*) merupakan kelompok yang memiliki karakteristik unik dibandingkan pasangan pada umumnya. Selain menjalankan peran sebagai suami dan istri, mereka juga memikul tanggung jawab moral dan spiritual untuk menjaga hafalan Al-Qur'an secara berkelanjutan. Tanggung jawab tersebut tidak hanya berkaitan dengan kemampuan mempertahankan hafalan, tetapi juga mencakup upaya memahami, mengamalkan, dan menjadikan nilai-nilai Al-Qur'an sebagai pedoman dalam kehidupan berumah tangga. Dengan demikian, kehidupan pasangan penghafal Al-Qur'an tidak hanya berorientasi pada pemenuhan

kebutuhan keluarga, tetapi juga diarahkan pada pencapaian tujuan spiritual yang menjadi landasan dalam setiap aspek kehidupan mereka.

Karakteristik tersebut menjadikan pasangan penghafal Al-Qur'an memiliki dinamika kehidupan yang khas. Kehidupan rumah tangga mereka dibangun di atas komitmen religius yang kuat, sehingga aktivitas ibadah menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari rutinitas sehari-hari. Nilai-nilai Al-Qur'an menjadi dasar dalam pengambilan keputusan, penyelesaian konflik, pembagian tanggung jawab, hingga pola pengasuhan anak. Mahoney et al. (1999) menjelaskan bahwa pasangan yang memiliki komitmen religius bersama cenderung menunjukkan kualitas hubungan yang lebih baik karena nilai-nilai agama berfungsi sebagai sumber dukungan, penguatan komitmen, serta pedoman dalam menyelesaikan berbagai permasalahan rumah tangga. Oleh karena itu, religiusitas yang diwujudkan melalui aktivitas menghafal Al-Qur'an diperkirakan menjadi salah satu faktor yang membentuk kebermaknaan hidup pasangan dalam menjalani kehidupan pernikahan.

Salah satu aktivitas yang menjadi ciri khas pasangan penghafal Al-Qur'an adalah pelaksanaan *muraja'ah* secara bersama-sama. *Muraja'ah* merupakan proses mengulang dan menjaga hafalan agar tetap melekat dalam ingatan serta terhindar dari lupa. Bagi pasangan suami istri penghafal Al-Qur'an, kegiatan ini tidak hanya berfungsi sebagai sarana mempertahankan kualitas hafalan, tetapi juga menjadi media interaksi yang memperkuat kedekatan emosional dan spiritual. Melalui kegiatan saling menyimak bacaan, mengoreksi kesalahan, memberikan motivasi, dan mengingatkan jadwal hafalan, pasangan membangun komunikasi yang didasarkan pada nilai-nilai ibadah. Aktivitas tersebut memperlihatkan bahwa *muraja'ah* bukan sekadar rutinitas individual, melainkan juga menjadi bentuk kerja sama yang mempererat hubungan suami istri sekaligus memperkuat komitmen mereka terhadap Al-Qur'an.

Di sisi lain, pasangan penghafal Al-Qur'an tetap dihadapkan pada berbagai tantangan domestik sebagaimana pasangan pada umumnya. Kehidupan rumah tangga

menuntut kemampuan pasangan dalam menyesuaikan peran sebagai suami, istri, orang tua, sekaligus individu yang memiliki aktivitas di luar rumah. Pekerjaan rumah tangga, kebutuhan keluarga, pengelolaan waktu, hingga penyelesaian konflik menjadi bagian dari dinamika yang harus dihadapi setiap hari. Kondisi tersebut sering kali mengharuskan pasangan untuk mengatur prioritas antara kewajiban domestik dan aktivitas menjaga hafalan Al-Qur'an. Apabila tidak dikelola dengan baik, berbagai tuntutan tersebut dapat memengaruhi konsistensi *muraja'ah* maupun kualitas hubungan dalam keluarga.

Selain tantangan domestik, aspek ekonomi juga menjadi bagian penting dalam kehidupan pasangan penghafal Al-Qur'an. Sebagian besar pasangan tetap harus memenuhi kebutuhan finansial keluarga melalui pekerjaan atau profesi yang dijalani. Kesibukan bekerja sering kali membatasi waktu untuk menghafal maupun melakukan *muraja'ah* secara rutin. Tekanan ekonomi juga berpotensi menimbulkan stres yang memengaruhi kondisi psikologis pasangan apabila tidak disertai dengan kemampuan mengelola masalah secara adaptif. Namun demikian, bagi pasangan yang menjadikan nilai-nilai Al-Qur'an sebagai pedoman hidup, tantangan ekonomi sering kali dipandang sebagai bagian dari ujian yang harus dihadapi dengan kesabaran, ikhtiar, dan tawakal kepada Allah SWT. Cara pandang tersebut memungkinkan pasangan mengembangkan mekanisme koping religius yang membantu mereka mempertahankan ketenangan dan kebermaknaan hidup di tengah tekanan ekonomi.

Tantangan lain yang tidak kalah penting adalah pengasuhan anak. Bagi pasangan penghafal Al-Qur'an, pengasuhan tidak hanya berorientasi pada pemenuhan kebutuhan fisik dan perkembangan psikologis anak, tetapi juga diarahkan pada penanaman nilai-nilai keislaman sejak usia dini. Orang tua berupaya menjadi teladan melalui perilaku sehari-hari, membiasakan interaksi anak dengan Al-Qur'an, serta menciptakan lingkungan keluarga yang religius. Di sisi lain, kehadiran anak juga membawa konsekuensi berupa bertambahnya tanggung jawab domestik yang dapat mengurangi waktu untuk menghafal dan *muraja'ah*. Oleh karena itu, pasangan dituntut

mampu membagi waktu secara efektif agar kewajiban sebagai orang tua tetap berjalan seiring dengan tanggung jawab menjaga hafalan Al-Qur'an.

Menjaga hafalan Al-Qur'an merupakan tantangan yang berlangsung sepanjang hayat. Berbeda dengan proses menghafal yang memiliki target tertentu, menjaga hafalan membutuhkan konsistensi, kedisiplinan, dan komitmen yang dilakukan secara terus-menerus. Kesibukan pekerjaan, aktivitas rumah tangga, kondisi kesehatan, maupun perubahan tahap kehidupan dapat memengaruhi intensitas *muraja'ah* yang dilakukan oleh pasangan. Oleh karena itu, pasangan penghafal Al-Qur'an dituntut memiliki strategi dalam mengatur waktu, saling mengingatkan, serta memberikan motivasi agar kualitas hafalan tetap terjaga. Dalam konteks ini, keberadaan pasangan tidak hanya berfungsi sebagai pendamping hidup, tetapi juga sebagai mitra spiritual yang saling membantu mempertahankan amanah sebagai penghafal Al-Qur'an.

Berbagai karakteristik dan tantangan tersebut menunjukkan bahwa pasangan suami istri penghafal Al-Qur'an memiliki pengalaman kehidupan yang berbeda dibandingkan pasangan pada umumnya. Kehidupan mereka tidak hanya diwarnai oleh dinamika hubungan suami istri, tetapi juga oleh komitmen untuk mempertahankan hafalan Al-Qur'an di tengah berbagai tuntutan domestik, ekonomi, dan pengasuhan anak. Kondisi tersebut menjadikan pasangan penghafal Al-Qur'an sebagai kelompok yang menarik untuk dikaji dalam perspektif psikologi, khususnya terkait bagaimana mereka membangun, mempertahankan, dan memaknai kehidupan pernikahan melalui nilai-nilai spiritual yang bersumber dari Al-Qur'an. Pengalaman tersebut diperkirakan membentuk dinamika kebermaknaan hidup yang khas, sehingga penting untuk diteliti secara mendalam.

Perkembangan sosial pada era modern membawa berbagai perubahan yang memengaruhi dinamika kehidupan keluarga. Kemajuan teknologi informasi, meningkatnya tuntutan ekonomi, perubahan pola komunikasi, serta perubahan nilai dalam masyarakat menghadirkan tantangan baru bagi pasangan suami istri. Kehidupan

rumah tangga tidak lagi hanya dihadapkan pada persoalan domestik, tetapi juga pada berbagai tekanan psikologis yang berasal dari lingkungan sosial, pekerjaan, maupun perkembangan teknologi digital. Kondisi tersebut menuntut setiap pasangan memiliki kemampuan adaptasi, komunikasi yang efektif, serta ketahanan psikologis agar mampu mempertahankan kualitas hubungan pernikahan di tengah perubahan zaman.

Salah satu fenomena yang banyak mendapat perhatian dalam kehidupan keluarga adalah meningkatnya konflik rumah tangga. Konflik merupakan bagian yang tidak dapat dihindari dalam hubungan pernikahan karena setiap individu memiliki latar belakang, karakter, kebutuhan, serta cara pandang yang berbeda. Perbedaan tersebut dapat memunculkan perselisihan apabila tidak diselesaikan melalui komunikasi yang sehat dan saling memahami. Faktor-faktor seperti pembagian peran yang tidak seimbang, kesulitan ekonomi, perbedaan pola pengasuhan anak, keterbatasan waktu bersama, hingga rendahnya kemampuan mengelola emosi sering menjadi pemicu munculnya konflik dalam rumah tangga. Apabila konflik berlangsung secara berkepanjangan tanpa penyelesaian yang konstruktif, kondisi tersebut dapat menurunkan kualitas hubungan, mengurangi kepuasan pernikahan, serta berdampak pada kesejahteraan psikologis seluruh anggota keluarga.

Konflik rumah tangga yang tidak terselesaikan berpotensi berujung pada perceraian. Data Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan bahwa angka perceraian di Indonesia dalam beberapa tahun terakhir masih tergolong tinggi dengan berbagai faktor penyebab, seperti perselisihan dan pertengkaran terus-menerus, masalah ekonomi, salah satu pihak meninggalkan pasangan, serta faktor-faktor lainnya. Fenomena tersebut menunjukkan bahwa membangun dan mempertahankan kehidupan pernikahan yang harmonis merupakan tantangan yang dihadapi oleh banyak pasangan. Perceraian tidak hanya berdampak pada putusnya hubungan suami istri, tetapi juga dapat memengaruhi kondisi psikologis pasangan, perkembangan anak, serta stabilitas sosial keluarga. Oleh karena itu, diperlukan pemahaman yang lebih mendalam mengenai

faktor-faktor yang mampu memperkuat kualitas hubungan dan membantu pasangan menghadapi berbagai tantangan kehidupan pernikahan.

Selain perceraian, fenomena perselingkuhan juga menjadi isu yang semakin sering diperbincangkan di tengah masyarakat, terutama dengan berkembangnya media sosial dan kemudahan akses komunikasi digital. Berbagai pemberitaan di media massa maupun media sosial menunjukkan bahwa perselingkuhan tidak hanya terjadi pada pasangan dengan tingkat religiusitas yang rendah, tetapi juga dapat terjadi pada berbagai latar belakang sosial, ekonomi, maupun pendidikan. Kehadiran media sosial membuka peluang terjadinya interaksi yang lebih luas sehingga dapat meningkatkan risiko munculnya hubungan di luar pernikahan apabila tidak diimbangi dengan komitmen, pengendalian diri, dan komunikasi yang sehat antara pasangan. Fenomena ini menunjukkan bahwa menjaga keutuhan rumah tangga pada era modern memerlukan upaya yang lebih kompleks dibandingkan sebelumnya.

Di samping itu, tekanan kehidupan modern juga memberikan pengaruh terhadap kondisi psikologis pasangan suami istri. Tuntutan pekerjaan, beban ekonomi, tanggung jawab pengasuhan anak, keterbatasan waktu bersama, serta perubahan gaya hidup sering kali menjadi sumber stres dalam kehidupan keluarga. Tekanan tersebut dapat mengurangi kualitas interaksi antara pasangan apabila tidak diimbangi dengan kemampuan mengelola stres dan dukungan sosial yang memadai. Dalam perspektif psikologi, stres yang berlangsung secara terus-menerus dapat memengaruhi regulasi emosi, pola komunikasi, serta kemampuan pasangan dalam menyelesaikan konflik secara konstruktif. Oleh karena itu, ketahanan psikologis dan spiritual menjadi faktor penting yang membantu pasangan mempertahankan kualitas hubungan pernikahan di tengah berbagai tuntutan kehidupan modern.

Meskipun pasangan suami istri penghafal Al-Qur'an memiliki komitmen religius yang kuat, mereka tidak terlepas dari berbagai tantangan tersebut. Status sebagai *hafidz* dan *hafidzah* tidak menjadikan mereka terbebas dari persoalan rumah

tangga, seperti konflik peran, tekanan ekonomi, kesibukan pekerjaan, pengasuhan anak, maupun berbagai dinamika sosial lainnya. Mereka tetap harus menyesuaikan diri dengan perubahan kondisi kehidupan sambil mempertahankan tanggung jawab untuk menjaga hafalan Al-Qur'an melalui *muraja'ah* yang dilakukan secara konsisten. Bahkan, tanggung jawab sebagai penghafal Al-Qur'an dapat menambah kompleksitas peran yang harus dijalankan karena mereka dituntut menjadi teladan dalam keluarga maupun masyarakat.

Di sisi lain, nilai-nilai yang terkandung dalam Al-Qur'an diperkirakan memberikan sumber daya psikologis dan spiritual yang membantu pasangan menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Aktivitas menghafal, *muraja'ah*, dan pengamalan ajaran Al-Qur'an dapat menjadi sarana untuk memperkuat kesabaran, keikhlasan, rasa syukur, serta kemampuan mengelola emosi ketika menghadapi konflik rumah tangga. Dukungan pasangan dalam menjaga hafalan juga berpotensi memperkuat komunikasi, meningkatkan kerja sama, serta membangun hubungan yang lebih harmonis. Namun demikian, sejauh mana nilai-nilai tersebut mampu membentuk kebermaknaan hidup pasangan suami istri penghafal Al-Qur'an dalam menghadapi dinamika kehidupan modern masih memerlukan kajian ilmiah yang lebih mendalam. Oleh karena itu, penelitian mengenai kebermaknaan hidup pada pasangan suami istri penghafal Al-Qur'an menjadi penting untuk memahami bagaimana mereka memaknai berbagai tantangan kehidupan, mempertahankan komitmen pernikahan, serta menjadikan Al-Qur'an sebagai sumber makna dalam kehidupan berumah tangga.

Perkembangan sosial pada era modern membawa berbagai perubahan yang memengaruhi dinamika kehidupan keluarga. Kemajuan teknologi informasi, meningkatnya tuntutan ekonomi, perubahan pola komunikasi, serta perubahan nilai dalam masyarakat menghadirkan tantangan baru bagi pasangan suami istri. Kehidupan rumah tangga tidak lagi hanya dihadapkan pada persoalan domestik, tetapi juga pada berbagai tekanan psikologis yang berasal dari lingkungan sosial, pekerjaan, maupun perkembangan teknologi digital. Kondisi tersebut menuntut setiap pasangan memiliki

kemampuan adaptasi, komunikasi yang efektif, serta ketahanan psikologis agar mampu mempertahankan kualitas hubungan pernikahan di tengah perubahan zaman.

Salah satu fenomena yang banyak mendapat perhatian dalam kehidupan keluarga adalah meningkatnya konflik rumah tangga. Konflik merupakan bagian yang tidak dapat dihindari dalam hubungan pernikahan karena setiap individu memiliki latar belakang, karakter, kebutuhan, serta cara pandang yang berbeda. Perbedaan tersebut dapat memunculkan perselisihan apabila tidak diselesaikan melalui komunikasi yang sehat dan saling memahami. Faktor-faktor seperti pembagian peran yang tidak seimbang, kesulitan ekonomi, perbedaan pola pengasuhan anak, keterbatasan waktu bersama, hingga rendahnya kemampuan mengelola emosi sering menjadi pemicu munculnya konflik dalam rumah tangga. Apabila konflik berlangsung secara berkepanjangan tanpa penyelesaian yang konstruktif, kondisi tersebut dapat menurunkan kualitas hubungan, mengurangi kepuasan pernikahan, serta berdampak pada kesejahteraan psikologis seluruh anggota keluarga.

Konflik rumah tangga yang tidak terselesaikan berpotensi berujung pada perceraian. Data Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan bahwa angka perceraian di Indonesia dalam beberapa tahun terakhir masih tergolong tinggi dengan berbagai faktor penyebab, seperti perselisihan dan pertengkaran terus-menerus, masalah ekonomi, salah satu pihak meninggalkan pasangan, serta faktor-faktor lainnya. Fenomena tersebut menunjukkan bahwa membangun dan mempertahankan kehidupan pernikahan yang harmonis merupakan tantangan yang dihadapi oleh banyak pasangan. Perceraian tidak hanya berdampak pada putusnya hubungan suami istri, tetapi juga dapat memengaruhi kondisi psikologis pasangan, perkembangan anak, serta stabilitas sosial keluarga. Oleh karena itu, diperlukan pemahaman yang lebih mendalam mengenai faktor-faktor yang mampu memperkuat kualitas hubungan dan membantu pasangan menghadapi berbagai tantangan kehidupan pernikahan.

Selain perceraian, fenomena perselingkuhan juga menjadi isu yang semakin sering diperbincangkan di tengah masyarakat, terutama dengan berkembangnya media sosial dan kemudahan akses komunikasi digital. Berbagai pemberitaan di media massa maupun media sosial menunjukkan bahwa perselingkuhan tidak hanya terjadi pada pasangan dengan tingkat religiusitas yang rendah, tetapi juga dapat terjadi pada berbagai latar belakang sosial, ekonomi, maupun pendidikan. Kehadiran media sosial membuka peluang terjadinya interaksi yang lebih luas sehingga dapat meningkatkan risiko munculnya hubungan di luar pernikahan apabila tidak diimbangi dengan komitmen, pengendalian diri, dan komunikasi yang sehat antara pasangan. Fenomena ini menunjukkan bahwa menjaga keutuhan rumah tangga pada era modern memerlukan upaya yang lebih kompleks dibandingkan sebelumnya.

Di samping itu, tekanan kehidupan modern juga memberikan pengaruh terhadap kondisi psikologis pasangan suami istri. Tuntutan pekerjaan, beban ekonomi, tanggung jawab pengasuhan anak, keterbatasan waktu bersama, serta perubahan gaya hidup sering kali menjadi sumber stres dalam kehidupan keluarga. Tekanan tersebut dapat mengurangi kualitas interaksi antara pasangan apabila tidak diimbangi dengan kemampuan mengelola stres dan dukungan sosial yang memadai. Dalam perspektif psikologi, stres yang berlangsung secara terus-menerus dapat memengaruhi regulasi emosi, pola komunikasi, serta kemampuan pasangan dalam menyelesaikan konflik secara konstruktif. Oleh karena itu, ketahanan psikologis dan spiritual menjadi faktor penting yang membantu pasangan mempertahankan kualitas hubungan pernikahan di tengah berbagai tuntutan kehidupan modern.

Meskipun pasangan suami istri penghafal Al-Qur'an memiliki komitmen religius yang kuat, mereka tidak terlepas dari berbagai tantangan tersebut. Status sebagai *hafidz* dan *hafidzah* tidak menjadikan mereka terbebas dari persoalan rumah tangga, seperti konflik peran, tekanan ekonomi, kesibukan pekerjaan, pengasuhan anak, maupun berbagai dinamika sosial lainnya. Mereka tetap harus menyesuaikan diri dengan perubahan kondisi kehidupan sambil mempertahankan tanggung jawab untuk

menjaga hafalan Al-Qur'an melalui *muraja'ah* yang dilakukan secara konsisten. Bahkan, tanggung jawab sebagai penghafal Al-Qur'an dapat menambah kompleksitas peran yang harus dijalankan karena mereka dituntut menjadi teladan dalam keluarga maupun masyarakat.

Di sisi lain, nilai-nilai yang terkandung dalam Al-Qur'an diperkirakan memberikan sumber daya psikologis dan spiritual yang membantu pasangan menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Aktivitas menghafal, *muraja'ah*, dan pengamalan ajaran Al-Qur'an dapat menjadi sarana untuk memperkuat kesabaran, keikhlasan, rasa syukur, serta kemampuan mengelola emosi ketika menghadapi konflik rumah tangga. Dukungan pasangan dalam menjaga hafalan juga berpotensi memperkuat komunikasi, meningkatkan kerja sama, serta membangun hubungan yang lebih harmonis. Namun demikian, sejauh mana nilai-nilai tersebut mampu membentuk kebermaknaan hidup pasangan suami istri penghafal Al-Qur'an dalam menghadapi dinamika kehidupan modern masih memerlukan kajian ilmiah yang lebih mendalam. Oleh karena itu, penelitian mengenai kebermaknaan hidup pada pasangan suami istri penghafal Al-Qur'an menjadi penting untuk memahami bagaimana mereka memaknai berbagai tantangan kehidupan, mempertahankan komitmen pernikahan, serta menjadikan Al-Qur'an sebagai sumber makna dalam kehidupan berumah tangga.

Meskipun kajian mengenai Al-Qur'an dan psikologi telah berkembang cukup pesat, penelitian yang menghubungkan aktivitas menghafal Al-Qur'an dengan aspek psikologis masih didominasi oleh pembahasan mengenai individu. Berbagai penelitian terdahulu umumnya menitikberatkan pada manfaat menghafal Al-Qur'an terhadap kesehatan mental, regulasi emosi, resiliensi, kecerdasan spiritual, serta kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*). Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa aktivitas menghafal Al-Qur'an berkontribusi positif terhadap pembentukan karakter, peningkatan ketenangan batin, kemampuan mengelola stres, serta penguatan hubungan spiritual dengan Allah SWT. Temuan-temuan tersebut memperlihatkan bahwa

interaksi yang intensif dengan Al-Qur'an memiliki peran penting dalam mendukung kesehatan psikologis individu.

Di sisi lain, penelitian mengenai kehidupan pernikahan dalam perspektif psikologi juga telah banyak dilakukan. Sebagian besar penelitian membahas faktor-faktor yang memengaruhi kualitas hubungan suami istri, seperti kepuasan pernikahan, komunikasi interpersonal, religiusitas, komitmen, dukungan pasangan, pembagian peran, serta penyelesaian konflik dalam rumah tangga. Penelitian-penelitian tersebut menunjukkan bahwa religiusitas menjadi salah satu faktor protektif yang berkontribusi terhadap keharmonisan keluarga karena mampu memperkuat komitmen, meningkatkan kualitas komunikasi, serta membantu pasangan menghadapi berbagai tekanan dalam kehidupan pernikahan. Meskipun demikian, fokus penelitian tersebut umumnya masih melihat religiusitas sebagai salah satu variabel yang memengaruhi kualitas pernikahan, bukan sebagai pengalaman hidup yang membentuk kebermaknaan hidup pasangan secara menyeluruh.

Apabila ditinjau secara lebih spesifik, penelitian yang mengangkat penghafal Al-Qur'an juga lebih banyak berfokus pada aspek individu, seperti motivasi menghafal, strategi menjaga hafalan, proses *muraja'ah*, pembentukan karakter religius, maupun pengaruh aktivitas *tahfidz* terhadap prestasi akademik dan kesejahteraan psikologis. Sementara itu, penelitian yang mengkaji pasangan suami istri umumnya membahas kepuasan pernikahan, penyesuaian perkawinan, atau hubungan antara religiusitas dengan keharmonisan keluarga. Dengan demikian, kajian yang mengintegrasikan kedua aspek tersebut, yaitu kehidupan pasangan suami istri penghafal Al-Qur'an dalam perspektif psikologi, masih relatif terbatas.

Keterbatasan tersebut menunjukkan adanya celah penelitian (*research gap*) yang perlu dikaji lebih lanjut. Hingga saat ini, masih sedikit penelitian yang secara khusus mengungkap bagaimana kebermaknaan hidup terbentuk pada pasangan suami istri penghafal Al-Qur'an sebagai satu kesatuan pengalaman hidup. Padahal, pasangan

penghafal Al-Qur'an memiliki karakteristik yang berbeda dengan pasangan pada umumnya karena mereka tidak hanya menjalankan peran sebagai suami dan istri, tetapi juga memikul tanggung jawab spiritual untuk menjaga hafalan Al-Qur'an secara berkelanjutan. Tanggung jawab tersebut menghadirkan dinamika yang khas, seperti pelaksanaan *muraja'ah* bersama, pembagian waktu antara aktivitas keluarga dan menjaga hafalan, saling memberikan dukungan dalam proses *tahfidz*, serta menghadapi berbagai tantangan domestik, ekonomi, dan sosial dengan berlandaskan nilai-nilai Al-Qur'an.

Selain itu, sebagian besar penelitian terdahulu cenderung menggunakan pendekatan kuantitatif yang berfokus pada pengukuran hubungan antarvariabel, seperti religiusitas, kepuasan pernikahan, atau kesejahteraan psikologis. Pendekatan tersebut belum mampu menggambarkan secara mendalam pengalaman subjektif pasangan penghafal Al-Qur'an dalam memaknai kehidupan pernikahan mereka. Padahal, kebermaknaan hidup merupakan konstruksi psikologis yang sangat dipengaruhi oleh pengalaman personal, nilai-nilai yang dianut, serta proses interpretasi individu terhadap berbagai peristiwa kehidupan. Oleh karena itu, penelitian dengan pendekatan kualitatif menjadi penting untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai bagaimana pasangan suami istri penghafal Al-Qur'an menemukan, membangun, dan mempertahankan kebermaknaan hidup dalam kehidupan berumah tangga.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa masih terdapat keterbatasan kajian mengenai kebermaknaan hidup pada pasangan suami istri penghafal Al-Qur'an. Penelitian ini hadir untuk mengisi kesenjangan tersebut dengan mengkaji secara mendalam pengalaman hidup pasangan *hafidz* dan *hafidzah* dalam memaknai kehidupan pernikahan, mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi kebermaknaan hidup, serta memahami dinamika yang mereka alami dalam menjalankan peran sebagai pasangan sekaligus penghafal Al-Qur'an. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian psikologi, khususnya psikologi positif dan psikologi Islam, serta

memperkaya literatur mengenai kebermaknaan hidup dalam konteks kehidupan pernikahan berbasis nilai-nilai Al-Qur'an.

Urgensi penelitian mengenai kebermaknaan hidup pada pasangan suami istri penghafal Al-Qur'an semakin relevan apabila dikaitkan dengan berbagai fenomena kehidupan keluarga di Indonesia. Keluarga merupakan unit sosial terkecil yang berperan penting dalam membentuk kualitas sumber daya manusia, kesehatan mental, serta kesejahteraan masyarakat. Keharmonisan keluarga tidak hanya dipengaruhi oleh faktor ekonomi atau sosial, tetapi juga oleh kemampuan pasangan dalam memaknai kehidupan pernikahan, menghadapi berbagai tantangan secara bersama, serta mempertahankan hubungan yang sehat secara psikologis dan spiritual. Oleh karena itu, memahami faktor-faktor yang mampu memperkuat kebermaknaan hidup pasangan menjadi penting sebagai upaya mendukung terciptanya keluarga yang sehat dan harmonis.

Urgensi tersebut didukung oleh data empiris mengenai kondisi keluarga di Indonesia. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS), angka perceraian di Indonesia masih menunjukkan tren yang tinggi dalam beberapa tahun terakhir. Perselisihan dan pertengkaran yang terjadi secara terus-menerus menjadi faktor penyebab utama perceraian, diikuti oleh permasalahan ekonomi, salah satu pihak meninggalkan pasangan, kekerasan dalam rumah tangga, serta faktor-faktor lainnya. Tingginya angka perceraian menunjukkan bahwa banyak pasangan masih menghadapi kesulitan dalam mempertahankan kualitas hubungan pernikahan ketika dihadapkan pada berbagai tekanan kehidupan. Kondisi tersebut mengindikasikan pentingnya upaya untuk memahami faktor-faktor psikologis dan spiritual yang dapat membantu pasangan membangun hubungan yang lebih adaptif, resilien, dan bermakna.

Selain tingginya angka perceraian, kondisi kesehatan mental masyarakat Indonesia juga menjadi perhatian penting. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Tahun 2018 menunjukkan bahwa gangguan mental emosional pada penduduk usia 15

tahun ke atas masih ditemukan dalam jumlah yang cukup signifikan. Berbagai bentuk tekanan psikologis, seperti kecemasan, stres, dan depresi, tidak hanya berdampak pada individu, tetapi juga memengaruhi kualitas hubungan dalam keluarga. Individu yang mengalami tekanan psikologis cenderung mengalami kesulitan dalam mengelola emosi, berkomunikasi secara efektif, serta menyelesaikan konflik secara konstruktif. Akibatnya, kesehatan mental menjadi salah satu faktor yang menentukan keberlangsungan dan kualitas kehidupan rumah tangga.

Kesehatan mental keluarga merupakan aspek penting yang perlu mendapat perhatian karena keluarga menjadi lingkungan pertama tempat individu memperoleh dukungan emosional, rasa aman, serta pembelajaran mengenai hubungan interpersonal. Keluarga yang memiliki kondisi psikologis yang sehat akan lebih mampu membangun komunikasi yang efektif, menyelesaikan konflik secara adaptif, serta menciptakan suasana yang mendukung perkembangan seluruh anggota keluarga. Sebaliknya, keluarga yang mengalami tekanan psikologis berkepanjangan berisiko mengalami penurunan kualitas hubungan, meningkatnya konflik, hingga terjadinya disfungsi keluarga. Oleh karena itu, upaya untuk memperkuat kesehatan mental keluarga tidak hanya dilakukan melalui pendekatan klinis, tetapi juga melalui penguatan nilai-nilai yang mampu memberikan makna, harapan, dan ketahanan psikologis dalam kehidupan sehari-hari.

Dalam konteks tersebut, pasangan suami istri penghafal Al-Qur'an menjadi kelompok yang menarik untuk dikaji karena mereka memiliki sumber daya spiritual yang khas. Aktivitas menghafal Al-Qur'an, *muraja'ah*, serta pengamalan nilai-nilai Al-Qur'an berpotensi menjadi mekanisme koping religius (*religious coping*) yang membantu pasangan menghadapi berbagai tekanan kehidupan. Nilai-nilai seperti kesabaran (*ṣabr*), syukur (*syukr*), tawakal (*tawakkul*), dan keikhlasan yang terkandung dalam Al-Qur'an diyakini mampu memperkuat ketahanan psikologis serta membantu pasangan menemukan makna di balik berbagai pengalaman kehidupan. Namun demikian, bagaimana nilai-nilai tersebut dihayati dan diwujudkan dalam kehidupan

rumah tangga pasangan penghafal Al-Qur'an masih belum banyak dijelaskan melalui penelitian empiris, khususnya menggunakan pendekatan kualitatif.

Penelitian ini juga memiliki kontribusi akademik terhadap pengembangan psikologi Islam. Selama ini, kajian psikologi mengenai kebermaknaan hidup lebih banyak didasarkan pada teori-teori psikologi Barat, seperti logoterapi Viktor Frankl dan psikologi positif. Meskipun teori-teori tersebut memberikan landasan konseptual yang kuat, penerapannya dalam konteks masyarakat Muslim memerlukan pengayaan melalui nilai-nilai spiritual yang bersumber dari ajaran Islam. Penelitian mengenai pasangan suami istri penghafal Al-Qur'an diharapkan dapat memperluas pemahaman mengenai bagaimana Al-Qur'an tidak hanya berfungsi sebagai pedoman ibadah, tetapi juga sebagai sumber makna hidup, ketahanan psikologis, dan keharmonisan keluarga. Dengan demikian, hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi terhadap pengembangan konsep kebermaknaan hidup dalam perspektif psikologi Islam.

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi konselor keluarga, psikolog, penyuluh agama, lembaga pendidikan *tahfidz*, serta masyarakat dalam memahami pentingnya aspek spiritual sebagai salah satu sumber kebermaknaan hidup dalam kehidupan pernikahan. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi pasangan suami istri, khususnya pasangan penghafal Al-Qur'an, dalam membangun kehidupan rumah tangga yang tidak hanya harmonis secara sosial, tetapi juga bermakna secara psikologis dan spiritual. Berdasarkan berbagai pertimbangan tersebut, penelitian mengenai kebermaknaan hidup pada pasangan suami istri penghafal Al-Qur'an menjadi penting untuk dilakukan karena memiliki relevansi teoritis, empiris, dan praktis dalam mendukung pengembangan ilmu psikologi, khususnya psikologi Islam, serta upaya meningkatkan kualitas kehidupan keluarga di Indonesia.

Berdasarkan uraian fenomena, kajian teoritis, serta kesenjangan penelitian yang telah dipaparkan, penelitian mengenai kebermaknaan hidup pada pasangan suami istri penghafal Al-Qur'an menjadi penting untuk dilakukan. Penelitian ini berupaya memahami bagaimana pasangan *hafidz* dan *hafidzah* memaknai kehidupan pernikahan yang mereka jalani di tengah tanggung jawab sebagai penghafal Al-Qur'an sekaligus sebagai suami, istri, dan anggota masyarakat. Berbagai dinamika yang mereka hadapi, seperti pembagian peran, pengasuhan anak, pemenuhan kebutuhan ekonomi, serta kewajiban menjaga hafalan Al-Qur'an, diperkirakan membentuk pengalaman hidup yang khas dan berbeda dengan pasangan pada umumnya. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan mampu memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai proses terbentuknya kebermaknaan hidup dalam kehidupan pernikahan pasangan penghafal Al-Qur'an.

Pemilihan Kelurahan Madureso, Kecamatan Temanggung, Kabupaten Temanggung sebagai lokasi penelitian didasarkan pada beberapa pertimbangan. Kelurahan Madureso memiliki masyarakat dengan kehidupan keagamaan yang berkembang, ditandai dengan adanya aktivitas pembelajaran Al-Qur'an, kegiatan keagamaan, serta keberadaan pasangan suami istri yang sama-sama berstatus sebagai penghafal Al-Qur'an. Kondisi tersebut memberikan peluang bagi peneliti untuk memperoleh informasi yang sesuai dengan fokus penelitian mengenai kebermaknaan hidup pada pasangan *hafidz* dan *hafidzah*. Selain itu, lokasi penelitian dipilih karena memungkinkan peneliti melakukan observasi secara lebih mendalam dan membangun hubungan yang baik dengan informan sehingga proses pengumpulan data dapat berlangsung secara optimal. Pertimbangan tersebut diharapkan dapat menghasilkan data yang kaya, mendalam, dan mampu menggambarkan pengalaman hidup informan secara komprehensif.

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan dan memahami kebermaknaan hidup pada pasangan suami istri penghafal Al-Qur'an dalam konteks kehidupan rumah tangga. Secara khusus, penelitian ini bertujuan untuk mengungkap gambaran

kebermaknaan hidup yang dimiliki pasangan penghafal Al-Qur'an, mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi terbentuknya kebermaknaan hidup, serta memahami dinamika yang mereka alami dalam menjalankan peran sebagai pasangan suami istri sekaligus sebagai penghafal Al-Qur'an. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif berpendekatan fenomenologis, penelitian ini diharapkan mampu menangkap pengalaman subjektif informan secara mendalam sehingga menghasilkan pemahaman yang utuh mengenai makna kehidupan yang mereka rasakan.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi baik secara teoretis maupun praktis. Secara teoretis, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian psikologi, khususnya psikologi positif dan psikologi Islam, melalui pemahaman mengenai kebermaknaan hidup dalam konteks pasangan suami istri penghafal Al-Qur'an. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi referensi bagi pengembangan konsep kebermaknaan hidup yang mengintegrasikan aspek psikologis dan spiritual berdasarkan nilai-nilai Al-Qur'an. Secara praktis, hasil penelitian diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi pasangan suami istri, penghafal Al-Qur'an, konselor keluarga, psikolog, penyuluh agama, serta lembaga pendidikan *tahfidz* dalam memahami pentingnya kebermaknaan hidup sebagai salah satu faktor yang mendukung ketahanan psikologis, keharmonisan keluarga, dan kualitas kehidupan pernikahan. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan bagi peneliti selanjutnya yang tertarik mengembangkan kajian mengenai kebermaknaan hidup, spiritualitas, psikologi keluarga, maupun psikologi Islam dalam konteks kehidupan masyarakat Indonesia.

Berdasarkan keseluruhan uraian tersebut, penelitian mengenai kebermaknaan hidup pada pasangan suami istri penghafal Al-Qur'an menjadi relevan untuk dilakukan karena tidak hanya memberikan gambaran mengenai pengalaman psikologis dan spiritual pasangan *hafidz* dan *hafidzah*, tetapi juga memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu pengetahuan dan praktik psikologi, khususnya dalam memahami bagaimana nilai-nilai Al-Qur'an menjadi sumber makna yang memperkuat kualitas

kehidupan pernikahan, ketahanan keluarga, serta kesejahteraan psikologis secara berkelanjutan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, penelitian ini berfokus pada kebermaknaan hidup yang dimiliki oleh pasangan suami istri penghafal Al-Qur'an dalam menjalani kehidupan berumah tangga. Berbagai dinamika yang mereka hadapi, seperti pembagian peran, pengasuhan anak, tuntutan ekonomi, pemeliharaan hafalan Al-Qur'an, serta tantangan kehidupan kontemporer, menunjukkan bahwa pasangan *hafidz* dan *hafidzah* memiliki pengalaman hidup yang khas. Pengalaman tersebut menarik untuk dikaji karena tidak hanya berkaitan dengan aspek psikologis, tetapi juga dipengaruhi oleh nilai-nilai spiritual yang bersumber dari Al-Qur'an.

Berdasarkan fokus penelitian tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

"Bagaimana kebermaknaan hidup pada pasangan suami istri penghafal Al-Qur'an dalam menjalani kehidupan berumah tangga?"

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah ditetapkan, penelitian ini bertujuan untuk memahami dan mendeskripsikan secara mendalam kebermaknaan hidup pada pasangan suami istri penghafal Al-Qur'an dalam menjalani kehidupan berumah tangga. Secara khusus, tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Mendeskripsikan gambaran kebermaknaan hidup pada pasangan suami istri penghafal Al-Qur'an dalam menjalani kehidupan berumah tangga.
2. Mengidentifikasi dan menganalisis faktor-faktor yang memengaruhi terbentuknya kebermaknaan hidup pada pasangan suami istri penghafal Al-Qur'an.

3. Menganalisis dinamika kebermaknaan hidup pada pasangan suami istri penghafal Al-Qur'an dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan berumah tangga.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi konseptual dan memperkaya kajian akademis dalam bidang psikologi agama, psikologi keluarga, psikologi positif, dan fenomenologi, khususnya terkait dengan integrasi antara pengalaman spiritual transendental, resiliensi keluarga, dan pencarian makna hidup. Hasil penelitian ini juga dapat dijadikan pijakan teoretis untuk penelitian-penelitian sejenis di masa depan. Lebih dari itu, temuan ini memperluas diskursus mengenai aplikasi psikologi positif dalam konteks masyarakat religius di Indonesia. Hasil penelitian ini juga dapat dijadikan pijakan teoretis untuk penelitian-penelitian sejenis di masa depan. Lebih dari itu, temuan ini memperluas diskursus mengenai aplikasi psikologi positif dalam konteks masyarakat religius di Indonesia.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat menjadi bahan refleksi, rujukan edukatif, dan konseling praktis bagi pasangan suami-istri penghafal Al-Qur'an serta masyarakat Muslim pada umumnya dalam menghadapi konflik relasional, membangun ketahanan keluarga, dan menemukan kembali kebermaknaan hidup melalui optimalisasi nilai-nilai spiritual. Rekomendasi yang dihasilkan dapat diaplikasikan oleh lembaga konseling pernikahan Islam. Diharapkan pula masyarakat luas dapat memperoleh inspirasi dalam menyelaraskan peran domestik dan spiritual. Rekomendasi yang dihasilkan dapat diaplikasikan oleh lembaga konseling pernikahan Islam. Diharapkan pula masyarakat luas dapat memperoleh inspirasi dalam menyelaraskan peran domestik dan spiritual.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai dinamika kebermaknaan hidup pada pasangan suami-istri penghafal Al-Qur'an di Kelurahan Madureso, Kecamatan Temanggung, Kabupaten Temanggung, dapat disimpulkan bahwa kebermaknaan hidup para pasangan huffaz terbentuk melalui proses internalisasi nilai-nilai Al-Qur'an yang tercermin dalam prinsip hidup individu maupun kehidupan pernikahan mereka. Nilai-nilai seperti amanah, syukur, kedisiplinan, birrul walidain, dan orientasi mencari keridhaan Allah menjadi landasan utama dalam memaknai berbagai peran dan tanggung jawab kehidupan. Dalam kehidupan pernikahan, pasangan penghafal Al-Qur'an memandang pernikahan sebagai sarana ibadah dan kemitraan spiritual untuk mencapai keberkahan serta menjaga hafalan Al-Qur'an bersama. Visi tersebut diwujudkan melalui berbagai rutinitas individu dan bersama, seperti murojaah mandiri, simakan hafalan, pembagian peran domestik yang fleksibel, serta saling mendukung dalam aktivitas keagamaan. Praktik-praktik tersebut tidak hanya membantu menjaga kualitas hafalan, tetapi juga memperkuat hubungan emosional dan spiritual antar pasangan.

Meskipun menghadapi berbagai tantangan, seperti beban peran ganda, keterbatasan ekonomi, dan pengaruh negatif media sosial yang berpotensi mengganggu komitmen pernikahan, pasangan huffaz mampu menghadapi hambatan tersebut melalui coping religius yang berlandaskan nilai-nilai Al-Qur'an. Mereka memandang setiap kesulitan sebagai ujian yang harus dihadapi dengan kesabaran, muhasabah, komunikasi, dan penguatan kembali komitmen kepada Allah. Kebermaknaan hidup yang bersumber dari nilai-nilai Al-Qur'an memberikan dampak positif terhadap regulasi emosi, optimisme dalam menghadapi permasalahan, serta ketahanan keluarga

yang lebih kuat. Dengan demikian, Al-Qur'an tidak hanya berfungsi sebagai pedoman ibadah, tetapi juga menjadi sumber utama pembentukan makna hidup, resiliensi psikologis, dan ketahanan pernikahan pada pasangan penghafal Al-Qur'an.

B. Saran

Berdasarkan temuan dan kesimpulan penelitian, berikut disampaikan sejumlah saran yang diharapkan dapat memberikan manfaat bagi berbagai pihak yang terkait. Saran-saran ini disusun berdasarkan analisis kebutuhan riil yang diidentifikasi dari tantangan para huffaz di lapangan. Peneliti membagi rekomendasi ini ke dalam ranah keilmuan bagi akademisi berikutnya.

1. Bagi Pasangan Penghafal Al-Qur'an

Bagi pasangan suami-istri yang sama-sama atau salah satunya merupakan penghafal Al-Qur'an, terdapat beberapa rekomendasi praktis yang dapat memperkuat kebermaknaan hidup mereka. Rekomendasi ini dirumuskan berdasarkan refleksi atas keberhasilan strategi koping relasional para informan. Diharapkan saran-saran berikut mampu membantu pasangan sejenis dalam merawat keharmonisan perkawinan mereka.

Pertama, jadikan murajaah bersama sebagai prioritas relasional, bukan hanya kewajiban individual. Aktivitas saling menyimak hafalan memiliki potensi besar untuk mempererat ikatan emosional dan spiritual sekaligus menjaga kualitas hafalan. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa momen murajaah bersama adalah salah satu momen kebersamaan paling bermakna yang dirasakan oleh pasangan penghafal Al-Qur'an.

Kedua, bangun prinsip keseimbangan dan saling mendukung sebagai nilai dasar rumah tangga. Pembagian peran yang adil, termasuk dalam tugas domestik, terbukti menciptakan ruang yang lebih kondusif bagi kedua pasangan untuk menjaga konsistensi murajaah dan merawat kebermaknaan hidup bersama. Saling pengertian ini meminimalkan timbulnya kelelahan fisik (burnout) yang dapat mengganggu kekhusyukan ibadah harian.

Ketiga, aktif terlibat dalam komunitas simaan atau kelompok tahfidz di lingkungan sekitar. Komunitas ini tidak hanya berfungsi sebagai forum pengecekan hafalan, tetapi juga sebagai sumber dukungan sosial, motivasi, dan akuntabilitas yang membantu mempertahankan konsistensi di tengah berbagai tantangan kehidupan. Ikatan sosial keagamaan yang terjalin dengan sesama rekan huffaz bertindak sebagai penguat spiritual saat terjadi penurunan motivasi internal.

Keempat, yakni bahwa tantangan dan fluktuasi semangat dalam menjaga hafalan adalah bagian dari perjalanan yang normal. Yang terpenting adalah kembali istiqomah setelah setiap pasang surut, dengan mengingat kembali niat awal dan tujuan yang lebih besar di balik hafalan yang diperjuangkan. Sikap mental yang penuh kelenturan spiritual (*spiritual flexibility*) ini menghindarkan diri dari keputusan eksistensial.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini merupakan salah satu studi awal yang secara khusus mengkaji kebermaknaan hidup pada pasangan penghafal Al-Qur'an di lingkungan masyarakat umum (*non-pesantren*). Oleh karena itu, masih terdapat banyak ruang eksplorasi yang dapat menjelajahi oleh peneliti-peneliti selanjutnya. Keterbatasan jangkauan penelitian ini menjadi celah ilmiah yang sangat menarik untuk dieksplorasi lebih jauh. Peneliti lain dapat merancang desain riset yang lebih bervariasi berdasarkan temuan awal ini.

Pertama, penelitian ini hanya melibatkan dua pasangan dengan jumlah informan yang terbatas. Penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas jumlah informan, mencakup variasi yang lebih beragam dalam hal usia pernikahan, jumlah anak, tingkat pendidikan, dan konteks geografis, untuk menghasilkan gambaran yang lebih komprehensif tentang fenomena yang diteliti. Perluasan sampel ini berguna untuk menguji tingkat aplikasi model resiliensi pernikahan transendental huffaz secara lebih general.

Kedua, penelitian selanjutnya dapat mengeksplorasi perspektif komparatif antara pasangan penghafal Al-Qur'an yang tinggal di lingkungan pesantren dengan

yang tinggal di masyarakat umum, untuk memahami bagaimana konteks lingkungan memengaruhi dinamika kebermaknaan hidup dan strategi menjaga hafalan. Studi komparasi semacam itu akan menyingkap pengaruh struktur lingkungan sosial secara kontras terhadap pemeliharaan hafalan. Temuan tersebut dapat memberikan kontribusi penting bagi ekologi perkembangan spiritualitas keluarga.

Ketiga, disarankan untuk mengembangkan penelitian mixed methods yang menggabungkan pendekatan kualitatif fenomenologis dengan instrumen kuantitatif yang terstandarisasi (seperti Meaning in Life Questionnaire dari Steger et al., 2006, atau skala kesejahteraan psikologis Ryff), untuk menghasilkan data yang lebih kaya dan dapat digeneralisasi. Penggabungan data statistik kuantitatif dan kedalaman kualitatif fenomenologis akan menghasilkan analisis yang kokoh dan komprehensif. Upaya ini penting untuk membuktikan secara empiris korelasi spiritualitas dengan kesejahteraan mental.

Keempat, penelitian longitudinal yang mengikuti perjalanan pasangan penghafal Al-Qur'an dalam berbagai tahap kehidupan, dari awal pernikahan, kelahiran anak pertama, hingga tahap keluarga yang lebih matang, akan memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang bagaimana kebermaknaan hidup berkembang dan berubah seiring waktu. Dengan memantau perubahan relasional di setiap transisi siklus hidup keluarga, pola kerentanan spiritual dapat diidentifikasi secara presisi. Kajian longitudinal ini akan menjadi rujukan berharga bagi psikologi perkembangan perkawinan.

Kelima, penelitian mendatang dapat pula mengkaji perspektif yang lebih spesifik pada hafidzah (perempuan penghafal Al-Qur'an) yang merangkap sebagai ibu rumah tangga atau pekerja profesional, kelompok yang menghadapi tantangan unik dalam menjaga hafalan dan menemukan kebermaknaan hidup di tengah tuntutan peran ganda yang sangat berat. Kelompok ini kerap mengalami beban ganda yang memicu kelelahan kognitif tinggi dalam mempertahankan hafalan 30 juz. Studi khusus tentang ketahanan psikologis hafidzah akan melengkapi potret keadilan gender dalam ranah spiritual.

DAFTAR PUSTAKA

- Afzal, A., & Khan, M. A. (2016). The impact of memorizing Quran on the psychological health of students. *Journal of Religion and Health*, 55(6), 2074-2084.
- Al-Ghazali, A. H. (2005). *Ihya Ulumuddin: The Revival of the Religious Sciences*. Kuala Lumpur: Islamic Book Trust.
- Andi Ferdana, Y. (2016). Pengaruh Durasi Pernikahan terhadap Kebahagiaan Pasangan. *Jurnal Psikologi Pernikahan dan Keluarga*.
- Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Bastaman, H. D. (2007). *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497-529.
- Bowlby, J. (1988). *A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development*. New York: Basic Books.
- Bradbury, T. N., & Karney, B. R. (2010). *Intimate Relationships*. New York, NY: W. W. Norton & Company.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The Ecology of Human Development*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Canary, D. J., & Dindia, K. (1998). *Sex Differences and Similarities in Communication*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Conger, R. D., Elder, G. H., Lorenz, F. O., Conger, K. J., Simons, R. L., Whitbeck, L. B., & Melby, J. N. (1990). Linking economic hardship to marital quality and instability. *Journal of Marriage and the Family*, 52(3), 643-656.

- Creswell, J. W. (2016). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (4th ed.). SAGE Publications.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268.
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and Society* (2nd ed.). New York: W. W. Norton & Company.
- Frankl, V. E. (1946). *Man's Search for Meaning*. Boston: Beacon Press.
- Glass, S. P., & Wright, T. L. (1992). Justifications for extramarital relationships: The association between attitudes, behaviors, and gender. *Journal of Sex Research*, 29(3), 361-387.
- Goldenberg, I., & Goldenberg, H. (2013). *Family Therapy: An Overview* (8th ed.). Belmont, CA: Brooks/Cole.
- Gottman, J. M., & Silver, N. (1999). *The Seven Principles for Making Marriage Work*. New York: Crown Publishers.
- Gordon, K. C., Baucom, D. H., & Snyder, D. K. (2004). An integrative intervention for promoting recovery from extramarital affairs. *Journal of Marital and Family Therapy*, 30(2), 213-231.
- Ibrahim, A. (2003). *Pengumpulan dan Pembukuan Al-Qur'an*. Jakarta: Pustaka Al Kautsar.
- Johnson, S. M. (2004). *The Practice of Emotionally Focused Couple Therapy: Creating Connection* (2nd ed.). New York: Brunner-Routledge.
- Katsir, I. (2012). *Keutamaan Menghafal Al-Qur'an*. Riyadh: Darussalam Publishers.

- Locke, E. A., & Latham, G. P. (2002). Building a practically useful theory of goal setting and task motivation: A 35-year odyssey. *American Psychologist*, 57(9), 705-717.
- Mahmood, K., & O'Doherty, K. (2016). Understanding relationality and family life through Qur'anic verses and prophetic sayings. *Journal of Religion & Spirituality in Social Work: Social Thought*, 35(3), 222-237.
- Mahoney, A. (2010). Religion in families, 1999-2009: A relational spirituality framework. *Journal of Marriage and Family*, 72(4), 805-827.
- Mahoney, A., Pargament, K. I., Jewell, T., Swank, A. B., Scott, E., Emery, E., & Rye, M. (1999). Marriage and the spiritual realm: The role of proximal and distal religious constructs in marital functioning. *Journal of Family Psychology*, 13(3), 321-338.
- Marks, L. D. (2005). Religion and bio-psycho-social health: A review and conceptual model. *Journal of Family Psychology*, 19(2), 287-299.
- Martela, F., & Steger, M. F. (2016). The three meanings of meaning in life: Distinguishing coherence, purpose, and significance. *Journal of Positive Psychology*, 11(5), 531-545.
- Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50(4), 370-396.
- Moleong, L. J. (2015). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Olson, D. H., & DeFrain, J. (2003). *Marriages and Families: Intimacy, Diversity, and Strengths* (4th ed.). New York, NY: McGraw-Hill.
- Oman, D., & Thoresen, C. E. (2002). Does religion cause health? Differing interpretations and diverse meanings. *Journal of Health Psychology*, 7(4), 365-380.

- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human Development* (11th ed.). New York, NY: McGraw-Hill.
- Pargament, K. I. (1997). *The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice*. New York: Guilford Press.
- Park, C. L. (2005). Religion as a meaning-making framework in coping with life stress. *Journal of Social Issues*, 61(4), 707-729.
- Rahman, F., & Rahim, A. (2013). The role of the Quran in daily life. *Al-Jami'ah: Journal of Islamic Studies*, 51(1), 175-198.
- 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., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727.
- Saleh, A. S. (2015). Psychological effects of the Quran on the human soul. *Journal of Islamic Studies and Culture*, 3(2), 77-81.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14.
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment*. New York: Free Press.
- Sirjani, A., & Khaliq, A. (2007). *Tanggung Jawab Penghafal Al-Qur'an*. Kairo: Maktabah Wahbah.
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80-93.

Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review*, 93(2), 119-135.

Subandi, M. (2010). *Psikologi Menghafal Al-Qur'an*. Bandung: Pustaka Setia.

Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

United Nations. (2019). *World Marriage Data 2019*. Department of Economic and Social Affairs, Population Division.

