

**KONTRIBUSI MANAJEMEN WAKTU, KECERDASAN EMOSIONAL,  
DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KEMAMPUAN MENGHAFAZ  
AL-QUR'AN PADA MAHASISWI MARKAZ TAHFIZ AL-QUR'AN  
UNIVERSITAS DARUSSALAM GONTOR PUTRI**



Oleh: Anggun Windi Astuti

NIM: 24204011013

**TESIS**

Diajukan kepada Program Magister (S2)  
Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan  
Kalijaga untuk Memenuhi Salah Satu Syarat guna  
Memperoleh Gelar Magister Pendidikan (M.Pd.)

Program Studi Pendidikan Agama Islam

**Yogyakarta**

**2026**

## PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN  
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 513056 Fax. (0274) 586117 Yogyakarta 55281

### PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-2940/Un.02/DT/PP.00.9/08/2026

Tugas Akhir dengan judul : KONTRIBUSI MANAJEMEN WAKTU, KECERDASAN EMOSIONAL, DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KEMAMPUAN MENGHAFAL AL-QUR'AN PADA MAHASISWI MARKAZ TAHFIZ AL-QUR'AN UNIVERSITAS DARUSSALAM GONTOR PUTRI

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : ANGGUN WINDI ASTUTI, S.Pd.  
Nomor Induk Mahasiswa : 24204011013  
Telah diujikan pada : Senin, 24 Agustus 2026  
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

### TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang

Jamil Suprihatiningrum, S.Pd.Si., M.Pd.Si., Ph.D.  
SIGNED

Valid ID: 6a8e657d1758d



Penguji I

Prof. Dr. Eva Latipah, S.Ag., S.Psi., M.Si.  
SIGNED

Valid ID: 6a8e6d82b4448



Penguji II

Prof. Dr. H Tulus Musthofa, Lc., MA  
SIGNED

Valid ID: 6a8e7d08598a3



Yogyakarta, 24 Agustus 2026

UIN Sunan Kalijaga  
Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan

Prof. Dr. Sigit Purnama, S.Pd.I., M.Pd.  
SIGNED

Valid ID: 6a8e9eb499fca

## PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Anggun Windi Astuti

NIM : 24204011013

Jenjang : Magister (S2)

Program Studi : Pendidikan Agama Islam

Fakultas : Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga

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

Yogyakarta, 31 Agustus 2026

Saya yang menyatakan



Anggun Windi Astuti

NIM. 24204011013

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Anggun Windi Astuti

NIM : 24204011013

Jenjang : Magister (S2)

Program Studi : Pendidikan Agama Islam

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

Yogyakarta, 31 Juli 2026

Saya yang menyatakan



Anggun Windi Astuti

NIM. 24204011013

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah  
dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga  
Yogyakarta

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap penulisan tesis yang berjudul:  
**KONTRIBUSI MANAJEMEN WAKTU, KECERDASAN EMOSIONAL DAN  
DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KEMAMPUAN MENGHAFAAL AL-QURAN  
MAHASISWI MARKAZ TAHFIDZIL-QUR'AN UNIVERSITAS DARUSSALAM  
GONTOR**

Yang ditulis oleh:

Nama : Anggun Windi Astuti

NIM : 24204011013

Jenjang : Magister (S2)

Program Studi : Pendidikan Agama Islam

Saya berpendapat bahwa tesis tersebut sudah dapat diajukan kepada program Magister (S2)  
Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk diajukan  
dalam rangka memperoleh gelar Magister Pendidikan (M.Pd).

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Yogyakarta, 31 Juli 2026

Pembimbing



Jamil Suprihatiningrum, S.Pd.Si., M.Pd.Si., Ph.D.  
NIP. 198402052011012008

## SURAT PERNYATAAN BERJILBAB

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Anggun Windi Astuti  
NIM : 24204011013  
Jenjang : Magister (S2)  
Program Studi : Pendidikan Agama Islam  
Fakultas : Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga

Menyatakan dengan ini, bahwa sesungguhnya saya tidak menuntut kepada program studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta (atas pemakaian jilbab dalam ijazah Strata Dua), seandainya suatu hari nanti terdapat instansi yang menolak ijazah tersebut dikarenakan penggunaan jilbab.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan penuh kesadaran atas ridha Allah Swt.

Yogyakarta, 31 Juli 2026

Saya yang menyatakan



Anggun Windi Astuti

NIM. 24204011013

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## ABSTRAK

Kemampuan menghafal Al-Qur'an merupakan salah satu capaian penting dalam program tahfiz di perguruan tinggi Islam. Proses menghafal tidak hanya berkaitan dengan kemampuan kognitif, tetapi juga dipengaruhi oleh kemampuan mahasiswa dalam mengelola waktu, mengatur kondisi emosional, dan memperoleh dukungan dari lingkungan sosial. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kontribusi manajemen waktu, kecerdasan emosional, dan dukungan sosial terhadap kemampuan menghafal Al-Qur'an, baik secara parsial maupun simultan, serta mengidentifikasi prediktor yang memiliki kontribusi relatif paling kuat pada mahasiswi Markaz Tahfiz Al-Qur'an Universitas Darussalam Gontor.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional potong lintang (*cross-sectional*). Subjek penelitian berjumlah 74 mahasiswi Markaz Tahfiz Al-Qur'an Universitas Darussalam Gontor yang dipilih menggunakan teknik total sampling. Data manajemen waktu, kecerdasan emosional, dan dukungan sosial diperoleh melalui kuesioner berskala Likert, sedangkan kemampuan menghafal Al-Qur'an diukur menggunakan tes lisan hafalan. Analisis data dilakukan menggunakan statistik deskriptif dan regresi linear berganda dengan bantuan IBM SPSS Statistics 25 setelah terpenuhinya asumsi regresi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa manajemen waktu berpengaruh positif dan signifikan terhadap kemampuan menghafal Al-Qur'an ( $\beta = 0,533$ ;  $p = 0,000$ ), kecerdasan emosional berpengaruh positif dan signifikan ( $\beta = 0,254$ ;  $p = 0,005$ ), dan dukungan sosial juga berpengaruh positif dan signifikan ( $\beta = 0,196$ ;  $p = 0,020$ ). Secara simultan, ketiga variabel tersebut berpengaruh positif dan signifikan terhadap kemampuan menghafal Al-Qur'an ( $F = 29,353$ ;  $p = 0,000$ ). Nilai  $R^2 = 0,557$  menunjukkan kontribusi sebesar 55,7% variasi kemampuan menghafal Al-Qur'an, sedangkan 44,3% dipengaruhi faktor lain di luar model. Manajemen waktu menjadi prediktor dengan kontribusi relatif paling kuat. Penelitian ini merekomendasikan penguatan strategi pengelolaan waktu, pengembangan kemampuan regulasi emosi, serta optimalisasi dukungan sosial dalam pembinaan program tahfiz di perguruan tinggi.

*Kata kunci:* kemampuan menghafal Al-Qur'an, manajemen waktu, kecerdasan emosional, dukungan sosial, regresi linear berganda, mahasiswi tahfiz.

## ABSTRACT

The ability to memorize the Qur'an is one of the important achievements in tahfiz programs at Islamic higher education institutions. The memorization process is not only related to cognitive abilities but is also influenced by students' ability to manage their time, regulate their emotional conditions, and obtain support from their social environment. This study aims to analyze the contribution of time management, emotional intelligence, and social support to Qur'an memorization ability, both partially and simultaneously, as well as to identify the predictor with the strongest relative contribution among female students of the Qur'an Tahfiz Center at Universitas Darussalam Gontor.

This study employed a quantitative approach with a cross-sectional correlational design. The subjects consisted of 74 female students of the Qur'an Tahfiz Center at Universitas Darussalam Gontor, selected using a total sampling technique. Data on time management, emotional intelligence, and social support were collected through Likert-scale questionnaires, while Qur'an memorization ability was measured using an oral memorization test. Data were analyzed using descriptive statistics and multiple linear regression with the assistance of IBM SPSS Statistics 25 after the regression assumptions had been met.

The results showed that time management had a positive and significant effect on Qur'an memorization ability ( $\beta = 0.533$ ;  $p = 0.000$ ), emotional intelligence had a positive and significant effect ( $\beta = 0.254$ ;  $p = 0.005$ ), and social support also had a positive and significant effect ( $\beta = 0.196$ ;  $p = 0.020$ ). Simultaneously, the three variables had a positive and significant effect on Qur'an memorization ability ( $F = 29.353$ ;  $p = 0.000$ ). The  $R^2$  value of 0.557 indicates that the model explained 55.7% of the variance in Qur'an memorization ability, while the remaining 44.3% was explained by other factors outside the model. Time management was the predictor with the strongest relative contribution. This study recommends strengthening time management strategies, developing emotional regulation skills, and optimizing social support in the development of tahfiz programs at higher education institutions.

*Keywords:* Qur'an memorization ability, time management, emotional intelligence, social support, multiple linear regression, female tahfiz students.

# **PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB LATIN**

## **KEPUTUSAN BERSAMA**

### **MENTERI AGAMA DAN MENTERI PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN**

#### **REPUBLIK INDONESIA**

Nomor: 158 Tahun 1987

Nomor: 0543b/U/1987

Transliterasi dimaksudkan sebagai pengalih-hurufan dari abjad yang satu ke abjad yang lain. Transliterasi Arab-Latin disini ialah penyalinan huruf-huruf Arab dengan huruf-huruf Latin beserta perangkatnya.

#### **A. Konsonan**

Fonem konsonan bahasa Arab yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf. Dalam transliterasi ini sebagian dilambangkan dengan huruf dan sebagian dilambangkan dengan tanda, dan sebagian lagi dilambangkan dengan huruf dan tanda sekaligus. Berikut ini daftar huruf Arab yang dimaksud dan transliterasinya dengan huruf latin:

| <b>Huruf Arab</b> | <b>Nama</b> | <b>Huruf Latin</b> | <b>Nama</b>                |
|-------------------|-------------|--------------------|----------------------------|
| ا                 | Alif        | Tidak dilambangkan | Tidak dilambangkan         |
| ب                 | ba'         | B                  | Be                         |
| ت                 | ta'         | T                  | Te                         |
| ث                 | sa'         | s\                 | es (dengan titik di atas)  |
| ج                 | Jim         | J                  | Je                         |
| ح                 | ha'         | h}                 | ha (dengan titik di bawah) |
| خ                 | Kha         | Kh                 | ka dan ha                  |
| د                 | Dal         | D                  | De                         |
| ذ                 | Zal         | z\                 | zet (dengan titik di atas) |

|   |        |    |                             |
|---|--------|----|-----------------------------|
| ر | ra'    | R  | Er                          |
| ز | Zai    | Z  | Zet                         |
| س | Sin    | S  | Es                          |
| ش | Syin   | Sy | es dan ye                   |
| ص | Sad    | s} | es (dengan titik di bawah)  |
| ض | Dad    | d} | de (dengan titik di bawah)  |
| ط | Ta     | t} | te (dengan titik di bawah)  |
| ظ | Za     | z} | zet (dengan titik di bawah) |
| ع | 'ain   | '  | koma terbalik di atas       |
| غ | Gain   | G  | Ge                          |
| ف | Fa     | F  | Ef                          |
| ق | Qaf    | Q  | Qi                          |
| ك | Kaf    | K  | Ka                          |
| ل | Lam    | L  | 'el                         |
| م | Mim    | M  | 'em                         |
| ن | Nun    | N  | 'en                         |
| و | Waw    | W  | W                           |
| ه | 'ha    | H  | Ha                          |
| ء | Hamzah | '  | Apostrof                    |
| ي | Ya     | Y  | Ye                          |

**B. Konsonan rangkap karena syaddah ditulis rangkap**

|        |         |              |
|--------|---------|--------------|
| متعددة | ditulis | muta'addidah |
| عدة    | ditulis | 'iddah       |

### C. Ta' Marbutah

Bila dimatikan ditulis h

|      |         |        |
|------|---------|--------|
| هبة  | Ditulis | Hibbah |
| جزية | Ditulis | Jizyah |

(ketentuan ini tidak diperlakukan terhadap kata-kata Arab yang sudah terserap ke dalam bahasa Indonesia seperti shalat, zakat, dan sebagainya, kecuali bila dikehendaki lafal aslinya). Bila diikuti dengan kata sandang “al” serta bacaan kedua itu terpisah, maka ditulis dengan h.

|                |         |                    |
|----------------|---------|--------------------|
| كرامة الأولياء | Ditulis | karaamah alauliya' |
|----------------|---------|--------------------|

Bila ta' marbutah hidup atau dengan harkat, fathah, kasrah, dan dammah ditulis t

|            |         |                |
|------------|---------|----------------|
| زكاة الفطر | Ditulis | zakaatul fit'r |
|------------|---------|----------------|

### D. Vokal Pendek

|   |         |   |
|---|---------|---|
| - | fathah  | A |
| - | Kasrah  | I |
| - | dhammah | U |

### E. Vokal Panjang

|                            |                    |                 |
|----------------------------|--------------------|-----------------|
| fathah + alif<br>جاهلية    | ditulis<br>ditulis | a<br>jahiliyyah |
| fathah + ya' mati<br>تتسى  | ditulis<br>ditulis | a<br>tansa      |
| kasrah + ya' mati<br>كري   | Ditulis<br>ditulis | i<br>karii      |
| dammah + wawu mati<br>فروض | ditulis<br>ditulis | u<br>furuud     |

### F. Vokal Rangkap

|                           |         |             |
|---------------------------|---------|-------------|
| fathah + ya mati<br>بينكم | ditulis | Ai Bainakum |
| fathah + wawu mati        | ditulis | au qaul     |

## MOTTO

وَلَقَدْ يَسَّرْنَا الْقُرْآنَ لِلذِّكْرِ فَهَلْ مِنْ مُدَكِّرٍ ﴿١٧﴾

*“Sungguh, Kami benar-benar telah memudahkan Al-Qur’an sebagai pelajaran. Maka, adakah orang yang mau mengambil pelajaran?” (Al-Qamar [54]: 17)*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

**PERSEMBAHAN**

*Tesis ini di persembahkan untuk almamater tercinta*

*Program Studi Magister Pendidikan Agama Islam*

*Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan*

*UIN Sunan Kalijaga*

*Yogyakarta*



## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah dengan syukur ke hadirat Allah Swt. yang telah melimpahkan rahmat, taufik, hidayah, serta inayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis yang berjudul “Kontribusi Manajemen Waktu, Kecerdasan Emosional, dan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Kemampuan Menghafal Al-Qur'an Mahasiswi Markaz Tahfidzil-Qur'an Universitas Darussalam Gontor” Tesis ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Magister Pendidikan (M.Pd.) pada Program Studi Magister Pendidikan Agama Islam, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Shalawat serta salam senantiasa tercurah kepada junjungan Nabi Muhammad saw., beserta keluarga, sahabat, dan seluruh umat Islam yang istiqamah mengikuti sunnah beliau hingga akhir zaman.

Penyusunan tesis ini tidak terlepas dari doa, dukungan, bantuan, bimbingan, serta motivasi dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Noorhaidi, S.Ag., M.A., M.Phil., Ph.D., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh pendidikan pada jenjang Magister.
2. Prof. Dr. Sigit Purnama, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta beserta jajarannya.
3. Dr. Dwi Ratnasari, S.Ag., M.Ag., selaku Ketua Program Studi Magister Pendidikan Agama Islam Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah memberikan arahan dan pelayanan akademik selama masa studi.
4. Jamil Suprihatiningrum, S.Pd.Si., M.Pd.Si., Ph.D., selaku dosen pembimbing tesis yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan,

arahan, masukan, motivasi, serta kesabaran dalam membimbing penulis hingga tesis ini dapat terselesaikan.

5. Prof. Dr. Eva Latipah, S.Ag., S.Psi., M.Si. selaku dosen penguji I dan Prof. Dr. H. Tulus Musthofa, Lc., MA. selaku dosen penguji II atas waktu, arahan, kritik, dan saran yang diberikan dalam penyempurnaan tesis ini.
6. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Magister Pendidikan Agama Islam Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah memberikan ilmu, pengalaman, serta inspirasi selama proses perkuliahan.
7. Ketua, pengelola, serta anggota Markaz Tahfidzil-Qur'an Universitas Darussalam Gontor yang telah memberikan izin, kesempatan, bantuan, serta kerja sama kepada penulis selama pelaksanaan penelitian.
8. Keluarga tercinta, terutama kepada ayahanda Samiin dan ibunda Kusyanti, yang senantiasa memberikan kasih sayang, doa yang tidak pernah putus, pengorbanan, dukungan moral maupun material, serta menjadi sumber kekuatan terbesar dalam setiap langkah kehidupan penulis. Terima kasih juga kepada kakak tercinta Agung Prasetyo Wibowo dan Devi Khikma, serta kedua keponakan tersayang Devano dan Keenan, yang selalu menghadirkan kebahagiaan dan semangat bagi penulis.
9. Sahabat-sahabat terbaik selama menempuh pendidikan Magister, yaitu Aisyah Rachmawati, Farkhatul Ummi, dan Yulianika, yang selalu menemani setiap proses, berbagi cerita, saling menguatkan, dan menjadi tempat bertukar pikiran. Terima kasih pula kepada seluruh keluarga besar Magister Pendidikan Agama Islam Kelas D yang telah menjadi teman seperjuangan dalam menempuh pendidikan ini.
10. Kepada Restu Hilwani Azra, *chairmate* sekaligus sahabat seperjuangan penulis sejak bangku SMA hingga bersama-sama menempuh pendidikan Magister di almamater yang sama. Terima kasih atas kebersamaan, cerita, tawa, doa, dukungan, serta semangat yang telah diberikan selama perjalanan panjang ini. Terima kasih telah menjadi teman yang selalu hadir dalam setiap proses, baik dalam suka maupun duka. Semoga persahabatan ini senantiasa terjaga dan Allah Swt. selalu melimpahkan keberkahan dalam setiap langkah kita.

11. Sahabat karib di rumah, Fitrotun Nisa dan Mila Ayu, yang selalu hadir memberikan semangat, doa, dan dukungan di setiap proses yang penulis lalui.
12. Seseorang yang tidak dapat disebutkan namanya. Terima kasih atas kepedulian, perhatian, dukungan, serta semangat yang telah diberikan kepada penulis, terutama dalam menjaga kesehatan mental dan mengingatkan bahwa setiap proses akan menemukan akhirnya.
13. Terakhir, kepada diri penulis sendiri. Terima kasih telah memilih untuk tetap bertahan, bangkit setiap kali merasa lelah, percaya pada proses, serta tidak menyerah meskipun banyak tantangan yang harus dihadapi. Semoga setiap perjuangan yang telah dilalui menjadi langkah menuju kehidupan yang lebih baik, penuh manfaat, dan senantiasa diridai Allah Swt.

Penulis menyadari bahwa tesis ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi penyempurnaan karya ini di masa yang akan datang. Akhir kata, penulis berharap semoga tesis ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang Pendidikan Agama Islam, serta menjadi salah satu kontribusi ilmiah bagi pengembangan kajian mengenai kemampuan menghafal Al-Qur'an.

Yogyakarta, 31 Juli 2026

Penulis



Anggun Windi Astuti, S.Pd.

NIM. 24204011013

## DAFTAR ISI

|                                     |      |
|-------------------------------------|------|
| PENGESAHAN .....                    | i    |
| PERNYATAAN KEASLIAN .....           | ii   |
| PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI.....      | iii  |
| NOTA DINAS PEMBIMBING .....         | iv   |
| PERNYATAAN BERJILBAB .....          | v    |
| ABSTRAK .....                       | vi   |
| PEDOMAN TRANSLITERASI .....         | viii |
| MOTTO.....                          | xi   |
| PERSEMBAHAN .....                   | xii  |
| KATA PENGANTAR.....                 | xiii |
| DAFTAR ISI .....                    | xvi  |
| DAFTAR TABEL.....                   | xx   |
| DAFTAR LAMPIRAN .....               | xxi  |
| <b>BAB I PENDAHULUAN</b>            |      |
| A. Latar Belakang Penelitian .....  | 1    |
| B. Rumusan Masalah Penelitian ..... | 11   |
| C. Tujuan Penelitian .....          | 12   |
| D. Manfaat Penelitian .....         | 12   |
| E. Kajian Pustaka.....              | 13   |
| F. Hipotesis Penelitian.....        | 23   |
| G. Sistematika Pembahasan.....      | 24   |

## **BAB II LANDASAN TEORI**

|                                                                             |    |
|-----------------------------------------------------------------------------|----|
| A. Manajemen Waktu .....                                                    | 27 |
| 1. Definisi Manajemen Waktu .....                                           | 27 |
| 2. Tujuan Manajemen Waktu .....                                             | 31 |
| 3. Manfaat Manajemen Waktu .....                                            | 32 |
| 4. Prinsip-Prinsip Manajemen Waktu .....                                    | 34 |
| 5. Aspek-Aspek Manajemen Waktu .....                                        | 37 |
| 6. Indikator Manajemen Waktu .....                                          | 41 |
| B. Kecerdasan Emosional .....                                               | 44 |
| 1. Pengertian Kecerdasan Emosional .....                                    | 44 |
| 2. Ciri-Ciri Kecerdasan Emosional .....                                     | 50 |
| 3. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kecerdasan Emosional .....                | 56 |
| 4. Manfaat Kecerdasan Emosional .....                                       | 59 |
| 5. Aspek-Aspek Kecerdasan Emosional .....                                   | 60 |
| C. Dukungan Sosial .....                                                    | 63 |
| 1. Pengertian Dukungan Sosial .....                                         | 63 |
| 2. Aspek-Aspek Dukungan Sosial .....                                        | 65 |
| 3. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Dukungan Sosial .....                     | 67 |
| 4. Manfaat Dukungan Sosial .....                                            | 69 |
| D. Kemampuan Menghafal Al-Qur'an .....                                      | 71 |
| 1. Definisi Kemampuan Menghafal Al-Qur'an .....                             | 71 |
| 2. Keutamaan Menghafal Al-Qur'an .....                                      | 77 |
| 3. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Menghafal Al-Qur'an .....                 | 79 |
| 4. Indikator Kemampuan Menghafal Al-Qur'an .....                            | 87 |
| 5. Upaya Menjaga Hafalan Al-Qur'an .....                                    | 90 |
| E. Hubungan Antar Variabel .....                                            | 92 |
| 1. Hubungan Manajemen Waktu dengan Kemampuan Menghafal Al-Qur'an .....      | 92 |
| 2. Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Kemampuan Menghafal Al-Qur'an ..... | 95 |
| 3. Hubungan Dukungan Sosial dengan Kemampuan Menghafal Al-Qur'an .....      | 98 |

## **BAB III METODE PENELITIAN**

|                                      |     |
|--------------------------------------|-----|
| A. Jenis dan Desain Penelitian ..... | 102 |
| 1. Pendekatan Penelitian .....       | 102 |
| 2. Desain Penelitian .....           | 102 |
| 3. Dimensi Waktu Penelitian .....    | 102 |

|                                                     |     |
|-----------------------------------------------------|-----|
| 4. Unit Analisis penelitian.....                    | 103 |
| 5. Batas interpretasi dan Inferensi Penelitian..... | 103 |
| B. Variabel Penelitian .....                        | 104 |
| 1. Variabel Prediktor .....                         | 104 |
| 2. Variabel Kriterium .....                         | 105 |
| 3. Kedudukan Variabel dalam Penelitian .....        | 106 |
| 4. Jenis Data Variabel.....                         | 107 |
| 5. Variabel yang Tidak dimasukkan daam Model.....   | 107 |
| C. Definisi Konseptual Variabel .....               | 108 |
| D. Definisi Operasional Variabel .....              | 112 |
| E. Populasi dan Sampel .....                        | 114 |
| F. Metode Pengumpulan Data.....                     | 115 |
| G. Instrumen Pengumpulan Data.....                  | 116 |
| 1. Angket Variabel Prediktor.....                   | 116 |
| 2. Tes Kemampuan Menghafal Al-Qur'an.....           | 120 |
| H. Uji Validitas dan Reliabilitas.....              | 124 |
| 1. Uji Validitas Instrumen .....                    | 124 |
| 2. Uji Validitas Empiris.....                       | 125 |
| 3. Uji Reliabilitas .....                           | 129 |
| I. Analisis Data.....                               | 131 |
| 1. Analisis Deskriptif.....                         | 131 |
| 2. Uji Asumsi Klasik.....                           | 132 |
| 3. Uji Hipotesis .....                              | 135 |
| <b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>       |     |
| A. Deskripsi Hasil Penelitian.....                  | 136 |
| 1. Analisis statisti Deskriptif.....                | 136 |
| 2. Uji Asumsi Klasik .....                          | 138 |
| a. Uji Normalitas Residual.....                     | 138 |
| b. Uji Linearitas .....                             | 139 |
| c. Uji Heteroskedasitas .....                       | 142 |
| d. Uji Multikolinearitas.....                       | 143 |
| 3. Uji Hipotesis .....                              | 144 |
| a. Korelasi Antar Variabel.....                     | 144 |
| b. Uji F (Simultan).....                            | 146 |
| c. Koefisien Determinasi ( $R^2$ ) .....            | 147 |
| d. Analisis Persamaan Regresi Berganda.....         | 148 |
| B. Pembahasan.....                                  | 149 |

|                                 |     |
|---------------------------------|-----|
| C. Keterbatasan Penelitian..... | 157 |
|---------------------------------|-----|

## **BAB V PENUTUP**

|                   |     |
|-------------------|-----|
| A. Simpulan ..... | 159 |
| B. Implikasi..... | 160 |
| C. Saran.....     | 162 |

|                     |     |
|---------------------|-----|
| DAFTAR PUSTAKA..... | 164 |
|---------------------|-----|

|                        |     |
|------------------------|-----|
| LAMPIRAN-LAMPIRAN..... | 183 |
|------------------------|-----|

|                           |     |
|---------------------------|-----|
| DAFTAR RIWAYAT HIDUP..... | 197 |
|---------------------------|-----|



## DAFTAR TABEL

|                                                                     |     |
|---------------------------------------------------------------------|-----|
| Tabel 1.1 Kajian Pustaka.....                                       | 22  |
| Tabel 2.1 Matriks Manajemen Waktu menurut Stephen R. Covey .....    | 42  |
| Tabel 3.1 Kedudukan Variabel Penelitian .....                       | 106 |
| Tabel 3.2 Skor Skala Likert Kuisisioner.....                        | 116 |
| Tabel 3.3 Instrumen Variabel $X_1$ (Manajemen Waktu).....           | 117 |
| Tabel 3.4 Instrumen Variabel $X_2$ (Kecerdasan Emosional).....      | 118 |
| Tabel 3.5 Instrumen Variabel $X_3$ (Dukungan Sosial) .....          | 119 |
| Tabel 3.6 Instrumen Variabel Y (Kemampuan Menghafal Al-Qur'an)..... | 120 |
| Tabel 3.7 Rubrik Penilaian Tes Lisan.....                           | 122 |
| Tabel 3.8 Hasil Uji Validitas Variabel $X_1$ .....                  | 126 |
| Tabel 3.9 Hasil Uji Validitas Variabel $X_2$ .....                  | 127 |
| Tabel 3.10 Hasil Uji Validitas Variabel $X_3$ .....                 | 128 |
| Tabel 3.11 Reliabilitas $X_1$ .....                                 | 130 |
| Tabel 3.12 Reliabilitas $X_2$ .....                                 | 130 |
| Tabel 3.13 Reliabilitas $X_3$ .....                                 | 131 |
| Tabel 4.1 Analisis Deskriptif.....                                  | 136 |
| Tabel 4.2 Hasil Uji Normalitas.....                                 | 138 |
| Tabel 4.3 Hasil Uji Linearitas $X_1$ Terhadap Y.....                | 139 |
| Tabel 4.4 Hasil Uji Linearitas $X_2$ Terhadap Y.....                | 140 |
| Tabel 4.5 Hasil Uji Linearitas $X_3$ Terhadap Y.....                | 141 |
| Tabel 4.6 Hasil Uji Heteroskedasitas .....                          | 142 |
| Tabel 4.7 Hasil Uji Multikolinearitas.....                          | 143 |
| Tabel 4.8 Hasil Uji Korelasi Antar Variabel.....                    | 144 |
| Tabel 4.9 Hasil Uji F .....                                         | 146 |
| Tabel 4.10 Koefisien Determinasi.....                               | 147 |

## DAFTAR LAMPIRAN

|                                                                                           |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Lampiran 1. Lembar Angket Manajemen Waktu, Kecerdasan Emosional dan Dukungan Sosial ..... | 183 |
| Lampiran 2. Lembar Penilaian Tes Lisan Kemampuan Menghafal Al-Qur'an ....                 | 192 |
| Lampiran 3. Rubrik Penilaian Tes Hafalan Al-Qur'an .....                                  | 194 |
| Lampiran 4. Surat Balasan Penelitian dari Pihak Universitas Darussalam Gontor .....       | 195 |
| Lampiran 5. Dokumentasi Penelitian.....                                                   | 196 |



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Penelitian

Program tahfiz Al-Qur'an di perguruan tinggi merupakan salah satu bentuk integrasi antara pendidikan akademik, pembinaan keagamaan, dan pengembangan karakter mahasiswa.<sup>1</sup> Pada jenjang pendidikan tinggi, program tahfiz tidak hanya diarahkan pada penambahan jumlah hafalan, tetapi juga pada kemampuan menjaga kelancaran, ketepatan bacaan, dan keberlanjutan hafalan.<sup>2</sup> Oleh karena itu, keberhasilan program tahfiz perlu dipahami sebagai capaian pembelajaran yang melibatkan proses mengingat, mengulang, mengendalikan diri, dan mempertahankan konsistensi belajar dalam jangka panjang.<sup>3</sup>

Menghafal Al-Qur'an merupakan proses pembelajaran yang menuntut kemampuan memasukkan informasi ke dalam ingatan, menyimpannya, mengambilnya kembali secara tepat, dan mempertahankannya melalui pengulangan. Dalam proses tersebut, muraja'ah memiliki kedudukan penting karena hafalan yang tidak diulang secara teratur berpotensi mengalami penurunan kelancaran dan ketepatan. Prinsip pembelajaran dan memori juga menunjukkan bahwa pengulangan yang terdistribusi dan dilakukan secara berkala lebih

---

<sup>1</sup> Helwina Afkarina, Dzulfikar Rodafi, and Muhammad Sulistiono, "Implementasi Program Tahfidzul Qur'an dalam Penguatan Karakter Di Pondok Pesantren Mahasiswa Al-Barokah Malang," *VICRATINA: Jurnal Pendidikan Islam* 6, no. 4 (2021): 184–88.

<sup>2</sup> Rosmaya Kholifah, Hafiq S, and Arnindio Maulidika Yurman, "Implementation of the Muraja'ah Method (Tahfidz Partner) in Improving the Quality of Students Qur'an Memorization at Rumah Tahfidz Asy-Syifaa in Indonesia," *Potensia: Jurnal Kependidikan Islam* 12, no. 1 (2026): 31–42, <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.24014/potensia.v12i1.39216>.

<sup>3</sup> Nik Md Saiful Azizi Nik Abdullah, Farah Nursuraya Binti Ab Rahim, and Rabi'atul Athirah Binti Muhammad Isa, "Exploring The Challenges of Sustaining Qur'anic Memorization: A Case Study," *Journal of Islamic Educational Research* 6, no. 1 (2021): 1–17, <https://doi.org/https://doi.org/10.22452/jier.vol6no2021.1>.

mendukung retensi jangka panjang dibandingkan pengulangan yang hanya dilakukan dalam waktu singkat atau menjelang evaluasi.<sup>4</sup>

Kemampuan menghafal Al-Qur'an dalam penelitian ini tidak hanya dimaknai sebagai banyaknya ayat, surah, atau juz yang telah disetorkan. Kemampuan tersebut juga mencakup kelancaran dalam mengingat dan melafalkan ayat, ketepatan urutan bacaan, kesesuaian bacaan dengan kaidah tajwid, serta kemampuan mempertahankan hafalan yang telah diperoleh. Penelitian mengenai pengelolaan pembelajaran tahfiz juga menempatkan kelancaran, tajwid, fashahah, dan keteraturan pengulangan sebagai bagian penting dari kualitas hafalan Al-Qur'an.<sup>5</sup>

Tuntutan tersebut juga dihadapi oleh mahasiswi yang mengikuti program tahfiz di Markaz Tahfidzil Qur'an Universitas Darussalam Gontor. Mahasiswi menjalankan dua peran secara simultan, yaitu sebagai peserta pendidikan tinggi dan sebagai penghafal Al-Qur'an. Mereka harus mengikuti perkuliahan, menyelesaikan tugas akademik, mengikuti kegiatan kelembagaan atau organisasi, serta memenuhi target ziyadah dan muraja'ah yang ditetapkan oleh Markaz. Berbagai tanggung jawab tersebut harus dijalankan dalam alokasi waktu yang terbatas dan dalam sistem pendidikan berasrama yang memiliki jadwal kegiatan relatif padat.

Berdasarkan dokumentasi Markaz Tahfidzil Qur'an pada periode tahun 2025, program tahfiz diikuti oleh 68 mahasiswi. Setiap mahasiswi ditargetkan mencapai 10 juz dalam satu tahun. Data evaluasi menunjukkan bahwa sebanyak 6

---

<sup>4</sup> Nicholas J. Cepeda et al., "Distributed Practice in Verbal Recall Tasks: A Review and Quantitative Synthesis," *Psychological Bulletin* 132, no. 3 (2006): 354–80, <https://doi.org/10.1037/0033-2909.132.3.354>.

<sup>5</sup> Ahmad Wildan, "Manajemen Waktu Pembelajaran Tahfidz dalam Meningkatkan Kualitas Hafalan Al-Qur'an Santri Di Pesantren Nurmedina Tangerang Selatan," *Manajemen Pendidikan Islam Konsentrasi Manajemen Pendidikan Al-Qur'an*, 2023, <https://repository.ptiq.ac.id/id/eprint/1462>.

mahasiswi atau 8,83% telah mencapai target, sedangkan 62 mahasiswi atau 91,17% belum mencapai target yang ditetapkan. (Sumber data: Dokumentasi Capaian Hafalan Markaz Tahfidzil Qur'an, 2025).

Berdasarkan data hasil penilaian tahsin mahasiswi, diketahui bahwa kemampuan membaca Al-Qur'an belum menunjukkan tingkat capaian yang seragam. Dari 68 mahasiswi, sebanyak 29 mahasiswi atau 42,6% memperoleh hasil penilaian yang lebih tinggi, sedangkan 39 mahasiswi atau 57,4% masih berada pada capaian yang relatif lebih rendah. Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa kemampuan tahsin mahasiswi masih bervariasi meskipun mereka mengikuti sistem pembinaan yang sama. (Sumber data: Dokumentasi Nilai Tahsin Markaz Tahfidzil Qur'an, 2025).

Hasil wawancara pendahuluan dengan ketua Markaz Tahfidzil-Qur'an pada 10 Januari 2026 menunjukkan bahwa mahasiswi menghadapi sejumlah kendala dalam menjalankan program tahfiz. Kendala yang paling sering ditemukan meliputi kesulitan membagi waktu antara perkuliahan dan tahfiz, ketidakteraturan muraja'ah, kelelahan setelah mengikuti kegiatan akademik, kecenderungan menunda setoran, serta kejenuhan, kecemasan, atau penurunan motivasi ketika target hafalan tidak tercapai.

Informan juga menjelaskan bahwa sebagian mahasiswi mampu mempertahankan jadwal hafalan dan muraja'ah secara konsisten, sedangkan sebagian lainnya mengalami penurunan intensitas hafalan ketika beban tugas akademik dan kegiatan kelembagaan meningkat. Kondisi tersebut dapat diperkuat dengan kutipan wawancara berikut:

*“Masalah utama yang paling sering kita temui itu memang pembagian waktu. Apalagi kalau tugas kuliah lagi numpuk, ada banyak perkumpulan kampus sampai malam, atau lagi sibuk organisasi, waktu buat muraja'ah biasanya yang paling awal dikorbanin. Memang ada yang dari awal udah pinter atur jadwal, jadi hafalannya tetep terjaga. Tapi nggak sedikit juga yang milih fokus ke kuliah dulu, akhirnya muraja'ah-nya jadi bolong-bolong. Efeknya*

*ya hafalan jadi nggak lancar, target hafalan jadi nggak terpenuhi, terus pas mau setoran butuh waktu lebih lama buat ngulang. Ujung-ujungnya, beberapa mahasiswi jadi merasa jenuh, bahkan sengaja nunda setoran karena merasa belum lancar. Tapi balik lagi ke individunya sih, ada kok yang tetep bisa achieve targetnya. Biasanya mereka yang punya manajemen waktu oke, pinter ngelola stres pas tekanan tinggi, plus dapet support system dari temen-temennya yang rajin ngingetin buat muraja'ah bareng” (KMTQ-01, wawancara, 10 Januari 2026).*

Wawancara awal dengan lima mahasiswi juga menunjukkan bahwa dua mahasiswi mengalami kesulitan mempertahankan jadwal muraja'ah, dua mahasiswi mengaku mudah merasa jenuh atau tertekan ketika hafalan tidak lancar, dan 1 mahasiswi menyatakan membutuhkan dukungan atau pendampingan yang lebih konsisten dari orang-orang di sekitarnya. (Wawancara dengan Informan I-01, I-02, I-03, I-04, dan I-05, 8 Januari 2026).

Berdasarkan jadwal kegiatan pada semester gasal 2025, mahasiswi mengikuti perkuliahan selama rata-rata 3 jam per hari atau 20 SKS per semester, kegiatan kelembagaan selama 3-5 per pekan, serta kegiatan tahfiz berupa ziyadah sebanyak 6 kali per pekan. Muraja'ah dijadwalkan selama kurang lebih 30 menit per hari, sedangkan setoran dan evaluasi hafalan dilaksanakan setiap hari.

Meskipun Markaz telah menyediakan waktu dan mekanisme pelaksanaan tahfiz, catatan pengurus menunjukkan bahwa pemanfaatan waktu murāja'ah belum dilakukan secara merata. Sebagian mahasiswi melakukan murāja'ah secara rutin selama 30 menit, sedangkan sebagian lainnya melakukan murāja'ah terutama menjelang jadwal setoran atau evaluasi. Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa ketersediaan jadwal kelembagaan belum tentu menghasilkan pola belajar yang sama pada setiap mahasiswi. (Survei awal peneliti, 10 Januari 2026).

Ketiga bukti pendahuluan tersebut menunjukkan bahwa variasi kemampuan menghafal Al-Qur'an tidak hanya berkaitan dengan jumlah hafalan yang berhasil ditambahkan. Masalah juga terlihat pada keteraturan murāja'ah, kemampuan

mempertahankan kelancaran, ketepatan bacaan, dan konsistensi dalam memenuhi target di tengah padatnya kegiatan akademik serta kelembagaan. Meskipun para mahasiswi mengikuti sistem pembinaan yang relatif sama, capaian hafalan mereka tetap menunjukkan perbedaan. Kondisi tersebut mengindikasikan adanya faktor individual dan lingkungan yang memberikan kontribusi berbeda terhadap kemampuan menghafal Al-Qur'an.

Salah satu faktor individual yang diperkirakan berkontribusi terhadap kemampuan menghafal Al-Qur'an adalah manajemen waktu. Manajemen waktu tidak hanya berkaitan dengan pembuatan jadwal, tetapi mencakup penetapan tujuan dan prioritas, penggunaan mekanisme pengelolaan waktu, serta kecenderungan untuk menjaga keteraturan. Macan (1994) menjelaskan bahwa perilaku manajemen waktu dapat meningkatkan persepsi individu mengenai kontrol atas waktu yang dimilikinya. Perasaan mampu mengendalikan waktu selanjutnya dapat membantu individu mengurangi tekanan dan mengelola berbagai tuntutan secara lebih efektif.<sup>6</sup>

Dalam konteks tahfiz, kemampuan mengelola waktu memungkinkan mahasiswi menentukan prioritas antara kewajiban akademik, kegiatan kelembagaan, ziyadah, dan muraja'ah. Perencanaan yang baik memberikan kesempatan kepada mahasiswi untuk mengalokasikan waktu hafalan secara relatif tetap dan berkesinambungan. Sebaliknya, lemahnya pengelolaan waktu dapat menyebabkan kegiatan muraja'ah tertunda, frekuensi pengulangan berkurang, dan kegiatan tahfiz hanya dilakukan ketika mendekati jadwal setoran. Penelitian Wildan (2023) menunjukkan bahwa pengelolaan waktu dalam pembelajaran tahfiz berkaitan dengan pengaturan prioritas, penjadwalan, pengulangan, bimbingan, dan peningkatan kualitas hafalan. Namun, penelitian tersebut menggunakan pendekatan kualitatif dalam konteks pesantren, sehingga belum menunjukkan

---

<sup>6</sup> Therese Hoff Macan, "Time Management: Test of a Process Model," *Journal of Applied Psychology* 79, no. 3 (1994): 381–91, <https://doi.org/10.1037/0021-9010.79.3.381>.

besarnya kontribusi statistik manajemen waktu terhadap kemampuan menghafal pada mahasiswi perguruan tinggi.<sup>7</sup>

Faktor individual berikutnya adalah kecerdasan emosional. Salovey dan Mayer (1990) menjelaskan kecerdasan emosional sebagai seperangkat kemampuan yang berkaitan dengan penilaian dan ekspresi emosi, pengaturan emosi, serta penggunaan emosi untuk mendukung pemikiran, perencanaan, motivasi, dan pencapaian tujuan. Dalam pengembangan berikutnya, kecerdasan emosional mencakup kemampuan mempersepsi, menggunakan, memahami, dan mengelola emosi secara adaptif.<sup>8</sup>

Kecerdasan emosional relevan dengan proses menghafal karena kegiatan tahfiz tidak selalu berlangsung dalam kondisi psikologis yang stabil. Mahasiswi dapat mengalami kelelahan, kejenuhan, kecemasan ketika melakukan setoran, kekecewaan ketika target tidak tercapai, atau tekanan karena harus menyelesaikan tanggung jawab akademik secara bersamaan. Kemampuan mengenali dan mengelola emosi diperkirakan membantu mahasiswi menjaga konsentrasi, memulihkan motivasi, mengendalikan reaksi negatif, dan bertahan ketika mengalami kesulitan dalam menghafal.

Ariyani et al. (2022) menemukan hubungan positif antara kecerdasan emosional dan kemampuan menghafal Al-Qur'an juz 30 pada siswa madrasah ibtidaiyah. Penelitian tersebut melaporkan koefisien korelasi sebesar 0,633 dan koefisien determinasi sebesar 40,1%. Namun, konteks peserta didik sekolah dasar

---

<sup>7</sup> Ahmad Wildan, "Manajemen Waktu Pembelajaran Tahfidz dalam Meningkatkan Kualitas Hafalan Al-Qur'an Santri di Pesantren Nurmedina Tangerang Selatan."

<sup>8</sup> Peter Salovey and John D. Mayer, "Emotional Intelligence," *Psychology: Imagination, Cognition and Personality* 9, no. 3 (1990), <https://doi.org/https://dx.doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>.

berbeda dari mahasiswi perguruan tinggi yang menghadapi beban akademik, kelembagaan, dan perkembangan psikologis yang lebih kompleks.<sup>9</sup>

Temuan tersebut juga belum sepenuhnya konsisten dengan penelitian lain. Patattengi (2019), misalnya, menguji kecerdasan emosional dan lingkungan belajar dalam kaitannya dengan prestasi menghafal Al-Qur'an pada siswa sekolah menengah. Perbedaan konstruk, tingkat pendidikan, karakteristik peserta, dan lingkungan pembelajaran menyebabkan kontribusi kecerdasan emosional terhadap hafalan belum dapat digeneralisasikan secara langsung pada mahasiswi program tahfiz di perguruan tinggi.<sup>10</sup>

Selain faktor individual, kemampuan menghafal Al-Qur'an juga diperkirakan berkaitan dengan dukungan sosial. Dukungan sosial merupakan konstruk multidimensional yang mencakup bantuan emosional, informasional, penghargaan, kebersamaan, dan bantuan instrumental.<sup>11</sup> Dukungan dapat bersumber dari keluarga, teman sebaya, pembina, maupun lingkungan kelembagaan. Namun, pengaruh dukungan tidak hanya ditentukan oleh ada atau tidaknya bantuan, tetapi juga oleh sumber, bentuk, kesesuaian, dan cara bantuan tersebut dipersepsikan oleh penerimanya.<sup>12</sup> Kajian mutakhir juga menegaskan

---

<sup>9</sup> Neni Ariyani, Khairul Saleh, and Maulida Ulfa Hidayah, "Hubungan Antara Kecerdasan Emosional dengan Kemampuan Menghafal Alquran Juz 30 Peserta Didik di MI Al-Mujahidin Samarinda," *Borneo Journal of Islamic Education* 2, no. 1 (2022): 1–11, <https://journal.uinsi.ac.id/index.php/bjie/article/view/4744>.

<sup>10</sup> Zuhri Patattengi, "Pengaruh Kecerdasan Emosional dan Lingkungan Belajar terhadap Prestasi Menghafal Al-Qur'an Siswa SMP Islam Al-Azhar 4 Kemandoran Jakarta Selatan," *Repository.Ptiq.Ac.Id*, 2019.

<sup>11</sup> James S. House, *Work Stress and Social Support* (Philippines: Addison-Wesley Publishing Company, 1981).

<sup>12</sup> Gregory D. Zimet et al., "The Multidimensional Scale of Perceived Social Support," *Journal of Personality Assessment*, 1988.

bahwa dukungan sosial mahasiswa dapat berasal dari berbagai sumber dan bekerja melalui bentuk yang berbeda-beda.

Dalam lingkungan tahfiz berasrama, dukungan keluarga dapat memberikan perhatian, penghargaan, dan motivasi untuk mempertahankan komitmen menghafal. Teman sebaya dapat menjadi mitra murāja‘ah, memberikan pengingat, berbagi strategi, dan menciptakan suasana kompetisi yang sehat. Sementara itu, pembina tahfiz dapat memberikan bimbingan teknis, umpan balik, penguatan, serta bantuan ketika mahasiswi mengalami kesulitan dalam menjaga hafalan. Dukungan sosial yang sesuai dengan kebutuhan diperkirakan dapat meningkatkan rasa aman, motivasi, dan ketekunan dalam menjalankan program tahfiz.

Penelitian tentang dukungan sosial dalam konteks menghafal Al-Qur'an menunjukkan hasil yang beragam. Penelitian pada siswa MI Ma'arif Pulutan Salatiga menemukan bahwa dukungan sosial orang tua memberikan kontribusi signifikan terhadap kemampuan menghafal Al-Qur'an, sedangkan efikasi diri tidak menunjukkan kontribusi parsial yang signifikan. Secara bersama-sama, kedua variabel menjelaskan sekitar 26,1% variasi kemampuan menghafal.<sup>13</sup>

Sementara itu, Al Waro et al. (2023) menemukan bahwa efikasi diri dan dukungan sosial secara simultan berkontribusi positif terhadap motivasi menghafal Al-Qur'an pada siswa sekolah dasar, tetapi secara parsial efikasi diri menjadi prediktor yang signifikan. Hasil tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial tidak selalu memberikan kontribusi langsung yang sama pada setiap penelitian.

---

<sup>13</sup> Neni Yuhrotul Latifah, "Pengaruh Dukungan Sosial Orang Tua dan Efikasi Diri terhadap Kemampuan Menghafal Al Qur'an Siswa MI Ma'arif Pulutan Salatiga," *Jurnal Al-Qiyam* 1, no. 2 (2020): 118–26.

Kontribusinya dapat bergantung pada variabel terikat yang digunakan, apakah berupa motivasi, efikasi diri, atau kemampuan menghafal secara langsung.<sup>14</sup>

Perbedaan hasil penelitian terdahulu memperlihatkan bahwa keterkaitan manajemen waktu, kecerdasan emosional, dukungan sosial, dan kemampuan menghafal Al-Qur'an belum menunjukkan pola yang seragam. Sebagian penelitian menemukan hubungan atau kontribusi positif, sedangkan penelitian lainnya menunjukkan bahwa variabel tertentu bukan merupakan prediktor dominan atau hanya memberikan kontribusi ketika dianalisis bersama variabel lain. Ketidakkonsistenan tersebut dapat disebabkan oleh perbedaan karakteristik peserta, tingkat pendidikan, sumber dukungan yang diukur, definisi kemampuan menghafal, instrumen penelitian, dan konteks kelembagaan.

Selain inkonsistensi temuan, terdapat sejumlah keterbatasan dalam penelitian terdahulu. Pertama, sebagian penelitian dilakukan pada siswa sekolah dasar atau sekolah menengah sehingga belum sepenuhnya menggambarkan kondisi mahasiswa. Kedua, beberapa penelitian menempatkan motivasi atau efikasi diri sebagai variabel terikat, bukan kemampuan menghafal Al-Qur'an yang dinilai secara langsung. Ketiga, penelitian mengenai manajemen waktu dalam tahfiz lebih banyak menggunakan pendekatan deskriptif atau kualitatif. Keempat, penelitian yang menguji manajemen waktu, kecerdasan emosional, dan dukungan sosial secara simultan sebagai prediktor kemampuan menghafal Al-Qur'an pada mahasiswi perguruan tinggi masih terbatas.

Ketiga prediktor tersebut perlu diuji dalam satu model karena secara konseptual dapat bekerja secara bersamaan, meskipun masing-masing mewakili dimensi yang berbeda. Manajemen waktu merepresentasikan kemampuan mengatur perilaku dan aktivitas belajar. Kecerdasan emosional merepresentasikan

---

<sup>14</sup> Miftahul Alam Al Waro, Muhammad Fikri Pratama, and Nono Hery Yoenanto, "Pengaruh Religiusitas dan Efikasi Diri terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa yang Tinggal di Pondok Pesantren," *Jurnal Pendidikan Dan ...* 9, no. 2 (2023): 711–20.

kapasitas dalam mengenali dan mengelola kondisi afektif. Sementara itu, dukungan sosial merepresentasikan sumber daya interpersonal dan lingkungan yang tersedia bagi mahasiswi. Dukungan sosial yang tinggi belum tentu menghasilkan kemampuan hafalan yang baik apabila mahasiswi tidak mampu mengalokasikan waktu untuk murāja'ah. Demikian pula, kemampuan mengelola emosi perlu diwujudkan dalam perilaku belajar yang konsisten agar dapat berkaitan dengan kualitas hafalan.

Konteks Markaz Tahfidzil Qur'an Universitas Darussalam Gontor juga memiliki karakteristik yang perlu dipertimbangkan. Sistem pendidikan berasrama, jadwal kegiatan kelembagaan, kewajiban akademik, target hafalan, serta pola interaksi antara mahasiswi, teman sebaya, dan pembina dapat membentuk dinamika yang berbeda dari lembaga tahfiz lain. Oleh karena itu, hasil penelitian pada pesantren, sekolah dasar, atau sekolah menengah tidak dapat langsung dianggap mewakili kondisi mahasiswi di Markaz Tahfidzil Qur'an Universitas Darussalam Gontor.

Berdasarkan uraian tersebut, kesenjangan penelitian ini terletak pada belum memadainya bukti empiris mengenai kontribusi manajemen waktu, kecerdasan emosional, dan dukungan sosial secara simultan terhadap kemampuan menghafal Al-Qur'an pada mahasiswi perguruan tinggi dalam lingkungan pendidikan berasrama. Posisi penelitian ini bukan semata-mata menggabungkan tiga variabel ke dalam satu analisis, tetapi menguji kontribusi relatif faktor pengelolaan perilaku, kemampuan emosional, dan sumber daya sosial dalam menjelaskan variasi kemampuan menghafal Al-Qur'an pada konteks yang spesifik.

Penelitian ini menggunakan analisis regresi untuk menguji kontribusi manajemen waktu, kecerdasan emosional, dan dukungan sosial terhadap kemampuan menghafal Al-Qur'an, baik secara parsial maupun simultan. Penggunaan istilah kontribusi dimaksudkan untuk menunjukkan besarnya keterkaitan prediktif setiap variabel dalam model statistik, bukan untuk menyimpulkan hubungan sebab-akibat secara langsung. Hal ini penting karena

penelitian dilakukan dengan pendekatan kuantitatif korelasional dan pengukuran variabel dilakukan tanpa manipulasi eksperimental.

Secara teoretis, penelitian ini diharapkan dapat memperluas pemahaman mengenai keterkaitan antara faktor pengelolaan diri, kemampuan emosional, dan dukungan lingkungan dalam proses menghafal Al-Qur'an pada tingkat perguruan tinggi. Secara praktis, hasil penelitian dapat menjadi bahan evaluasi bagi pengelola Markaz Tahfidzil Qur'an dalam menyusun program pembinaan yang lebih responsif, seperti pendampingan penyusunan jadwal, penguatan strategi murāja'ah, dukungan dalam mengelola tekanan emosional, pengembangan kelompok murāja'ah, serta penguatan peran pembina dan keluarga.

#### **B. Rumusan Masalah Penelitian**

Berdasarkan permasalahan empiris, kajian teoretis, dan kesenjangan penelitian yang telah diuraikan dalam latar belakang, rumusan masalah penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Apakah manajemen waktu berpengaruh terhadap kemampuan menghafal Al-Qur'an pada mahasiswi Markaz Tahfidzil Qur'an Universitas Darussalam Gontor setelah kecerdasan emosional dan dukungan sosial dikendalikan?
2. Apakah kecerdasan emosional berpengaruh terhadap kemampuan menghafal Al-Qur'an pada mahasiswi Markaz Tahfidzil Qur'an Universitas Darussalam Gontor setelah manajemen waktu dan dukungan sosial dikendalikan?
3. Apakah dukungan sosial berpengaruh terhadap kemampuan menghafal Al-Qur'an pada mahasiswi Markaz Tahfidzil Qur'an Universitas Darussalam Gontor setelah manajemen waktu dan kecerdasan emosional dikendalikan?
4. Sejauh mana manajemen waktu, kecerdasan emosional, dan dukungan sosial secara simultan menjelaskan variasi kemampuan menghafal Al-Qur'an pada mahasiswi Markaz Tahfidzil Qur'an Universitas Darussalam Gontor?

#### **C. Tujuan Penelitian**

Berlandaskan fokus penelitian yang telah dirumuskan diatas, terdapat beberapa tujuan dalam penelitian ini, yaitu:

1. Untuk menganalisis pengaruh manajemen waktu terhadap kemampuan menghafal Al-Qur'an mahasiswi Markaz Tahfidzil Qur'an Universitas Darussalam Gontor setelah kecerdasan emosional dan dukungan sosial dikendalikan.
2. Untuk menganalisis pengaruh kecerdasan emosional terhadap kemampuan menghafal Al-Qur'an pada mahasiswi Markaz Tahfidzil Qur'an Universitas Darussalam Gontor setelah manajemen waktu dan dukungan sosial dikendalikan.
3. Untuk menganalisis pengaruh dukungan sosial terhadap kemampuan menghafal Al-Qur'an pada mahasiswi Markaz Tahfidzil Qur'an Universitas Darussalam Gontor setelah manajemen waktu dan kecerdasan emosional dikendalikan.
4. Untuk menganalisis sejauh mana manajemen waktu, kecerdasan emosional, dan dukungan sosial secara simultan menjelaskan variasi kemampuan menghafal Al-Qur'an pada mahasiswi Markaz Tahfidzil Qur'an Universitas Darussalam Gontor

#### **D. Manfaat Penelitian**

Manfaat dari penelitian ini dibagi menjadi dua, yaitu manfaat secara teoretis dan praktis.

##### **1. Secara Teoretis**

Untuk menambah wawasan dan pengetahuan dalam dunia pendidikan Islam yang secara umum berlandaskan Al-Qur'an dengan mengamalkannya melalui hafalan dengan cara melakukan manajemen waktu yang baik dan mengelola kecerdasan emosional yang tepat serta adanya dukungan sosial dari lingkungan.

##### **2. Secara Praktis**

- a. Bagi mahasiswi peserta program Markaz Tahfidzil Qur'an Universitas Darussalam Gontor, penelitian ini diharapkan menjadi salah satu upaya

untuk meningkatkan kesadaran mengenai pentingnya pengelolaan waktu yang efektif, penguatan kecerdasan emosional, serta pentingnya menjalin relasi sosial yang suportif dalam rangka mendukung keberhasilan proses menghafal Al-Qur'an.

- b. Bagi pengelola program tahfidz, temuan penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai acuan dalam merancang kebijakan dan strategi pembinaan yang lebih efektif dan berorientasi pada kebutuhan peserta didik. Hal ini mencakup pelatihan manajemen waktu, pembinaan psikososial, serta penguatan budaya saling mendukung di antara sesama peserta tahfidz.
- c. Bagi dosen dan pembimbing tahfidz, penelitian ini memberikan informasi empiris yang dapat dijadikan acuan dalam merancang pendampingan hafalan Al-Qur'an yang mempertimbangkan aspek personal dan sosial peserta tahfidz.
- d. Bagi institusi pendidikan Islam secara umum, penelitian ini dapat menjadi referensi dalam pengembangan program Tahfidz Al-Qur'an.
- e. Bagi penyelenggara program tahfidz, penelitian ini dapat dijadikan sebagai landasan dalam merancang program tahfidz berbasis pendekatan holistik yang mengintegrasikan aspek kognitif, afektif, dan sosial secara seimbang dalam proses pembelajaran Al-Qur'an.

#### **E. Kajian Pustaka**

Kajian pustaka dalam penelitian ini difokuskan pada penelitian terdahulu yang membahas kemampuan menghafal Al-Qur'an serta faktor-faktor yang berkaitan dengannya, terutama manajemen waktu, kecerdasan emosional, dan dukungan sosial. Penelitian terdahulu dapat dikelompokkan ke dalam empat tema, yaitu faktor kelembagaan dan lingkungan, manajemen waktu, kecerdasan emosional, serta dukungan sosial dalam konteks tahfiz.

1. Faktor kelembagaan, lingkungan, dan motivasional dalam kemampuan menghafal Al-Qur'an

Fadhilah (2022) meneliti pengaruh lingkungan belajar dan peraturan pesantren terhadap prestasi menghafal Al-Qur'an pada santri Pesantren Tahfizh Daarul Qur'an Cipondoh Tangerang. Penelitian kuantitatif tersebut menunjukkan bahwa peraturan pesantren memberikan kontribusi yang signifikan terhadap prestasi hafalan, sedangkan lingkungan belajar tidak menunjukkan kontribusi yang signifikan. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa keberadaan lingkungan yang mendukung belum tentu secara langsung berkaitan dengan kemampuan menghafal apabila tidak disertai sistem, aturan, dan pengelolaan program yang jelas.<sup>15</sup>

Mustafa (2018) menguji kontribusi metode menghafal dan motivasi belajar terhadap prestasi menghafal Al-Qur'an siswa SMP IT Darul Qur'an Bogor. Hasil penelitian menunjukkan bahwa metode menghafal dan motivasi belajar memberikan kontribusi yang signifikan, baik secara parsial maupun simultan. Penelitian ini menegaskan pentingnya strategi belajar dan dorongan internal dalam pencapaian hafalan. Namun, penelitian tersebut belum menelaah kemampuan individu mengelola waktu, mengatur emosi, dan memanfaatkan dukungan sosial.<sup>16</sup>

Ismanto (2019) melalui penelitian kualitatif mengidentifikasi sejumlah faktor yang mendukung kemampuan menghafal Al-Qur'an pada santri Pondok Pesantren Raudhatul Qur'an Semarang. Faktor yang ditemukan meliputi motivasi dari orang tua dan guru, pengaturan waktu belajar, rutinitas mengaji, pengulangan hafalan, lingkungan sosial, dan dukungan spiritual. Temuan tersebut menunjukkan bahwa kemampuan menghafal merupakan hasil interaksi berbagai faktor internal dan eksternal. Namun, karena

---

<sup>15</sup> Mega Nur Fadhilah, "Pengaruh Lingkungan Belajar dan Peraturan Pesantren terhadap Prestasi Menghafal Al-Qur'an," *Tesis*, 2022.

<sup>16</sup> Mustafa, "Pengaruh Metode Menghafal dan Motivasi Belajar Siswa terhadap Prestasi Menghafal Al-Qur'an SMP IT Darul Qur'an Bogor" (Institut PTIQ Jakarta, 2018).

penelitian bersifat deskriptif, penelitian tersebut belum menjelaskan besarnya kontribusi masing-masing faktor.<sup>17</sup>

Ketiga penelitian tersebut menunjukkan bahwa kemampuan menghafal Al-Qur'an tidak hanya berkaitan dengan kapasitas mengingat, tetapi juga dipengaruhi oleh struktur kelembagaan, strategi belajar, motivasi, dan kualitas lingkungan. Akan tetapi, hasil Fadhilah (2022) menunjukkan bahwa lingkungan belajar tidak selalu berkontribusi signifikan, sedangkan Ismanto (2019) justru menempatkan lingkungan sosial sebagai salah satu faktor pendukung utama. Perbedaan tersebut mengindikasikan bahwa faktor lingkungan perlu ditelaah secara lebih spesifik berdasarkan bentuk dan sumber dukungannya.

## 2. Manajemen waktu dalam pembelajaran tahfiz

Wildan (2023) meneliti manajemen waktu pembelajaran tahfiz di Pesantren Nurmedina Tangerang Selatan. Penelitian kualitatif tersebut menunjukkan bahwa perencanaan, pengorganisasian, pelaksanaan, dan evaluasi waktu mendukung peningkatan kualitas hafalan dari aspek fashahah, tajwid, kelancaran, dan adab. Hasil penelitian tersebut menegaskan bahwa pengelolaan waktu merupakan bagian penting dalam menjaga keteraturan ziyādah dan murāja'ah.<sup>18</sup>

Temuan yang serupa dikemukakan oleh Sulastris, Makruf, dan Supriyanto (2022) dalam penelitian mengenai manajemen waktu mahasiswa di PPTQ Griya Qur'an 7 Surakarta. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa

---

<sup>17</sup> Heri Saptadi Ismanto, "Faktor-Faktor Pendukung Kemampuan Menghafal Al-Qur'an dan Implikasinya dalam Bimbingan dan Konseling (Studi Kasus Pada Beberapa Santri Di Pondok Pesantren Raudlotul Qur'an Semarang)," *Jurnal Penelitian Psikologi Pendidikan dan Bimbingan (JP3B)*, 2019, <https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/478004>.

<sup>18</sup> Ahmad Wildan, "Manajemen Waktu Pembelajaran Tahfidz dalam Meningkatkan Kualitas Hafalan Al-Qur'an Santri di Pesantren Nurmedina Tangerang Selatan."

penetapan tujuan, mekanisme pengaturan kegiatan, kontrol waktu, dan evaluasi membantu mahasiswa menyeimbangkan aktivitas akademik dan hafalan Al-Qur'an.<sup>19</sup>

Kedua penelitian tersebut memberikan bukti bahwa manajemen waktu memiliki kedudukan penting dalam proses tahfiz, khususnya pada peserta yang harus menjalankan beberapa tanggung jawab secara bersamaan. Namun, kedua penelitian menggunakan pendekatan kualitatif sehingga belum menunjukkan seberapa besar kontribusi manajemen waktu terhadap kemampuan menghafal apabila dianalisis bersama faktor psikologis dan sosial.

Keterbatasan lainnya adalah manajemen waktu pada penelitian terdahulu lebih banyak dipahami sebagai bagian dari pengelolaan program atau rutinitas kelembagaan. Padahal, pada mahasiswa, manajemen waktu juga mencerminkan kemampuan personal dalam menetapkan prioritas, menghindari penundaan, mengalokasikan waktu, dan mengendalikan penggunaan waktu. Dengan demikian, diperlukan penelitian yang mengukur manajemen waktu sebagai karakteristik individual dan menguji kontribusinya terhadap kemampuan menghafal secara statistik.

### 3. Kecerdasan emosional dan kemampuan menghafal Al-Qur'an

Hubungan antara kecerdasan emosional dan kegiatan menghafal Al-Qur'an telah dikaji dalam beberapa penelitian, tetapi arah hubungan dan hasilnya belum sepenuhnya konsisten. Omas dan Nursaadah (2023) meneliti kontribusi aktivitas menghafal Al-Qur'an terhadap kecerdasan emosional remaja. Hasil penelitian menunjukkan hubungan positif dengan koefisien korelasi sebesar 0,45 dan koefisien determinasi sebesar 20,25%. Penelitian

---

<sup>19</sup> Devi Sulastri, Imam Makruf, and Supriyanto, "Manajemen Waktu Maha Santri Dalam Menghafal Al Qur'an Di PPTQ Griya Qur'an 7 Surakarta Devi," *Fikrah: Journal of Islamic Education* 6, no. 1 (2022).

tersebut menunjukkan bahwa aktivitas menghafal dapat berkaitan dengan perkembangan emosional peserta didik.<sup>20</sup>

Namun, arah hubungan dalam penelitian tersebut berbeda dari penelitian ini. Omas dan Nursaadah (2023) menempatkan kegiatan menghafal sebagai prediktor kecerdasan emosional, sedangkan penelitian ini menempatkan kecerdasan emosional sebagai prediktor kemampuan menghafal. Perbedaan arah hubungan tersebut penting karena hubungan korelasional tidak dapat langsung digunakan untuk menyimpulkan arah kausalitas.

Patattengi (2019) meneliti kontribusi kecerdasan emosional dan lingkungan belajar terhadap prestasi menghafal Al-Qur'an pada siswa SMP Islam Al-Azhar 4 Kemandoran Jakarta Selatan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecerdasan emosional memiliki kontribusi yang lemah dan tidak signifikan, sedangkan lingkungan belajar menunjukkan kontribusi yang signifikan. Secara simultan, kedua variabel menjelaskan 28,4% variasi prestasi menghafal.<sup>21</sup>

Hasil yang berbeda ditemukan oleh Musfirah (2024), yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara kecerdasan emosional dan kemampuan menghafal Al-Qur'an pada santri MTs Dayah Insan Qur'ani Aneuk Batee.<sup>22</sup> Perbedaan temuan Patattengi (2019) dan Musfirah (2024) menunjukkan bahwa kontribusi kecerdasan emosional terhadap kemampuan menghafal belum menunjukkan pola yang seragam.

---

<sup>20</sup> Omas and Ida Nursaadah, "Pengaruh Menghafal Al-Qur'an Terhadap Kecerdasan Emosional Remaja," *Al Kabier: Journal of Islamic Studies* 1, no. 1 (2023).

<sup>21</sup> Patattengi, "Pengaruh Kecerdasan Emosional Dan Lingkungan Belajar Terhadap Prestasi Menghafal Al-Qur'an Siswa SMP Islam Al-Azhar 4 Kemandoran Jakarta Selatan."

<sup>22</sup> AM. Riska Musfirah, "Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Kemampuan Menghafal Al-Qur'an Pada Santri MTs Dayah Insan Qur'ani Aneuk Batee" (Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh, 2024).

Inkonsistensi tersebut dapat disebabkan oleh beberapa hal. Pertama, peserta penelitian berada pada tingkat pendidikan dan tahap perkembangan yang berbeda. Kedua, kemampuan menghafal dapat diukur melalui indikator yang berbeda, seperti jumlah hafalan, nilai prestasi, kelancaran, atau kualitas bacaan. Ketiga, kecerdasan emosional dapat dioperasionalkan menggunakan model dan instrumen yang berbeda. Keempat, kontribusi kecerdasan emosional dapat berubah ketika dianalisis bersama prediktor lain.

Dengan demikian, persoalan pentingnya bukan sekadar apakah kecerdasan emosional berhubungan dengan kemampuan menghafal, tetapi apakah kecerdasan emosional tetap memberikan kontribusi setelah faktor yang lebih dekat dengan perilaku belajar, seperti manajemen waktu, dan faktor lingkungan, seperti dukungan sosial, dikendalikan dalam satu model.

#### 4. Dukungan sosial dalam konteks tahfidz

Sukmawati dan Husna (2023) meneliti kontribusi religiositas dan dukungan sosial terhadap psychological well-being pada siswa program tahfiz. Hasil analisis menunjukkan bahwa kedua variabel secara simultan memberikan kontribusi sebesar 52,6%. Secara parsial, religiositas memberikan kontribusi sebesar 26,9%, sedangkan dukungan sosial memberikan kontribusi sebesar 25,7%.<sup>23</sup>

Penelitian tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial relevan bagi kesejahteraan psikologis peserta tahfiz. Akan tetapi, psychological well-being berbeda dari kemampuan menghafal Al-Qur'an. Dukungan sosial yang meningkatkan rasa nyaman, aman, dan diterima belum tentu secara langsung menghasilkan peningkatan kelancaran, ketepatan bacaan, atau retensi hafalan.

---

<sup>23</sup> Shinta Sukmawati and Sabiqotul Husna, "The Impact of Religiosity and Social Support on Psychological Well-Being among Tahfidz Students," *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi* 8, no. 2 (2023): 213–31, <https://doi.org/10.33367/psi.v8i2.3907>.

Yundianto, Khatami, Fathony, Rangkuti, dan Syahputra (2023) meneliti academic hardiness, self-efficacy, dan perceived social support pada siswa sekolah berbasis tahfiz. Hasil penelitian menunjukkan bahwa academic hardiness berkontribusi signifikan terhadap self-efficacy menghafal Al-Qur'an. Dari tiga sumber dukungan sosial, hanya dukungan keluarga yang berperan sebagai moderator signifikan, sedangkan dukungan teman sebaya dan guru tidak menunjukkan peran moderasi yang signifikan.<sup>24</sup>

Temuan tersebut penting karena menunjukkan bahwa dukungan sosial tidak bersifat tunggal. Kontribusinya dapat berbeda berdasarkan sumber dukungan. Dukungan keluarga mungkin lebih relevan dalam memberikan rasa aman dan motivasi, sedangkan dukungan teman sebaya atau guru belum tentu memberikan kontribusi langsung terhadap keyakinan atau kemampuan menghafal.

Penelitian Yundianto et al. (2023) juga menunjukkan bahwa keberadaan lingkungan tahfiz yang terstruktur tidak otomatis membuat semua sumber dukungan sosial menjadi signifikan. Dalam lingkungan yang memiliki jadwal, pembina, dan mekanisme pengawasan yang kuat, dukungan teman sebaya dapat menjadi kurang menonjol karena sebagian fungsi dukungan telah disediakan oleh sistem kelembagaan.

Temuan tersebut menimbulkan pertanyaan yang relevan bagi penelitian ini, yaitu apakah dukungan sosial tetap memberikan kontribusi terhadap kemampuan menghafal Al-Qur'an ketika mahasiswi berada dalam lingkungan tahfiz perguruan tinggi yang relatif terstruktur. Selain itu, perlu ditelaah apakah dukungan sosial memiliki kontribusi yang lebih kecil dibandingkan kemampuan mengelola waktu dan mengelola kondisi emosional.

---

<sup>24</sup> Devie Yundianto et al., "Memorizing the Quran: Exploring Academic Hardiness, Self-Efficacy, and Perceived Social Support in Islamic Schools," *International Journal of Islamic Educational Psychology* 4, no. 2 (2023): progres, <https://doi.org/10.18196/ijiep.v4i2.19812>.

## 5. Sintesis penelitian terdahulu

Berdasarkan penelitian terdahulu, terdapat beberapa pola temuan. Pertama, kemampuan menghafal Al-Qur'an dipengaruhi oleh interaksi antara faktor individual, strategi belajar, dan lingkungan kelembagaan. Kedua, manajemen waktu secara konsisten dipandang penting untuk menjaga keteraturan ziyādah dan murāja'ah, tetapi sebagian besar bukti berasal dari penelitian kualitatif. Ketiga, temuan mengenai kecerdasan emosional belum konsisten; sebagian penelitian menemukan hubungan yang signifikan, sedangkan penelitian lainnya menemukan kontribusi yang lemah atau tidak signifikan. Keempat, dukungan sosial lebih banyak dikaji dalam kaitannya dengan motivasi, *self-efficacy*, atau *psychological well-being*, bukan dengan kemampuan menghafal yang diukur secara langsung.

Keterbatasan penelitian terdahulu tidak hanya terletak pada belum digabungkannya tiga variabel dalam satu penelitian. Kesenjangan yang lebih mendasar terletak pada belum jelasnya kontribusi relatif faktor internal dan eksternal terhadap kemampuan menghafal Al-Qur'an. Belum diketahui apakah faktor yang lebih dekat dengan perilaku belajar, yaitu manajemen waktu, memiliki kontribusi yang lebih kuat dibandingkan faktor emosional dan sosial. Belum diketahui pula apakah kecerdasan emosional tetap memberikan kontribusi setelah kemampuan mengatur waktu dikendalikan dalam satu model.

Pada sisi lain, kontribusi dukungan sosial dalam lingkungan tahfiz yang terstruktur juga belum jelas. Dalam lingkungan yang telah menyediakan jadwal, pembina, aturan, dan kelompok belajar, dukungan sosial mungkin memberikan kontribusi langsung, tidak langsung, atau bahkan tidak menunjukkan kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan menghafal. Oleh sebab itu, penelitian ini tidak hanya menguji apakah ketiga variabel berhubungan dengan kemampuan menghafal, tetapi juga membandingkan kontribusi relatif masing-masing prediktor dalam satu model regresi.

#### 6. Posisi dan kontribusi penelitian

Posisi penelitian ini terletak pada pengujian komparatif kontribusi faktor pengelolaan perilaku, kemampuan emosional, dan sumber daya sosial terhadap kemampuan menghafal Al-Qur'an. Manajemen waktu merepresentasikan faktor regulasi perilaku yang berkaitan langsung dengan penjadwalan ziyadah dan muraja'ah. Kecerdasan emosional merepresentasikan kapasitas individu dalam mengenali, mengelola, dan menggunakan emosi secara adaptif. Dukungan sosial merepresentasikan sumber daya interpersonal yang diperoleh dari lingkungan sekitar.

Ketiga prediktor tersebut diuji secara simultan untuk menjawab beberapa persoalan. Pertama, apakah kemampuan mengelola tuntutan waktu lebih dekat dengan performa hafalan dibandingkan dukungan sosial. Kedua, apakah kecerdasan emosional tetap memberikan kontribusi ketika manajemen waktu dan dukungan sosial dikendalikan. Ketiga, apakah dukungan sosial tetap relevan dalam lingkungan tahfiz perguruan tinggi yang memiliki struktur pembinaan relatif kuat. Keempat, seberapa besar ketiga prediktor tersebut secara bersama-sama menjelaskan variasi kemampuan menghafal Al-Qur'an.

Dengan demikian, kontribusi penelitian ini bukan semata-mata terletak pada penggabungan tiga variabel atau penggunaan lokasi penelitian yang berbeda. Penelitian ini memberikan pengujian empiris mengenai kontribusi relatif prediktor internal dan sosial dalam konteks program tahfiz perguruan tinggi yang terstruktur. Hasil penelitian diharapkan dapat menunjukkan faktor mana yang lebih dekat dengan kemampuan menghafal dan sejauh mana dukungan lingkungan tetap relevan setelah faktor individual diperhitungkan. Secara kontekstual, penelitian ini dilakukan pada mahasiswi Markaz Tahfidzil Qur'an Universitas Darussalam Gontor yang menjalani aktivitas akademik, kegiatan kelembagaan, dan program tahfiz secara bersamaan.

Tabel 1.1 berikut ini merupakan ringkasan dari kajian pustaka yang dilakukan.

**Tabel 1.1. Ringkasan kajian pustaka**

| <b>No</b> | <b>Peneliti</b>          | <b>Fokus dan desain</b>                                                      | <b>Temuan utama</b>                                          | <b>Keterbatasan relevan</b>                                              |
|-----------|--------------------------|------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| 1         | Fadhilah (2022)          | Lingkungan belajar dan peraturan pesantren; kuantitatif                      | Peraturan signifikan; lingkungan belajar tidak signifikan    | Faktor lingkungan belum dibedakan berdasarkan bentuk dukungan            |
| 2         | Mustafa (2018)           | Metode menghafal dan motivasi; regresi                                       | Keduanya signifikan secara parsial dan simultan              | Tidak menguji regulasi waktu, emosi, dan dukungan sosial                 |
| 3         | Ismanto (2019)           | Faktor pendukung hafalan; kualitatif                                         | Waktu, pengulangan, keluarga, guru, dan lingkungan penting   | Tidak mengukur kontribusi relatif                                        |
| 4         | Wildan (2023)            | Manajemen waktu tahfiz; kualitatif                                           | Pengelolaan waktu mendukung kualitas hafalan                 | Tidak menguji kontribusi statistik                                       |
| 5         | Sulastri et al. (2022)   | Manajemen waktu mahasantri; kualitatif                                       | Tujuan, kontrol, dan evaluasi membantu keseimbangan kegiatan | Belum membandingkan dengan faktor emosional dan sosial                   |
| 6         | Omas & Nursaadah (2023)  | Hafalan sebagai prediktor kecerdasan emosional                               | Hubungan positif sedang                                      | Arah hubungan terbalik dari penelitian ini                               |
| 7         | Patettengi (2019)        | Kecerdasan emosional dan lingkungan belajar; regresi                         | Kecerdasan emosional lemah/tidak signifikan                  | Temuan berbeda dari penelitian lain                                      |
| 8         | Musfirah (2024)          | Kecerdasan emosional dan kemampuan menghafal                                 | Hubungan signifikan                                          | Hanya menggunakan satu prediktor                                         |
| 9         | Sukmawati & Husna (2023) | Religiositas, dukungan sosial, dan well-being                                | Dukungan sosial berkontribusi terhadap well-being            | Outcome bukan kemampuan menghafal                                        |
| 10        | Yundianto et al. (2023)  | Hardiness, self-efficacy, dan dukungan sosial                                | Hanya dukungan keluarga menjadi moderator signifikan         | Dukungan sosial tidak diuji sebagai prediktor langsung kemampuan hafalan |
| 11        | Penelitian ini           | Manajemen waktu, kecerdasan emosional, dan dukungan sosial; regresi berganda | Menguji kontribusi parsial, simultan, dan relatif            | Konteks mahasiswa program tahfiz perguruan tinggi                        |

## F. Hipotesis Penelitian

Hipotesis penelitian dirumuskan berdasarkan kerangka teoretis dan hasil kajian terhadap penelitian terdahulu. Karena penelitian sebelumnya menunjukkan hasil yang belum sepenuhnya konsisten, hipotesis dalam penelitian ini dirumuskan secara nondirectional, yaitu menguji ada atau tidaknya kontribusi yang signifikan tanpa terlebih dahulu menetapkan arah kontribusinya.

1. Hipotesis kontribusi manajemen waktu terhadap kemampuan menghafal Al-Qur'an
 

**$H_{01}$ :** Manajemen waktu berpengaruh signifikan terhadap kemampuan menghafal Al-Qur'an pada mahasiswi Markaz Tahfidzil Qur'an Universitas Darussalam Gontor.

**$H_{a1}$ :** Manajemen waktu berpengaruh signifikan terhadap kemampuan menghafal Al-Qur'an pada mahasiswi Markaz Tahfidzil Qur'an Universitas Darussalam Gontor.
2. Hipotesis kontribusi kecerdasan emosional terhadap kemampuan menghafal Al-Qur'an
 

**$H_{02}$ :** Kecerdasan emosional berpengaruh signifikan terhadap kemampuan menghafal Al-Qur'an pada mahasiswi Markaz Tahfidzil Qur'an Universitas Darussalam Gontor.

**$H_{a2}$ :** Kecerdasan emosional berpengaruh terhadap kemampuan menghafal Al-Qur'an pada mahasiswi Markaz Tahfidzil Qur'an Universitas Darussalam Gontor.
3. Hipotesis kontribusi dukungan sosial terhadap kemampuan menghafal Al-Qur'an
 

**$H_{03}$ :** Dukungan sosial berpengaruh signifikan terhadap kemampuan menghafal Al-Qur'an pada mahasiswi Markaz Tahfidzil Qur'an Universitas Darussalam Gontor.

**$H_{a3}$ :** Dukungan sosial berpengaruh signifikan terhadap kemampuan menghafal Al-Qur'an pada mahasiswi Markaz Tahfidzil Qur'an Universitas Darussalam Gontor.
4. Hipotesis kontribusi manajemen waktu, kecerdasan emosional, dan dukungan sosial secara simultan

**$H_{04}$ :** Manajemen waktu, kecerdasan emosional, dan dukungan sosial secara simultan berpengaruh signifikan terhadap kemampuan menghafal Al-Qur'an pada mahasiswi Markaz Tahfidzil Qur'an Universitas Darussalam Gontor.

**$H_{a4}$ :** Manajemen waktu, kecerdasan emosional, dan dukungan sosial secara simultan berpengaruh signifikan terhadap kemampuan menghafal Al-Qur'an pada mahasiswi Markaz Tahfidzil Qur'an Universitas Darussalam Gontor.

#### **G. Sistematika Pembahasan**

Guna memudahkan dalam memperoleh gambaran umum terkait penelitian, maka penulis membuat sistematika pembahasan sebagai berikut:

BAB I: Pendahuluan merupakan bab yang berisi latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian penelitian yang relevan, hipotesis penelitian, dan sistematika pembahasan.

BAB II: Landasan teori yang di dalamnya membahas teori manajemen waktu, teori kecerdasan emosional, teori dukungan sosial dan teori kemampuan menghafal Al-Qur'an.

BAB III: membahas mengenai metode penelitian yang digunakan penulis terkait pendekatan dan jenis penelitian, populasi dan sampel, metode pengumpulan data, instrumen pengumpulan data, uji validitas dan reliabilitas, analisis data.

BAB IV: berisi hasil penelitian dan pembahasan yang mencakup deskripsi hasil penelitian dari keempat variabel penelitian umum, kemudian dibahas dalam subbab pembahasan mengenai hasil uji hipotesis penelitian antara data manajemen waktu, kecerdasan emosional, dan dukungan sosial terhadap kemampuan menghafal Al-Qur'an mahasiswi zona markaz tahfidzil Qur'an Universitas Darussalam Gontor, dan terakhir berisi keterbatasan penelitian yang telah dilakukan.

BAB V: Penutup, yang di dalamnya berisi simpulan hasil penelitian dan implikasi penelitian yang telah dilakukan, serta saran-saran yang diberikan penulis terkait evaluasi penelitian pada hal tertentu.

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data serta pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut.

1. Manajemen waktu memiliki pengaruh positif dan signifikan dengan kemampuan menghafal Al-Quran. Hasil tersebut ditunjukkan oleh nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$  dengan nilai  $t$  sebesar 6,131. Temuan ini menunjukkan bahwa manajemen waktu memiliki keterkaitan yang signifikan dengan kemampuan menghafal Al-Qur'an pada mahasiswi Markaz Tahfidzil Qur'an Universitas Darussalam Gontor.
2. Kecerdasan emosional memiliki pengaruh positif dan signifikan dengan kemampuan menghafal Al-Qur'an. Hasil pengujian memperoleh nilai signifikansi sebesar  $0,005 < 0,05$  dengan nilai  $t$  sebesar 2,920. Temuan ini menunjukkan bahwa kecerdasan emosional memiliki keterkaitan yang signifikan dengan kemampuan menghafal Al-Qur'an pada mahasiswi Markaz Tahfidzil Qur'an Universitas Darussalam Gontor.
3. Dukungan sosial memiliki pengaruh positif dan signifikan dengan kemampuan menghafal Al-Qur'an. Hasil pengujian memperoleh nilai signifikansi sebesar  $0,020 < 0,05$  dengan nilai  $t$  sebesar 2,376. Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki keterkaitan yang signifikan dengan kemampuan menghafal Al-Qur'an pada mahasiswi Markaz Tahfidzil Qur'an Universitas Darussalam Gontor.
4. Manajemen waktu, kecerdasan emosional, dan dukungan sosial secara simultan memiliki pengaruh yang signifikan dengan kemampuan menghafal Al-Qur'an pada mahasiswi Markaz Tahfidzil Qur'an Universitas Darussalam Gontor. Hasil uji  $F$  memperoleh nilai  $F$  sebesar 29,353 dengan signifikansi  $0,000 < 0,05$ . Nilai *Adjusted R Square* sebesar 0,538 menunjukkan bahwa ketiga variabel tersebut secara

bersama-sama mampu menjelaskan 53,8% variasi kemampuan menghafal Al-Qur'an, sedangkan 46,2% variasi lainnya berkaitan dengan faktor-faktor di luar model penelitian.

## **B. Implikasi**

### **1. Implikasi Teoretis**

Dari sisi pengembangan ilmu pengetahuan, hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan menghafal Al-Qur'an tidak hanya berkaitan dengan kemampuan kognitif dalam mengingat dan mengulang ayat, tetapi juga berkaitan dengan aspek pengelolaan diri dan lingkungan sosial. Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa manajemen waktu, kecerdasan emosional, dan dukungan sosial masing-masing memiliki pengaruh positif dan signifikan dengan kemampuan menghafal Al-Qur'an setelah variabel lainnya dikendalikan. Temuan tersebut memperkuat pandangan bahwa proses menghafal Al-Qur'an merupakan aktivitas yang melibatkan keteraturan perilaku, pengelolaan kondisi emosional, dan dukungan dari lingkungan sosial.

Temuan mengenai pengaruh manajemen waktu dengan kemampuan menghafal Al-Qur'an memperkuat hasil penelitian terdahulu yang menunjukkan pentingnya perencanaan, pengorganisasian, pelaksanaan, dan evaluasi waktu dalam proses tahfiz. Hasil penelitian ini memberikan tambahan bukti kuantitatif bahwa keterampilan mengelola waktu tetap berkaitan dengan kemampuan menghafal ketika kecerdasan emosional dan dukungan sosial diperhitungkan dalam model penelitian.

Pengaruh positif antara kecerdasan emosional dan kemampuan menghafal Al-Qur'an juga memberikan penguatan terhadap penelitian terdahulu yang menunjukkan adanya hubungan antara kemampuan mengelola emosi dan kemampuan menghafal Al-Qur'an. Temuan ini menunjukkan bahwa proses tahfiz tidak hanya membutuhkan kemampuan mengingat, tetapi juga kemampuan individu

dalam menghadapi kejenuhan, tekanan, kesulitan, dan berbagai kondisi emosional yang muncul selama proses menghafal.

Sementara itu, pengaruh positif antara dukungan sosial dan kemampuan menghafal Al-Qur'an menunjukkan bahwa lingkungan interpersonal juga memiliki relevansi dalam proses tahfiz. Dukungan sosial dapat menjadi sumber motivasi, bantuan, penguatan, maupun pendampingan dalam kegiatan ziyadah dan muraja'ah. Temuan ini memperluas penelitian terdahulu dengan menunjukkan bahwa dukungan sosial tetap memiliki keterkaitan dengan kemampuan menghafal setelah faktor manajemen waktu dan kecerdasan emosional dikendalikan.

## 2. Implikasi Praktis

- a. Bagi mahasiswi Markaz Tahfidzil Qur'an Universitas Darussalam Gontor, Hasil penelitian memberikan implikasi bahwa mahasiswi perlu meningkatkan kemampuan mengelola waktu secara terencana, terutama dalam membagi waktu antara kegiatan akademik, ziyadah, muraja'ah, kegiatan kelembagaan, dan aktivitas pribadi. Selain itu, mahasiswi perlu mengembangkan kemampuan mengenali dan mengelola kondisi emosional serta membangun hubungan sosial yang positif dengan lingkungan agar proses menghafal dapat berlangsung secara konsisten.
- b. Bagi pengelola Markaz Tahfidzil Qur'an Universitas Darussalam Gontor, Hasil penelitian dapat menjadi bahan pertimbangan dalam mengembangkan program pembinaan tahfiz yang tidak hanya berorientasi pada pencapaian jumlah hafalan, tetapi juga memperhatikan keterampilan manajemen waktu, pengelolaan emosi, dan lingkungan sosial mahasiswi. Program tahfiz dapat dilengkapi dengan pembinaan mengenai penyusunan target hafalan, pengaturan jadwal muraja'ah, pengelolaan aktivitas, serta pembentukan lingkungan yang mendukung.

- c. Bagi dosen dan musyrifah, Temuan penelitian ini dapat dijadikan acuan dalam meningkatkan pendampingan melalui pemantauan perkembangan hafalan, pembimbingan dalam pelaksanaan ziyadah dan muraja'ah, serta pemberian motivasi secara berkelanjutan. Pendampingan juga dapat diarahkan untuk membantu mahasiswi mengidentifikasi hambatan dalam pengelolaan waktu dan menghadapi kondisi emosional yang dapat mengganggu konsistensi hafalan.
- d. Bagi institusi pendidikan Islam, hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai salah satu pertimbangan dalam pengembangan program tahfiz yang mengintegrasikan aspek akademik, psikologis, dan sosial. Pengembangan program tidak hanya diarahkan pada pencapaian target hafalan, tetapi juga pada pembentukan kemampuan regulasi diri, pengelolaan emosi, serta lingkungan sosial yang mendukung keberlangsungan proses menghafal Al-Qur'an.

### C. Saran

Berdasarkan temuan yang diperoleh dalam penelitian ini, penulis mengajukan beberapa saran yang diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi pihak-pihak terkait maupun penelitian selanjutnya.

1. Bagi mahasiswi Markaz Tahfidzil Qur'an Universitas Darussalam Gontor, Mahasiswi disarankan untuk terus mengembangkan kemampuan manajemen waktu dengan menyusun prioritas dan jadwal yang realistis antara kegiatan akademik dan tahfiz. Pelaksanaan ziyadah dan muraja'ah perlu dilakukan secara teratur dan konsisten. Selain itu, mahasiswi perlu mengembangkan kemampuan mengenali serta mengelola kondisi emosional dan membangun hubungan yang positif dengan lingkungan sehingga dapat menciptakan lingkungan yang mendukung keberlangsungan proses menghafal Al-Qur'an.
2. Bagi pengelola program tahfidz, temuan terkait penelitian ini bisa dijadikan bahan untuk mempertimbangkan pengembangan pembinaan yang tidak hanya berfokus

pada target jumlah hafalan, tetapi juga memperhatikan aspek manajemen waktu, kecerdasan emosional, dan dukungan sosial. Pengelola dapat mengembangkan kegiatan pembinaan yang membantu mahasiswi menyusun target hafalan, mengatur waktu muraja'ah, mengelola berbagai tuntutan kegiatan, serta menciptakan lingkungan sosial yang mendukung proses tahfiz.

3. Bagi dosen dan musyrifah disarankan meningkatkan pendampingan terhadap proses ziyadah dan muraja'ah melalui pemantauan perkembangan hafalan secara berkala. Pendampingan dapat dilakukan dengan memberikan arahan mengenai pengelolaan waktu, motivasi, serta dukungan ketika mahasiswi menghadapi kesulitan dalam proses menghafal. Pendampingan yang dilakukan secara konsisten diharapkan dapat membantu mahasiswi menjaga keteraturan dan keberlangsungan aktivitas tahfiz.
4. Bagi peneliti selanjutnya, Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan penelitian dengan memasukkan variabel lain yang secara teoretis maupun empiris berkaitan dengan kemampuan menghafal Al-Qur'an. Berdasarkan hasil penelitian, nilai R Square sebesar 0,557 menunjukkan bahwa 55,7% variasi kemampuan menghafal Al-Qur'an dapat dijelaskan oleh manajemen waktu, kecerdasan emosional, dan dukungan sosial, sedangkan 44,3% lainnya berkaitan dengan faktor di luar model penelitian. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya dapat mempertimbangkan variabel seperti motivasi menghafal, intensitas muraja'ah, metode tahfiz, efikasi diri, self-regulated learning, kemampuan awal membaca Al-Qur'an, kualitas pembinaan, lingkungan belajar, dan faktor spiritual. Penelitian selanjutnya juga disarankan melibatkan jumlah responden yang lebih besar dan karakteristik lembaga yang lebih beragam agar hasil penelitian memiliki cakupan generalisasi yang lebih luas. Selain itu, penelitian longitudinal dapat dipertimbangkan untuk memperoleh gambaran mengenai perkembangan kemampuan menghafal Al-Qur'an dari waktu ke waktu.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, Nik Md Saiful Azizi Nik, Farah Nursuraya Binti Ab Rahim, and Rabi'atul Athirah Binti Muhammad Isa. "Exploring The Challenges of Sustaining Qur'anic Memorization: A Case Study." *Journal of Islamic Educational Research* 6, no. 1 (2021): 1–17. <https://doi.org/https://doi.org/10.22452/jier.vol6no2021.1>.
- Afghani, Abdullah Azzam Al, and Milcha Fakhria. "Resilience in Santri: The Impact of Social Support on the Quran Memorization Journey." *International Journal Ihya' Ulum Al-Din* 26, no. 2 (2024): 261–70. <https://doi.org/10.21580/ihya.26.2.23726>.
- Ahmad Wildan. "Manajemen Waktu Pembelajaran Tahfidz Dalam Meningkatkan Kualitas Hafalan Al-Qur'an Santri Di Pesantren Nurmedina Tangerang Selatan." *Manajemen Pendidikan Islam Konsentrasi Manajemen Pendidikan Al-Qur'an*, 2023. <https://repository.ptiq.ac.id/id/eprint/1462>.
- Al-Ghautsani, Yahya. *Kaifa Tahfāz Al-Qur'ān Al-Karīm: Qawa'id Asasiyyah Wa Turuq 'Amaliyyah*. Edited by Dar al-Gautsan. Damaskus, 2001.
- Ali, M Yusuf, and Taufiq Hidayat. "Hubungan Kestabilan Emosi Terhadap Hasil Belajar." *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan Volume* 04, no. 01 (2016): 25–33. <http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/issue/archive>.
- Aliyah, Nur Anifatul, Mulya Virginita Iswindari Winta, and Erwin Erlangga. "Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Harga Diri Pada Santri." *Jurnal Cahaya Mandalika* 5, no. 1 (2024): 158–65. <http://ojs.cahayamandalika.com/index.php/JCM>.
- Ambarwati, Luluk Cahyani, Johanna Tomaso, Iwan, Dwi Nopriyanto, Eny Pujiati, Icca Narayani Pramudaningsih, Sony Wahyu Tri Cahyono, Rusmiyati, and Diana Tri Lestari. *Diabetes Mellitus Tipe 2: Konsep Penyakit Dan Tatalaksana*. 1st ed. Banyuwangi: CV. Perkasa Satu, 2024.
- Angelina, Stephanie, Anastasia Putri, Leleng Wilis, Riana Sahrani, Monty P Satiadarma, and Pamela Hendra Heng. "Sosialisasi Fungsi Keluarga Dan Dukungan Sosial Untuk Mengatasi Dampak Negatif Standarisasi Media Sosial" 5, no. 4 (2025): 714–24.

<https://doi.org/10.47467/elmujtama.v5i4.8659>.

Anjani, Nurita, Rosleny Marliani, and Fithria Siti Hanifah. "The Influence of Social Support on the Motivation of Students Memorizing the Qur ' An." *Jurnal Psikologi Islam* 12, no. 1 (2025): 44–53. <https://doi.org/10.47399/jpi.v12i1.342>.

Anjani Rahmah Suci, Nadya Serafin Aprilia Wiranto, Michelle Patricia Mustopo, and Linda Wati. "Gambaran Tingkat Kesadaran Emosi Pada Anak Usia Dini Di Panti Asuhan GA." *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan* 4, no. 2 (2025). <https://doi.org/10.55606/jurrikes.v4i2.5458>.

Annisa Windar Khasanah, Agus Muharam, and Hisny Fajrussalam. "Analisis Kemampuan Menghafal Al Quran Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas V Di Sekolah Dasar." *Al-Qodiri: Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Kegamaan* 2, no. 2 (2023). <https://doi.org/https://doi.org/10.53515/qodiri>.

Anwar, Khoirul, and Mufti Hafiyana. "Implementasi Metode ODOA (One Day One Ayat) Dalam Meningkatkan Kemampuan Menghafal Al-Quran." *Jurnal Pendidikan Islam Indonesia* 2, no. 2 (2018): 181–98. <https://doi.org/10.35316/jpii.v2i2.71>.

Aprilia, Indri, and Ahmad Sobari. "Dampak Sertifikasi Terhadap Kinerja Mengajar Guru Di Madrasah Aliyah Negeri (MAN) 1 Kota Bogor." *Fikrah: Journal Of Islamic Education* 2, no. 1 (2018): 43–56.

Ardwiyanti, Galuh Maya, Iwan, and Darrotul Jannah. "Upaya Guru Dalam Meningkatkan Kemampuan Hafalan Al-Quran Siswa Dalam Program Tahfidz Al-Quran Pada Masa Pandemi Covid-19 Di MTs Assalafiyah Sitanggal Kabupaten Brebes." *Al-Tadzkiyyah: Jurnal Pendidikan Islam* 12, no. 2 (2021).

Arief, M. Miftah, Dina Hermina, and Nuril Huda. "Teori Habit Perspektif Psikologi Dan Pendidikan Islam." *Ri'ayah* 7, no. 1 (2022). <https://doi.org/https://doi.org/10.32332/riayah>.

Ariyani, Neni, Khairul Saleh, and Maulida Ulfa Hidayah. "Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Kemampuan Menghafal Alquran Juz 30 Peserta Didik Di MI Al-

- Mujahidin Samarinda.” *Borneo Journal of Islamic Education* 2, no. 1 (2022): 1–11. <https://journal.uinsi.ac.id/index.php/bjie/article/view/4744>.
- Arqam, M. Rukhul, Muhammad Tang, Kamaruddin Kamaruddin, and Rosika Indri Karadona. “The Effect of Emotional Intelligence on Qur’an Memorization Ability in Islamic Boarding Schools.” *Edusoshum : Journal of Islamic Education and Social Humanities* 6, no. 1 (2025): 51–19. <https://doi.org/10.52366/edusoshum.v6i1.201>.
- Asfaruddin, Khairiah, Nurhasanah Nurhasanah, and Wildania Wildania. “Emotional Awareness In Syiah Kuala University Students.” *Edu Consilium : Jurnal Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam* 6, no. 2 (2025): 37–49. <https://doi.org/10.19105/ec.v6i2.15568>.
- Asmuni, Hadiqoh. “Peran Lingkungan Sosial Terhadap Kontrol Diri Kaum Milenial.” *Al-Fikrah* 2, no. 2 (2019): 119–34.
- Aula, Salwa Tadzkirotul, Rachil Najma Shifa, and Dewi Khurun Aini. “Analisis Strategi Management Waktu Dalam Meningkatkan Produktivitas Belajar Untuk Menghindari Stress Akademik Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi , Fakultas Psikologi Dan Kesehatan , Universitas Islam Negeri Bagaimana Cara Mengetahui Strategi Managemen.” *Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi* 2, no. 3 (2024): 91–113.
- Badri, Malik. *Contemplation Islamic Psychospiritual Study*. 1439 AH. London: Washington, 2018.
- Baskoro, Sento Eko, Ina Sawitr, Tyahya Whisnu Hendratni, Ilham, Zainal Abidin, Intan Aprilianiswah Bunduwula, Rochimah Imawati, and Ayu Minarsi. *Dasar-Dasar Manajemen Waktu: Konsep, Strategi Dan Implementasi*. Yogyakarta: PT. Tren Digital Publishing, 2026.
- Britton, Bruce K., and Abraham Tesser. “Effects of Time-Management Practices on College Grades.” *Journal of Educational Psychology* 83, no. 3 (1991): 405–10. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.83.3.405>.
- Cepeda, Nicholas J., Harpld Pashler, Edward Vul, John T. Wixted, and Doug Rohrer.

- “Distributed Practice in Verbal Recall Tasks:A Review and Quantitative Synthesis.” *Psychological Bulletin* 132, no. 3 (2006): 354–80. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.132.3.354>.
- Covey, Stephen R. *The 7 Habits of Highly Effective People*. Edited by Lyndon Saputra. Tangerang Selatan: BinarupaAksara Publisher, 2013.
- D. Goleman. *Emotional Intelligence*. Bantam Books, 1995.
- Damayanti, Silvia, Masduki Asbari, Dani Setiawan, and Muhammad Sayup Saputra. “Mengapa EI Lebih Penting Daripada IQ ?” *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan* 01, no. 02 (2023): 279–85. <https://literaksi.org/index.php/jmp/article/view/280>.
- Daulay, Salim Said, Adinda Suciandhani, Sopan Sofian, Juli Julaiha, and Ardiansyah. “Pengenalan Al-Quran.” *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan* 9 (2023): 472–80.
- Duryat, Masduki, Siha Abdurrohman, and Aji Permana. *Mengasah Jiwa Kepemimpinan Peran Organisasi Kemahasiswaan*. Edited by Abdul. 1st ed. Indramayu: Penerbit Adab, 2021.
- Dwi Azzahra, Fitriani, and Marsella Putri Tommy Amanda. “Time Management: Strategies For A More Efficient Office Program Studi D4-Administrasi Bisnis/Jurusan Administrasi Niaga Politeknik Negeri Bandung.” *Jurnal Manajemen Bisnis Era Digital (JUMABEDI)* 1, no. 2 (2024): 187–203. <https://doi.org/10.61132/jumabedi.v1i2.115>.
- Dwistia, Halen, Silva Sindika, Haniefah Iqtianti, and Danur Ningsih. “Peran Lingkungan Keluarga Dalam Perkembangan Emosional Anak.” *Jurnal Parenting Dan Anak* 2, no. 2 (2025): 9. <https://doi.org/10.47134/jpa.v2i1.1164>.
- Emiliana, Emiliana, Asep Eka Nugraha, and Indria Susilawati. “Kecerdasan Emosional Menurut Goleman Dalam Perspektif Kurikulum 2013 Paud.” *Masa Keemasan: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 1, no. 2 (2022): 16–20. <https://doi.org/10.46368/v1i2.800>.
- Fadhilah, Mega Nur. “Pengaruh Lingkungan Belajar Dan Peraturan Pesantren Terhadap Prestasi Menghafal Al-Qur’an.” *Tesis*, 2022.
- Fatimah, and Sri Tuti Rahmawati. “IMPELMENTASI KURIKULUM MUATAN LOKAL DALAM MENCAPAI TARGET HAFALAN AL- QUR ’ AN 4 JUZ DI SD ISLAM

- ANNAJAH JAKARTA BARAT A . PENDAHULUAN Al- Qur ' an Juga Adalah Kalamullah Yang Diturunkan Dengan Berbahasa Arab , Yaitu Satu - Satunya Bahasa Yang Terjaga Den.” *Jurnal Qiro'ah* 10, no. 2 (2020): 31.
- Fatmawati, Tri Riya Anggraini, and Nani Angraini. “Kemampuan Menulis Teks Narasi Melalui Media Visual Pada Siswa Kelas Viii Smp Negeri 2 Gunung Sugih Lampung Tengah Tahun Pelajaran 2021/2022.” *Warahan: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia* 4, no. 2 (2022): 1–19. <https://www.stkippgribl.ac.id/eskripsi/index.php/warahan/article/view/312/240>.
- Fatriawati. “Meningkatkan Kemampuan Mengenal Bentuk Dan Warna Benda Melalui Kegiatan Bermain Gambar Dan Simbol Pada Kelompok A TK Dharma Wanita Pengadangan.” *Bintang: Jurnal Pendidikan Dan Sains* 1, no. 1 (2019): 88–100.
- Fauzan, Muhammad, and Zainarti. “Analisis Hadist ‘Manajemen Waktu.’” *Jurnal Penelitian Ekonomi Manajemen Dan Bisnis* 4, no. 1 (2025): 269–77.
- Fauziah, Hapsah, and Salma Auliyani. “Pengaruh Kemampuan Menghafal Al-Quran Juz 30 Terhadap Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran PAI.” *Masagi* 2, no. 1 (2023): 120–28. <https://doi.org/10.37968/masagi.v2i1.460>.
- Fauzy, Muh. Rogib, Nur Amri Ramadhan, Rasyid Ridha, and Sam' un Mukramin. “Peran Kecerdasan Emosional Dalam Meningkatkan Hafalan Al-Qur'an Di SMP Islam Terpadu Al-Ishlah Kabupaten Maros.” *Tarbiya Islamica* 11, no. 2 (2023): 80–87. <https://doi.org/10.37567/ti.v11i2.2564>.
- Fitriana, Dina, Nurul Azmi Saragih, Ika Sandra Dewi, and Nur Asyah. “The Relationship between Self-Management and Emotional Intelligence of Istiqal Delitua Private High School Students Hubungan Regulasi Diri Dengan Kecerdasan Emosional Siswa SMA Swasta Istiqal Delitua.” *JKIP : Jurnal Kajian Ilmu Pendidikan* 6, no. 3 (2025): 1055–64. <http://journal.al-matani.com/index.php/jkip/index>.
- Fitriani, Fani, Ufuk Fajaroh, Lulu Aulia Ramadhani, and Tri Windi Oktara. “Kecerdasan Dan Kemampuan Belajar.” *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Pengembangan SDM* 13, no.

- 2 (2025): 1–10. <https://doi.org/10.37721/psi.v13i2.1654>.
- Giyanti, Ernawati, and Setiadi Hari. *Penilaian Tahfiz Al-Qur ' an*. Edited by Saiful Rahman. 1st ed. Yogyakarta: CV. Bintang Semesta Media, 2022.
- Goleman, Daniel Terj. Hermaya. *Emotional Intelligence*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1996.
- Grafiani, Cecilia Pretty. *Seni Manajemen Waktu : Rahasia Bagaimana Orang-Orang Sukses Mengatur Waktu Mereka*. Edited by Herman Adamson. 1st ed. Yogyakarta: Psikolog Corner, 2022.
- Hanifah, Iffah, Hidayah Baisa, and Gunawan Ikhtiono. “Peranan Kecerdasan Emosi Dalam Keberhasilan Menghafal Al Qur'an (Studi Kasus Di Smp Ita El Ma'Mur Bogor).” *JPG: Jurnal Pendidikan Guru* 3, no. 2 (2022): 151. <https://doi.org/10.32832/jpg.v3i2.6909>.
- Helwina Afkarina, Dzulfikar Rodafi, and Muhammad Sulistiono. “Implementasi Program Tahfidzul Qur'an Dalam Penguatan Karakter Di Pondok Pesantren Mahasiswa Al-Barokah Malang.” *VICRATINA: Jurnal Pendidikan Islam* 6, no. 4 (2021): 184–88.
- Hidayanto, Dwi Nugroho. *Manajemen Waktu: Filosofi-Teori-Implementasi*. Edited by Risti Mirsawati. 1st ed. Depok: Rajawali Press, 2019.
- Hidayati, Lily, Reza Amanda, and Sani Samara. “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Subjektif Pada Siswa ( Definisi Kesejahteraan Subjektif ).” *Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Sosial* 1, no. 3 (2023): 177–85. <https://doi.org/https://doi.org/10.54066/jupendis-itb.v1i3>.
- HM, Ely Manizar. “Mengelola Kecerdasan Emosi.” *Tadbir* II, no. 2 (2016): 1–16.
- Hornby, A S. *Oxford Advanced Learner's Dictionary of Current English*. 9th ed. Oxford: Oxford University Press, 2015.
- House, James S. *Work Stress and Social Support*. Philippines: Addison-Wesley Publishing Company, 1981.
- Ikhwaningrum, Annisa Rezky Surya, Munawir Yusuf, and Rahmah Saniatuzzulfa. “Hubungan Resiliensi Dan Perceived Social Support Dengan Stres Akademik Saat

- Pembelajaran Daring Pada Mahasiswa.” *Jurnal Sains Psikologi* 11, no. 1 (2022): 50. <https://doi.org/10.17977/um023v11i12022p50-61>.
- Indartini, Mintarti, and Mutmainah. *ANALISIS DATA KUANTITATIF Uji Instrumen, Uji Asumsi Klasik, Uji Korelasi Dan Regresi Linier Berganda*. Edited by Hartirini Warnaningtyas. 1st ed. KLateng: Lakeisha, 2024. [https://www.unmermadiun.ac.id/repository\\_jurnal\\_penelitian/Mintarti Indartini/BIDANG B PELAKSANAAN PENDIDIKAN/BUKU NASIONAL/Buku Analisis Data Kuantitatif-22 Jan 24-compressed.pdf](https://www.unmermadiun.ac.id/repository_jurnal_penelitian/Mintarti%20Indartini/BIDANG%20B%20PELAKSANAAN%20PENDIDIKAN/BUKU%20NASIONAL/Buku%20Analisis%20Data%20Kuantitatif-22%20Jan%2024-compressed.pdf).
- Irdyandiwa, Dygra, and Ali Maksum. “Dukungan Sosial, Aktivitas Fisik Siswa, Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya.” *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan* 7, no. 3 (2019): 57–60. <http://ejurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/issue/archive>.
- Irwan. *Etika Dan Perilaku Kesehatan*. 2nd ed. Bantul: CV. Absolute Media, 2018.
- Ismanto, Heri Saptadi. “Faktor-Faktor Pendukung Kemampuan Menghafal Al-Qur’an Dan Implikasinya Dalam Bimbingan Dan Konseling (Studi Kasus Pada Beberapa Santri Di Pondok Pesantren Raudlotul Qur’an Semarang).” *Jurnal Penelitian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan (JP3B)*, 2019. <https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/478004>.
- Istriana, Suci, Sa’diyah, selvi Sri Wahyuni, Seseop Rustandi, Fahmi Suhaemi, and Irfan Maulana. “Perspektif Al-Qur’an Dalam Manajemen Waktu Penghafal Al-Qur’an.” *Jurnal Ilmiah Pascasarjana* 3, no. 2 (2023): 99. <https://doi.org/10.32832/djip-uika.v3i2.8622>.
- James S. House. *Work Stress and Social Support*. Edited by Alan A. McLean. 2nd ed. America: Simultaneously, 1944.
- Jannah, Wardatul, Budianto, Sri Kadarsih, Septarian, Meira Dwi Indah Purnama, Nining Huriati, Agung Setiabudi, et al. *Dasar-Dasar Manajemen Pendidikan Islam*. Jambi: Zabags Qu Publish, 2024.

- Kadir. *Statistika Terapan*. Ketiga. Depok: PT Raja Grafindo Persada, 2019.
- Kania Laelawati. “Kajian Literatur: Empati Dan Kesadaran Diri Sebagai Dimensi Utama Kecerdasan Emosional Dalam Kepemimpinan Dampaknya Terhadap Kinerja Organisasi.” *PARADOKS Jurnal Ilmu Ekonomi* 8, no. 24 (2025): 615–24.
- Kanti Sri Lestari. “Upaya Meningkatkan Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Perkembangan Sosial Melalui Layanan Bimbingan Konseling Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Besuk.” *Jurnal Pendidikan, Sosial, Dan Agama* 4, no. 2 (2022): 287–98.
- Kholifah, Rosmaya, Hafiq S, and Arnindio Maulidika Yurman. “Implementation of the Muraja’ah Method (Tahfidz Partner) in Improving the Quality of Students Qur’an Memorization at Rumah Tahfidz Asy-Syifaa in Indonesia.” *Potensia: Jurnal Kependidikan Islam* 12, no. 1 (2026): 31–42.  
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.24014/potensia.v12i1.39216>.
- Koleilat, Aziz, and Sirine Mneimneh. “Emotional Quotient, Emotional Intelligence.” *Ecricon Psychology and Psychiatry* 7, no. 8 (2018): 557–60.
- Kristiani, Syamsul Arifin, Adi Nugroho, Ermina Istiqomah, Husaini, Lenie Marlinae, and Rusdi Rusli. *Dukungan Dan Harapan: Kunci Pencegahan HIV-AIDS*. 1st ed. Ponorogo: Uwais Inspirasi Indonesia, 2025.
- Latifah, Neni Yuhrotul. “Pengaruh Dukungan Sosial Orang Tua Dan Efikasi Diri Terhadap Kemampuan Menghafal Al Qur’an Siswa MI Ma’arif Pulutan Salatiga.” *Jurnal Al-Qiyam* 1, no. 2 (2020): 118–26.
- Lestari, Fina Aulika, Hairun Hasanah Sagala, and Wahyu Nurrohman. “Literature Review: Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Akhlak Siswa.” *Edu Society: Jurnal Pendidikan, Ilmu Sosial Dan Pengabdian Kepada Masyarakat* 1, no. 3 (2023): 392–99.  
<https://doi.org/10.56832/edu.v1i3.150>.
- Ma’mun, Sukron. *Metode Tahfiz Al-Qur’an Qur’ani*. 1st ed. Jakarta Selatan: PTIQ Press, 2019.
- Macan, Therese Hoff. “Time Management: Test of a Process Model.” *Journal of Applied*

- Psychology* 79, no. 3 (1994): 381–91. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.79.3.381>.
- Mahmuda, Umi, and Mahmud Jalal. “Dukungan Sosial Dalam Menumbuhkan Kebermaknaan Hidup Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 3 – Jakarta Selatan.” *SULUH* 8, no. 2 (2021).
- Mahmudi, Ihwan. *Pengembangan Instrumen Penelitian Sosial*. Sleman: LintangBooks, 2020.
- Makhyaruddin, Deden M. *Rahasia Nikmatnya Menghafal Akl-Quran*. Jakarta selatan: PT Mizan Publika, 2013.
- Mangundjaya, Wustari L.H. *Psikologi Dalam Dunia Kerja Dan Bisnis*. Edited by Hanartono Widjoyo. Sumedang: CV. Mega Press Nusantara, 2024.
- Masduki, Yusron. “Implikasi Psikologi Bagi Penghafal Al-Quran.” *Medina-Te* 18, no. 1 (2018): 430–39.
- Maulana, Muhammad Hafidl, Khairul Mugni, Indra Zain Ariadi, and M Soeb Alfian. “Manajemen Waktu Menurut Perspektif Agama Islam: Implikasi Untuk Produktivitas Pribadi Dan Organisasi Di Era Digital.” *Jurnal Religion: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya* 1, no. 4 (2023): 925–34.
- Maulidin, Iqlima Nurkarima, Anwar Supenawinata, and Nisa Hermawati. “Pengaruh Adversity Quotient Dan Social Support Terhadap Motivasi Menghafal Al- Qur ’ an Pada Calon Peserta Wisuda Hafidz Di Miftahul Qur ’ an The Influence of Adversity Quotient and Social Support on Motivation to Memorize the Qur ’ an in Prospective Hafi.” *Jurnal Psikologi Islam* 10, no. 1 (2025): 9–20. <https://doi.org/10.47399/jpi.v10i1.235>.
- Mayer, John D., David R. Caruso, and Peter Salovey. “The Ability Model of Emotional Intelligence: Principles and Updates.” *Emotion Review* 8, no. 4 (2016): 290–300. <https://doi.org/10.1177/1754073916639667>.
- Meilisa Syelviani. “Pentingnya Manajemen Waktu Dalam Mencapai Efektivitas Bagi Mahasiswa.” *Jurnal Analisis Manajemen* 21, no. 1 (2020): 1–9.
- Mohammad Toyyib. “Pembenukan Kemampuan Menghafal Surah Al-Fatihah Pada Anak

- Usia Dini.” *Al-Ibrah* 6, no. 2 (2021): 28–53.
- Mtshweni, Bongani V. “Perceived Social Support and Academic Persistence among Undergraduate Students: Mediation of Sense of Belonging and Intrinsic Motivation.” *Journal of Psychology in Africa* 34, no. 1 (2024): 36–43. <https://doi.org/10.1080/14330237.2024.2314366>.
- Mujahidin, Endin, Rachmat Rachmat, Abbas Manshur Tamam, and Akhmad Alim. “Konsep Manajemen Waktu Dalam Perspektif Pendidikan Islam.” *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam* 11, no. 01 (2022): 129. <https://doi.org/10.30868/ei.v11i01.2203>.
- Mukhlisa, Putri, Sindi Yohenda, Ulfa Yanti, and Linda Yarni. “Kecerdasan Emosional Atau Emotional Intelligence.” *Atmosfer: Jurnal Pendidikan, Bahasa, Sastra, Seni, Budaya, Dan Sosial Humaniora* 2, no. 1 (2024): 115–27. <https://share.google/CZBYAft258kvTWwft>.
- Musfirah, AM. Riska. “Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Kemampuan Menghafal Al-Qur’an Pada Santri MTs Dayah Insan Qur’ani Aneuk Batee.” Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh, 2024.
- Mustafa. “Pengaruh Metode Menghafal Dan Motivasi Belajar Siswa Terhadap Prestasi Menghafal Al-Qur’an SMP IT Darul Qur’an Bogor.” Institut PTIQ Jakarta, 2018.
- Mutaqin, Daud, Hasbi Indra, and Santi Lisnawati. “Manajemen Pembelajaran Tahfizh Al-Qur’an Untuk Ketercapaian Target Hafalan Di SMPQ Al-Ihsan.” *Tawazun: Jurnal Pendidikan Islam* 15, no. 2 (2022): 187–96. <https://doi.org/10.32832/tawazun.v15i2.7623>.
- Myres, David G. *Psikologi Sosial*. 10th ed. Jakarta: Salemba Humanika, 2012.
- Nabila, Aulia, Afiful Ikhwan, and Devid Dwi Erwahyudin. “Time Management Among Students in Achieving Their Qur ’ an Memorization Goals at Islamic Boarding School.” *EDUSOSHUM: Jurnal of Islamic Education and Sosial Humanities* 6, no. 2 (2026): 1230–39.
- Nafi’ah, Maftukatun, and Abdullah Zaini. “Implementasi Program Takhassus Tahfidz Al-

- Quran Di Pondok Pesantren Nurul Islam Pungging Mojokerto.” *AL-LIQQO: Jurnal Pendidikan Islam* 9, no. 2 (2024): 182–202.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.46963/alliqo.v9i2.1493>.
- Najati, Muhammad Utsman. *Psikologi Dalam Perspektif Hadits: (Al-Hadits Wa 'Ulum an-Nafs)*. 1st ed. Jakarta: Pustaka Al-Husna Baru, 2004.
- Nasruddin, Dedi, and V. Heru Hariyanto. “Mama Training: Pelatihan Emotional Intelligence Untuk Meningkatkan Self-Regulation Guru Sekolah Dasar.” *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)* 14, no. 1 (2022): 55–68.  
<https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol14.iss1.art6>.
- Nastiti, Dwi, and Cucuk Nur Cahyani. “Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Flow Akademik Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Sidoarjo.” *HELPER: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 39, no. 1 (2022): 13–21.  
<https://doi.org/10.36456/helper.vol39.no1.a5141>.
- Nasution, Nurhadani, Nurmawati Nurmawati, and Harun Al Rasyid. “The Relationship Between the Intensity of Muraja’ah and the Effectiveness of Time Management with the Evaluation of Al-Qur’an Memorization of Students.” *Urwatul Wutsqo: Jurnal Studi Kependidikan Dan Keislaman* 15, no. 2 (2026): 1038–51.  
<https://doi.org/10.54437/urwatulwutsqo.v15i2.3040>.
- Nawabuddin, Abd al-Rabb. *Metode Efektif Menghafal Al-Qur’an*. Jakarta: Tri Daya Inti, 1992.
- Nisa, Nur Khoirun, Hamid Mukhlis, Dian Arif Wahyudi, and Riska Hediya Putri. “Manajemen Waktu Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Keperawatan.” *Journal of Psychological Perspective* 1, no. 1 (2019): 29–34.  
<https://doi.org/10.47679/jopp.1172019>.
- Noer, Syaifudin. “Historisitas Tahfidzul Qur’an: Upaya Melacak Tradisi Tahfidz Di Nusantara.” *Jurnal of Islamic Education Studies* 6, no. 1 (2021).
- Nur Fadilah Amin, Sabaruddin Garancang, and Kamaluddin Abunawas. “KONSEP UMUM

- POPULASI DAN SAMPEL DALAM PENELITIAN Nur.” *Jurnal Pilar: Jurnal Kajian Islam Kontemporer* 14, no. 1 (2023): 15–31. <https://doi.org/10.21070/2017/978-979-3401-73-7>.
- Omas, and Ida Nursaadah. “Pengaruh Menghafal Al-Qur’an Terhadap Kecerdasan Emosional Remaja.” *Al Kabier: Journal of Islamic Studies* 1, no. 1 (2023).
- Patattengi, Zuhri. “Pengaruh Kecerdasan Emosional Dan Lingkungan Belajar Terhadap Prestasi Menghafal Al-Qur’an Siswa SMP Islam Al-Azhar 4 Kemandoran Jakarta Selatan.” *Repository.Ptiq.Ac.Id*, 2019.
- Prabwati, Mega Nur, Ari Putra, Mohamad Zubaidi, Anik Lestaningrum, Pupung Puspa Ardini, Nadhirotul Laily, Eva Mulyani, et al. *Mendidik Generasi Sesuai Zaman*. Edited by Bayu Adi Laksono. 1st ed. Madiun: CV. Bayfa Cendekia Indonesia, 2024.
- Pradinata, Sherlin. “Prokrastinasi Akademik Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.” *Jurnal Experientia* 4, no. 2 (2016): 85–95. <http://journal.wima.ac.id/index.php/EXPERIENTIA/article/view/899>.
- Pranyoto, Yohanes Hendro, and Videlis Nio Leba. “Pengaruh Pergaulan Teman Sebaya Terhadap Kecerdasan Interpersonal Mahasiswa Di Sekolah Tinggi Katolik Santo Yakobus Merauke.” *Jurnal Pastoral Kateketik* 1, no. 2 (2024): 1–24. <https://doi.org/10.37202/kmmr.2024.29.2.1>.
- Prasetya, Fikki. *Buku Ajar Psikologi Kesehatan*. 1st ed. Guepedia, 2021.
- Pratama, Dimas Arya, Karnia Salsabila, and Desy Nor Ain. “Manajemen Waktu Dalam Perspektif Islam.” *Jurnal Religion: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya* 1, no. 6 (2023): 21–29.
- Prima Tim Pena. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Gita Media Press, 1999.
- Putra, Ary Antony, Ahmad Sholeh, Miftahul Jannah, and Muliadi Muliadi. “Peran Guru Musyrif Asrama Dalam Penguatan Hafalan Santri Program Tahfidzul Qur’an.” *Al-Hikmah: Jurnal Agama Dan Ilmu Pengetahuan* 22, no. 2 (2025): 290–300.

[https://doi.org/10.25299/ajaip.2025.vol22\(2\).21891](https://doi.org/10.25299/ajaip.2025.vol22(2).21891).

- Qardhawi, Yusuf. *Demi Masa: Mendedah Komitmen Dan Kiat Manajemen Waktu Menurut Islam*. Yogyakarta: Qudsi Media, 2014.
- Qotrunnada, Kanza, and Nida Ul Hasanat. "The Roles of Patience and Social Support on the Academic Stress of Undergraduate Students." *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)* 11, no. 2 (2025): 88. <https://doi.org/10.22146/gamajop.90412>.
- Rahma, Rezka Arina, Umi Dayati, Sri Wahyuni, and Ellyn Sugeng Dysyanty. *Peran Ibu Dan Dukungan Sosial Dalam Mencegah Penularan Covid-19 Klaster Keluarga*. Edited by Bayu Adi Laksono. 1st ed. Madiun: CV. Bayfa Cendekia Indonesia, 2022.
- Rahman, M. Abd., Nur Kabibuloh, Muhamad Naufal Alwan, and Afifah Arrahmah. "Peningkatan Kualitas Dan Kuantitas Hafalan Al-Qur'an Terhadap Manajemen Waktu." *Al-Ilmi: Jurnal Pendidikan Islam* 7, no. 1 (2024): 16. <https://doi.org/https://doi.org/10.32529/al-ilm.v7i1.2588>.
- Ramadhani, Dwi Yuniar. *Monograf Kecerdasan Emosional Dan Resiliensi Mahasiswa*. Edited by Darmawan Edi Winoto. 1st ed. Purbalingga: CV. Eureka Media Aksara, 2022.
- Ridwan, Ari Mohamad, and Muhammad Fauzan. "Mental Health as Intervening Variable on Relationship of Social Support and Achievement of Qur'an Memorization." *Al Muhafidz: Jurnal Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir* 5, no. 2 (2025): 251–65. <https://doi.org/10.57163/almuhafidz.v5i2.197>.
- Ridwan Hermawan, Yurna Yurna, Salsabila Salsabila, and Vera Siti Maghfiroh. "Dimensi Kecerdasan Emosional Siswa Dalam Pembelajaran Pendidikan Agama Islam: Tinjauan Teori Goleman Dan Salovey." *Hikmah : Jurnal Studi Pendidikan Agama Islam* 2, no. 3 (2025): 01–17. <https://doi.org/10.61132/hikmah.v2i3.1250>.
- Rifki, Abbas Wahid, Fadina Rahmadiani, Fahmi Syahrul Romadhon, Muhamad Isro'i Ma'ruf, Samrotul Mawaddah, Siti Fathonatul Ula, and Triani Okasya. "Faktor Pendukung Dan Faktor Penghambat Keberhasilan Menghafal Al-Qur ' an Di Pondok Pesantren Sulaimaniyyah." *Academica: Journal of Multidisciplinary Studies* 7, no. 1

(2023).

- Risnamajasari, Risnamajasari, and Nur Sakiya. “Kemampuan Menghafal Al-Quran Ditinjau Dari Kecerdasan Matematis Santriwati.” *Supermat : Jurnal Pendidikan Matematika* 8, no. 1 (2024): 112–27. <https://jurnal.stkipbima.ac.id/index.php/SM/article/view/1930>.
- Rohman, Taufikur, Mukhamad Ilyasin, and Suratman. “The Influence of Adversity Quotient and Self-Efficacy on Students’ Qur’an Memorization Ability.” *Tafkir: Interdisciplinary Journal of Islamic Education* 7, no. 2 (2026): 510–23.
- Rusmianingsih, Nining, Yenny Sima, Susi Widiawati, Arifin Dwi Atmaja, Nenny Parinusa, Dherlirona, and Feby Manuhutu. *Aplikasi Manajemen Keperawatan Dalam Praktik Keperawatan*. 1st ed. Jakarta Barat: Penerbit Nuansa Fajar Cemerlang Jakarta, 2023.
- Sabrina, Vinni, Gifa Oktavia, Albizar, Hendra Susanti, and Fitra Murni. “Eight Supporting Factors for Students’ Success in Quran Memorization.” *Khalifa: Journal of Islamic Education* 6, no. 1 (2022): 73–101. <http://kjie.ppj.unp.ac.id/index.php/kjie/index%0AEight>.
- Salovey, Mayer. “What Is Emotional Intelligence?” In *UNH Personality Lab*, 2004.
- Salovey, Peter, and John D. Mayer. “Emotional Intelligence.” *Psychology: Imagination, Cognition and Personality* 9, no. 3 (1990). <https://doi.org/https://dx.doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>.
- Santrock, John W. *Adolescence*. 12th ed. McGraw-Hill Higher Education, 2008.
- . *Educational Psychology*. 5th ed. McGraw-Hill Medical Publishing, 2011.
- Saparwadi, and Akhmad Sahrandi. “Mengenal Konsep Daniel Goleman Dan Pemikirannya Dalam Kecerdasan Emosional.” *Al-Musyrif: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam* 1, no. 1 (2021): 17–38.
- Saputra, Harum Ma’arif Teguh, and Abdul Muhid. “Metode Hafalan Di Pondok Pesantren Dalam Perspektif Psikologi.” *Risalah: Jurnal Pendidikan Dan Study Islam* 8, no. 2 (2022): 851–64. <https://doi.org/10.5281/zenodo.3553865>.Ris.
- Sarafino, Edward P., and Timothy W. Smith. *Health Psychology: Biopsychosocial*

- Interaction*. Edited by Christopher Johnson. 8th ed. University of Utah, 2014.
- Sarasati, Budi, and Okta Nurvia. "Emotion in Writing." *Jurnal Psibernetika* 14, no. 1 (2021): 40–48. <https://doi.org/10.30813/psibernetika>.
- Sardiani Daulay, Lily. "Lebih Dari Sekadar Nilai: Pentingnya Kecerdasan Sosial Dan Emosional Pada Anak." *Edu Society: Jurnal Pendidikan, Ilmu Sosial Dan Pengabdian Kepada Masyarakat* 5, no. 2 (2025): 1621–32. <https://doi.org/10.56832/edu.v5i2.1508>.
- Sari, Dwi Adelia, and Puspa Dianti. "Analisis Dukungan Sosial Keluarga Dalam Proses Pemulihan Pasien Di Rumah Singgah Sriwijaya." *Jurnal Ilmu Multidisiplin* 4, no. 6 (2026): 4852–58. <https://doi.org/https://doi.org/10.38035/jim.v4i6>.
- Sarnoto, Ahmad Zain, and Sri Tuti Rahmawati. "Kecerdasan Emosional Dalam Perspektif Al-Qur'an." *Jurnal Statement : Media Informasi Sosial Dan Pendidikan* 10, no. 1 (2020): 21–38. <https://doi.org/10.56745/js.v10i1.17>.
- Sears, David O., Jonathan L. Freedman, and L. Anne Peplau. *Psikologi Sosial*. 5th ed. Jakarta: Erlangga, 1985.
- Senangsa, Matthew. *Terampil Manajemen Waktu*. Yogyakarta: Hikam Media Utama, 2023.
- Setiabudi, Agung, Kasful Anwar Us, and Shalahudin. "Manajemen Konflik, Manajemen Stress, Dan Manajemen Waktu Dalam Pendidikan." *Arus Jurnal Sosial Dan Humaniora* 5, no. 2 (2025): 2255–64. <https://doi.org/10.57250/ajsh.v5i2.1471>.
- Setyaningrum, Rani, Hamidah N Utami, and Ika Ruhana. "Studi Pada Karyawan PT . Jasa Raharja Cabang Jawa Timur." *Jurnal Administrasi Bisnis (JAB)* 36, no. 1 (2016): 211–19.
- Sholeha, Amalia, and Muhammad Dahlan Rabbanie. "Hafalan Al-Quran Dan Hubungannya Dengan Nilai Akademis Siswa." *Tarbawi : Jurnal Pendidikan Islam* 17, no. 2 (2020).
- Siddik, Ananda, and Ahmad Khairuddin. "The Effectiveness of Students' Time Management in Aligning Academic Tasks and Al-Qur'an Memorization at Ma'had Aly Al-Mubarak." *International Journal of Islamic Education, Research and Multiculturalism (IJIERM)* 8, no. 1 (2026): 338–53. <https://doi.org/10.47006/ijierm.v8i1.688>.

- Sudiartini, Ni Wayan Ari, Siti Mukaromah, Ganjar Winata Martoatmodjo, Luhglatno, Tjitjik Hamidah, Fatima El Zahraa, Erny Hutabarat, et al. *Kecerdasan Emosional*. Edited by Sudung Simatupang. 1st ed. Vol. 2. Purbalingga: CV. Eureka Media Aksara, 2024.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2019.
- . *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*, 2020.
- Sukmawati, Shinta, and Sabiqotul Husna. “The Impact of Religiosity and Social Support on Psychological Well-Being among Tahfidz Students.” *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi* 8, no. 2 (2023): 213–31. <https://doi.org/10.33367/psi.v8i2.3907>.
- Sulastri, Devi, Imam Makruf, and Supriyanto. “Manajemen Waktu Maha Santri Dalam Menghafal Al Qur’an Di PPTQ Griya Qur’an 7 Surakarta Devi.” *Fikrah: Journal of Islamic Education* 6, no. 1 (2022).
- Surajiyo, Nasruddin, Nosi Fanira, and Herman Paleni. “Penggunaan Metode Structural Equation Modeling (SEM) Pada Pengaruh Kemampuan Kerja Dan Motivasi Terhadap Kinerja Karyawan Serta Dampaknya Terhadap Kualitas Layanan.” *Jurnal Ilmiah Manajemen Bisnis Dan Inovasi Universitas Sam Ratulangi (JMBI Unsat)* 8, no. 3 (2021): 715–34.
- Suryaningsih, Chatarina, Saripuddin, Nur Widjiyati, and Ahmad Sumiyanto. *Kecerdasan Emosional Di Era Digital*. Edited by Arjuna Putri Hawari. 1. Medan: PT Media Penerbit Indonesi, 2024. <https://doi.org/10.7476/9788526816718.0006>.
- Susanto, Salmat. “Pengembangan Alat Dan Teknik Evaluasi Tes Dalam.” *Jurnal Tarbiyah Jamiat Kheir* 1, no. 1 (2023): 51–60.
- Syed Aziz, Sharifah Noorhidayah, Lissailin Baharudin, and Tariq Ziyad Muhammad. “Strategi Pengurusan Masa Mengulang Hafazan Al-Quran Pelajar Fast-Track SPM Di Akademi Integrasi Tahfiz Al-Falah (AITAF).” *ATTARBAWIY: Malaysian Online Journal of Education* 10, no. 1 (2026): 215–31. <https://doi.org/10.53840/attarbawiy.v10i1.349>.
- Tanjung, Hendri, and Nur Rohim Yunus. *Manajemen Waktu: 7 Langkah Membuat Hidup*

- Penuh Arti*. Jakarta Timur: PT Bumi Aksara, 2023.
- Taylor, Shelley E. *Health Psychology*. 8th ed. New York: McGraw-Hill Medical Publishing, 2012.
- Tinambunan, Anitha Paulina. “‘Time Management’ Bagaimana Menggunakan Waktu Dengan Baik” 1 (2021): 1–7. <http://www.ejournal.ust.ac.id/index.php/KAIZEN/article/view/2380>.
- Tobing, Meralda Juliana Purada, and Ika Zenita Ratnaningsih. “Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Perilaku Kerja Inovatif Pada Penyiar Radio Kampus Di Jakarta.” *Jurnal EMPATI* 10, no. 1 (2021): 69–77. <https://doi.org/10.14710/empati.2021.30424>.
- Trihandayani, Estiningsih. *Perilaku Positif: Membangun Tim Dan Strategi Yang Unggul*. Edited by Lili Nurlaili. Sumedang: CV. Mega Press Nusantara, 2025.
- Ulfah, Maulidani, Afnibar, and Ulfatmi. “Penerapan Teori Kognitif Dalam Menghafal Al-Qur’an Terhadap Kesehatan Mental.” *Jiic: Jurnal Intelek Insan Cendikia* 1, no. 10 (2024): 7993–98. <https://jicnusanantara.com/index.php/jiic>.
- Ummah, Masfi Sya’fiatul. *Bahan Ajar Statistik Inferensial (Jilid1)*. Edited by Sri Hastuti and Fanni Zulaiha. 1st ed. Cirebon: UNU Cirebon Press, 2022. <https://unucirebonpress.unucirebon.ac.id/file/65ece198d38a0.pdf>.
- Utami, Karina Putri, and Yeny Duriana Wijaya. “HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL PASANGAN DENGAN KONFLIK PEKERJAAN-KELUARGA PADA IBU BEKERJA.” *Jurnal Psikol* 16, no. 1 (2018).
- Utami, Novianti Retno, and Khikmah Novitasari. “KONSTRUK DIMENSI KECERDASAN EMOSIONAL ANAK USIA 5-6 TAHUN.” *Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 7, no. 1 (2022): 306–12.
- Uyun, Muhamad. “Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Persepsi Siswa Terhadap Cara Mengajar Guru Dengan Motivasi Belajar.” *Jurnal Pendidikan Islam* 11, no. 01 (2022): 753–78. <https://doi.org/10.30868/ei.v11i01.2335>.

- Wahidaty, Hilma. "From Theory to Learner Self-Awareness." *Education: Journal of Educational Sciences* 3, no. 4 (2021): 1880–89.
- Warastri, Annisa, and Andhita Dyorita Khoiryasdien. "Efektifitas Pelatihan Kecerdasan Emosi Untuk Meningkatkan Motivasi Diri Pada Mahasiswa Berorganisasi Di Universitas 'Asiyiyah Yogyakarta." *Insight: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi* 18, no. 1 (2022): 31–40. <https://doi.org/10.32528/ins.v>.
- Waro, Miftahul Alam Al, Muhammad Fikri Pratama, and Nono Hery Yoenanto. "Pengaruh Religiusitas Dan Efikasi Diri Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Yang Tinggal Di Pondok Pesantren." *Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Sosial* 9, no. 2 (2023): 711–20.
- Widiantoro, Didik, Sigit Nugroho, Yanwar Arief, and Universitas Islam Riau. "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dari Dosen Dengan Motivasi Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa." *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi* 4, no. 1 (2019): 1–14. <https://doi.org/https://doi.org/10.33367/psi.v4i1.649>.
- Widyaningsih, Santi, and Muhammad Wildan Shohib. "Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Kemampuan Menghafal Al-Qur'an." *Ta'dib: Jurnal Pendidikan Islam* 13, no. 1 (2024): 1–10. <https://doi.org/10.29313/tjpi.v13i1.13456>.
- Wulandari, Burhanuddin, and Nuryanti Mustari. "Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Kinerja Pegawai Di Kantor Kecamatan Sape Kabupaten Bima." *Transekonomika: Akuntansi, Bisnis Dan Keuangan* 1, no. 1 (2021): 64–71.
- Yahya bin Abd Arrazaq al-Ghautsani. *Kaifa Tahfadz Al-Qur'an Alkarim: Qowaid Asasiyyah Wa Thuruq Amaliyyah*. Jeddah: Markaz Al-Baruum, 1994.
- Yasir, Muhammad, and Ade Jamaruddin. *Studi Al-Qur'an*. Edited by Jani Arni. 1st ed. Riau: CV. Asa Riau, 2016.
- Yuliani, Naning, Dwi Nur Anika, Siti Mufarochah, and Umi Masfuroh. "Apakah Penghafal Al-Qur'an Memiliki Kecerdasan Emosional Tinggi?" *Psikosains: Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Psikologi* 19, no. 2 (2024): 201–9.
- Yunanto, Taufik Akbar Rizqi. "Perlukah Kesehatan Mental Remaja? Menyelisik Peranan

- Regulasi Emosi Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dalam Diri Remaja.” *Jurnal Ilmu Perilaku* 2, no. 2 (2019): 75. <https://doi.org/10.25077/jip.2.2.75-88.2018>.
- Yundianto, Devie, Muhammad Khatami, Ahmad Fathony, Anna Armeini Rangkuti, and Wahyu Syahputra. “Memorizing the Quran: Exploring Academic Hardiness, Self-Efficacy, and Perceived Social Support in Islamic Schools.” *International Journal of Islamic Educational Psychology* 4, no. 2 (2023): progres. <https://doi.org/10.18196/ijiep.v4i2.19812>.
- Zahriyah, Aminatus, Suprianik, Agung Parmono, and Mustofa. *Ekonometrika Teknik Dan Aplikasi Dengan SPSS*. Edited by Tim Kreatif Penerbit Mandala Press. Mandala Press. 1st ed. Jember: Mandala Press, 2021. <https://digilib.uinkhas.ac.id/22746/1/BukuEkonometrika.pdf>.
- Zega, Yuan Xing Grace Hillary, and Grace Ester Kurniawati. “Pentingnya Manajemen Waktu Bagi Mahasiswa Dalam Meningkatkan Prestasi Belajar Di Sekolah Tinggi Teologi Duta Panisal Jember.” *Metanoia* 4, no. 1 (2022): 58–70. <https://doi.org/10.55962/metanoia.v4i1.62>.
- Zimet, Gregory D., Nancy W. Dahlem, Sara G. Zimet, and Gordon K. Farley. “The Multidimensional Scale of Perceived SocialSupport.” *Journal of Personality Assessment*, 1988.
- Zulqaidah, Hasriyati Harahap, Nurroyian, Rama Satya Tanjung, Dian Pratiwi Br.Marpaung, and Aswaruddin. “Kecerdasan Emosional Dalam Komunikasi Interpersonal.” *Indo-MathEdu Intellectuals Journal* 6, no. 1 (2025): 208–19. <https://doi.org/10.54373/imeij.v6i1.2482>.