

**HUBUNGAN ANTARA KEMAMPUAN MEMBACA DAN MENGHAFAL
AL-QUR'AN DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA SANTRI
RUMAH TAHFIDZ BAITU USY-SYAQIL QUR'AN PURWOKERTO**



SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto
untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos.)

Oleh:

Ezzar Arkhan Kautsar Hidayat

NIM. 214110101273

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
JURUSAN KONSELING DAN PENGEMBANGAN MASYARAKAT
FAKULTAS DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI
PURWOKERTO**

2025

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ezzar Arkhan Kautsar Hidayat

NIM : 214110101273

Jenjang : Sarjana (S-1)

Fakultas : Dakwah

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul, "Hubungan antara Kemampuan Membaca dan Menghafal Al-Qur'an dengan *Psychological Well-Being* pada Santri Rumah Tahfidz Baitu Usy-Syaqil Qur'an Purwokerto" adalah benar-benar hasil karya saya sendiri, kecuali bagian-bagian tertentu yang dirujuk sumbernya dan bukan merupakan plagiat atau saduran dari karya orang lain. Apabila di kemudian hari pernyataan saya tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan skripsi dan gelar akademik yang saya peroleh.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Purwokerto, 23 Desember 2024

Yang menyatakan,



Ezzar Arkhan Kautsar Hidayat
NIM. 214110101273



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO
FAKULTAS DAKWAH**

Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553, www.uinsaizu.ac.id

PENGESAHAN

Skripsi berjudul

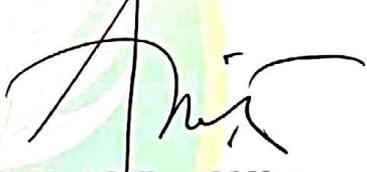
**HUBUNGAN ANTARA KEMAMPUAN MEMBACA DAN MENGHAFAL AL-QUR'AN
DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA SANTRI RUMAH TAHFIDZ BAITU
USY-SYAQIL QUR'AN PURWOKERTO**

Yang disusun oleh Ezzar Arkhan Kautsar Hidayat, NIM. 214110101273 Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat, Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri, telah diujikan pada hari Senin, 13 Januari 2025 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos.) dalam Bimbingan dan Konseling Islam oleh Sidang Dewan Penguji Skripsi.

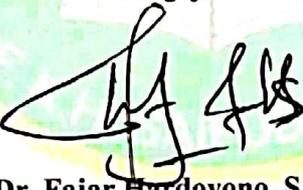
Ketua Sidang / Pembimbing,


Dr. Alief Budiyo, S.Psi., M.Pd.
NIP. 1979021720091003

Sekretaris Sidang/ Penguji II,


Anas Azhimi Qalban, M.Kom.
NIDN.2012049202

Penguji Utama,


Dr. Fajar Hardoyono, S.Si., M.Sc.
NIP. 198012152005011003

Mengesahkan,

Purwokerto, 17 Januari 2025

Dekan,


Dr. Muskinul Fuad, M.Ag.
NIP. 197412262000031001

NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Dakwah
UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri
di Purwokerto

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah melaksanakan bimbingan, koreksi, dan perbaikan terhadap penulisan skripsi dari:

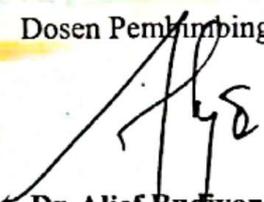
Nama : Ezzar Arkhan Kautsar Hidayat
NIM : 214110101273
Jenjang : Sarjana (S-1)
Fakultas : Dakwah
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul: : "Hubungan antara Kemampuan Membaca dan Menghafal Al-Qur'an dengan *Psychological Well-Being* pada Santri Rumah Tahfidz Baitu Usy-Syaqil Qur'an Purwokerto"

Dengan ini menyatakan bahwa naskah skripsi tersebut dapat diajukan kepada Dekan Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto untuk diajukan dalam sidang munaqosyah dan dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos).

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Purwokerto, 23 Desember 2024

Dosen Pembimbing,


Dr. Alief Budiyono, S.Psi., M.Pd.

NIP. 1979021720091003

MOTTO

”Percayalah pada dirimu sendiri, karena kamu lebih kuat dari yang kamu kira. Karena keberanian bukan berarti tidak takut, tetapi tetap melangkah meski ada rasa takut.”

-Ezzar Arkhan Kautsar Hidayat



PERSEMBAHAN

Puji syukur kehadiran Allah Swt. atas segala kemudahan dan kelancaran yang telah diberikan hingga terselesaikannya skripsi ini. Dengan kerendahan hati, penulis mempersembahkan skripsi ini sebagai ungkapan terima kasih yang mendalam kepada almamater tercinta, Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, sebagai tempat penulis menimba ilmu dan meraih cita-cita.



**HUBUNGAN ANTARA KEMAMPUAN MEMBACA DAN MENGHAFAL
AL-QUR'AN DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA SANTRI
RUMAH TAHFIDZ BAITU USY-SYAQIL QUR'AN PURWOKERTO**

Ezzar Arkhan Kautsar Hidayat

NIM.214110101273

Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam
Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an dengan *psychological well-being* pada santri Rumah Tahfidz Baitu Usy-Syaqil Qur'an (BUQ) Purwokerto. Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik sampling jenuh, yaitu melibatkan seluruh santri tahfidz BUQ yang berjumlah 27 orang. Pengumpulan data dilakukan melalui instrumen kuesioner, yang terdiri dari instrumen untuk mengukur kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an dan instrumen untuk mengukur *psychological well-being*, keduanya telah teruji validitas dan reliabilitasnya.

Hasil analisis data menggunakan uji korelasi *Pearson Product Moment* menunjukkan adanya hubungan signifikan antara kemampuan menghafal Al-Qur'an dengan *psychological well-being* pada santri Rumah Tahfidz BUQ Purwokerto. Hal ini ditunjukkan oleh nilai koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar 0.784 pada taraf signifikansi 5%, yang lebih besar dari r_{tabel} (0.784 > 0.396), sehingga hipotesis alternatif (H_a) **diterima**. Dengan koefisien korelasi sebesar 0.784, hubungan tersebut berada pada derajat yang kuat, sementara nilai koefisien determinasi sebesar 61.5% menunjukkan bahwa kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an memberikan kontribusi yang cukup besar terhadap *psychological well-being* santri tahfidz. Hasil ini menunjukkan bahwa santri dengan kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an yang lebih tinggi cenderung memiliki tingkat *psychological well-being* yang lebih baik.

Kata Kunci: Kemampuan Membaca dan Menghafal Al-Qur'an, *Psychological Well-Being*, Santri Tahfidz

**THE RELATIONSHIP BETWEEN THE ABILITY TO READ AND
MEMORIZE THE QUR'AN WITH PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN
STUDENTS OF RUMAH TAHFIDZ BAITU USY-SYAQIL QUR'AN
PURWOKERTO**

Ezzar Arkhan Kautsar Hidayat

NIM.214110101273

*Islamic Guidance and Counseling Study Program
State Islamic University Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto*

ABSTRACT

This study aims to analyze the relationship between the ability to read and memorize the Qur'an with psychological well-being in students of Rumah Tahfidz Baitu Usy-Syaqil Qur'an (BUQ) Purwokerto. The approach used is a quantitative approach with a type of correlational research. The sample in this study uses a saturated sample technique, which involves all 27 BUQ tahfidz students. Data collection was carried out through a questionnaire instrument, which consisted of an instrument to measure the ability to read and memorize the Qur'an and an instrument to measure psychological well-being, both of which have been tested for validity and reliability.

*The results of data analysis using the Pearson Product Moment correlation test showed that there was a significant relationship between the ability to memorize the Qur'an and psychological well-being in students of Rumah Tahfidz BUQ Purwokerto. This is shown by the value of the correlation coefficient (r_{xy}) of 0.784 at the significance level of 5%, which is greater than the r_{table} ($0.784 > 0.396$), so that the alternative hypothesis (H_a) is **accepted**. With a correlation coefficient of 0.784, the relationship is at a strong degree, while the determination coefficient value of 61.5% shows that the ability to read and memorize the Qur'an contributes significantly to the psychological well-being of tahfidz students. These results show that students with higher reading and memorization skills in the Qur'an tend to have a better level of psychological well-being.*

Keywords: *Ability to Read and Memorize the Qur'an, Psychological Well-Being, Tahfidz Student*

KATA PENGANTAR

Puji syukur senantiasa penulis panjatkan ke hadirat Allah Swt. atas limpahan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan antara Kemampuan Membaca dan Menghafal Al-Qur’an dengan *Psychological Well-Being* pada Santri Rumah Tahfidz Baitu Usy-Syaqil Qur’an Purwokerto” dengan baik dan lancar. Shalawat serta salam semoga selalu tecurahkan kepada Nabi Muhammad saw., suri teladan umat sepanjang masa.

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Strata Satu (S-1) pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto. Penulis menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, dan dukungan berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. H. Ridwan, M.Ag., Rektor UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
2. Dr. Muskinul Fuad, M.Ag., Dekan Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
3. Nur Azizah, M.Si., Ketua Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat, Fakultas Dakwah, UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
4. Lutfi Faishol, M.Pd., Koordinator Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
5. Dr. Alief Budiyono, S.Psi., M.Pd., Dosen Pembimbing Skripsi yang dengan penuh kesabaran meluangkan waktu, memberikan arahan, motivasi, serta bimbingan hingga skripsi ini terselesaikan.
6. Seluruh civitas akademik UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto yang telah memberikan pelayanan, ilmu pengetahuan, keterampilan, dan pengalaman selama menempuh pendidikan di Fakultas Dakwah.
7. Dr. Kusna, M.Pd., Pengasuh Rumah Tahfidz BUQ Purwokerto, yang telah memberikan izin untuk melaksanakan penelitian di rumah tahfidz tersebut.
8. Kedua orang tua, Bapak Fahmi Nor Hidayat dan Ibu Becti Puspitawati, yang dengan perhatian dan doa terus memberikan dukungan moral dan semangat yang tidak pernah pudar dalam mewujudkan mimpi ini.

Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu, yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung dalam penyelesaian skripsi ini. Semoga segala kebaikan dan dukungan yang telah diberikan mendapat balasan pahala dari Allah Swt.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun agar karya ini dapat menjadi lebih baik ke depannya. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis dan para pembaca pada umumnya.

Purwokerto, 23 Desember 2024

Yang menyatakan,



Ezzar Arkhan Ka'utsar Hidayat
NIM. 214110101273

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
NOTA DINAS PEMBIMBING	iii
MOTTO	iv
PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Definisi Operasional.....	7
C. Rumusan Masalah	8
D. Tujuan Penelitian.....	9
E. Manfaat Penelitian	9
F. Kajian Pustaka.....	10
G. Sistematika Penulisan.....	13
BAB II LANDASAN TEORI	14
A. Kemampuan Membaca dan Menghafal Al-Qur'an	14
1. Definisi Kemampuan Membaca Al-Qur'an	14
2. Definisi Kemampuan Menghafal Al-Qur'an.....	16
3. Aspek-Aspek Kemampuan Membaca dan Menghafal Al-Qur'an	18
4. Faktor yang Mempengaruhi Kemampuan Membaca dan Menghafal Al-Qur'an	22
B. <i>Psychological Well-Being</i>	27
1. Definisi <i>Psychological Well-Being</i>	27

2. Dimensi <i>Psychological Well-Being</i>	30
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Psychological Well-Being</i>	34
C. Hubungan antara Kemampuan Membaca dan Menghafal Al-Qur'an dengan <i>Psychological Well-Being</i>	38
D. Hipotesis.....	45
BAB III METODE PENELITIAN	46
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	46
B. Tempat dan Waktu Penelitian	46
C. Populasi dan Sampel Penelitian	46
D. Variabel Penelitian.....	47
E. Teknik Pengumpulan Data.....	50
F. Analisis Data	55
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	58
A. Gambaran Lokasi Penelitian	58
1. Profil Rumah Tahfidz Baitu Usy-Syaqil Qur'an Purwokerto	58
2. Visi dan Misi Rumah Tahfidz Baitu Usy-Syaqil Qur'an Purwokerto	58
3. Gambaran Umum Responden.....	59
B. Uji Keabsahan Kuesioner.....	60
1. Hasil Uji Validitas	60
2. Hasil Uji Reliabilitas	67
C. Transformasi Data Indikator Jumlah Hafalan	68
D. Kategorisasi Penyajian Data.....	70
1. Kategorisasi Variabel Kemampuan Membaca dan Menghafal Qur'an	70
2. Kategorisasi Variabel <i>Psychological Well-Being</i>	71
E. Uji Prasyarat Analisis	72
1. Hasil Uji Normalitas.....	72
2. Hasil Uji Linearitas	73
F. Uji Korelasi	74
G. Deskripsi Hasil	79
H. Pembahasan	81
1. Kemampuan Membaca dan Menghafal Al-Qur'an	81

2. <i>Psychological Well-Being</i>	86
BAB V PENUTUP	93
A. Kesimpulan.....	93
B. Saran.....	93
DAFTAR PUSTAKA	95
LAMPIRAN-LAMPIRAN	100



DAFTAR TABEL

Tabel 1. Indikator Variabel X (Kemampuan Membaca dan Menghafal Al-Qur'an)	48
Tabel 2. Indikator Variabel Y (<i>Psychological Well-Being</i>)	49
Tabel 3. Skoring Skala Likert	51
Tabel 4. <i>Blueprint</i> Skala Kemampuan Membaca dan Menghafal Al-Qur'an	52
Tabel 5. <i>Blueprint</i> Skala <i>Psychological Well-Being</i>	53
Tabel 6. Saran dan Masukan Validitas Instrumen	61
Tabel 7. Uji Validitas Instrumen <i>Try Out</i> Kemampuan Membaca dan Menghafal Al-Qur'an	61
Tabel 8. Instrumen Kemampuan Membaca dan Menghafal Al-Qur'an	63
Tabel 9. Uji Validitas Instrumen <i>Try Out Psychological Well-Being</i>	64
Tabel 10. Instrumen <i>Psychological Well-Being</i>	66
Tabel 11. Uji Reliabilitas Instrumen Kemampuan Membaca dan Menghafal Al-Qur'an	67
Tabel 12. Uji Reliabilitas Instrumen <i>Psychological Well-Being</i>	68
Tabel 13. Transformasi Data Indikator Jumlah Hafalan	68
Tabel 14. Uji Deskriptif Statistik	70
Tabel 15. Interval Skor Variabel X	70
Tabel 16. Interval Skor Variabel Y	71
Tabel 17. Uji Normalitas	72
Tabel 18. Uji Linearitas	73
Tabel 19. Nilai Variabel X dan Nilai Variabel Y	74
Tabel 20. Perhitungan Koefisien Korelasi	75
Tabel 21. Uji Korelasi	77
Tabel 22. Penafsiran Koefisien Korelasi	78
Tabel 23. Korelasi Kemampuan Membaca dan Menghafal Al-Qur'an dengan <i>Psychological Well-Being</i>	79

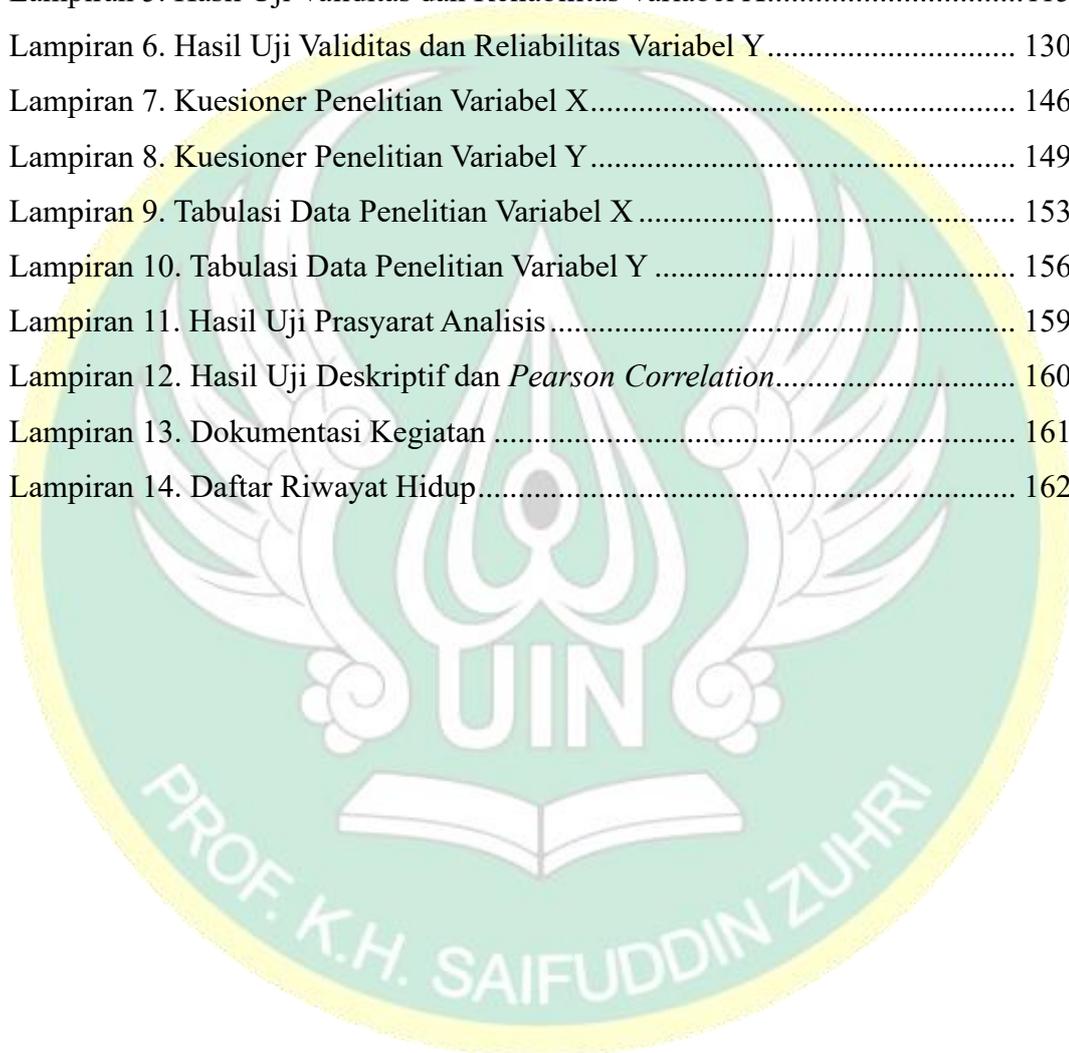
DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Jumlah Hafalan Al-Qur'an Santri BUQ Purwokerto 59



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner <i>Try Out</i> Variabel X	101
Lampiran 2. Kuesioner <i>Try Out</i> Variabel Y	105
Lampiran 3. Tabulasi Data Hasil <i>Try Out</i> Kusioner Variabel X.....	109
Lampiran 4. Tabulasi Data Hasil <i>Try Out</i> Kusioner Variabel Y.....	112
Lampiran 5. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Variabel X.....	115
Lampiran 6. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Variabel Y.....	130
Lampiran 7. Kuesioner Penelitian Variabel X.....	146
Lampiran 8. Kuesioner Penelitian Variabel Y	149
Lampiran 9. Tabulasi Data Penelitian Variabel X.....	153
Lampiran 10. Tabulasi Data Penelitian Variabel Y	156
Lampiran 11. Hasil Uji Prasyarat Analisis	159
Lampiran 12. Hasil Uji Deskriptif dan <i>Pearson Correlation</i>	160
Lampiran 13. Dokumentasi Kegiatan	161
Lampiran 14. Daftar Riwayat Hidup.....	162



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi di era modern membawa dampak yang signifikan bagi perkembangan di berbagai aspek kehidupan manusia. Di satu sisi, manusia dapat menikmati berbagai kelebihan dan kenyamanan yang ditawarkan oleh inovasi-inovasi baru. Di sisi lain, manusia juga harus menghadapi tantangan-tantangan yang semakin kompleks, seperti tekanan hidup meningkat seiring dengan percepatan ritme kehidupan, perubahan sosial yang dinamis, dipicu oleh globalisasi dan digitalisasi yang menuntut individu untuk terus beradaptasi, serta tuntutan yang semakin tinggi dari lingkungan sekitar, baik dalam konteks pekerjaan maupun kehidupan sosial, yang seringkali menimbulkan stres dan tekanan psikologis.

Dalam kondisi seperti ini, *psychological well-being* atau kesejahteraan psikologis menjadi salah satu elemen utama yang menentukan kualitas hidup seseorang. Di era modern, kesejahteraan psikologis memiliki peran fundamental, mencerminkan kondisi emosional dan mental individu yang meliputi perasaan bahagia, kepuasan hidup, serta kemampuan untuk menghadapi tantangan dan tekanan sehari-hari.¹ Selain itu, kesejahteraan psikologis juga merepresentasikan tingkat kesehatan mental dan emosional yang memungkinkan seseorang untuk merasa baik, berfungsi secara optimal, dan berkembang secara positif dalam berbagai aspek kehidupan.²

Menurut Carol D. Ryff, pelopor teori kesejahteraan psikologis, setiap individu dapat mencapai kesejahteraan melalui kondisi di mana mereka mampu memiliki pandangan positif terhadap diri sendiri, menjalin hubungan yang baik dengan orang lain, menetapkan tujuan hidup yang jelas, serta mampu mengelola dan menyesuaikan lingkungan sesuai dengan kebutuhan. Selain itu, kemampuan

¹ Sri Yenita, "Gambaran Psychological Well Being pada Dewasa Awal yang Berstatus Janda di Kenagarian Air Bangis," *Ranah Research: Journal of Multidisciplinary Research and Development* 4, no. 2 (2022), hlm. 151

² Emilia Mustary, "Pemaafan dan Kesejahteraan Psikologis Individu," *Indonesian Journal of Islamic Counseling* 3, no. 2 (2021), hlm. 71

untuk mengambil keputusan dan bertindak dengan bijak, serta terus mengeksplorasi dan mengembangkan potensi diri secara optimal, juga merupakan bagian penting dari kesejahteraan ini.³ Dengan memahami dan menerapkan dimensi-dimensi tersebut, seseorang dapat memiliki kehidupan yang lebih seimbang, bermakna, dan bahagia.

Menurut Khasanah dan Kalifia, kesejahteraan psikologis menjadi penting mengingat tidak hanya berpengaruh terhadap diri individu itu sendiri, melainkan juga pada aspek-aspek sosial lainnya, seperti hubungan interpersonal yang sehat, produktivitas, serta partisipasi aktif dalam kehidupan bermasyarakat.⁴ Di sisi lain, Tumanggor menyatakan bahwa individu yang tidak sejahtera secara psikologis sering kali menunjukkan perilaku destruktif, baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan sekitar.⁵ Perilaku ini dapat berupa agresi, penarikan diri dari interaksi sosial, hingga penurunan produktivitas.

Oleh karena itu, memastikan kesejahteraan psikologis setiap individu sangat penting, tidak hanya untuk kepentingan pribadi, tetapi juga untuk menjaga harmoni dalam masyarakat. Hal ini pula yang melandasi bahwa setiap individu membutuhkan kesejahteraan psikologis karena tidak hanya berkaitan dengan ketiadaan gangguan mental, tetapi juga dengan kualitas hidup dan kebahagiaan pada individu, tidak terkecuali bagi santri.

Kesejahteraan psikologis pada santri dapat dipengaruhi oleh sejumlah faktor, baik yang bersifat internal maupun eksternal. Faktor internal mencakup usia, jenis kelamin, dan kepribadian. Sedangkan faktor eksternal meliputi dukungan sosial, lingkungan, dan agama.⁶ Dalam faktor agama secara spesifik menghafal Al-Qur'an merupakan salah satu faktor eksternal yang diyakini memiliki pengaruh positif terhadap kesejahteraan psikologis. Dengan menghafal Al-Qur'an dapat

³ Yenita, "Gambaran Psychological Well Being pada Dewasa Awal yang Berstatus Janda di Kenagarian Air Bangis," hlm. 151

⁴ Putri Khasanah dan Anna Dina Kalifia, "Hubungan antara Kesehatan Mental bagi Aktivitas Sehari-Hari," *Gudang Jurnal Multidisiplin Ilmu* 2, no. 1 (2024), hlm. 333

⁵ Raja Oloan Tumanggor, "Psychoeducation to Maintain the Mental Health of East Cengkareng Residents Raja," *Sabdamas* 2, no. 1 (2023), hlm. 82

⁶ Agnieszka Bożek, Paweł F. Nowak, dan Mateusz Blukacz, "The Relationship between Spirituality, Health-Related Behavior, and Psychological Well-Being," *Frontiers in Psychology* 11, no. 1997 (2020), hlm. 3

memberikan harapan, kebahagiaan, kedamaian batin, kebermaknaan hidup dan sumber koping bagi individu yang menghadapi berbagai tantangan dalam hidup.⁷

Al-Qur'an sebagai kitab suci umat Islam merupakan sumber pedoman, hikmah, penyembuh, rahmat, dan cahaya bagi orang-orang yang percaya. Al-Qur'an mengandung banyak ayat yang berkaitan dengan kesejahteraan jiwa, seperti ayat-ayat tentang kesabaran, syukur, tawakkal, doa, dzikir, cinta kasih, dan lain-lain. Di samping itu, Allah Swt. juga menjanjikan mahkota kehormatan bagi para penghafal Al-Qur'an. Sebagaimana yang disampaikan oleh Rasulullah saw. dalam haditsnya:

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: يَجِيءُ الْقُرْآنُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ فَيَقُولُ: يَا رَبِّ، حَلِّهِ، فَيُلْبَسُ تَاجَ الْكِرَامَةِ، ثُمَّ يَقُولُ: يَا رَبِّ، زِدْهُ، فَيُلْبَسُ حُلَّةَ الْكِرَامَةِ، ثُمَّ يَقُولُ: يَا رَبِّ ارْضَ عَنْهُ، فَيَرْضَى عَنْهُ، فَيُقَالُ لَهُ: اقْرَأْ وَارْقُ وَتُرَادُ بِكُلِّ آيَةٍ حَسَنَةٌ

Artinya: Dari Abu Hurairah ra. dari Nabi saw. beliau bersabda, "Pada hari kiamat, Al-Qur'an akan datang dan berkata, "Wahai Rabb, berikanlah pakaian kepadanya!" Maka diberikan kepadanya mahkota kehormatan. Kemudian Al-Qur'an berkata lagi, "Wahai Rabb, tambahkanlah kepadanya!" Lalu diberikan kepadanya pakaian kemuliaan. Setelah itu, Al-Qur'an kembali berkata, "Wahai Rabb, ridailah dia!" Akhirnya dia pun diridai. Kemudian dikatakan kepada ahli Al-Qur'an, "Bacalah dan naiklah, niscaya akan ditambahkan kepadamu satu pahala kebaikan pada setiap ayat.""⁸

Dari hadits tersebut memberikan penjelasan, bahwa penghafal Al-Qur'an tidak hanya dijanjikan keutamaan dan ganjaran pahala, tetapi juga dianugrahi mahkota kehormatan yang menunjukkan keistimewaan yang diberikan kepada mereka.⁹ Tentu apa yang dijanjikan oleh Allah Swt. menjadi sumber kebahagiaan, harapan, kedamaian batin, dan kebermaknaan hidup, serta sumber koping bagi para penghafalnya dalam menghadapi berbagai tantangan dalam hidup.

⁷ Ahmad Khoirul Anam, *Seni Bahagia Menghafal Al-Qur'an* (Elex Media Komputindo, 2021), hlm. 3

⁸ HR. At-Tirmidzi No. 2915, diakses melalui <https://dorar.net/hadith/sharh/78630>

⁹ Anam, *Seni Bahagia Menghafal Al-Qur'an*, hlm. 7

Selain itu, kegiatan menghafal Al-Qur'an telah banyak diakui sebagai bentuk terapi Qurani yang efektif dalam mengurangi gejala kecemasan, depresi, dan gangguan emosional lainnya. Hal ini sejalan dengan studi Star dan Bidin yang menunjukkan bahwa interaksi rutin dengan Al-Qur'an berdampak positif pada kesehatan fisik, mental, dan emosional seseorang.¹⁰ Penelitian serupa oleh Rosyanti et al. mengungkapkan bahwa aktivitas seperti membaca atau menghafal Al-Qur'an merangsang area otak yang terkait dengan ketenangan dan kebahagiaan, seperti *korteks prefrontal* dan sistem *limbik*.¹¹

Dengan demikian, ketika seseorang membaca dan menghafal Al-Qur'an, aktivitas otak yang berkaitan dengan pengendalian emosi, refleksi mendalam, dan produksi *neurotransmitter* seperti *dopamin* dan *serotonin* yang dikenal sebagai "hormon kebahagiaan" mengalami peningkatan. Hal ini berkontribusi pada perbaikan kesejahteraan psikologis seseorang. Dengan demikian, aktivitas membaca dan menghafal Al-Qur'an bukan hanya bentuk ibadah spiritual, tetapi juga dapat memberikan manfaat psikologis yang mendalam dan menyeluruh bagi pelakunya.

Dalam konteks ini, santri tahfidz menjadi salah satu kelompok yang memiliki hubungan paling intens dengan Al-Qur'an. Santri tahfidz adalah mereka yang belajar menghafal Al-Qur'an secara utuh atau sebagian dari Al-Qur'an. Santri tahfidz tidak hanya fokus pada hafalan, tetapi juga mendalami makna Al-Qur'an dan mengaplikasikan prinsip-prinsipnya dalam kehidupan sehari-hari. Dengan menjadikan Al-Qur'an sebagai pedoman utama, mereka berusaha membentuk karakter, kebiasaan, dan pola pikir yang Qur'ani.

Namun, realitas menunjukkan kondisi yang berbeda. Di Rumah Tahfidz BUQ Purwokerto, misalnya, banyak santri tahfidz justru merasakan tekanan dan tuntutan yang berat. Mereka harus memenuhi berbagai ekspektasi, termasuk menguasai kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an dengan baik melalui

¹⁰ Nur Hidayah Ibrahim Star dan Sharifah Norshah Bani Syed Bidin, "The Effect of Reading the Quran on the Physical, Mental and Emotional Humans: A Highlight," *International Journal of Al-Qur'an and Knowledge (IJQK)* 1, no. 2 (2021), hlm. 76

¹¹ Lilin Rosyanti, Indriono Hadi, dan Akhmad Akhmad, "Spiritual Health Al-Qur'an Therapy as Physical and Psychological Treatment during the COVID-19 Pandemic," *Health Information : Jurnal Penelitian* 14, no. 1 (2022), hlm. 96

tiga aspek utama, yaitu kemampuan membaca sesuai kaidah tajwid, kefasihan dalam melafalkan ayat-ayat, serta kelancaran dalam mengingat hafalan. Hafalan ini harus dijaga agar tetap terpelihara, tidak terlupakan, dan tidak bercampur dengan hafalan lainnya.¹²

Tekanan ini menjadi semakin kompleks ketika santri harus menyesuaikan diri dengan perubahan drastis dalam rutinitas mereka. Sehingga tidak jarang tekanan psikologis muncul, terutama bagi mereka yang memiliki tanggung jawab tambahan di luar hafalan. Menurut Fadli et al., tekanan tersebut membuat sejumlah santri tahfidz menyerah di tengah jalan karena merasa tidak mampu menghadapi beban yang terlalu berat.¹³ Penelitian Sodiq et al. juga menunjukkan bahwa santri tahfidz termasuk kelompok yang rentan terhadap stres. Kondisi ini dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti tingginya target hafalan, aturan pesantren yang sangat ketat, dan keterbatasan dalam menjalin interaksi sosial.¹⁴

Selain itu, Sejati et al. mengungkapkan bahwa dalam dinamika psikologisnya, santri tahfidz sering kali mengalami konflik internal yang kompleks.¹⁵ Mereka dihadapkan pada tantangan untuk menyeimbangkan kewajiban sebagai pelajar dan tanggung jawab sebagai penghafal Al-Qur'an. Tekanan ini semakin besar karena adanya ekspektasi untuk unggul dalam kedua aspek tersebut. Kondisi ini dapat menyebabkan stres mental yang cukup tinggi, mengingat besarnya tuntutan dan tanggung jawab yang harus mereka emban.

Dengan demikian, terlihat bahwa pembelajaran Al-Qur'an bukanlah tugas yang ringan. Sering kali, tuntutan tersebut menciptakan tekanan psikologis, mengingat santri tahfidz diharuskan memberikan dedikasi penuh. Proses ini

¹² Rapi Sapitra, "Pengaruh Keterampilan Berbicara Bahasa Arab terhadap Kemampuan Menghafal Al-Qur'an Santri Kelas IX Ma'had Tahfidz Hidayatul Qur'an Puding Besar," *LETERNAL: Learning and Teaching Journal* 2, no. 1 (2021), hlm. 11

¹³ Tajul Fadli et al., "Pengaruh Penerapan Metode *Talaqqi* dan *Takrir* terhadap Kualitas Hafalan Al-Qur'an Santri," *COMSERVA : Jurnal Penelitian dan Pengabdian Masyarakat* 2, no. 11 (2023), hlm. 2850

¹⁴ Alwi Mahardhika Sodiq, Mochamad Widjanarko, dan Suharsono Suharsono, "Strategi Coping pada Santri Penghafal Al-Qur'an 30 Juz di Kudus," *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Humaniora* 8, no. 3 (2023), hlm. 187

¹⁵ Sugeng Sejati et al., "Dinamika Psikologis Mahasiswa Penghafal Al-Qur'an ditinjau dari Surat Faatir Ayat 32.," *Jurnal Ilmiah Multidisiplin Keilmuan Mandira Cendikia* 2, no. 7 (2024), hlm. 9

mengharuskan mereka untuk mengalami perubahan yang radikal dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini termasuk meninggalkan keluarga dan teman-teman lamanya demi memasuki dunia baru yang penuh dengan rutinitas pembelajaran yang padat dan disiplin.

Melihat berbagai tantangan dan dinamika yang dihadapi oleh santri tahfidz dalam proses menghafal di Rumah Tahfidz BUQ Purwokerto, menjadi jelas bahwa penting untuk mengkaji hubungan antara kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an dengan kesejahteraan psikologis. Santri tahfidz merupakan kelompok yang unik karena mereka menghadapi tekanan akademis, sosial, dan religius secara bersamaan. Padahal, kesejahteraan psikologis yang terjaga, termasuk minimnya tekanan yang berlebihan merupakan kebutuhan mendasar yang sangat penting di era saat ini untuk mendukung individu agar dapat berfungsi secara optimal. Oleh karena itu, memahami keterkaitan antara aktivitas utama mereka, yaitu menghafal Al-Qur'an, dengan tingkat kesejahteraan psikologis menjadi kebutuhan yang mendesak.

Penelitian sebelumnya telah membahas berbagai faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis. Misalnya, penelitian yang dilakukan oleh Furqani menunjukkan bahwa religiusitas memiliki pengaruh langsung terhadap kesejahteraan psikologis tanpa melibatkan kecerdasan spiritual sebagai mediator.¹⁶ Sementara itu, penelitian yang dilakukan oleh Sari dan Abidin menemukan bahwa mahasiswa hafiz menunjukkan nilai yang baik pada keenam dimensi kesejahteraan psikologis. Penelitian lainnya, seperti yang dilakukan oleh Sayyidah, juga mengungkapkan bahwa aspek religiusitas dalam Islam berperan dalam meningkatkan *psychological well-being*.

Meskipun penelitian-penelitian tersebut telah memberikan kontribusi penting, terdapat celah penelitian yang belum banyak diungkap, khususnya keterkaitan antara kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an dengan *psychological well-being* pada santri tahfidz. Aspek ini jarang dikaji secara

¹⁶ Nusaibah Nur Furqani, "Peranan Religiusitas dan Kecerdasan Spiritual terhadap Peningkatan Kesejahteraan Psikologis," *Psychological Journal: Science and Practice* 1, no. 1 (2021), hlm. 12

mendalam, sementara sebagian besar penelitian sebelumnya lebih banyak berfokus pada aspek membaca Al-Qur'an secara umum, religiusitas, dan spiritualitas. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengisi celah tersebut dengan mengkaji hubungan antara kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an dengan *psychological well-being* pada santri tahfidz.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap literatur psikologi agama, terutama dalam memahami bagaimana kemampuan menghafal Al-Qur'an berhubungan dengan kesejahteraan psikologis. Dengan latar belakang tersebut, peneliti berencana melaksanakan penelitian skripsi dengan judul **“Hubungan antara Kemampuan Membaca dan Menghafal Al-Qur’an dengan *Psychological Well-Being* pada Santri Rumah Tahfidz Baitu Ussy-Syaqil Qur’an Purwokerto.”**

B. Definisi Operasional

Dalam definisi operasional penjelasan diberikan oleh peneliti terhadap variabel yang terdapat pada judul penelitian agar tidak terjadi kesimpang siuran makna. Berikut adalah definisi operasional pada variabel dalam judul, yaitu:

1. Kemampuan Membaca dan Menghafal Al-Qur’an

Kemampuan menghafal Al-Quran merupakan keterampilan untuk memasukan kalimat atau ayat Al-Qur’an berdasarkan aturan atau kaidah membaca Al-Qur’an ke dalam pikiran hingga mampu mengucapkannya kembali tanpa membaca mushaf. Menurut Herdiansyah, kemampuan membaca Al-Quran merupakan kemampuan membaca sesuai dengan kaidah hukum tajwid, dan kemampuan membaca ayat-ayat dengan fasih.¹⁷ Sedangkan kemampuan menghafal Al-Qur’an menurut Husna et al., merupakan kemampuan untuk menghafal dan melafalkan ayat-ayat Al-Qur’an secara

¹⁷ Herdi Herdiansyah, “Pengaruh Perhatian Orang Tua dan Kedisiplinan Belajar terhadap Kemampuan Menghafal Al-Qur’an Siswa,” *AL-IDRAK: Jurnal Pendidikan Islam dan Budaya* 1, no. 1 (2021), hlm. 96

lancar, tanpa jeda atau terbata-bata, dengan tingkat intensitas hafalan ayat atau surat yang tinggi.¹⁸

Dengan demikian, yang dimaksud dengan kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an dalam penelitian ini, yaitu penguasaan bacaan Al-Qur'an sesuai kaidah tajwid, bacaan Al-Qur'an harus disampaikan dengan fasih, dan kelancaran dalam mengingat hafalan dengan intensitas hafalan yang tinggi. Semua aspek tersebut, penting untuk menjaga hafalan agar tetap terjaga dan tidak terlupakan.

2. *Psychological Well-Being*

Psychological well-being atau kesejahteraan psikologis adalah keadaan di mana individu mampu memiliki pandangan yang positif terhadap diri sendiri, memiliki tujuan hidup, mampu mengelola lingkungan yang sesuai dengan kebutuhannya, memiliki hubungan yang positif dengan orang lain, mampu mengambil keputusan dan mengatur perilakunya sendiri, dan berusaha mengeksplorasi serta mengembangkan potensi diri secara optimal.¹⁹

Psychological well-being yang dimaksud pada penelitian ini, yaitu mengacu pada teori yang dikembangkan oleh Ryff, yang menggambarkan bahwa kondisi sejahtera secara psikologis adalah ketika individu mampu memenuhi enam aspek diantaranya, penerimaan diri, otonom, memiliki tujuan hidup, pengembangan atau pertumbuhan diri, dan relasi positif dengan orang lain, serta kemampuan untuk mengelola dan menyesuaikan lingkungannya.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini, yaitu “Bagaimana hubungan antara kemampuan dalam membaca dan menghafal Al-Qur'an dengan *psychological well-being* pada santri di rumah tahfidz Baitu Usy-Syaqil Qur'an Purwokerto?”

¹⁸ Asmaul Husna, Rafiatul Hasanah, dan Puspo Nugroho, “Efektivitas Program Tahfidz Al-Quran dalam Membentuk Karakter Siswa,” *Jurnal Isema : Islamic Educational Management* 6, no. 1 (2021), hlm. 50

¹⁹ Yenita, “Gambaran Psychological Well Being pada Dewasa Awal yang Berstatus Janda di Kenagarian Air Bangis,” hlm. 151

D. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan memahami hubungan antara kemampuan menghafal Al-Qur'an dengan *psychological well-being* pada santri rumah tahfidz Baitu Usy-Syaqil Qur'an Purwokerto.

E. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil dari penelitian ini dapat memberikan manfaat dan sumbangsih penting dalam literatur psikologi agama, khususnya untuk menambah wawasan mengenai hubungan antara kemampuan menghafal Al-Qur'an dengan *psychological well-being* pada santri rumah tahfidz Baitu Usy-Syaqil Qur'an Purwokerto. Selain itu dengan penelitian ini diharapkan dapat menjadi pedoman bagi peneliti berikutnya yang akan melakukan penelitian pada bidang atau topik yang sama.

b. Manfaat Praktis

- 1) Bagi Santri, sebagai sebuah motivasi dan memperkuat komitmen mereka untuk menghafal Al-Qur'an sebagai bentuk penghambaan dan peribadatan kepada Allah Swt. Dengan demikian, terdapat peningkatan rasa syukur, kebahagiaan, dan kedamaian dalam diri santri.
- 2) Bagi Pengasuh, temuan penelitian ini dapat digunakan menjadi landasan dalam merancang dan mengembangkan program pembelajaran yang efektif untuk meningkatkan kemampuan menghafal Al-Qur'an dan kesejahteraan psikologis pada santri.
- 3) Bagi Rumah Tahfidz, temuan penelitian ini dapat dijadikan pedoman dalam mengembangkan kurikulum dan metode pembelajaran yang lebih baik, termasuk dalam menciptakan lingkungan yang lebih mendukung perkembangan yang menyeluruh bagi santri, yang mencakup aspek agama dan psikologis.
- 4) Bagi Orang tua, sebagai bentuk pemahaman mengenai pentingnya keseimbangan antara aspek spiritual, psikologis, dan akademis. Hal ini dapat membantu mereka agar tumbuh dan berkembang secara efektif.

- 5) Bagi Masyarakat, sebagai bentuk pemahaman mengenai pentingnya kesejahteraan psikologis yang didukung oleh praktik agama, sehingga masyarakat dapat saling mendukung dalam mengembangkan aspek spiritual dan psikologis di lingkungan mereka.
- 6) Bagi Peneliti, temuan penelitian ini diharapkan mampu memberikan acuan yang kuat untuk penelitian lebih lanjut untuk mengkaji hubungan antara pengamalan spiritual dan kesejahteraan psikologis, sehingga penelitian selanjutnya diharapkan lebih inovatif dan efektif untuk memahami korelasi antara variabel-variabel tersebut.
- 7) Bagi Pembaca, temuan penelitian ini dapat memberikan wawasan pengetahuan khususnya pada aspek spiritual dalam kegiatan sehari-hari, sehingga dapat memberikan pengaruh penting bagi kesejahteraan psikologis.

F. Kajian Pustaka

Beberapa tinjauan terhadap penelitian-penelitian terdahulu yang relevan dengan topik yang diangkat oleh peneliti perlu dilakukan sebagai bahan pertimbangan. Berikut adalah beberapa penelitian terdahulu yang relevan:

Pertama, penelitian Khotimah tahun 2020, berjudul “Pengaruh Kemampuan Menghafal Al-Qur’an dan Sikap Siswa terhadap Hasil Belajar Matematika” menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara kemampuan menghafal Al-Qur’an dan sikap terhadap hasil belajar matematika. Siswa dengan kemampuan menghafal Al-Qur’an dan sikap yang baik cenderung memperoleh hasil belajar matematika yang lebih tinggi.²⁰ Kesamaan dalam penelitian ini terletak pada variabel bebas, yaitu kemampuan menghafal Al-Qur’an, dan pendekatan penelitiannya yang bersifat kuantitatif. Sementara itu, perbedaannya terletak pada variabel terikat yang membahas tentang hasil belajar matematika, serta jenis penelitiannya yang bersifat eksperimental.

²⁰ Sita Husnul Khotimah, “Pengaruh Kemampuan Menghafal Al-Qur’an dan Sikap Siswa terhadap Hasil Belajar Matematika,” *Hikmah: Journal of Islamic Studies* 15, no. 2 (2020), hlm. 113

Kedua, penelitian Oktapiani, tahun 2020 dengan judul “Tingkat Kecerdasan Spiritual dan Kemampuan Menghafal Al-Qur’an” menunjukkan bahwa kemampuan menghafal Al-Qur’an dapat berperan dalam meningkatkan kecerdasan spiritual para penghafalnya.²¹ Kesamaan penelitian ini terletak pada salah satu topik yang dikaji, yaitu kemampuan menghafal Al-Qur’an. Sementara itu, perbedaannya terletak pada pendekatan dan jenis penelitiannya yang menggunakan metode kualitatif dengan studi pustaka, serta pada topik lainnya, yaitu kecerdasan spiritual.

Ketiga, penelitian Ariyani et al. pada tahun 2020, berjudul “Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Kemampuan Menghafal Al-Qur’an Juz 30 Peserta Didik di MI Al-Mujahidin Samarinda” menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang kuat antara kecerdasan emosional dan kemampuan menghafal Al-Qur’an Juz 30 pada siswa MI Al-Mujahidin.²² Kesamaan dalam penelitian ini terletak pada pendekatan dan jenis penelitian yang menggunakan metode kuantitatif korelasional, serta pada salah satu variabel penelitiannya, yaitu kemampuan menghafal Al-Qur’an. Sementara itu, perbedaannya terletak pada penggunaan variabel kemampuan menghafal Al-Qur’an yang berfungsi sebagai variabel terikat, serta fokus kemampuan menghafalnya yang spesifik pada Juz 30 saja.

Keempat, penelitian Sari dan Abidin pada tahun 2022, yang berjudul “Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Hafiz Al-Qur’an,” mengidentifikasi enam dimensi kesejahteraan psikologis di kalangan mahasiswa hafiz. Pada aspek penerimaan diri menunjukkan sebagian mahasiswa hafiz masih menyesali masa lalu, namun mereka bisa mengambil hikmah. Pada aspek hubungan positif, beberapa kesulitan beradaptasi dengan orang tertentu, sementara aspek otonomi, penguasaan lingkungan, makna hidup, dan pengembangan diri menunjukkan

²¹ Marliza Oktapiani, “Tingkat Kecerdasan Spiritual dan Kemampuan Menghafal Al-Qur’an,” *Tahdzib Al-Akhlaq: Jurnal Pendidikan Islam* 3, no. 1 (2020), hlm. 107

²² Neni Ariyani, Khairul Saleh, dan Maulida Ulfa Hidayah, “Hubungan Antara Kecerdasan Emosional dengan Kemampuan Menghafal Al-Qur’an Juz 30 Peserta Didik di Madrasah Ibtidaiyah,” *Borneo Journal of Islamic Education* 2, no. 1 (2022), hlm. 10

hasil yang memuaskan.²³ Adapun kesamaan pada penelitian ini, yaitu pada topik yang dikaji berupa kesejahteraan psikologis. Sedangkan perbedaannya terletak pada pendekatan dan jenis penelitiannya yang menggunakan kualitatif fenomenologis.

Kelima, penelitian Satra dan Muarrifah pada tahun 2024, dengan judul “Tinjauan Literatur tentang Kesejahteraan Psikologis pada Penghafal Al-Qur'an” ditemukan bahwa kegiatan menghafal Al-Qur'an berpengaruh pada kesejahteraan psikologis seseorang. Beberapa manfaat yang terungkap mencakup peningkatan kebahagiaan, penurunan tingkat stres, serta peningkatan kepuasan hidup.²⁴ Kesamaan dengan penelitian ini terletak pada fokus objek kajian, yaitu kesejahteraan psikologis pada penghafal Al-Qur'an. Namun, perbedaannya terletak pada pendekatan dan jenis penelitian yang digunakan, di mana penelitian ini menggunakan metode kualitatif berbasis studi pustaka.

Berdasarkan kajian pustaka yang telah dilakukan, ditemukan berbagai perspektif terkait dengan kemampuan menghafal Al-Qur'an dan *psychological well-being*. Beberapa penelitian sebelumnya menyoroti faktor-faktor seperti kecerdasan emosional, religiusitas, kecerdasan spiritual yang berhubungan dengan *psychological well-being* pada penghafal Qur'an. Penelitian-penelitian tersebut juga menunjukkan variasi pendekatan, mulai dari kuantitatif korelasi, hingga studi pustaka.

Meskipun beberapa temuan memiliki kesamaan pada topik dan pendekatan yang digunakan, terdapat celah penelitian yang relevan untuk dikaji lebih lanjut, khususnya terkait keterkaitan langsung antara kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an dan *psychological well-being* pada santri tahfidz. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi teoritis dan praktis untuk memperkaya literatur, khususnya dalam memahami keterkaitan antara

²³ Novita Sari dan Zainal Abidin, “Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Hafiz Al-Quran,” *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya* 5, no. 2 (2022), hlm 119

²⁴ Alif Muarrifah dan Muhammad Satra, “Tinjauan Literatur tentang Kesejahteraan Psikologis pada Penghafal Al-Qur'an,” *Qudwah Qur'aniyah: Jurnal Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir* 2, no. 1 (2024), hlm. 42

kemampuan menghafal Al-Qur'an terhadap kesejahteraan psikologis pada santri tahfidz.

G. Sistematika Penulisan

Sebagai panduan dalam penyusunan skripsi, diperlukan sistematika pembahasan dari penelitian ini agar memberikan panduan yang jelas dan terstruktur dalam proses penyusunan. Berikut adalah sistematika penulisannya:

BAB I. PENDAHULUAN, bab ini mencakup latar belakang masalah, definisi operasional, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian pustaka, dan sistematika pembahasan.

BAB II. KAJIAN TEORI, bab ini membahas teori terkait kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an, *psychological well-being*, hubungan antara membaca dan menghafal Al-Qur'an terhadap *psychological well-being*, serta hipotesis penelitian.

BAB III. METODE PENELITIAN, pada bab ini terdiri dari pendekatan dan jenis penelitian, waktu dan tempat penelitian, populasi dan sampel penelitian, variabel penelitian, teknik pengumpulan data, uji instrumen penelitian, serta teknik analisis data.

BAB IV. HASIL PENELITIAN, pada bab ini memuat hasil penelitian, yang terdiri dari profil lokasi penelitian, gambaran umum responden, deskripsi variabel penelitian, hasil analisis data, serta pembahasan temuan penelitian.

BAB V. PENUTUP, merupakan bab terakhir pada skripsi ini yang terdiri dari kesimpulan, saran, dan daftar pustaka.

BAB II LANDASAN TEORI

A. Kemampuan Membaca dan Menghafal Al-Qur'an

1. Definisi Kemampuan Membaca Al-Qur'an

Untuk memahami konsep kemampuan menghafal Al-Qur'an secara komprehensif, penelitian ini akan terlebih dahulu menguraikan pengertian kemampuan dan proses membaca dan menghafal itu sendiri. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), kata “kemampuan” berakar dari kata dasar mampu”, yang berarti dapat melakukan sesuatu.²⁵ Kemampuan dapat diartikan sebagai kesanggupan, keahlian, atau kekuatan dalam melaksanakan suatu tindakan. Mahdali mengemukakan pandangan yang serupa, mendefinisikan kemampuan sebagai kecakapan, kesanggupan, dan kekuatan seseorang untuk berusaha secara mandiri.²⁶ Berdasarkan kedua pengertian tersebut, dapat ditarik kesimpulan bahwa kemampuan merupakan kapasitas yang dimiliki individu untuk melakukan suatu tindakan, mencakup aspek-aspek seperti kesanggupan, kecakapan, dan kekuatan dalam menjalankan tugas atau aktivitas tertentu.

Membaca di sisi lain, menurut Azizah, merupakan suatu upaya untuk melisankan dan mengolah kata atau bacaan secara aktif.²⁷ Maratuzahirah dan Sari, mendefinisikan membaca sebagai proses melihat serta memahami isi dari apa yang tertulis dengan melisankan apa yang tertulis. Definisi ini menekankan dua aspek penting dalam membaca, yakni proses visual di mana pembaca mengenali simbol atau teks tertulis, dan proses melisankan, yaitu mengubah teks menjadi suara yang dapat didengar.²⁸ Hal ini menunjukkan bahwa membaca tidak sekadar mengenali huruf atau kata, tetapi juga

²⁵ Kamus Besar Bahasa Indonesia, <https://kbbi.web.id/mampu>

²⁶ Fitriyah Mahdali, “Analisis Kemampuan Membaca Al-Qur'an dalam Perspektif Sosiologi,” *Mashdar: Jurnal Studi Al-Quran dan Hadis* 2, no. 2 (2020), hlm. 147

²⁷ Fithria Rif'atul Azizah, “Mind Map dalam Pembelajaran Keterampilan Membaca Pemahaman Teks Bahasa Arab,” *Journal of Arabic Learning and Teaching* 9, no. 2 (2020), hlm. 162

²⁸ Mar'atuzzahidah dan Dessy Dwitalia Sari, “Meningkatkan Keterampilan Membaca Pemahaman dan Motivasi Belajar Menggunakan Model Baca,” *Jurnal Teknologi Pendidikan dan Pembelajaran (JTTP)* 2, no. 2 (2024), hlm. 522

melibatkan proses berpikir dan keterampilan melisankan bacaan sehingga makna yang terkandung di dalamnya dapat disampaikan secara efektif.

Definisi Al-Qur'an dapat ditinjau dari dua aspek, yaitu etimologi dan terminologi. Secara etimologi, Al-Qur'an berasal dari akar kata قرأ yang memiliki makna dasar “menghimpun”. Al-Qur'an sendiri merupakan bentuk kata yang *muradif* (bersinonim) dengan القراءة, keduanya merupakan bentuk masdar dari *fi'il madhi* قرأ, yang berarti “bacaan”.²⁹ Adapun secara terminologi, Al-Qur'an didefinisikan sebagai firman Allah yang diwahyukan kepada Rasulullah saw., dihimpun secara utuh dalam mushaf, dan diriwayatkan secara *mutawattir* (tersambung) tanpa adanya keraguan akan keasliannya.³⁰ Keistimewaan ini menjadikan Al-Qur'an sebagai sumber ajaran dan petunjuk yang tak hanya harus dipahami, tetapi juga dijaga melalui hafalan dan pengamalan oleh umat Islam di seluruh dunia.

Namun, membaca Al-Qur'an bukan sekadar aktivitas melisankan ayat-ayat suci, tetapi juga memerlukan perhatian serius terhadap berbagai aspek penting. Aspek-aspek ini mencakup ketepatan tajwid, keindahan bacaan, *tartil*, serta ketelitian dalam menjaga lafaz-lafaz yang telah diajarkan secara turun-temurun.

Oleh karena itu, dalam membaca Al-Qur'an harus memperhatikan kaidah-kaidah pembacaan yang benar, sebagaimana Allah Swt. berfirman dalam Q.S. Al-Muzzammil ayat 4:

أَوْ زِدْ عَلَيْهِ وَرَتِّلِ الْقُرْآنَ تَرْتِيلًا

Artinya: “Atau tambahlah dari itu, dan bacalah Al-Qur'an dengan tartil.”³¹

Ayat ini menegaskan pentingnya membaca Al-Qur'an dengan tartil, yang berarti membacanya dengan pelan-pelan, jelas, dan sesuai dengan aturan-aturan tajwid. Membaca dengan tartil bukan hanya soal memperindah bacaan, tetapi juga merupakan bentuk penghormatan terhadap Al-Qur'an sebagai

²⁹ Asnawati dan Romlah Abu Bakar Askar, “Al-Qur'an, Hadits, dan Ijtihad Serta Legalitasnya sebagai Sumber Ajaran Islam,” *Bulletin of Community Engagement* 4, no. 1 (2024), hlm. 416

³⁰ *Ibid*, hlm. 416

³¹ <https://tafsirweb.com/11500-surat-al-muzzammil-ayat-4.html>

kalamullah. Oleh karena itu, ayat ini menjadi landasan bahwa kemampuan membaca yang baik merupakan prasyarat penting sebelum menghafal Al-Qur'an.

Oleh karena itu, dalam menghafal Al-Qur'an, aspek membaca menjadi syarat penting yang harus diperhatikan untuk mencapai kemampuan yang optimal. Salah satu aspek utama adalah ketepatan tajwid, yang mencakup kemampuan membaca Al-Qur'an sesuai dengan hukum-hukum tajwid secara benar dan tepat. Selain itu, kesesuaian *makhraj* juga menjadi faktor krusial, yaitu kemampuan mengucapkan huruf-huruf Al-Qur'an dari tempat keluarnya yang benar sesuai dengan aturan fonetik dalam bahasa Arab. Dengan memperhatikan kedua aspek ini, bacaan Al-Qur'an tidak hanya akan terdengar indah, tetapi juga mencerminkan keakuratan yang diperlukan dalam proses menghafal.

2. Definisi Kemampuan Menghafal Al-Qur'an

Menghafal di sisi lain, menurut Oktapiani, merupakan suatu upaya untuk menyerap informasi ke dalam pikiran agar tetap diingat.³² Chotimah menambahkan bahwa menghafal melibatkan pengulangan informasi, baik melalui mendengar maupun membaca. Pengulangan yang dilakukan secara konsisten ini berfungsi untuk memperkuat dan mempertahankan informasi dalam ingatan.³³ Oleh karena itu, menghafal umumnya membutuhkan usaha berulang agar informasi dapat tertanam dengan baik dalam memori seseorang.

Sejalan dengan hal tersebut, kemampuan menghafal dapat diartikan sebagai keterampilan seseorang dalam menyimpan informasi ke dalam ingatan dan kemudian mengungkapkannya kembali tanpa melihat sumber aslinya. Dalam konteks menghafal Al-Qur'an, Husna et al menjelaskan bahwa kemampuan ini mencakup kemampuan untuk menghafalkan ayat-ayat dengan lancar tanpa terbata-bata atau lupa, meskipun dalam jumlah yang

³² Marliza Oktapiani, "Tingkat Kecerdasan Spiritual dan Kemampuan Menghafal Al-Qur'an," *Tahdzib Al-Akhlaq: Jurnal Pendidikan Islam* 3, no. 1 (10 Juni 2020), hlm. 98

³³ Chusnul Chotimah, "Implementasi Metode Kauny Quantum Memory dalam Meningkatkan Kemampuan Menghafal Al-Qur'an Juz 30," *Risalah: Jurnal Pendidikan dan Studi Islam* 8, no. 3 (2022), hlm. 10102

banyak.³⁴ Kemampuan ini juga melibatkan penguasaan terhadap keseluruhan ayat secara baik dan teliti, dengan memperhatikan detail seperti urutan, kata atau kalimat.

Selain itu, kekuatan hafalan, yang ditandai dengan kemampuan mempertahankan hafalan dalam jangka waktu lama dan mengulanginya dengan baik, menjadi aspek penting yang perlu diperhatikan. Meskipun pemahaman terhadap makna ayat yang dihafal bukan merupakan syarat mutlak, hal ini dapat membantu memperkuat hafalan sekaligus memberikan dimensi yang lebih mendalam dalam proses menghafal Al-Qur'an. Dengan demikian, penghafalan Al-Qur'an tidak hanya menjadi proses mekanis, tetapi juga proses yang sarat makna dan pemahaman.

Oleh karena itu, menghafal Al-Qur'an merupakan salah satu amal mulia dalam menjaga kemurnian dan keaslian kitab suci ini. Dalam Islam, kegiatan menghafal Al-Qur'an memiliki kedudukan istimewa, sebagaimana sabda Rasulullah saw.:

عن عثمان رضي الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم قال خَيْرُكُمْ مَنْ تَعَلَّمَ الْقُرْآنَ وَعَلَّمَهُ

Artinya: Dari Utsman ra., dari Nabi saw. bahwa beliau bersabda, "Sebaik-baik kalian adalah orang yang mempelajari Al-Qur'an dan mengajarkannya." ³⁵

Hadits ini menunjukkan bahwa mempelajari dan menghafal Al-Qur'an adalah amal yang sangat dianjurkan dalam Islam, karena menghafal Al-Qur'an tidak hanya mendatangkan keberkahan duniawi, tetapi juga menguatkan iman dan mendalami pemahaman terhadap ajaran Allah.

Proses ini menuntut dedikasi tinggi dari para penghafal, yang harus memastikan bahwa setiap ayat tidak terlupa atau bercampur. Proses tersebut membutuhkan ketekunan, pengulangan, dan usaha yang konsisten. Pengulangan menjadi kunci utama dalam proses ini, di mana seorang penghafal perlu membaca ayat-ayat yang sama secara berulang-ulang hingga

³⁴ Asmaul Husna, Rafiatul Hasanah, dan Puspo Nugroho, "Efektivitas Program Tahfidz Al-Quran dalam Membentuk Karakter Siswa," *Jurnal Isema : Islamic Educational Management* 6, no. 1 (2021), hlm. 50

³⁵ HR. Bukhari No. 5913, diakses melalui <https://hadeethenc.com/id/browse/hadith/5913>

terpatri di dalam ingatan. Mengingat dedikasi, kesabaran, dan konsistensi tinggi yang diperlukan dalam proses ini, Allah Swt. memuliakan para penghafal Al-Qur'an. Kemuliaan ini tidak hanya karena mereka mampu mengingat ayat-ayat suci, tetapi juga karena tanggung jawab besar yang mereka emban. Seorang penghafal Al-Qur'an dituntut untuk menjaga hafalannya sepanjang hayat dan, yang lebih penting lagi, mengamalkan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya dalam kehidupan sehari-hari.³⁶

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa kemampuan menghafal Al-Qur'an adalah keterampilan yang melibatkan proses mengingat dan meresapkan ayat-ayat Al-Qur'an ke dalam ingatan dengan lancar, sesuai dengan urutan kata dan kalimat dalam jumlah yang banyak. Proses ini memerlukan pengulangan secara rutin, baik melalui pembacaan maupun pendengaran, untuk memastikan bahwa hafalan terjaga dengan baik.

3. Aspek-Aspek Kemampuan Membaca dan Menghafal Al-Qur'an

a. Aspek Kemampuan Membaca Al-Qur'an

Menurut Herdiansyah, kemampuan membaca Al-Qur'an pada seseorang mencakup dua aspek utama yang saling berkaitan, yaitu kefasihan dalam melafalkan ayat, dan penerapan kaidah tajwid.³⁷ Senada dengan pandangan ini, Masula et al., juga menegaskan pentingnya aspek-aspek tersebut dalam menentukan kemampuan seseorang dalam membaca Al-Qur'an.³⁸ Kedua aspek ini penting karena mencerminkan kualitas bacaan serta memastikan bahwa ketika menghafal dilakukan sesuai dengan aturan yang benar. Berikut merupakan ketiga aspek utama tersebut:

³⁶ Oktapiani, "Tingkat Kecerdasan Spiritual dan Kemampuan Menghafal Al-Qur'an," hlm. 97

³⁷ Herdi Herdiansyah, "Pengaruh Perhatian Orang Tua dan Kedisiplinan Belajar terhadap Kemampuan Menghafal Al-Qur'an Siswa," AL-IDRAK: Jurnal Pendidikan Islam dan Budaya 1, no. 1 (2021), hlm. 98

³⁸ Dewi Suci Mas'ula, Abd Ghofur, dan Yayuk Chayatun Machsunah, "Pengaruh Gerakan Menghafal Al-Qur'an terhadap Kecerdasan Sosial," EDUSOSTECH: Journal of Education, Social Science and Technology 1, no. 1 (2023), hlm. 24-25

1) Kefasihan Membaca Al-Qur'an

Kefasihan atau sering disebut “fashahah” merupakan bentuk mengucapkan kata-kata secara cerah dan jelas.³⁹ Kefasihan membaca hafalan Al-Qur'an menjadi indikator penting dalam menilai kemampuan menghafal. Kefasihan ini tercermin dari kemampuan dalam melafalkan ayat-ayat Al-Qur'an dengan benar, termasuk dalam aspek pengucapan huruf yang tepat, baik dari segi *makhraj* (tempat keluarnya huruf) maupun *sifatul* huruf (sifat hurufnya). Setiap huruf dalam Al-Qur'an memiliki tempat artikulasi yang spesifik dan karakteristik pengucapan yang unik, yang harus diperhatikan dengan seksama oleh para penghafal Al-Qur'an.

Pentingnya kefasihan dalam membaca Al-Qur'an tidak bisa diremehkan, mengingat kesalahan pengucapan dapat berpengaruh signifikan terhadap makna ayat. Hal ini menjadikan kefasihan sebagai aspek krusial dalam menjaga kesucian dan kemurnian Al-Qur'an. Oleh karena itu, para santri penghafal Al-Qur'an dituntut untuk tidak hanya mengingat urutan ayat, tetapi juga mampu mengucapkannya dengan fasih sesuai kaidah yang berlaku. Dengan demikian, kefasihan membaca hafalan Al-Qur'an menjadi salah satu aspek utama yang harus diperhatikan dan dilatih secara konsisten dalam proses menghafal Al-Qur'an, guna memastikan keakuratan hafalan dan pelestarian otentisitas firman Allah.

2) Ketepatan Penerapan Kaidah Tajwid

Selain kefasihan, ketepatan dalam menerapkan kaidah tajwid merupakan aspek krusial dalam menghafal Al-Qur'an. Tajwid adalah ilmu yang mengatur cara membaca Al-Qur'an dengan benar, sesuai dengan aturan yang diturunkan melalui tradisi lisan Rasulullah saw.⁴⁰ Ilmu tajwid mencakup berbagai aspek bacaan, seperti panjang

³⁹ *Ibid*, hlm. 25

⁴⁰ Mahdali, “Analisis Kemampuan Membaca Al-Qur'an dalam Perspektif Sosiologi,” hlm.

pendeknya bacaan (*mad*), hukum *nun mati* dan *tanwin*, hukum *mim mati*, serta aturan lainnya yang mempengaruhi pengucapan kata dalam Al-Qur'an.

Ibnul Jazari dalam kitab *Muqaddimah al-Jazariyah* menegaskan bahwa membaca Al-Qur'an dengan tajwid adalah kewajiban, sebagaimana tertulis:

وَالْأَخْذُ بِالتَّجْوِيدِ حَتْمٌ لَّازِمٌ، مَنْ لَمْ يُجَوِّدِ الْقُرْآنَ آثَمٌ

Artinya: “Mengambil tajwid itu hukumnya wajib, barang siapa tidak mentajwidkan Al-Qur'an, maka ia berdosa.”⁴¹

Hal ini mengingatkan Al-Qur'an diturunkan oleh Allah Swt. melalui tradisi lisan Rasulullah dengan tajwid yang sempurna. Penerapan kaidah tajwid yang tepat tidak hanya mempengaruhi estetika bacaan, tetapi juga merupakan kewajiban untuk menjaga otentisitas bacaan Al-Qur'an, sebagaimana yang diajarkan oleh Nabi Muhammad saw.

Oleh karena itu, hafalan yang baik harus mencakup kemampuan santri dalam membaca Al-Qur'an sesuai dengan kaidah tajwid, baik dalam aspek panjang pendek bacaan maupun hukum bacaan lainnya. Para santri penghafal Al-Qur'an dituntut untuk memahami dan menerapkan aturan tajwid ini secara konsisten dalam setiap bacaan mereka.

Dengan menggabungkan kefasihan dan ketepatan tajwid, seorang penghafal Al-Qur'an tidak hanya mampu melafalkan ayat-ayat dengan benar, tetapi juga menjaga keindahan dan kesakralan bacaan Al-Qur'an. Menurut Yahya dan Budiyono, kedua aspek tersebut merupakan fondasi utama yang harus dikuasai sebelum memulai proses menghafal.⁴² Kemampuan membaca Al-Qur'an dengan baik dan benar menjadi

⁴¹ Abu Ezra Al-Fadhli, *Modul Daurah Tajwidul Quran: Terjemah Tafsiyah Matan Manzhumah Jazariyah* (LTI Bandung, 2016), hlm. 7

⁴² Ilham Nur Yahya dan Alief Budiyono, “Bimbingan Konseling Individual untuk Mengurangi Perilaku Prokastinasi Menghafal Juz'Amma pada Santri,” *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur : Berbeda, Bermakna, Mulia* 7, no. 1 (2021), hlm. 30

langkah awal yang esensial untuk mendukung proses menghafal secara efektif.

b. Aspek Kemampuan Menghafal A-Qur'an

Sedangkan kemampuan menghafal Al-Qur'an merupakan kecakapan yang melibatkan proses kompleks dalam mengingat ayat-ayat Al-Qur'an di luar kepala, yang umumnya dilakukan melalui metode membaca berulang-ulang (*tikrar*).⁴³ Proses ini tidak hanya bertujuan untuk membantu individu agar selalu ingat terhadap hafalannya, tetapi juga berperan penting dalam menjaga kemurnian Al-Qur'an, sehingga ayat-ayatnya tetap terpelihara dari kesalahan atau perubahan.

Adapun menurut Sapitra, salah satu aspek penting dalam menghafal Al-Qur'an adalah kelancaran dalam mengingat hafalan, yang mengacu pada kemampuan seseorang untuk mengingat dan membaca ayat-ayat yang dihafalkan dengan lancar, tanpa terganggu oleh jeda atau kesalahan.⁴⁴ Sejalan dengan itu, Husna et al. menambahkan bahwa kelancaran tersebut juga harus didukung oleh jumlah hafalan yang banyak.⁴⁵ Hal ini penting, karena jika seseorang dapat melafalkan ayat-ayat dengan lancar namun jumlah hafalannya sedikit, maka kualitas hafalan tersebut perlu dipertanyakan.

Aspek kelancaran ini menjadi salah satu tolok ukur utama dalam menilai kualitas hafalan seseorang. Seorang santri penghafal Al-Qur'an yang lancar dapat melafalkan ayat demi ayat dengan alur yang mengalir, tanpa terbata-bata atau sering berhenti untuk mengingat-ingat. Hal ini menunjukkan bahwa hafalan tersebut telah tertanam dengan kuat dalam ingatan dan dapat diakses dengan mudah, menandakan tingkat penguasaan yang baik atas hafalan yang dimiliki.

⁴³ Fatmi, Fatrima Santri Syafri, dan Poni Saltifa, "Pengaruh Kemampuan Menghafal Al-Quran terhadap Pemahaman Konsep Matematika bagi Siswa Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Pancasila Kota Bengkulu," *Jurnal Pendidikan MIPA* 12, no. 3 (2022), hlm. 469

⁴⁴ Sapitra, "Pengaruh Keterampilan Berbicara Bahasa Arab terhadap Kemampuan Menghafal Al-Qur'an Santri Kelas IX Ma'had Tahfidz Hidayatul Qur'an Puding Besar," hlm. 11

⁴⁵ Husna, Hasanah, dan Nugroho, "Efektivitas Program Tahfidz Al-Quran dalam Membentuk Karakter Siswa," hlm. 50

Dalam proses menghafal, kelancaran merupakan tahap penting karena semakin lancar seseorang mengingat hafalan, semakin kuat hafalan tersebut tertanam dalam ingatan mereka. Pencapaian kelancaran membutuhkan latihan yang konsisten dan pengulangan yang terus-menerus. Para santri seringkali menggunakan metode *muraja'ah* (pengulangan) sebagai kunci untuk mempertahankan dan meningkatkan kelancaran hafalan mereka.⁴⁶ Selain itu, praktik membaca Al-Qur'an dalam shalat atau dalam keseharian juga berkontribusi pada peningkatan kelancaran. Oleh karena itu, kelancaran dalam mengingat hafalan Al-Qur'an dengan intensitas yang banyak adalah aspek yang penting untuk mengetahui seberapa baik santri telah menguasai hafalan Al-Qur'an.

4. Faktor yang Mempengaruhi Kemampuan Membaca dan Menghafal Al-Qur'an

Proses menghafal Al-Qur'an merupakan salah satu bentuk ibadah yang memiliki nilai spiritual dan intelektual yang tinggi dalam tradisi Islam. Namun, kemampuan setiap santri dalam menghafal Al-Qur'an tidak selalu sama. Ada berbagai faktor yang mempengaruhi keberhasilan seseorang dalam mencapai tujuan ini, baik yang bersifat internal maupun eksternal. Faktor-faktor ini dapat mempengaruhi kemampuan santri dalam menghafal Al-Qur'an, sehingga penting untuk dipahami dan diperhatikan dalam proses menghafal Al-Qur'an. Faktor-faktor tersebut, diantaranya:

1) Faktor Internal

Faktor internal merupakan faktor-faktor yang bersumber dari dalam diri individu.⁴⁷ Faktor-faktor internal ini memainkan peran penting dalam mempengaruhi kemampuan menghafal Al-Qur'an pada santri. Secara umum, faktor internal dapat dibagi menjadi dua kategori utama, yaitu:

⁴⁶ M Akhsanudin, "Strategi Ustadz dalam Meningkatkan dan Menjaga Hafalan Al-Quran Santri di Pondok Pesantren," *Al-Jadwa: Jurnal Studi Islam* 03, no. 02 (2024), hlm. 188

⁴⁷ Raihan Nursanty et al., "Penanganan Problematika Menghafal Al-Qur'an bagi Santri di Pondok Pesantren Baitul Quran Cirata," *LEBAH* 14, no. 1 (2020), hlm. 17

a. Faktor Psikologis

Kondisi psikologis santri sangat berperan dalam kemampuan mereka untuk menghafal Al-Qur'an. Setidaknya terdapat 4 faktor psikologis utama yang mempengaruhi kemampuan menghafal Al-Qur'an, yaitu:

a) Intelegensi

Kemampuan intelektual atau kecerdasan seseorang memengaruhi seberapa cepat dan efektif mereka dapat menghafal.⁴⁸ Santri dengan tingkat intelegensi yang lebih tinggi secara teknis dapat memahami dan menghafal ayat-ayat Al-Qur'an dengan lebih cepat. Hal ini disebabkan oleh kemampuan mereka yang lebih baik dalam memproses informasi, mengorganisir hafalan, dan mengembangkan strategi menghafal yang efisien.

Namun, tingkat intelegensi bukanlah satu-satunya penentu keberhasilan dalam menghafal Al-Qur'an. Santri dengan intelegensi rata-rata atau bahkan di bawah rata-rata juga memiliki kesempatan yang sama untuk berhasil dalam menghafal Al-Qur'an. Faktor-faktor lain seperti ketekunan, konsistensi, motivasi yang kuat, dan metode menghafal yang tepat dapat mengimbangi atau bahkan mengungguli faktor kecerdasan.

b) Bakat Santri

Bakat adalah kemampuan potensial yang dimiliki seseorang sejak lahir yang dapat berkembang seiring waktu.⁴⁹ Dalam menghafal Al-Qur'an, beberapa santri mungkin memiliki bakat alami yang memungkinkan mereka untuk menghafal dengan lebih mudah dan cepat. Santri dengan bakat ini mungkin memiliki daya ingat yang kuat, kemampuan untuk fokus yang lebih baik, atau

⁴⁸ Herdiansyah, "Pengaruh Perhatian Orang Tua dan Kedisiplinan Belajar terhadap Kemampuan Menghafal Al-Qur'an Siswa," hlm. 97

⁴⁹ Besse Qur'ani, *Belajar dan Pembelajaran* (Penerbit Tahta Media, 2023), hlm. 5

kemampuan untuk mengenali dan mengingat pola-pola dalam teks Al-Qur'an dengan lebih efisien.

Bakat alami ini dapat memberikan keuntungan awal dalam proses menghafal, memungkinkan santri untuk membuat kemajuan yang lebih cepat dan mencapai tingkat hafalan yang lebih tinggi dalam waktu yang lebih singkat. Oleh karena itu, meskipun bakat alami dapat menjadi modal awal yang berharga, pengembangan dan pemanfaatan bakat tersebut secara optimal tetap memerlukan usaha dan dedikasi yang tinggi.

c) Motivasi dan Minat

Motivasi merupakan dorongan yang membuat seseorang bertindak untuk mencapai tujuan tertentu.⁵⁰ Dalam konteks menghafal Al-Qur'an, motivasi berperan sebagai pendorong santri agar lebih gigih menghadapi tantangan dalam proses hafalan. Santri dengan motivasi kuat, baik dari segi religius, akademis, maupun sosial, cenderung lebih tekun dan tahan uji. Kekuatan motivasi ini membantu mereka tetap fokus pada tujuan akhir, bahkan ketika menghadapi kesulitan atau kejenuhan selama proses menghafal.

Sementara itu, minat, yang merupakan ketertarikan alami terhadap suatu aktivitas. Santri yang memiliki minat tinggi dalam menghafal Al-Qur'an cenderung merasakan proses tersebut lebih menyenangkan. membuat proses menghafal lebih menyenangkan. Santri dengan minat tinggi cenderung lebih menikmati proses belajar, meningkatkan konsentrasi dan penyerapan informasi.⁵¹ Dengan kombinasi motivasi dan minat yang tinggi menciptakan kondisi ideal bagi santri untuk berhasil dalam menghafal Al-Qur'an, sehingga

⁵⁰ Siti Aslachah dan Musawir Musawir, "Upaya Guru Pendidikan Agama Islam dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Menghafal Al-Qur'an di SMP Al-Muslim Sidoarjo," *ISLAMIKA* 6, no. 2 (2024), hlm. 426

⁵¹ Herdiansyah, "Pengaruh Perhatian Orang Tua dan Kedisiplinan Belajar terhadap Kemampuan Menghafal Al-Qur'an Siswa," hlm. 98

mereka tidak hanya mencapai target tetapi juga menikmati perjalanan menuju pencapaian tersebut.

d) Manajemen Waktu

Kemampuan untuk mengatur waktu dengan baik juga merupakan faktor penting dalam keberhasilan menghafal Al-Qur'an.⁵² Santri yang disiplin dalam mengatur jadwal belajar, menghafal, dan waktu istirahat akan lebih mampu memanfaatkan waktu mereka secara efektif. Manajemen waktu yang baik memungkinkan santri untuk menciptakan rutinitas yang konsisten, yang pada gilirannya membantu membangun kebiasaan positif dalam proses menghafal.

Penerapan manajemen waktu yang efektif juga melibatkan keseimbangan antara aktivitas menghafal dan istirahat. Hal ini penting untuk mencegah kelelahan mental dan memastikan otak tetap segar dalam menyerap informasi baru. Dengan mengatur waktu secara bijak, santri dapat mengoptimalkan kemampuan mereka dalam menghafal Al-Qur'an.

b. Faktor Fisiologis

Aspek fisiologis mengacu pada kondisi fisik individu yang memengaruhi kemampuan mereka dalam belajar dan menghafal. Ini mencakup kesehatan fisik, fungsi organ tubuh, dan tingkat kebugaran secara keseluruhan.⁵³ Santri dengan kondisi fisik prima cenderung memiliki konsentrasi dan stamina yang lebih baik, memungkinkan mereka untuk menghafal lebih efektif dalam jangka waktu yang lebih lama. Kesehatan yang optimal juga mendukung fungsi otak yang lebih baik, meningkatkan kemampuan menyerap dan menyimpan informasi baru.

⁵² *Ibid*, hlm. 98

⁵³ Novita Dian Dwi Lestari et al., "Analisis Faktor-Faktor yang Menghambat Belajar Membaca Permulaan Pada Siswa Sekolah Dasar," *Jurnal Basicedu* 5, no. 4 (2021), hlm. 2615

Di sisi lain, santri yang mengalami masalah kesehatan, kelelahan, atau kurang tidur mungkin menghadapi kesulitan dalam mempertahankan fokus dan ingatan. Oleh karena itu, menjaga kesehatan dan kebugaran fisik menjadi aspek krusial dalam mendukung keberhasilan santri menghafal Al-Qur'an, dan harus diintegrasikan ke dalam strategi belajar mereka.

2) Faktor Eksternal

Faktor eksternal adalah faktor-faktor yang berasal dari luar diri individu atau lingkungan.⁵⁴ Faktor-faktor ini juga berpengaruh besar terhadap kemampuan menghafal Al-Qur'an. Berbagai aspek eksternal yang dapat memengaruhi proses menghafal Al-Qur'an meliputi:

a) Lingkungan Sosial

Lingkungan sosial merujuk pada interaksi dan hubungan individu dengan orang-orang di sekitarnya yang mempengaruhi proses belajar dan menghafal Al-Qur'an.⁵⁵ Interaksi dan hubungan santri dengan orang-orang di sekitarnya, termasuk keluarga, *asatidz* (guru), dan teman sebaya, membentuk suatu ekosistem yang mendukung penghafalan Al-Qur'an. Meskipun santri tinggal di pesantren, dorongan dari keluarga tetap menjadi fondasi penting yang memotivasi mereka untuk terus berjuang dalam menghafal.

Di dalam lingkungan pesantren, interaksi intensif dengan *asatidz* yang berpengalaman dan berdedikasi tidak hanya memberikan bimbingan teknis dalam menghafal, tetapi juga menjadi sumber inspirasi dan teladan bagi para santri. Bersamaan dengan itu, interaksi antar teman sebaya berkontribusi besar terhadap proses menghafal Al-Qur'an, menciptakan suasana yang kompetitif sekaligus suportif. Dalam atmosfer ini, para santri saling memotivasi, berbagi pengalaman, dan belajar bersama melalui kegiatan-kegiatan komunal seperti *sima'an*

⁵⁴ Nursanty et al., "Penanganan Problematika Menghafal Al-Qur'an bagi Santri di Pondok Pesantren Baitul Quran Cirata," hlm. 16

⁵⁵ Herdiansyah, "Pengaruh Perhatian Orang Tua dan Kedisiplinan Belajar terhadap Kemampuan Menghafal Al-Qur'an Siswa." hlm. 98

(menyimak hafalan), *musabaqah* (kompetisi hafalan), dan *halaqah* (kelompok belajar) Al-Qur'an. Dengan atmosfer tersebut dapat membantu santri membangun kebiasaan positif, disiplin diri, dan konsistensi, sehingga menciptakan lingkungan kondusif bagi mereka.

b) Lingkungan Nonsosial

Di sisi lain, lingkungan nonsosial mengacu pada aspek-aspek fisik dan nonfisik di sekitar individu yang tidak melibatkan interaksi langsung dengan orang lain, namun tetap mempengaruhi proses menghafal Al-Qur'an. Lingkungan nonsosial ini mencakup berbagai elemen, mulai dari metode pembelajaran yang diterapkan, kurikulum yang disusun, hingga sarana dan prasarana yang disediakan.⁵⁶

Metode pembelajaran khusus dan kurikulum yang terstruktur menjadi fondasi penting dalam proses menghafal. Hal ini didukung oleh ketersediaan sarana yang memadai, seperti Al-Qur'an dengan berbagai jenis cetakan dan ruang menghafal yang nyaman. Pengelolaan yang efisien terhadap seluruh komponen nonsosial tersebut menghasilkan sinergi yang dapat meningkatkan efektivitas proses menghafal Al-Qur'an. Konsekuensinya, hal ini memfasilitasi para santri dalam mencapai target hafalan mereka secara lebih optimal dan efektif.

B. *Psychological Well-Being*

1. Definisi *Psychological Well-Being*

Psychological Well-Being atau kesejahteraan psikologis merupakan konsep yang terdiri dari dua kata kunci, yaitu kesejahteraan dan psikologis. Menurut KBBI, "kesejahteraan" didefinisikan sebagai hal atau keadaan sejahtera; terbebas dari berbagai macam gangguan, keamanan, keselamatan, ketenteraman jiwa.⁵⁷ Sementara itu, istilah "psikologis" berkaitan dengan aspek kejiwaan atau mental seseorang, mencakup proses berpikir, emosi, dan

⁵⁶ Qur'ani, *Belajar dan Pembelajaran*, hlm. 5

⁵⁷ Kamus Besar Bahasa Indonesia, <https://kbbi.web.id/sejahtera>

perilaku.⁵⁸ Ketika kedua konsep ini digabungkan, *psychological well-being* dapat diartikan sebagai kondisi sejahtera di mana individu tidak sekadar terbebas dari gangguan psikologis, melainkan mampu mencapai keseimbangan dan fungsi psikologis yang positif.

Psychological well-being merupakan konsep yang menggambarkan kondisi individu yang sehat dan seimbang secara emosional, sosial, dan mental. Konsep ini mencakup pemenuhan kebutuhan mental yang mendalam, seperti rasa aman, kepuasan, serta kemampuan untuk memahami dan menerima diri sendiri.⁵⁹ Dengan demikian, *psychological well-being* menjadi landasan penting bagi individu untuk mencapai kualitas hidup yang optimal dan berkontribusi secara positif dalam lingkungan sosialnya.

Ismawati menjelaskan bahwa *psychological well-being* pada dasarnya mengacu pada penilaian personal seseorang terhadap kualitas hidupnya, yang mencakup bagaimana ia memandang dirinya sendiri dan dunia di sekitarnya. Konsep ini melibatkan perasaan sejahtera, puas, dan tenang dalam menjalani kehidupan, serta kemampuan untuk beradaptasi dengan berbagai situasi dan tantangan yang dihadapi.⁶⁰ Ryff dan Keyes melengkapi perspektif ini dengan menegaskan bahwa *psychological well-being* bukan hanya sekadar tidak adanya gangguan mental, melainkan suatu kondisi di mana individu merasa hidupnya memiliki makna, tujuan, dan kepuasan dalam hidup, sehingga mampu mencapai potensi optimalnya.⁶¹

Dalam *psychological well-being*, Ryan dan Deci membagi dua pendekatan utama dalam memahami kesejahteraan psikologis, yakni

⁵⁸ Maghfirah Ramadanti, Cici Patda Sary, dan Suarni, "Psikologi Kognitif (Suatu Kajian Proses Mental dan Pikiran Manusia)," *Al-Din: Jurnal Dakwah dan Sosial Keagamaan* 8, no. 1 (2022), hlm. 60

⁵⁹ Naila Putri Dita Auliya dan Ninik Setiyowati, "Systematic Literature Review Based on Big Data: Dukungan Sosial dan Psychological Well-Being pada Remaja," *Psyche 165 Journal* 17, no. 2 (2024), hlm. 135

⁶⁰ Ismawati, "Description of Psychological Well-Being of Early Adolescents of Santri During The Covid-19 Pandemic," In *International Conference on Sustainable Health Promotion* 2, no. 1 (2021), hlm. 105

⁶¹ Emilia Mustary, "Pemaafan dan Kesejahteraan Psikologis Individu," *Indonesian Journal of Islamic Counseling* 3, no. 2 (2021), hlm. 71

pendekatan *hedonic* dan pendekatan *eudaimonic*.⁶² Pertama, pendekatan *hedonic* berfokus pada kebahagiaan dan kesenangan sebagai indikator utama kesejahteraan.⁶³ Dalam pendekatan ini, *psychological well-being* diukur melalui pencapaian kebahagiaan, kenikmatan, dan kepuasan hidup. Kebahagiaan dipandang sebagai akumulasi pengalaman-pengalaman menyenangkan yang dirasakan seseorang dalam kehidupan sehari-hari. Pada pendekatan *hedonic* ini menekankan pentingnya emosi positif, yakni kepuasan hidup, dan rasa senang sebagai pilar utama dalam menilai kesejahteraan psikologis. Namun, pendekatan ini sering dikritik karena dinilai terlalu dangkal dan tidak cukup mempertimbangkan makna hidup yang lebih dalam.

Kedua, pendekatan *eudaimonic* merupakan pendekatan yang memandang lebih kompleks dan holistik terhadap *psychological well-being*. Pendekatan ini berfokus pada pencapaian makna hidup dan realisasi diri sebagai indikator kesejahteraan yang sebenarnya.⁶⁴ *Psychological well-being* dalam pendekatan eudaimonik tidak hanya didasarkan pada kebahagiaan atau kesenangan semata, tetapi juga pada sejauh mana seseorang dapat hidup sejalan dengan nilai-nilai dan prinsip yang diyakininya. Kebahagiaan yang sejati, menurut pendekatan ini, ditemukan melalui pengembangan diri yang berkelanjutan dan kemampuan untuk menjalani hidup yang bermakna.⁶⁵

Sejalan dengan pendekatan *eudaimonic*, Ryff mengemukakan bahwa tiap individu mampu mencapai kesejahteraan melalui suatu kondisi di mana individu mampu memiliki pandangan yang positif terhadap diri sendiri dan orang lain, mampu mengambil keputusan dan mengatur perilakunya sendiri, memiliki tujuan hidup, mampu mengelola dan menyesuaikan lingkungan yang sesuai dengan kebutuhannya, dan berusaha mengeksplorasi serta

⁶² Yoseph Pedhu, "Kesejahteraan Psikologis dalam Hidup membiara," *Jurnal Konseling dan Pendidikan* 10, no. 1 (2022), hlm. 66

⁶³ *Ibid*, hlm. 66

⁶⁴ Agnieszka Bożek, Paweł F. Nowak, dan Mateusz Blukacz, "The Relationship between Spirituality, Health-Related Behavior, and Psychological Well-Being," *Frontiers in Psychology* 11, no. 1997 (2020), hlm. 1

⁶⁵ Pedhu, "Kesejahteraan Psikologis dalam Hidup Membiara," hlm. 66

mengembangkan potensi diri secara optimal.⁶⁶ Dengan demikian, konsep kesejahteraan psikologis menurut Ryff menekankan pada pengembangan diri yang menyeluruh dan kemampuan individu untuk mengaktualisasikan potensinya dalam berbagai aspek kehidupan.

Berdasarkan uraian di atas, teori *psychological well-being* Ryff menyajikan kerangka pemahaman yang komprehensif. Menurutnya, *psychological well-being* tidak hanya menekankan pentingnya penilaian personal terhadap kebahagiaan dan kesenangan semata, tetapi juga menyoroti aspek-aspek krusial seperti mampu menerima diri sendiri, memiliki tujuan hidup, mampu mengelola dan menyesuaikan lingkungan yang sesuai dengan kebutuhannya, memiliki hubungan yang positif dengan orang lain, mampu mengambil keputusan dan bertanggung jawab atasnya, dan berusaha mengeksplorasi serta mengembangkan potensi diri secara optimal. Dengan memahami dan menerapkan konsep ini, individu dapat mencapai pemahaman yang lebih dalam tentang diri mereka sendiri, mengembangkan potensi secara optimal, dan mencapai keseimbangan yang harmonis dalam berbagai aspek kehidupan.

2. Dimensi *Psychological Well-Being*

Dalam upaya memahami kesejahteraan psikologis secara lebih komprehensif, Ryff mengidentifikasi enam dimensi kunci yang saling berkaitan dan berperan penting dalam membentuk kesejahteraan psikologis seseorang.⁶⁷ Enam dimensi *well-being* yang dikemukakan oleh Ryff adalah sebagai berikut:

1) Penerimaan diri (*Self-Acceptance*)

Self-acceptance atau penerimaan diri mencakup kemampuan untuk sepenuhnya menerima dirinya sendiri tanpa syarat, termasuk menerima

⁶⁶ Ana Blasco-Belled dan Carles Alsinet, "The Architecture of Psychological Well-Being: A Network Analysis Study of the Ryff Psychological Well-Being Scale," *Scandinavian Journal of Psychology* 63, no. 3 (2022), hlm. 199

⁶⁷ Yenita, S. (2022). *Gambaran Psychological Well Being pada Dewasa Awal yang Berstatus Janda di Kenagarian Air Bangis*. *Ranah Research: Journal of Multidisciplinary Research and Development*, 4(2), hlm. 151

baik kelebihan maupun kekurangan yang dimilikinya.⁶⁸ Konsep ini melibatkan sikap positif terhadap diri sendiri, mengakui dan menghargai berbagai aspek dalam diri, termasuk yang mungkin dianggap tidak sempurna. Penerimaan diri bukan berarti berpuas diri atau menolak perbaikan, melainkan pemahaman dan penerimaan realistis atas kondisi diri saat ini.

Individu dengan penerimaan diri yang baik cenderung memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi, lebih tahan terhadap kritik, dan mampu mengelola emosi dengan lebih efektif. Oleh karena itu, *self-acceptance* menjadi fondasi penting bagi kebahagiaan dan kepuasan hidup individu, mengingat individu dapat menjalani hidup dengan lebih damai dan harmonis dengan diri sendiri dan lingkungannya.

2) Tujuan Hidup (*Purpose in Life*)

Pada dimensi ini melibatkan kemampuan untuk menentukan arah, mencari makna, dan menetapkan tujuan yang memberi arti dalam perjalanan hidupnya.⁶⁹ Individu dengan tujuan hidup yang jelas memiliki pemahaman mendalam tentang keinginan mereka dan alasan di baliknya. Kemampuan ini mencakup evaluasi pengalaman masa lalu, respons terhadap kondisi saat ini, dan perencanaan masa depan dengan pandangan positif. Hal ini memungkinkan mereka untuk menyelaraskan berbagai aspek kehidupan menjadi suatu kesatuan yang bermakna dan terarah.

Memiliki tujuan hidup yang jelas dan bermakna memungkinkan individu merasakan kedalaman dan kepuasan dalam setiap langkah perjalanan hidup mereka. Hal ini memberikan motivasi kuat untuk mencapai tujuan yang diimpikan dan membantu mereka tetap fokus bahkan saat menghadapi tantangan. Dengan demikian, tujuan hidup berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis dan kemampuan individu untuk menjalani kehidupan yang bermakna dan memuaskan.

⁶⁸ Juliani Prasetyaningrum et al., "Kesejahteraan Psikologis Santri Indonesia," *Profetika: Jurnal Studi Islam* 23, no. 1 (2022), hlm. 88

⁶⁹ Pedhu, "Kesejahteraan Psikologis dalam Hidup Membiara," hlm. 70

3) Otonomi (*Autonomy*)

Otonomi merupakan kemampuan untuk beroperasi secara mandiri dalam proses berpikir dan bertindak, yang mencakup kemampuan untuk membuat keputusan secara independen dan menjalankan tindakan-tindakan berdasarkan pada nilai-nilai dan keyakinan pribadi.⁷⁰ Individu dengan tingkat otonomi yang tinggi memiliki kemandirian dalam menentukan pilihan mereka, tidak mudah terpengaruh oleh pendapat atau ekspektasi orang lain, mampu mempertahankan prinsip-prinsip mereka, serta bertanggung jawab atas pilihan dan tindakannya.

Individu yang otonom percaya bahwa mereka memiliki kendali atas hidup mereka sendiri dan tidak bergantung pada persetujuan atau penilaian orang lain untuk merasa berharga. Dengan demikian, otonomi berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis seseorang, yang memungkinkan individu untuk hidup sesuai dengan nilai dan pilihan hidup mereka.

4) Penguasaan terhadap Lingkungan (*Environmental Mastery*)

Dimensi ini mencakup kemampuan untuk secara efektif mengelola dan menyesuaikan lingkungan sesuai dengan kebutuhan dan aspirasi pribadi.⁷¹ Dimensi ini melibatkan keterampilan dalam mengorganisir, merencanakan, dan mengambil keputusan yang tepat untuk menciptakan kondisi yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan diri.

Individu dengan penguasaan lingkungan yang baik mampu memanfaatkan peluang yang ada, menghadapi tantangan dengan strategi yang efektif, dan menciptakan situasi yang kondusif bagi pencapaian tujuan mereka. Dengan menguasai lingkungan, individu mampu mengidentifikasi aspek-aspek lingkungan yang dapat diubah dan yang perlu diterima, sehingga dapat mengelola stres dan tekanan dengan lebih baik.

⁷⁰ *Ibid*, hlm. 69

⁷¹ Sri Widyawati et al., "Studi Deskriptif: Kesejahteraan Study Descriptive: Psychological Well-Being of Adolescents," *Jurnal Psibernetika* 15, no. 1 (2022), hlm. 61

5) Relasi Positif dengan Orang Lain (*Positive Relations with Others*)

Relasi positif dengan orang lain ini melibatkan kemampuan individu untuk mengembangkan dan memelihara relasi yang hangat, saling percaya, dan penuh perhatian terhadap sesama.⁷² Kemampuan ini juga mencakup kemampuan untuk memberikan dan menerima kasih sayang secara terbuka, sehingga menciptakan ikatan sosial yang sehat dan memadai yang mendukung pertumbuhan emosional yang positif.

Melalui hubungan yang kolaboratif dan saling mendukung, individu dapat membangun jaringan sosial yang kuat, yang berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis dan keseimbangan emosional. Relasi positif memungkinkan individu untuk berbagi pengalaman, mendapatkan dukungan emosional, dan merayakan keberhasilan bersama.

6) Pertumbuhan Pribadi (*Personal Growth*)

Pada dimensi ini melibatkan kemampuan individu untuk terus belajar, berkembang, dan berevolusi sepanjang perjalanan hidupnya, yang mencakup proses pembelajaran dari pengalaman-pengalaman baru dan tantangan-tantangan yang dihadapi.⁷³ Kemudian, pertumbuhan pribadi juga melibatkan kemampuan untuk mengeksplorasi potensi diri, mengenali bakat-bakat yang dimiliki, dan menerapkan kemampuan-kemampuan tersebut dalam realitas sehari-hari.

Proses ini memungkinkan individu untuk mengaktualisasikan diri dan mencapai potensi maksimalnya. Dimensi pertumbuhan pribadi menekankan pentingnya sikap terbuka terhadap pengalaman baru, kemauan untuk keluar dari zona nyaman, dan keberanian untuk menghadapi tantangan. Dengan demikian, individu dapat terus mengembangkan diri, memperluas wawasan, dan meningkatkan keterampilan hidup mereka secara berkelanjutan.

⁷² *Ibid*, hlm. 61

⁷³ Prasetyaningrum et al., "Kesejahteraan Psikologis Santri Indonesia," hlm. 89

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Psychological Well-Being*

Psychological well-being dipengaruhi oleh sejumlah faktor, baik yang bersifat internal maupun eksternal. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhinya adalah sebagai berikut:

1) Faktor Internal

a) Kepribadian

Menurut Ryff dan Keyes, kepribadian merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis individu.⁷⁴ Hal ini didasarkan pada pemahaman bahwa kepribadian memainkan peran penting dalam menentukan bagaimana seseorang mempersepsikan, menafsirkan, merespons, dan beradaptasi terhadap lingkungannya serta menghadapi berbagai tantangan hidup. Kepribadian seseorang dapat membentuk pola pikir, sikap, dan perilaku yang konsisten dalam berbagai situasi, yang pada akhirnya dapat berdampak terhadap tingkat kesejahteraan psikologis yang dialami.

Kepribadian juga memengaruhi cara individu mengelola stres, mengatasi konflik, dan mencapai tujuan hidup. Orang dengan kepribadian terbuka cenderung lebih fleksibel menghadapi perubahan, sementara mereka yang memiliki kestabilan emosional lebih tangguh menghadapi tekanan. Aspek-aspek kepribadian ini berkontribusi pada kemampuan seseorang untuk mencapai dan mempertahankan kesejahteraan psikologis yang optimal.

b) Usia

Menurut Ryff, usia juga termasuk salah satu faktor internal yang bisa memengaruhi dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis.⁷⁵ Seiring pertambahan usia, individu mengalami perkembangan pada diri, meningkatnya otonomi, pengelolaan lingkungan yang lebih baik, dan memiliki tujuan hidup yang terarah. Usia dapat memengaruhi cara

⁷⁴ Pedhu, "Kesejahteraan Psikologis dalam Hidup Membiara." hlm. 72

⁷⁵ *Ibid*, hlm. 72

individu memproses informasi, mengatasi stres, dan menyesuaikan peran sosial dalam kehidupan sehari-hari.

Pengalaman hidup yang terakumulasi seiring berjalannya waktu memberikan kesempatan bagi seseorang untuk lebih memahami kekuatan dan kelemahannya, serta mengembangkan strategi koping yang lebih efektif. Hal ini pada gilirannya dapat berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan psikologis, meskipun tantangan baru mungkin muncul seiring dengan fase kehidupan yang berbeda.

c) Jenis Kelamin

Faktor yang bisa memengaruhi individu adalah perbedaan jenis kelamin. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Lopes dan Snyder, perempuan umumnya menunjukkan tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi daripada laki-laki.⁷⁶ Salah satu penjelasan untuk fenomena ini adalah kemampuan interpersonal yang lebih baik yang umumnya dimiliki oleh perempuan.

Perempuan cenderung memiliki kecerdasan emosional yang lebih tinggi, yang memungkinkan mereka untuk lebih baik dalam mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri sendiri dan orang lain. Kemampuan interpersonal dan kecerdasan emosional yang lebih tinggi pada perempuan dapat membantu dalam membangun dan memelihara hubungan sosial yang positif, yang merupakan salah satu komponen penting dalam kesejahteraan psikologis.

d) Religiusitas

Religiusitas merupakan salah satu aspek penting dalam kehidupan individu yang dapat memberikan pengaruh terhadap kesejahteraan psikologis.⁷⁷ Religiusitas, yang mencakup keyakinan, praktik ibadah, dan nilai-nilai spiritual, dapat menjadi sumber kekuatan mental dalam

⁷⁶ Widyawati et al., "Studi Deskriptif: Kesejahteraan Study Descriptive: Psychological well-being of Adolescent." hlm. 61

⁷⁷ Furqani, "Peranan religiusitas dan Kecerdasan Spiritual terhadap Peningkatan Kesejahteraan Psikologis," hlm. 14

menghadapi berbagai tantangan hidup.⁷⁸ Ketika seseorang memiliki hubungan yang erat dengan Tuhan atau agama, mereka cenderung memiliki pandangan hidup yang lebih optimis dan tujuan yang jelas. Hal ini dapat membantu mengurangi stres, kecemasan, dan depresi karena individu merasa memiliki tempat bergantung yang kuat.

Selain itu, religiusitas juga sering dikaitkan dengan rasa syukur, penerimaan diri, dan kemampuan untuk melihat makna dalam setiap peristiwa kehidupan, yang semuanya berkontribusi pada stabilitas emosi dan kebahagiaan. Dengan demikian, religisitas tidak hanya berfungsi sebagai panduan spiritual, tetapi juga sebagai fondasi dalam menciptakan kehidupan yang lebih tenang, bermakna, dan seimbang secara psikologis.

2) Faktor Eksternal

a) Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis individu. Menurut penelitian Kurniawan dan Eva, dukungan sosial memberikan rasa keterlibatan dan penghargaan dalam komunitas, serta meningkatkan persepsi individu terhadap kontrol atas kehidupan mereka.⁷⁹ Dukungan ini dapat bersumber dari berbagai pihak, seperti keluarga, teman, rekan kerja, atau komunitas, dan manifestasinya beragam, mulai dari dukungan emosional, informasional, hingga bantuan praktis dalam menghadapi tantangan hidup.

Individu dengan dukungan sosial yang kuat cenderung lebih resilient dalam mengatasi stres, memiliki harga diri yang lebih tinggi, serta menunjukkan tingkat kecemasan dan depresi yang lebih rendah. Melalui interaksi sosial yang positif, seseorang dapat merasakan

⁷⁸ Aisyah Farah Sayyidah et al., "Peran Religiusitas Islam dalam Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis," *Al-Qalb : Jurnal Psikologi Islam* 13, no. 2 (2022), hlm. 106

⁷⁹ Said Robby Kurniawan dan Nur Eva, "Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Rantau.," *In Seminar Nasional Psikologi dan Ilmu Humaniora (SENAPIH)* 1, no. 1 (2020), hlm. 153

penerimaan, penghargaan, dan rasa memiliki dalam suatu kelompok atau komunitas. Hal ini tidak hanya memberikan rasa aman secara emosional tetapi juga meningkatkan motivasi dan kepercayaan diri dalam menghadapi berbagai aspek kehidupan.

b) Status Sosial dan Ekonomi

Status sosial ekonomi, seperti tingkat penghasilan keluarga, pendidikan, kesuksesan pekerjaan, kepemilikan aset materi, dan status sosial dalam masyarakat, memiliki dampak pada kesejahteraan psikologis individu. Menurut Ryff dan Keyes, tingginya status sosial dan ekonomi cenderung memberikan individu akses yang lebih baik terhadap pendidikan, layanan kesehatan, dan sumber daya lainnya yang mendukung perkembangan psikologis.⁸⁰

Individu dengan status sosial ekonomi yang lebih tinggi cenderung memiliki rasa kontrol yang lebih baik terhadap lingkungannya dan mampu menetapkan serta mengejar tujuan hidup secara lebih efektif. Sebaliknya, individu dengan status sosial ekonomi rendah mungkin menghadapi keterbatasan yang memengaruhi kemampuan mereka untuk mencapai potensi penuh, yang berujung pada penurunan kesejahteraan psikologis.

c) Lingkungan

Lingkungan memainkan peran krusial dalam membentuk kesejahteraan psikologis individu. Faktor-faktor lingkungan, baik fisik, sosial dan budaya, secara signifikan memengaruhi cara seseorang berpikir, merasa, dan berperilaku.⁸¹ Lingkungan fisik yang bersih, teratur, dan estetis cenderung mengurangi stres dan meningkatkan kesejahteraan, sementara lingkungan yang padat atau tercemar dapat meningkatkan stres dan menurunkan kualitas hidup. Akses ke ruang

⁸⁰ Pedhu, "Kesejahteraan Psikologis dalam Hidup Membiara," hlm. 72

⁸¹ Ferdinand Salomo Leuwol et al., "Pengaruh Kualitas Lingkungan Terhadap Kesejahteraan Psikologis Individu di Kota Metropolitan," *Jurnal Multidisiplin West Science* 2, no. 8 (2023), hlm. 718

hijau dan alam terbuka juga terbukti memiliki efek positif pada kesehatan mental.

Lingkungan sosial juga berpengaruh penting terhadap kesejahteraan psikologis. Lingkungan sosial yang positif dapat menjadi sumber kekuatan emosional, sedangkan lingkungan sosial yang negatif dapat menyebabkan tekanan psikologis. Selain itu, norma budaya dan nilai-nilai sosial juga memengaruhi cara individu memandang diri dan dunia sekitar, yang berdampak signifikan pada kesejahteraan psikologis mereka. Dengan demikian, pemahaman komprehensif tentang interaksi antara lingkungan fisik, sosial, dan budaya sangat penting dalam upaya meningkatkan kesejahteraan psikologis individu dan masyarakat.

C. Hubungan antara Kemampuan Membaca dan Menghafal Al-Qur'an dengan *Psychological Well-Being*

Sepanjang sejarah keilmuan Al-Qur'an, para ulama telah menghasilkan ribuan karya yang membahas kemukjizatan Al-Qur'an dari berbagai sudut pandang, seperti sains, bahasa, dan hukum.⁸² Keberagaman kajian ini mencerminkan betapa mendalam dan kompleksnya kandungan Al-Qur'an. Selain itu, Al-Qur'an juga diyakini memiliki pengaruh besar terhadap kondisi psikologis manusia, menjadikannya relevan dalam menghadapi berbagai dinamika kehidupan.

Hingga saat ini, Al-Qur'an tetap menjadi objek kajian yang tidak pernah usang. Kitab suci ini tidak hanya berfungsi sebagai pedoman spiritual, tetapi juga memberikan kontribusi positif dalam bidang medis dan psikologis.⁸³ Ayat-ayatnya yang penuh hikmah menawarkan ketenangan di tengah tekanan hidup, membangkitkan harapan, meredakan stres, serta mengingatkan manusia akan kebijaksanaan dan kasih sayang Allah Swt. Hal ini sejalan dengan firman Allah dalam Q.S. Yunus ayat 57:

⁸² Saputra, "Kemukjizatan Psikologi Al-Quran Jamaah Majelis Taklim (Studi Kasus di Kecamatan Bogor Selatan Bogor)," hlm. 7

⁸³ Muhammad Fitri et al., "Upaya Membangun Kesehatan Mental Anak dalam Perspektif Al-Qur'an," *Jurnal Kajian Agama dan Dakwah* 6, no. 2 (2024), hlm. 73

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ

*Artinya: "Wahai manusia, sungguh telah datang kepada kalian pelajaran (Al-Qur'an) dari Tuhanmu, penyembuh bagi penyakit yang ada dalam dada, dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman."*⁸⁴

Ayat ini menegaskan peran Al-Qur'an yang multifungsi, tidak hanya sebagai sumber hukum dan pedoman hidup, tetapi juga sebagai sarana terapeutik yang efektif untuk meredakan kegelisahan hati dan memulihkan kesehatan jiwa. Istilah *syifa'* dalam ayat tersebut merujuk pada peran Al-Qur'an sebagai penyembuh penyakit dalam dada, yang secara metaforis mengacu pada gangguan psikis.⁸⁵

Menghafal Al-Qur'an, sebagai salah satu bentuk interaksi mendalam dengan kitab suci ini, adalah proses mengingat seluruh ayatnya secara utuh. Aktivitas ini membutuhkan usaha berulang agar informasi dapat tertanam dalam memori seseorang. Selain memerlukan kemampuan kognitif yang tinggi, proses ini juga menuntut ketekunan, disiplin, dan komitmen yang kuat.

Oleh karena itu, kegiatan membaca dan menghafal Al-Qur'an sendiri seringkali dikaitkan dengan praktik meditasi dan refleksi yang mendalam. Aktivitas ini mencakup elemen konsentrasi, pengulangan, dan ketenangan yang telah terbukti secara ilmiah dapat mengurangi stres dan meningkatkan kesejahteraan mental. Menurut Muttaqin et al., proses menghafal Al-Qur'an memberikan efek relaksasi yang sebanding dengan *mindfulness meditation* dalam terapi modern.⁸⁶ Aktivitas ini mengintegrasikan pikiran dan perasaan dengan keyakinan pada kuasa Allah, sehingga menghasilkan ketenangan batin yang mendalam. Seseorang yang mendalami hafalan sering merasakan kedekatan emosional dan spiritual dengan Sang Pencipta, yang pada gilirannya memperkuat iman, mengurangi stres, dan memberikan rasa ketentraman di tengah berbagai tantangan hidup.

⁸⁴ <https://tafsirq.com/10-yunus/ayat-57>

⁸⁵ Muhammad Fitri et al., "Upaya Membangun Kesehatan Mental Anak dalam Perspektif Al-Qur'an," *Jurnal Kajian Agama dan Dakwah* 6, no. 2 (2024), hlm. 73

⁸⁶ Zainal Muttaqin, Desty Rahmawati, dan Ach Shodiqil Hafil, "Muhasabah Al-Qur'an: Penafsiran dan Penerapannya sebagai Self-Healing Manusia Modern," *Indonesian Journal of Humanities and Social Sciences* 4 (2023), hlm. 401

Selain itu, kemampuan menghafal Al-Qur'an melibatkan proses membaca, memahami, dan menginternalisasi isinya secara bersamaan, yang menjadi landasan utama dalam membangun kehidupan yang lebih terarah dan bermakna.⁸⁷ Bagi individu yang menghafal Al-Qur'an, proses ini berfungsi sebagai terapi jiwa. Melalui kedekatan mereka dengan kalam Allah, mereka senantiasa berinteraksi dengan ayat-ayat yang menenangkan dan penuh harapan. Aktivitas ini secara signifikan membantu mereka mengatasi stres dan kecemasan dalam kehidupan sehari-hari.

Hal ini sejalan dengan penelitian Rozali et al., yang menunjukkan bahwa aktivitas mendengarkan, membaca, dan menghafal Al-Qur'an memiliki dampak positif, termasuk pengurangan stres, depresi, dan kecemasan, serta peningkatan kualitas hidup secara keseluruhan.⁸⁸ Secara ilmiah, efek positif ini dapat dijelaskan melalui mekanisme neurologis. Penelitian Rosyanti et al. mengungkapkan bahwa aktivitas spiritual seperti membaca atau menghafal kitab suci merangsang area otak yang terkait dengan ketenangan dan kebahagiaan, seperti *korteks prefrontal* dan sistem *limbik*.⁸⁹ Ketika seseorang menghafal Al-Qur'an, aktivitas otak yang berkaitan dengan pengendalian emosi, refleksi mendalam, dan produksi *neurotransmitter* seperti *dopamin* dan *serotonin* yang dikenal sebagai "hormon kebahagiaan" mengalami peningkatan. Hal ini berkontribusi pada perbaikan kesejahteraan psikologis.

Mekanisme lainnya dapat dijelaskan melalui teori *psychological well-being* yang dikembangkan oleh Ryff. Kegiatan menghafal Al-Qur'an dapat memberikan rasa makna dan tujuan hidup yang lebih kuat. Hal ini sejalan dengan konsep *eudaimonic well-being* yang dikemukakan oleh Ryff dan Keyes, yang

⁸⁷ Husein Ghulam Muntazor, "Manajemen Pembelajaran Berbasis Digital dalam Meningkatkan Keterampilan Membaca Al-Qur'an" (Thesis, Institut PTIQ Jakarta, 2024), hlm. 9

⁸⁸ Wan Nor Atikah Che Wan Mohd Rozali et al., "The Impact of Listening to, Reciting, or Memorizing the Quran on Physical and Mental Health of Muslims: Evidence From Systematic Review," *International Journal of Public Health* 67 (2022), hlm. 9

⁸⁹ Lilin Rosyanti, Indriono Hadi, dan Akhmad Akhmad, "Spiritual Health Al-Qur'an Therapy as Physical and Psychological Treatment during the COVID-19 Pandemic," *Health Information : Jurnal Penelitian* 14, no. 1 (2022), hlm. 96

menekankan pada pemenuhan potensi diri dan keterlibatan dalam tujuan hidup yang bermakna.⁹⁰

Ryff mengidentifikasi enam dimensi dalam konsep kesejahteraan psikologis, yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi.⁹¹ Konsep kesejahteraan ini sangat relevan untuk diterapkan dalam konteks santri yang menjalani proses menghafal Al-Qur'an di pesantren, karena dapat membantu memahami bagaimana aktivitas ini berhubungan dengan kualitas hidup mereka.

Hal ini dapat dilihat dari berbagai aspek yang saling terkait dalam kehidupan mereka sehari-hari. *Pertama*, salah satu dimensi utama dari *psychological well-being* adalah penerimaan diri, yang mengacu pada kemampuan seseorang untuk menerima dirinya apa adanya, termasuk kekuatan dan kelemahan yang dimiliki.⁹² Dalam perspektif Islam, penerimaan diri tidak hanya menjadi aspek psikologis, tetapi juga bagian dari keyakinan spiritual bahwa segala sesuatu yang ada dalam diri seseorang adalah bagian dari ketentuan Allah. Hal ini sejalan dengan ajaran bahwa setiap manusia diciptakan dengan kemampuan dan keterbatasan yang berbeda, seperti yang dinyatakan dalam Q.S. Al-Baqarah ayat 286:

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا

Artinya: "Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya..."

Ayat ini menggarisbawahi bahwa setiap individu memiliki takdir dan potensi unik yang telah dirancang oleh Allah sesuai dengan kapasitasnya. Proses menghafal Al-Qur'an menjadi sarana yang mendalam untuk memahami dan meresapi makna ayat-ayat seperti ini. Penghafal Al-Qur'an tidak hanya menginternalisasi pesan-pesan ilahi, tetapi juga belajar menerima dirinya dengan segala kelebihan dan kekurangan sebagai bagian dari kehendak Allah yang Maha Bijaksana. Sehingga seiring berjalannya waktu, proses menghafal Al-Qur'an

⁹⁰ Pedhu, "Kesejahteraan Psikologis dalam Hidup Membiara," hlm. 66

⁹¹ Blasco-Belled dan Alsinet, "The Architecture of Psychological Well-Being: A Network Analysis Study of the Ryff Psychological Well-Being Scale," hlm. 199

⁹² Prasetyaningrum et al., "Kesejahteraan Psikologis Santri Indonesia," hlm. 88

berfungsi sebagai sarana untuk mengembangkan kemampuan untuk menerima diri mereka dengan lebih baik.

Kedua, hubungan positif dengan orang lain juga merupakan dimensi penting dari *psychological well-being* yang dapat dipengaruhi oleh proses menghafal Al-Qur'an. Aktivitas menghafal di pesantren sering dilakukan dalam kelompok-kelompok kecil, di mana individu di dalamnya saling mendukung dan memberikan semangat satu sama lain. Lingkungan sosial yang penuh dukungan ini berkontribusi pada peningkatan kualitas hubungan antar individu. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fahmi dan Muyasaroh, yang menunjukkan bahwa kegiatan menghafal Al-Qur'an dapat mempererat hubungan sosial.⁹³ Rasa kebersamaan dalam mencapai tujuan yang sama, yaitu menghafal ayat-ayat suci, menciptakan ikatan yang lebih kuat di antara para santri.

Ketiga, dimensi otonomi, yang merujuk pada kemampuan individu untuk mengambil keputusan secara mandiri dan bertanggung jawab atas tindakan serta dirinya sendiri, meskipun ada tekanan dari lingkungan luar.⁹⁴ Dengan menghafal Al-Qur'an, proses ini membantu individu mengembangkan kemampuan untuk membuat keputusan secara mandiri, seperti menentukan waktu menghafal yang efektif, metode hafalan yang sesuai, serta target yang ingin dicapai. Menghafal Al-Qur'an juga menuntut individu untuk bertanggung jawab terhadap kemajuan hafalannya, baik dalam keberhasilan mencapai target maupun menghadapi hambatan yang muncul. Hal ini sejalan dengan temuan Maryama et al. yang menyatakan bahwa individu yang terlibat secara rutin dalam kegiatan menghafal Al-Qur'an cenderung memiliki tingkat otonomi yang lebih tinggi dibandingkan mereka yang tidak melakukannya.

Menghafal Al-Qur'an mengajarkan untuk memiliki kedisiplinan yang tinggi dan mandiri dalam mengatur waktu mereka. Penelitian oleh Maryama et al., menunjukkan bahwa individu yang rutin menghafal Al-Qur'an memiliki tingkat

⁹³ Fajrur Hanif Fahmi dan Hanifah Muyasaroh, "Nilai-Nilai Dakwah dalam Kegiatan Semaan Al-Qur'an di Majelis Ta'lim Al-Ikhlas Losari Rawalo Banyumas," *HUJAH: Jurnal Ilmiah Komunikasi dan Penyiaran Islam* 8, no. 1 (2024), hlm. 13

⁹⁴ Prasetyaningrum et al., "Kesejahteraan Psikologis Santri Indonesia," hlm. 88

otonomi yang lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang tidak terlibat dalam kegiatan hafalan.⁹⁵ Meskipun mereka hidup dalam lingkungan yang sangat terstruktur, proses menghafal Al-Qur'an tetap memerlukan regulasi diri yang baik agar dapat menyelesaikan hafalan dengan sukses.

Keempat, penguasaan lingkungan, sebagai salah satu dimensi *psychological well-being*, mengacu pada kemampuan seseorang untuk mengelola lingkungan hidupnya agar dapat memenuhi kebutuhan dan keinginan pribadi.⁹⁶ Dalam proses menghafal Al-Qur'an, kemampuan ini menjadi sangat penting karena penghafal harus mampu mengatur waktu dengan baik dan menciptakan lingkungan yang kondusif untuk menghafal. Menurut Zainab dan Yoza, seiring waktu para penghafal Al-Qur'an terbiasa meregulasi diri untuk menjalani hidup dengan tertata.⁹⁷ Mereka harus mampu menyesuaikan rutinitas harian mereka, mengalokasikan waktu untuk menghafal, beribadah, dan bersosialisasi secara seimbang.

Hal ini melibatkan kemampuan untuk menetapkan prioritas, mematuhi jadwal yang telah dirancang, serta menjaga komitmen terhadap target hafalan mereka. Oleh karena itu, kegiatan menghafal Al-Qur'an memberikan dampak positif terhadap kemampuan pengelolaan waktu dan kehidupan sosial para penghafalnya. Mereka menjadi lebih terorganisir dan mampu mengatasi stres yang muncul akibat tekanan akademik dan spiritual.⁹⁸

Kelima, tujuan hidup merupakan dimensi lain dalam kesejahteraan yang sangat erat kaitannya dengan menghafal Al-Qur'an. Para penghafal Al-Qur'an tentunya memiliki tujuan hidup yang jelas, yaitu mendekatkan diri kepada Allah melalui pemahaman dan pengamalan ayat-ayat-Nya. Hal ini disebabkan oleh

⁹⁵ Hanna Maryama et al., "Students Engagement in Memorizing Al-Qur'an," in *International Conference Recent Innovation* (Scitepress, 2020), hlm. 1418

⁹⁶ Widyawati et al., "Studi Deskriptif: Kesejahteraan Study Descriptive: Psychological well-being of Adolescent," hlm. 106

⁹⁷ Syarifah Zainab dan Khairan Nabila Yoza, "The Effect of Self-Regulation on Academic Stress Among Tahfidz Students at MA Ulumul Qur'an Pagar Air ARTICLE," *Alacrity : Journal Of Education* 4, no. 3 (2024), hlm. 200

⁹⁸ Herdiansyah, "Pengaruh Perhatian Orang Tua dan Kedisiplinan Belajar terhadap Kemampuan Menghafal Al-Qur'an Siswa," hlm. 46

janji-janji keutamaan yang diberikan kepada para santri tahfidz, termasuk penghormatan besar di akhirat. Rasulullah saw. bersabda:

“Wahai Rabb, berikanlah pakaian kepadanya!” Maka diberikan kepadanya mahkota kehormatan. Kemudian Al-Qur'an berkata lagi, “Wahai Rabb, tambahkanlah kepadanya!” Lalu diberikan kepadanya pakaian kemuliaan. Setelah itu, Al-Qur'an kembali berkata, “Wahai Rabb, ridailah dia!” Akhirnya dia pun diridai. Kemudian dikatakan kepada ahli Al-Qur'an, “Bacalah dan naiklah, niscaya akan ditambahkan kepadamu satu pahala kebaikan pada setiap ayat.”⁹⁹

Janji-janji tersebut memberikan motivasi yang mendalam kepada para penghafalnya untuk terus menghafal, karena mereka memandang hafalan Al-Qur'an sebagai jalan menuju tujuan akhir yang sangat mulia, serta sebagai salah satu komponen penting yang memberikan makna dan arah bagi kehidupan mereka.

Keenam, dimensi terakhir dari *psychological well-being* adalah pertumbuhan pribadi, yang mencerminkan kemampuan individu untuk terus berkembang dan mencapai potensi penuh mereka.¹⁰⁰ Dalam perspektif Islam, pertumbuhan pribadi tidak hanya menjadi aspek psikologis, tetapi juga bagian dari keyakinan spiritual bahwa segala sesuatu yang diinginkan dan dicapai harus dilandasi oleh kemauan untuk bertumbuh dan berkembang. Hal ini sejalan dengan semangat yang diilhami oleh Al-Qur'an, sebagaimana tercermin dalam Q.S. Ar-Ra'd ayat 11:

إِنَّ اللَّهَ لَا يُعَيِّرُ مَا بَقِيَ حَتَّىٰ يُعَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ

Artinya: “Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri...”¹⁰¹

Ayat ini menegaskan bahwa perubahan dan kemajuan seseorang bergantung pada usaha dan tekad untuk memperbaiki diri dari dalam. Spirit ini mengajarkan bahwa pertumbuhan pribadi adalah proses aktif yang memerlukan kesadaran, komitmen, dan usaha berkelanjutan untuk menjadi lebih baik. Dengan demikian, konsep ini tidak hanya relevan secara psikologis tetapi juga selaras dengan nilai-

⁹⁹ HR. At-Tirmidzi No. 2915, <https://dorar.net/hadith/sharh/78630>.

¹⁰⁰ Prasetyaningrum et al., “Kesejahteraan Psikologis Santri Indonesia,” hlm. 89

¹⁰¹ <https://tafsirweb.com/3971-surat-ar-rad-ayat-11.html>

nilai keimanan dalam Islam, di mana setiap individu didorong untuk terus memperbaiki diri demi mencapai ridha Allah.

Sehingga secara teoritis, kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an memiliki hubungan yang signifikan dengan *psychological well-being* seseorang. Aktivitas ini tidak hanya menuntut kemampuan kognitif yang tinggi, tetapi juga melibatkan aspek spiritual dan emosional secara mendalam. Proses membaca dan menghafal Al-Qur'an berkontribusi pada berbagai dimensi *psychological well-being*, seperti penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, tujuan hidup, pertumbuhan pribadi, otonomi, dan penguasaan lingkungan. Dengan menyerap nilai-nilai Al-Qur'an, individu tidak hanya memperoleh manfaat spiritual, tetapi juga peningkatan kapasitas kognitif, stabilitas emosional, dan rasa makna dalam kehidupan.

D. Hipotesis

Hipotesis merupakan asumsi atau dugaan awal yang dirumuskan sebagai jawaban sementara terhadap suatu pertanyaan penelitian. Tujuan utama dalam merumuskan hipotesis adalah untuk mengarahkan dan memberikan dasar yang kuat dan tegas dalam penelitian ilmiah.¹⁰² Oleh karena itu, hipotesis memiliki peranan untuk memberikan tujuan yang kuat dan tegas bagi peneliti, hal ini membantu mengarahkan penelitian pada jalur yang jelas dan mencegah penelitian yang tanpa arah dan tidak bermaksud. Adapun hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini, yaitu:

1. H_0 : Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kemampuan membaca dan menghafal Al- Qur'an dengan *psychological well-being* pada santri rumah tahfidz Baitu Usy-Syaqil Qur'an Purwokerto.
2. H_a : Terdapat hubungan yang signifikan antara kemampuan membaca dan menghafal Al- Qur'an dengan *psychological well-being* pada santri rumah tahfidz Baitu Usy-Syaqil Qur'an Purwokerto.

¹⁰² Fenti Hikmawati, *Metodologi Penelitian*, 1 ed. (Depok: Rajawali Pers, 2020), hlm. 53

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian yang berjudul “Hubungan antara Kemampuan Menghafal Al-Qur’an dengan *Psychological Well-Being* pada Santri Rumah Tahfidz Baitu Usy-Syaqil Qur’an Purwokerto” menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional.

Menurut Sugiyono, metode penelitian kuantitatif merupakan pendekatan penelitian yang mengacu pada filsafat positivisme, yang mengandalkan pengukuran objektif dan analisis statistik terhadap data numerik yang diperoleh dari instrumen penelitian seperti kuesioner, tes, atau observasi untuk mengetes hipotesis yang telah dirumuskan sebelumnya.¹⁰³

Sedangkan penelitian ini mengadopsi jenis korelasional, yang berfungsi untuk melihat tingkat keterkaitan antara variabel bebas dan variabel terikat yang sedang diteliti berdasarkan koefisien korelasi.¹⁰⁴ Dimana variabel bebas pada penelitian ini, yaitu kemampuan menghafal Al-Qur’an dan variabel terikat adalah *psychological well-being*.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini akan dilakukan di rumah tahfidz Baitu Usy-Syaqil Qur’an Purwokerto. Adapun waktu pelaksanaan penelitian, yaitu dilaksanakan pada pertengahan bulan November 2024.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Populasi merupakan jumlah total kelompok orang dalam suatu tempat, sehingga populasi merupakan wilayah generalisasi kelompok orang yang ditetapkan oleh peneliti dengan kualitas dan karakteristik tertentu untuk studi

¹⁰³ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2013), hlm. 8

¹⁰⁴ Syafrida Hafni Sahir, *Metodologi Penelitian (KBM Indonesia, 2022)*, hlm. 7

dan penarikan kesimpulan.¹⁰⁵ Populasi dalam konteks penelitian ini adalah santri rumah tahfidz Baitu Usy-Syaqil Qur'an Purwokerto yang memiliki jumlah sebanyak 27 santri.

2. Sampel Penelitian

Sampel penelitian merupakan sebagian kecil dari jumlah pihak-pihak dari populasi yang menjadi sumber data atau informasi dalam sebuah penelitian.¹⁰⁶ Adapun teknik penentuan sampel pada penelitian ini, yaitu sampling jenuh. Menurut Sugiyono sampling jenuh merupakan teknik yang menjadikan keseluruhan anggota populasi digunakan sebagai sampel.¹⁰⁷ Metode ini memastikan bahwa keseluruhan populasi dapat direpresentasikan secara menyeluruh dalam analisis data penelitian. Biasanya, teknik ini dipilih ketika jumlah populasi yang sedikit. Dalam penelitian ini, teknik sampling jenuh digunakan karena jumlah populasi yang terlibat hanya 27 santri.

D. Variabel Penelitian

Variabel penelitian konsep yang dapat diukur, diamati, dan dimanipulasi dalam sebuah penelitian.¹⁰⁸ Variabel berfungsi sebagai fokus utama yang akan diteliti dan dianalisis untuk menjawab pertanyaan atau hipotesis penelitian. Adapun variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

a. Variabel X (Independen)

Dalam penelitian ini variabel independen (X) yaitu, kemampuan membaca dan menghafal Al-Quran. Variabel kemampuan menghafal Al-Quran diukur menggunakan beberapa aspek dan indikator yang telah ditentukan. Menurut Herdiansyah, kemampuan menghafal Al-Qur'an pada seseorang mencakup dua aspek utama, yaitu kefasihan membaca Al-Qur'an dan ketepatan penerapan kaidah tajwid. Adapun kemampuan menghafal Al-Qur'an menurut Sapitra mencakup aspek kemampuan untuk meresapkan

¹⁰⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, hlm. 80

¹⁰⁶ *Ibid*, hlm. 81

¹⁰⁷ *Ibid*, hlm. 85

¹⁰⁸ Sahir, *Metodologi Penelitian*, hlm. 16

ayat-ayat Al-Qur'an dengan lancar, tanpa terbata-bata, sesuai urutan kata atau kalimat yang benar dengan intensitas tinggi.

Tabel 1. Indikator Variabel X (Kemampuan Membaca dan Menghafal Al-Qur'an)

Variabel	Definisi Operasional	Aspek	Indikator
Kemampuan Membaca Al-Qur'an	Kemampuan membaca Al-Qur'an pada seseorang dapat dilihat melalui dua aspek utama, yaitu kefasihan membaca Al-Qur'an dan ketepatan penerapan kaidah tajwid.	Kefasihan Membaca Al-Qur'an	Pelafalan ayat dengan <i>makhorijul huruf</i> yang tepat
			Pelafalan ayat dengan dengan <i>shifatul huruf</i> yang tepat
			Membaca Al-Qur'an dengan <i>tartil</i>
			Lancar dalam membaca Al-Qur'an
		Ketepatan Penerapan Kaidah Tajwid	Menerapkan hukum nun mati dan tanwin (meliputi <i>idgham</i> , <i>idzhar</i> , <i>iqlab</i> , dan <i>ikhfa</i>)
			Menerapkan hukum mim mati (meliputi <i>idgham mimi</i> , <i>ikhfa syafawi</i> , dan <i>idzhar syafawi</i>)
			Membaca dengan panjang pendek (<i>mad</i>) yang tepat
Mengetahui tempat berhenti (<i>waqaf</i>) dan memulai (<i>ibtida'</i>) yang tepat			
Kemampuan Menghafal Al-Qur'an		Kelancaran dalam Mengingat Hafalan dengan Intensitas Tinggi	Jumlah hafalan
			Kelancaran dalam <i>ziyadah</i> (menambah hafalan baru)
			Kemampuan memulai hafalan dari titik acak dalam surah atau juz

			Kelancaran dalam <i>muraja'ah</i> (mengulang hafalan lama)
			Kecepatan identifikasi dan koreksi kesalahan diri saat setoran

b. Variabel Y (Dependen)

Dalam penelitian ini variabel dependen (Y) yaitu, *psychological well-being*. Variabel *psychological well-being* diukur menggunakan beberapa aspek dan indikator yang telah ditentukan. Menurut Ryff, *psychological well-being* merupakan keadaan di mana individu dapat ditunjukkan melalui enam aspek, yakni dimana individu tersebut mampu mencapai penerimaan diri, menjalin hubungan positif dengan orang lain, memiliki otonomi, menguasai lingkungan, mampu menetapkan tujuan hidup, serta mampu mengembangkan diri secara optimal.

Tabel 2. Indikator Variabel Y (*Psychological Well-Being*)

Variabel	Definisi Operasional	Aspek	Indikator
<i>Psychological well-being</i>	<i>Psychological well-being</i> merupakan keadaan di mana individu dapat ditunjukkan melalui enam aspek, yakni dimana individu tersebut mampu mencapai penerimaan diri, menjalin hubungan positif dengan orang lain, memiliki otonomi, menguasai lingkungan, mampu menetapkan tujuan hidup, serta mampu	Penerimaan Diri (<i>Self-Acceptance</i>)	Merima terhadap kekurangan dan kelebihan diri
			Puas dan bangga dengan diri sendiri
		Memiliki Tujuan Hidup (<i>Purpose in Life</i>)	Mampu menetapkan tujuan hidup yang jelas dan terarah
			Memiliki motivasi dan semangat dalam mencapai tujuan hidup.
Otonomi	Mampu membuat keputusan tanpa bergantung pada orang lain		

mengembangkan diri secara optimal.	(<i>Autonomy</i>)	Bertanggung jawab atas konsekuensi keputusan sendiri
	Penguasaan terhadap lingkungan (<i>Environmental Mastery</i>)	Mampu mengelola dan menyesuaikan lingkungan sesuai dengan kebutuhan dan tujuan
		Mampu menghadapi dan mengatasi tekanan dari lingkungan baru
	Hubungan Positif dengan Orang Lain (<i>Positive Relations with Others</i>)	Memiliki hubungan yang baik dengan orang-orang disekitar
		Mampu berempati dan memberikan dukungan sosial kepada orang lain.
	Pertumbuhan Pribadi (<i>Personal Growth</i>)	Sadar dan yakin akan potensi dan kekuatan diri
Keinginan dan usaha untuk terus belajar dan berkembang dalam berbagai aspek kehidupan		

E. Teknik Pengumpulan Data

1. Kuesioner

Kuesioner merupakan metode yang menggunakan pemberian daftar pertanyaan kepada sampel yang dijadikan responden.¹⁰⁹ Kuesioner ini terdiri dari serangkaian pertanyaan yang dirancang berdasarkan alat ukur variabel penelitian yang ditetapkan oleh peneliti. Adapun kuesioner pada penelitian ini

¹⁰⁹ *Ibid*, hlm. 143

terdiri dari kuesioner kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an, serta kuesioner *psychological well-being*.

Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner dengan pendekatan skala Likert, yang dirancang untuk mengevaluasi dan menganalisis sikap, pendapat, serta persepsi responden terhadap suatu fenomena sosial tertentu.¹¹⁰ Berikut adalah tabel yang menampilkan skor penilaian menggunakan skala Likert:

Tabel 3. Skoring Skala Likert

No.	Jawaban	Skoring	
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
1.	Sangat Tidak Setuju (SS)	1	4
2.	Tidak Setuju (TS)	2	3
3.	Setuju (S)	3	2
4.	Sangat Setuju (SS)	4	1

Untuk indikator jumlah hafalan, pengumpulan data dilakukan melalui pertanyaan yang memerlukan jawaban singkat, sehingga menghasilkan data bersifat ordinal. Oleh karena itu, diperlukan transformasi data untuk menyesuaikan skala pengukuran antara indikator jumlah hafalan dengan indikator lainnya yang menggunakan skala Likert. Berikut adalah rumus untuk transformasi data tersebut:

$$\text{Skor Hafalan (Linear)} = \left(\frac{\text{Jumlah Hafalan (Juz)}}{30} \right) \times 10$$

Transformasi skala linear digunakan untuk mengonversi jumlah hafalan menjadi nilai yang terstandarisasi dalam rentang yang konsisten, yaitu antara 0 hingga 10. Proses ini memungkinkan penyamaan skala antara kedua indikator (kemampuan membaca dan menghafal dengan jumlah hafalan), sehingga analisis statistik dapat dilakukan secara tepat dan sah, seperti uji korelasi *Pearson*.

Adapun, *blueprint* untuk skala instrumen kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an dapat ditemukan pada tabel berikut:

¹¹⁰ *Ibid*, hlm. 142

Tabel 4. *Blueprint* Skala Kemampuan Membaca dan Menghafal Al-Qur'an

Aspek	Indikator	Item Fav.	Item Unfav.	Jml.	%
Kefasihan Membaca Al-Qur'an	Pelafalan ayat dengan <i>makhorijul huruf</i> yang tepat	1, 4, 7, 10	13	5	8.20%
	Pelafalan ayat dengan dengan <i>shifatul huruf</i> yang tepat	30, 33, 43	23, 36	5	8.20%
	Membaca Al-Qur'an dengan <i>tartil</i>	27, 47, 50, 57	44	5	8.20%
	Lancar dalam membaca Al-Qur'an	21, 24, 54, 58	18	5	8.20%
Ketepatan Penerapan Kaidah Tajwid	Menerapkan hukum nun mati dan tanwin (meliputi <i>idgham</i> , <i>idzhar</i> , <i>iqlab</i> , dan <i>ikhfa</i>)	2, 5, 8	11, 51	5	8.20%
	Menerapkan hukum mim mati (meliputi <i>idgham mimi</i> , <i>ikhfa syafawi</i> , dan <i>idzhar syafawi</i>)	14, 29, 35	32, 59	5	8.20%
	Membaca dengan panjang pendek (<i>mad</i>) yang tepat	38, 41, 45, 46	26	5	8.20%
	Mengetahui tempat berhenti (<i>waqaf</i>) dan memulai (<i>ibtida'</i>) yang tepat	20, 37, 52, 60	17	5	8.20%
	Jumlah Hafalan	61		1	1.64%
Kelancaran dalam Mengingat Hafalan dengan intensitas Tinggi	Kelancaran dalam <i>ziyadah</i> (menambah hafalan baru)	3, 6, 12	9, 56	5	8.20%
	Kemampuan memulai hafalan dari titik acak dalam surah atau juz	15, 28, 34	31, 40	5	8.20%
	Kelancaran dalam <i>muraja'ah</i> (mengulang hafalan lama)	16, 22, 25, 53	19	5	8.20%
	Kecepatan identifikasi dan koreksi kesalahan diri saat setoran	39, 42, 45, 49	55	5	8.20%

Jumlah		44	17	61	100%
---------------	--	-----------	-----------	-----------	-------------

Sedangkan, *blueprint* untuk skala instrumen *psychological well-being* ditemukan pada tabel berikut:

Tabel 5. *Blueprint* Skala *Psychological Well-Being*

Aspek	Indikator	Item Fav.	Item Unfav.	Jml.	%
Penerimaan Diri (<i>Self-Acceptance</i>)	Puas dan bangga dengan diri sendiri.	1, 13, 31	7, 42	5	8.33%
	Merima terhadap kekurangan dan kelebihan diri	19, 37, 49, 60	30	5	8.33%
Memiliki Tujuan Hidup (<i>Purpose in Life</i>)	Mampu menetapkan tujuan hidup yang jelas dan terarah.	2, 8, 14, 32	50	5	8.33%
	Memiliki motivasi dan semangat dalam mencapai tujuan hidup.	20, 29, 43, 56	38	5	8.33%
Otonomi (<i>Autonomy</i>)	Mampu membuat keputusan tanpa bergantung pada orang lain	9, 11, 33	15, 44	5	8.33%
	Bertanggung jawab atas konsekuensi keputusan sendiri	28, 39, 51	21, 57	5	8.33%
Penguasaan terhadap lingkungan (<i>Environmental Mastery</i>)	Mampu mengelola dan menyesuaikan lingkungan sesuai dengan kebutuhan dan tujuan	4, 16, 34	10, 52	5	8.33%
	Mampu menghadapi dan mengatasi tekanan dari lingkungan baru	22, 45, 58	27, 54	5	8.33%
Hubungan Postif dengan Orang Lain (<i>Positive Relations with Others</i>)	Memiliki hubungan yang baik dengan orang disekitar	5, 17, 35, 53	48	5	8.33%
	Mampu berempati dan memberikan dukungan sosial kepada orang lain	23, 41, 46, 59	26	5	8.33%

Pertumbuhan Pribadi (<i>Personal Growth</i>)	Sadar dan yakin akan potensi dan kekuatan diri	6, 25, 36	12, 47	5	8.33%
	Keinginan dan usaha untuk terus belajar dan berkembang dalam berbagai aspek kehidupan	3, 24, 40, 55	18	5	8.33%
Jumlah		42	18	60	100%

Kedua *blueprint* instrumen tersebut akan digunakan sebagai instrumen *try out* untuk menguji validitas dan reliabilitasnya sebelum diterapkan dalam penelitian.

2. Observasi

Observasi merupakan kegiatan mengamati dengan cermat, menulis kejadian yang terjadi dan mempertimbangkan keterkaitan antara berbagai aspek yang terdapat dalam kejadian tersebut. Proses ini melibatkan pencatatan peristiwa yang diamati dengan metode yang teratur dan sistematis, kemudian menganalisis makna dari peristiwa yang diamati.¹¹¹ Hasil dari observasi dapat berupa aktivitas, kejadian, objek, atau kondisi tertentu. Adapun observasi dalam penelitian ini, yaitu observasi partisipan. Observasi partisipan merupakan observasi yang peneliti secara aktif terlibat dalam situasi yang sedang diamati.¹¹² Observasi dalam penelitian ini, yaitu kemampuan membaca dan menghafal Al-Quran dan *psychological well-being*.

3. Dokumentasi

Menurut Wekke, dokumentasi merupakan suatu strategi yang dipakai untuk mengakses dan mengumpulkan informasi dan data melalui sumber-sumber seperti buku, arsip, dokumen, catatan, dan gambar yang mencakup laporan dan penjelasan yang dapat memberikan dukungan pada proses penelitian.¹¹³ Dalam penelitian ini, dokumentasi mencakup dokumen-

¹¹¹ Susanti Ni'matuzahroh & Prasetyaningrum, *Observasi dalam Psikologi* (Malang: Universitas Muhammadiyah Malang, 2016), hlm. 2

¹¹² *Ibid*, hlm. 15

¹¹³ Ismail Suardi Wekke, *Metode Penelitian Sosial* (Gawe Buku, 2019), hlm. 51

dokumen yang relevan, seperti sejarah berdirinya Rumah Tahfidz Baitu Usy-Syaqil Qur'an Purwokerto, visi dan misi, program yang sedang berjalan, serta catatan jumlah hafalan santri dalam menghafal.

F. Analisis Data

1. Uji Keabsahan Kuesioner

a. Uji Validitas

Uji validitas adalah prosedur yang digunakan untuk menentukan suatu instrumen pengukuran memiliki keabsahan atau tidak.¹¹⁴ Instrumen pengukuran yang dimaksud di sini adalah pernyataan atau pertanyaan yang terdapat dalam kuesioner. Sebuah kuesioner dianggap valid jika pertanyaan-pertanyaan di dalamnya mampu mengungkapkan dengan tepat hal-hal yang seharusnya diukur oleh instrumen tersebut. Untuk menguji validitas kuesioner yang telah dibuat, peneliti menggunakan rumus yang ada pada software SPSS 25. Adapun kriterianya sebagai berikut:

- 1) H_0 diterima jika $r_{hitung} > r_{tabel}$, menunjukkan bahwa kuesioner valid.
- 2) H_0 ditolak jika $r_{hitung} < r_{tabel}$, menunjukkan bahwa kuesioner tidak valid.

b. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas merupakan prosedur pengujian untuk mengevaluasi sejauh mana suatu alat pengukur, seperti kuesioner konsisten dalam memberikan hasil yang serupa pada waktu yang berbeda, dalam berbagai situasi, atau ketika digunakan oleh peneliti yang berbeda.¹¹⁵ Hal ini membantu menjamin bahwa hasil yang diperoleh dari kuesioner tersebut dapat dipercaya dan konsisten, memberikan keyakinan bahwa hasilnya tidak hanya didasarkan pada kebetulan semata. Untuk menguji reliabilitas kuesioner yang telah dibuat, peneliti menggunakan rumus yang ada pada software SPSS 25. Adapun kriterianya sebagai berikut:

- 1) Apabila nilai *Cronbach's alpha* $> 0,05$, menunjukkan bahwa kuesioner yang digunakan reliabel.

¹¹⁴ Budi Darma, *Statistika Penelitian Menggunakan SPSS (Uji Validitas, Uji Reliabilitas, Regresi Linier Sederhana, Regresi Linier Berganda, Uji t, Uji F, R2)* (Guepedia, 2021), hlm. 8

¹¹⁵ *Ibid*, hlm. 18

- 2) Apabila nilai *Cronbach's alpha* < 0,05, menunjukkan bahwa kuesioner yang digunakan tidak reliabel.

2. Uji Prasyarat Analisis

a. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan prosedur yang dipakai untuk menentukan sejauh mana data variabel terdistribusi secara normal atau tidak terdistribusi normal.¹¹⁶ Uji normalitas yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu uji *Shapiro-Wilk* pada software SPSS 25. Alasan peneliti memilih uji tersebut karena uji *Shapiro-Wilk* didesain khusus untuk menguji normalitas dan sering kali memberikan hasil yang lebih akurat pada sampel kecil. Adapun kriteria dalam uji normalitas sebagai berikut:

- 1) Apabila nilai signifikansi > 0,05, menunjukkan data terdistribusi secara normal.
- 2) Apabila nilai signifikansi < 0,05, menunjukkan data tidak terdistribusi secara normal.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas adalah suatu metode dalam statistik untuk menentukan apakah hubungan antara dua variabel bersifat linear atau tidak.¹¹⁷ Uji ini penting dalam analisis regresi, karena asumsi linearitas adalah salah satu syarat utama untuk memastikan model regresi dapat digunakan secara valid. Adapun uji linearitas pada penelitian ini menggunakan software SPSS 25, dengan kriteria sebagai berikut:

- 1) Apabila nilai *Deviation from Linearity* > 0,05, menunjukkan bahwa hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat bersifat linear.
- 2) Apabila nilai *Deviation from Linearity* < 0,05, menunjukkan bahwa hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat tidak bersifat linear.

3. Uji Korelasi

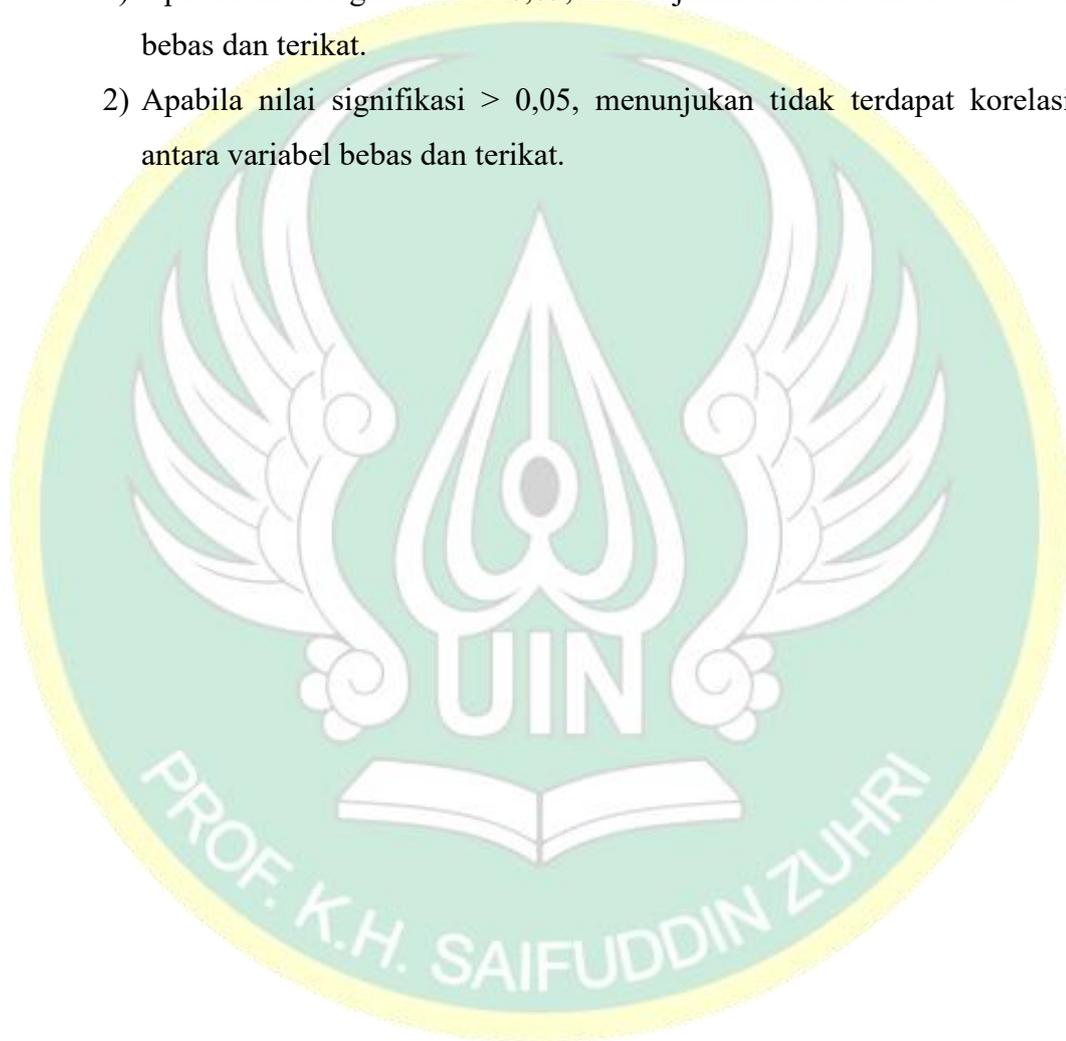
Pengujian korelasi pada penelitian kuantitatif korelasional merupakan prosedur statistik yang dilakukan untuk menguji keterkaitan antara dua atau

¹¹⁶ Sahir, *Metodologi Penelitian*, hlm. 69

¹¹⁷ *Ibid*, hlm. 66

lebih variabel.¹¹⁸ Adapun uji korelasi pada penelitian ini menggunakan uji *Pearson Correlation* pada software SPSS 25. Alasan peneliti memilih uji tersebut karena uji *Pearson Correlation* dapat memberikan hasil yang lebih akurat karena sifatnya parametrik. Sedangkan, kriteria dalam pengujian hipotesis berdasarkan nilai signifikansi adalah sebagai berikut:

- 1) Apabila nilai signifikansi $< 0,05$, menunjukkan korelasi antara variabel bebas dan terikat.
- 2) Apabila nilai signifikansi $> 0,05$, menunjukkan tidak terdapat korelasi antara variabel bebas dan terikat.



¹¹⁸ *Ibid*, hlm. 52

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Lokasi Penelitian

1. Profil Rumah Tahfidz Baitu Usy-Syaqil Qur'an Purwokerto

Rumah Tahfidz Baitu Usy-Syaqil Qur'an (BUQ) Purwokerto merupakan lembaga pendidikan berbasis Al-Qur'an yang terletak di Jalan Jaelani RT 06 RW 02, Desa Karangwangkal, Kecamatan Purwokerto Utara, Kabupaten Banyumas, Provinsi Jawa Tengah. Didirikan pada tahun 2010 di Dukuh Waluh dan pindah ke Karangwangkal pada tahun 2012 oleh Dr. Kusna bersama istrinya, Surati Istiqomah, lembaga ini memiliki filosofi sebagai “rumah para pecinta Al-Qur'an”.

Sebagai lembaga pendidikan nonformal yang fokus pada pembinaan Al-Qur'an, Rumah Tahfidz BUQ Purwokerto menerima santri minimal lulusan Sekolah Dasar (SD), sehingga menampung peserta didik dari berbagai jenjang pendidikan, mulai dari SMP, SMA, hingga mahasiswa. Lembaga ini menyediakan fasilitas pembelajaran komprehensif untuk mengembangkan pemahaman dan hafalan Al-Qur'an, mulai dari tahap dasar hingga pendalaman yang lebih lanjut.

Adapun program dan metode pembelajaran di rumah tahfidz BUQ Purwokerto mencakup *Pertama*, mengenal huruf dan membaca Al-Qur'an dengan metode *talaqi, makhraj, tajwid, dan tahsin*; *Kedua*, mengartikan al-quran dengan metode *tamyiz*; *Ketiga*, menghafal Al-Qur'an (*ziyadah*) dengan pendekatan visual, auditorial, dan kinestetik, serta mempertahankan hafalan dengan metode *muraja'ah tasmi'*; *Keempat*, mengamalkan Al-Qur'an dengan metode *bi'ah* dan berjamaah; dan *Kelima*, mendakwahkan Al-Qur'an dengan metode *mudzakarah* dan *khitobah*.

2. Visi dan Misi Rumah Tahfidz Baitu Usy-Syaqil Qur'an Purwokerto

Rumah Tahfidz BUQ Purwokerto memiliki visi “Menjadi generasi unggul yang memiliki daya saing, berakhlak karimah, dan layak menjadi teladan bagi umat. Generasi yang cerdas dengan keseimbangan antara

kecerdasan intelektual dan spiritual, serta memiliki dedikasi tinggi sebagai kader umat dan bangsa.”

Sedangkan misi Rumah Tahfidz BUQ Purwokerto diantaranya, yaitu:

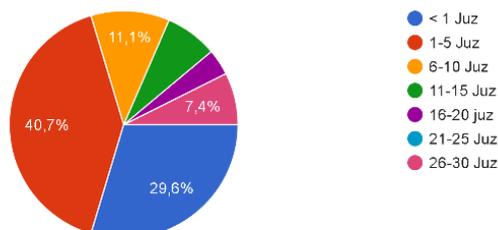
- 1) Meningkatkan kualitas pendidikan berbasis Al-Qur'an untuk membentuk pribadi yang berakhlak karimah, cerdas, dan kompetitif.
- 2) Mengembangkan program pembinaan karakter yang menanamkan nilai-nilai keislaman sebagai dasar dalam kehidupan sehari-hari.
- 3) Mengintegrasikan kecerdasan intelektual dan spiritual melalui metode pembelajaran yang holistik dan berimbang.
- 4) Mendorong partisipasi aktif dalam kegiatan sosial dan keagamaan untuk membentuk kepedulian terhadap masyarakat.
- 5) Mencetak generasi kader umat dan bangsa yang memiliki dedikasi tinggi dalam mewujudkan kemajuan masyarakat dan bangsa.

3. Gambaran Umum Responden

Penelitian ini melibatkan 27 santri dari Rumah Tahfidz BUQ Purwokerto, dengan rentang usia antara 13 hingga 25 tahun dan latar belakang pendidikan yang beragam, mulai dari SMP sampai perguruan tinggi. Komposisi responden didominasi oleh santri laki-laki, yang menggambarkan struktur keanggotaan dalam program tahfidz di lembaga tersebut.

Berdasarkan data yang diperoleh, jumlah hafalan santri menunjukkan variasi yang beragam, yang mengindikasikan perbedaan individual dalam proses menghafal Al-Qur'an. Berikut adalah diagram perbandingan jumlah hafalan santri di Rumah Tahfidz BUQ Purwokerto:

Jumlah Hafalan Qur'an
27 jawaban



Gambar 1. Jumlah Hafalan Al-Qur'an Santri BUQ Purwokerto

Berdasarkan diagram tersebut, terdapat 8 santri atau 29,6% yang memiliki hafalan kurang dari 1 juz, sedangkan 11 santri atau 40,7% berada dalam rentang hafalan 1 hingga 5 juz. Selain itu, terdapat 3 santri atau 11,1% yang telah mencapai hafalan 6 hingga 10 juz, dan 2 santri atau 7,4% memiliki hafalan 11 hingga 15 juz. Pada kategori hafalan yang lebih tinggi, terdapat 1 santri atau 3,7% dengan hafalan 16 hingga 20 juz, serta 2 santri atau 7,4% lainnya yang telah menyelesaikan hafalan 26 hingga 30 juz.

Distribusi capaian hafalan ini menunjukkan bahwa Rumah Tahfidz BUQ Purwokerto mampu membina santri dengan berbagai tingkat hafalan, mulai dari tahap awal hingga penyelesaian hafalan Al-Qur'an secara penuh. Keberagaman tingkat hafalan ini mencerminkan efektivitas program pembelajaran yang diselenggarakan, sekaligus menjadi indikasi keberhasilan lembaga dalam memotivasi santri untuk terus meningkatkan hafalan mereka.

B. Uji Keabsahan Kuesioner

1. Hasil Uji Validitas

Uji validitas kuesioner dilakukan untuk setiap variabel dengan tujuan memastikan bahwa instrumen penelitian mampu menghasilkan data yang sah, sesuai dengan konsep yang diukur, serta relevan dengan tujuan penelitian.¹¹⁹ Validitas menjadi aspek penting dalam penelitian karena menjamin bahwa hasil pengukuran benar-benar merepresentasikan variabel yang diteliti. Dengan demikian, keputusan atau analisis yang dihasilkan dapat memiliki dasar yang kuat dan dapat diandalkan.

Sebelum kuesioner diuji coba pada responden, instrumen penelitian, baik kuesioner kemampuan menghafal Al-Qur'an maupun *psychological well-being*, terlebih dahulu melewati proses *expert judgment*. Dalam proses ini, dosen dari Fakultas Dakwah dan Komunikasi yang memiliki keahlian di bidang terkait diminta untuk memberikan masukan dan penilaian terhadap kuesioner. Penilaian mencakup evaluasi terhadap kejelasan bahasa, relevansi konten, dan kesesuaian setiap butir pertanyaan dengan indikator variabel yang

¹¹⁹ Darma, *Statistika Penelitian Menggunakan SPSS (Uji Validitas, Uji Reliabilitas, Regresi Linier Sederhana, Regresi Linier Berganda, Uji t, Uji F, R2)*, hlm. 8

diukur. Hal ini dilakukan untuk memastikan bahwa kuesioner tidak hanya sesuai secara teoritis tetapi juga mudah dipahami oleh responden.

Tabel 6. Saran dan Masukan Validitas Instrumen

Nama	Profesi	Catatan Rater
Wahyu Budiantoro, M.Sos	Dosen Fakultas Dakwah dan Komunikasi	Pendapat saya atas kuesioner ini: 1) Pernyataan sudah representatif dengan teori, 2) Indikator juga sudah sesuai dengan unsur-unsur teoritik, 3) Penggunaan kalimatnya sudah cukup baik, 4) Hindari redundansi dalam dalam tulisan

Setelah melalui proses *expert judgment*, peneliti menerima penilaian dan masukan dari *rater* sebagai bahan evaluasi untuk menyempurnakan instrumen penelitian. Penilaian dan masukan yang diberikan oleh *rater* digunakan oleh peneliti untuk merevisi item-item yang dinilai kurang jelas, tidak relevan, atau berpotensi membingungkan bagi responden. Langkah ini diambil untuk meningkatkan kualitas kuesioner dan memastikan bahwa instrumen tersebut siap digunakan untuk pengumpulan data secara efektif.

Selanjutnya, pengujian validitas dilakukan dengan membandingkan nilai r_{hitung} dengan nilai r_{tabel} . Uji ini melibatkan 32 siswa dari MA Tahfidzul Qur'an Istiqomah Sambas yang memiliki karakteristik serupa dengan sampel penelitian utama. Penggunaan sampel uji coba ini bertujuan untuk menguji sejauh mana kuesioner mampu mengukur variabel penelitian secara valid. Berikut adalah hasil uji validitas untuk kuesioner kemampuan menghafal Al-Qur'an:

Tabel 7. Uji Validitas Instrumen *Try Out* Kemampuan Membaca dan Menghafal Al-Qur'an

No. Item	Nama Variabel	Nilai r Hitung	Nilai r Tabel (5% atau 0,05)	Keterangan
1.	KMQ 01	0,658	0,361	Valid
2.	KMQ 02	0,487	0,361	Valid
3.	KMQ 03	0,387	0,361	Valid
4.	KMQ 04	0,475	0,361	Valid

5.	KMQ 05	0,457	0,361	Valid
6.	KMQ 06	0,351	0,361	Tidak Valid
7.	KMQ 07	0,687	0,361	Valid
8.	KMQ 08	0,673	0,361	Valid
9.	KMQ 09	0,531	0,361	Valid
10.	KMQ 10	0,383	0,361	Valid
11.	KMQ 11	0,574	0,361	Valid
12.	KMQ 12	0,574	0,361	Valid
13.	KMQ 13	0,637	0,361	Valid
14.	KMQ 14	0,719	0,361	Valid
15.	KMQ 15	0,324	0,361	Tidak Valid
16.	KMQ 16	0,319	0,361	Tidak Valid
17.	KMQ 17	0,518	0,361	Valid
18.	KMQ 18	0,098	0,361	Tidak Valid
19.	KMQ 19	0,419	0,361	Valid
20.	KMQ 20	0,521	0,361	Valid
21.	KMQ 21	0,672	0,361	Valid
22.	KMQ 22	0,358	0,361	Tidak Valid
23.	KMQ 23	0,437	0,361	Valid
24.	KMQ 24	0,667	0,361	Valid
25.	KMQ 25	0,439	0,361	Valid
26.	KMQ 26	0,622	0,361	Valid
27.	KMQ 27	0,574	0,361	Valid
28.	KMQ 28	0,183	0,361	Tidak Valid
29.	KMQ 29	0,571	0,361	Valid
30.	KMQ 30	0,690	0,361	Valid
31.	KMQ 31	0,548	0,361	Valid
32.	KMQ 32	0,760	0,361	Valid
33.	KMQ 33	0,577	0,361	Valid
34.	KMQ 34	0,316	0,361	Tidak Valid
35.	KMQ 35	0,650	0,361	Valid
36.	KMQ 36	0,621	0,361	Valid
37.	KMQ 37	0,398	0,361	Valid
38.	KMQ 38	0,587	0,361	Valid
39.	KMQ 39	0,762	0,361	Valid
40.	KMQ 40	0,504	0,361	Valid
41.	KMQ 41	0,488	0,361	Valid
42.	KMQ 42	0,554	0,361	Valid
43.	KMQ 43	0,468	0,361	Valid
44.	KMQ 44	0,437	0,361	Valid
45.	KMQ 45	0,751	0,361	Valid
46.	KMQ 46	0,526	0,361	Valid
47.	KMQ 47	0,376	0,361	Valid
48.	KMQ 48	0,633	0,361	Valid

49.	KMQ 49	0,224	0,361	Tidak Valid
50.	KMQ 50	0,480	0,361	Valid
51.	KMQ 51	0,766	0,361	Valid
52.	KMQ 52	0,598	0,361	Valid
53.	KMQ 53	0,458	0,361	Valid
54.	KMQ 54	0,457	0,361	Valid
55.	KMQ 55	0,792	0,361	Valid
56.	KMQ 56	0,537	0,361	Valid
57.	KMQ 57	0,309	0,361	Tidak Valid
58.	KMQ 58	0,716	0,361	Valid
59.	KMQ 59	0,464	0,361	Valid
60.	KMQ 60	0,500	0,361	Valid
61.	KMQ 61	Jumlah Hafalan		Valid

Berdasarkan hasil uji validitas, kuesioner variabel kemampuan membaca dan menghafal Qur'an yang terdiri dari 61 item pernyataan, terdapat 9 item yang dinyatakan tidak valid. Item yang tidak valid meliputi pernyataan nomor 6, 15, 16, 18, 22, 28, 34, 49, dan 57. Oleh karena itu, item-item tersebut dihapus dari kuesioner. Setelah penghapusan kesembilan item tersebut, kuesioner disusun kembali dengan penomoran yang berurutan untuk digunakan dalam penelitian. Berikut adalah tabel instrumen penelitian variabel kemampuan membaca dan menghafal Quran yang akan digunakan:

Tabel 8. Instrumen Kemampuan Membaca dan Menghafal Al-Qur'an

Aspek	Indikator	Item Fav.	Item Unfav.	Jml.	%
Kefasihan Membaca Al-Qur'an	Pelafalan ayat dengan <i>makhorijul huruf</i> yang tepat	1, 6, 9, 25	12	5	9,62
	Pelafalan ayat dengan <i>shifatul huruf</i> yang tepat	24, 27, 36	18, 29	5	9,62
	Membaca Al-Qur'an dengan <i>tartil</i>	22, 40, 42	10	4	7,69
	Lancar dalam membaca Al-Qur'an	7, 17, 19, 46		4	7,69
	Menerapkan hukum <i>nun mati</i> dan <i>tanwin</i> (meliputi <i>idgham</i> , <i>idzhar</i> , <i>iqlab</i> , dan <i>ikhfa</i>)	2, 5, 49	37, 43	5	9,62

Ketepatan Penerapan Kaidah Tajwid	Menerapkan hukum <i>mim mati</i> (meliputi <i>idgham mimi, ikhfa syafawi, dan idzhar syafawi</i>)	13, 23, 28	26, 50	5	9,62
	Membaca dengan panjang pendek (<i>mad</i>) yang tepat	31, 34, 39, 41	21	5	9,62
	Mengetahui tempat berhenti (<i>waqaf</i>) dan memulai (<i>ibtida'</i>) yang tepat	16, 30, 44, 51	14	5	9,62
Kelancaran Mengingat Hafalan	Jumlah Hafalan	1		1	1,92
	Kelancaran dalam <i>ziyadah</i> (menambah hafalan baru)	3, 11	8, 48	4	7,69
	Kemampuan memulai hafalan dari titik acak dalam surah atau juz	32	4, 33	3	5,77
	Kelancaran dalam <i>muraja'ah</i> (mengulang hafalan lama)	20, 45	15	3	5,77
	Kecepatan identifikasi dan koreksi kesalahan diri saat setoran	35, 38	47	3	5,77
Jumlah		36	16	52	100

Adapun hasil uji validitas pada kuesioner *psychological well-being* dapat diamati pada tabel berikut:

Tabel 9. Uji Validitas Instrumen *Try Out Psychological Well-Being*

No. Item	Nama Variabel	Nilai r Hitung	Nilai r Tabel (5% atau 0,05)	Keterangan
1.	PWB 01	0,061	0,361	Tidak Valid
2.	PWB 02	0,446	0,361	Valid
3.	PWB 03	0,115	0,361	Tidak Valid
4.	PWB 04	0,466	0,361	Valid
5.	PWB 05	0,418	0,361	Valid
6.	PWB 06	0,717	0,361	Valid
7.	PWB 07	0,169	0,361	Tidak Valid
8.	PWB 08	0,572	0,361	Valid
9.	PWB 09	0,152	0,361	Tidak Valid
10.	PWB 10	0,543	0,361	Valid
11.	PWB 11	0,368	0,361	Valid

12.	PWB 12	0,626	0,361	Valid
13.	PWB 13	0,316	0,361	Tidak Valid
14.	PWB 14	0,717	0,361	Valid
15.	PWB 15	0,580	0,361	Valid
16.	PWB 16	0,237	0,361	Tidak Valid
17.	PWB 17	0,328	0,361	Tidak Valid
18.	PWB 18	0,548	0,361	Valid
19.	PWB 19	0,555	0,361	Valid
20.	PWB 20	0,616	0,361	Valid
21.	PWB 21	0,431	0,361	Valid
22.	PWB 22	0,561	0,361	Valid
23.	PWB 23	0,461	0,361	Valid
24.	PWB 24	0,504	0,361	Valid
25.	PWB 25	0,292	0,361	Tidak Valid
26.	PWB 26	0,212	0,361	Tidak Valid
27.	PWB 27	0,399	0,361	Valid
28.	PWB 28	0,223	0,361	Tidak Valid
29.	PWB 29	0,670	0,361	Valid
30.	PWB 30	0,547	0,361	Valid
31.	PWB 31	0,504	0,361	Valid
32.	PWB 32	0,558	0,361	Valid
33.	PWB 33	0,510	0,361	Valid
34.	PWB 34	0,597	0,361	Valid
35.	PWB 35	0,390	0,361	Valid
36.	PWB 36	0,392	0,361	Valid
37.	PWB 37	0,428	0,361	Valid
38.	PWB 38	0,429	0,361	Valid
39.	PWB 39	0,457	0,361	Valid
40.	PWB 40	0,580	0,361	Valid
41.	PWB 41	0,504	0,361	Valid
42.	PWB 42	0,464	0,361	Valid
43.	PWB 43	0,722	0,361	Valid
44.	PWB 44	0,645	0,361	Valid
45.	PWB 45	0,587	0,361	Valid
46.	PWB 46	0,516	0,361	Valid
47.	PWB 47	0,592	0,361	Valid
48.	PWB 48	0,602	0,361	Valid
49.	PWB 49	0,582	0,361	Valid
50.	PWB 50	0,757	0,361	Valid
51.	PWB 51	0,658	0,361	Valid
52.	PWB 52	0,445	0,361	Valid
53.	PWB 53	0,369	0,361	Valid
54.	PWB 54	0,472	0,361	Valid
55.	PWB 55	0,586	0,361	Valid

56.	PWB 56	0,694	0,361	Valid
57.	PWB 57	0,485	0,361	Valid
58.	PWB 58	0,551	0,361	Valid
59.	PWB 59	0,398	0,361	Valid
60.	PWB 60	0,639	0,361	Valid

Berdasarkan hasil uji validitas, kuesioner variabel *psychological well-being* yang terdiri dari 60 item pernyataan, terdapat 10 item yang dinyatakan tidak valid. Item yang tidak valid meliputi pernyataan nomor 1, 3, 7, 9, 13, 16, 17, 25, 26, dan 28. Oleh karena itu, item-item tersebut dihapus dari kuesioner. Setelah penghapusan kesepuluh item tersebut, kuesioner disusun kembali dengan penomoran yang berurutan untuk digunakan dalam penelitian. Berikut adalah tabel instrumen penelitian variabel *psychological well-being* yang akan digunakan:

Tabel 10. Instrumen Psychological Well-Being

Aspek	Indikator	Item Fav.	Item Unfav.	Jml.	%
Penerimaan Diri (<i>Self-Acceptance</i>)	Merima terhadap kekurangan dan kelebihan diri	12, 27, 39, 50	20	5	10
	Puas dan bangga terhadap diri sendiri	21, 46	32	3	6
Memiliki Tujuan Hidup (<i>Purpose in Life</i>)	Mampu menetapkan tujuan hidup yang jelas dan terarah.	1, 5, 9, 22	40	5	10
	Memiliki motivasi dan semangat dalam mencapai tujuan hidup.	13, 19, 33	28	4	8
Otonomi (<i>Autonomy</i>)	Mampu membuat keputusan tanpa bergantung pada orang lain	7, 23	10, 34	4	8
	Bertanggung jawab atas konsekuensi keputusan sendiri	29, 41	14, 47	4	8
Penguasaan terhadap lingkungan	Mampu mengelola dan menyesuaikan lingkungan sesuai dengan kebutuhan dan tujuan	2, 24	6, 42	4	8

(<i>Environmental Mastery</i>)	Mampu menghadapi dan mengatasi tekanan dari lingkungan baru	15, 35, 48	18, 30	5	10
Hubungan Postif dengan Orang Lain (<i>Positive Relations with Others</i>)	Memiliki hubungan yang baik dengan orang sekitar	3, 25, 43		3	6
	Mampu berempati dan memberikan dukungan sosial kepada orang lain	16, 31, 36, 49		4	8
Pertumbuhan Pribadi (<i>Personal Growth</i>)	Sadar dan yakin akan potensi dan kekuatan diri	4, 26	8, 37	4	8
	Keinginan dan usaha untuk terus belajar dan berkembang dalam berbagai aspek kehidupan	17, 38, 44, 45	11	5	10
Jumlah		35	15	50	100

2. Hasil Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas bertujuan untuk mengukur sejauh mana suatu instrumen atau alat ukur dapat menghasilkan hasil yang konsisten dan stabil ketika digunakan dalam berbagai situasi atau waktu yang berbeda. Uji ini sangat penting untuk memastikan keandalan data yang diperoleh dari instrumen penelitian, sehingga hasil analisis dapat dipercaya dan digunakan sebagai dasar pengambilan keputusan.

Dalam penelitian ini, uji reliabilitas dilakukan terhadap dua instrumen utama, yakni kuesioner kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an dan kuesioner *psychological well-being*. Pengujian reliabilitas menggunakan metode *Cronbach's Alpha* dengan kriteria instrumen dianggap reliabel apabila memiliki nilai lebih besar dari 0,50.

Tabel 11. Uji Reliabilitas Instrumen Kemampuan Membaca dan Menghafal Al-Qur'an

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.953	51

Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa instrumen kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an dengan 51 item pernyataan memiliki nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,953. Karena nilai reliabilitas $0,953 > 0,50$, maka dapat disimpulkan bahwa kuesioner kemampuan menghafal Al-Qur'an tersebut bersifat **reliabel**.

Tabel 12. Uji Reliabilitas Instrumen *Psychological Well-Being*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.949	50

Sedangkan, hasil uji reliabilitas instrumen *psychological well-being* dengan 50 item pernyataan menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,949. Karena nilai reliabilitas $0,949 > 0,50$, maka dapat disimpulkan bahwa kuesioner *psychological well-being* bersifat **reliabel**.

C. Transformasi Data Indikator Jumlah Hafalan

Indikator jumlah hafalan Al-Qur'an pada responden awalnya dikumpulkan menggunakan pertanyaan berbentuk jawaban singkat yang menghasilkan data ordinal, seperti “<1 juz”, “5 juz”, atau “30 juz”. Namun, untuk memungkinkan pengolahan data lebih lanjut, khususnya dalam analisis *Pearson Correlation*, diperlukan keseragaman skala pengukuran dengan variabel lainnya yang menggunakan skala Likert. Oleh karena itu, data jumlah hafalan ditransformasi menjadi skala interval melalui pendekatan normalisasi linear.

$$\text{Skor Hafalan (Linear)} = \left(\frac{\text{Jumlah Hafalan (Juz)}}{30} \right) \times 10$$

Tabel 13. Transformasi Data Indikator Jumlah Hafalan

No Responden	Skor Likert	Jumlah Hafalan	Skor Hafalan (Linear)	Skor Total Variabel X
S1	144	7 Juz	2,33	146,33
S2	137	< 1 Juz	0,17	137,17
S3	118	< 1 Juz	0,17	118,17
S4	176	17 Juz	5,67	181,67
S5	132	2 Juz	0,67	132,67

S6	105	< 1 Juz	0,17	105,17
S7	176	15 Juz	5	181
S8	107	<1 Juz	0,17	107,17
S9	104	5 Juz	1,67	105,67
S10	129	2 Juz	0,67	129,67
S11	119	3 Juz	1	120
S12	132	5 Juz	1,67	133,67
S13	123	1 Juz	0,33	123,33
S14	166	28 Juz	9,33	175,33
S15	115	< 1 Juz	0,17	115,17
S16	164	15 Juz	5	169
S17	140	5 Juz	1,67	141,67
S18	173	6 Juz	2	175
S19	169	2 Juz	0,67	169,67
S20	129	< 1 Juz	0,17	129,17
S21	173	3 Juz	1	174
S22	149	5 Juz	1,67	150,67
S23	114	< 1 Juz	0,17	114,17
S24	179	30 Juz	10	189
S25	109	< 1 Juz	0,17	109,17
S26	152	9 Juz	3	155
S27	144	3 Juz	1	145

Pendekatan normalisasi linear digunakan untuk mengonversi jumlah hafalan menjadi nilai yang terstandarisasi dalam rentang 0 hingga 10. Proses ini memastikan bahwa data ordinal, seperti jumlah juz yang dihafal, dapat disandingkan secara seimbang dengan variabel kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an yang telah diukur menggunakan skala Likert. Transformasi ini dilakukan dengan membagi jumlah juz yang dihafal oleh nilai maksimum (30 juz) dan mengalikannya dengan skala tertentu, yaitu 10, sehingga menghasilkan nilai interval yang proporsional.

Transformasi skala ini memungkinkan penyatuan indikator jumlah hafalan dengan skor kemampuan membaca dan menghafal, yang keduanya akhirnya berada pada skala yang sama. Dengan demikian, integrasi hasil transformasi ini tidak hanya menyederhanakan analisis data, tetapi juga memberikan dasar yang sah dan valid untuk pengujian statistik uji korelasi *Pearson*.

D. Kategorisasi Penyajian Data

Penyajian Data bertujuan untuk merangkum hasil penelitian atau mengelompokkan data numerik ke dalam beberapa kategori berdasarkan kriteria tertentu. Langkah ini bertujuan untuk menyederhanakan data yang kompleks sehingga menjadi informasi yang lebih mudah dipahami dan divisualisasikan. Dalam menentukan kategorisasi data untuk kedua variabel, peneliti membaginya ke dalam lima kategori, yakni sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah, dengan acuan nilai rata-rata dan standar deviasi. Hasilnya adalah sebagai berikut:

Tabel 14. Uji Deskriptif Statistik

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kemampuan Membaca dan Menghafal Qur'an	27	105	189	142.00	26.775
Psychological Well-Being	27	99	186	145.89	20.804
Valid N (listwise)	27				

1. Kategorisasi Variabel Kemampuan Membaca dan Menghafal Qur'an

Berdasarkan analisis deskriptif, variabel X memiliki rata-rata sebesar 142,00 dengan standar deviasi 26,775. Interval kategorisasi ditentukan menggunakan rumus Azwar, yang memanfaatkan nilai mean dan standar deviasi sebagai berikut:

- Sangat Tinggi: $X > \mu + 1,5 \times \sigma$
- Tinggi: $\mu + 0,5 \times \sigma \leq X < \mu + 1,5 \times \sigma$
- Sedang: $\mu - 0,5 \times \sigma \leq X < \mu + 0,5 \times \sigma$
- Rendah: $\mu - 1,5 \times \sigma \leq X < \mu - 0,5 \times \sigma$
- Sangat Rendah: $X < \mu - 1,5 \times \sigma$ ¹²⁰

Tabel 15. Interval Skor Variabel X

Interval Skor	Kategori	Jumlah	%
X>182	Sangat Tinggi	1	3,7%

¹²⁰ Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian Psikologi*, II (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2021), hlm. 148

$155 \leq X < 182$	Tinggi	8	29,6%
$129 \leq X < 155$	Sedang	9	33,3%
$102 \leq X < 128$	Rendah	9	33,3%
$X < 102$	Sangat Rendah	0	0%

Berdasarkan analisis data, kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an santri BUQ Purwokerto menunjukkan variasi yang beragam. Sebanyak 1 santri (3,7%) masuk dalam kategori "Sangat Tinggi" dengan skor di atas 182, dan 8 santri (29,6%) berada dalam kategori "Tinggi" dengan skor 155-182, menunjukkan capaian bacaan dan hafalan yang sangat baik.

Sementara itu, 9 santri (33,3%) berada pada kategori "Sedang," sedangkan kategori "Rendah" diisi oleh 9 santri (33,3%) dan pada kategori sangat rendah tidak ada. 33,3% santri menunjukkan kemampuan bacaan dan hafalan yang baik hingga sangat baik, 33,3% berada pada kategori sedang, sementara 33,3% lainnya masih membutuhkan pembinaan intensif untuk mengoptimalkan keterampilan menghafal Al-Qur'an.

2. Kategorisasi Variabel *Psychological Well-Being*

Berdasarkan analisis deskriptif, variabel Y memiliki mean sebesar 145,89 dengan standar deviasi 20,804. Interval kategorisasi ditentukan menggunakan rumus Azwar, yang memanfaatkan nilai mean dan standar deviasi sebagai berikut:

- Sangat Tinggi: $X > \mu + 1,5 \times \sigma$
- Tinggi: $\mu + 0,5 \times \sigma \leq X < \mu + 1,5 \times \sigma$
- Sedang: $\mu - 0,5 \times \sigma \leq X < \mu + 0,5 \times \sigma$
- Rendah: $\mu - 1,5 \times \sigma \leq X < \mu - 0,5 \times \sigma$
- Sangat Rendah: $X < \mu - 1,5 \times \sigma$ ¹²¹

Tabel 16. Interval Skor Variabel Y

Interval Skor	Kategori	Jumlah	%
$X > 177$	Sangat Tinggi	2	7,4%
$156 \leq X \leq 177$	Tinggi	6	22,2%
$135 \leq X < 156$	Sedang	10	37%
$115 \leq X < 135$	Rendah	7	25,9%
$X < 115$	Sangat Rendah	2	7,4%

¹²¹ *Ibid*, hlm. 148

Berdasarkan analisis data, *psychological well-being* santri BUQ Purwokerto menunjukkan variasi yang beragam. Sebanyak 2 santri (7,4%) masuk dalam kategori “Sangat Tinggi” dengan skor di atas 177, dan 6 santri (22,2%) berada dalam kategori “Tinggi” dengan skor 156-177, menunjukkan kesejahteraan psikologis yang sangat baik.

Sementara itu, 10 santri (37%) berada pada kategori “Sedang,” sedangkan kategori “Rendah” diisi oleh 7 santri (25,9%) dan kategori “Sangat Rendah” oleh 2 santri (7,4%). Sebanyak 29,6% santri menunjukkan *psychological well-being* yang baik hingga sangat baik, 37% berada pada kategori sedang, sementara 33,3% lainnya masih membutuhkan pembinaan intensif untuk mencapai kesejahteraan psikologis yang lebih optimal.

E. Uji Prasyarat Analisis

1. Hasil Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk menentukan apakah data kuesioner variabel kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an, serta *psychological well-being* terdistribusi normal atau tidak. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan uji *Shapiro-Wilk* melalui *software* SPSS 25. Pemilihan uji *Shapiro-Wilk* didasarkan pada desainnya yang lebih sensitif untuk menguji normalitas pada sampel kecil. Data dianggap terdistribusi normal jika nilai signifikansi $> 0,05$.

Tabel 17. Uji Normalitas

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Kemampuan Membaca dan Menghafal Al-Quran	.140	27	.190	.928	27	.063
Psychological Well-Being	.104	27	.200 [*]	.985	27	.951

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan hasil di atas, nilai signifikansi dari uji *Shapiro-Wilk* untuk variabel kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an adalah 0,063, sedangkan untuk variabel *psychological well-being* adalah 0,951. Karena kedua nilai Sig. dari uji *Shapiro-Wilk* tersebut lebih besar dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa kedua variabel tersebut terdistribusi **normal**.

2. Hasil Uji Linearitas

Tujuan dari pengujian linearitas adalah untuk mengevaluasi apakah data kuesioner variabel kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an dan *psychological well-being* yang dikumpulkan menunjukkan adanya hubungan linear antara variabel yang diteliti. Apabila hasil pengujian menunjukkan bahwa hubungan tersebut tidak bersifat linear, maka analisis regresi tidak dapat dilanjutkan, karena asumsi dasar regresi linear tidak terpenuhi. Kriteria yang digunakan untuk menentukan apakah data dikatakan linear adalah jika nilai Sig. *Deviation from Linearity* > 0,05, yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan linear antara variabel yang diteliti.

Tabel 18. Uji Linearitas

ANOVA Table			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Psychological Well-Being * Kemampuan Membaca dan Menghafal Qur'an	Between	(Combined)	11032.167	25	441.287	2.001	.514
	Groups	Linearity	6913.370	1	6913.370	31.353	.113
		Deviation from Linearity	4118.797	24	171.617	.778	.732
	Within Groups		220.500	1	220.500		
Total			11252.667	26			

Berdasarkan output SPSS 25 di atas, data menunjukkan bahwa variabel kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an, serta *psychological well-being* memiliki nilai Sig. *Deviation from Linearity* sebesar 0,451. Karena nilai tersebut lebih besar dari 0,05 (0,732 > 0,05), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan **linear** antara kedua variabel tersebut

F. Uji Korelasi

Dalam penelitian ini, uji korelasi dilakukan untuk menganalisis hubungan antara kemampuan menghafal Al-Qur'an dan *psychological well-being* pada responden. Melalui penggunaan koefisien korelasi, peneliti dapat mengidentifikasi arah dan tingkat signifikansi hubungan antara kedua variabel penelitian. Metode analisis korelasi memungkinkan pengukuran seberapa erat kaitan antara kemampuan menghafal Al-Qur'an dan kondisi kesejahteraan psikologis pada individu.

Kriteria pengambilan keputusan statistik dalam penelitian didasarkan pada nilai signifikansi. Apabila nilai signifikansi kurang dari 0,05, hal ini menunjukkan terdapat korelasi antara kemampuan menghafal Al-Qur'an dengan *psychological well-being*. Sebaliknya, jika nilai signifikansi lebih dari 0,05, maka tidak terdapat korelasi yang bermakna antara kedua variabel tersebut. Untuk menghitung koefisien korelasi, diperlukan nilai masing-masing variabel. Berikut adalah nilai dari masing-masing variabel.

Tabel 19. Nilai Variabel X dan Nilai Variabel Y

No Responden	Nilai Variabel X	Nilai Variabel Y
S1	146,3	150
S2	137,2	135
S3	118,2	115
S4	181,7	178
S5	132,7	169
S6	105,2	99
S7	181	168
S8	107,2	148
S9	105,7	107
S10	129,7	145
S11	120	132
S12	133,7	132
S13	123,3	123
S14	175,3	186
S15	115,2	142
S16	169	160
S17	141,7	135
S18	175	165
S19	169,7	155
S20	129,2	142

S21	174	160
S22	150,7	152
S23	114,2	147
S24	189	169
S25	109,2	132
S26	155	139
S27	145	154

Untuk menentukan kekuatan hubungan antara kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an dan *psychological well-being*, peneliti menyusun tabel kerja dengan perhitungan skor sebagai berikut:

Tabel 20. Perhitungan Koefisien Korelasi

No. Responden	Nilai Variabel X	Nilai Variabel Y	x^2	y^2	xy
S1	146,3	150	21412,5	22500	21949,5
S2	137,2	135	18815,6	18225	18517,95
S3	118,2	115	13964,1	13225	13589,55
S4	181,7	178	33004	31684	32337,26
S5	132,7	169	17601,3	28561	22421,23
S6	105,2	99	11060,7	9801	10411,83
S7	181	168	32761	28224	30408
S8	107,2	148	11485,4	21904	15861,16
S9	105,7	107	11166,1	11449	11306,69
S10	129,7	145	16814,3	21025	18802,15
S11	120	132	14400	17424	15840
S12	133,7	132	17867,7	17424	17644,44
S13	123,3	123	15210,3	15129	15169,59
S14	175,3	186	30740,6	34596	32611,38
S15	115,2	142	13264,1	20164	16354,14
S16	169	160	28561	25600	27040
S17	141,7	135	20070,4	18225	19125,45
S18	175	165	30625	27225	28875
S19	169,7	155	28787,9	24025	26298,85
S20	129,2	142	16684,9	20164	18342,14
S21	174	160	30276	25600	27840
S22	150,7	152	22701,4	23104	22901,84
S23	114,2	147	13034,8	21609	16782,99
S24	189	169	35721	28561	31941
S25	109,2	132	11918,1	17424	14410,44
S26	155	139	24025	19321	21545
S27	145	154	21025	23716	22330
Total	3833,7	3939	562998,3	585909	570657,6

Adapun perhitungan manual menggunakan r_{xy} sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N(\sum xy) - (\sum x \cdot \sum y)}{\sqrt{N(\sum x^2) - (\sum x)^2} (N \cdot \sum y^2 - (\sum y)^2)}$$

Diketahui:

$$N = 27$$

$$\sum x = 3833,7$$

$$\sum y = 3939$$

$$\sum x^2 = 562998,3$$

$$\sum y^2 = 585909$$

$$\sum xy = 570657,6$$

$$r_{xy} = \frac{27(570657,6) - (3833,7 \times 3939)}{\sqrt{(27(562998,3) - (3833,7)^2) (27(585909 - (3939)^2))}}$$

$$r_{xy} = \frac{15407755,2 - 15100944,3}{\sqrt{(15200954,1 - 14697255,7) (15819543 - 15515721)}}$$

$$r_{xy} = \frac{15407755,2 - 15100944,3}{\sqrt{(15200954,1 - 14697255,7) (15819543 - 15515721)}}$$

$$r_{xy} = \frac{306810,9}{\sqrt{(503698,41) (30382)}}$$

$$r_{xy} = \frac{306810,9}{709,71713 \times 551,2005}$$

$$r_{xy} = \frac{306810,9}{391199,63}$$

$$r_{xy} = 0,784282$$

$$r_{xy} = 0,784$$

Sedangkan, perhitungan uji korelasi menggunakan SPSS 25 dengan metode *Pearson Correlation* untuk menganalisis hubungan antar variabel, sebagai berikut:

Tabel 21. Uji Korelasi

Correlations			
		Kemampuan Membaca dan Menghafal Al-Quran	Psychological Well-Being
Kemampuan Membaca dan Menghafal Al-Quran	Pearson Correlation	1	.784**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	27	27
Psychological Well-Being	Pearson Correlation	.784**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	27	27

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan hasil perhitungan manual dan melalui software SPSS 25, koefisien korelasi *product moment* menghasilkan nilai r_{xy} sebesar 0,784. Nilai tersebut mengindikasikan adanya hubungan antara kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an dengan *psychological well-being*. Untuk memastikan tingkat signifikansi, dilakukan perbandingan nilai koefisien korelasi dengan nilai r_{tabel} pada tabel *product moment*.

Selain itu, pengujian hipotesis dapat dilakukan dengan membandingkan r_{xy} dengan r_{tabel} . Apabila r_{xy} lebih besar dari r_{tabel} , maka nilai tersebut dianggap signifikan. Dalam kondisi ini, hipotesis alternatif (H_a) diterima, yang bermakna terdapat hubungan antara kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an dengan *psychological well-being*. Sebaliknya, jika r_{xy} lebih kecil dari r_{tabel} , maka hipotesis nol (H_0) diterima, yang menunjukkan tidak adanya hubungan yang signifikan antara kedua variabel.

Pada taraf signifikansi 5%, nilai r_{tabel} adalah 0,396, sedangkan nilai r_{xy} sebesar 0,784. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa nilai r_{xy} , yaitu $0,784 > 0,396$, menunjukkan bahwa r_{xy} lebih besar dari r_{tabel} . Hal ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara variabel X (kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an) dengan variabel Y (*psychological well-being*).

Untuk memahami kekuatan dan kelemahan hubungan antara satu variabel dengan variabel lainnya, dapat dilakukan analisis terhadap koefisien

korelasi dari nilai r_{xy} . Penafsiran ini berdasarkan tabel yang disusun oleh Sugiyono¹²² sebagai berikut:

Tabel 22. Penafsiran Koefisien Korelasi

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00-0,19	Sangat Rendah
0,20-0,39	Rendah
0,40-0,59	Sedang
0,60-0,79	Kuat
0,80-1,00	Sangat Kuat

Berdasarkan hasil uji korelasi menggunakan metode *Pearson Correlation*, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,784 yang menunjukkan adanya **derajat hubungan kuat** antara kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an dan *psychological well-being*.

Melalui perhitungan *R-squared* dengan mengkuadratkan koefisien korelasi, yakni $R^2 = (0,784)^2 = 0,615$ atau 61,5%, dapat diketahui bahwa kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an berkontribusi secara signifikan sebesar 61,5% terhadap *psychological well-being* pada responden. Selain itu, korelasi positif (+) yang teridentifikasi mengindikasikan hubungan searah antara kedua variabel. Artinya, semakin tinggi kemampuan seseorang dalam membaca dan menghafal Al-Qur'an, maka semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan psikologisnya, begitu pula sebaliknya.

Berdasarkan analisis statistik, nilai koefisien korelasi yang diperoleh sebesar 0,784 lebih besar dari r_{tabel} (sig 5% = 0,396), menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an dan *psychological well-being*. Dengan demikian, hipotesis alternatif (H_a) yang menyatakan “terdapat hubungan signifikan antara kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an dengan *psychological well-being* pada santri Rumah Tahfidz BUQ Purwokerto” **diterima**, sementara hipotesis nol (H_0) **ditolak**.

¹²² Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2013), hlm. 231

G. Deskripsi Hasil

Selain itu, pola korelasi secara deskriptif dapat diamati dari kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an dengan *psychological well-being*. Hal ini tercermin dalam tabel berikut:

Tabel 23. Korelasi Kemampuan Membaca dan Menghafal Al-Qur'an dengan *Psychological Well-Being*

No Responden	Usia	Jumlah Hafalan	Kemampuan Membaca dan Menghafal Qur'an	<i>Psychological Well-Being</i>
S1	18 Tahun	7 Juz	146,3	150
S2	15 Tahun	< 1 Juz	137,2	135
S3	13 Tahun	< 1 Juz	118,2	115
S4	23 Tahun	17 Juz	181,7	178
S5	23 Tahun	2 Juz	132,7	169
S6	16 Tahun	< 1 Juz	105,2	99
S7	25 Tahun	15 Juz	181	168
S8	16 Tahun	<1 Juz	107,2	148
S9	13 Tahun	5 Juz	105,7	107
S10	15 Tahun	2 Juz	129,7	145
S11	15 Tahun	3 Juz	120	132
S12	20 Tahun	5 Juz	133,7	132
S13	14 Tahun	1 Juz	123,3	123
S14	21 Tahun	28 Juz	175,3	186
S15	17 Tahun	< 1 Juz	115,2	142
S16	17 Tahun	15 Juz	169	160
S17	13 Tahun	5 Juz	141,7	135
S18	18 Tahun	6 Juz	175	165
S19	13 Tahun	2 Juz	169,7	155
S20	25 Tahun	< 1 Juz	129,2	142
S21	18 Tahun	3 Juz	174	160
S22	18 Tahun	5 Juz	150,7	152
S23	15 Tahun	< 1 Juz	114,2	147
S24	25 Tahun	30 Juz	189	169
S25	14 Tahun	< 1 Juz	109,2	132
S26	15 Tahun	9 Juz	155	139
S27	19 Tahun	3 Juz	145	154

Dari data yang disajikan, terlihat pola bahwa kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an memiliki hubungan yang erat dengan nilai *psychological well-being*. Responden dengan kemampuan membaca dan

menghafal yang lebih baik, ditunjukkan oleh jumlah hafalan yang besar, umumnya memiliki nilai *psychological well-being* yang lebih tinggi. Sebaliknya, kemampuan membaca dan menghafal yang rendah cenderung berkorelasi dengan nilai *psychological well-being* yang lebih rendah.

Sebagai contoh, responden dengan jumlah hafalan terbesar, yaitu 30 juz (S24), memiliki skor *psychological well-being* yang sangat tinggi, sebesar 169. Responden S14 dengan hafalan 28 juz memiliki skor *psychological well-being* tertinggi dalam data, yaitu 186. Responden lain dengan kemampuan membaca dan menghafal yang baik, seperti S7 dan S16, masing-masing dengan hafalan 15 juz, memiliki nilai *psychological well-being* yang tinggi, yaitu 168 dan 160. Pola ini menunjukkan bahwa kemampuan membaca dan menghafal yang tinggi, ditunjukkan oleh jumlah hafalan yang besar, berkontribusi positif terhadap kesejahteraan psikologis.

Sebaliknya, responden dengan kemampuan membaca dan menghafal yang lebih rendah menunjukkan pola nilai *psychological well-being* yang lebih rendah. Contohnya, S6 dengan hafalan <1 juz memiliki nilai PWB terendah, yaitu 99. Responden seperti S3 dan S13, yang masing-masing memiliki hafalan kurang dari 1 juz, menunjukkan nilai *psychological well-being* sebesar 115 dan 123. Pola ini menggambarkan bahwa rendahnya kemampuan membaca dan menghafal cenderung berkaitan dengan rendahnya kesejahteraan psikologis.

Selain itu, faktor usia juga tampak memberikan kontribusi terhadap jumlah hafalan dan tingkat *psychological well-being*, meskipun tidak dianalisis secara mendalam dalam penelitian ini. Berdasarkan data, responden yang lebih tua cenderung memiliki nilai *psychological well-being* yang lebih tinggi dibandingkan dengan responden yang lebih muda. Sebagai contoh, responden yang berusia 23-25 tahun menunjukkan nilai *psychological well-being* yang lebih tinggi, sementara responden yang berusia di bawah 16 tahun cenderung memiliki nilai *psychological well-being* yang lebih rendah.

Berdasarkan nilai koefisien determinasi sebesar 61,5% untuk kemampuan membaca dan menghafal, dapat disimpulkan bahwa kedua faktor

tersebut berkontribusi signifikan terhadap *psychological well-being* responden. Artinya, 61,5% variasi dalam *psychological well-being* dapat dijelaskan oleh kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an. Adapun sekitar 38,5% lainnya kemungkinan dipengaruhi oleh faktor-faktor lain, termasuk usia, yang tidak diteliti secara langsung, namun dapat berkontribusi dalam mempengaruhi kesejahteraan psikologis.

H. Pembahasan

1. Kemampuan Membaca dan Menghafal Al-Qur'an

Hasil penelitian mengungkapkan korelasi signifikan antara kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an dan *psychological well-being* santri di Rumah Tahfidz BUQ Purwokerto. Nilai signifikansi sebesar 0,784 memperlihatkan korelasi positif yang menandakan bahwa peningkatan kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an berbanding lurus dengan peningkatan kesejahteraan psikologis para santri, yang diperkuat oleh nilai koefisien determinasi sebesar 61,5%. Temuan ini menegaskan bahwa aktivitas spiritual menghafal Al-Qur'an memberikan kontribusi signifikan terhadap kesejahteraan psikologis santri.

Kemampuan menghafal Al-Qur'an sendiri merupakan keterampilan yang melibatkan proses mengingat dan meresapkan ayat-ayat Al-Qur'an ke dalam ingatan dengan lancar, sesuai dengan kaidah-kaidah hukum bacaan yang berlaku.¹²³ Aktivitas ini membutuhkan konsentrasi tinggi, ketekunan, dan manajemen diri yang baik. Dalam Islam, menghafal Al-Qur'an memiliki kedudukan istimewa, sebagaimana yang disampaikan oleh Rasulullah saw.:

عن عثمان رضي الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم قال خَيْرُكُمْ مَنْ تَعَلَّمَ الْقُرْآنَ وَعَلَّمَهُ

Artinya: Dari Utsman ra., dari Nabi saw. bahwa beliau bersabda, "sebaik-baik kalian adalah orang yang mempelajari Al-Qur'an dan mengajarkannya." ¹²⁴

¹²³ Oktapiani, "Tingkat Kecerdasan Spiritual dan Kemampuan Menghafal Al-Qur'an," hlm. 98

¹²⁴ HR. Bukhari No. 5913, "<https://hadeethenc.com/id/browse/hadith/5913>."

Hadis ini menunjukkan bahwa mempelajari A-Qur'an baik itu membaca maupun menghafal Al-Qur'an merupakan amal yang sangat dianjurkan, karena tidak hanya memberikan keberkahan di dunia tetapi juga membentuk kepribadian yang kuat. Proses menghafal Al-Qur'an mendorong individu untuk berinteraksi secara intens dengan kitab suci, memperkuat hubungan spiritual dengan Allah Swt., serta menanamkan nilai-nilai yang membentuk karakter positif.

Dalam konteks kemampuan membaca Al-Qur'an, dua aspek utama yang dianalisis adalah kefasihan membaca Al-Qur'an dan ketepatan penerapan kaidah tajwid. Kedua aspek ini saling berkaitan dan mencerminkan keterampilan yang terintegrasi. Menurut Yahya dan Budiyono, kemampuan membaca yang baik dan benar harus dikuasai terlebih dahulu sebagai langkah awal sebelum seseorang dapat memulai proses menghafal dengan efektif.¹²⁵ *Pertama*, kefasihan membaca Al-Qur'an tidak hanya menuntut penguasaan *makhraj* dan sifat huruf, tetapi juga konsistensi dalam melafalkan ayat-ayat dengan tartil, sebagaimana firman Allah Swt. dalam Q.S. Al-Muzzammil ayat 4 yang berbunyi:

أَوْ زِدْ عَلَيْهِ وَرَتِّلِ الْقُرْآنَ تَرْتِيلاً

*Artinya: "Atau tambahlah dari itu, dan bacalah Al-Qur'an dengan tartil."*¹²⁶

Ayat ini menjadi pedoman penting dalam menghafal, di mana santri dituntut untuk membaca Al-Qur'an secara perlahan, memahami setiap kata, dan menjadikannya bagian dari ingatan mereka.

Kedua, ketepatan penerapan kaidah tajwid merupakan aspek lain yang menunjukkan kesungguhan dan kedisiplinan dalam menghafal. Ibnul Jazari menegaskan dalam kitab *Muqaddimah al-Jazariyah* bahwa membaca Al-Qur'an dengan tajwid adalah kewajiban, sebagaimana tertulis:

وَالْأَخَذُ بِالتَّجْوِيدِ حَتْمٌ لَّازِمٌ، مَنْ لَمْ يُجَوِّدِ الْقُرْآنَ آثِمٌ

¹²⁵ Yahya dan Budiyono, "Bimbingan Konseling Individual untuk Mengurangi Perilaku Prokastinasi Menghafal Juz'Amma pada Santri," hlm. 30

¹²⁶ <https://tafsirweb.com/11500-surat-al-muzzammil-ayat-4.html>

*Artinya: “Mengambil tajwid itu hukum yang wajib, barang siapa tidak mentajwidkan Al-Qur’an, maka ia berdosa.”*¹²⁷

Hal ini didasari bahwa Allah Swt. menurunkan Al-Qur'an melalui tradisi lisan Rasulullah dengan tajwid yang sempurna.¹²⁸ Penerapan tajwid yang benar memastikan santri tidak sekadar menghafal secara mekanis, melainkan memahami dan menghormati keindahan bahasa suci Al-Qur'an. Melalui proses ini, santri akan mengalami pengalaman estetis yang meningkatkan penghargaan mendalam terhadap Al-Qur'an, sekaligus menciptakan rasa kedamaian dan kepuasan batin yang hakiki karena telah menunaikan haknya dalam membaca Al-Qur'an.

Adapun kemampuan menghafal Al-Qur'an didasarkan pada aspek kelancaran dalam mengingat hafalan, yang merupakan hasil dari proses yang konsisten dan berkesinambungan, yaitu melalui rutinitas *ziyadah* dan *muraja'ah*. Kedua aktivitas ini tidak hanya membantu santri dalam memperkuat hafalan, tetapi juga memastikan ayat-ayat Al-Qur'an yang telah dihafal dapat terinternalisasi dengan baik ke dalam memori jangka panjang.

Namun, kemampuan menghafal Al-Qur'an tidak hanya dipengaruhi oleh aspek teknis. Faktor internal, seperti intelegensi, motivasi, kesehatan, dan manajemen diri, juga memegang peranan penting. Penelitian Maulidiyah menemukan bahwa kecerdasan emosional, di samping motivasi, berpengaruh signifikan terhadap kemampuan menghafal pada santri.¹²⁹ Selain itu, faktor eksternal, seperti lingkungan sosial, kedisiplinan belajar, dan perhatian orang tua, turut menjadi penentu keberhasilan. Hal ini sejalan dengan temuan Herdiansyah yang menekankan pentingnya peran lingkungan dan kedisiplinan dalam mendukung proses hafalan santri.¹³⁰

¹²⁷ Al-Fadhli, *Modul Daurah Tajwidul Quran: Terjemah Tafsiriyah Matan Manzhumah Jazariyah*, hlm. 7

¹²⁸ Fitriyah Mahdali, “Analisis Kemampuan Membaca Al-Qur’an dalam Perspektif Sosiologi,” *Mashdar: Jurnal Studi Al-Quran dan Hadis* 2, no. 2 (2020), hlm. 148

¹²⁹ Maulidiyah, “Pengaruh Kecerdasan Emosional dan Motivasi Menghafal terhadap Kemampuan Menghafal Al-Quran pada Mahasiswa Tahfidz BTQ: Bait Tahfidz Al-Qur’an) Ma’had Sunan Ampel Al-Aly,” hlm. 122

¹³⁰ Herdiansyah, “Pengaruh Perhatian Orang Tua dan Kedisiplinan Belajar terhadap Kemampuan Menghafal Al-Qur’an Siswa,” hlm. 102

Di samping itu, tantangan dalam menghafal Al-Qur'an juga tidak dapat diabaikan. Kesulitan menjaga konsistensi, tekanan untuk menghafal dengan sempurna, serta tanggung jawab akademis dapat menjadi sumber stres tersendiri. Penelitian Sejati menunjukkan bahwa santri tahfidz sering mengalami konflik internal antara kewajiban sebagai pelajar dan tanggung jawab sebagai penghafal Al-Qur'an.¹³¹ Mereka harus berjuang untuk menemukan keseimbangan antara waktu untuk studi akademis dan usaha dalam menghafal serta memahami Al-Qur'an.

Meskipun menghadapi berbagai tantangan, integrasi dari ketiga aspek baik kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an seperti kefasihan membaca, ketepatan penerapan tajwid, dan kelancaran hafalan mengangkat Al-Qur'an ke makna yang lebih dalam. Al-Qur'an tidak hanya menjadi kitab suci untuk dihafal, tetapi juga pedoman hidup sekaligus penyembuh jiwa., sebagaimana firman Allah Swt. dalam Q.S. Yunus ayat 57:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ

*Artinya: "Wahai manusia, sungguh telah datang kepada kalian pelajaran (Al-Qur'an) dari Tuhanmu, penyembuh bagi penyakit yang ada dalam dada, dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman."*¹³²

Ayat ini menggarisbawahi bahwa Al-Qur'an memiliki peran multifungsi, tidak hanya sebagai sumber hukum dan pedoman hidup, tetapi juga sebagai sarana terapeutik yang efektif dalam meredakan kegelisahan hati serta memulihkan kesehatan jiwa. Istilah *syifa'* dalam ayat tersebut mengacu pada peran Al-Qur'an sebagai penyembuh penyakit dalam dada, yang secara metaforis menggambarkan gangguan secara psikis.¹³³

Dalam praktiknya, santri mengintegrasikan ketiga aspek ini dengan membaca ayat-ayat secara berulang, mematuhi kaidah tajwid, dan menginternalisasi hafalan ke dalam jiwa mereka. Proses repetisi yang terstruktur ini tidak hanya membantu santri mencapai ketepatan hafalan,

¹³¹ Sejati et al., "Dinamika Psikologis Mahasiswa Penghafal Al-Qur'an ditinjau dari Surat Faatir Ayat 32," hlm. 9

¹³² <https://tafsirq.com/10-yunus/ayat-57>

¹³³ Muhammad Fitri et al., "Upaya Membangun Kesehatan Mental Anak dalam Perspektif Al-Qur'an," Jurnal Kajian Agama dan Dakwah 6, no. 2 (2024), hlm. 73

tetapi juga mendukung mereka untuk memahami dan merasakan hikmah yang terkandung dalam setiap ayat, sehingga Al-Qur'an benar-benar menjadi bagian dari kehidupan dan pengembangan spiritual mereka.

Proses membaca, memahami, dan menginternalisasi isi Al-Qur'an tidak hanya memperkuat dimensi spiritualitas individu, tetapi juga memberikan ketenangan psikologis yang mendalam. Al-Qur'an berfungsi sebagai kerangka konseptual yang holistik, membimbing individu menuju keseimbangan emosional, spiritual, dan sosial. Pada saat yang sama, ia menjadi landasan utama untuk membangun kehidupan yang lebih terarah dan bermakna.¹³⁴ Hal ini sejalan dengan penelitian Rozali et al., yang menunjukkan bahwa aktivitas mendengarkan, membaca, dan menghafal Al-Qur'an memiliki dampak positif, termasuk pengurangan stres, depresi, dan kecemasan, serta peningkatan kualitas hidup secara keseluruhan.¹³⁵

Bagi santri yang menghafal Al-Qur'an, proses ini berperan sebagai terapi jiwa. Melalui kedekatan mereka dengan kalam Allah, mereka terus berinteraksi dengan ayat-ayat yang menenangkan dan penuh harapan. Aktivitas ini membantu mereka mengatasi stres dan kecemasan dalam kehidupan sehari-hari. Para ulama telah mengajarkan bahwa membaca atau mengingat ayat-ayat Al-Qur'an dapat membawa ketenangan dan ketenteraman hati, terutama ketika seseorang merasa tertekan.¹³⁶

Hal tersebut dikarenakan proses menghafal Al-Qur'an memberikan efek relaksasi yang sebanding dengan praktik *mindfulness meditation* dalam terapi modern.¹³⁷ Aktivitas ini melibatkan pikiran dan perasaan, yang dipadukan dengan keyakinan terhadap kuasa Allah. Santri yang mendalami hafalan sering merasakan ketenangan batin dari hubungan emosional dan spiritual

¹³⁴ Muntazor, "Manajemen Pembelajaran Berbasis Digital dalam Meningkatkan Keterampilan Membaca Al-Qur'an," hlm. 9

¹³⁵ Rozali et al., "The Impact of Listening to, Reciting, or Memorizing the Quran on Physical and Mental Health of Muslims: Evidence From Systematic Review," hlm. 9

¹³⁶ Wenda Asmita dan Irman Irman, "Aplikasi Teknik Zikir dalam Konseling terhadap Kesehatan Mental," *Al-Ittizaan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 5, no. 2 (2022), hlm. 82

¹³⁷ Muttaqin, Rahmawati, dan Hafil, "Muhasabah Al-Qur'an: Penafsiran dan Penerapannya sebagai Self-Healing Manusia Modern," hlm. 401

yang erat dengan Sang Pencipta. Kedekatan ini memperkuat iman, mengurangi stres, dan memberikan penghiburan di tengah berbagai tantangan hidup.

Secara ilmiah, efek positif ini dapat dijelaskan melalui mekanisme neurologis. Penelitian Rosyanti et. al dalam bidang neuroteologi menunjukkan bahwa aktivitas spiritual seperti membaca atau menghafal kitab suci merangsang area otak yang terkait dengan ketenangan dan kebahagiaan, seperti *korteks prefrontal* dan sistem *limbik*.¹³⁸ Ketika santri menghafal Al-Qur'an, aktivitas otak yang mendukung pengendalian emosi, refleksi, serta produksi *neurotransmitter* seperti *dopamin* dan *serotonin* yang dikenal sebagai "hormon kebahagiaan" meningkat. Proses ini secara bersamaan berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan psikologis, menjadikan praktik menghafal Al-Qur'an tidak hanya bermanfaat secara spiritual tetapi juga memberikan dampak positif terhadap kesehatan mental.

2. *Psychological Well-Being*

Selain itu, hasil koefisien korelasi yang kuat, sebesar 0,784 juga dapat dijelaskan melalui mekanisme teori *psychological well-being* yang dikembangkan oleh Ryff. Kegiatan menghafal Al-Qur'an dapat memberikan rasa makna dan tujuan hidup yang lebih kuat. Hal ini sejalan dengan konsep *eudaimonic well-being* yang dikemukakan oleh Ryff dan Keyes, yang menekankan pada pemenuhan potensi diri dan keterlibatan dalam tujuan hidup yang bermakna.¹³⁹

Ryff mengembangkan enam dimensi dalam konsep *psychological well-being*, yang antara lain adalah penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi.¹⁴⁰ Konsep *psychological well-being* ini sangat relevan untuk diterapkan dalam konteks santri yang menjalani proses menghafal Al-Qur'an

¹³⁸ Rosyanti, Hadi, dan Akhmad, "Spiritual Health Al-Qur'an therapy as Physical and Psychological Treatment during the COVID-19 Pandemic," hlm. 96

¹³⁹ Pedhu, "Kesejahteraan Psikologis dalam Hidup membiara," hlm. 66

¹⁴⁰ Blasco-Belled dan Alsinet, "The Architecture of Psychological Well-Being: A Network Analysis Study of the Ryff Psychological Well-Being Scale," hlm. 199

di pesantren, khususnya di rumah tahfidz BUQ Purwokerto, terutama dalam memahami bagaimana aktivitas ini dapat berhubungan dengan kualitas hidup mereka.

Penelitian yang dilakukan oleh Sari dan Abidin juga menguraikan keenam dimensi *psychological well-being* pada mahasiswa hafiz Al-Qur'an. Jika ditinjau, keenam dimensi tersebut mencerminkan tingkat kesejahteraan psikologis yang baik. Pada dimensi penerimaan diri, misalnya, meskipun beberapa mahasiswa memiliki rasa penyesalan terhadap masa lalu, mereka mampu mengambil hikmah dari pengalaman tersebut. Sementara itu, pada dimensi pertumbuhan pribadi, mahasiswa hafiz menunjukkan keinginan yang kuat untuk terus berkembang dan mencapai potensi diri yang lebih optimal.¹⁴¹ Begitu pula pada dimensi lainnya, yang secara keseluruhan menunjukkan hasil yang positif.

Hal ini sejalan dengan studi literatur yang dilakukan oleh Satra dan Muallifah, yang menyimpulkan bahwa berbagai penelitian telah menunjukkan penghafal Al-Qur'an memiliki tingkat *psychological well-being* yang lebih tinggi dibandingkan dengan individu yang tidak terlibat dalam penghafalan Al-Qur'an.¹⁴² Namun, bukan berarti tidak ada faktor lain yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis pada santri tahfidz, seperti kepribadian, jenis kelamin, dukungan sosial, dan faktor lainnya.

Berdasarkan nilai koefisien determinasi sebesar 61,5%, dapat dilihat bahwa pada santri BUQ Purwokerto, kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an secara keseluruhan bukan satu-satunya faktor yang berkontribusi terhadap *psychological well-being*. Artinya, terdapat 38,5% faktor lain di luar topik penelitian ini yang juga memberikan kontribusi. Salah satu faktor tersebut adalah usia, yang terbukti berkontribusi terhadap *psychological well-being*. Penelitian Pedhu mengungkapkan bahwa religiusitas memiliki pengaruh signifikan terhadap tingkat kesejahteraan psikologis.¹⁴³

¹⁴¹ Sari dan Abidin, "Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Hafiz Al-Quran," hlm. 118

¹⁴² Muarifah dan Satra, "Tinjauan Literatur tentang Kesejahteraan Psikologis pada Penghafal Al-Qur'an," hlm. 45

¹⁴³ Pedhu, "Kesejahteraan Psikologis dalam Hidup Membiara," hlm. 72

Selain itu, faktor lain seperti kemampuan adaptasi atau penyesuaian diri juga dianggap berperan. Hal ini didukung oleh temuan Wardani, yang menunjukkan bahwa kemampuan adaptasi santri turut memengaruhi tingkat *psychological well-being* mereka.¹⁴⁴ Proses adaptasi ini menjadi krusial, terutama bagi santri baru yang harus menyesuaikan diri dengan lingkungan pesantren serta rutinitas kegiatan menghafal Al-Qur'an, yang tentu saja merupakan pengalaman dan lingkungan baru bagi mereka.

Pada santri BUQ Purwokerto dengan kemampuan menghafal yang tinggi, dimensi-dimensi *psychological well-being* tampak berkembang dengan baik. Hal ini dapat dilihat dari berbagai aspek yang saling terkait dalam kehidupan mereka sehari-hari. *Pertama*, salah satu dimensi utama dari *psychological well-being* adalah penerimaan diri, yang mengacu pada kemampuan seseorang untuk menerima dirinya apa adanya, termasuk kekuatan dan kelemahan yang dimiliki. Salah satu dimensi utama dari *psychological well-being* adalah penerimaan diri, yaitu kemampuan untuk menerima diri sendiri, termasuk kekuatan dan kelemahan yang dimiliki.¹⁴⁵

Dalam Islam, konsep penerimaan diri seseorang adalah bagian dari keyakinan spiritual bahwa setiap manusia diciptakan dengan kemampuan dan keterbatasan yang berbeda, seperti yang dinyatakan dalam Q.S. Al-Baqarah ayat 286:

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا

*Artinya: "Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya..."*¹⁴⁶

Ayat tersebut menunjukkan, bahwa setiap individu memiliki takdir dan potensi unik yang telah dirancang oleh Allah sesuai dengan kapasitasnya. Proses menghafal Al-Qur'an menjadi sarana yang mendalam untuk memahami dan meresapi pesan-pesan ilahi seperti di atas.

¹⁴⁴ Wardani dan Maryam, "Penyesuaian Diri Santri dan Kesejahteraan Psikologis Sebuah Studi Korelasi," hlm. 9

¹⁴⁵ Prasetyaningrum et al., "Kesejahteraan Psikologis Santri Indonesia," hlm. 88

¹⁴⁶ <https://tafsirq.com/2-al-baqarah/ayat-286>

Bagi santri tahfidz, melalui penghafalan, mereka belajar bersabar, konsisten, dan berdamai dengan diri sendiri. Proses ini tidak hanya memperdalam hubungan mereka dengan Al-Qur'an, tetapi juga memperkuat dimensi penerimaan diri, yang merupakan elemen penting dalam mencapai kesejahteraan psikologis.

Kedua, hubungan positif dengan orang lain juga merupakan dimensi penting dari *psychological well-being* yang dapat dipengaruhi oleh proses menghafal Al-Qur'an. Aktivitas menghafal di pesantren sering dilakukan dalam kelompok-kelompok kecil, di mana para santri saling mendukung dan memberikan semangat satu sama lain. Lingkungan sosial yang penuh dukungan ini berkontribusi pada peningkatan kualitas hubungan antar individu.

Mengingat dalam rumah tahfidz sering kali melakukan kegiatan-kegiatan komunal seperti *sima'an*, *musabaqah*, dan *halaqah* Al-Qur'an. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fahmi dan Muyasaroh, yang menunjukkan bahwa kegiatan menghafal Al-Qur'an dapat mempererat hubungan sosial.¹⁴⁷ Rasa kebersamaan dalam mencapai tujuan yang sama, yaitu menghafal ayat-ayat suci, menciptakan ikatan yang lebih kuat di antara para santri.

Ketiga, dimensi berikutnya dalam teori *psychological well-being* adalah otonomi, yang merujuk pada kemampuan individu mengambil keputusan secara mandiri dan bertanggung jawab atas tindakan serta dirinya sendiri, meskipun ada tekanan dari lingkungan luar.¹⁴⁸ Pada santri tahfidz, otonomi terlihat dalam kemampuan mereka untuk menentukan prioritas, mengambil keputusan terkait metode menghafal, dan bertanggung jawab atas perkembangan hafalan mereka. Proses menghafal Al-Qur'an tidak hanya mengajarkan kedisiplinan, tetapi juga menanamkan nilai-nilai tanggung jawab individu terhadap target yang telah mereka tetapkan.

¹⁴⁷ Fahmi dan Muyasaroh, "Nilai-Nilai Dakwah dalam Kegiatan Semaan Al-Qur'an di Majelis Ta'lim Al-Ikhlas Losari Rawalo Banyumas," hlm. 13

¹⁴⁸ Prasetyaningrum et al., "Kesejahteraan Psikologis Santri Indonesia," hlm. 88

Penelitian oleh Maryama et al., menunjukkan bahwa santri yang rutin menghafal Al-Qur'an memiliki tingkat otonomi yang lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang tidak terlibat dalam kegiatan hafalan.¹⁴⁹ Meskipun berada dalam lingkungan pesantren yang sangat terstruktur, para santri tetap dituntut untuk membuat keputusan secara mandiri, seperti menentukan waktu yang tepat untuk menghafal, strategi hafalan yang efektif, dan menyelesaikan tugas harian lainnya. Mereka juga belajar bertanggung jawab atas setiap keputusan yang diambil, baik dalam keberhasilan maupun kesulitan yang dihadapi selama proses hafalan.

Keempat, penguasaan lingkungan, sebagai salah satu dimensi *psychological well-being*, mengacu pada kemampuan seseorang untuk mengelola lingkungan hidupnya agar dapat memenuhi kebutuhan dan keinginan pribadi.¹⁵⁰ Menurut Herdiansyah, dalam proses menghafal Al-Qur'an, santri belajar untuk mengatur waktu dan menciptakan lingkungan yang kondusif untuk belajar.¹⁵¹ Mereka harus mampu menyesuaikan rutinitas harian mereka dengan waktu untuk menghafal, beribadah, dan bersosialisasi.

Menurut Zainab dan Yoza, seiring waktu para penghafal Al-Qur'an terbiasa meregulasi diri untuk menjalani hidup dengan tertata.¹⁵² Oleh karena itu, kegiatan menghafal Al-Qur'an memberikan dampak positif terhadap kemampuan pengelolaan waktu dan kehidupan sosial para santri. Mereka menjadi lebih terorganisir dan mampu menetapkan dan mengatur lingkungan mereka.

Kelima, tujuan hidup merupakan dimensi lain dalam kesejahteraan yang sangat erat kaitannya dengan menghafal Al-Qur'an. Para santri yang menghafal Al-Qur'an memiliki tujuan hidup yang jelas, yaitu mendekatkan

¹⁴⁹ Maryama et al., "Students Engagement in Memorizing Al-Qur'an," hlm. 1418

¹⁵⁰ Sri Widyawati et al., "Studi Deskriptif: Kesejahteraan Study Descriptive: Psychological well-being of Adolescent," *Jurnal Psibernetika* 15, no. 1 (2022), hlm. 61

¹⁵¹ Herdiansyah, "Pengaruh Perhatian Orang Tua dan Kedisiplinan Belajar terhadap Kemampuan Menghafal Al-Qur'an Siswa," hlm.96

¹⁵² Syarifah Zainab dan Khairan Nabila Yoza, "The Effect of Self-Regulation on Academic Stress Among Tahfidz Students at MA Ulumul Qur'an Pagar Air ARTICLE," *Alacrity : Journal Of Education* 4, no. 3 (2024), hlm. 200

diri kepada Allah melalui pemahaman dan pengamalan ayat-ayat-Nya. Hal ini disebabkan oleh janji-janji keutamaan yang diberikan kepada para santri tahfidz, termasuk penghormatan besar di akhirat. Rasulullah saw. bersabda:

يَجِيءُ الْقُرْآنُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ فَيَقُولُ: يَا رَبِّ، حَلِّهِ، فَيُلْبَسُ تَاجَ الْكِرَامَةِ، ثُمَّ يَقُولُ: يَا رَبِّ، زِدْهُ، فَيُلْبَسُ حُلَّةَ الْكِرَامَةِ، ثُمَّ يَقُولُ: يَا رَبِّ اَرْضَ عَنَّهُ، فَيَرْضَى عَنْهُ، فَيَقَالُ لَهُ: اقْرَأْ وَارْقُ وَتُرَادُ بِكُلِّ آيَةٍ حَسَنَةً

Artinya: "Pada hari kiamat, Al-Qur'an akan datang dan berkata, "Wahai Rabb, berikanlah pakaian kepadanya!" Maka diberikan kepadanya mahkota kehormatan. Kemudian Al-Qur'an berkata lagi, "Wahai Rabb, tambahkanlah kepadanya!" Lalu diberikan kepadanya pakaian kemuliaan. Setelah itu, Al-Qur'an kembali berkata, "Wahai Rabb, ridailah dia!" Akhirnya dia pun diridai. Kemudian dikatakan kepada ahli Al-Qur'an, "Bacalah dan naiklah, niscaya akan ditambahkan kepadamu satu pahala kebaikan pada setiap ayat.""¹⁵³

Janji-janji tersebut memberikan motivasi yang mendalam kepada para santri untuk terus menghafal, karena mereka memandang hafalan Al-Qur'an sebagai jalan menuju tujuan akhir yang sangat mulia, serta sebagai salah satu komponen penting yang memberikan makna dan arah bagi kehidupan mereka. Hal ini sejalan dengan temuan Abidin dan Sari, yang mengungkapkan bahwa pada aspek tujuan hidup, individu penghafal Al-Qur'an cenderung memiliki arah hidup yang jelas, baik dalam perspektif duniawi maupun ukhrawi.¹⁵⁴

Keenam, dimensi terakhir dari *psychological well-being* adalah pertumbuhan pribadi, yang mencerminkan kemampuan individu untuk terus berkembang dan mencapai potensi penuh mereka.¹⁵⁵ Menghafal Al-Qur'an adalah sebuah perjalanan panjang yang melibatkan proses belajar yang tidak hanya bersifat kognitif tetapi juga emosional dan spiritual. Santri yang berhasil menghafal Al-Qur'an akan merasakan perkembangan diri yang luar biasa, baik dalam hal penguasaan ilmu agama maupun dalam hal pengelolaan emosi dan peningkatan karakter. Hal ini sejalan dengan semangat yang diilhami oleh Al-Qur'an, sebagaimana tercermin dalam Q.S. Ar-Ra'd ayat 11:

¹⁵³ HR. At-Tirmidzi No. 2915, <https://dorar.net/hadith/sharh/78630>.

¹⁵⁴ Sari dan Abidin, "Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Hafiz Al-Quran," hlm. 117

¹⁵⁵ Prasetyaningrum et al., "Kesejahteraan Psikologis Santri Indonesia," hlm. 89

إِنَّ اللَّهَ لَا يُعَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُعَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ

*Artinya: "...Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri..."*¹⁵⁶

Ayat ini menegaskan bahwa perubahan dan kemajuan seseorang bergantung pada usaha dan tekad untuk memperbaiki diri dari dalam. Spirit ini mengajarkan santri tahfidz bahwa pertumbuhan pribadi adalah proses aktif yang membutuhkan kesadaran, komitmen, dan usaha berkelanjutan untuk menjadi lebih baik.

Dengan demikian, kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an tidak hanya berfungsi sebagai sarana untuk mendekatkan diri kepada Allah Swt., tetapi juga menjadi jalan menuju pencapaian kesejahteraan psikologis yang mendalam bagi santri tahfidz BUQ Purwokerto. Proses menghafal mengajarkan santri untuk menerima diri mereka apa adanya, membangun hubungan yang harmonis dengan sesama, mengelola lingkungan secara efektif, menentukan tujuan hidup yang bermakna, dan terus berkembang sebagai individu yang seimbang secara spiritual, emosional, dan sosial.

¹⁵⁶ <https://tafsirweb.com/3971-surat-ar-rad-ayat-11.html>

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan untuk mengetahui hubungan antara kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an dengan *psychological well-being* pada santri Rumah Tahfidz BUQ Purwokerto, diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Hasil uji korelasi antara variabel X (kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an) dan Y (*psychological well-being*) menunjukkan nilai r_{xy} sebesar 0,784. Pada taraf signifikansi 5%, nilai r_{tabel} adalah 0,396. Karena r_{xy} (0,784 > 0,396) lebih besar dari r_{tabel} , dapat disimpulkan bahwa **terdapat hubungan signifikan** antara kedua variabel tersebut.
2. Berdasarkan penafsiran koefisien korelasi menurut Sugiyono, nilai r_{xy} sebesar 0,784 menunjukkan **derajat hubungan yang kuat** antara kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an dengan *psychological well-being* pada santri BUQ Purwokerto.
3. Koefisien determinasi (R^2) yang diperoleh adalah 61,5%, yang berarti kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an memberikan kontribusi sebesar 61,5% terhadap tingkat *psychological well-being* santri BUQ Purwokerto. Ini menunjukkan bahwa santri dengan kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an yang lebih tinggi cenderung memiliki tingkat *psychological well-being* yang lebih baik.

Berdasarkan hasil penelitian di atas, hipotesis alternatif (H_a) yang menyatakan bahwa “terdapat hubungan antara kemampuan menghafal Al-Qur'an dengan *psychological well-being* pada santri Rumah Tahfidz BUQ Purwokerto” **diterima**, sedangkan hipotesis nol (H_0) **ditolak**.

B. Saran

1. Bagi Pengasuh dan Pihak Rumah Tahfidz

Kepada pengasuh dan pihak rumah tahfidz disarankan untuk mengembangkan keterampilan dalam menerapkan pendekatan individual

kepada santri, seperti menyediakan program pembinaan berbasis evaluasi berkelanjutan untuk memantau perkembangan santri dalam menghafal Al-Qur'an dan kesejahteraan psikologis mereka.

2. Bagi Santri

Santri disarankan menjaga keseimbangan antara hafalan Al-Qur'an dan kesehatan mental melalui manajemen waktu, metode hafalan yang sesuai, serta partisipasi dalam kegiatan kelompok yang mendorong rasa kebersamaan. Kesadaran akan pentingnya keseimbangan ini akan mendukung perkembangan yang lebih optimal.

3. Bagi Orang Tua

Orang tua disarankan untuk meningkatkan keterlibatan dan komunikasi yang erat dalam proses belajar anak di rumah tahfidz dengan memberikan dukungan emosional yang konsisten, sehingga anak merasa lebih termotivasi untuk mengembangkan kemampuan hafalannya.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan penelitian dengan jenis eksperimental guna memperoleh hasil yang lebih kuat dan dapat diuji secara kausal. Selain itu, penggunaan sampel yang lebih besar akan meningkatkan validitas dan generalisasi temuan penelitian. Penelitian lanjutan juga dapat mengkaji faktor seperti usia, religiusitas, adaptasi dan faktor lain yang dapat memengaruhi kemampuan menghafal Al-Qur'an dan kesejahteraan psikologis santri.

DAFTAR PUSTAKA

- Akhsanudin, M. "Strategi Ustadz dalam Meningkatkan dan Menjaga Hafalan Alquran Santri di Pondok Pesantren." *Al-Jadwa: Jurnal Studi Islam* 03, no. 02 (2024): 182–91. <https://doi.org/10.38073/aljadwa.v3i2.1603>.
- Al-Fadhli, Abu Ezra. *Modul Daurah Tajwidul Quran: Terjemah Tafsiriyah Matan Manzhumah Jazariyah*. LTI Bandung, 2016.
- Anam, Ahmad Khoirul. *Seni Bahagia Menghafal Al-Qur'an*. Elex Media Komputindo, 2021.
- Ariyani, Neni, Khairul Saleh, dan Maulida Ulfa Hidayah. "Hubungan Antara Kecerdasan Emosional dengan Kemampuan Menghafal Al- Qur ' an Juz 30 Peserta Didik di Madrasah Ibtidaiyah." *Borneo Journal of Islamic Education* 2, no. 1 (2022): 1–11.
- Aslachah, Siti, dan Musawir Musawir. "Upaya Guru Pendidikan Agama Islam dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Menghafal Al-Qur'an di SMP Al-Muslim Sidoarjo." *ISLAMIKA* 6, no. 2 (2024): 416–33. <https://doi.org/10.36088/islamika.v6i2.4408>.
- Asmita, Wenda, dan Irman Irman. "Aplikasi Teknik zikir dalam Konseling Terhadap Kesehatan Mental." *Al-Ittizaan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 5, no. 2 (30 Oktober 2022). <https://doi.org/10.24014/ittizaan.v5i2.18221>.
- Asnawati, dan Romlah Abu Bakar Askar. "Al-Qur'an, Hadits, dan Ijtihad Serta Legalitasnya sebagai Sumber Ajaran Islam." *Bulletin of Community Engagement* 4, no. 1 (2024): 414–20. <https://attractivejournal.com/index.php/bce/>.
- Auliya, Naila Putri Dita, dan Ninik Setiyowati. "Systematic Literature Review Based on Big Data: Dukungan Sosial dan Psychological Well-Being pada Remaja." *Psyche 165 Journal* 17, no. 2 (2024): 134–39. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v17i2.367>.
- Azizah, Fithtria Rif'atul. "Mind Map dalam Pembelajaran Keterampilan Membaca Pemahaman Teks Bahasa Arab." *Journal of Arabic Learning and Teaching* 9, no. 2 (2020): 156–67.
- Blasco-Belled, Ana, dan Carles Alsinet. "The Architecture of Psychological Well-Being: A Network Analysis Study of the Ryff Psychological Well-Being Scale." *Scandinavian Journal of Psychology* 63, no. 3 (2022): 199–207. <https://doi.org/10.1111/sjop.12795>.
- Bożek, Agnieszka, Paweł F. Nowak, dan Mateusz Blukacz. "The Relationship between Spirituality, Health-Related Behavior, and Psychological Well-Being." *Frontiers in Psychology* 11, no. 1997 (14 Agustus 2020): 1–13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01997>.
- Chotimah, Chusnul. "Implementasi Metode Kaunyo Quantum Memory dalam Meningkatkan Kemampuan Menghafal Al-Qur'an Juz 30." *Risalah: Jurnal Pendidikan dan Studi Islam* 8, no. 3 (2022): 1098–1112. <https://doi.org/10.31943/jurnalrisalah.v8i3.329>.
- Darma, Budi. *Statistika Penelitian Menggunakan SPSS (Uji Validitas, Uji Reliabilitas, Regresi Linier Sederhana, Regresi Linier Berganda, Uji t, Uji F, R²)*. Guepedia, 2021.

- Fadli, Tajul, Rumbang Sirojudin, Supardi Supardi, dan Wasehudin Wasehudin. "Pengaruh Penerapan Metode Talaqqi dan Takrir Terhadap Kualitas Hafalan Al-Qur'an Santri." *COMSERVA: Jurnal Penelitian dan Pengabdian Masyarakat* 2, no. 11 (25 Maret 2023): 2848–61. <https://doi.org/10.59141/comserva.v2i11.654>.
- Fahmi, Fajrur Hanif, dan Hanifah Muyasaroh. "Nilai-Nilai Dakwah dalam Kegiatan Semaan Al-Qur'an di Majelis Ta'lim Al-Ikhlas Losari Rawalo Banyumas." *HUJJAH: Jurnal Ilmiah Komunikasi dan Penyiaran Islam* 8, no. 1 (2024): 1–15.
- Fatmi, Fatrima Santri Syafri, dan Poni Saltifa. "Pengaruh Kemampuan Menghafal Al-Quran terhadap Pemahaman Konsep Matematika bagi Siswa Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Pancasila Kota Bengkulu." *Jurnal Pendidikan MIPA* 12, no. 3 (2022): 464–71. <https://doi.org/10.37630/jpm.v12i3.639>.
- Fitri, Muhammad, Al Muzakki, Ainul Mufid, Ahmad Zainuddin, dan M Mukhid. "Upaya Membangun Kesehatan Mental Anak dalam Perspektif Al-Qur'an." *Jurnal Kajian Agama dan Dakwah* 6, no. 2 (2024). <https://doi.org/10.3783/tashdiqv2i9.2461>.
- Furqani, Nusaibah Nur. "Peranan religiusitas dan Kecerdasan Spiritual terhadap Peningkatan Kesejahteraan Psikologis." *Psychological Journal: Science and Practice* 1, no. 1 (7 Juli 2021): 9–15. <https://doi.org/10.22219/pjssp.v1i1.16491>.
- Herdiansyah, Herdi. "Pengaruh Perhatian Orang Tua dan Kedisiplinan Belajar terhadap Kemampuan Menghafal Al-Qur'an Siswa." *AL-IDRAK: Jurnal Pendidikan Islam dan Budaya* 1, no. 1 (2021): 91–105.
- Hikmawati, Fenti. *Metodologi Penelitian*. 1 ed. Depok: Rajawali Pers, 2020.
- HR. At-Tirmidzi No. 2915. "<https://dorar.net/hadith/sharh/78630>," n.d.
- HR. Bukhari No. 5913. "<https://hadeethenc.com/id/browse/hadith/5913>," n.d.
- <https://tafsirweb.com/3971-surat-ar-rad-ayat-11.html>
- <https://tafsirq.com/2-al-baqarah/ayat-286>
- <https://tafsirweb.com/11500-surat-al-muzzammil-ayat-4.html>
- Husna, Asmaul, Rafiatul Hasanah, dan Puspo Nugroho. "Efektivitas Program Tahfidz Al-Quran dalam Membentuk Karakter Siswa." *Jurnal Isema: Islamic Educational Management* 6, no. 1 (2021): 47–54. <https://doi.org/10.15575/isema.v6i1.10689>.
- Ismawati. "Description of Psychological Well-Being of Early Adolescents of Santri During The Covid-19 Pandemic." *In International Conference on Sustainable Health Promotion* 2, no. 1 (2021): 104–11.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia. "<https://kbbi.web.id/mampu>," n.d.
- . "<https://kbbi.web.id/sejahtera>," n.d.
- Khasanah, Putri, dan Anna Dina Kalifia. "Hubungan antara Kesehatan Mental bagi Aktivitas Sehari-Hari." *Gudang Jurnal Multidisiplin Ilmu* 2, no. 1 (2024): 333–35. <https://doi.org/10.59435/gjmi.v2i1.255>.
- Khotimah, Sita Husnul. "Pengaruh Kemampuan Menghafal Al-Qur'an dan Sikap Siswa terhadap Hasil Belajar Matematika." *Hikmah: Journal of Islamic Studies* 15, no. 2 (2020): 103–15.
- Kurniawan, Said Robby, dan Nur Eva. "Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Rantau." *In Seminar Nasional*

- Psikologi dan Ilmu Humaniora (SENAPIH)* 1, no. 1 (2020).
- Lestari, Novita Dian Dwi, Muslimin Ibrahim, Siti Maghfirotn Amin, dan Suharmono Kasiyun. "Analisis Faktor-Faktor yang Menghambat Belajar Membaca Permulaan Pada Siswa Sekolah Dasar." *Jurnal Basicedu* 5, no. 4 (10 Agustus 2021): 2611–16. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i4.1278>.
- Leuwol, Ferdinand Salomo, Ramdan Yusuf, Eko Wahyudi, dan Nunung Suryana Jamin. "Pengaruh Kualitas Lingkungan Terhadap Kesejahteraan Psikologis Individu di Kota Metropolitan." *Jurnal Multidisiplin West Science* 2, no. 8 (2023): 714–20.
- Mahdali, Fitriyah. "Analisis Kemampuan Membaca Al-Qur'an dalam Perspektif Sosiologi." *Mashdar: Jurnal Studi Al-Quran dan Hadis* 2, no. 2 (2020): 143–68.
- Mar'atuzzahidah, dan Dessy Dwitalia Sari. "Meningkatkan Keterampilan Membaca Pemahaman dan Motivasi Belajar Menggunakan Model Baca." *Jurnal Teknologi Pendidikan dan Pembelajaran (JTTP)* 2, no. 2 (2024): 520–26.
- Maryama, Hanna, Yunita Faela Nisa, Fadilah Suralaga, dan Rena Latifa. "Students Engagement in Memorizing Al-Qur'an." In *International Conference Recent Innovation*, 1413–20. Scitepress, 2020. <https://doi.org/10.5220/0009928514131420>.
- Mas'ula, Dewi Suci, Abd Ghofur, dan Yayuk Chayatun Machsunah. "Pengaruh Gerakan Menghafal Al-Qur'an terhadap Kecerdasan Sosial." *EDUSOSTECH: Journal of Education, Social Science and Technology* 1, no. 1 (2023). <https://journal.kholfapublishing.com/index.php/EDUSOSTECH>.
- Maulidiyah, Nur Intan. "Pengaruh Kecerdasan Emosional dan Motivasi Menghafal terhadap Kemampuan Menghafal Al-Quran pada Mahasiswa Tahfidz BTQ: Bait Tahfidz Al-Qur'an) Ma'had Sunan Ampel Al-Aly." Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2020.
- Muarifah, Alif, dan Muhammad Satra. "Tinjauan Literatur tentang Kesejahteraan Psikologis pada Penghafal Al-Qur'an." *Qudwah Qur'aniyah: Jurnal Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir* 2, no. 1 (2024): 42–60.
- Muntazor, Husein Ghulam. "Manajemen Pembelajaran Berbasis Digital dalam Meningkatkan Keterampilan Membaca Al-Qur'an." Thesis, Institut PTIQ Jakarta, 2024.
- Mustary, Emilia. "Pemaafan dan Kesejahteraan Psikologis Individu." *Indonesian Journal of Islamic Counseling* 3, no. 2 (2021): 70–75. <http://ejurnal.iainpare.ac.id/index.php/ijic>.
- Muttaqin, Zainal, Desty Rahmawati, dan Ach Shodiqil Hafil. "Muhasabah Al-Qur'an: Penafsiran dan Penerapannya sebagai Self-Healing Manusia Modern." *Indonesian Journal of Humanities and Social Sciences* 4 (2023): 389–404. <https://doi.org/10.29313/schema.v0i0.1807>.
- Ni'matuzahroh & Prasetyaningrum, Susanti. *Observasi dalam Psikologi*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang, 2016.
- Nursanty, Raihan, Putra Raihan Nur Alam, Linda Hodijah, dan Imam Tabroni. "Penanganan Problematika Menghafal Al-Qur'an bagi Santri di Pondok Pesantren Baitul Quran Cirata." *LEBAH* 14, no. 1 (2020): 14–19.

- Oktapiani, Marliza. "Tingkat Kecerdasan Spiritual dan Kemampuan Menghafal Al-Qur'an." *Tahdzib Al-Akhlaq: Jurnal Pendidikan Islam* 3, no. 1 (10 Juni 2020): 95–108. <https://doi.org/10.34005/tahdzib.v3i1.861>.
- Oloan Tumanggor, Raja. "Psychoeducation to Maintain the Mental Health of East Cengkareng Residents Raja." *Sabdamas* 2, no. 1 (2023): 79–84. <https://doi.org/10.25170/sabdamas.v2i1.5021>.
- Pedhu, Yoseph. "Kesejahteraan Psikologis dalam Hidup membiara." *Jurnal Konseling dan Pendidikan* 10, no. 1 (2022): 65–78. <https://doi.org/10.29210/162200>.
- Prasetyaningrum, Juliani, Feby Fadjaritha, Muhammad Fahmi Aziz, dan Agus Sukarno. "Kesejahteraan Psikologis Santri Indonesia." *Profetika: Jurnal Studi Islam* 23, no. 1 (2022): 86–97.
- Qur'ani, Besse. *Belajar dan Pembelajaran*. Penerbit Tahta Media, 2023.
- Ramadanti, Maghfirah, Cici Patda Sary, dan Suarni. "Psikologi Kognitif (Suatu Kajian Proses Mental dan Pikiran Manusia)." *Al-Din: Jurnal Dakwah dan Sosial Keagamaan* 8, no. 1 (2022): 56–69.
- Rosyanti, Lilin, Indriono Hadi, dan Akhmad Akhmad. "Spiritual Health Al-Qur'an therapy as Physical and Psychological Treatment during the COVID-19 Pandemic." *Health Information : Jurnal Penelitian* 14, no. 1 (30 Juni 2022): 89–114. <https://doi.org/10.36990/hijp.v14i1.480>.
- Rozali, Wan Nor AtikahChe Wan Mohd, Ismarulyusda Ishak, Arimi Fitri Mat Ludin, Farah Wahida Ibrahim, Nor Malia Abd Warif, dan Nur Aishah Che Roos. "The Impact of Listening to, Reciting, or Memorizing the Quran on Physical and Mental Health of Muslims: Evidence From Systematic Review." *International Journal of Public Health* 67 (2022): 1–10. <https://doi.org/10.3389/ijph.2022.1604998>.
- Sahir, Syafrida Hafni. *Metodologi Penelitian*. KBM Indonesia, 2022. www.penerbitbukumurah.com.
- Sapitra, Rapi. "Pengaruh Keterampilan Berbicara Bahasa Arab terhadap Kemampuan Menghafal Al-Qur'an Santri Kelas IX Ma'had Tahfidz Hidayatul Qur'an Puding Besar." *LINTERNAL: Learning and Teaching Journal* 2, no. 1 (2021): 1–26.
- Saputra, Ali Thaufan Dwi. "Kemukjizatan Psikologi Al-Quran Jamaah Majelis Taklim (Studi Kasus di Kecamatan Bogor Selatan Bogor)." *Jurnal At-Tibyan: Jurnal Ilmu Alquran dan Tafsir* 3, no. 1 (2018): 1–21. <https://doi.org/10.32505/tibyan.v3i1.473>.
- Sari, Novita, dan Zainal Abidin. "Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Hafiz Al-Quran." *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya* 5, no. 2 (21 Desember 2022): 105–22. <https://doi.org/10.15575/jpib.v5i2.17186>.
- Sayyidah, Aisya Farah, Rifda Nafisa Mardhotillah, Nur Alfiana Sabila, dan Sri Rejeki. "Peran Religiusitas Islam dalam Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis." *Al-Qalb : Jurnal Psikologi Islam* 13, no. 2 (2022): 103–15. <https://doi.org/10.15548/alqalb.v13i2.4274>.
- Sejati, Sugeng, Nela Yusniarti, Amanda Rosa Amalia, Timi Krismonia, dan Mutiah. "Dinamika Psikologis Mahasiswa Penghafal Al-Qur'an ditinjau dari Surat Faatir Ayat 32." *Jurnal Ilmiah Multidisiplin Keilmuan Mandira Cendikia* 2,

- no. 7 (2024): 1–13. <https://journal-mandiracendikia.com/jip-mc>.
- Sodiq, Alwi Mahardhika, Mochamad Widjanarko, dan Suharsono Suharsono. “Strategi Coping pada Santri Penghafal Al-Qur’an 30 Juz di Kudus.” *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Humaniora* 8, no. 3 (2023): 186–92. <https://doi.org/10.36722/sh.v8i3.2104>.
- Star, Nur Hidayah Ibrahim, dan Sharifah Norshah Bani Syed Bidin. “The Effect of Reading the Quran on the Physical, Mental and Emotional Humans: A Highlight.” *International Journal of Al-Qur’an and Knowledge (IJQK)* 1, no. 2 (2021): 69–79.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2013.
- Wardani, Krisna Bayu, dan Effy Wardati Maryam. “Penyesuaian Diri Santri dan Kesejahteraan Psikologis Sebuah Studi Korelasi” 1, no. 1 (2024): 1–10.
- Wekke, Ismail Suardi. *Metode Penelitian Sosial*. Gawe Buku, 2019.
- Widyawati, Sri, Martha Kurnia Asih, Dan Retno, dan Ristiasih Utami. “Studi Deskriptif: Kesejahteraan Study Descriptive: Psychological well-being of Adolescent.” *Jurnal Psibernetika* 15, no. 1 (2022): 59–65. <https://doi.org/10.30813/psibernetika.v1i5.3298>.
- Yahya, Ilham Nur, dan Alief Budiyo. “Bimbingan Konseling Individual untuk Mengurangi Perilaku Prokastinasi Menghafal Juz’ Amma pada Santri.” *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur : Berbeda, Bermakna, Mulia* 7, no. 1 (2021): 29–37. <https://doi.org/10.31602/jmbkan.v7i1.3421>.
- Yenita, Sri. “Gambaran Psychological Well Being pada Dewasa Awal yang Berstatus Janda di Kenagarian Air Bangis.” *Ranah Research: Journal of Multidisciplinary Research and Development* 4, no. 2 (2022): 150–55. <https://doi.org/10.38035/rrj.v4i2>.
- Zainab, Syarifah, dan Khairan Nabila Yoza. “The Effect of Self-Regulation on Academic Stress Among Tahfidz Students at MA Ulumul Qur’an Pagar Air ARTICLE.” *Alacrity : Journal Of Education* 4, no. 3 (2024): 190–202.



LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner *Try Out* Variabel X

KUESIONER KEMAMPUAN MEMBACA DAN MENGHAFAL AL-QUR'AN PADA SANTRI TAHFIDZ

Tujuan kuesioner ini adalah untuk mengetahui tingkat kemampuan membaca dan menghafal Al-Qur'an Anda. Kami sangat mengharapkan kerjasama Anda untuk mengisi atau menjawab setiap pernyataan yang diajukan di dalam kuesioner dengan sejujur-jujurnya. Data yang didapat dari kuesioner ini nantinya akan digunakan sebagai penelitian, dan akan terjamin kerahasiaannya.

Petunjuk Pengisian

Berilah tanda (✓) pada kolom penilaian yang sesuai dengan pendapat Anda

Keterangan:

SS: Sangat Setuju

S: Setuju

TS: Tidak Setuju

STS: Sangat Tidak Setuju

Identitas Diri:

Nama :

Usia :

Alamat :

No.	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1.	Saya selalu memastikan setiap huruf yang saya baca keluar dari tempat yang tepat (<i>makharijul huruf</i>)				
2.	Saya selalu menerapkan hukum nun mati/tanwin (<i>idgham, ikhfa, idzhar, dan iqlab</i>) dengan benar				
3.	Saya merasa bisa menambah hafalan Al-Qur'an dengan lancar setiap harinya				
4.	Saya merasa dapat melafalkan semua huruf Al-Qur'an dengan <i>makhraj</i> yang tepat				
5.	Saya dapat dengan mudah membedakan antara hukum nun mati/tanwin saat membaca Al-Qur'an				
6.	Saya dapat menghafal ayat-ayat baru dengan cepat				
7.	Saya jarang dikoreksi ustadz dalam melafalkan ayat karena selalu sesuai dengan <i>makhraj</i> -nya				

8.	Saya selalu percaya diri saat membaca hukum <i>nun mati</i> dan <i>tanwin</i> dengan tepat				
9.	Ketika menyetor hafalan baru, saya merasa kurang lancar dan sering mengalami jeda-jeda saat melafalkannya				
10.	Saya merasa mudah menjaga konsistensi dalam melafalkan huruf-huruf sesuai <i>makhraj</i> -nya				
11.	Saya sering dikoreksi ustadz dalam melafalkan ayat karena tidak sesuai dengan hukum <i>nun mati/ tanwin</i> yang berlaku				
12.	Saya menyetorkan hafalan baru sesuai target yang ada				
13.	Ada beberapa huruf yang sering saya baca dengan cara yang sama, meskipun sebenarnya tempat keluarnya berbeda				
14.	Saya selalu menerapkan hukum tajwid yang tepat pada <i>mim mati</i> , seperti <i>idgham mimi</i> , <i>ikhfa syafawi</i> , dan <i>idzhar syafawi</i>				
15.	Saya cepat menyadari dan mengoreksi kesalahan dalam hafalan saat setoran				
16.	Hafalan lama saya tetap terjaga dengan baik				
17.	Saya sering melanjutkan bacaan tanpa memperhatikan tanda <i>waqaf</i> , sehingga kalimatnya tidak jelas				
18.	Saya sering merasa gugup saat membaca Al-Qur'an di hadapan orang lain, yang menyebabkan bacaan saya kurang lancar				
19.	Ketika menyetor hafalan lama, saya merasa ada jeda-jeda yang membuat hafalan kurang lancar				
20.	Saya memperhatikan cara <i>waqaf</i> yang sesuai dalam membaca Al-Qur'an				
21.	Saya mampu membaca Al-Qur'an dengan lancar tanpa sering terbata-bata				
22.	Saya jarang mengalami kesulitan dalam mengingat hafalan lama saat melakukan <i>muraja'ah</i>				
23.	Saya sering mengabaikan pelafalan sifat huruf karena tidak yakin dengan cara pengucapannya				
24.	Saya telah menguasai teknik membaca Al-Qur'an yang baik, sehingga saya dapat membaca dengan lancar dan tanpa kesulitan				
25.	Saya rutin mengulang hafalan lama dan merasa lancar dalam mengingatnya kembali				
26.	Saya kadang tidak memperhatikan panjang bacaan <i>mad</i> , terutama saat membaca dalam kelompok				

27.	Saya merasa mudah untuk menyeimbangkan antara ketenangan dan kelancaran dalam membaca Al-Qur'an				
28.	Saya mampu melanjutkan bacaan dengan lancar dari berbagai ayat acak yang ditunjuk dalam hafalan saya				
29.	Saya teliti dalam membaca hukum <i>mim mati</i> sehingga tidak ada kesalahan				
30.	Saya memahami perbedaan sifat huruf <i>tafkhim</i> (tebal) dan <i>tarqiq</i> (tipis) ketika membaca Al-Qur'an				
31.	Saya hanya lancar dalam melafalkan hafalan di bagian awal juz atau surah				
32.	Saat menghadapi bacaan <i>mim mati</i> , saya sering tidak yakin apakah harus menggunakan <i>idzar syafawi</i> atau <i>ikhfa syafawi</i>				
33.	Saya selalu memperhatikan sifat-sifat huruf seperti <i>hams</i> , <i>jahr</i> , <i>syiddah</i> , dan lainnya dalam setiap bacaan Al-Qur'an				
34.	Saya merasa percaya diri ketika diminta melanjutkan ayat dari titik acak dalam hafalan saya				
35.	Saya memahami pembagian hukum <i>mim mati</i> dalam tajwid secara detail				
36.	Saya sering dikoreksi ustadz dalam melafalkan ayat karena tidak sesuai dengan sifat huruf yang berlaku				
37.	Saya mampu membedakan berbagai jenis <i>waqaf</i> , seperti <i>waqaf saktah</i> , <i>waqaf jaiz</i> , <i>waqaf aula</i> , dan lainnya, serta menerapkannya dengan tepat				
38.	Saya selalu memperhatikan panjang pendek bacaan ketika membaca Al-Qur'an				
39.	Saya mampu melanjutkan bacaan ayat Al-Qur'an dari titik mana pun dalam surah atau juz yang telah saya hafal dengan lancar dan fleksibel				
40.	Saya sering bingung dan lupa ayat selanjutnya ketika diminta mulai dari tengah hafalan				
41.	Panjang bacaan <i>mad</i> yang saya baca selalu sesuai aturan tajwid				
42.	Saya bisa mengidentifikasi kesalahan hafalan saya dengan cepat tanpa bantuan orang lain.				
43.	Saya yakin dalam melafalkan huruf sesuai dengan sifat-sifat yang benar				
44.	Ketika membaca dalam suasana terburu-buru, saya cenderung melewati bacaan <i>tartil</i> dan membaca secara asal				
45.	Saya dapat mempertahankan fokus untuk menemukan dan memperbaiki kesalahan dalam hafalan saya				

46.	Saya selalu memperhatikan dengan detail dalam membaca Al-Qur'an, sehingga panjang pendeknya konsisten				
47.	Saya menjaga tempo bacaan Al-Qur'an agar tetap tenang dan jelas sesuai kaidah <i>tartil</i>				
48.	Saya mampu membedakan berbagai jenis <i>mad</i> , seperti <i>mad thabi'i</i> , <i>mad arid lissukun</i> , <i>mad wajib muttasil</i> , dan lainnya, serta menerapkannya dengan tepat				
49.	Saya dapat mengoreksi kesalahan dalam bacaan saya tanpa menunggu bimbingan dari ustadz				
50.	Saya selalu membaca Al-Qur'an dengan <i>tartil</i> , memperhatikan kecepatan dan ketelitian				
51.	Kadang-kadang saya menghiraukan hukum <i>nun mati/tanwin</i> karena terburu-buru dalam membaca				
52.	Saat membaca Al-Qur'an, saya memperhatikan tanda <i>waqaf</i> untuk berhenti dan memulai sesuai aturan				
53.	Saya merasa kemampuan saya dalam mengulang hafalan lama sangat baik dan konsisten				
54.	Saya selalu dapat menjaga konsentrasi saat membaca, sehingga bacaan saya menjadi lebih lancar				
55.	Saya sering mengulang kesalahan yang sama dalam setoran hafalan karena lambat menyadarinya dan sulit memperbaikinya dengan cepat				
56.	Saya mengalami kesulitan untuk menambah hafalan				
57.	Saya memahami pentingnya membaca Al-Qur'an dengan <i>tartil</i> dan berusaha untuk melakukannya secara konsisten				
58.	Saya mampu membaca Al-Qur'an dengan lancar dan tanpa kesalahan, meskipun saya belum terlalu familiar dengan ayat-ayat tersebut				
59.	Saya merasa perlu untuk meningkatkan pemahaman saya tentang hukum tajwid <i>mim mati</i> agar dapat membaca dengan lebih akurat dan tanpa keraguan				
60.	Saya memperhatikan cara <i>ibtida'</i> yang sesuai, sehingga kalimatnya menjadi jelas dan tidak membuat artinya ambigu				
No.	Pertanyaan	Jawaban Singkat			
61.	Berapa juz Al-Quran yang telah Anda hafal saat ini?	...Juz			

Lampiran 2. Kuesioner *Try Out* Variabel Y

KUESIONER *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA SANTRI TAHFIDZ

Tujuan kuesioner ini adalah untuk mengetahui tingkat kesejahteraan psikologis Anda. Kami sangat mengharapkan kerjasama Anda untuk mengisi atau menjawab setiap pernyataan yang diajukan di dalam kuesioner dengan sejujur-jujurnya. Data yang didapat dari kuesioner ini nantinya akan digunakan sebagai penelitian, dan akan terjamin kerahasiaannya.

Petunjuk Pengisian

Berilah tanda (\surd) pada kolom penilaian yang sesuai dengan pendapat Anda

Keterangan:

SS: Sangat Setuju

S: Setuju

TS: Tidak Setuju

STS: Sangat Tidak

Identitas Diri:

Nama :

Usia :

Alamat :

No.	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1.	Saya merasa puas dengan kemampuan dan pencapaian yang telah saya raih				
2.	Saya merasa yakin terhadap arah hidup yang saya pilih				
3.	Saya jarang berkomunikasi dengan teman-teman atau keluarga, sehingga hubungan kami terasa renggang				
4.	Saya dapat mengelola lingkungan sekitar saya agar sesuai dengan kebutuhan dan tujuan saya				
5.	Saya merasa mampu berkomunikasi dengan baik dengan orang-orang di sekitar saya				
6.	Saya sadar akan potensi dan kekuatan diri saya				
7.	Saya merasa sulit untuk mengapresiasi pencapaian diri saya, meskipun orang lain menganggapnya baik				
8.	Saya mampu menentukan tujuan hidup secara spesifik dan terarah				
9.	Saya sering mengambil keputusan secara mandiri, bahkan dalam situasi yang sulit				

10.	Saya cenderung pasrah dengan kondisi lingkungan, meskipun itu tidak mendukung kebutuhan dan tujuan saya				
11.	Saya mampu membuat keputusan penting tanpa harus bergantung pada pendapat orang lain				
12.	Saya jarang menyadari kekuatan diri saya, sehingga sulit bagi saya untuk maju				
13.	Saya tetap semangat mengejar tujuan saya meskipun menghadapi berbagai hambatan				
14.	Saya secara konsisten merencanakan langkah-langkah untuk mencapai cita-cita saya				
15.	Saya sering merasa tidak mampu membuat keputusan sendiri tanpa dipengaruhi oleh pendapat orang lain				
16.	Saya mampu menyesuaikan lingkungan saya sehingga mendukung pencapaian kebutuhan dan tujuan pribadi				
17.	Saya merasa mudah untuk berbagi cerita dan masalah dengan teman dekat atau keluarga				
18.	Saya merasa tidak perlu berkembang lebih jauh karena puas dengan kondisi saya saat ini				
19.	Saya dapat menerima kekurangan yang saya miliki tanpa merasa minder				
20.	Saya memiliki motivasi yang tinggi untuk mencapai tujuan hidup saya				
21.	Saya cenderung menghindari tanggung jawab ketika keputusan yang saya buat berakhir dengan hasil yang tidak diharapkan				
22.	Saya merasa mampu menghadapi tekanan dari lingkungan baru dengan percaya diri				
23.	Saya sering memberikan dukungan sosial kepada orang lain yang membutuhkan				
24.	Saya memiliki keinginan kuat untuk terus memperbaiki diri dalam bidang yang saya minati				
25.	Saya merasa diri saya terus berkembang menjadi versi yang lebih baik setiap harinya				
26.	Saya jarang menawarkan bantuan kepada orang lain meskipun mereka sedang membutuhkan dukungan				
27.	Saya cenderung menghindari lingkungan baru karena takut menghadapi tantangan yang ada				
28.	Saya selalu siap menerima konsekuensi dari keputusan yang saya buat, baik positif maupun negatif				
29.	Saya tetap gigih memperjuangkan tujuan meski menghadapi berbagai kesulitan				
30.	Saya merasa kelebihan saya tidak terlalu berarti karena banyak kekurangan yang saya miliki				

31.	Saya menghargai usaha yang saya lakukan meskipun hasilnya tidak selalu sempurna				
32.	Saya merasa hidup saya terarah karena saya memiliki tujuan yang jelas				
33.	Saya mampu menilai berbagai informasi dengan cermat untuk membuat keputusan yang bijak				
34.	Saya merasa mahir memanfaatkan sumber daya di sekitar untuk mencapai tujuan saya				
35.	Saya merasa nyaman berinteraksi dengan teman sepondok saya				
36.	Saya percaya bahwa saya memiliki potensi besar untuk mencapai tujuan saya				
37.	Saya percaya bahwa kelebihan dan kekurangan adalah bagian dari diri saya yang unik				
38.	Saya sering merasa kurang termotivasi untuk bekerja keras dalam mencapai tujuan hidup saya				
39.	Saya bertanggung jawab atas setiap hasil dari keputusan yang saya ambil tanpa menyalahkan orang lain				
40.	Saya selalu terbuka terhadap perubahan dan tantangan untuk pertumbuhan pribadi saya				
41.	Saya sering menerima dukungan emosional dari orang-orang di sekitar saya				
42.	Saya sering merasa kecewa dengan diri sendiri karena tidak mencapai standar tertentu				
43.	Saya merasa optimis dan yakin bahwa usaha saya akan membawa saya ke tujuan yang saya inginkan				
44.	Saya mudah terpengaruh oleh ekspektasi orang lain dalam membuat keputusan				
45.	Saya mampu beradaptasi dengan baik dalam lingkungan baru yang menantang				
46.	Saya dengan senang hati memberikan dukungan atau bantuan kepada teman dan keluarga saat mereka membutuhkan				
47.	Saya merasa tidak yakin bahwa saya memiliki potensi yang cukup untuk mencapai hal-hal besar dalam hidup				
48.	Saya selalu antusias dan bersemangat untuk belajar hal-hal baru				
49.	Saya ikhlas menerima keadaan diri saya dan tidak malu dengan apa yang saya miliki				
50.	Saya sering bingung mengenai apa yang sebenarnya ingin saya capai dalam hidup				
51.	Saya yakin bahwa setiap keputusan yang saya buat adalah hasil pertimbangan yang matang dan saya siap menghadapi konsekuensinya				

52.	Saya sering merasa kesulitan menyesuaikan lingkungan dengan kebutuhan dan tujuan saya				
53.	Hubungan saya dengan <i>asatidz</i> sangat akrab, sehingga mudah berdiskusi secara terbuka				
54.	Saya sering merasa cemas dan kewalahan ketika harus beradaptasi di lingkungan yang baru				
55.	Saya selalu aktif mencari kesempatan untuk mengembangkan diri di luar rutinitas harian				
56.	Saya bangga dengan keunikan yang saya miliki dibandingkan dengan orang lain				
57.	Saya sering menyalahkan keadaan atau orang lain ketika keputusan yang saya ambil menghasilkan konsekuensi negatif				
58.	Saya tetap tenang dan fokus meskipun dihadapkan pada perubahan mendadak dalam lingkungan sekitar				
59.	Saya selalu mendengarkan dengan penuh perhatian ketika orang lain menceritakan masalah mereka				
60.	Saya merasa nyaman dengan kelebihan yang saya miliki dan tidak merasa sombong karenanya				



Lampiran 3. Tabulasi Data Hasil *Try Out* Kusiner Variabel X

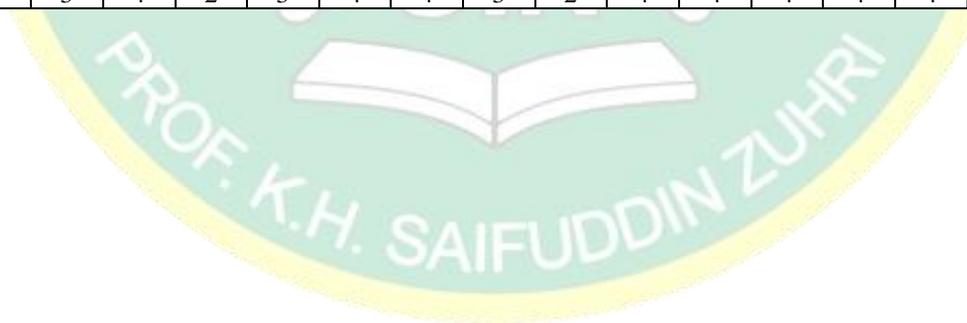
Rsp	Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	Q6	Q7	Q8	Q9	Q10	Q11	Q12	Q13	Q14
R1	3	3	1	2	3	1	3	3	2	3	3	1	2	2
R2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3
R3	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	3	2	2	3
R4	3	3	4	3	3	4	1	1	1	2	1	3	2	3
R5	4	4	3	3	3	3	1	2	2	1	2	3	2	3
R6	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3
R7	3	4	3	3	3	2	1	1	2	3	1	3	2	3
R8	3	3	2	3	4	2	2	3	2	2	2	2	3	3
R9	3	3	4	3	2	4	1	1	2	2	1	4	1	3
R10	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2
R11	4	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4
R12	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2
R13	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3
R14	4	4	2	4	4	2	4	4	2	4	4	3	4	4
R15	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3
R16	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3
R17	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3
R18	4	4	3	3	3	2	2	4	2	3	3	3	3	3
R19	3	4	3	2	4	4	4	4	4	3	3	2	3	4
R20	3	3	3	3	3	2	1	3	2	2	2	2	2	3
R21	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3
R22	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	1	3
R23	3	3	3	2	4	3	2	3	2	3	4	3	2	3
R24	4	3	4	3	2	4	1	4	4	2	2	3	1	3
R25	4	4	4	3	3	3	2	3	2	1	2	4	3	3
R26	4	3	3	3	3	4	2	2	3	2	3	4	2	3
R27	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3
R28	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4
R29	3	3	4	2	3	4	2	2	2	1	2	3	3	2
R30	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2
R31	4	4	3	3	3	3	1	2	2	2	2	3	2	3
R32	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4

Q15	Q16	Q17	Q18	Q19	Q20	Q21	Q22	Q23	Q24	Q25	Q26	Q27	Q28	Q29
1	2	3	3	2	3	2	1	3	2	1	3	2	1	3
3	3	2	1	2	3	1	3	2	1	3	2	2	3	2
1	1	2	3	2	3	3	1	3	3	1	3	3	2	3
3	1	2	1	1	4	4	1	3	4	1	3	1	2	4
3	1	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3
3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3
2	1	3	3	1	3	2	1	3	3	1	3	2	2	3
2	1	3	1	2	3	2	1	3	2	3	4	2	1	2
3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	1	1	3	2
3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2
3	2	4	4	2	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3
3	4	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	4
2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3
4	3	4	1	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4
2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2
2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3

3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3
2	2	4	4	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3
2	2	2	4	3	2	4	2	3	3	2	4	3	2	3
2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3
2	2	3	2	2	4	3	2	3	3	2	3	3	2	2
2	1	4	2	1	4	2	2	4	2	3	4	1	3	3
2	1	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3
2	2	4	1	2	4	4	1	1	1	2	3	3	1	3
3	4	2	3	3	3	2	3	4	3	4	3	1	3	3
4	3	3	2	4	3	4	4	2	4	3	2	3	3	2
2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3
2	2	4	2	3	4	4	2	3	4	3	4	3	2	4
1	1	4	2	1	3	2	1	2	3	2	2	2	3	2
2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3
3	1	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3
2	2	4	2	3	4	4	2	3	4	3	4	3	2	4

Q30	Q31	Q32	Q33	Q34	Q35	Q36	Q37	Q38	Q39	Q40	Q41	Q42	Q43	Q44
2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	1	1	3	2
2	2	2	2	4	2	2	1	3	2	3	3	2	3	2
2	2	2	2	1	1	3	2	3	2	1	3	2	2	2
3	2	3	3	2	2	4	3	3	3	1	4	4	1	2
3	1	2	3	2	1	2	4	3	3	1	3	3	2	2
3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2
4	2	2	3	2	3	1	3	3	2	2	2	3	3	2
2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	1	3	2	2	2
2	1	2	2	1	1	1	3	2	3	1	2	3	3	1
2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2
4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	2	3	3	3	3
3	4	3	2	3	3	3	1	2	2	2	2	2	3	1
3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	1	3
3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2
3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2
3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2
2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2
3	1	3	1	2	2	1	2	2	3	3	2	2	3	3
2	3	3	3	2	3	2	4	3	3	1	2	2	2	1
3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3
3	2	4	3	3	4	3	3	3	4	2	2	2	3	2
2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3
3	3	3	2	4	2	2	3	4	2	2	2	2	3	1
4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3	2
2	2	2	3	2	3	2	2	4	3	3	2	4	2	2
2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2
4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	1	2
2	1	2	3	3	4	2	2	3	3	2	2	2	3	1
2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2
3	1	2	3	2	1	2	4	3	3	1	3	3	2	2
4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	1	2

Q45	Q46	Q47	Q48	Q49	Q50	Q51	Q52	Q53	Q54	Q55	Q56	Q57	Q58	Q59	Q60	Total
2	3	1	2	3	2	2	3	1	2	2	1	3	1	2	3	128
1	2	3	1	2	2	2	3	3	2	2	3	3	1	1	1	133
2	3	3	2	2	3	2	3	1	2	2	2	3	3	3	2	140
2	4	4	3	1	4	1	4	1	1	2	2	4	4	1	4	151
2	2	4	3	2	3	2	3	4	2	1	2	3	3	1	2	147
2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	152
1	3	3	3	2	2	2	3	1	1	2	2	4	1	1	1	136
2	1	4	3	1	4	1	3	2	2	2	3	4	2	1	4	141
1	1	2	2	2	2	1	2	3	1	2	4	4	2	1	2	128
3	3	3	2	2	2	3	3	2	1	2	3	3	3	2	2	147
4	3	3	3	1	3	3	4	3	2	3	4	4	4	1	4	200
2	2	2	1	2	2	3	3	4	3	2	3	2	2	2	3	159
3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	165
3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	215
2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	136
2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	159
2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	160
3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	167
3	4	3	3	3	2	4	2	4	3	3	4	3	3	3	2	170
1	1	2	2	1	2	2	3	2	2	1	2	4	2	1	1	135
3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	1	2	155
3	2	3	3	2	3	4	4	2	2	2	2	3	3	3	2	158
3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	1	3	158
3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	4	3	1	3	158
3	2	4	4	2	4	4	4	3	2	3	4	3	3	1	4	180
2	3	4	2	1	3	3	2	4	2	3	3	3	3	3	2	168
3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	4	3	2	3	158
4	4	3	4	2	3	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	207
2	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	4	3	4	1	4	140
3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	4	131
2	2	4	3	2	3	2	3	4	2	1	2	3	3	1	2	148
4	4	3	4	2	3	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	206



Lampiran 4. Tabulasi data Kuesioner *Try Out* Variabel Y

Rsp	Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	Q6	Q7	Q8	Q9	Q10	Q11	Q12	Q13	Q14
R1	1	2	4	3	4	3	3	3	3	4	2	3	3	3
R2	2	4	4	3	3	4	1	3	3	3	3	2	4	4
R3	2	3	4	3	2	3	2	3	2	4	2	3	3	2
R4	3	4	3	4	2	4	2	4	3	3	3	4	4	4
R5	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3
R6	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3
R7	1	2	3	2	2	2	2	1	3	2	2	2	3	2
R8	1	4	2	3	1	3	3	3	4	3	4	3	4	4
R9	1	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	4	2
R10	4	2	4	4	3	3	2	1	4	3	3	2	3	2
R11	1	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4
R12	2	3	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2
R13	2	3	3	4	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3
R14	3	3	3	3	3	3	1	3	2	4	2	2	4	4
R15	1	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3
R16	3	3	4	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3
R17	2	3	4	3	4	4	2	2	3	2	3	2	3	3
R18	1	2	4	3	3	4	1	2	4	4	4	4	4	4
R19	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3
R20	4	3	4	3	2	4	2	3	2	3	2	3	4	4
R21	3	4	3	4	3	4	2	3	3	4	3	4	4	4
R22	1	4	4	3	4	4	2	4	2	3	1	3	3	4
R23	4	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	4	3
R24	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3
R25	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3
R26	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3
R27	2	3	4	4	4	3	2	2	3	2	3	4	4	4
R28	1	2	3	2	2	3	3	3	4	2	2	3	4	2
R29	3	2	4	3	3	3	3	1	3	2	2	2	4	2
R30	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3
R31	3	2	3	3	3	4	1	2	4	4	4	4	4	4
R32	2	4	4	3	4	4	2	4	2	3	2	3	3	4

Q15	Q16	Q17	Q18	Q19	Q20	Q21	Q22	Q23	Q24	Q25	Q26	Q27	Q28	Q29
4	3	2	4	4	3	3	3	4	4	2	4	4	4	2
2	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4
3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2
4	3	2	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4
3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2
2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2
2	3	2	4	2	2	3	2	2	4	2	2	3	3	1
4	2	2	3	1	4	3	1	3	4	4	3	1	4	3
3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4
2	3	3	3	4	3	1	3	3	2	2	3	3	2	3
4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2	4	3	4
2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	2
2	2	2	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	1
3	3	2	3	2	4	3	3	3	3	2	3	3	4	3

2	2	3	4	3	3	4	3	3	3	3	2	4	3	2
3	3	4	3	3	4	2	3	3	4	3	3	3	2	2
4	3	2	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4
2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2
2	2	2	4	3	4	4	2	2	4	3	3	2	3	3
4	2	2	4	3	4	4	3	3	4	3	2	3	3	3
3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	2	4	4	2	3
3	3	2	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	2
3	2	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2
3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
1	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	2	4	4	4
2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2
2	4	2	3	1	3	2	2	4	4	3	4	2	2	2
2	3	3	4	2	3	4	3	3	3	2	4	4	4	3
4	3	2	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4
3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	2	4	4	2	3

Q30	Q31	Q32	Q33	Q34	Q35	Q36	Q37	Q38	Q39	Q40	Q41	Q42	Q43	Q44
1	3	2	4	3	4	2	3	2	3	2	2	2	3	3
4	3	4	2	2	3	4	4	2	4	3	3	2	3	3
2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	4	3
4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	2	3	4	4	3
3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2
2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2
2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	1	2	2
1	1	4	3	1	3	4	4	3	4	1	2	2	3	1
3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2
3	3	3	2	2	4	3	4	3	2	3	3	3	3	4
4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4
3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2
2	4	3	3	3	4	3	2	3	4	3	3	1	4	3
2	4	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2
2	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	2	3	3
4	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2
1	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2
4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4
3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3
2	4	3	2	3	4	4	4	2	3	2	4	3	3	2
2	4	3	2	3	3	4	3	3	4	2	3	3	4	2
4	4	3	3	3	3	3	4	2	2	4	4	3	4	4
2	3	3	3	3	2	4	4	3	3	2	3	2	3	3
2	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
2	3	2	3	1	4	3	2	3	3	3	3	2	3	3

1	4	4	1	3	2	4	4	1	4	1	3	2	4	3
3	3	2	3	3	2	3	4	3	2	2	3	2	3	3
2	4	2	2	2	2	3	4	2	3	3	4	2	3	2
3	3	3	3	2	3	3	4	3	4	3	3	2	3	3
4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	1	4	4
4	4	3	3	3	3	3	4	2	2	4	4	3	4	4

Q45	Q46	Q47	Q48	Q49	Q50	Q51	Q52	Q53	Q54	Q55	Q56	Q57	Q58	Q59	Q60	Total
3	4	3	2	4	2	3	3	2	3	2	3	3	3	4	3	177
3	4	2	3	3	3	4	2	2	4	3	4	4	3	4	4	195
2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	163
2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	212
2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	4	3	3	2	3	161
2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	151
2	3	2	2	2	1	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	135
1	3	4	4	1	3	4	1	2	3	4	4	4	1	4	4	168
3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	162
3	3	2	2	3	2	2	1	4	2	2	2	2	3	3	3	164
4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	225
2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	160
2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	4	3	4	4	179
2	4	3	4	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	4	167
3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	171
3	3	3	4	4	2	3	3	2	3	2	3	4	3	3	3	171
2	3	3	4	2	1	3	3	4	3	3	3	3	2	4	4	166
4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	214
3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	165
2	3	4	2	2	1	3	2	4	2	3	4	2	3	3	4	175
3	4	4	3	2	2	4	3	3	3	3	4	2	3	4	4	191
4	4	3	4	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	202
3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	182
3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	2	4	4	197
3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	175
3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	167
1	4	1	4	1	1	4	1	2	4	1	4	1	4	1	4	175
3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	153
2	4	2	2	2	1	3	3	2	3	2	3	3	2	4	4	159
2	4	3	3	2	3	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	182
4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	213
4	4	3	4	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	204

KMQ53	KMQ54	KMQ55	KMQ56	KMQ57	KMQ58	KMQ59	KMQ60	total
.466**	.328	.367*	.350*	.258	.468**	.191	.275	.658**
.007	.067	.039	.050	.154	.007	.295	.128	.000
.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32
.375*	.238	.234	.180	.178	.231	.262	.050	.487**
.035	.190	.198	.324	.328	.203	.148	.785	.005
.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32
.148	-.187	.279	.687**	.375*	.582**	-.097	.248	.387*
.419	.305	.121	.000	.035	.000	.599	.170	.028
.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32
.339	.273	.240	.152	.464**	.368*	-.017	.164	.475**
.058	.131	.185	.405	.007	.038	.925	.368	.006
.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32
.078	.233	.337	.091	.204	.342	.446*	.202	.457**
.669	.200	.059	.622	.264	.055	.011	.266	.008
.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32
.354*	-.049	.375*	.680**	.169	.490**	.029	.264	.351*
.047	.791	.034	.000	.354	.004	.876	.145	.049
.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32
.225	.422*	.703**	.354*	-.014	.353*	.615**	.425*	.687**
.215	.016	.000	.047	.939	.048	.000	.015	.000
.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32
.187	.646**	.557**	.406*	.168	.375*	.469**	.363*	.673**
.305	.000	.001	.021	.359	.034	.007	.041	.000
.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32
.351*	.318	.599**	.596**	.099	.275	.512**	.152	.531**
.049	.076	.000	.000	.591	.128	.003	.406	.002
.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32
-.020	.330	.384*	-.122	.082	.053	.499**	.029	.383*
.913	.065	.030	.507	.654	.774	.004	.874	.030
.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32
.203	.465**	.538**	.151	-.123	.342	.597**	.258	.574**
.265	.007	.001	.410	.502	.055	.000	.154	.001
.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32
.428*	-.028	.430*	.608**	.333	.533**	.048	.294	.574**
.014	.878	.014	.000	.062	.002	.795	.102	.001
.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32
.297	.414*	.455**	.381*	.089	.395*	.122	.493**	.637**
.098	.019	.009	.032	.627	.025	.507	.004	.000
.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32
.404*	.266	.573**	.409*	.586**	.501**	.309	.118	.719**
.022	.141	.001	.020	.000	.003	.086	.521	.000
.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32
.682**	.126	.081	.129	.046	.172	-.146	-.033	.324
.000	.493	.659	.482	.802	.347	.426	.856	.071
.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32
.506**	.418*	.290	.276	-.198	-.084	.125	.119	.319
.003	.017	.108	.126	.278	.646	.496	.516	.075
.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32
-.078	.405*	.436*	.269	.359*	.365*	.282	.348	.518**
.673	.022	.013	.137	.044	.040	.118	.051	.002
.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32
-.014	.108	.023	.022	-.343	-.056	.237	.010	.098
.939	.555	.899	.904	.055	.760	.192	.958	.592
.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32	.32

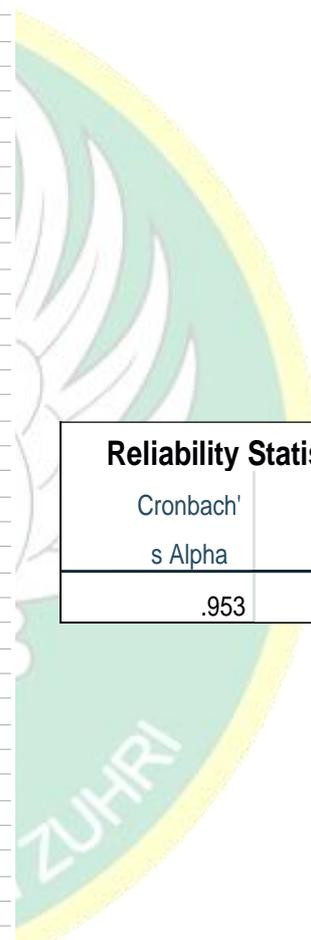


KMQ38	Pearson Correlation	.661**	.227	.265	.408*	.176	.309	.211	.390*	.343	.000	.258
	Sig. (2-tailed)	.000	.212	.143	.020	.334	.086	.247	.027	.055	1.000	.153
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
KMQ39	Pearson Correlation	.509**	.412*	.459**	.359*	.262	.367*	.371*	.380*	.219	.048	.291
	Sig. (2-tailed)	.003	.019	.008	.043	.148	.039	.037	.032	.229	.795	.106
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
KMQ40	Pearson Correlation	.116	.133	.154	-.131	.164	.286	.571**	.309	.603**	.309	.444*
	Sig. (2-tailed)	.526	.468	.401	.474	.370	.112	.001	.085	.000	.085	.011
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
KMQ41	Pearson Correlation	.346	.310	.220	.522**	.436*	.179	.172	.136	-.084	.076	.086
	Sig. (2-tailed)	.053	.084	.227	.002	.013	.326	.348	.458	.649	.680	.638
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
KMQ42	Pearson Correlation	.521**	.412*	.444*	.458**	.290	.394*	.093	-.003	.122	.152	.146
	Sig. (2-tailed)	.002	.019	.011	.008	.107	.026	.615	.988	.506	.407	.424
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
KMQ43	Pearson Correlation	-.419*	-.389*	-.148	-.488**	-.561**	-.114	-.206	-.224	-.101	-.134	-.249
	Sig. (2-tailed)	.017	.028	.420	.005	.001	.534	.258	.218	.584	.465	.169
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
KMQ44	Pearson Correlation	.121	.249	-.218	.000	.386*	-.068	.462**	.244	.000	.397*	.425*
	Sig. (2-tailed)	.511	.170	.231	1.000	.029	.713	.008	.178	1.000	.025	.015
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
KMQ45	Pearson Correlation	.459**	.257	.267	.038	.241	.269	.605**	.675**	.473**	.315	.601**
	Sig. (2-tailed)	.008	.155	.140	.837	.184	.137	.000	.000	.006	.079	.000
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
KMQ46	Pearson Correlation	.325	.377*	.220	.000	.358*	.274	.467**	.329	.380*	.428*	.358*
	Sig. (2-tailed)	.069	.033	.226	1.000	.044	.130	.007	.066	.032	.015	.044
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
KMQ47	Pearson Correlation	.557**	.473**	.196	.373*	.304	.175	-.112	.019	-.104	-.101	-.067
	Sig. (2-tailed)	.001	.006	.282	.035	.091	.337	.543	.919	.571	.582	.716
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
KMQ48	Pearson Correlation	.427*	.598**	.306	.309	.486**	.121	.308	.323	.147	.113	.249
	Sig. (2-tailed)	.015	.000	.089	.086	.005	.509	.086	.072	.423	.537	.169
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
KMQ49	Pearson Correlation	.106	.323	-.234	.069	.057	-.212	.297	.349	.172	.437*	.315
	Sig. (2-tailed)	.565	.071	.198	.707	.756	.243	.098	.050	.346	.012	.079
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
KMQ50	Pearson Correlation	.382*	.158	.164	.627**	.228	.137	.108	.162	-.021	-.136	-.013
	Sig. (2-tailed)	.031	.387	.369	.000	.209	.455	.556	.377	.907	.458	.944
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
KMQ51	Pearson Correlation	.434*	.419*	.165	.070	.310	.138	.615**	.697**	.559**	.360*	.681**
	Sig. (2-tailed)	.013	.017	.367	.703	.084	.453	.000	.000	.001	.043	.000
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
KMQ52	Pearson Correlation	.374*	.278	.137	.359*	.338	-.116	.291	.371*	.013	.300	.256
	Sig. (2-tailed)	.035	.123	.453	.044	.059	.526	.106	.037	.944	.095	.158
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
KMQ53	Pearson Correlation	.466**	.375*	.148	.339	.078	.354*	.225	.187	.351*	-.020	.203
	Sig. (2-tailed)	.007	.035	.419	.058	.669	.047	.215	.305	.049	.913	.265
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
KMQ54	Pearson Correlation	.328	.238	-.187	.273	.233	-.049	.422*	.646**	.318	.330	.465**
	Sig. (2-tailed)	.067	.190	.305	.131	.200	.791	.016	.000	.076	.065	.007
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
KMQ55	Pearson Correlation	.367*	.234	.279	.240	.337	.375*	.703**	.557**	.599**	.384*	.538**
	Sig. (2-tailed)	.039	.198	.121	.185	.059	.034	.000	.001	.000	.030	.001
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
KMQ56	Pearson Correlation	.350*	.180	.687**	.152	.091	.680**	.354*	.406*	.596**	-.122	.151
	Sig. (2-tailed)	.050	.324	.000	.405	.622	.000	.047	.021	.000	.507	.410
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
KMQ57	Pearson Correlation	.258	.178	.375*	.464**	.204	.169	-.014	.168	.099	.082	-.123
	Sig. (2-tailed)	.154	.328	.035	.007	.264	.354	.939	.359	.591	.654	.502
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
KMQ58	Pearson Correlation	.468**	.231	.582**	.368*	.342	.490**	.353*	.375*	.275	.053	.342
	Sig. (2-tailed)	.007	.203	.000	.038	.055	.004	.048	.034	.128	.774	.055
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
KMQ59	Pearson Correlation	.191	.262	-.097	-.017	.446*	.029	.615**	.469**	.512**	.499**	.597**
	Sig. (2-tailed)	.295	.148	.599	.925	.011	.876	.000	.007	.003	.004	.000
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
KMQ60	Pearson Correlation	.275	.050	.248	.164	.202	.264	.425*	.363*	.152	.029	.258
	Sig. (2-tailed)	.128	.785	.170	.368	.266	.145	.015	.041	.406	.874	.154
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
total	Pearson Correlation	.658**	.487**	.387*	.475**	.457**	.351*	.687**	.673**	.531**	.383*	.574**
	Sig. (2-tailed)	.000	.005	.028	.006	.008	.049	.000	.000	.002	.030	.001
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

.162	.523**	.311	.446*	.458**	.169	.322	.587**
.376	.002	.083	.010	.008	.355	.072	.000
32	32	32	32	32	32	32	32
.169	.489**	.411*	.324	.711**	.267	.343	.762**
.355	.005	.020	.071	.000	.140	.055	.000
32	32	32	32	32	32	32	32
.151	.679**	.395*	-.092	.214	.571**	.116	.504**
.411	.000	.025	.616	.239	.001	.527	.003
32	32	32	32	32	32	32	32
.174	.258	.130	.244	.529**	-.010	.368*	.488**
.341	.153	.477	.179	.002	.957	.038	.005
32	32	32	32	32	32	32	32
-.112	.351*	.261	.463**	.542**	.263	.191	.554**
.540	.049	.149	.008	.001	.147	.294	.001
32	32	32	32	32	32	32	32
-.092	-.298	-.014	-.383*	-.494**	-.334	-.298	-.468**
.615	.097	.941	.030	.004	.062	.098	.007
32	32	32	32	32	32	32	32
.177	.430*	.000	.000	.251	.124	.118	.437*
.332	.014	1.000	1.000	.166	.501	.521	.012
32	32	32	32	32	32	32	32
.281	.666**	.450**	.070	.596**	.467**	.582**	.751**
.119	.000	.010	.703	.000	.007	.000	.000
32	32	32	32	32	32	32	32
.090	.579**	.184	.165	.444*	.479**	.198	.526**
.626	.001	.314	.368	.011	.006	.276	.002
32	32	32	32	32	32	32	32
.092	.145	.114	.234	.392*	-.077	.044	.376*
.618	.429	.535	.197	.026	.674	.811	.034
32	32	32	32	32	32	32	32
.120	.441*	.245	.398*	.601**	.254	.533**	.633**
.512	.011	.177	.024	.000	.160	.002	.000
32	32	32	32	32	32	32	32
.637**	.288	.021	-.149	.034	.227	.076	.224
.000	.110	.909	.417	.854	.211	.680	.217
32	32	32	32	32	32	32	32
.136	.320	.106	.368*	.523**	-.021	.456**	.480**
.458	.074	.563	.038	.002	.910	.009	.005
32	32	32	32	32	32	32	32
.451**	.695**	.448*	-.038	.446*	.546**	.175	.766**
.010	.000	.010	.835	.010	.001	.338	.000
32	32	32	32	32	32	32	32
.066	.345	.016	.398*	.428*	.131	.344	.598**
.719	.053	.932	.024	.015	.475	.054	.000
32	32	32	32	32	32	32	32
.431*	.191	.320	-.101	.207	.130	-.062	.458**
.014	.294	.074	.584	.256	.477	.738	.008
32	32	32	32	32	32	32	32
1	.310	.144	-.160	.203	.245	.238	.457**
	.085	.433	.382	.265	.177	.189	.009
32	32	32	32	32	32	32	32
.310	1	.610**	.254	.477**	.437*	.474**	.792**
.085		.000	.161	.006	.012	.006	.000
32	32	32	32	32	32	32	32
.144	.610**	1	.275	.475**	.100	.331	.537**
.433	.000		.128	.006	.586	.064	.002
32	32	32	32	32	32	32	32
-.160	.254	.275	1	.304	-.096	.097	.309
.382	.161	.128		.090	.600	.597	.086
32	32	32	32	32	32	32	32
.203	.477**	.475**	.304	1	.267	.468**	.716**
.265	.006	.006	.090		.139	.007	.000
32	32	32	32	32	32	32	32
.245	.437*	.100	-.096	.267	1	.148	.464**
.177	.012	.586	.600	.139		.420	.008
32	32	32	32	32	32	32	32
.238	.474**	.331	.097	.468**	.148	1	.500**
.189	.006	.064	.597	.007	.420		.004
32	32	32	32	32	32	32	32
.457**	.792**	.537**	.309	.716**	.464**	.500**	1
.009	.000	.002	.086	.000	.008	.004	
32	32	32	32	32	32	32	32

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.953	51



PWB54	PWB55	PWB56	PWB57	PWB58	PWB59	PWB60	total
.006	-.052	-.072	-.204	.017	.016	.255	.061
.975	.777	.695	.263	.928	.931	.159	.739
32	32	32	32	32	32	32	32
.057	.584**	.531**	.213	.047	.297	.458**	.446*
.756	.000	.002	.242	.798	.099	.008	.010
32	32	32	32	32	32	32	32
-.184	-.164	-.038	-.147	.217	.063	.072	.115
.314	.370	.838	.423	.232	.732	.697	.532
32	32	32	32	32	32	32	32
.188	.060	.264	-.162	.285	.112	.358*	.466**
.302	.745	.145	.376	.114	.543	.044	.007
32	32	32	32	32	32	32	32
.175	-.010	.156	.052	.556**	.116	.222	.418*
.338	.957	.392	.776	.001	.526	.223	.017
32	32	32	32	32	32	32	32
.193	.431*	.603**	.205	.374*	.417*	.701**	.717**
.291	.014	.000	.259	.035	.018	.000	.000
32	32	32	32	32	32	32	32
-.134	.048	-.030	.054	-.383*	.221	-.131	-.169
.464	.792	.869	.770	.030	.223	.474	.355
32	32	32	32	32	32	32	32
.030	.565**	.591**	.360*	.132	.321	.389*	.572**
.872	.001	.000	.043	.471	.073	.028	.001
32	32	32	32	32	32	32	32
.322	-.081	.051	.116	-.136	.078	-.084	.152
.072	.660	.783	.529	.459	.670	.649	.407
32	32	32	32	32	32	32	32
.124	.272	.167	.110	.413*	.181	.144	.543**
.501	.132	.362	.551	.019	.320	.432	.001
32	32	32	32	32	32	32	32
.462**	.125	.277	.117	.009	.022	.181	.368*
.008	.496	.124	.523	.961	.904	.321	.038
32	32	32	32	32	32	32	32
.301	.236	.585**	.007	.389*	.035	.294	.626**
.095	.193	.000	.971	.028	.848	.102	.000
32	32	32	32	32	32	32	32
.297	-.029	.312	-.033	-.057	.064	.524**	.316
.098	.874	.082	.860	.758	.726	.002	.078
32	32	32	32	32	32	32	32
.464**	.407*	.663**	.237	.404*	.324	.684**	.717**
.007	.021	.000	.192	.022	.070	.000	.000
32	32	32	32	32	32	32	32
.198	.505**	.380*	.460**	.017	.484**	.226	.580**
.277	.003	.032	.008	.926	.005	.214	.000
32	32	32	32	32	32	32	32
-.002	-.011	.103	.060	.443*	.010	.155	.237
.991	.951	.576	.745	.011	.958	.398	.191
32	32	32	32	32	32	32	32
.035	.191	.228	.138	.334	.153	.293	.328
.848	.296	.210	.450	.061	.403	.104	.067
32	32	32	32	32	32	32	32
.390*	.247	.405*	.182	.458**	.106	.434*	.548**
.027	.173	.021	.317	.008	.564	.013	.001
32	32	32	32	32	32	32	32



.184	.103	.009	.152	-.001	.583**	.086	.181	.555**
.314	.575	.963	.405	.994	.000	.642	.321	.001
32	32	32	32	32	32	32	32	32
.024	.456**	.339	.558**	.162	.145	.271	.657**	.616**
.896	.009	.058	.001	.377	.429	.134	.000	.000
32	32	32	32	32	32	32	32	32
.006	.321	.460**	.334	.444*	.118	.210	.288	.431*
.974	.074	.008	.062	.011	.519	.249	.110	.014
32	32	32	32	32	32	32	32	32
.123	.418*	-.024	.215	-.057	.725**	-.238	.116	.561**
.503	.017	.897	.238	.758	.000	.190	.526	.001
32	32	32	32	32	32	32	32	32
.009	.246	.195	.323	.127	.328	.244	.318	.461**
.962	.174	.284	.071	.489	.067	.179	.076	.008
32	32	32	32	32	32	32	32	32
-.032	.348	.290	.536**	.361*	.043	.517**	.727**	.504**
.860	.051	.107	.002	.042	.813	.002	.000	.003
32	32	32	32	32	32	32	32	32
-.186	.454**	.074	.328	.007	-.212	.159	.412*	.292
.309	.009	.685	.067	.969	.243	.385	.019	.105
32	32	32	32	32	32	32	32	32
.002	.002	.276	.111	.353*	.117	.315	.384*	.212
.993	.992	.127	.547	.048	.522	.079	.030	.244
32	32	32	32	32	32	32	32	32
.284	.127	.011	.047	.106	.663**	-.066	.040	.399*
.115	.487	.954	.800	.563	.000	.718	.827	.024
32	32	32	32	32	32	32	32	32
-.411*	.530**	-.065	.238	.193	.076	-.086	.234	.223
.019	.002	.722	.189	.289	.679	.638	.197	.221
32	32	32	32	32	32	32	32	32
.297	.379*	.368*	.672**	.223	.334	-.027	.365*	.670**
.099	.033	.038	.000	.220	.061	.885	.040	.000
32	32	32	32	32	32	32	32	32
.336	.114	.302	.300	.460**	.448*	.074	.048	.547**
.060	.536	.093	.095	.008	.010	.686	.796	.001
32	32	32	32	32	32	32	32	32
.177	.197	-.027	.223	-.013	.563**	.208	.490**	.504**
.331	.279	.882	.219	.944	.001	.252	.004	.003
32	32	32	32	32	32	32	32	32
-.004	.452**	.272	.568**	.172	.237	-.041	.490**	.558**
.984	.009	.132	.001	.348	.192	.823	.004	.001
32	32	32	32	32	32	32	32	32
.200	.163	.394*	.277	.529**	.237	.241	.005	.510**
.272	.374	.026	.124	.002	.192	.183	.976	.003
32	32	32	32	32	32	32	32	32
.236	.090	.071	.313	.071	.530**	.010	.242	.597**
.194	.625	.699	.081	.700	.002	.957	.181	.000
32	32	32	32	32	32	32	32	32
.453**	.065	.293	.047	.268	.065	.451**	.132	.390*
.009	.725	.103	.800	.138	.722	.010	.470	.027
32	32	32	32	32	32	32	32	32
-.054	.235	.274	.495**	-.075	.110	.004	.392*	.392*
.770	.196	.129	.004	.683	.551	.982	.027	.026
32	32	32	32	32	32	32	32	32
.131	.208	.220	.468**	.145	.296	.083	.497**	.428*
.475	.252	.227	.007	.427	.100	.652	.004	.015
32	32	32	32	32	32	32	32	32
.302	.277	.380*	.096	.473**	.004	.193	.054	.429*
.093	.125	.032	.600	.006	.985	.290	.768	.014
32	32	32	32	32	32	32	32	32



PWB39	Pearson Correlation	.139	.218	-.274	.430 [†]	-.112	.242	-.182	.147	.113	.286	.411 [†]
	Sig. (2-tailed)	.448	.230	.129	.014	.541	.182	.319	.423	.538	.112	.019
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
PWB40	Pearson Correlation	-.138	-.044	.080	.049	.448 [†]	.307	-.277	.164	.068	.366 [†]	.124
	Sig. (2-tailed)	.451	.812	.662	.790	.010	.088	.125	.370	.710	.040	.499
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
PWB41	Pearson Correlation	.374 [†]	.009	.355 [†]	.079	.357 [†]	.498 ^{**}	-.193	.108	-.068	.005	-.031
	Sig. (2-tailed)	.035	.961	.046	.665	.045	.004	.291	.556	.711	.980	.865
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
PWB42	Pearson Correlation	.194	.433 [†]	.257	.372 [†]	.146	.459 ^{**}	.068	.413 [†]	.040	.223	.034
	Sig. (2-tailed)	.287	.013	.156	.036	.427	.008	.712	.019	.829	.220	.852
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
PWB43	Pearson Correlation	-.008	.393 [†]	.135	.612 ^{**}	.274	.600 ^{**}	-.215	.470 ^{**}	-.040	.469 ^{**}	.214
	Sig. (2-tailed)	.965	.026	.462	.000	.130	.000	.237	.007	.826	.007	.239
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
PWB44	Pearson Correlation	-.049	-.082	.254	.238	.483 ^{**}	.396 [†]	-.209	.193	.156	.339	.113
	Sig. (2-tailed)	.792	.656	.160	.190	.005	.025	.251	.289	.394	.058	.536
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
PWB45	Pearson Correlation	-.109	-.037	.220	-.050	.456 ^{**}	.296	-.104	.202	.251	.430 [†]	.102
	Sig. (2-tailed)	.554	.839	.226	.788	.009	.100	.571	.268	.165	.014	.579
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
PWB46	Pearson Correlation	.217	.468 ^{**}	.201	.415 [†]	.502 ^{**}	.371 [†]	.048	.391 [†]	-.283	.199	-.130
	Sig. (2-tailed)	.234	.007	.269	.018	.003	.037	.795	.027	.116	.274	.479
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
PWB47	Pearson Correlation	.137	.285	-.174	.178	-.057	.474 ^{**}	.008	.452 ^{**}	.119	.592 ^{**}	.380 [†]
	Sig. (2-tailed)	.455	.114	.341	.329	.755	.006	.963	.009	.515	.000	.032
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
PWB48	Pearson Correlation	-.047	.552 ^{**}	-.026	.309	.214	.437 [†]	-.201	.377 [†]	.004	.228	.230
	Sig. (2-tailed)	.799	.001	.888	.085	.240	.012	.269	.033	.984	.210	.205
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
PWB49	Pearson Correlation	.071	.028	.280	.063	.326	.296	-.124	.291	.030	.450 ^{**}	-.047
	Sig. (2-tailed)	.700	.879	.120	.731	.068	.100	.498	.106	.871	.010	.797
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
PWB50	Pearson Correlation	-.209	.412 [†]	-.133	.133	.111	.371 [†]	-.162	.544 ^{**}	.147	.495 ^{**}	.292
	Sig. (2-tailed)	.251	.019	.467	.467	.546	.037	.377	.001	.422	.004	.104
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
PWB51	Pearson Correlation	.013	.516 ^{**}	-.036	.331	.148	.584 ^{**}	-.308	.368 [†]	-.122	.302	.185
	Sig. (2-tailed)	.942	.003	.847	.064	.419	.000	.086	.038	.507	.093	.312
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
PWB52	Pearson Correlation	-.144	-.095	-.134	.039	.190	.192	-.032	.183	.246	.314	.299
	Sig. (2-tailed)	.432	.606	.465	.831	.298	.293	.863	.317	.175	.081	.097
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
PWB53	Pearson Correlation	.047	.161	.026	.090	.210	.395 [†]	-.056	.296	-.004	.168	-.015
	Sig. (2-tailed)	.799	.379	.888	.625	.248	.025	.759	.100	.984	.359	.934
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
PWB54	Pearson Correlation	.006	.057	-.184	.188	.175	.193	-.134	.030	.322	.124	.462 ^{**}
	Sig. (2-tailed)	.975	.756	.314	.302	.338	.291	.464	.872	.072	.501	.008
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
PWB55	Pearson Correlation	-.052	.584 ^{**}	-.164	.060	-.010	.431 [†]	.048	.565 ^{**}	-.081	.272	.125
	Sig. (2-tailed)	.777	.000	.370	.745	.957	.014	.792	.001	.660	.132	.496
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
PWB56	Pearson Correlation	-.072	.531 ^{**}	-.038	.264	.156	.603 ^{**}	-.030	.591 ^{**}	.051	.167	.277
	Sig. (2-tailed)	.695	.002	.838	.145	.392	.000	.869	.000	.783	.362	.124
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
PWB57	Pearson Correlation	-.204	.213	-.147	-.162	.052	.205	.054	.360 [†]	.116	.110	.117
	Sig. (2-tailed)	.263	.242	.423	.376	.776	.259	.770	.043	.529	.551	.523
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
PWB58	Pearson Correlation	.017	.047	.217	.285	.556 ^{**}	.374 [†]	-.383 [†]	.132	-.136	.413 [†]	.009
	Sig. (2-tailed)	.928	.798	.232	.114	.001	.035	.030	.471	.459	.019	.961
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
PWB59	Pearson Correlation	.016	.297	.063	.112	.116	.417 [†]	.221	.321	.078	.181	.022
	Sig. (2-tailed)	.931	.099	.732	.543	.526	.018	.223	.073	.670	.320	.904
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
PWB60	Pearson Correlation	.255	.458 ^{**}	.072	.358 [†]	.222	.701 ^{**}	-.131	.389 [†]	-.084	.144	.181
	Sig. (2-tailed)	.159	.008	.697	.044	.223	.000	.474	.028	.649	.432	.321
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
total	Pearson Correlation	.061	.446 [†]	.115	.466 ^{**}	.418 [†]	.717 ^{**}	-.169	.572 ^{**}	.152	.543 ^{**}	.368 [†]
	Sig. (2-tailed)	.739	.010	.532	.007	.017	.000	.355	.001	.407	.001	.038
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed)

.206	-.248	.596**	.129	.474**	.284	.094	.115	.570**	.457**
.259	.171	.000	.482	.006	.116	.609	.530	.001	.009
32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
.422*	.450**	.083	.355*	.205	.466**	.535**	.288	.177	.580**
.016	.010	.651	.046	.261	.007	.002	.110	.333	.001
32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
.235	.321	.145	.278	.424*	.238	.415*	.238	.504**	.504**
.196	.073	.428	.124	.016	.189	.018	.190	.003	.003
32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
.135	.590**	.018	.500**	.355*	-.015	.112	.210	.182	.464**
.462	.000	.922	.004	.046	.933	.542	.248	.320	.007
32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
.250	.171	.107	.277	.558**	.123	.544**	.122	.482**	.722**
.167	.349	.560	.124	.001	.502	.001	.507	.005	.000
32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
.214	.435*	.153	.233	.212	.247	.699**	.106	.156	.645**
.240	.013	.403	.200	.243	.173	.000	.565	.392	.000
32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
.416*	.363*	.035	.282	.166	.378*	.500**	.324	.015	.587**
.018	.041	.851	.118	.364	.033	.004	.070	.937	.000
32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
-.035	.027	.423*	.302	.346	.110	.309	.298	.607**	.516**
.849	.885	.016	.093	.053	.549	.085	.098	.000	.002
32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
.477**	.349*	.221	.644**	.464**	.385*	.101	.416*	.373*	.595**
.006	.050	.224	.000	.008	.030	.582	.018	.035	.000
32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
.112	.049	.426*	.391*	.460**	.363*	.308	.187	.579**	.602**
.542	.789	.015	.027	.008	.041	.087	.306	.001	.000
32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
.401*	.207	.182	.290	.131	.381*	.428*	.313	-.004	.582**
.023	.256	.319	.107	.474	.031	.015	.082	.981	.000
32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
.354*	.339	.244	.679**	.477**	.590**	.359*	.223	.260	.757**
.047	.058	.179	.000	.006	.000	.044	.219	.150	.000
32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
.075	.011	.486**	.496**	.762**	.338	.423*	.190	.658**	.658**
.683	.951	.005	.004	.000	.058	.016	.298	.000	.000
32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
1	.218	.347	.224	.245	.422*	.143	.186	.058	.445*
	.231	.052	.217	.177	.016	.434	.308	.754	.011
32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
.218	1	-.055	.565**	.201	.138	.197	.153	.122	.369*
.231		.766	.001	.270	.451	.279	.402	.507	.038
32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
.347	-.055	1	.203	.424*	.255	.163	.062	.395*	.472**
.052	.766		.266	.016	.159	.373	.734	.025	.006
32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
.224	.565**	.203	1	.546**	.511**	.073	.435*	.419*	.586**
.217	.001	.266		.001	.003	.692	.013	.017	.000
32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
.245	.201	.424*	.546**	1	.382*	.320	.140	.570**	.694**
.177	.270	.016	.001		.031	.074	.446	.001	.000
32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
.422*	.138	.255	.511**	.382*	1	.005	.503**	.330	.485**
.016	.451	.159	.003	.031		.980	.003	.065	.005
32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
.143	.197	.163	.073	.320	.005	1	-.233	.221	.551**
.434	.279	.373	.692	.074	.980		.200	.223	.001
32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
.186	.153	.062	.435*	.140	.503**	-.233	1	.411*	.398*
.308	.402	.734	.013	.446	.003	.200		.019	.024
32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
.058	.122	.395*	.419*	.570**	.330	.221	.411*	1	.639**
.754	.507	.025	.017	.001	.065	.223	.019		.000
32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
.445*	.369*	.472**	.586**	.694**	.485**	.551**	.398*	.639**	1
.011	.038	.006	.000	.000	.005	.001	.024	.000	
32	32	32	32	32	32	32	32	32	32

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.949	50

Lampiran 7. Kuesioner Penelitian Variabel X

KUESIONER KEMAMPUAN MEMBACA DAN MENGHAFAL AL-QUR'AN PADA SANTRI RUMAH TAHFIDZ BUQ PURWOKERTO

Tujuan kuesioner ini adalah untuk mengetahui tingkat kemampuan menghafal Al-Qur'an Anda. Kami sangat mengharapkan kerjasama Anda untuk mengisi atau menjawab setiap pernyataan yang diajukan di dalam kuesioner dengan sejujurnya. Data yang didapat dari kuesioner ini nantinya akan digunakan sebagai penelitian, dan akan terjamin kerahasiaannya.

Petunjuk Pengisian

1. Bacalah setiap pernyataan dengan seksama
2. Berilah tanda (√) pada kolom penilaian yang sesuai dengan kondisi Anda
3. Tidak ada jawaban yang benar atau salah
4. Kejujuran Anda sangat berharga bagi keakuratan penelitian ini

Keterangan:

SS: Sangat Setuju

S: Setuju

TS: Tidak Setuju

STS: Sangat Tidak Setuju

Identitas Diri:

Nama :

Usia :

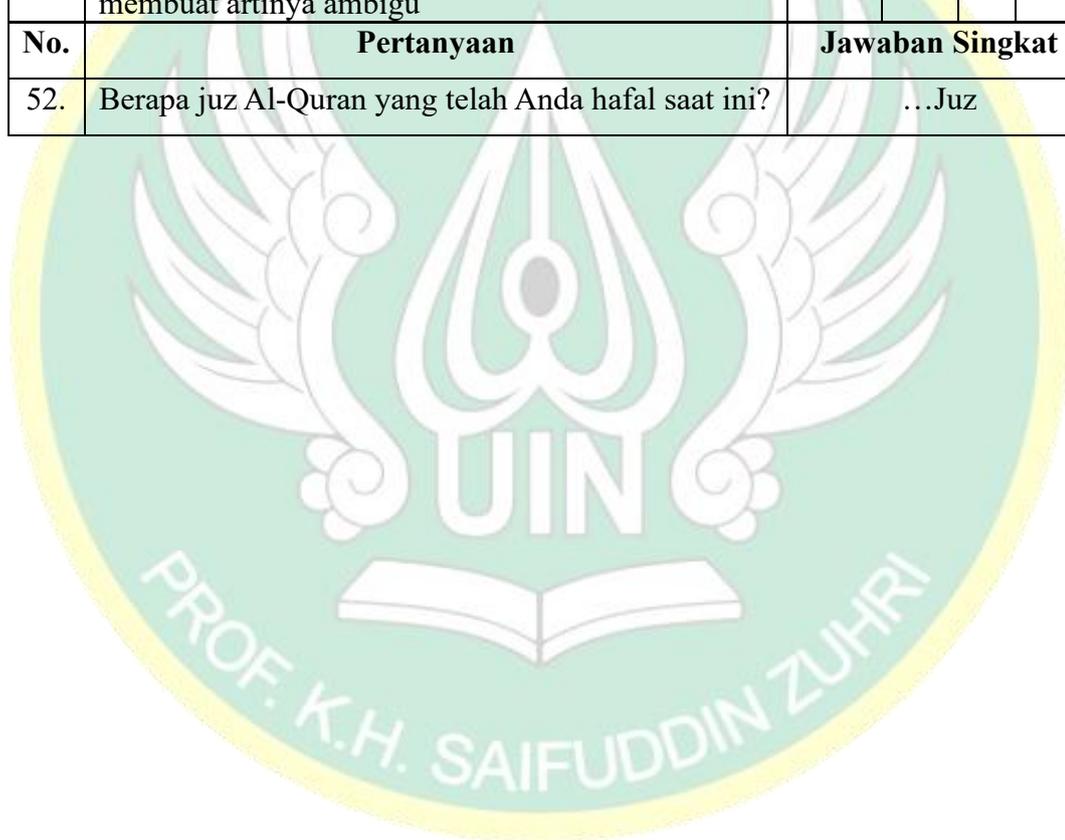
Alamat :

No.	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1.	Saya selalu memastikan setiap huruf yang saya baca keluar dari tempat yang tepat (<i>makhorijul huruf</i>)				
2.	Saya selalu menerapkan hukum nun mati atau tanwin, seperti <i>idgham</i> , <i>ikhfa</i> , <i>idzhar</i> , dan <i>iqlab</i> , dengan benar				
3.	Saya merasa bisa menambah hafalan Al-Qur'an dengan lancar setiap harinya				
4.	Saya hanya lancar dalam melafalkan hafalan di bagian awal juz atau surah				
5.	Saya dapat dengan mudah membedakan antara hukum nun mati/tanwin saat membaca Al-Qur'an				
6.	Saya jarang dikoreksi ustadz dalam melafalkan ayat karena selalu sesuai dengan <i>makhraj</i> -nya				
7.	Saya mampu membaca Al-Qur'an dengan lancar dan tanpa kesalahan, meskipun saya belum terlalu familiar dengan ayat-ayat tersebut				
8.	Ketika menyeter hafalan baru, saya merasa kurang lancar dan sering mengalami jeda-jeda saat melafalkannya				
9.	Saya merasa mudah menjaga konsistensi dalam melafalkan huruf-huruf sesuai <i>makhraj</i> -nya				

10.	Ketika membaca dalam suasana terburu-buru, saya cenderung melewati bacaan <i>tartil</i> dan membaca secara asal				
11.	Saya menyetorkan hafalan baru sesuai target yang ada				
12.	Ada beberapa huruf yang sering saya baca dengan cara yang sama, meskipun sebenarnya tempat keluarnya berbeda				
13.	Saya selalu menerapkan hukum tajwid yang tepat pada <i>mim mati</i> , seperti <i>idgham mimi</i> , <i>ikhfa syafawi</i> , dan <i>idzhar syafawi</i>				
14.	Saya sering melanjutkan bacaan tanpa memperhatikan tanda <i>waqaf</i> , sehingga kalimatnya tidak jelas				
15.	Ketika menyetor hafalan lama, saya merasa ada jeda-jeda yang membuat hafalan kurang lancar				
16.	Saya memperhatikan cara <i>waqaf</i> yang sesuai dalam membaca Al-Qur'an				
17.	Saya mampu membaca Al-Qur'an dengan lancar tanpa sering terbata-bata				
18.	Saya sering mengabaikan pelafalan sifat huruf karena tidak yakin dengan cara pengucapannya				
19.	Saya telah menguasai teknik membaca Al-Qur'an yang baik, sehingga saya dapat membaca dengan lancar dan tanpa kesulitan				
20.	Saya rutin mengulang hafalan lama dan merasa lancar dalam mengingatnya kembali				
21.	Saya kadang tidak memperhatikan panjang bacaan <i>mad</i> , terutama saat membaca dalam kelompok				
22.	Saya merasa mudah untuk menyeimbangkan antara ketenangan dan kelancaran dalam membaca Al-Qur'an				
23.	Saya teliti dalam membaca hukum <i>mim mati</i> sehingga tidak ada kesalahan				
24.	Saya memahami perbedaan sifat huruf <i>tafkhim</i> (tebal) dan <i>tarqiq</i> (tipis) ketika membaca Al-Qur'an				
25.	Saya merasa dapat melafalkan semua huruf Al-Qur'an dengan <i>makhraj</i> yang tepat				
26.	Saat menghadapi bacaan <i>mim mati</i> , saya sering tidak yakin apakah harus menggunakan <i>idzar syafawi</i> atau <i>ikhfa syafawi</i>				
27.	Saya selalu memperhatikan sifat-sifat huruf seperti <i>hams</i> , <i>jahr</i> , <i>syiddah</i> , dan lainnya dalam setiap bacaan Al-Qur'an				

28.	Saya memahami pembagian hukum <i>mim mati</i> dalam tajwid secara detail				
29.	Saya sering dikoreksi ustadz dalam melafalkan ayat karena tidak sesuai dengan sifat huruf yang berlaku				
30.	Saya mampu membedakan berbagai jenis <i>waqaf</i> , seperti <i>waqaf saktah</i> , <i>waqaf jaiz</i> , <i>waqaf aula</i> , dan lainnya, serta menerapkannya dengan tepat				
31.	Saya selalu memperhatikan panjang pendek bacaan ketika membaca Al-Qur'an				
32.	Saya mampu melanjutkan bacaan ayat Al-Qur'an dari titik mana pun dalam surah atau juz yang telah saya hafal dengan lancar dan fleksibel				
33.	Saya sering bingung dan lupa ayat selanjutnya ketika diminta mulai dari tengah hafalan				
34.	Panjang bacaan <i>mad</i> yang saya baca selalu sesuai aturan tajwid				
35.	Saya bisa mengidentifikasi kesalahan hafalan saya dengan cepat tanpa bantuan orang lain				
36.	Saya yakin dalam melafalkan huruf sesuai dengan sifat-sifat yang benar				
37.	Saya sering dikoreksi ustadz dalam melafalkan ayat karena tidak sesuai dengan hukum <i>nun mati/ tanwin</i> yang berlaku				
38.	Saya dapat mempertahankan fokus untuk menemukan dan memperbaiki kesalahan dalam hafalan saya				
39.	Saya selalu memperhatikan dengan detail dalam membaca Al-Qur'an, sehingga panjang pendeknya konsisten				
40.	Saya menjaga tempo bacaan Al-Qur'an agar tetap tenang dan jelas sesuai kaidah <i>tartil</i>				
41.	Saya mampu membedakan berbagai jenis <i>mad</i> , seperti <i>mad thabi'i</i> , <i>mad arid lissukun</i> , <i>mad wajib muttasil</i> , dan lainnya, serta menerapkannya dengan tepat				
42.	Saya selalu membaca Al-Qur'an dengan <i>tartil</i> , memperhatikan kecepatan dan ketelitian				
43.	Kadang-kadang saya menghiraukan hukum <i>nun mati/tanwin</i> karena terburu-buru dalam membaca				
44.	Saat membaca Al-Qur'an, saya memperhatikan tanda <i>waqaf</i> untuk berhenti dan memulai sesuai aturan				
45.	Saya merasa kemampuan saya dalam mengulang hafalan lama sangat baik dan konsisten				

46.	Saya selalu dapat menjaga konsentrasi saat membaca, sehingga bacaan saya menjadi lebih lancar				
47.	Saya sering mengulang kesalahan yang sama dalam setoran hafalan karena lambat menyadarinya dan sulit memperbaikinya dengan cepat				
48.	Saya mengalami kesulitan untuk menambah hafalan				
49.	Saya selalu percaya diri saat membaca hukum nun mati dan tanwin dengan tepat				
50.	Saya merasa perlu untuk meningkatkan pemahaman saya tentang hukum tajwid <i>mim mati</i> agar dapat membaca dengan lebih akurat dan tanpa keraguan				
51.	Saya memperhatikan cara <i>ibtida'</i> yang sesuai, sehingga kalimatnya menjadi jelas dan tidak membuat artinya ambigu				
No.	Pertanyaan	Jawaban Singkat			
52.	Berapa juz Al-Quran yang telah Anda hafal saat ini?	...Juz			



Lampiran 8. Kuesioner Penelitian Variabel Y

KUESIONER *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* (PWB) PADA SANTRI RUMAH TAHFIDZ BUQ PURWOKERTO

Tujuan kuesioner ini adalah untuk mengetahui tingkat kesejahteraan psikologis Anda. Kami sangat mengharapkan kerjasama Anda untuk mengisi atau menjawab setiap pernyataan yang diajukan di dalam kuesioner dengan sejujur-jujurnya. Data yang didapat dari kuesioner ini nantinya akan digunakan sebagai penelitian, dan akan terjamin kerahasiaannya.

Petunjuk Pengisian

Bacalah setiap pernyataan dengan seksama

Berilah tanda (√) pada kolom penilaian yang sesuai dengan kondisi Anda

Tidak ada jawaban yang benar atau salah

Kejujuran Anda sangat berharga bagi keakuratan penelitian ini

Keterangan:

SS: Sangat Setuju

S: Setuju

TS: Tidak Setuju

STS: Sangat Tidak

Identitas Diri:

Nama :

Usia :

Alamat :

No.	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1.	Saya merasa yakin terhadap arah hidup yang saya pilih				
2.	Saya dapat mengelola lingkungan sekitar saya agar sesuai dengan kebutuhan dan tujuan saya				
3.	Saya merasa mampu berkomunikasi dengan baik dengan orang-orang di sekitar saya				
4.	Saya sadar akan potensi dan kekuatan diri saya				
5.	Saya mampu menentukan tujuan hidup secara spesifik dan terarah				
6.	Saya cenderung pasrah dengan kondisi lingkungan, meskipun itu tidak mendukung kebutuhan dan tujuan saya				
7.	Saya mampu membuat keputusan penting tanpa harus bergantung pada pendapat orang lain				

8.	Saya jarang menyadari kekuatan diri saya, sehingga sulit bagi saya untuk maju				
9.	Saya secara konsisten merencanakan langkah-langkah untuk mencapai cita-cita saya				
10.	Saya sering merasa tidak mampu membuat keputusan sendiri tanpa dipengaruhi oleh pendapat orang lain				
11.	Saya merasa tidak perlu berkembang lebih jauh karena puas dengan kondisi saya saat ini				
12.	Saya dapat menerima kekurangan yang saya miliki tanpa merasa minder				
13.	Saya memiliki motivasi yang tinggi untuk mencapai tujuan hidup saya				
14.	Saya cenderung menghindari tanggung jawab ketika keputusan yang saya buat berakhir dengan hasil yang tidak diharapkan				
15.	Saya merasa mampu menghadapi tekanan dari lingkungan baru dengan percaya diri				
16.	Saya sering memberikan dukungan sosial kepada orang lain yang membutuhkan				
17.	Saya memiliki keinginan kuat untuk terus memperbaiki diri dalam bidang yang saya minati				
18.	Saya cenderung menghindari lingkungan baru karena takut menghadapi tantangan yang ada				
19.	Saya tetap gigih memperjuangkan tujuan meski menghadapi berbagai kesulitan				
20.	Saya merasa kelebihan saya tidak terlalu berarti karena banyak kekurangan yang saya miliki				
21.	Saya menghargai usaha yang saya lakukan meskipun hasilnya tidak selalu sempurna.				
22.	Saya merasa hidup saya terarah karena saya memiliki tujuan yang jelas				
23.	Saya mampu menilai berbagai informasi dengan cermat untuk membuat keputusan yang bijak				
24.	Saya merasa mahir memanfaatkan sumber daya di sekitar untuk mencapai tujuan saya				
25.	Saya merasa nyaman berinteraksi dengan teman seasrama saya				
26.	Saya percaya bahwa saya memiliki potensi besar untuk mencapai tujuan saya				
27.	Saya percaya bahwa kelebihan dan kekurangan adalah bagian dari diri saya yang unik				
28.	Saya sering merasa kurang termotivasi untuk bekerja keras dalam mencapai tujuan hidup saya				

29.	Saya bertanggung jawab atas setiap hasil dari keputusan yang saya ambil tanpa menyalahkan orang lain				
30.	Saya sering merasa cemas dan kewalahan ketika harus beradaptasi di lingkungan yang baru				
31.	Saya sering menerima dukungan emosional dari orang-orang di sekitar saya				
32.	Saya sering merasa kecewa dengan diri sendiri karena tidak mencapai standar tertentu				
33.	Saya merasa optimis dan yakin bahwa usaha saya akan membawa saya ke tujuan yang saya inginkan				
34.	Saya mudah terpengaruh oleh ekspektasi orang lain dalam membuat keputusan				
35.	Saya mampu beradaptasi dengan baik dalam lingkungan baru yang menantang				
36.	Saya dengan senang hati memberikan dukungan atau bantuan kepada teman dan keluarga saat mereka membutuhkan				
37.	Saya merasa tidak yakin bahwa saya memiliki potensi yang cukup untuk mencapai hal-hal besar dalam hidup				
38.	Saya selalu antusias dan bersemangat untuk belajar hal-hal baru				
39.	Saya ikhlas menerima keadaan diri saya dan tidak malu dengan apa yang saya miliki				
40.	Saya sering bingung mengenai apa yang sebenarnya ingin saya capai dalam hidup				
41.	Saya yakin bahwa setiap keputusan yang saya buat adalah hasil pertimbangan yang matang dan saya siap menghadapi konsekuensinya				
42.	Saya sering merasa kesulitan menyesuaikan lingkungan dengan kebutuhan dan tujuan saya				
43.	Hubungan saya dengan <i>asatidz</i> sangat akrab, sehingga mudah berdiskusi secara terbuka				
44.	Saya selalu terbuka terhadap perubahan dan tantangan untuk pertumbuhan pribadi saya				
45.	Saya selalu aktif mencari kesempatan untuk mengembangkan diri di luar rutinitas harian				
46.	Saya bangga dengan keunikan yang saya miliki dibandingkan dengan orang lain				
47.	Saya sering menyalahkan keadaan atau orang lain ketika keputusan yang saya ambil menghasilkan konsekuensi negatif				
48.	Saya tetap tenang dan fokus meskipun dihadapkan pada perubahan mendadak dalam lingkungan sekitar				

49.	Saya selalu mendengarkan dengan penuh perhatian ketika orang lain menceritakan masalah mereka				
50.	Saya merasa nyaman dengan kelebihan yang saya miliki dan tidak merasa sombong karenanya				



Lampiran 9. Tabulasi Data Penelitian Variabel X

R	Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	Q6	Q7	Q8	Q9	Q10	Q11	Q12	Q13	Q14
R1	4	4	3	1	4	3	3	2	4	1	3	1	4	1
R2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2
R3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3
R4	4	4	3	4	4	3	2	2	3	4	3	4	4	4
R5	4	4	3	3	4	3	3	2	4	2	4	4	3	2
R6	2	1	2	2	2	2	2	2	3	3	1	3	1	2
R7	4	4	3	2	4	2	2	1	3	3	3	4	4	4
R8	3	3	2	1	3	1	2	1	2	1	2	2	3	3
R9	2	1	1	3	2	3	2	3	2	1	2	2	2	2
R10	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3
R11	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	3
R12	3	3	3	3	4	3	2	2	2	2	3	2	3	3
R13	2	1	2	2	2	3	3	4	3	3	2	2	2	3
R14	4	4	3	4	4	2	3	2	3	1	3	2	4	1
R15	3	3	2	1	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3
R16	4	4	3	2	4	4	3	3	3	4	2	4	4	3
R17	4	3	3	2	3	3	3	2	3	1	3	2	3	2
R18	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3
R19	4	4	3	4	4	2	3	2	3	3	3	2	4	3
R20	3	3	3	2	3	1	2	1	2	3	3	2	3	3
R21	4	4	4	2	4	4	3	3	3	3	3	2	4	4
R22	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	4
R23	3	3	3	3	3	1	2	2	2	2	2	1	3	1
R24	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3
R25	3	2	2	3	2	1	2	1	2	3	3	1	2	4
R26	3	4	2	3	4	4	3	2	3	2	3	3	4	4
R27	3	3	2	3	3	3	3	1	3	2	2	2	3	4

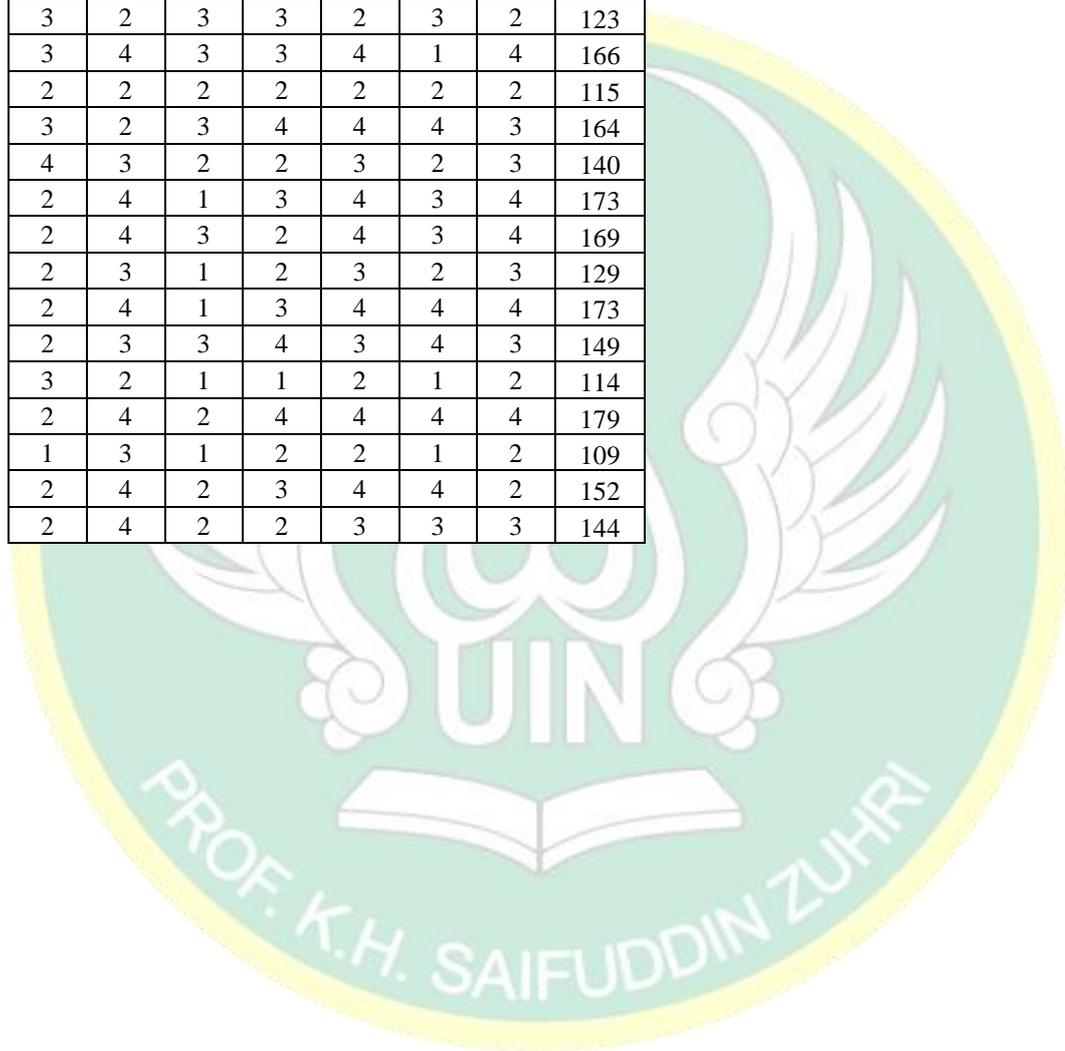
Q15	Q16	Q17	Q18	Q19	Q20	Q21	Q22	Q23	Q24	Q25	Q26	Q27	Q28	Q29
2	3	4	1	4	4	1	3	3	3	4	1	3	3	3
2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2
3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3
2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
3	2	4	2	3	1	3	2	2	2	3	2	3	2	2
2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2
3	4	4	4	3	2	4	3	4	4	4	4	4	4	3
1	4	2	2	2	3	2	4	2	4	2	1	2	2	1
3	2	1	2	2	2	3	1	2	2	1	2	2	2	3
3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2
2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	1
3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2
3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3
2	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	1	4	4	2
2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2

3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3
2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2
1	4	4	3	4	2	4	4	4	4	3	4	3	4	3
1	4	4	3	4	3	1	3	4	4	4	4	3	3	3
3	4	2	3	2	2	4	2	3	3	2	3	3	3	2
1	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4
2	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3
2	4	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2
1	4	4	4	4	2	1	4	4	4	4	4	4	4	4
2	4	2	3	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	1
1	4	3	3	4	2	2	3	3	3	1	3	3	3	3
1	4	4	1	4	2	1	3	4	3	3	4	2	3	3

Q30	Q31	Q32	Q33	Q34	Q35	Q36	Q37	Q38	Q39	Q40	Q41	Q42	Q43	Q44
2	3	3	2	4	3	3	1	3	3	4	4	4	1	4
3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3
2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2
4	4	3	3	3	2	4	2	4	4	4	4	4	2	4
2	3	1	3	2	3	3	3	2	1	2	2	2	1	2
2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2
4	4	2	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4
1	3	2	1	2	2	3	1	2	3	2	3	2	1	3
2	3	2	3	2	2	2	3	2	1	1	2	2	2	2
2	3	2	1	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3
2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3
2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3
2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2
4	4	3	2	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4
2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3
3	4	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	4	3
3	3	3	1	4	4	4	1	4	3	3	3	3	2	3
4	4	2	2	4	2	4	4	2	4	4	4	4	4	4
4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4
3	3	2	1	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3
4	4	1	1	4	1	4	4	2	4	4	4	4	4	4
3	3	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3
4	3	3	2	3	1	2	1	1	3	3	2	3	2	4
4	4	2	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4
3	3	1	1	3	1	2	1	2	3	3	2	3	2	4
4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4
4	4	2	2	4	2	3	3	2	4	4	3	4	2	3

Q45	Q46	Q47	Q48	Q49	Q50	Q51	Total
3	4	2	2	4	1	4	144
3	3	2	2	3	2	3	137
2	2	3	3	2	3	2	118

2	3	2	3	4	1	4	176
2	2	4	3	2	4	2	132
2	2	2	2	2	3	2	105
2	4	3	3	4	3	4	176
1	2	1	1	4	1	3	107
2	2	2	1	2	4	2	104
3	3	3	3	3	1	2	129
2	3	3	3	2	2	3	119
2	2	2	3	3	2	2	132
3	2	3	3	2	3	2	123
3	4	3	3	4	1	4	166
2	2	2	2	2	2	2	115
3	2	3	4	4	4	3	164
4	3	2	2	3	2	3	140
2	4	1	3	4	3	4	173
2	4	3	2	4	3	4	169
2	3	1	2	3	2	3	129
2	4	1	3	4	4	4	173
2	3	3	4	3	4	3	149
3	2	1	1	2	1	2	114
2	4	2	4	4	4	4	179
1	3	1	2	2	1	2	109
2	4	2	3	4	4	2	152
2	4	2	2	3	3	3	144



Lampiran 10. Tabulasi Data Penelitian Variabel Y

R	Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	Q6	Q7	Q8	Q9	Q10	Q11	Q12	Q13	Q14
R1	4	4	3	4	4	2	2	2	3	2	2	4	4	1
R2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2
R3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3
R4	4	4	4	4	4	1	4	3	4	3	4	4	4	4
R5	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	2	4	4
R6	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2
R7	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4
R8	4	3	2	4	4	2	3	3	2	2	3	3	3	4
R9	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2
R10	3	3	4	2	3	3	2	2	3	3	4	3	3	3
R11	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	4	3	3	2
R12	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2
R13	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	4	2	3
R14	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4
R15	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	4	2	3	4
R16	4	3	3	3	3	3	2	3	3	2	4	3	3	3
R17	3	3	3	3	3	1	4	2	3	2	2	3	3	2
R18	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3
R19	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	4
R20	2	2	4	3	2	3	3	3	2	4	4	3	2	3
R21	3	3	4	3	3	2	4	3	3	4	4	4	3	4
R22	4	4	4	2	3	2	4	1	2	4	1	3	3	4
R23	3	2	3	3	3	2	4	3	3	3	4	3	3	3
R24	4	4	3	4	4	4	2	4	4	2	4	4	3	4
R25	3	1	4	2	2	2	3	2	2	4	3	2	3	4
R26	3	3	2	3	3	1	4	2	3	4	3	3	3	4
R27	3	2	4	3	3	4	4	3	2	4	3	2	3	4

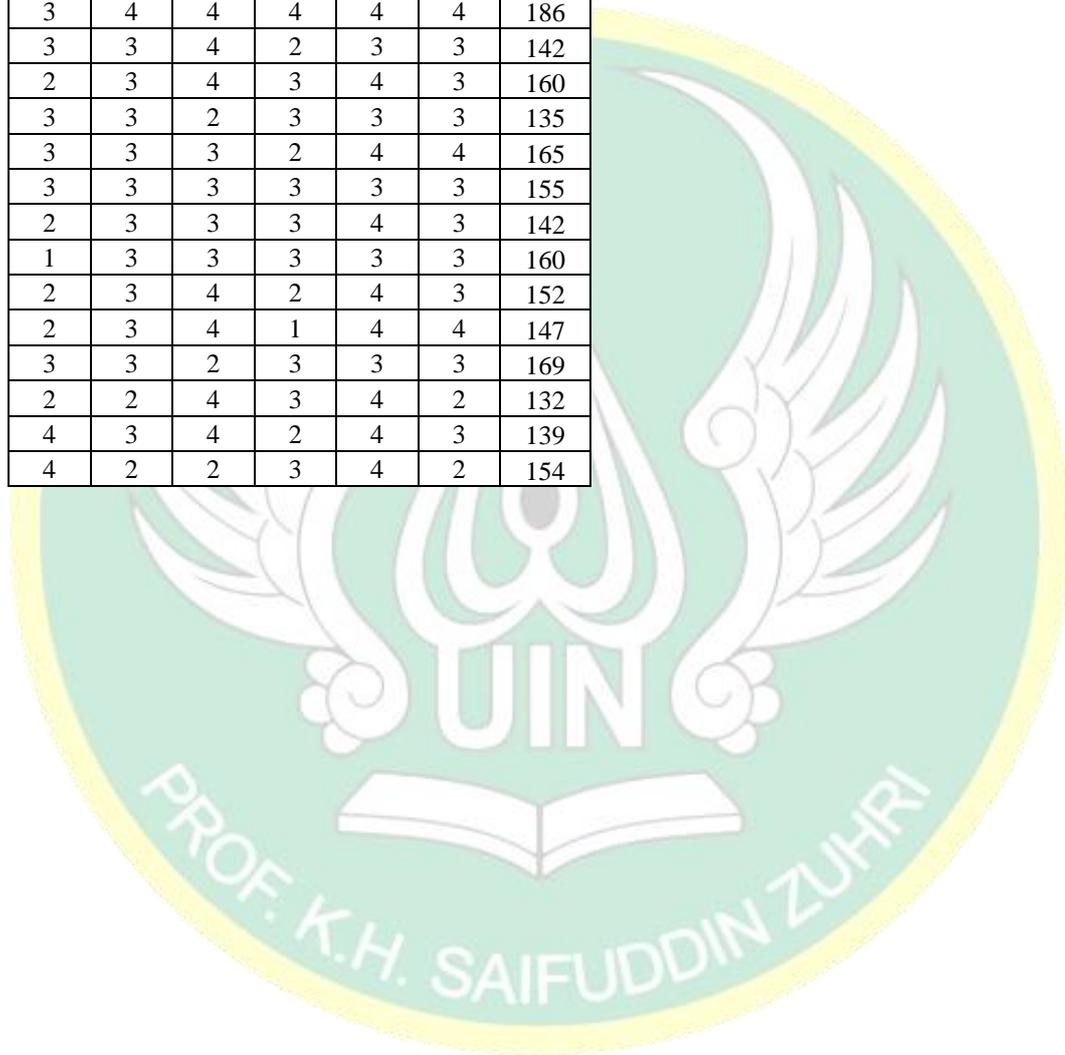
Q15	Q16	Q17	Q18	Q19	Q20	Q21	Q22	Q23	Q24	Q25	Q26	Q27	Q28	Q29
4	2	3	2	3	1	4	3	3	3	4	4	4	3	3
3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3
2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2
3	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3
3	4	3	4	4	4	2	2	3	3	3	4	4	2	3
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4
2	3	3	4	3	2	3	2	3	2	3	4	4	2	2
2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2
3	4	4	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3
3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3
3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3
2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3
4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4
3	4	3	3	3	3	4	2	3	4	3	3	3	2	3

3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4
3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3
3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4
3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4
3	3	2	3	2	3	3	2	4	2	4	3	3	2	4
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4
3	4	3	3	3	3	2	3	4	3	4	3	3	2	4
2	4	4	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	4
4	3	4	4	3	2	3	4	4	3	3	4	4	3	4
3	3	3	4	3	1	2	2	3	2	3	3	3	1	4
2	2	2	2	3	2	2	3	4	2	3	2	3	3	4
3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	4	3	3	3	3

Q30	Q31	Q32	Q33	Q34	Q35	Q36	Q37	Q38	Q39	Q40	Q41	Q42	Q43	Q44
1	2	4	2	2	4	3	2	3	3	4	3	4	2	3
2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3
3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2
2	3	3	4	1	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4
4	3	2	4	2	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4
2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2
3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4
3	4	1	4	1	3	4	4	3	4	3	4	2	4	4
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2
2	3	2	3	3	3	4	2	3	3	3	3	2	3	3
2	3	1	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2
2	3	2	3	2	3	2	2	4	3	2	3	2	3	2
2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	4	3	3
2	2	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3
2	3	2	3	2	3	4	2	3	3	2	4	3	2	3
4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3
2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3
2	4	3	3	2	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3
3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3
3	3	2	2	3	3	4	3	3	3	1	3	1	4	3
3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3
4	4	1	2	4	3	4	2	3	3	3	4	3	3	3
1	4	2	3	4	1	4	2	3	3	3	4	2	3	2
2	3	2	4	2	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3
4	3	2	2	3	3	3	1	2	2	1	4	2	4	2
1	4	2	2	3	2	4	2	2	2	3	4	2	3	3
4	4	2	2	4	3	4	3	3	2	2	4	2	4	4

Q45	Q46	Q47	Q48	Q49	Q50	Total
3	2	4	4	4	4	150
3	3	2	3	3	3	135
2	2	3	2	2	2	115
4	4	3	3	4	4	178

3	3	3	4	3	4	169
2	2	1	2	2	2	99
3	3	3	3	3	3	168
4	4	1	2	2	3	148
2	2	2	2	4	2	107
3	2	3	2	4	3	145
2	2	3	2	3	3	132
3	2	3	2	4	2	132
4	2	3	2	3	3	123
3	4	4	4	4	4	186
3	3	4	2	3	3	142
2	3	4	3	4	3	160
3	3	2	3	3	3	135
3	3	3	2	4	4	165
3	3	3	3	3	3	155
2	3	3	3	4	3	142
1	3	3	3	3	3	160
2	3	4	2	4	3	152
2	3	4	1	4	4	147
3	3	2	3	3	3	169
2	2	4	3	4	2	132
4	3	4	2	4	3	139
4	2	2	3	4	2	154



Lampiran 11. Hasil Uji Prasyarat Analisis

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Kemampuan Membaca dan Menghafal Al-Quran	.140	27	.190	.928	27	.063
Psychological Well-Being	.104	27	.200 [*]	.985	27	.951

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

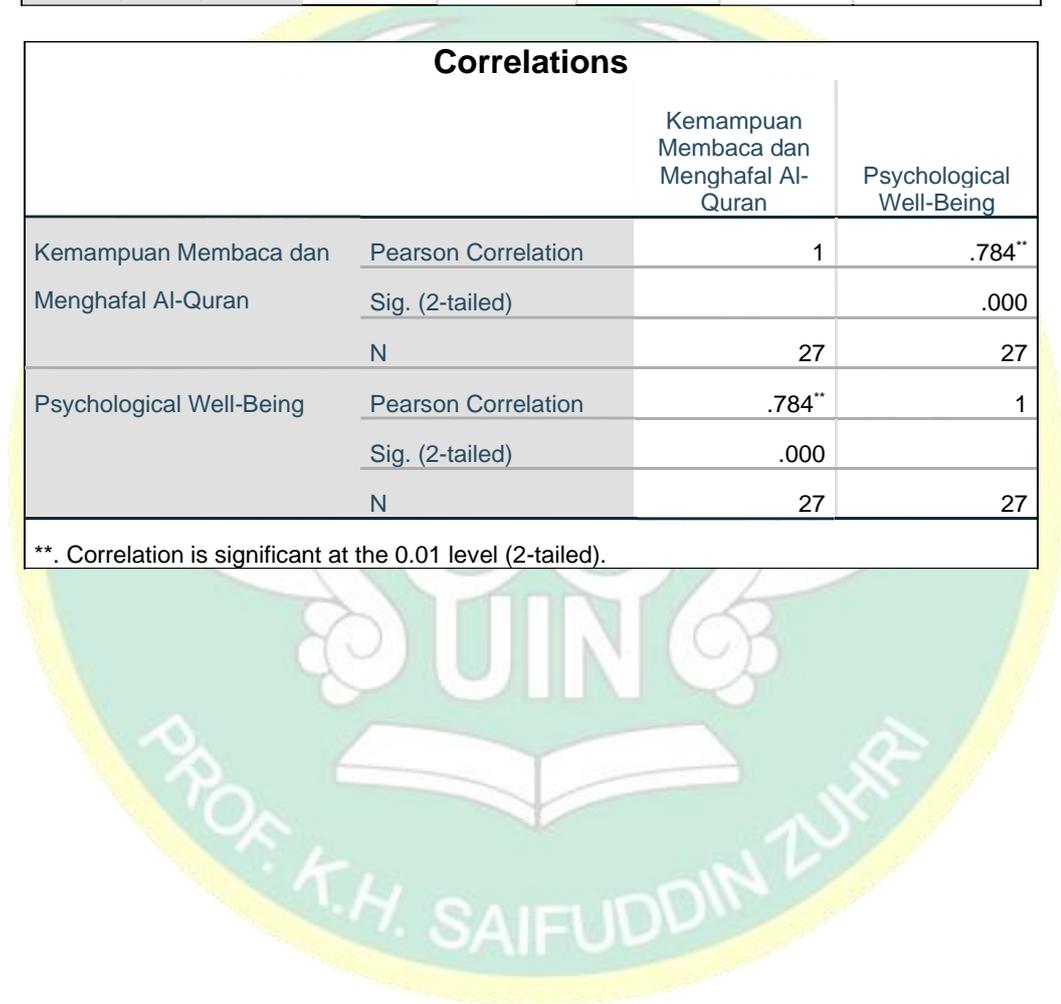
ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Psychological Well-Being * Kemampuan Membaca dan Menghafal Qur'an	Between Groups	(Combined)	11032.167	25	441.287	2.001	.514
		Linearity	6913.370	1	6913.370	31.353	.113
		Deviation from Linearity	4118.797	24	171.617	.778	.732
		Within Groups	220.500	1	220.500		
		Total	11252.667	26			

Lampiran 12. Hasil Uji Deskriptif dan *Pearson Correlation*

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kemampuan Membaca dan Menghafal Qur'an	27	105	189	142.00	26.775
Psychological Well-Being	27	99	186	145.89	20.804
Valid N (listwise)	27				

Correlations			
		Kemampuan Membaca dan Menghafal Al-Quran	Psychological Well-Being
Kemampuan Membaca dan Menghafal Al-Quran	Pearson Correlation	1	.784**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	27	27
Psychological Well-Being	Pearson Correlation	.784**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	27	27

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).



Lampiran 13. Dokumentasi Penelitian



Gambar 2. Try Out Kuesioner di MA Tahfizul Qur'an Sambas



Gambar 3. Santri BUQ Muraja'ah Silang



Gambar 3. Santri BUQ Mengisi Ta'lim Rutinan



Gambar 4. Dauroh Santri BUQ



Gambar 5. Ziyadah Pagi



Gambar 6. Tasmi' 10 Juz Hafalan Ustadz Dr. Kusna



Gambar 7. Menafsirkan Al-Qur'an dengan Metode Tamyiz



Gambar 8. Khitobah Rutinan Malam Ahad

Lampiran 14. Daftar Riwayat Hidup**DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

Nama : Ezzar Arkhan Kautsar Hidayat
Tempat, Tanggal Lahir: Banjar, 27 Oktober 2002
Jenis Kelamin : Laki-Laki
Agama : Islam
Suku : Sunda
Alamat : Jl. Siliwangi RT 01/05 Cibolang, Kec. Gunungguruh, Kab.
Sukabumi, Prov. Jawa Barat
Nama Ayah : Fahmi Nor Hidayat
Nama Ibu : Bektu Puspitawati
E-mail : ezzararkhan@gmail.com
No. HP : 089648138218
Pendidikan Formal : TK Aisyiyah Cilopadang
SD Muhammadiyah Program Tahfidz Cilopadang
SMP Negeri 6 Purwokerto
SMA Negeri 1 Cisaat Sukabumi
UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto
Pendidikan Nonformal: Rumah Tahfidz Baitu Usy-Syaqil Qur'an Purwokerto