



MENGHAFAL AL-QUR'AN SEBAGAI SARANA PENGELOLAAN EMOSI PESERTA DIDIK SMP IT RABBI RADHIYYA

Miftah Aulia Rahmi¹, Martin Kustati², Nana Sepriyanti³

Universitas Imam Bonjol Padang^{1,2,3}

mifaura451@gmail.com¹, martinkustati@uinib.ac.id², nanasepriyanti@uinib.ac.id³

Abstrak

Aktivitas menghafal Al-Qur'an memiliki potensi tidak hanya sebagai ibadah, tetapi juga sebagai sarana pembentukan karakter dan pengelolaan emosi peserta didik. Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana tahfidzul Qur'an berperan dalam membantu peserta didik mengelola emosi mereka di lingkungan sekolah. Penelitian dilakukan dengan pendekatan kualitatif deskriptif di SMP IT Rabbi Radhiyya, dengan teknik pengumpulan data berupa wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi. Analisis data dilakukan secara tematik melalui tahapan reduksi, penyajian, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa aktivitas tahfidz membantu peserta didik menenangkan diri, mengurangi emosi negatif, serta meningkatkan kontrol diri dalam menghadapi tekanan belajar dan interaksi sosial. Aktivitas ini juga menjadi ruang pembiasaan spiritual yang memperkuat kestabilan emosional. Penelitian ini merekomendasikan integrasi program tahfidz dengan pembinaan karakter emosional dalam sistem pendidikan Islam.

Kata kunci: *Menghafal Al-Qur'an, Mengelola Emosi, Kecerdasan Emosional, Peserta Didik*

Abstract

Qur'an memorization is not only a religious activity but also serves as a means of character development and emotional regulation for students. This study aims to investigate the role of tahfidzul Qur'an in enhancing students' emotional self-regulation within the school setting. A descriptive qualitative approach was employed, with data collected through in-depth interviews, observations, and documentation at SMP IT Rabbi Radhiyya. Thematic analysis was conducted through the stages of data reduction, presentation, and conclusion drawing. The findings reveal that tahfidz activities help students to calm themselves, reduce negative emotions, and improve self-control in coping with academic pressures and social interactions. Furthermore, these activities function as a spiritual habituation process that enhances emotional stability. This study recommends integrating tahfidz programs with emotional character development in Islamic education settings.

Keywords: *Qur'an Memorization, Emotional Regulation, Emotional Intelligence, Students*

Pendahuluan

Al-Qur'an merupakan kitab suci umat Islam yang diturunkan kepada Nabi Muhammad *shallallahu 'alaihi wasallam* sebagai pedoman hidup yang mencakup aspek spiritual, moral, sosial, bahkan psikologis (Aidil et al., 2024; Maryati et al., 2025; Mulyadi et al., 2025). Aktivitas membaca dan menghafal Al-Qur'an bukan hanya bentuk ibadah, namun juga diyakini memiliki manfaat bagi ketenangan jiwa, penguatan karakter, serta pengendalian diri (Fathi, 2025; Prihatini & Hanani, 2023). Dalam konteks pendidikan Islam, menghafal Al-Qur'an menjadi salah satu program yang tidak hanya bertujuan mencetak penghafal (huffaz), tetapi juga membina peserta didik agar memiliki kepribadian yang baik, tenang, dan termasuk dalam hal pengelolaan emosi.

Mengelola emosi adalah salah satu indikator dari kecerdasan emosional yang menurut Goleman (2022) mencakup lima aspek, yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri, empati, dan membina hubungan sosial. Di antara kelima aspek tersebut, kemampuan mengelola

emosi atau dikenal dengan istilah *emotional regulation* merupakan bagian dari kecerdasan emosional yang sangat penting dimiliki setiap individu, termasuk peserta didik (Goleman, 2022). Mengelola emosi mencakup kemampuan untuk memahami, mengontrol, dan menyalurkan emosi secara positif, baik dalam situasi menyenangkan maupun menekan (Baktio & Utama, 2013; Setyawan, 2023; Widodo et al., 2023). Peserta didik yang mampu mengatur emosinya cenderung lebih stabil secara psikologis, tidak mudah tersulut emosi, dan lebih bijak dalam menyelesaikan konflik (Mokar & Kristiawan, 2024). Dalam dunia pendidikan, aspek ini berperan besar dalam proses interaksi sosial, pembentukan karakter, dan kesiapan belajar.

Berdasarkan observasi, fenomena yang terjadi di lingkungan sekolah menunjukkan bahwa masih banyak peserta didik yang mengalami kesulitan dalam mengelola emosinya, misalnya mudah marah, kecewa, menangis berlebihan, atau bahkan bertindak agresif. Namun di sisi lain, terdapat pula peserta didik yang mampu menenangkan dirinya dengan cara membaca dan menghafal Al-Qur'an. Aktivitas tersebut menjadi semacam ruang reflektif dan spiritual yang memberikan ketenangan serta keseimbangan dalam menghadapi tekanan akademik maupun sosial. Hal ini menunjukkan bahwa menghafal Al-Qur'an tidak hanya menjadi aktivitas religius, tetapi juga berfungsi sebagai sarana dalam membantu peserta didik mengelola emosi mereka.

SMP IT Rabbi Radhiyya merupakan sekolah Islam terpadu yang menjadikan program tahfidzul Qur'an sebagai bagian penting dari kurikulum. Setiap peserta didik dibimbing untuk menghafal Al-Qur'an dengan target tertentu, didampingi oleh guru tahfidz, dan dibiasakan untuk melakukan muraja'ah secara rutin. Dalam proses pendidikan tersebut, pembinaan emosional dan spiritual peserta didik menjadi perhatian utama. Penelitian ini dilakukan untuk memahami bagaimana pengalaman peserta didik dalam mengikuti program tahfidzul Qur'an dapat membantu mereka dalam mengelola emosi dalam kehidupan sehari-hari di lingkungan sekolah.

Penelitian ini penting untuk dilakukan karena fokus pada salah satu dimensi spesifik dari kecerdasan emosional, yaitu kemampuan mengelola emosi. Tidak seperti penelitian sebelumnya yang meninjau hubungan menghafal Al-Qur'an dengan kecerdasan emosional secara umum, penelitian ini berupaya menggali makna pengalaman spiritual peserta didik dan bagaimana proses tersebut berdampak pada keseimbangan emosional mereka.

Beberapa penelitian sebelumnya telah membahas peran kegiatan tahfidz dalam mendukung perkembangan kepribadian dan stabilitas emosi. Pertama, penelitian oleh Sari (2020) dalam skripsinya yang berjudul "*Hubungan Kemampuan Menghafal Al-Qur'an dengan Kecerdasan Emosional Siswa Tahfidz di SMA IT Baitul Muslim Lampung Timur*" menemukan bahwa siswa tahfidz menunjukkan pengelolaan emosi yang lebih baik, walaupun kajiannya bersifat kuantitatif dan masih mencakup keseluruhan aspek kecerdasan emosional. Kedua, penelitian oleh Ariyani et al. (2022) yang diterbitkan dalam *Borneo Journal of Islamic Education* mengkaji "*Hubungan Antara Kecerdasan Emosional dengan Kemampuan Menghafal Al-Qur'an Juz 30 pada Peserta Didik MI Al-Mujahidin Samarinda*", menunjukkan bahwa kegiatan tahfidz memberikan dukungan emosional melalui pembiasaan positif dan spiritual.

Lebih lanjut, Badruzzaman (2024) dalam tesisnya "*Pengelolaan Kecerdasan Emosi dalam Meningkatkan Kemampuan Menghafal Al-Qur'an Peserta Didik di SMA Islam PB Soedirman Jakarta*" menggunakan pendekatan kualitatif. Ia menyimpulkan bahwa strategi pengelolaan kecerdasan emosi seperti pembiasaan ibadah, dukungan guru dan keluarga, serta kegiatan tasmi' terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan hafalan siswa. Temuannya menguatkan bahwa regulasi emosi memiliki kontribusi besar dalam keberhasilan hafalan Al-Qur'an.

Ketiga penelitian tersebut memberikan gambaran bahwa tahfidz berpotensi memperkuat dimensi afektif peserta didik. Namun, penelitian-penelitian tersebut belum secara spesifik menggali pengalaman peserta didik dari perspektif pribadi dan mendalam. Oleh karena itu, penelitian ini hadir untuk mengisi kekosongan tersebut dengan menggali makna pengalaman peserta didik dalam mengelola emosi melalui aktivitas menghafal Al-Qur'an.

Artikel ini merupakan pengembangan dari bagian penelitian skripsi penulis yang berjudul “Pengaruh Menghafal Al-Qur’an terhadap Kecerdasan Emosional Peserta Didik SMP IT Rabbi Radhiyya”. Dalam artikel ini, fokus diarahkan pada eksplorasi pengalaman peserta didik dalam menjalani kegiatan tahfidz sebagai sarana pembentukan ketenangan dan pengendalian emosi, sehingga pendekatannya bersifat kualitatif dan berbeda dari artikel sebelumnya. Dengan demikian, diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi teoretis dan praktis dalam pengembangan pendekatan spiritual sebagai bagian dari pembinaan karakter dan kecerdasan emosional peserta didik di sekolah Islam.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi deskriptif (Pare & Habsy, 2024; Tjendra et al., 2024), yang bertujuan untuk menggali secara mendalam pengalaman emosional peserta didik dalam mengikuti program tahfidzul Qur’an. Lokasi penelitian berada di SMP IT Rabbi Radhiyya, sekolah Islam terpadu yang menjalankan program tahfidz sebagai bagian dari kurikulum. Subjek penelitian adalah peserta didik kelas VIII yang aktif mengikuti program tahfidz, dipilih secara purposive berdasarkan keterlibatan, kemampuan verbal, dan kesediaan menjadi informan (Asrulla et al., 2023; Syofiah et al., 2019). Guru tahfidz juga dilibatkan sebagai informan triangulasi.

Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan dokumentasi. Analisis data dilakukan secara tematik melalui tahap reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Keabsahan data dijaga melalui triangulasi sumber dan teknik *member checking* (Adianty & Savira, 2024; Marita & Rahmasari, 2021; Suherman & Markhamah, 2024). Selama proses penelitian, prinsip etika dijaga dengan mendapatkan persetujuan informan dan menjaga kerahasiaan identitas mereka.

Hasil dan Pembahasan

Aktivitas Menghafal Al-Qur’an sebagai Pola Pembiasaan Spiritual dan Disiplin Emosional

Aktivitas menghafal Al-Qur’an adalah suatu proses atau kegiatan aktif yang dilakukan seseorang untuk mengingat, menyimpan, dan mampu mengucapkan ayat-ayat Al-Qur’an di luar kepala tanpa melihat mushaf atau catatan lain (Geti Putri, 2022). Proses ini mencakup pengulangan bacaan, baik dengan membaca sendiri, mendengarkan, maupun memperdengarkan hafalan kepada orang lain, sehingga ayat-ayat tersebut melekat dalam ingatan dan dapat diucapkan kembali secara sempurna (Samsudin et al., 2020).

Aktivitas menghafal Al-Qur’an di SMP IT Rabbi Radhiyya merupakan bagian integral dari kurikulum dan budaya sekolah yang diterapkan secara sistematis dan berkesinambungan. Program tahfidz menjadi salah satu pilar utama pembinaan karakter dan spiritual peserta didik, dengan dukungan penuh dari pihak sekolah melalui alokasi waktu, tenaga pendidik, dan sistem monitoring hafalan. Menghafal Al-Qur’an bukan hanya bertujuan untuk memahami maknanya, tetapi juga sebagai bentuk menjaga, melestarikan, dan memelihara kemurnian serta keaslian Al-Qur’an dari generasi ke generasi (Samsudin et al., 2020). Berdasarkan hasil wawancara, diketahui bahwa sebagian peserta didik sudah memiliki bekal hafalan sejak berada di jenjang sekolah dasar atau di lingkungan rumah, sedangkan sebagian lainnya baru mulai menghafal Al-Qur’an secara formal ketika memasuki kelas VII. Hal ini terjadi karena adanya kebijakan sekolah yang mewajibkan setiap peserta didik mengikuti program tahfidz sejak awal masa pembelajaran.

Proses menghafal dilakukan secara bertahap dan rutin setiap hari, dengan pendekatan yang mengedepankan pengulangan dan penguatan hafalan. Peserta didik terbiasa mengulang hafalan secara mandiri terlebih dahulu hingga mereka merasa cukup yakin. Setelah itu, biasanya mereka meminta bantuan teman untuk menyimak hafalan tersebut sebelum disetorkan kepada guru tahfidz. Proses ini tidak hanya meningkatkan ketepatan hafalan, tetapi juga membentuk pola kerja sama dan

saling mendukung antar peserta didik. Kebiasaan menyimak dan menyetorkan antar teman ini menjadi bagian dari budaya belajar yang menekankan pada tanggung jawab bersama dan kolaborasi.

Dari hasil observasi di kelas tahfidz, terlihat bahwa peserta didik menunjukkan antusiasme yang tinggi dalam mengikuti proses hafalan. Mereka tampak aktif mempersiapkan hafalan baik di rumah maupun di sekolah, dan menunjukkan kedisiplinan dalam mengulang bagian-bagian ayat yang sulit. Ketika berada di depan guru tahfidz untuk menyetorkan hafalan, mereka menunjukkan kesungguhan dan sikap hormat. Guru tahfidz sendiri memiliki peran penting dalam mendampingi peserta didik, tidak hanya dalam aspek teknis hafalan, tetapi juga memberikan pemahaman kontekstual dan makna dari ayat-ayat yang dihafalkan. Hal ini menjadikan kegiatan tahfidz tidak hanya sebagai aktivitas kognitif, tetapi juga proses pembentukan akhlak dan refleksi spiritual.

Proses pembelajaran tahfidz di sekolah ini juga dibarengi dengan sistem evaluasi yang teratur dan terstruktur. Guru tahfidz melakukan pencatatan rutin terhadap perkembangan hafalan peserta didik, memberikan catatan koreksi dan motivasi, serta mendorong siswa untuk memperkuat hafalan sebelumnya melalui kegiatan muraja'ah. Muraja'ah tidak hanya dilakukan secara individu, tetapi juga dalam kelompok kecil yang memungkinkan interaksi sosial yang lebih intens. Dengan begitu, peserta didik mendapatkan pembiasaan belajar yang teratur, bertanggung jawab, dan terus-menerus diperkuat dengan nilai-nilai spiritual.

Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Sari (2020), yang menyatakan bahwa konsistensi dalam kegiatan tahfidz sangat berpengaruh terhadap pembentukan karakter positif pada peserta didik, seperti disiplin, tanggung jawab, dan rasa percaya diri. Penelitian ini juga diperkuat oleh temuan Badruzzaman (2024) yang menyimpulkan bahwa pembiasaan ibadah rutin seperti tahfidz mampu menciptakan keteraturan dalam perilaku dan cara berpikir peserta didik. Melalui proses yang berlangsung secara terus-menerus dan didukung oleh lingkungan sekolah yang kondusif, aktivitas menghafal Al-Qur'an di SMP IT Rabbi Radhiyya menjadi media efektif dalam mengintegrasikan aspek spiritualitas, kognisi, serta interaksi sosial yang saling menguatkan.

Secara keseluruhan, aktivitas tahfidz di sekolah ini telah menjadi bagian dari pembentukan ekosistem pendidikan Islam yang menyeluruh. Kegiatan ini bukan hanya diarahkan pada pencapaian target jumlah hafalan, tetapi juga pembentukan karakter yang terinternalisasi dari nilai-nilai Al-Qur'an itu sendiri. Dengan keterlibatan guru, teman sebaya, dan sistem pembinaan yang konsisten, peserta didik tumbuh dalam lingkungan yang tidak hanya mendukung kemampuan akademik, tetapi juga memperkuat keseimbangan emosional dan moral mereka. Hal ini menjadikan tahfidz sebagai pilar utama dalam menciptakan generasi yang cerdas secara spiritual dan emosional.

Peran Hafalan Al-Qur'an dalam Regulasi Emosi Peserta Didik

Dari hasil wawancara mendalam, ditemukan bahwa aktivitas tahfidz memberi dampak positif terhadap kemampuan peserta didik dalam mengelola emosi. Beberapa siswa menyampaikan bahwa menghafal Al-Qur'an membantu mereka menjadi lebih tenang dan tidak mudah marah. Salah satu siswa mengatakan, "Karena kita punya hafalan, jadi kita ngerasa punya beban tanggung jawab. Jadi pas marah-marah gitu bisa mikir, oh iya aku punya hafalan, nggak boleh sembarangan" (*Wawancara, personal communication, June 5, 2025*). Kutipan ini menunjukkan bahwa tahfidz berfungsi sebagai pengingat internal untuk menjaga sikap dan emosi.

Peserta didik juga menyatakan bahwa mereka merasa lebih mudah dalam menghadapi tekanan belajar sejak aktif dalam kegiatan tahfidz. Perubahan ini meliputi peningkatan kedisiplinan, kemampuan untuk fokus dalam belajar, serta ketahanan dalam menghadapi kritik atau kesalahan. Guru tahfidz turut memperkuat hal ini dengan menyebut bahwa siswa yang rajin menghafal cenderung lebih sabar, tidak reaktif, dan dapat menenangkan diri lebih cepat saat mengalami kesalahan dalam setoran. Pengalaman spiritual saat menghafal juga turut membentuk kedekatan emosional dengan Al-Qur'an. Pemahaman makna ayat yang disampaikan guru menjadikan proses hafalan bukan sekadar teknis, tetapi menyentuh sisi emosional dan reflektif peserta didik. Kegiatan ini memberi ruang bagi mereka untuk merenung, memahami nilai-nilai, dan menata perasaan mereka dalam menghadapi persoalan sehari-hari.

Temuan ini sejalan dengan teori kecerdasan emosional dari Goleman (2022), yang menyatakan bahwa individu dengan kemampuan mengelola emosi dapat memahami perasaan dirinya dan mengarahkannya secara positif. Penelitian Ariyani et al. (2022) juga mendukung bahwa peserta didik dengan kecakapan tahfidz memiliki kontrol emosi yang lebih baik. Pengalaman menghafal Al-Qur'an berpengaruh signifikan terhadap pengelolaan emosi. Proses ini tidak hanya memperkuat kecerdasan emosional, tetapi juga memberikan manfaat psikologis yang luas, seperti pengurangan stres, peningkatan kebahagiaan, serta penguatan karakter dan disiplin diri. Dukungan sosial dan kekuatan spiritual menjadi faktor pendukung utama dalam proses ini (Rofiq & Khoirinnada, 2024; Satra & Muarifah, 2024) Oleh karena itu, tahfidz dapat dipandang sebagai proses pembentukan emosi yang bersifat preventif terhadap perilaku impulsif.

Bentuk Pengelolaan Emosi yang Muncul dalam Proses Menghafal

Hasil observasi dan wawancara menunjukkan adanya berbagai bentuk pengelolaan emosi yang muncul secara nyata dalam proses tahfidz di SMP IT Rabbi Radhiyya. Ketika peserta didik mengalami kesalahan saat menyetorkan hafalan kepada guru tahfidz, mereka tidak menunjukkan reaksi marah, panik, atau frustrasi yang berlebihan. Umumnya mereka mengakui rasa kecewa terhadap diri sendiri, namun ekspresi tersebut disampaikan dalam bentuk diam, menarik napas, atau menundukkan kepala. Respons seperti ini menunjukkan adanya kemampuan untuk menahan dan mengelola emosi negatif dengan cara yang tenang dan terkontrol. Guru tahfidz menyampaikan bahwa sebagian besar peserta didik bahkan menunjukkan semangat lebih tinggi setelah melakukan kesalahan, dengan mengulang hafalan yang salah secara berulang kali hingga yakin.

Kebiasaan mengulang hafalan yang salah secara mandiri maupun bersama teman menjadi bentuk pengelolaan emosi yang bersifat proaktif. Alih-alih menunjukkan frustrasi atau menyerah, peserta didik justru menggunakan energi emosional tersebut untuk memperbaiki dan memperkuat hafalan. Sikap ini tidak hanya menunjukkan kontrol diri, tetapi juga inisiatif untuk terus berkembang. Dalam konteks pendidikan karakter, respons seperti ini sangat penting karena menunjukkan bahwa peserta didik mampu menerima kritik dengan lapang dada dan menjadikannya sebagai bahan perbaikan diri. Perilaku ini juga menunjukkan adanya ketahanan emosional dalam menghadapi kesulitan atau kegagalan kecil.

Selain saat melakukan kesalahan, sikap peserta didik ketika menunggu giliran setoran juga memperlihatkan bentuk pengelolaan emosi yang positif. Mereka tidak terlihat gelisah, jenuh, atau saling mengganggu. Sebaliknya, mereka lebih memilih mengulang hafalan sendiri atau meminta teman untuk menyimak. Bahkan beberapa dari mereka menyempatkan waktu untuk saling menyemangati satu sama lain. Aktivitas ini menggambarkan bahwa peserta didik tidak hanya mengatur emosi pribadinya, tetapi juga turut membangun suasana emosional yang kondusif dalam kelompoknya. Hal ini memperkuat iklim belajar yang tidak hanya fokus pada kompetensi individu, tetapi juga mendukung penguatan solidaritas emosional.

Kesiapan emosional peserta didik juga terlihat dari kebiasaan mereka sebelum dan selama kegiatan tahfidz berlangsung. Mereka datang ke kelas dalam kondisi yang antusias, wajah tenang, dan ekspresi yang penuh fokus. Tidak tampak adanya tekanan berlebih meskipun harus menyetorkan hafalan. Sikap tenang ini menunjukkan bahwa peserta didik memiliki kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan ritme kegiatan serta mampu mengatur dirinya agar tetap berada dalam suasana yang stabil. Guru tahfidz juga menyampaikan bahwa kelas tahfidz menjadi salah satu sesi paling disiplin dan damai dalam keseluruhan jadwal harian di sekolah.

Interaksi sosial antar peserta didik di dalam kelas tahfidz juga memberikan kontribusi besar terhadap pembentukan regulasi emosi. Mereka saling menyimak hafalan, memberi masukan secara sopan, dan menciptakan suasana humoris yang tetap dalam batas positif. Suasana ini tidak hanya menyenangkan, tetapi juga memberi rasa aman dan nyaman secara emosional. Dalam lingkungan seperti ini, peserta didik belajar untuk mengekspresikan diri secara sehat dan menerima perbedaan serta kekurangan dengan lebih terbuka. Dengan begitu, pembelajaran tahfidz secara tidak langsung menjadi sarana latihan interaksi sosial yang mendukung kematangan emosional.

Bentuk-bentuk pengelolaan emosi yang muncul dalam proses tahfidz ini membuktikan bahwa aktivitas menghafal Al-Qur'an bukan sekadar latihan daya ingat, melainkan sarana pendidikan emosional yang efektif. Sebagaimana dinyatakan oleh Badruzzaman (2024), pembiasaan ibadah yang dilakukan secara rutin dapat membentuk ketahanan emosional dan kontrol diri yang kuat dalam menghadapi tekanan akademik maupun sosial. Oleh karena itu, tahfidz dapat diposisikan sebagai pendekatan pendidikan multidimensi yang mencakup aspek kognitif, spiritual, sosial, sekaligus afektif. Dengan pembiasaan seperti ini, peserta didik tidak hanya terlatih secara intelektual, tetapi juga tumbuh menjadi individu yang stabil secara emosional, santun dalam interaksi, dan memiliki akhlak yang luhur.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa aktivitas menghafal Al-Qur'an di SMP IT Rabbi Radhiyya tidak hanya berfungsi sebagai bentuk pembelajaran kognitif, tetapi juga menjadi sarana pembinaan karakter dan pengelolaan emosi peserta didik. Aktivitas tahfidz dilakukan secara sistematis dan berkelanjutan melalui pola pembiasaan harian, interaksi sosial yang positif, serta bimbingan intensif dari guru tahfidz. Proses ini menunjukkan bahwa peserta didik mampu mengembangkan sikap disiplin, tanggung jawab, dan kepekaan spiritual, yang secara langsung berdampak pada ketenangan, kestabilan emosi, serta kemampuan mereka dalam merespons tekanan atau kesalahan dengan cara yang konstruktif.

Sementara itu, implikasi dari temuan ini menunjukkan bahwa kegiatan tahfidz dapat menjadi salah satu pendekatan efektif dalam pendidikan karakter dan penguatan kecerdasan emosional peserta didik. Aktivitas rutin yang terstruktur seperti tahfidz mampu menciptakan lingkungan belajar yang kondusif secara emosional dan spiritual, serta memperkuat solidaritas sosial antar peserta didik. Dengan kata lain, pengelolaan emosi peserta didik tidak hanya dibentuk oleh pendekatan psikologis semata, tetapi juga melalui pendekatan spiritual yang menyentuh aspek afektif dan sosial mereka secara bersamaan.

Sebagai rekomendasi, pihak sekolah disarankan untuk terus mempertahankan dan mengembangkan program tahfidz sebagai bagian integral dari sistem pendidikan. Diperlukan penguatan dukungan dari semua unsur sekolah baik kepala sekolah, guru, maupun orang tua dalam membangun ekosistem pembelajaran Al-Qur'an yang berorientasi pada keseimbangan kognitif dan emosional. Selain itu, penelitian lanjutan juga dianjurkan untuk mengeksplorasi lebih jauh pengaruh tahfidz terhadap aspek psikologis lainnya seperti motivasi belajar, empati, dan ketahanan diri dalam jangka panjang. Dengan pendekatan holistik ini, sekolah dapat lebih optimal dalam mencetak generasi Qur'ani yang unggul secara spiritual, emosional, dan sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- Adianty, G. R., & Savira, S. I. (2024). Penerimaan Diri Orangtua yang Memiliki Anak Tunanetra. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 11(1), 197–211.
- Aidil, A., Anisa, N., Putri, P. A., Agmaza, A., Sari, N. I., Heriyansyah, H., Arif, M. I., Wahdaniyah, S. W., Budiono, M. R. A., & Gunawan, W. (2024). *Membumikan Al-Qur'an dalam Berbagai Aspek Kehidupan*.
- Ariyani, N., Hidayah, M. U., & Saleh, K. (2022). Hubungan Antara Kecerdasan Emosional dengan Kemampuan Menghafal Al-Qur'an Juz 30 Peserta Didik di Madrasah Ibtidaiyah Al-Mujahidin Samarinda. *Borneo Journal of Islamic Education*, 2(1), 1–11.
- Asrulla, R., Jailani, M. S., & Jeka, F. (2023). Populasi dan sampling (kuantitatif), serta pemilihan informan kunci (kualitatif) dalam pendekatan praktis. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 26320–26332.
- Badruzzaman, M. F. (2024). *Pengelolaan Kecerdasan Emosi Dalam Meningkatkan Kemampuan Menghafal Al-Qur'an Peserta Didik Di SMA Islam PB Soedirman Jakarta* [Masters, Institut PTIQ Jakarta].

- Baktio, H., & Utama, W. (2013). Kecerdasan emosi. *Widyaiswara Utama*.
- Fathi, M. (2025). Pembentukan Karakter Religius Santri Putra melalui Program Membaca Al-Qur'an dan Sholat Dhuha di PPTQ Al-Mustaqimiyyah. *Jurnal Manajemen Dan Pendidikan Agama Islam*, 3(3), 358–370.
- Geti Putri, A. (2022). *Pengaruh Aktivitas Menghafal Al-Qur'an Terhadap Akhlak Santri/Santriwati Di Rumah Tahfidz Daarul Jannah Desa Titian Modang Kopah Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singingi* [PhD Thesis, Universitas Islam Kuantan Singingi].
- Goleman, D. (2022). *Emotional Intelligence*. PT Gramedia.
- Marita, V. F., & Rahmasari, D. (2021). Resiliensi perempuan korban kekerasan dalam hubungan pacaran. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(5), 109–121.
- Maryati, Y. S., Saefullah, A. S., & Azis, A. (2025). Landasan normatif religius dan filosofis pada pengembangan metodologi pendidikan agama islam. *Qolamuna: Keislaman, Pendidikan, Literasi Dan Humaniora*, 1(2), 65–84.
- Mokar, T. W., & Kristiawan, R. (2024). Berhikmat dalam Mengelola Amarah: Studi Topikal Penggunaan Kata Marah dalam Kitab Amsal. *Student Evangelical Journal Aiming At Theological Interpretation*, 1(2), 64–81.
- Muliyadi, M., Amin, M., & Arifin, Z. (2025). Kegiatan Dhuha Dalam Menanamkan Karakter Islami Pada Siswa Di Sd Aulia Cendekia Islamic School Pekanbaru. *LEARNING: Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan Dan Pembelajaran*, 5(1), 184–195.
- Pare, N., & Habsy, B. A. (2024). Teori Dan Praktik Konseling Reality Therapy: Tinjauan Literatur. *Jurnal Psikologi Revolusioner*, 8(10).
- Prihatini, A., & Hanani, S. (2023). Studi Kegiatan Tadarus Al-Qur'an Dikalangan Remaja Masjid Taqwa Di Kapalo Koto Kanagarian Balai Gurah Kecamatan Iv Angkek Kabupaten Agam. *Al Burhan: Jurnal Kajian Ilmu Dan Pengembangan Budaya Al-Qur'an*, 23(1), 25–53.
- Rofiq, A., & Khoirinnada, N. A. (2024). Pengaruh Menghafal Al-Qur'an Terhadap Kecerdasan Emosional Siswa. *Ngaos: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 2(1), 33–43.
- Samsudin, S., Makhshun, T., & Farhan, M. (2020). Pengaruh Aktivitas Menghafal Al-Quran Terhadap Kinerja Pegawai (Studi Kasus Pada Rumah Tahfidz Darus Syifaâ€™™ RSI Sultan Agung). *Al-Fikri: Jurnal Studi Dan Penelitian Pendidikan Islam*, 3(1), 56–77.
- Sari, I. A. (2020). *Hubungan Kemampuan Menghafal Al-Qur'an Dengan Kecerdasan Emosional Siswa Tahfidz Di Sma It Baitul Muslim Lampung Timur* [PhD Thesis, UIN Raden Intan Lampung].
- Satra, M., & Muarifah, A. (2024). Tinjauan literatur tentang kesejahteraan psikologis pada penghafal al-Qur'an. *Qudwah Qur'aniyah: Jurnal Studi Al-Qur'an Dan Tafsir*, 2(1), 42–60.
- Setyawan, I. (2023). Peran regulasi emosi terhadap penyesuaian diri peserta seleksi paskibraka provinsi Jawa Tengah. *Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro. Jurnal Psikologi*.
- Suherman, S., & Markhamah, M. (2024). Faktor Strategis Peningkatan Kemandirian Belajar Anak Papua Siswa SD. *Jurnal Konatif: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 2(1), 41–50.
- Syofiah, P. N., Machmud, R., & Yantri, E. (2019). Analisis Pelaksanaan Program Stimulasi, Deteksi dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang (SDIDTK) Balita di Puskesmas Kota Padang Tahun 2018. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 8(4). <https://doi.org/10.25077/jka.v8i4.1133>
- Tjendra, M. J., Setiawan, T., & Riswandari, E. (2024). Analisis Faktor-Faktor yang Memengaruhi Tindakan Penggelapan Pajak (Studi Literatur Tahun 2018-2023). *Owner : Riset Dan Jurnal Akuntansi*, 8(3), Article 3. <https://doi.org/10.33395/owner.v8i3.2145>
- Wawancara. (2025, June 5). [Personal communication].
- Widodo, C. A., Pratama, D., Pranantya, D. N., Nafiatu, D., Sika, F. R. A., & Ediyono, S. (2023). Pengendalian Emosi Menurut Teori Stoikisme. *Jurnal Psikologi*, 4(1), 1–8.