

**ANALISIS PSIKOLOGI PENDIDIKAN TERKAIT KESEIMBANGAN NILAI
AKADEMIK DAN HAFALAN AL-QUR'AN PADA SISWA KELAS 6 UPTD SDN 4
MADDUKKELLENG**

Nurrahmadhani Nadar¹, Andi Muhammad Darul Aqsah², Karina Arianti³, Erfika⁴,
Rifki⁵, Putri Amanda Lestari⁶, Besse Mutmainnah⁷, Indo Santalia⁸

¹Mahasiswa Universitas Islam As'adiyah Sengkang, ²Mahasiswa Universitas Islam As'adiyah Sengkang, ³Mahasiswa Universitas Islam As'adiyah Sengkang,

⁴Mahasiswa Universitas Islam As'adiyah Sengkang, ⁵Mahasiswa Universitas Islam As'adiyah Sengkang, ⁶Mahasiswa Universitas Islam As'adiyah Sengkang, ⁷Dosen Universitas Islam As'adiyah Sengkang, ⁸Rektor Universitas Islam As'adiyah Sengkang

Alamat e-mail : ¹Rahmadhaninadar@gmail.com ²Andidarul157@gmail.com

³karinakina02@gmail.com ⁴ffikaaerfika@gmail.com

⁵putrimandalestari170@gmail.com ⁶rifkiphambonek@gmail.com

⁷besseinnah4@gmail.com ⁸Indosantalia@gmail.com

ABSTRACT

This study examines the efforts to achieve balance between formal academic grades and the Al-Qur'an memorization target (tauhid) among 6th-grade students at UPTD SDN 4 Maddukkelleng, who are in a dynamic cognitive development phase and face significant dual curriculum demands. The main challenges identified are the high cognitive load and psychological pressure (stress and achievement anxiety) stemming from both internal and external expectations. The students' success in balancing these two demands heavily relies on mastering time management (such as *Time Blocking* and *Minimal Spacing* strategies), adaptive learning strategies (*Active Recall* and *Chunking*), as well as self-discipline and mental resilience (*grit*). Furthermore, the central role of social support particularly from tahfidz teachers, assisting teachers, and parents is proven to be essential in fostering students' intrinsic motivation and self-efficacy, ensuring that the tahfidz process is based on awareness and love rather than coercion. This integrated approach ultimately aims to produce individuals who are not only academically and memorizationally successful, but also responsible, focused, and morally upright.

Keywords: Educational Psychology, Balance of Academic Grades, Quran Memorization, Elementary School Students

ABSTRAK

Penelitian ini mengkaji upaya mencapai keseimbangan antara nilai akademik formal dan target hafalan Al-Qur'an (tauhid) pada siswa kelas 6 UPTD SDN 4 Maddukkelleng, yang berada pada fase perkembangan kognitif dinamis dan menghadapi tuntutan kurikulum ganda yang signifikan. Tantangan utama yang teridentifikasi adalah beban kognitif tinggi dan tekanan psikologis (stres dan

kecemasan berprestasi) akibat ekspektasi internal dan eksternal. Keberhasilan siswa dalam menyeimbangkan kedua tuntutan ini sangat bergantung pada penguasaan manajemen waktu (seperti strategi *Time Blocking* dan *Minimal Spacing*), strategi belajar adaptif (*Active Recall* dan *Chunking*), serta disiplin diri dan ketahanan mental (*grit*). Lebih lanjut, peran sentral dukungan sosial khususnya dari guru tahlidz, guru pendamping, dan orang tua terbukti esensial dalam menumbuhkan motivasi intrinsik dan *self-efficacy* siswa, memastikan bahwa proses tahlidz didasarkan pada kesadaran dan kecintaan, bukan paksaan, sehingga menghasilkan pribadi yang tidak hanya berprestasi secara akademik dan hafalan, tetapi juga bertanggung jawab, fokus, dan berakhhlak mulia.

Kata Kunci: Psikologi Pendidikan, Keseimbangan Nilai Akademik, Hafalan Al-Qur'an, Siswa Sekolah Dasar

A. Pendahuluan

Psikologi pendidikan adalah cabang psikologi yang mengkaji perilaku dan proses mental dalam konteks belajar-mengajar, khususnya bagaimana peserta didik belajar dan bagaimana guru dapat merancang pembelajaran yang efektif. Bidang ini juga menelaah faktor-faktor psikologis seperti motivasi, emosi, kepribadian, dan stres belajar yang berpengaruh terhadap hasil belajar dan kesejahteraan siswa(Fitri & Fitriani, 2023)

Keseimbangan pendidikan karakter dengan pendidikan akademik harus ditanam sejak usia dini merupakan tanggung jawab bersama dalam menumbuhkan akhlak mulia yang berilmu tidaklah mudah membalikan telapak tangan. Memerlukan proses, kesabaran,

ketelitian, perjuangan dan tanggung jawab bersama antara pihak sekolah dan keluarga(Kemerdekaan & No, 2021)

Nilai berasal dari kata value (bahasa latin), artinya berguna, mampu akan berdaya, berlaku. Nilai merupakan konsep atau ide yang bersifat abstrak tentang apa yang difikirkan seseorang atau dianggap penting oleh seseorang(Kurniati, 2024)

Kemampuan akademik bawaan, nilai rapor dan prediksi kelulusan Perguruan Tinggi tidak memprediksi seberapa baik kinerja seseorang yang sudah bekerja atau seberapa tinggi kesuksesan yang diraih. Sebaliknya ia menyatakan bahwa seperangkat kecakapan khusus seperti empati, disiplin diri dan inisiatif mampu membedakan orang sukses dengan mereka yang

berprestasi biasa-biasa saja, faktor kecerdasan emosional/ EQ.(Lubis et al., 2025)

Proses hafalan menuntut konsentrasi tinggi, kedisiplinan, pengulangan penuh kesadaran, serta penghayatan terhadap makna ayat-ayat ilahi. Aktivitas ini secara tidak langsung mengasah kesadaran batin, melatih pengendalian diri, dan memperkuat koneksi emosional dengan Tuhan.(Islam et al., 2025).

Pengertian menghafal al-Qur'an secara etimologi, menghafal berasal dari kata bahasa Arab "al-Hafiz" artinya ingat. Sedangkan secara terminologi, menghafal adalah tindakan yang meresap kedalam pikiran agar selalu ingat. Maka perlu definisi al-Qur'an, ialah kalamullah yang diturunkan kepada Nabi Muhammad SAW. yang ditulis dalam mushaf(Simanjuntak, 2021).

Menurut UUD 1945, pengertian sekolah dasar adalah upaya mencerdaskan dan mencetak kehidupan manusia yang bertakwa mencintai bangsa dan negaranya serta cakap, kreatif, berbudi luhur dan santun dalam menghadapi persoalan. Tujuan pendidikan adalah untuk membentuk kecerdasan dasar, pengetahuan, kepribadian, akhlak

mulia dan keterampilan hidup mandiri dan pendidikan lebih lanjut(Manik et al., 2023).

Selain itu, Sekolah dasar dapat diartikan sebagai sebuah institusi pendidikan yang melangsungkan proses pendidikan dasar selama 6 tahun untuk anak usia 7 – 12 tahun. Pendidikan dasar harus mampu dimaksimalkan pada siswa supaya potensi siswa dapat dioptimalkan(Nur & Kurniawati, 2023).

Pencapaian ganda antara prestasi akademik yang optimal dan kemajuan dalam hafalan Al-Qur'an (tauhidz) merupakan tantangan unik dalam konteks pendidikan di UPTD SDN 4 Maddukkelleng. Secara khusus, program tahfidz di sekolah ini sangat memberi keuntungan bagi siswa kedepannya sebab tuntutan kurikulum akademik mulai meningkat secara signifikan sebagai persiapan menuju jenjang sekolah menengah pertama. Penulis melihat bahwa keberhasilan siswa di fase krusial ini dalam menyeimbangkan kedua tuntutan yang padat sangat dipengaruhi oleh peran sentral guru di sekolah. Guru-guru di sini membantu siswa untuk memahami dan menghargai nilai-nilai disiplin diri,

manajemen waktu, dan ketekunan yang esensial untuk sukses dalam menghafal sambil tetap menguasai materi akademik. Pendekatan pembelajaran yang interaktif dan suportif, guru dapat membantu siswa memahami bahwa Al-Qur'an mendorong muwazzanah (keseimbangan) dan ketertiban dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

Selain itu, program hafalan Al-Qur'an adalah program sekolah untuk kelas tinggi di UPTD SDN 4 Maddukkelleng, yang berorientasi pada pembentukan karakter juga dapat secara signifikan memengaruhi keseimbangan emosional dan kognitif siswa. Melalui kegiatan seperti pengulangan mandiri, disiplin waktu belajar, kerja sama dalam kelompok tahlidz, dan diskusi tentang makna ayat, siswa belajar untuk mengekspresikan ketekunan, mengelola stres dan kelelahan kognitif, serta mengendalikan emosi ketika menghadapi kesulitan dalam proses menghafal atau belajar akademik. Oleh karena itu, penerapan program tahlidz yang terintegrasi tidak hanya menambah pemahaman agama, namun juga meningkatkan

kemampuan kognitif dan keterampilan pengaturan emosi siswa.

Secara psikologis, penulis melihat fakta di lapangan bahwa siswa kelas 6 SD berada pada fase perkembangan kognitif dan sosial yang cukup dinamis. Pada usia ini, anak-anak mulai mencari penerimaan sosial, mengembangkan identitas, dan kemampuan berpikir yang lebih terstruktur. Program hafalan Al-Qur'an, yang memerlukan daya ingat kuat dan konsentrasi tinggi, sangat relevan untuk membantu siswa mengembangkan fungsi eksekutif, meta-kognisi, dan pengendalian diri sejak dulu. Jika tuntutan nilai akademik dan tahlidz tidak diatur dengan benar, terutama pada usia menjelang pubertas ini, siswa berisiko mengalami overload kognitif, stres, dan kesulitan dalam mengelola waktu belajar, yang pada akhirnya dapat mengganggu keseimbangan psikologis mereka.

Berdasarkan penjelasan diatas, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara mendalam bagaimana program pendidikan terintegrasi di UPTD SDN 4 Maddukkeleng, khususnya peran guru

dan strategi yang digunakan, dapat berfungsi sebagai sarana penanaman disiplin dan manajemen diri guna membentuk nilai akademik dan capaian hafalan Al-Qur'an pada siswa kelas 6. Melalui hal tersebut, pendidikan di tingkat sekolah dasar dapat sepenuhnya mencapai tujuan pokoknya, yakni mencetak peserta didik yang beriman, berprestasi, disiplin, dan memiliki kepribadian yang harmonis.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif. Metode ini sesuai dengan tujuan penelitian yaitu mendeskripsikan kondisi yang terjadi pada kegiatan tahfidz siswa yang meliputi proses hafalan dan setoran hafalan juz 30 siswa serta mendapatkan solusi atas permasalahan yang terjadi pada siswa sekolah dasar tingkat kelas tinggi atau kelas 6 di UPTD SDN 4 Maddukkelleng, melalui wawancara guru tahfidz (ustad&ustadzah), guru mata pelajaran Pendidikan Agama Islam sebagai pendamping kegiatan tersebut, siswa kelas 6 serta orang tua siswa.

Penelitian ini adalah penelitian lapangan atau *field research* yakni penelitian yang dilaksanakan secara sistematis untuk mengambil data di lapangan. Pendekatan menggunakan penelitian kualitatif yang dilaksanakan dalam menemukan dan mendeskripsikan suatu kegiatan yang dilakukan(Septiani & Wardana, 2022).

Instrumen pengumpulan datanya dengan observasi yaitu peneliti melihat langsung ke lokasi SDN 4 Maddukkelleng dengan melihat bagaimana proses penyetoran hafalan dan peneliti menemukan adanya kesulitan dalam penghafal, selanjutnya adalah wawancara kepada siswa dan guru.

Penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang bertujuan untuk memahami fenomena alamiahnya, dengan menekankan pada deskripsi, interpretasi, dan pemahaman mendalam terhadap makna subjektif yang terlibat. Pendekatan kualitatif ini sering kali melibatkan pengumpulan dan analisis data berupa teks, gambar, suara, atau artefak lainnya, dengan menggunakan teknik seperti wawancara, observasi, atau analisis dokumen(Wulandari, 2024).

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

1. Pengelolaan Waktu dan Strategi Belajar Siswa dalam Menyeimbangkan Nilai Tugas Akademik dengan Target Hafalan Al-Qur'an

Berdasarkan hasil wawancara, Salah satu siswa (Farah siswa kelas 6) mengatakan bahwa tajwid ini memiliki ciri khas tersendiri dimana tugas yang berikan mampu diseimbangkan dengan kemampuan akademik sebab kegiatan tajwid ini tidak memiliki target atau keharusan selesai juz 30, namun bersifat fleksibel (tergantung dari siswa itu sendiri).

Secara psikologis, fokus pada siswa kelas 6 menempatkan mereka pada titik kritis perkembangan kognitif dan sosial. Siswa pada usia 11–12 tahun ini sedang berada di puncak fase operasional konkret dan mulai bergerak menuju pemikiran operasional formal, menuntut kemampuan berpikir yang lebih terstruktur dan mencari penerimaan sosial. Tuntutan ini diperberat dengan peran mereka sebagai siswa tingkat akhir SD, yang menghadapi ekspektasi ganda mencapai target hafalan Al-Qur'an (juz 30) yang

memerlukan daya ingat kuat dan konsentrasi tinggi, sekaligus mempersiapkan diri menghadapi tuntutan kurikulum akademik yang meningkat sebagai bekal ke jenjang SMP. Jika muwazzanah (keseimbangan) ini tidak dikelola dengan strategi adaptif yang tepat, risiko overload kognitif, stres, dan kecemasan berprestasi akan meningkat signifikan, yang pada akhirnya mengganggu keseimbangan psikologis mereka.

Dari pernyataan diatas, pentingnya seorang manusia tidak menya-nyiakan waktunya sebab akan merasa rugi, sebagaimana QS.Al-Asr ayat 1-3:

وَالْعَصْرُ ① إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي
خُسْرٍ ② إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا
الصِّلَاحَتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ هُوَ تَوَاصَوْا
بِالصَّيْنِ ③

Terjemahannya: “Demi masa, sesungguhnya manusia benar-benar berada dalam kerugian, kecuali orang-orang yang beriman dan beramal saleh serta saling menasihati untuk kebenaran dan kesabaran.”

Berdasarkan ayat diatas, manajemen waktu merupakan ilmu

yang sangat penting untuk dipelajari dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari terlebih dalam hal mengatur waktu belajar karena sebagai muslim yang baik maka waktu yang diberikan haruslah dihargai dan dimanfaatkan sebaik mungkin dengan melakukan hal-hal yang benar(Najizah, 2021).

Menurut (Sodik et al., 2024), fungsi manajemen menjadi empat, yaitu Planning, Organizing, Actuating, dan Controlling. Fungsi-fungsi tersebut saling berhubungan dan mempengaruhi satu sama lain dalam keseluruhan proses pengelolaan. Dalam mengelola suatu organisasi atau bisnis, manajemen yang efektif memerlukan kemampuan mengelola dan menjalankan seluruh fungsi manajemen dengan baik dan seimbang. UPTD SDN 4 Maddukkeleng, sebagai salah satu institusi pendidikan dasar yang menyadari pentingnya integrasi nilai agama dalam pendidikan, telah menginisiasi program tahfiz di samping kurikulum akademik wajib. Program ini bertujuan membentuk generasi yang cerdas secara intelektual dan spiritual. Namun, adanya dua tuntutan besar dan tugas akademik dan target hafalan Al-

Qur'an seringkali menimbulkan tantangan bagi siswa dalam hal manajemen waktu dan strategi belajar.

Manajemen waktu adalah proses sengaja merencanakan dan mengendalikan penggunaan waktu untuk aktivitas tertentu, terutama dengan tujuan meningkatkan efektivitas, efisiensi, dan produktivitas. Manajemen waktu merupakan faktor internal yang signifikan dalam mengelola diri sendiri(Aula et al., 2024). Bagi siswa UPTD SDN 4 Maddukkeleng, hal ini berarti membuat jadwal yang mengakomodasi waktu di sekolah, waktu belajar di rumah, serta waktu khusus untuk hafalan dan *muraja'ah* (mengulang hafalan).

Metode Tikrar menurut Sa'dulloh merupakan proses pengulangan hafalan atau memperdengarkan hafalan kepada guru tahfidz. Tikrar bertujuan supaya hafalan yang telah dihafal atau hafalan yang telah dimiliki dapat terjaga dengan baik. Tikrar atau pengulangan dapat dilakukan dengan guru maupun dilakukan secara mandiri. Tikrar yang dilakukan secara mandiri bertujuan agar hafalan yang

telah dihafal mutqin dan tidak mudah lupa(Misbah, 2022).

Bagi siswa UPTD SDN 4 Maddukkeleng, menyeimbangkan tugas akademik dan target hafalan Al-Qur'an adalah sebuah perjalanan pembentukan karakter yang membutuhkan disiplin dan strategi terencana. Dengan menguasai manajemen waktu yang baik, menerapkan strategi belajar aktif untuk akademik, dan strategi pengulangan konsisten untuk hafalan, siswa dapat mencapai prestasi optimal di kedua bidang. Kesuksesan ini tidak hanya diukur dari nilai rapor dan jumlah hafalan, tetapi juga dari terbentuknya pribadi yang bertanggung jawab, fokus, dan berakhhlak mulia. Menyeimbangkan tuntutan tugas akademik sekolah formal dengan target hafalan Al-Qur'an adalah tantangan yang kompleks, membutuhkan disiplin diri yang tinggi dan strategi pengelolaan waktu yang cerdas dari pihak siswa.

Di era modern ini, siswa yang memilih jalur ganda antara akademik dan tafhiz harus menghadapi beban belajar yang berlipat ganda, menuntut mereka menjadi manajer waktu yang

efektif. Kegagalan dalam mengelola waktu dengan baik dapat mengakibatkan *burnout* atau kelelahan emosional dan fisik dan penurunan kualitas pada salah satu atau bahkan kedua area(Manajemen et al., 2025).

Kunci keberhasilan terletak pada prioritas, siswa harus belajar membedakan antara tugas yang penting yaitu tujuan jangka panjang, dan tugas yang mendesak atau tengat waktu dekat. Siswa yang berhasil dalam menyeimbangkan keduanya umumnya menerapkan model perencanaan yang ketat, mengalokasikan "blok waktu" spesifik, bukan hanya sisa waktu, untuk kegiatan tafhiz, muroja'ah, dan belajar akademik(Haji et al., 2023).

Dalam konteks menyeimbangkan dua domain ini, strategi pengelolaan waktu yang paling krusial adalah Time Blocking dan Minimal Spacing:

1. Time Blocking: Siswa perlu membuat jadwal harian yang terperinci, di mana setiap jam dialokasikan untuk kegiatan tertentu, misalnya: *Blok 1: Sekolah (Akademik), Blok 2:*

Istirahat dan Shalat, Blok 3: Hafalan Baru, Blok 4: Muroja'ah, dan Blok 5: Tugas Akademik/Belajar. Strategi ini memastikan bahwa tidak ada waktu yang terbuang percuma dan memberikan rasa kontrol yang tinggi kepada siswa terhadap jadwal mereka, yang secara psikologis dapat mengurangi kecemasan(Salma, 2022).

2. Minimal Spacing (Jeda Minimal): Siswa perlu menghindari *cramming* (belajar terburu-buru). Mereka harus menyebarkan sesi belajar dan muroja'ah dalam interval waktu yang lebih pendek namun teratur(Rosady, 2021). Psikolog kognitif, telah menunjukkan bahwa *spaced repetition* jauh lebih efektif daripada *massed practice*, belajar dalam waktu lama untuk retensi memori jangka panjang. Dengan mengulang hafalan sedikit demi sedikit, siswa dapat meningkatkan kualitas hafalan tanpa membebani pikiran secara berlebihan(Lubis et al., 2025).

Data kualitatif melalui wawancara mendalam menyoroti

bagaimana siswa Kelas 6 secara efektif menggunakan manajemen waktu yang cerdas untuk mengatasi beban ganda ini. Salah satu temuan kunci adalah penerapan disiplin Time Blocking dan Minimal Spacing yang ketat. Farah selaku siswa kelas 6 mengatakan bahwa, yang berhasil tidak hanya memiliki jadwal terperinci, tetapi juga memiliki ketahanan mental (grit) untuk tetap pada jadwal tersebut, bahkan ketika dihadapkan pada godaan atau tantangan sosial. Praktik Time Blocking memberikan rasa kontrol tinggi terhadap jadwal mereka, yang secara signifikan dapat mengurangi tingkat kecemasan berprestasi, sementara Minimal Spacing (penyebaran sesi muraja'ah dan belajar) memastikan kualitas retensi memori jangka panjang tanpa membebani pikiran secara berlebihan (*cramming*).

Selain pengelolaan waktu, siswa perlu mengadopsi strategi belajar adaptif yang sesuai dengan tuntutan unik dari tugas akademik dan hafalan Al-Qur'an:

1. Belajar Aktif untuk Akademik: Siswa harus beralih dari membaca pasif menjadi belajar

aktif untuk mata pelajaran sekolah. Ini melibatkan teknik seperti *Active Recall* (menguji diri sendiri tanpa melihat buku) dan *Feynman Technique* (menjelaskan konsep sulit kepada orang lain). Strategi ini memastikan bahwa waktu yang dihabiskan untuk belajar akademik menghasilkan pemahaman yang mendalam, bukan hanya ingatan permukaan(Sanulita, 2024)

2. Keterkaitan Emosional dalam Hafalan: Siswa perlu menciptakan lingkungan yang tenang dan bebas gangguan, dan yang lebih penting, berupaya memahami makna dari ayat yang dihafal. Dalam buku (Santoso, 2021) Nurcholish Madjid berpendapat, hafalan yang disertai pemahaman akan lebih melekat kuat di memori (*meaningful learning*) dibandingkan hafalan murni tanpa makna, karena melibatkan lebih banyak jalur saraf kognitif.

3. Metode Pengurangan (Chunking): Siswa harus menerapkan metode *chunking* (membagi tugas besar menjadi bagian-bagian kecil). Satu halaman Al-Qur'an dipecah menjadi beberapa baris atau ayat.

Strategi ini membuat tugas yang tampaknya menakutkan menjadi terasa lebih mudah diatasi, yang secara signifikan meningkatkan self-efficacy siswa(Amir, 2019).

Hadits Nabi Muhammad SAW, dijelaskan betapa pentingnya menghindari menganggur karena waktunya akan terbuang sia-sia tanpa hasil. "Ada dua kenikmatan yang banyak manusia tertipu, yaitu nikmat sehat dan waktu senggang," kata Nabi Muhammad SAW. Manfaatkan waktu sebaik mungkin(Hadits, 2024).

Menurut peneliti, keberhasilan strategi pengelolaan waktu dan belajar ini sangat bergantung pada disiplin diri dan komitmen jangka panjang siswa. Siswa yang berhasil tidak hanya memiliki jadwal yang baik, tetapi juga memiliki ketahanan mental untuk tetap pada jadwal tersebut, bahkan ketika menghadapi godaan atau tantangan. Siswa yang menganggap hafalan dan akademik sebagai tujuan jangka panjang yang bernilai tinggi akan lebih mungkin untuk berjuang melewati hari-hari yang sulit dan menyeimbangkan tuntutan yang saling bersaing.

Menurut, Angela Duckworth menekankan pentingnya ketabahan (*grit*) perpaduan antara gairah dan ketekunan untuk tujuan jangka Panjang sebagai prediktor utama kesuksesan yang lebih penting daripada bakat alami(Riandari et al., 2023). Tugas guru dan orang tua adalah membantu siswa memelihara motivasi intrinsik dan membangun rutinitas yang konsisten, mengubah tindakan yang sulit menjadi kebiasaan yang otomatis, yang merupakan kunci untuk menguasai dua bidang studi yang menantang ini secara simultan.

2. Tantangan Psikologis dan Emosional Siswa dalam Upaya Mencapai Keseimbangan Nilai Akademik dan Kualitas Hafalan Al-Qur'an

Siswa yang menempuh pendidikan di SDN 4 Maddukkelleng, terutama mereka yang juga aktif dalam program tahfiz (hafalan Al-Qur'an), seringkali menghadapi serangkaian tuntutan yang menciptakan tekanan waktu intens dan beban kognitif yang besar, secara tidak langsung dapat memicu stres, kecemasan, dan kelelahan mental. Siswa kelas 6 (farah) mengatakan suatu tantangan pasti ada yang

membuat pikiran saya tidak dapat terkontrol, seperti susahnya hafalan itu masuk jika ayat yang sama diulang namun berbeda surah, Dan sistem yang diterapkan dalam penyetoran itu berbaris kebelakang (antri), hal inilah yang membuat saya merasa jenuh menunggu dan kesal jika harus disuruh mengulang hafalan lalu antri dari belakang lagi.

Tantangan emosional yang dihadapi siswa tahfiz di UPTD SDN 4 Maddukkelleng, seringkali diperparah oleh tekanan internal dan eksternal. Tekanan internal berasal dari ekspektasi diri yang tinggi untuk menjadi siswa yang unggul secara akademis sekaligus hafidz/hafizah. Kegagalan dalam mencapai target hafalan harian atau penurunan nilai akademik dapat memicu rasa bersalah, malu, dan penurunan self-efficacy (keyakinan diri). Para siswa mungkin merasa bahwa mereka mengecewakan diri sendiri atau keluarga. Sementara itu, tekanan eksternal datang dari harapan orang tua, guru, dan lingkungan sosial. Dalam masyarakat yang sangat menghargai pencapaian ganda ini, pujian dan pengakuan seringkali diberikan kepada siswa yang berhasil

dalam keduanya, yang tanpa disadari dapat meningkatkan kecemasan berprestasi pada siswa lain. Kecemasan ini tidak hanya mengganggu kemampuan mereka untuk fokus saat ujian akademik, tetapi juga dapat memengaruhi konsentrasi dan ketenangan hati yang krusial untuk kegiatan hafalan Al-Qur'an.

Dari sudut pandang psikologi pendidikan, fenomena ini dapat dijelaskan melalui teori keterbatasan sumber daya kognitif (*Cognitive Load Theory*). Kedua tugas, baik belajar mata pelajaran sekolah maupun menghafal ayat-ayat Al-Qur'an, memerlukan daya ingat kerja (*working memory*) dan konsentrasi yang tinggi. Ketika seorang siswa harus membagi energi mentalnya di antara dua domain yang sama-sama menuntut, mereka berisiko mengalami *overload kognitif*, yang kemudian bermanifestasi sebagai kesulitan dalam memfokuskan perhatian di kelas dan penurunan kualitas muroja'ah(Idrus, 2023).

Selaku guru tahlidz (ustadzah Besse Nurhikmah), mengatakan terkadang siswa merasa kesulitan dalam menyetor dikarenakan beban

pikirannya terlalu banyak baik pikiran tugas, gangguan dari temannya, dan rasa takut salah dalam menyebut atau tertukarnya ayat-ayat. Namun, setiap siswa memiliki ciri menghafalnya tersendiri, ada siswa yang cepat masuk terhadap hafalan-hafalan mungkin karena sudah terlatih sejak dini dan sebaliknya ada yang kesulitan sebab tidak adanya keterbiasaan sehingga memunculkan sikap emosional.

Menurut Miftahul Huda (paket psikologi klinis), kecemasan yang berkepanjangan pada anak-anak dapat menyebabkan gangguan tidur, somatisasi (keluhan fisik tanpa sebab medis), dan bahkan penarikan diri dari interaksi sosial, semuanya mengikis kualitas hidup dan performa belajar mereka(Walidaini, 2021).

Mendidik dan mengajar anak-anak agar tidak menyimpang dari fitrahnya. Dalam Al-Quran dan Hadist disebutkan bahwa manusia sejak lahir membawa fitrahnya yakni beragama islam, Hadis Riwayat Al-Baihaqi, Rasulullah bersabda: "Setiap anak yang dilahirkan itu telah membawa fitrah beragama(perasaan percaya kepada Allah, maka kedua orangtuanya lah yang menjadikan ia

beragama yahudi, nasrani dan majusi".(Zulkarnain, 2019)

Menurut ulama tafsir Imam Al-Ghazali, Belajar Al-Qur'an harus menghasilkan perubahan perilaku (*tazkiyatun nafs*). Keindahan Al-Qur'an bukan hanya pada bacaannya, tetapi pada bagaimana ia mempengaruhi hati dan tindakan pembacanya. Pembelajar harus *tadabbur* (merenungkan) maknanya agar dapat mengamalkannya dalam kehidupan sehari-hari (Haeranah, 2024).

Dalam QS.Ar-Rad ayat 28 ini memberikan solusi utama untuk mencapai ketenangan batin:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطَمِّنُ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ
أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمِنُ الْقُلُوبُ

Terjemahnya: "(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram"(RI, 2019)

3. Peran Dukungan Sosial dalam Membentuk Persepsi dan Keberhasilan Siswa

Dukungan sosial merupakan fondasi yang tak terpisahkan dalam perjalanan pendidikan seorang siswa, terutama di tingkat Sekolah Dasar seperti di UPTD SDN Maddukkeleng. Lingkungan yang suportif dalam melibatkan orang tua, guru, dan lingkungan sekolah secara keseluruhan memainkan peran kunci tidak hanya dalam pencapaian prestasi akademik tetapi juga dalam pembentukan persepsi diri dan motivasi belajar siswa. Ketika siswa merasa didukung, mereka cenderung memiliki pandangan yang lebih positif terhadap kemampuan mereka, yang pada gilirannya mendorong mereka untuk menghadapi tantangan belajar dengan semangat dan ketekunan yang lebih tinggi. Penelitian telah menunjukkan bahwa dukungan sosial yang kuat berkorelasi positif dan signifikan terhadap motivasi belajar dan hasil akademis siswa.

Berdasarkan hasil wawancara, Mahrani, selaku guru pendamping tahfidz sekaligus guru PAI di UPTD SDN 4 Maddukkeleng mengatakan bahwa kegiatan ini memberi banyak manfaat bagi siswa selain mengasah kemampuan hafalan siswa atau daya ingatnya, membentuk karakter yang

Islami, tetapi juga memberikan peran khusus untuk saya selaku guru dan orang tua yang selalu memberi motivasi agar semangat dalam menghafal serta rasa persaudaran terhadap teman sebayanya, seperti sebelum menyertakan hafalan siswa terlebih dahulu menyuruh temannya untuk mengetes hafalannya.

Secara tidak langsung teman sebaya juga berperan, sebagaimana sabda Rasulullah dalam Riwayat Abu-Daud dan Tirmidzi:

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أَنَّ
النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ
قَالَ: «الرَّجُلُ عَلَى دِينِ خَلِيلِهِ، فَلَيَنْظُرْ
أَحَدُكُمْ مَنْ يُخَالِلُ».

Terjemahannya:"Seseorang itu tergantung pada agama temannya (karibnya), maka hendaklah salah seorang di antara kalian memperhatikan siapa yang ia jadikan teman dekatnya."(Mianoki, 2012)

Ketika siswa merasa tenang, cukup istirahat, dan melihat bahwa proses tahfidz dan akademik adalah bagian terpadu dari pertumbuhan mereka, tekanan emosional akan berkurang. Dan sebagai pihak yang

berkontribusi perlu Menanamkan cinta kepada Al-Qur'an sebagai tujuan utama, sehingga hafalan dilakukan atas dasar kesadaran dan kebahagiaan, bukan paksaan.

Dukungan dari orang yang berilmu (guru) dan keluarga (orang tua) sangat penting dalam proses belajar. Dalam QS.Al-Anbiya ayat 7:

فَسُلُّوْا أَهْلَ الدِّكْرِ إِنْ كُنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ (٧)

Terjemahannya:"... Maka bertanyalah kepada orang yang mempunyai pengetahuan jika kamu tidak mengetahui."(RI, 2019)

Peran dukungan orang tua siswa di UPTD SD 4 Maddukkelleng, diwujudkan melalui berbagai bentuk, mulai dari penyediaan fasilitas belajar yang memadai di rumah, bimbingan, hingga yang terpenting, dukungan emosional dan penghargaan. Orang tua yang secara aktif terlibat dalam kegiatan belajar anak, seperti membantu PR, menghadiri pertemuan sekolah, atau hanya mendengarkan pengalaman belajar anak, secara efektif menanamkan persepsi bahwa pendidikan adalah hal yang berharga dan bahwa usaha anak dihargai.

Salah satu orang tua siswa kelas 6, (Vita Anggeriani) mengatakan saya selaku orang tua sangat berperan penting memberi rasa tenang, cukup istirahat, dan melihat bahwa proses tahfidz dan akademik adalah bagian terpadu dari pertumbuhan mereka, tekanan emosional akan berkurang. Dan sebagai pihak yang berkontribusi perlu Menanamkan cinta kepada Al-Qur'an sebagai tujuan utama, sehingga hafalan dilakukan atas dasar kesadaran dan kebahagiaan, bukan paksaan.

Mereka yang mendapat dukungan kuat dari rumah cenderung memiliki motivasi internal yang tinggi, yang membuat mereka ulet menghadapi kesulitan tugas sekolah(Sahira, 2025).

Keterlibatan orang tua yang aktif bukan sekadar pelengkap, melainkan faktor eksternal terpenting dalam pembentukan mentalitas sukses pada siswa. Adanya ekosistem dukungan yang kuat ini, siswa tidak hanya akan mencapai prestasi akademik dan *mutqin* hafalan yang baik, tetapi juga mengembangkan persepsi positif

bahwa mereka mampu mengelola tantangan(Dan et al., 2025).

Hasil obseravasi dilapangan, ditemukan lingkungan sekolah yang nyaman, tenram, sejuk, rindang sangat memberi dukungan bagi siswa yang melakukan penyetoran hafalan. Tak hanya itu Guru yang menunjukkan kepedulian, memberikan *feedback* konstruktif, dan menciptakan suasana kelas yang aman, adil, dan inspiratif, akan membantu siswa UPTD SDN 4 Maddukkelleng merasa dihargai dan termotivasi.

Di lingkungan sekolah (termasuk teman sebaya dan suasana kelas), berfungsi sebagai pilar pendukung yang memastikan keberhasilan siswa. Guru tidak hanya berperan sebagai penyampai materi pelajaran, tetapi juga sebagai sumber dukungan instrumental (bantuan teknis dalam belajar) dan dukungan emosional(A.Kkoirunisa, 2024).

Lingkungan sekolah yang positif, seperti yang diungkapkan oleh peneliti, memiliki korelasi signifikan dengan peningkatan prestasi akademik, motivasi, dan minat belajar siswa. Interaksi positif dengan teman

sebaya juga sangat penting; dukungan dari teman sebaya dapat membantu membentuk sikap positif terhadap sekolah dan berfungsi sebagai motivasi tambahan bagi siswa untuk melanjutkan pendidikan dan berprestasi(Syaifudin, 2025).

Dalam konteks siswa Kelas 6 UPTD SDN 4 Maddukkelleng, keberhasilan mencapai muwazzanah sangat bergantung pada ekosistem dukungan sosial yang kuat baik dari guru, orang tua, maupun teman sebaya. Wawancara menunjukkan bahwa guru tahfidz dan guru pendamping memainkan peran sentral dengan memberikan feedback konstruktif dan menciptakan suasana yang aman, memotivasi siswa untuk bersemangat dalam menghafal. Selain itu, dukungan orang tua yang aktif berfokus pada proses dan usaha (growth mindset), bukan hanya hasil, terbukti menjadi faktor eksternal terpenting.

Farah (siswa kelas 6), saya mampu menyeimbangkan kedua hal ini baik akademik dan hafalan itu tidak terlepas dari peran orang tua, guru, lingkungan sekolah yang memadai. Dukungan ini, siswa mampu

mengembangkan persepsi positif bahwa mereka sanggup mengelola tantangan ganda, menumbuhkan self-efficacy (keyakinan diri) yang krusial untuk menghadapi kesulitan akademik dan proses menghafal.

Performa belajar dan keyakinan diri siswa (self-efficacy) tidak semata-mata ditentukan oleh kemampuan kognitif individual, melainkan sangat dipengaruhi oleh faktor lingkungan dan interaksi sosial di sekitar mereka. Lingkungan belajar, baik di rumah maupun di sekolah(Sukatin, 2023)

D. Kesimpulan

Keseimbangan antara tuntutan nilai akademik sekolah formal dan target hafalan Al-Qur'an (tahfidz) pada siswa kelas 6 UPTD SDN 4 Maddukkelleng merupakan tantangan unik yang dapat diatasi melalui disiplin diri, manajemen waktu, dan strategi belajar yang terencana. Tantangan ini signifikan karena siswa berada pada fase perkembangan kognitif dan sosial yang dinamis, di mana tuntutan kurikulum akademik meningkat bersamaan dengan kebutuhan program tahfidz yang memerlukan konsentrasi tinggi dan daya ingat kuat.

Keberhasilan dalam mencapai keseimbangan ini tidak hanya diukur dari prestasi, tetapi juga dari terbentuknya pribadi yang bertanggung jawab, fokus, dan berakhhlak mulia.

Tantangan terbesar yang dihadapi siswa adalah beban kognitif yang besar dan tekanan psikologis yang dapat memicu stres, kecemasan, dan kelelahan mental (*burnout*), yang dijelaskan melalui *Cognitive Load Theory*. Tekanan ini berasal dari ekspektasi diri yang tinggi (tekanan internal) dan harapan dari orang tua, guru, serta lingkungan sosial (tekanan eksternal) untuk unggul di kedua bidang. Kegagalan memenuhi salah satu tuntutan dapat memicu rasa bersalah dan penurunan keyakinan diri (*self-efficacy*). Oleh karena itu, penerapan program tahlidz harus didasarkan pada cinta kepada Al-Qur'an dan pemahaman (*tadabbur*) agar dilakukan atas dasar kesadaran dan kebahagiaan, bukan paksaan.

Peran sentral guru dan dukungan sosial sangat menentukan dalam pembentukan persepsi dan keberhasilan siswa. Guru membantu siswa dengan menanamkan nilai-nilai

disiplin diri, manajemen waktu, dan ketekunan melalui cara belajar yang relevan dan menyenangkan. Dukungan sosial meliputi orang tua sebagai pendidik utama (melalui penyediaan fasilitas dan dukungan emosional) dan guru serta lingkungan sekolah sebagai pilar pendukung (melalui *feedback* konstruktif dan suasana kelas yang aman). Dukungan ini harus berfokus pada proses dan usaha (*growth mindset*) untuk menumbuhkan keyakinan bahwa kemampuan dapat dikembangkan.

DAFTAR PUSTAKA

Buku :

Amir, A. (2019). *Strategi cepat belajar calistung*. CV. CAHAYA BINTANG CEMERLANG.

Salma, S. (2022). *Time Blocking: Strategi Meningkatkan Produktivitas dengan Manajemen Waktu*. In *Elemen Media*.

Sanulita, H. (2024). *Strategi Pembelajaran : Teori & Metode Pembelajaran Efektif*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.

Artikel in Press :

Haeranah. (2024). *Konsep Tazkiyatun Nafs Perspektif Iman Al-Ghazali dalam Kitab Ihya' 'Ulumuddin dan Relevansinya dengan Pendidikan Akhlak*.

Haji, K., Siddiq, A., Sains, J. P., Studi, P., Biologi, T., & Asmarista, N. A. (2023). *Pengaruh Manajemen Waktu dan Kedisiplinan Terhadap*

Hasil Belajar Biologi Siswa. Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.

Idrus. (2023). *Pembelajaran Berbasis Kognitif Multimedia Pada Kalbu Perspektif Al-qur'an.*

Kurniati. (2024). *Pengertian Nilai.*

Mianoki, A. (2012). *Pengaruh Teman Bergaul.* Muslim.or.Id.

RI, kementrian A. (2019). *Al-Qur'an dan terjemahan.*

Sahira, A. N. (2025). *Pengaruh Efikasi Diri, Iklim Kelas, Dan Dukungan Orang Tua Terhadap Motivasi Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Ekonomi Di SMA Negeri 1 Banyudono.* Universitas Sebelas Maret.

Santoso, D. (2021). *Pembentukan Karakter Disiplin Dan Perilaku Siswa Melalui Kegiatan Tahfidz Al-Qur'an SD Alam Insan Mulia.* Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Bengkulu.

Syaifudin. (2025). *Pengaruh Lingkungan Teman Sebaya Terhadap Prestasi Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Geografi Kelas X MA Darul.*

Walidaini, U. (2021). *Bentuk Kecemasan Orang Tua Murid Ketika Anak-Anaknya Masuk Kembali Ke Sekolah Pada Masa Adaptasi Kebiasaan Baru Di Jorong Padang Alai.*

Journal :

A.Kkoirunisa. (2024). *Peran Teman Sebaya dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 1 Gunung Pelindung Kec. Gunung Pelindung, Lampung Timur.*

Aula, S. T., Shifa, R. N., Aini, D. K., JI, A., No, W., Ngaliyan, K., Semarang, K., & Tengah, J. (2024). *Analisis Strategi Management Waktu dalam Meningkatkan Produktivitas Belajar Untuk Menghindari Stress Akademik Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi.* 2(3), 91–113.

Dan, B., Akademik, P., & Sd, S. (2025). *Peran Dukungan Orangtua Dalam Meningkatkan Motivasi.* 1, 164–173.

Fitri, K., & Fitriani, W. (2023). *Urgensi Psikologi Pendidikan Perspektif al-Qur'an dan Sosial.* 10(1), 32–38.

Hadits, A. N. D. A. N. (2024). *Pengelolaan waktu belajar dalam perspektif al-qur'an dan hadits.* 01(02), 133–143.

Islam, U., Profesor, N., Haji, K., & Zuhri, S. (2025). *Pengaruh Hafalan Al- Qur'an terhadap Ketenangan Jiwa dalam Perspektif Tasawuf Psikoterapi di Pondok Pesantren Darussalam Purwokerto.* 1(1), 47–61.

Kemerdekaan, J., & No, B. (2021). *Al-Munqidz : Jurnal Kajian Keislaman.* 1(1), 78–97.

Lubis, N., Lubis, R. H., & Hidayat, F. (2025). *Penerapan Metode Belajar dalam Mengatasi Masalah Kelupaan Akademik di Fakultas Dakwah dan Komunikasi.* 1(2), 10–19.

Manajemen, P. S., Ekonomi, F., & Garut, U. (2025). *Dampak Burnout dan Workload Terhadap Kinerja Karyawan : Studi Kasus Pabrik Tahu Kadungora Kabupaten Garut.* 6(7), 2249–2267.

Manik, Y. M., Belajar, M., & Dasar, S. (2023). *Analisis Permasalahan Belajar pada Anak Usia Sekolah Dasar.* 3(1)(April), 156–161. <https://doi.org/10.47709/educendikia.v3i01.2383>

Misbah, M. (2022). *Metode Tikrar dalam Pembelajaran Tahfidz Al-Qur'an di Pondok Pesantren Modern Darul Qur'an Al -Karim*

Baturraden. 8(2), 1332–1338.
[https://doi.org/10.36312/jime.v8i2.3070/http](https://doi.org/10.36312/jime.v8i2.3070)

Najizah, F. (2021). Manajemen Waktu Belajar dalam Islam dalam Perspektif Al-qur'an dan Hadis. *Kuttab*, 5(2).

Nur, F., & Kurniawati, A. (2023). *Analisis Permasalahan Siswa Kelas 1 Sekolah Dasar Negeri Panggilingan 02 dalam Melaksanakan Pembelajaran*. 6(2), 376–385.

Riandari, F., Alesha, A., & Sihotang, M. (2023). *Measuring the position of human intelligence in influencing its success Mengukur posisi kecerdasan manusia dalam mempengaruhi kesuksesannya*. 01(01), 33–44.

Rosady, A. T. (2021). Jangan Terburu-buru dalam Menuntun Ilmu. *Al-Maahirah IIBS Malang*...

Septiani, R. A. D., & Wardana, D. (2022). *Jurnal perseda*. V(2), 130–137.

Simanjuntak, D. (2021). Hukum Melupakan Hafalan Al- Qur'an *Jurnal El-Qanuniy*, 7(1), 116–133.

Sodik, M., Syayidah, L. N., & Fadilah, A. I. (2024). *Manajemen Strategi Pembelajaran Tahfidz Al- Qur 'an dalam Meningkatkan Kualitas Hafalan Santri di Pondok Pesantren*. 7(2), 859–870.

Sukatin. (2023). Efikasi Diri Dan Kestabilan Emosi Pada Prestasi Belajar. *Educational Leadership Jurnal Manajemen Pendidikan*, 3(1).

Wulandari, T. (2024). Deskripsi Mendalam untuk Memastikan Keteralihan Temuan Penelitian Kualitatif. *Jurnal Literasiologi*, 11, 124–131.

Zulkarnain. (2019). Emosional : Tinjauan Al- Qur 'an dan Relevansinya Dalam Pendidikan. *Pendidikan, Jurnal Issn, Islam*,
