

OPTIMALISASI TARGET HAFALAN AL-QUR'AN MELALUI MANAJEMEN DIRI DAN PENGELOLAAN PROGRAM TAHFIDZ UNTUK KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS SANTRI

Shofi Aqidatul Izzah¹, Siti Norsaniyah², Jazilurrahman³

^{1,2}Magister Pendidikan Agama Islam, Universitas Nurul Jadid

¹shofiizzah250603@gmail.com, ²s93915350@gmail.com,

³jazilurrahman@unuja.ac.id

ABSTRACT

Optimizing Qur'anic memorization targets requires effective self-management, well-organized tahfidz program management, and positive psychological well-being. This study aims to examine how self-management and tahfidz program management optimize Qur'anic memorization targets and promote the psychological well-being of students at PPIQ Al-Hasyimiyah, Nurul Jadid Islamic Boarding School, Paiton, Probolinggo. This study employed a qualitative case study approach. Data were collected through interviews, observations, and documentation, then analyzed using the Miles and Huberman interactive model. Data trustworthiness was ensured through source and technique triangulation. The findings indicate that the optimization of Qur'anic memorization targets is supported by three interrelated aspects: self-management, including time management, priority setting, self-evaluation, consistent muraja'ah, self-control, and learning motivation; tahfidz program management through musyrifah supervision, memorization evaluation, and structured scheduling; and psychological well-being, reflected in self-acceptance, self-confidence, learning motivation, positive social relationships, stress management, and satisfaction with memorization progress. The study proposes a conceptual model demonstrating that the synergy between students' self-management, effective tahfidz program management, and positive psychological well-being contributes to optimizing Qur'anic memorization targets.

Keywords: Qur'anic Memorization Targets, Self-Management, Tahfidz Program, Psychological Well-Being, Students.

ABSTRAK

Optimalisasi target hafalan Al-Qur'an dipengaruhi oleh manajemen diri santri, pengelolaan program tahfidz, dan kesejahteraan psikologis yang mendukung proses menghafal. Penelitian ini bertujuan menganalisis optimalisasi target hafalan Al-Qur'an melalui manajemen diri dan pengelolaan program tahfidz untuk kesejahteraan psikologis santri di PPIQ Al-Hasyimiyah Pondok Pesantren Nurul Jadid Paiton Probolinggo. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi, kemudian dianalisis menggunakan model Miles dan Huberman serta diuji keabsahannya melalui triangulasi sumber dan teknik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa optimalisasi target hafalan Al-Qur'an didukung oleh manajemen diri yang meliputi pengelolaan waktu, penentuan prioritas, evaluasi diri, konsistensi muraja'ah, pengendalian diri, dan motivasi belajar; pengelolaan

program tahfidz melalui pendampingan musyrifah, evaluasi hafalan, serta pengaturan jadwal kegiatan; dan kesejahteraan psikologis yang ditandai dengan penerimaan diri, kepercayaan diri, motivasi belajar, hubungan sosial yang positif, kemampuan mengelola tekanan, serta kepuasan terhadap perkembangan hafalan. Penelitian ini menghasilkan model konseptual bahwa optimalisasi target hafalan Al-Qur'an merupakan hasil sinergi antara manajemen diri santri, pengelolaan program tahfidz yang efektif, dan kesejahteraan psikologis yang positif.

Kata Kunci: Target Hafalan Al-Qur'an, Manajemen Diri, Program Tahfidz, Kesejahteraan Psikologis, Santri.

A. Pendahuluan

Program tahfidz Al-Qur'an mengalami perkembangan yang signifikan dalam beberapa tahun terakhir sebagai salah satu strategi lembaga pendidikan Islam dalam membentuk generasi yang memiliki kompetensi keagamaan, spiritual, dan karakter Qur'ani. Perkembangan tersebut ditandai dengan meningkatnya jumlah pesantren, sekolah Islam, dan lembaga pendidikan berbasis Al-Qur'an yang menjadikan program tahfidz sebagai program unggulan dengan target hafalan tertentu sebagai indikator keberhasilan pembelajaran (Fadhilah et al., 2026; Sodik et al., 2024). Kondisi tersebut menunjukkan perlunya kajian yang mampu menjelaskan faktor-faktor yang mendukung optimalisasi target hafalan secara lebih komprehensif sehingga dapat menjadi dasar

pengembangan program tahfidz yang lebih efektif.

Fenomena tersebut juga ditemukan di PPIQ Al-Hasyimiyah (Pusat Pendidikan Ilmu Al-Qur'an) Pondok Pesantren Nurul Jadid Paiton Probolinggo. Program tahfidz di lembaga ini menetapkan target hafalan lima juz dalam satu tahun dengan rata-rata capaian satu halaman pada setiap hari efektif setoran. Target tersebut disusun berdasarkan kemampuan rata-rata santri sekaligus mempertimbangkan keterlibatan mereka dalam pendidikan formal dan berbagai aktivitas kepesantrenan. Namun, hasil observasi awal menunjukkan bahwa ketercapaian target hafalan belum merata pada seluruh santri. Sebagian santri mampu memenuhi bahkan melampaui target yang ditetapkan, sedangkan sebagian lainnya mengalami keterlambatan

dalam mencapai target hafalan meskipun memperoleh sistem pembelajaran, aturan pesantren, dan fasilitas pendidikan yang relatif sama. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kesenjangan antara target program yang dirancang lembaga dengan capaian hafalan santri di lapangan. Kesenjangan ini mengindikasikan bahwa keberhasilan mencapai target hafalan tidak semata-mata ditentukan oleh standar program yang telah ditetapkan, tetapi juga dipengaruhi oleh berbagai faktor yang belum sepenuhnya teridentifikasi melalui evaluasi program yang selama ini dilakukan (Engkizar et al., 2023; Ilmiati, 2024). Oleh karena itu, penelitian ini memandang penting untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang berkontribusi terhadap optimalisasi target hafalan Al-Qur'an melalui pendekatan yang tidak hanya berfokus pada aspek individual, tetapi juga mempertimbangkan sistem pengelolaan program dan kondisi psikologis santri.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara awal dengan pengelola program tahfidz, ditemukan bahwa ketercapaian target hafalan dipengaruhi oleh faktor internal

maupun eksternal. Dari sisi internal, sebagian santri mengalami kesulitan dalam mengatur waktu, menentukan prioritas kegiatan, menjaga konsistensi muraja'ah, mempertahankan motivasi belajar, serta mengendalikan diri di tengah padatnya aktivitas pendidikan formal dan kepesantrenan. Sementara itu, dari sisi eksternal, sistem setoran hafalan, pola pendampingan musyrifah, pengaturan jadwal kegiatan, serta mekanisme evaluasi program turut memengaruhi proses pencapaian target hafalan. Temuan tersebut menunjukkan bahwa keberhasilan menghafal Al-Qur'an tidak dapat dipahami semata-mata sebagai kemampuan mengingat ayat, tetapi merupakan hasil interaksi antara kemampuan personal santri dalam mengelola dirinya dan dukungan sistem pembelajaran yang diselenggarakan oleh lembaga (Afif et al., 2025; Ismael, Muazza, 2023). Dengan demikian, optimalisasi target hafalan memerlukan pendekatan yang tidak hanya berorientasi pada peningkatan kemampuan hafalan, tetapi juga pada penguatan faktor-faktor yang mendukung proses belajar secara berkelanjutan.

Salah satu faktor personal yang berperan penting dalam pencapaian target hafalan adalah kemampuan *self-management* atau manajemen diri. Teori *self-management* menjelaskan bahwa individu yang mampu mengelola waktu, menetapkan prioritas, mengendalikan perilaku, melakukan evaluasi diri, serta mempertahankan motivasi akan lebih mudah mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Dalam konteks program tahfidz, kemampuan tersebut menjadi landasan bagi santri untuk menyeimbangkan aktivitas menghafal Al-Qur'an dengan berbagai kewajiban akademik maupun kegiatan kepesantrenan. Manajemen diri yang baik memungkinkan santri membangun kebiasaan belajar yang konsisten, menjaga kualitas muraja'ah, serta mempertahankan disiplin dalam menyelesaikan target hafalan. Oleh karena itu, *self-management* tidak hanya berfungsi sebagai strategi pengelolaan perilaku, tetapi juga sebagai faktor yang mendukung keberhasilan program tahfidz secara berkelanjutan (Fitri et al., 2023; Sukmawati & Husna, 2023).

Selain kemampuan mengelola diri, keberhasilan santri dalam

mencapai target hafalan juga dipengaruhi oleh kondisi kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*). Beban menghafal Al-Qur'an yang harus dijalankan secara konsisten, disertai tuntutan pendidikan formal dan aktivitas kepesantrenan, berpotensi menimbulkan tekanan apabila tidak diimbangi dengan kondisi psikologis yang baik. Menurut teori *Psychological Well-Being* yang dikembangkan oleh Carol Ryff, kesejahteraan psikologis tercermin melalui kemampuan individu untuk menerima dirinya, membangun hubungan positif dengan orang lain, menguasai lingkungan, memiliki tujuan hidup yang jelas, mengembangkan potensi diri, serta menunjukkan kemandirian dalam menjalani kehidupan (Meliala, 2024). Dalam konteks pendidikan tahfidz, dimensi-dimensi tersebut menjadi modal psikologis yang membantu santri mempertahankan motivasi, menghadapi tantangan selama proses menghafal, serta tetap konsisten mencapai target hafalan. Dengan demikian, manajemen diri dan kesejahteraan psikologis merupakan dua aspek yang saling melengkapi dalam mendukung

keberhasilan pelaksanaan program tahfidz.

Berbagai penelitian terdahulu telah mengkaji faktor-faktor yang berkaitan dengan keberhasilan program tahfidz Al-Qur'an. Beberapa penelitian menyoroti peran motivasi belajar, regulasi emosi, dan resiliensi dalam mendukung keberhasilan hafalan santri (Affandi & Mubarak, 2024). Penelitian lain menunjukkan bahwa penerapan *self-management* berkontribusi terhadap peningkatan kedisiplinan dan kemampuan mengelola proses belajar sehingga mendukung pencapaian tujuan pembelajaran secara lebih optimal (Adirama et al., 2023). Sementara itu, kajian mengenai *burnout*, *school well-being*, dan *psychological well-being* menegaskan pentingnya kondisi psikologis dalam menjaga keberlangsungan proses menghafal Al-Qur'an (Isbadi et al., 2025). Meskipun demikian, penelitian-penelitian tersebut umumnya masih mengkaji masing-masing faktor secara terpisah sehingga belum mampu menjelaskan bagaimana keterkaitan antara manajemen diri santri, pengelolaan program tahfidz, dan kesejahteraan psikologis secara simultan dalam mendukung

optimalisasi target hafalan Al-Qur'an. Selain itu, masih terbatas penelitian yang mengembangkan suatu model konseptual yang dapat menjelaskan sinergi antara faktor personal, faktor kelembagaan, dan faktor psikologis dalam konteks pendidikan tahfidz di lingkungan pesantren. Kesenjangan tersebut menunjukkan perlunya penelitian yang lebih komprehensif untuk memperoleh pemahaman yang utuh mengenai faktor-faktor yang menentukan keberhasilan pencapaian target hafalan Al-Qur'an.

Berdasarkan kesenjangan penelitian tersebut, kebaruan (*novelty*) penelitian ini terletak pada pengembangan model konseptual optimalisasi target hafalan Al-Qur'an yang mengintegrasikan tiga aspek utama, yaitu manajemen diri santri, pengelolaan program tahfidz, dan kesejahteraan psikologis, dalam satu kerangka analisis yang saling berkaitan. Berbeda dengan penelitian terdahulu yang lebih banyak mengkaji ketiga aspek tersebut secara parsial, penelitian ini menjelaskan bagaimana interaksi antara faktor personal, faktor kelembagaan, dan faktor psikologis membentuk kondisi yang mendukung keberhasilan hafalan secara berkelanjutan. Dengan demikian,

penelitian ini tidak hanya mendeskripsikan faktor-faktor yang memengaruhi ketercapaian target hafalan, tetapi juga menawarkan model konseptual yang dapat digunakan untuk memahami hubungan antarfaktor dalam penyelenggaraan program tahfidz.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran manajemen diri santri, pengelolaan program tahfidz, dan kesejahteraan psikologis dalam mendukung optimalisasi target hafalan Al-Qur'an di PPIQ Al-Hasyimiyah Pondok Pesantren Nurul Jadid Paiton Probolinggo. Selain itu, penelitian ini bertujuan merumuskan model konseptual optimalisasi target hafalan yang dapat menjadi landasan pengembangan program tahfidz yang lebih efektif, adaptif, dan berkelanjutan. Secara teoretis, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian mengenai pendidikan tahfidz melalui integrasi perspektif manajemen diri, pengelolaan program, dan kesejahteraan psikologis dalam menjelaskan keberhasilan pencapaian target hafalan Al-Qur'an. Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan menjadi bahan pertimbangan bagi pengelola

program tahfidz, pendidik, dan pengasuh pesantren dalam merancang strategi pembinaan yang lebih efektif untuk meningkatkan ketercapaian target hafalan serta mendukung kesejahteraan psikologis santri selama proses menghafal Al-Qur'an.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus yang dilaksanakan di PPIQ Al-Hasyimiyah Pondok Pesantren Nurul Jadid, Paiton, Probolinggo, Jawa Timur. Lokasi penelitian dipilih karena memiliki program tahfidz dengan target hafalan lima juz per tahun serta menunjukkan variasi ketercapaian target hafalan di kalangan santri. Informan penelitian dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan keterlibatan dan kemampuannya dalam memberikan informasi yang relevan dengan fokus penelitian. Informan terdiri atas kepala program tahfidz, dua musyrifah, dan enam santri yang mewakili kategori santri yang mampu mencapai target maupun yang mengalami kesulitan mencapai target hafalan (Izzah, 2025; Jailani & Jeka, 2023). Penelitian dilaksanakan pada

semester genap tahun ajaran 2025/2026 dengan fokus kajian pada manajemen diri santri, pengelolaan program tahfidz, dan kesejahteraan psikologis dalam pencapaian target hafalan Al-Qur'an.

Data penelitian dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur, observasi, dan dokumentasi. Wawancara digunakan untuk memperoleh informasi mengenai pengalaman santri dan pengelola program tahfidz, observasi dilakukan terhadap aktivitas hafalan, setoran, dan muraja'ah, sedangkan dokumentasi digunakan untuk melengkapi data berupa jadwal kegiatan, aturan program, dan dokumen pendukung lainnya (Izzah & Sahidah, 2025; Jailani, 2023). Analisis data menggunakan model interaktif Miles, Huberman, dan Saldana yang meliputi kondensasi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan (Fadliyah et al., 2023; Shofi Aqidatul Izzah, Nur Azizah Riska Ayu Astiani Mahmudah, Siti Norsaniyah, 2026). Keabsahan data diperiksa melalui triangulasi sumber dan triangulasi teknik dengan membandingkan data hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi dari berbagai informan.

Penelitian dilaksanakan dengan memperhatikan prinsip etika penelitian melalui persetujuan informan serta menjaga kerahasiaan identitas seluruh partisipan (Luthfiyani & Murhayati, 2024).

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan

1. Manajemen Diri Santri dalam Menghadapi Target Hafalan Al-Qur'an

Hasil penelitian menunjukkan bahwa manajemen diri menjadi salah satu faktor utama yang memengaruhi ketercapaian target hafalan Al-Qur'an di PPIQ Al-Hasyimiyah. Berdasarkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi, ditemukan bahwa santri yang mampu mencapai target hafalan umumnya memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengatur waktu, menentukan prioritas kegiatan, melakukan evaluasi diri, menjaga konsistensi muraja'ah, mengendalikan diri, serta mempertahankan motivasi belajar. Sebaliknya, santri yang mengalami kesulitan mencapai target cenderung menghadapi hambatan dalam mengelola aktivitas harian yang padat sehingga waktu untuk menambah maupun mengulang hafalan menjadi terbatas (Wachida et al., 2021).

Meskipun seluruh santri berada dalam lingkungan pendidikan, aturan pesantren, dan target hafalan yang sama, capaian hafalan mereka menunjukkan variasi yang cukup beragam. Temuan ini menunjukkan bahwa ketercapaian target hafalan tidak hanya dipengaruhi oleh sistem program yang diterapkan lembaga, tetapi juga oleh kemampuan individu dalam mengelola dirinya selama menjalani proses menghafal Al-Qur'an (Fadhilah et al., 2026).

Berdasarkan hasil wawancara, santri yang berhasil mencapai target hafalan memiliki pola pengelolaan waktu yang lebih terencana dibandingkan santri yang belum mencapai target. Mereka memanfaatkan waktu-waktu yang dianggap paling efektif untuk menghafal, seperti setelah salat atau pada waktu luang di sela-sela kegiatan pesantren, sehingga strategi tersebut menjaga konsistensi hafalannya. Salah satu santri menyatakan, *"Setiap hari saya membuat target pribadi. Walaupun program menetapkan satu halaman, saya membagi satu halaman tersebut menjadi beberapa bagian supaya lebih mudah diselesaikan"* (S-1). Pernyataan tersebut menunjukkan

bahwa keberhasilan hafalan tidak hanya ditentukan oleh banyaknya waktu yang tersedia, tetapi juga oleh kemampuan santri dalam merencanakan dan memanfaatkan waktu secara efektif (Ubaidillah et al., 2025). Hasil observasi menunjukkan bahwa santri yang memiliki jadwal hafalan pribadi cenderung lebih konsisten dalam menambah hafalan dibandingkan santri yang hanya mengandalkan jadwal program tanpa perencanaan pribadi (Sodik et al., 2024).

Berbeda dengan santri yang berhasil mencapai target hafalan, sebagian santri yang belum mencapai target mengaku mengalami kesulitan dalam mengelola berbagai tuntutan aktivitas harian. Padatnya jadwal sekolah, kegiatan organisasi, dan aktivitas kepesantrenan sering kali menyebabkan waktu hafalan menjadi berkurang. Kondisi tersebut disampaikan oleh salah seorang santri: *"Kadang saya kesulitan membagi waktu antara sekolah, organisasi, dan hafalan. Akhirnya hafalan sering tertunda dan setoran menjadi kurang maksimal"* (S-2). Temuan ini menunjukkan bahwa hambatan utama yang dialami sebagian santri bukan terletak pada

kemampuan menghafal saja, melainkan pada kemampuan mengelola berbagai aktivitas yang berlangsung secara bersamaan (Sodik et al., 2024). Ketika waktu hafalan tidak menjadi prioritas utama, proses penambahan hafalan cenderung tertunda dan berdampak pada keterlambatan pencapaian target yang telah ditetapkan program (Wachida et al., 2021).

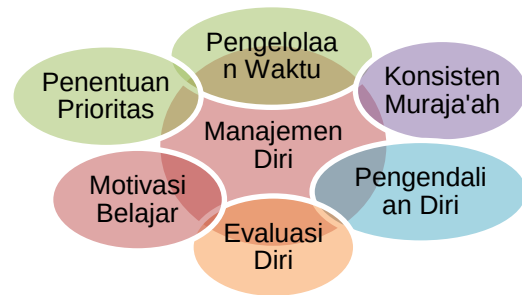
Selain pengelolaan waktu dan penentuan prioritas, hasil penelitian menunjukkan bahwa evaluasi diri menjadi komponen penting dalam manajemen diri santri (Baroroh et al., 2023). Santri yang mencapai target hafalan tidak hanya fokus pada penambahan hafalan baru, tetapi juga secara rutin melakukan refleksi terhadap perkembangan hafalan yang telah dicapai. Salah seorang informan menjelaskan: *“Saya biasanya mengevaluasi hafalan setiap malam. Kalau target hari itu belum tercapai, saya mencoba menggantinya pada waktu lain.”* (S-3). Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa evaluasi diri berfungsi sebagai mekanisme pengendalian yang membantu santri memantau perkembangan hafalan sekaligus mengidentifikasi kekurangan yang

perlu diperbaiki. Melalui evaluasi diri, santri mampu mengetahui tingkat ketercapaian target harian dan menyusun strategi perbaikan apabila terjadi keterlambatan hafalan (Ilmiati & Aulia, 2024). Dengan demikian, evaluasi diri berperan sebagai mekanisme reflektif yang membantu santri menjaga konsistensi sekaligus mengontrol ketercapaian target hafalan secara berkelanjutan.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa konsistensi muraja'ah menjadi faktor pembeda antara santri yang mencapai target dan yang belum mencapai. Berdasarkan hasil observasi, santri yang berhasil mencapai target tidak hanya berorientasi pada penambahan hafalan baru, tetapi juga memiliki kebiasaan mengulang hafalan secara teratur. Hal ini diperkuat oleh hasil wawancara dengan seorang musyrifah: *“Menurut pengalaman saya, perbedaan utama antara santri yang berhasil dan yang tidak adalah pada disiplin muraja'ah. Santri yang rajin mengulang hafalan lama meskipun setoran hafalannya sedikit, justru hafalannya lebih kuat”* (M-1). Sebagian santri menyusun jadwal muraja'ah pribadi untuk menjaga kualitas hafalan yang telah

diperoleh. Sebaliknya, beberapa santri yang mengalami kesulitan mencapai target cenderung lebih fokus pada penambahan hafalan baru tanpa diimbangi pengulangan yang memadai. Akibatnya, hafalan menjadi kurang kuat dan sering terjadi kesalahan ketika setoran berlangsung. Temuan ini menunjukkan bahwa kualitas hafalan tidak hanya ditentukan oleh jumlah hafalan yang diperoleh, tetapi juga oleh konsistensi dalam mempertahankan hafalan melalui muraja'ah yang berkelanjutan (Sodik et al., 2024).

Berdasarkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi, peneliti mengidentifikasi enam komponen utama yang secara empiris membentuk manajemen diri santri dalam menghadapi target hafalan Al-Qur'an. Untuk memudahkan pemahaman mengenai hubungan antar-temuan, hasil penelitian divisualisasikan dalam bentuk model konseptual sebagaimana ditunjukkan pada Gambar 1.



Gambar 1. Komponen Manajemen Diri Santri dalam Mencapai Target Hafalan Al-Qur'an

Gambar 1 menunjukkan bahwa manajemen diri santri berdasarkan hasil sintesis peneliti terhadap berbagai temuan lapangan yang tersusun atas enam komponen utama yang saling mendukung dalam proses pencapaian target hafalan. Pengelolaan waktu dan penentuan prioritas membantu santri mengalokasikan aktivitas belajar secara terarah, evaluasi diri dan konsistensi muraja'ah berfungsi menjaga perkembangan serta kualitas hafalan, sedangkan pengendalian diri dan motivasi belajar berperan mempertahankan komitmen santri ketika menghadapi berbagai tantangan selama proses menghafal. Oleh karena itu, manajemen diri tidak dapat dipahami sebagai kemampuan tunggal, tetapi sebagai sistem perilaku yang tersusun dari berbagai komponen yang saling mendukung

dalam mencapai target hafalan Al-Qur'an (Ilmiati & Aulia, 2024).

Dari aspek pengendalian diri dan motivasi belajar, hasil penelitian menunjukkan bahwa santri yang mencapai target hafalan umumnya memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengontrol perilaku yang dapat mengganggu proses hafalan. Mereka berusaha menjaga kedisiplinan terhadap jadwal yang telah disusun dan tetap mempertahankan semangat belajar meskipun menghadapi kelelahan akibat aktivitas pesantren yang padat. Salah seorang santri mengungkapkan, "*Saya ingin terus menghafal karena berharap bisa menjaga Al-Qur'an dan membanggakan orang tua*" (S-1). Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa motivasi intrinsik menjadi faktor dominan yang mendorong santri untuk tetap bertahan dalam program tahfidz. Temuan ini menunjukkan bahwa motivasi tidak hanya berfungsi sebagai pendorong awal dalam menghafal Al-Qur'an, tetapi juga menjadi faktor yang membantu santri mempertahankan konsistensi ketika menghadapi berbagai tantangan selama proses

menghafal (Hidayatullah & Salsabila, 2022).

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa keberhasilan santri dalam mencapai target hafalan dipengaruhi oleh kemampuan mengelola waktu, menentukan prioritas, melakukan evaluasi diri, menjaga konsistensi muraja'ah, mengendalikan diri, serta mempertahankan motivasi belajar (Wachida et al., 2021). Temuan ini dapat dijelaskan melalui teori *self-management* yang menekankan kemampuan individu dalam mengatur perilaku, waktu, dan sumber daya untuk mencapai tujuan tertentu (Meliala, 2024). Dalam konteks penelitian ini, tujuan tersebut diwujudkan dalam bentuk ketercapaian target hafalan yang telah ditetapkan oleh lembaga. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang menegaskan pentingnya *self-management* dalam keberhasilan program tahfidz (Sodik et al., 2024). Namun, penelitian ini menunjukkan bahwa dalam lingkungan pesantren yang memiliki aktivitas padat, keberhasilan hafalan tidak hanya ditentukan oleh kemampuan mengatur waktu, tetapi juga oleh

evaluasi diri dan konsistensi muraja'ah. Dengan demikian, manajemen diri dapat dipahami sebagai fondasi utama yang mendukung optimalisasi target hafalan Al-Qur'an sekaligus menjadi faktor yang menjembatani antara target program tahfidz dan capaian hafalan santri.

2. Pengelolaan Program Tahfidz dalam Mendukung Ketercapaian Target Hafalan Al-Qur'an

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketercapaian target hafalan Al-Qur'an di PPIQ Al-Hasyimiyah tidak hanya dipengaruhi oleh kemampuan individu santri dalam mengelola dirinya, tetapi juga oleh efektivitas pengelolaan program tahfidz yang diterapkan lembaga. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengelolaan program tahfidz di PPIQ Al-Hasyimiyah dibangun melalui lima komponen utama, yaitu penetapan target hafalan, sistem setoran hafalan, pendampingan musyrifah, evaluasi hafalan, dan pengaturan jadwal kegiatan santri. Kelima komponen tersebut saling berkaitan dalam membentuk lingkungan belajar yang mendukung proses menghafal Al-Qur'an. Temuan ini menunjukkan bahwa keberhasilan program tahfidz

tidak hanya ditentukan oleh kesungguhan santri, tetapi juga oleh kemampuan lembaga dalam merancang sistem pendidikan yang mampu memfasilitasi kebutuhan santri secara berkelanjutan (Almusthafa et al., 2025).

Berdasarkan hasil wawancara dengan kepala program tahfidz, target hafalan lima juz dalam satu tahun ditetapkan melalui pertimbangan kemampuan rata-rata santri serta kondisi aktivitas harian yang mereka jalani. Kepala Program Tahfidz menjelaskan: "*Target lima juz per tahun sebenarnya sudah disusun berdasarkan kemampuan rata-rata santri dan mempertimbangkan jadwal kegiatan pesantren.*" Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa target hafalan yang diterapkan melalui proses perencanaan yang mempertimbangkan kondisi riil santri. Berdasarkan dokumentasi program, target tersebut setara dengan rata-rata satu halaman hafalan pada hari efektif setoran. Dengan demikian, target yang ditetapkan berfungsi sebagai arah capaian sekaligus standar keberhasilan yang harus dicapai oleh santri selama mengikuti program tahfidz (Wachida et al., 2021).

Selain penetapan target, sistem setoran hafalan dan pendampingan musyriyah menjadi komponen penting dalam mendukung ketercapaian target hafalan. Hasil observasi menunjukkan bahwa setoran dilakukan secara rutin sesuai jadwal yang telah ditetapkan lembaga sehingga mendorong santri untuk menjaga kedisiplinan belajar. Salah seorang santri menyampaikan: *“Menurut saya jadwal setoran yang rutin membantu saya lebih disiplin karena ada tanggung jawab yang harus dipenuhi setiap hari”* (S-4). Kutipan tersebut menunjukkan bahwa sistem setoran berfungsi sebagai mekanisme kontrol yang mendorong santri untuk menjaga kedisiplinan dan konsistensi hafalan. Keberadaan jadwal setoran yang jelas membuat santri memiliki tanggung jawab untuk mempersiapkan hafalan secara teratur. Salah seorang Musyriyah menjelaskan: *“Kami tidak hanya menerima setoran hafalan, tetapi juga memberikan motivasi dan pendampingan kepada santri yang mengalami kesulitan”* (M-2). Temuan ini menunjukkan bahwa sistem setoran dan pendampingan musyriyah berfungsi sebagai sarana kontrol

sekaligus penguatan motivasi belajar santri (Almusthafa et al., 2025).

Hasil observasi juga menunjukkan bahwa pengaturan jadwal kegiatan dan evaluasi hafalan menjadi bagian penting dalam menjaga keberlangsungan program tahfidz. Lembaga menyediakan waktu khusus untuk kegiatan setoran dan muraja'ah sehingga santri memiliki kesempatan yang jelas untuk menambah maupun mengulang hafalan. Selain itu, proses evaluasi hafalan dilakukan secara berkala untuk memantau perkembangan hafalan santri dan mengidentifikasi kendala yang mereka hadapi. Salah seorang musyriyah lainnya menyatakan: *“Setiap minggu kami melakukan evaluasi hafalan agar dapat mengetahui capaian santri dan menentukan siapa yang membutuhkan perhatian lebih”* (M-2). Temuan ini menunjukkan bahwa jadwal yang terstruktur dan evaluasi yang berkelanjutan berfungsi sebagai instrumen pengawasan yang mendukung ketercapaian target hafalan (Hidayatullah & Salsabila, 2022).

Berdasarkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi, peneliti mengidentifikasi hubungan antar-

komponen pengelolaan program tahfidz yang mendukung ketercapaian target hafalan Al-Qur'an. Hubungan tersebut divisualisasikan dalam bentuk model konseptual sebagaimana ditunjukkan pada Gambar 2.



Gambar 2. Komponen Pengelolaan Program Tahfidz dalam Mendukung Ketercapaian Target Hafalan

Gambar 2 menunjukkan bahwa pengelolaan program tahfidz dalam mendukung ketercapaian target hafalan Al-Qur'an tersusun atas lima komponen utama yang saling berkaitan. Penetapan target hafalan berfungsi sebagai arah capaian yang harus dicapai santri, sistem setoran menjadi sarana kontrol perkembangan hafalan, pendampingan musyrifah berperan memberikan bimbingan dan penguatan motivasi, evaluasi hafalan digunakan untuk memantau

perkembangan serta mengidentifikasi kendala yang dihadapi santri, sedangkan pengaturan jadwal kegiatan menyediakan ruang yang memungkinkan proses hafalan dan muraja'ah berlangsung secara teratur. Oleh karena itu, pengelolaan program tahfidz tidak dapat dipahami sebagai kumpulan kegiatan yang berdiri sendiri, melainkan sebagai suatu sistem yang tersusun atas berbagai komponen yang saling mendukung dalam mencapai target hafalan Al-Qur'an (Fadhilah et al., 2026).

Dari perspektif santri, sistem pendampingan yang diterapkan memberikan dampak positif terhadap perkembangan hafalan mereka. Salah seorang informan menjelaskan: *"Ketika hafalan saya tertinggal, musyrifah biasanya memberikan arahan dan membantu menyusun strategi supaya bisa mengejar ketertinggalan"* (S-5). Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa pendampingan yang dilakukan tidak bersifat administratif saja, melainkan membantu santri menemukan solusi terhadap kendala yang dihadapi. Hasil observasi juga menunjukkan bahwa santri yang aktif berkomunikasi dengan musyrifah

cenderung memiliki perkembangan hafalan yang lebih stabil dibandingkan santri yang kurang memanfaatkan layanan pendampingan. Temuan ini memperlihatkan bahwa hubungan yang baik antara musyrifah dan santri menjadi salah satu faktor yang mendukung keberhasilan program tahfidz (Almusthafa et al., 2025).

Temuan penelitian ini dapat dijelaskan melalui teori manajemen pendidikan yang menekankan fungsi perencanaan, pelaksanaan, pengawasan, dan evaluasi dalam mencapai tujuan pendidikan (Baroroh et al., 2023). Dalam konteks penelitian ini, penetapan target hafalan lima juz per tahun mencerminkan fungsi perencanaan, sedangkan sistem setoran, pendampingan musyrifah, dan pengaturan jadwal merupakan bentuk pelaksanaan program. Sementara itu, evaluasi hafalan yang dilakukan secara berkala menunjukkan fungsi pengawasan dan pengendalian program. Temuan tersebut menunjukkan bahwa ketercapaian target hafalan tidak hanya dipengaruhi oleh motivasi individu santri, tetapi juga oleh kualitas sistem yang dibangun lembaga. Oleh karena

itu, pengelolaan program tahfidz dapat dipahami sebagai suatu sistem yang terencana, terstruktur, dan berkelanjutan dalam mendukung ketercapaian target hafalan Al-Qur'an (Hidayatullah & Salsabila, 2022).

Secara keseluruhan, temuan penelitian menunjukkan bahwa pengelolaan program tahfidz di PPIQ Al-Hasyimiyah dirancang untuk mendukung proses pencapaian target hafalan melalui penetapan target yang realistis, sistem setoran yang terstruktur, pendampingan musyrifah yang intensif, evaluasi hafalan yang berkelanjutan, serta pengaturan jadwal kegiatan yang sistematis. Fenomena tersebut terjadi karena proses menghafal Al-Qur'an memerlukan dukungan akademik, pengawasan, serta motivasi yang berkelanjutan. Oleh karena itu, pengelolaan program tahfidz dapat dipahami sebagai fondasi kelembagaan yang menjembatani antara target hafalan yang ditetapkan lembaga dengan capaian hafalan yang diperoleh santri. Temuan ini menegaskan bahwa optimalisasi target hafalan merupakan hasil sinergi antara kualitas manajemen diri santri dan kualitas pengelolaan

program yang diterapkan oleh lembaga (Almusthafa et al., 2025).

3. Kesejahteraan Psikologis Santri dan Strategi Optimalisasi Target Hafalan

Berdasarkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi, ditemukan bahwa kesejahteraan psikologis santri dalam program tahfidz tidak hanya dipengaruhi oleh ketercapaian target hafalan, tetapi juga oleh kemampuan santri mengelola dirinya dan dukungan pengelolaan program tahfidz yang diterapkan di pesantren. Sebagian besar informan mengungkapkan bahwa proses menghafal Al-Qur'an tidak selalu berjalan sesuai target yang telah ditetapkan. Meskipun demikian, mereka tetap berusaha mempertahankan semangat menghafal karena memandang hafalan Al-Qur'an sebagai bagian dari proses ibadah dan pembentukan diri. Hasil observasi menunjukkan bahwa santri yang mampu mengatur waktu secara konsisten cenderung lebih tenang saat menghadapi target hafalan dibandingkan santri yang sering menunda hafalan. Selain itu, keberadaan musyrifah yang memberikan pendampingan dan motivasi secara rutin turut membantu

santri dalam menghadapi berbagai tekanan yang muncul selama mengikuti program tahfidz. Temuan ini menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis santri terbentuk melalui interaksi antara faktor personal dan faktor lingkungan pendidikan (Sukmawati & Husna, 2023).

Tabel 1. Indikator Kesejahteraan Psikologis Santri dalam Program Tahfidz

Indikator	Temuan Penelitian
Penerimaan Diri	Santri menerima perbedaan kemampuan hafalan yang dimiliki masing-masing individu
Percaya Diri	Kepercayaan diri meningkat ketika target hafalan tercapai.
Motivasi Belajar	Motivasi didorong oleh niat ibadah, cita-cita, harapan orang tua dan dukungan lingkungan pesantren.
Aman dan Nyaman	Lingkungan pesantren dinilai kondusif untuk kegiatan menghafal dan muraja'ah.
Hubungan Sosial	Terjalin hubungan yang positif antara santri dengan teman sebaya maupun musyrifah.
Mengelola Tekanan	Santri mengelola tekanan melalui muraja'ah, konsultasi, dan dukungan sosial.
Kepuasan terhadap Hafalan	Muncul ketika santri merasakan adanya peningkatan kualitas maupun kuantitas hafalan.

Sumber: Hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi peneliti (2026).

Berdasarkan Tabel 1, kesejahteraan psikologis santri

tercermin melalui tujuh indikator utama. Hasil wawancara menunjukkan bahwa sebagian besar santri mampu menerima perbedaan kemampuan hafalan yang dimiliki. Sebagaimana diungkapkan oleh salah seorang santri: "*Saya tidak terlalu membandingkan hafalan saya dengan teman lain karena kemampuan setiap orang berbeda, yang penting saya terus berusaha*" (S-1). Pernyataan tersebut menunjukkan adanya penerimaan diri yang positif dalam menghadapi perbedaan capaian hafalan. Selain itu, aspek kepercayaan diri juga muncul ketika santri berhasil mencapai target hafalan, sesuai dengan pernyataan seorang santri: "*Ketika target hafalan saya tercapai, saya merasa lebih percaya diri saat maju setoran di depan musyrifah*" (S-3). Temuan tersebut sejalan dengan konsep *psychological well-being* yang menempatkan penerimaan diri dan perkembangan pribadi sebagai aspek penting dalam pembentukan kesejahteraan psikologis individu. Kemampuan menerima kondisi diri dan menyadari perkembangan yang dicapai dapat memperkuat kepercayaan diri serta meningkatkan penyesuaian diri terhadap berbagai

tuntutan yang dihadapi santri (Fitri et al., 2023; Samudera & Hamdi, 2024).

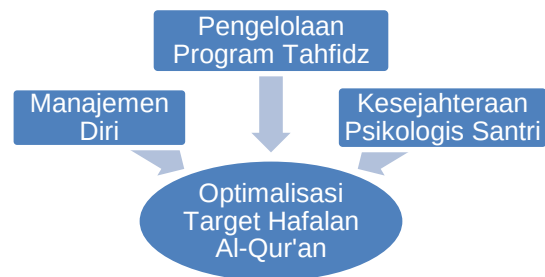
Motivasi belajar menjadi indikator lain yang cukup dominan dalam membentuk kesejahteraan psikologis santri. Sebagian besar informan mengaku bahwa aktivitas menghafal Al-Qur'an dilakukan bukan karena tuntutan program, tetapi juga karena dorongan spiritual dan harapan pribadi. Salah seorang santri mengungkapkan: "*Saya ingin terus menghafal karena berharap bisa menjaga Al-Qur'an dan membanggakan orang tua*" (S-1). Selain itu, lingkungan pesantren juga dipandang memberikan rasa aman dan nyaman bagi proses menghafal, sesuai dengan pernyataan santri: "*Lingkungan pesantren cukup mendukung untuk menghafal karena ada waktu khusus yang memang disediakan untuk kegiatan tahfidz*" (S-6). Hasil ini menguatkan penelitian yang menunjukkan bahwa religiusitas, orientasi spiritual, dan dukungan lingkungan memiliki kontribusi terhadap terbentuknya *psychological well-being* pada santri dan peserta didik tahfidz. Dorongan spiritual membantu individu memaknai aktivitas menghafal sebagai bagian dari tujuan hidup

yang bernilai sehingga mampu meningkatkan ketahanan psikologis dalam menghadapi berbagai tantangan pembelajaran (Hasanah & Haris, 2023; Sukmawati & Husna, 2023).

Hubungan sosial yang positif juga menjadi salah satu temuan penting penelitian ini. Sebagian besar santri mengaku memperoleh dukungan dari teman sebaya dan musyrifah dalam menjalani proses hafalan. Salah seorang santri menjelaskan: *"Kalau ada teman yang kesulitan hafalan, biasanya kami saling membantu menyimaknya."* (S-3). Sementara itu, kemampuan mengelola tekanan tampak ketika santri menghadapi hambatan dalam mencapai target hafalan, sesuai dengan pernyataan santri: *"Saat merasa tertekan karena hafalan belum mencapai target, saya biasanya memperbanyak muraja'ah dan berbicara dengan musyrifah"* (S-2). Adapun kepuasan terhadap hafalan muncul ketika santri menyadari adanya perkembangan hafalan yang dicapai dari waktu ke waktu. Seorang informan menyatakan: *"Walaupun belum mencapai target sepenuhnya, saya tetap senang karena hafalan saya*

terus bertambah dibandingkan sebelumnya" (S-5). Temuan tersebut menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis santri ditentukan oleh kemampuan memaknai proses yang dijalani. Hubungan sosial yang positif dapat membantu individu mengurangi tekanan, meningkatkan rasa aman, dan memperkuat kemampuan adaptasi terhadap tuntutan akademik maupun kegiatan kepesantrenan (Khoerani et al., 2024).

Berdasarkan integrasi seluruh temuan penelitian, peneliti merumuskan model konseptual optimalisasi target hafalan Al-Qur'an sebagaimana disajikan pada Gambar 3.



Gambar 3 menunjukkan bahwa optimalisasi target hafalan Al-Qur'an merupakan hasil interaksi antara tiga komponen utama, yaitu manajemen diri santri, pengelolaan program tahfidz, dan kesejahteraan psikologis. Model tersebut merupakan hasil sintesis peneliti terhadap berbagai temuan lapangan yang diperoleh

melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Manajemen diri berperan membantu santri mengatur waktu, menentukan prioritas, melakukan evaluasi diri, menjaga konsistensi muraja'ah, serta mempertahankan motivasi belajar. Sementara itu, pengelolaan program tahfidz menyediakan dukungan sistemik melalui penetapan target yang realistis, sistem setoran yang terstruktur, pendampingan musyrifah, evaluasi hafalan, dan pengaturan jadwal kegiatan. Kedua komponen tersebut berkontribusi terhadap terbentuknya kesejahteraan psikologis yang positif, yang ditandai dengan penerimaan diri, kepercayaan diri, motivasi belajar, hubungan sosial yang baik, kemampuan mengelola tekanan, serta kepuasan terhadap perkembangan hafalan. Oleh karena itu, optimalisasi target hafalan dapat dipahami sebagai hasil keterkaitan berbagai faktor personal, kelembagaan, dan psikologis yang saling mendukung dalam proses menghafal Al-Qur'an.

Temuan penelitian ini sejalan dengan teori *Psychological Well-Being* yang dikemukakan oleh Carol Ryff yang menempatkan penerimaan diri, hubungan positif dengan orang

lain, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, pertumbuhan pribadi, dan kemandirian sebagai indikator kesejahteraan psikologis (Meliala, 2024). Dalam konteks penelitian ini, penerimaan diri tercermin dari kemampuan santri menerima perbedaan capaian hafalan, hubungan positif tampak melalui dukungan teman sebaya dan musyrifah, sedangkan penguasaan lingkungan terlihat dari kemampuan santri mengelola tekanan target hafalan di tengah aktivitas pesantren yang padat. Selain itu, motivasi menghafal yang didasarkan pada tujuan spiritual dan harapan pribadi menunjukkan adanya dimensi *purpose in life* yang menjadi salah satu unsur penting dalam kesejahteraan psikologis. Temuan ini juga memperlihatkan bahwa proses menghafal Al-Qur'an tidak hanya menghasilkan capaian hafalan, tetapi turut berkontribusi terhadap perkembangan psikologis santri melalui peningkatan kepercayaan diri, kemampuan adaptasi, dan pertumbuhan pribadi (Samudera & Hamdi, 2024; Sukmawati & Husna, 2023).

Berdasarkan keseluruhan temuan, strategi optimalisasi target

hafalan Al-Qur'an perlu dilakukan melalui penguatan tiga aspek utama, yaitu manajemen diri santri, pengelolaan program tahfidz, dan kesejahteraan psikologis. Ketiga aspek tersebut saling berkaitan dan membentuk satu sistem yang mendukung keberhasilan hafalan. Santri yang memiliki manajemen diri yang baik akan lebih mudah memanfaatkan sistem program yang tersedia, sedangkan program yang dikelola secara efektif akan membantu menciptakan kondisi psikologis yang lebih sehat. Oleh karena itu, strategi optimalisasi target hafalan perlu dilakukan melalui penguatan manajemen diri santri, pengelolaan program tahfidz yang efektif, serta penciptaan lingkungan belajar yang mendukung kesejahteraan psikologis secara berkelanjutan. Temuan ini menghasilkan model konseptual bahwa keberhasilan program tahfidz merupakan hasil sinergi antara manajemen diri santri, pengelolaan program tahfidz yang efektif, dan terbentuknya kesejahteraan psikologis yang positif.

D. Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa optimalisasi target hafalan Al-Qur'an di PPIQ Al-Hasyimiyah merupakan hasil sinergi antara manajemen diri santri, pengelolaan program tahfidz, dan kesejahteraan psikologis. Manajemen diri santri terbentuk melalui kemampuan mengelola waktu, menentukan prioritas, melakukan evaluasi diri, menjaga konsistensi muraja'ah, mengendalikan diri, serta mempertahankan motivasi belajar yang mendukung ketercapaian target hafalan. Sementara itu, pengelolaan program tahfidz diwujudkan melalui penetapan target hafalan yang realistis, sistem setoran hafalan yang terstruktur, pendampingan musyrifah, evaluasi hafalan yang berkelanjutan, serta pengaturan jadwal kegiatan yang sistematis sehingga mampu menciptakan lingkungan belajar yang mendukung proses menghafal Al-Qur'an. Adapun kesejahteraan psikologis santri tercermin melalui penerimaan diri, kepercayaan diri, motivasi belajar, rasa aman dan nyaman, hubungan sosial yang positif, kemampuan mengelola tekanan, serta kepuasan terhadap perkembangan hafalan yang dicapai.

Berdasarkan integrasi seluruh temuan tersebut, penelitian ini menghasilkan model konseptual bahwa keberhasilan program tahfidz tidak hanya ditentukan oleh kemampuan individu santri atau kualitas program yang diterapkan lembaga secara terpisah, melainkan oleh keterkaitan yang saling menguatkan antara manajemen diri santri, pengelolaan program tahfidz yang efektif, dan terbentuknya kesejahteraan psikologis yang positif. Oleh karena itu, upaya optimalisasi target hafalan Al-Qur'an perlu dilakukan secara terpadu melalui penguatan ketiga aspek tersebut agar proses menghafal dapat berlangsung secara lebih efektif, berkelanjutan, dan mendukung keberhasilan program tahfidz secara menyeluruh.

DAFTAR PUSTAKA

- Adirama, D. R., Dharmayanti, P. A., Arum, D., & Metra, W. (2023). *Efektivitas konseling behavioral dengan teknik self management untuk meningkatkan disiplin belajar siswa*. 9(1), 590–595.
- Affandi, M., & Mubarak, A. S. (2024). *Resiliensi Mahasiswa Santri Tahfidz ditinjau dari Kecerdasan Spiritual dan Religiusitas The Resilience of Tahfidz Boarding School Students Examined through Spiritual Intelligence and Religiosity*. *Pendahuluan* *padatnya kegiatan di rumah tahfidz dan di pondok pesantren tahfidz mahasiswa Ar-menghadapi agar*. 9(2), 43–56. <https://doi.org/10.47399/jpi.v9i2.204>
- Afif, M., Faruq, A., & Kuriay, K. (2025). Impact of Tahfidz Learning Management and Learning Environment on Students' Learning Motivation at MTsN 2 Agam. *At-Ta'lim Media Informasi Pendidikan Islam*, 24(2), 181–194.
- Almusthafa, M. F., Arrohim, M. W., & Hidayat, A. N. (2025). Upaya Musyrif Halaqoh Dalam Meningkatkan Motivasi Menghafal Al-Qur'an di PPIQ-368. *IQRO: Journal of Islamic Education* 2025, 8(2), 744–761.
- Baroroh, E. Z., Firmansyah, D., & Hasanah, N. (2023). Efektivitas Achievement Motivation Training (AMT) Berbasis Islam dalam Meningkatkan Motivasi Menghafal Alquran Santri. *Jurnal Psikologi Islam Dan Budaya*, 6(1), 35–46. <https://doi.org/10.15575/jpib.v6i1.20526>
- Engkizar, A. J., Hamzah, M. I., , Fathiyah Mohd Fakhrudin, G. O., & Febriani, A. (2023). *Changes in Students ' Motivation to Memorize the Quran : A Study at Quranic Higher Education Institutions in Indonesia*. 2(3), 240–258.
- Fadhilah, A. N., Anwar, C., & Wahyudi, W. E. (2026). *JKIP : Jurnal Kajian Ilmu Pendidikan Implementation Of Tahfidz Program On Students ' Quranic*

- Memorization Ability At Al-Khairiyah Islamic Boarding School Sidomulyo Implementasi Program Tahfidz Terhadap Kemampuan Menghafal Al- Qur ' an Santri Pondok Pesantren Tahfidz Al-Khairiyah Sidomulyo.* 7(3), 1215–1223.
- Fadliyah, R., Dollah, S., & Muhayyang, M. (2023). *An Analysis of Code Mixing Used by EFL Students in The Classroom Presentation.* 3(4), 416–429.
- Fitri, H., Dini, I., Psikologi, F., Nainggolan, E. E., Psikologi, F., Aulia, S., & Psikologi, F. (2023). *Mampukah psychological well being meningkatkan self regulated learning pada santri remaja penghafal Al- Qur'an?* 4(01), 106–117.
- Hasanah, M., & Haris, A. (2023). *Spirituality And Subjective Well-Being in Tahfidz Students in Islamic Boarding School.* 4, 220–227.
- Hidayatullah, M. A., & Salsabila, U. H. (2022). *Pengaruh self regulated learning terhadap adversity quotient pada santri Rumah Tahfidz Al Hidayah Yogyakarta. At Tuots: Jurnal Pendidikan Islam,* 4(2), 317–326. <https://doi.org/10.51468/jpi.v4i2.148>
- Ilmiati, W. A. (2024). *Peran Regulasi Diri terhadap Resiliensi Santri Tahfidz.* 4, 7132–7139.
- Ilmiati, W. A., & Aulia, L. A.-A. (2024). *Peran Regulasi Diri terhadap Resiliensi Santri Tahfidz. Journal Of Social Science Research,* 4(1), 7132–7139.
- Isbadi, M. I., Ahsani, N. Al, & Kunci, K. (2025). *Hubungan Regulasi Emosi dengan Academic Burnout pada Santri Tahfidz Pondok Pesantren Annuqoyyah Latee Guluk-Guluk Su- menep Dalam kasus Pondok Pesantren Annuqoyyah Latee Guluk-guluk Sumenep , santri burnout akibat banyaknya tuntutan belajar . Hasil wawancara dengan Fahrian Hidayah.* 4(1), 45–56. <https://doi.org/10.35719/p>
- Ismael, Muazza, U. S. (2023). *PROGRAM UNGGULAN SEKOLAH BERBASIS ISLAM: Analisis Manajemen Program Tahfi z Qur ' an untuk Ketercapaian Target Hafalan.* 4(2), 272–285.
- Izzah, S. A. (2025). *Penerapan Pembelajaran Berdiferensiasi Dengan Media Digital Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa.* 4(3), 1237–1246.
- Izzah, S. A., & Sahidah, A. (2025). *DIGITAL BASED PROJECT BASED LEARNING AS A NEW PARADIGM OF CONTEMPORARY ISLAMIC EDUCATION IN THE 21ST CENTURY.* 03(01), 304–313.
- Jailani, M. S. (2023). *Teknik Pengumpulan Data Dan Instrumen Penelitian Ilmiah Pendidikan Pada Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif.* 1, 1–9.
- Jailani, M. S., & Jeka, F. (2023). *Populasi dan Sampling (Kuantitatif), Serta Pemilihan Informan Kunci (Kualitatif) dalam Pendekatan Praktis.* 7, 26320–26332.
- Khoerani, J., Lestari, E. S., Azizah, N., & Wulandari, T. (2024). *Pengaruh religiusitas dan*

- dukungan sosial terhadap psychological well-being pada mahasiswa santri. 7, 104–118.
- Luthfiyani, P. W., & Murhayati, S. (2024). *Strategi Memastikan Keabsahan Data Dalam Penelitian Kualitatif*. 8, 45315–45328.
- Meliala, A. K. (2024). *Systematic Literature Review: Validitas Konstruk Skala Psychological Well-Being Ryff*. 9(2), 950–955.
- Samudera, A., & Hamdi, M. D. F. (2024). *Psychological Well-Being Santri scale (PWBSs): Construct validity with Confirmatory Factor Analysis*.
- Shofi Aqidatul Izzah, Nur Azizah Riska Ayu Astiani Mahmudah, Siti Norsaniyah, B. M. (2026). *Peran psikologi pendidikan dalam transformasi pembelajaran digital dan sosial-emosional mahasiswa*. 2, 563–581.
- 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.
- Sukmawati, S., & Husna, S. (2023). *The Impact of Religiosity and Social Support on Psychological Well-Being among Tahfidz Students*. 213–231.
- Ubaidillah, F. A., Hasan, N., & Rasyid, M. G. (2025). *Peranan Regulasi Diri Terhadap Stres Akademik Santri Tahfidz Al-Qur'an*. *Jurnal Multidisiplin Ibrahimy*, 2(2), 213–222. <https://doi.org/10.35316/jummy.v2i2.6609>
- Wachida, N. R., Habibie, M. L. H., Islam, U., Raden, N., & Lampung, I. (2021). *Self Manajemen Dalam Meningkatkan Kualitas. AL-Idarah: Jurnal Kependidikan Islam*, 11(1).