

BAB I

PENDAHULUAN

A. Konteks Penelitian

Menurut Ericson, makna hidup adalah perasaan subjektif di mana individu merasa bahwa pengalamannya memiliki dasar yang kuat dan penuh arti. Ini berarti individu merasa benar, tepat, serta memadai membuat keputusan, baik berkaitan dengan dirinya sendiri maupun orang lain, sehingga menghasilkan rasa hidup yang bermakna. Rasa ini dicapai ketika individu merasa telah beradaptasi dengan baik sesuai dengan nilai-nilai yang menjadi tujuan hidupnya¹.

Menurut Huppert, kesejahteraan psikologis adalah keadaan di mana hidup berjalan dengan baik. Ini mencakup perasaan positif serta kemampuan untuk berfungsi dengan efektif. Individu dengan tingkat yang tinggi merasa bahagia, mampu menerima dukungan, dan puas dengan hidup mereka. Selain itu, Huppert juga menyatakan bahwa kesehatan fisik yang lebih baik dipengaruhi oleh aktivitas otak, efek neurokimia, dan faktor genetic.²

Bastaman menyatakan bahwa makna eksistensi dipahami sebagai sesuatu yang memiliki signifikansi yang besar, berharga, serta memberikan keistimewaan bagi individu sehingga mampu menjadi arah hidup yang dikejar. Jika hal-hal ini tercapai, seseorang akan merasa hidupnya bermakna

¹ Al Maghribi, Moh Mudrik. 2017. Kebermaknaan Hidup Lansia Penghafal Al-Qur'an. Skripsi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

² Huppert, F. A. (2009). Psychological well-Being: Evidence regarding its causes and consequences. *Journal Complication International Association Of Applied Psychology: Health Well-Being*, 1(2),137-164.

dan akan merasakan kebahagiaan. Makna hidup berawal dari visi hidup, harapan, dan menjadi alasan bagi individu untuk terus menjalani kehidupan.³

Menurut Frankl dalam Aisyah, Makna kehidupan adalah hal sangat personal karena berkaitan dengan pengalaman individu di dunia ini, yang mengindikasikan bahwa makna kehidupan sungguh ada dan dirasakan secara personal. Menurut Frankl, makna kehidupan adalah hal yang subjektif dan mampu bermetamorfosis sejalan dengan perubahan situasi yang dialami individu. Setiap orang seakan diminta untuk menafsirkan makna kehidupannya dalam setiap momen dan kondisi, lalu bertanggung jawab atas penafsiran tersebut. Arti eksistensi memberi dorongan yang kuat bagi individu untuk terlibat dalam aktivitas yang bernilai, menciptakan motivasi yang menggerakkan mereka menuju tujuan yang bermanfaat. Kehidupan yang bermakna tidak hanya memberikan nilai bagi individu itu sendiri, tetapi juga bagi orang lain di sekitarnya. Esensi keberadaan dilihat sebagai sesuatu yang sangat penting, berharga, dipegang teguh sebagai kebenaran, dan menjadi fokus utama dalam menjalani hidup. Hal ini dapat menggambarkan cita-cita untuk meraih kesuksesan serta keinginan yang memberi kekuatan bagi individu untuk bertahan dalam situasi kehidupan.⁴

Manusia sebagai makhluk hidup tentunya memiliki sifat dan perilaku yang berbeda. Perilaku dan sifat dan faktor genetik yang dibawa sejak lahir, baik perilaku yang baik hingga perilaku yang buruk. Al Quran

³ Bastman, H. D. (2007). *Logoterapi psikologi untuk menemukan makna hidup dan meraih hidup bermakna*. Jakarta : PT. Rajaa Grafindo Persada.

⁴ Frankl, Victor E. 2006. *Logoterapi Psikologi melalui Pemaknaan Eksistensi*. Yogyakarta : Kreasi Wacana.

adalah pesan ilahi yang memperlihatkan mukjizat, disampaikan kepada Nabi Muhammad SAW oleh Malaikat Jibril. Tugas Jibril adalah menyampaikan wahyu dari Allah SWT dan mengajarkannya agar Al-Qur'an menjadi panduan bagi seluruh umat manusia dalam menjalani kehidupan.

Bagi individu beragama Islam, Al-Qur'an dipersepsikan sebagai salah satu fondasi dan arahan dalam menjalani kehidupan. Sebagai hasilnya, Al-Qur'an sering diidentifikasi sebagai elemen esensial dari identitas umat Islam, yang kontennya diselidiki, dimengerti, dan dipahami secara mendalam oleh setiap individu yang mengaku sebagai penganut Islam. Allah telah menjamin keaslian Al-Qur'an, sehingga tidak ada keraguan mengenai kebenarannya. Sebagaimana firman-Nya yang berbunyi: **نَحْنُ إِنَّا: لَحٰفِظُوْنَ لَهُ وَإِنَّا اَلَّذِكْرَ نَزَّلْنَا** " Kami yang mengungkapkan Al-Qur'an dan Kami yang secara tulus memeliharanya" (QS Al-Hijr: 9).⁵

Keaslian serta kemurnian Al-Qur'an yang terus terjaga menarik perhatian banyak orang Barat. Beberapa dari mereka mencoba mengubah beberapa ayat dalam Al-Qur'an. Masalah ini sering muncul dan menimbulkan kekhawatiran di kalangan umat Muslim, terutama bagi mereka yang belum mendalami kitab suci tersebut. Maka, upaya menjaga keaslian karya dapat diwujudkan melalui praktik tradisi mengingat Al-Qur'an.⁶

⁵ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya, Edisi Penyempurnaan*, Jakarta: PT . Syamil Cipta Media, 2019), 363.

⁶ Yusuf Qandawi, *Berinteraksi dengan Al-Qur'an*,...43

Salah satu metode untuk memelihara kesucian Al-Qur'an adalah dengan mengkomitmenkan ayat-ayatnya pada ingatan. Terdapat banyak hadis Rasulullah yang menyatakan memprioritaskan individu yang menghafal Al-Quran adalah hal yang sangat penting. Bahkan, bagi mereka yang menghafalkan Al-Qur'an dengan niat ikhlas kepada Allah atau yang sering disebut tahfidz, telah disediakan tempat khusus oleh Allah SWT dan mereka akan ditempatkan bersama Nabi di surga kelak.⁷ Menghafal Al-Qur'an adalah proses pengingatan yang melibatkan seluruh detail ayat, termasuk fonetik, tanda berhenti (waqaf), dan aspek lainnya. Dengan memperoleh hafalan Al-Qur'an, seseorang dimudahkan untuk memahami serta mengingat. Hal ini tidak hanya mencakup menghafal kata-kata, tetapi juga menekankan pentingnya pemahaman dan pengalaman yang relevan untuk menjaga keaslian dan mendalamkannya sebagai bentuk ibadah.

Para ulama menyepakati bahwa menghafal Al-Quran bukanlah kewajiban hukum yang wajib dilakukan oleh individu yang mengamalkan Islam. Dengan kata lain, syarat sahnya menghafal Al-Qur'an merupakan kewajiban bersama, artinya jika sebagian orang melaksanakannya, maka beban dosa orang lain akan terangkat.⁸ Ulama selalu memberikan nasehat kepada para hafidz agar aktivitas menghafal Al-quran yang telah dia bangun agar tidak Jumlah tawattur yang terputus di dalamnya menyebabkan ketidakmungkinan untuk pergantian dan perubahan. Jika tidak ada yang melaksanakannya di antara suatu kelompok, maka semua anggota akan berdosa , tetapi apabila diantara mereka yang melaksanakannya maka dosa

⁷ Ahsin Wijaya, *Bimbingan Praktis Menghafal Al-Qur'an*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2000),26.

⁸Ahmad Salim Badwilan, *Panduan Cepat Menghafal Al-Qur'an*, (Jogjakarta: DIVA Press,2009),23.

yang lain akan dihapuskan.⁹ Salah satu keutamaan dalam menghafal Al-quran adalah mendapatkan ketenangan hati sebagaimana aktivitas dalam menghafal Al-quran yang merupakan sarana untuk berdzikir atau mengingat Allah, adapun Allah menyebutkan dalam ayatnya yang berarti: *أَمْثُوا الَّذِينَ* *الْقُلُوبُ تَطْمَئِنُّ* *اللَّهُ بِذِكْرِ* *الَّا* *اللَّهُ بِذِكْرِ* *فُلُوبُهُمْ* *وَتَطْمَئِنُّ* (yaitu) Individu yang memiliki keimanan yang kuat akan merasakan ketenangan dalam hatinya melalui pengingatan terhadap Allah. Penting untuk diingat bahwa hanya melalui pengingatan akan Allahlah seseorang dapat merasakan kedamaian yang sesungguhnya.”(QS. Ar QS. Ar-Ra’d: 28)¹⁰. Dalam ayat diatas dijelaskan bahwa keutamaa nyang sering dirasakan oleh para penghafal al-Qur'an merasakan kenyamanan dalam hati mereka karena lebih memilih bergantung pada Allah SWT daripada pada manusia lainnya. Allah juga menyatakan bahwa "Hanya dengan mengingat Allah, hati akan menjadi tenteram." Dengan demikian, seseorang layak merasakan ketenangan jiwa saat selalu mengingat Allah SWT. Karena jiwa merupakan anugerah dari Allah yang diberikan kepada manusia, maka dalam teori, mereka akan merasa tenteram saat kembali kepada kodrat awal atau kepada Sang Pencipta.

Tahfidz Al-Qur'an adalah hasil penggabungan dari istilah "tahfidz" dan "al-Qur'an". "Tahfidz" merujuk pada tindakan menghafal dan memelihara al-Qur'an dengan baik. Kata ini berasal bahasa Arab dan memiliki makna menjaga, merawat, dan menghafal dengan cermat. Secara

⁹ Abdurrab Nawabluddin dan Ma'arif, *Teknik Menghafal Al- Qur'an*,(Bandung: Sinar Baru Algensindo, 2005),19.

¹⁰ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya* ,,,,350.

etimologis, menghafal juga dapat dimaknai sebagai proses mengingat. Dalam pengertian terminologi, istilah "menghafal" mengacu pada upaya menyampaikan al-Qur'an kedalam pikiran agar selalu teringat dengan baik. Menyimpan informasi dalam memori adalah tindakan yang melibatkan penanaman materi ke dalam pikiran, memungkinkannya diingat kembali secara harafiah, sesuai dengan isi aslinya. Ini melibatkan proses mental menangkap dan menyimpan kesan, yang nantinya dapat diambil kembali ke dalam kesadaran. Sebagaimana yang dinyatakan oleh Abdulrab Nawabuddin, menjelaskan bahwa hafidz adalah seseorang yang selalu waspada dan tekun dalam melakukan tugasnya. Dalam konteks al-Qur'an, al-hifdz sering dipahami sebagai penjagaan diri dari larangan-larangan Allah SWT. Dari beragam pemahaman ini, dapat disimpulkan bahwa menghafal memiliki beragam makna, yang pada dasarnya tergantung pada konteksnya.

Al-Qur'an dapat diartikan sebagai bacaan atau teks yang dibaca. Kata itu sendiri dari bahasa arab, 'qara'a' yang artinya membaca. Penjelasan serupa juga disampaikan oleh Quraish Shihab dalam karyanya, "Membumikan Al-Qur'an", di mana ia mendefinisikan Al-Qur'an adalah wahyu ilahi yang diterima oleh Nabi Muhammad dari Malaikat Jibril, sesuai dengan versi yang diterima secara luas oleh umat Islam.¹¹ Dari penjelasan mengenai "memorasi" dan "al-Qur'an", dapat dipahami bahwa memorasi al-Qur'an merujuk pada praktek menjaga dan merawat teks al-Qur'an di luar

¹¹ Quraish Shihab, *Membumikan Al-Qur'an*, (Bandung: Mizan, 2013), 50.

memori (dalam hal mengingat) dengan akurasi dan ketentuan yang telah ditetapkan.

Abdulrab Nawabuddin mengungkapkan perbedaan antara Menghafal Al-Quran bersama materi pelajaran lainnya. Perbedaan ini dapat dipahami melalui dua alasan utama. Pertama, menghafal Al-Qur'an mencakup pemahaman menyeluruh terhadap konteks dan makna teks secara keseluruhan. Pentingnya untuk tetap konsisten dan mempertahankan memorisasi disiplin, agar hafalannya tidak dilupakan. Sehingga orang yang sudah menghafal al-Qur'an ketika dia melupakan hafalannya baik itu ayat ataupun beberapa ayat, maka dia tidak berhak disebut sebagai haafidz.

Dalam rangkuman akhir dari penjelasan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa menghafal al-Qur'an merupakan suatu proses yang melibatkan upaya untuk merawat dan mempertahankan keaslian teks al-Qur'an. Hal ini dilakukan dengan cara mengingat ayat-ayatnya, baik dalam konteks kontekstual maupun makna. Oleh karena itu, tidak jarang kita melihat kelompok-kelompok yang terorganisir serta terkontrol, seperti di pondok tahfidz dan tempat serupa. Mereka yang sungguh-sungguh berkomitmen dalam memori al-Qur'an, mereka yang layak disebut sebagai hafidz sejati, karena mereka mewarisi dedikasi para pendahulu dalam menjaga integritas dan keagungan al-Qur'an.¹² Manfaat yang didapat dari mengingat Al-Qur'an, sebagaimana yang disajikan dalam karya tulis "Hajar Al-Qur'an tanpa Nyantri" oleh Al-Kahil, adalah bahwa menghafal Al-Qur'an memiliki nilai yang setara dengan membuka jalan menuju kebaikan.

¹² Yudi Fachruddin "Pembinaan Tahfidz Al-Qur'an Di Pesantren Tahfizh Darul Qur'an Tangerang" dalam jurnal Koordinat, Vol.16, No.2,(Oktober2017),331.

Al-Qur'an tidak hanya membahas kehidupan setelah kematian, tetapi juga memberikan petunjuk mengenai gaya hidup yang sesuai dengan syariat Islam di dunia ini. Dengan demikian, menghafal Al-Qur'an tidak hanya berarti mematuhi perintah Allah, tetapi juga mengikuti pedoman-Nya untuk menjalani kehidupan sesuai dengan ajaran Islam.

Banyak orang saat ini mengikuti tren gaya hidup yang diidolakan, tanpa memperhatikan ajaran yang diberikan oleh Tuhan untuk menjalani kehidupan sesuai dengan perintah-Nya. Dalam konteks ini, al-Qur'an dapat berfungsi sebagai sarana untuk menjalin hubungan spiritual antara hamba dan Pencipta mereka, yaitu Allah. Tuhan juga menjanjikan untuk meninggikan martabat bagi mereka yang menghafal Al-Qur'an, nanti bisa menjadi bukti atas Tindakan baik yang dilakukan oleh individu dalam kehidupannya di bumi, saat akhirat tiba.

Membekali diri dengan kehafalan al-Qur'an juga memiliki nilai tambah dalam konteks pendidikan. Al-Qur'an dianggap sebagai landasan penting bagi para pencari ilmu atau thalabal 'ilmi. Keahlian menghafal al-Qur'an dapat memberikan sumbangan yang signifikan terhadap perkembangan studi seseorang, karena al-Qur'an dianggap sebagai sumber utama pengetahuan.¹³ Selain berfungsi al-Qur'an juga secara komprehensif menguraikan berbagai disiplin ilmu, baik yang bersifat materiil maupun non-materiil. Selain itu, individu yang cenderung mengalami peningkatan dalam kecerdasan ingatan, sehingga dalam konteks pembelajaran, hal retensi dibandingkan dengan individu yang tidak terlibat dalam penghafalan

¹³ Wiwi Alawiyah Wahid, *(Cara Cepat Menghafal Al-Qur'an)*,,145.

al-Qur'an. Individu mampu menghafal al-Qur'an juga sering diidentifikasi dengan kemampuan kognitif yang luar biasa, mencakup kecerdasan emosional, intelektual, dan spiritual yang signifikan.

Keunikan dari menghafal Al-Qur'an terletak pada prosesnya yang panjang serta membutuhkan ketekunan. Meskipun, hal ini tidak menghalangi sebagian orang untuk memilih menjadi penghafal Al-Qur'an. Lebih istimewa lagi, banyak dari mereka yang memulai proses ini sejak usia remaja atau bahkan sejak kecil. Kehadiran ini menjadi penting di tengah arus modernisasi yang sering kali dihubungkan dengan penurunan. Menyimpan dalam ingatan teks suci Al-Qur'an dianggap sebagai tindakan yang sangat terpuji dan luhur. Terdapat banyak riwayat dari Rasulullah Saw. yang menegaskan kemuliaan bagi individu yang mempelajari atau menghafal Al-Qur'an. Individu yang secara serius mempelajari, membaca, atau menghafal Al-Qur'an dianggap sebagai orang yang dipilih oleh Allah untuk menerima hikmah ilahi yang terkandung di dalamnya, serta dianggap sebagai contoh terbaik di kalangan umat manusia. Menyimpan dalam ingatan Al-Qur'an merupakan suatu tahapan proses yang penting pembentukan yang sangat kuat, tidak hanya untuk perkembangan diri sendiri tetapi juga untuk manfaat umat. Bayangkan jika banyak di antara anggota umat ini yang menghafal Al-Qur'an, yang akan membawa keistimewaan dalam sikap dan karakter mereka.¹⁴ Tidak dapat disangkal bahwa komunitas tersebut adalah komunitas yang akan terus hidup dan berhasil tanpa pernah mengalami kepunahan. Salah satu tantangan yang

¹⁴ Ali As-Shobuny, Muhamad. (1998) . Studi Ilmu Al-Qur'an, Bandung :

sering muncul saat menghafal Al-Qur'an adalah kebosanan, penurunan motivasi, gangguan dari hubungan asmara, dan kesulitan dalam mengingat. Faktor lain yang memengaruhi termasuk keengganan untuk belajar, banyaknya tugas di luar lingkungan pondok, seperti tugas sekolah, yang membutuhkan penyelesaian. Selain itu, kelelahan karena kesibukan yang berlebihan juga bisa muncul, serta mulai tertarik pada lawan jenis dan faktor lainnya. Bagi remaja yang menghafal Al-Qur'an, nilai-nilai yang ditanamkan melalui Al-Qur'an dan hadis bisa menjadi sumber yang penting untuk mengatur diri sendiri. Harapannya, dapat memberikan dukungan bagi remaja yang sedang mempelajari Al-Qur'an untuk mengatasi berbagai tantangan. Proses pembelajaran yang melibatkan hafalan Al-Qur'an memerlukan tingkat disiplin yang tinggi, mendorong remaja yang belajar untuk menghafalnya untuk mengembangkan keterampilan pengaturan diri. Menurut Jalaludin, Al-Qur'an dipercayai sebagai wahyu ilahi yang disampaikan kepada Nabi Muhammad dalam bahasa Arab oleh Malaikat Jibril secara bertahap selama 22 tahun, 2 bulan, dan 22 hari.

Al-Qur'an, yang tersusun dari 114 surat mulai dari Al-Fatiha hingga An-Nas secara teratur, dianggap sebagai mukjizat, dan membacanya dianggap sebagai bentuk ibadah. Menurut beberapa ulama, seperti Quraish Shihab, Al-Qur'an secara literal diterjemahkan sebagai "bacaan sempurna", yang merupakan pilihan nama Allah yang sangat tepat. Tidak ada yang mampu menandingi keagungan Al-Qur'an Al-Karim ini. Al-Qur'an adalah bacaan yang unik, dibaca oleh ratusan juta orang di seluruh dunia tanpa harus memahami artinya atau bahkan mengetahui huruf-hurufnya. Orang di

seluruh dunia, mulai dari anak-anak hingga orang dewasa, dengan tekun menghafal Al-Qur'an, huruf demi huruf. Sejumlah ahli sepakat bahwa Al-Qur'an adalah sebuah karya sempurna, merupakan buku suci yang diberikan kepada Nabi Muhammad SAW sebagai panduan bagi umat Islam dalam menjalani kehidupan mereka. Mereka yang menghafal Al-Qur'an sering disebut sebagai hafizh (untuk laki-laki) dan hafizhah (untuk perempuan), berasal dari kata dalam bahasa Arab yang berarti menghafal. Proses penghafalan ini bukan sekadar mengingat, melainkan juga melibatkan pengawetan dan perlindungan.¹⁵

B. Fokus penelitian

Dari paparan latar belakang yang telah disajikan, peneliti merumuskan permasalahan yang akan dijadikan fokus penelitian ini, agar tersusun, terarah serta sesuai dengan apa yang akan di bahas :

1. Apa arti kebermaknaan hidup bagi penghafal Al-qur'an di mushalla darul ulum pamekasan?
2. Bagaimana proses penghafal Al-Qur'an di mushalla darul ulum pamekasan menemukan kebermaknaan hidup?
3. Bagaimana bentuk kebermaknaan hidup bagi penghafal Al-Qur'an di mushalla darul ulum pamekasan?

C. Tujuan penelitian

Setiap penelitian yang akan di lakukan pastinya mempunyai tujuan, adapun tujuan dari penelitian ini adalah :

¹⁵ Muhith, N. Faizin, *Dahsyatnya Bacaan Al-Qur'an dan Haafalan Al-Qur'an*.Surakarta Shalih.2012

1. Untuk Mengetahui arti kebermaknaan hidup bagi penghafal Al-Qur'an di mushalla darul ulum pamekasan.
2. Untuk Mengetahui proses penghafal Al-Qur'an di mushalla darul ulum pamekasan menemukan kebermaknaan hidup.
3. Untuk Mengetahui bentuk kebermaknaan hidup bagi penghafal Al-Qur'an di mushalla darul ulum pamekasan.

D. Kegunaan penelitian

Dalam studi ini, terdapat dua manfaat yang telah diidentifikasi, yakni manfaat secara teoritis dan praktis. Penjelasan mengenai kedua manfaat tersebut akan diuraikan selanjutnya:

1. Kegunaan Teoritis

Penelitian ini bertujuan untuk memperluas pemahaman dan mengeksplorasi tentang makna hidup bagi santriwati yang menghafal Al-Qur'an di Musholla Darul Ulum Pamekasan. Selain itu, baik dalam konteks akademis maupun penelitian lanjutan di masa mendatang.

2. Kegunaan Praktis

Secara efektif, diharapkan bahwa penelitian ini akan memberikan manfaat sebagai berikut secara praktis:

a) Bagi Mahasiswa IAIN Madura

Hasil penelitian ini diharapkan juga memberikan makna dan nilai manfaat, sehingga dapat dijadikan bahan informasi dalam rangka meningkatkan pengetahuan dan informasi sesuai tugas dan fungsi guru dalam membina serta mendidik santri didiknya

b) Bagi Pengasuh dan Pengurus

Harapannya, hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti ini diantisipasi dapat memberikan kontribusi berupa pemikiran, pengalaman, serta referensi yang relevan bagi pengembangan wawasan ilmiah dan keilmuan dalam domain pemikiran tersebut, khususnya dalam bahan rujukan agar dalam melaksanakan tugas dan fungsinya tentang Kebermaknaan Hidup Santriwati Tahfidz dengan santri-santri ditingkat untuk dijadikan referensi untuk penelitian nanti.

c) Bagi Santriwati

Hasil peneliti ini di harapkan akan berdampak positif bagi santriwati yang semula sering berperilaku tidak baik, akan berubah berbalik arah menjadi santriwati yang patuh pada aturan di Musholla Darul Ulum dan memiliki perilaku yang baik.

d) Bagi Orang Tua

Hasil penelitian ini di harapkan orang tua menjadi contoh terbaik dalam melakukan perilaku yang baik terhadap anaknya, agar anak tersebut juga bisa menjadi santriwati yang patuh pada aturan Musholla Darul Ulum dan memiliki perilaku yang baik.

E. Definisi istilah

Beberapa istilah perlu didefinisikan secara operasional untuk memastikan pembaca memiliki persepsi yang sesuai. Berikut adalah uraian istilah-istilah tersebut:

1. Kebermaknaan Hidup

Kebermaknaan hidup, Menurut Huppert, *Psychological Well-Being* adalah hidup yang berjalan dengan baik. Gabungan antara perasaan positif dan fungsi yang efektif menjadi kunci penting dalam kesejahteraan psikologis. Individu yang memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi cenderung merasakan kebahagiaan, memiliki rasa mampu, mendapatkan dukungan sosial, dan merasa puas dengan kehidupan mereka. Selain itu, Huppert menekankan bahwa kesejahteraan psikologis juga terkait dengan peningkatan kesejahteraan fisik yang bisa dipengaruhi oleh aktivitas otak, reaksi neurokimia, dan faktor genetik. Konsep ini diperkenalkan oleh Ryff, yang menggarisbawahi bahwa kesehatan positif tidak hanya mencakup ketiadaan penyakit fisik, tetapi juga mencakup kebutuhan individu. Menurut Ryff, kesejahteraan psikologis manusia tidak hanya ditandai dengan absennya masalah kesehatan mental seperti kecemasan, tetapi juga melibatkan pencapaian kebahagiaan dan faktor-faktor lainnya. Ryff mengembangkan gagasan kesejahteraan psikologis ini dengan menggabungkan berbagai teori tentang perkembangan manusia, psikologi klinis, dan aspek-aspek kesehatan mental. Menurut pandangannya, kesejahteraan psikologis terjadi ketika seseorang memiliki pandangan orang lain, mampu menciptakan lingkungan yang mendukung kebutuhan individu, memiliki tujuan hidup yang memberi makna, dan berupaya untuk eksplorasi serta pengembangan diri¹⁶.

¹⁶ Hubungan antara kebermaknaan hidup dengan *psychological well-being* (universitas islam riau:evita sari,2019),26

2. Al-Qur'an

Secara etimologi, asal usul istilah al-Qur'an berasal dari akar kata fi'il Qara`a yang memiliki makna menghimpun dan mengumpulkan, sedangkan qira`ah merujuk pada aktivitas menyusun huruf-huruf dan kata-kata dalam sebuah ucapan yang terstruktur dengan baik. Al-Qur'an pada awalnya dipandang seperti suatu bentuk qira`ah, yang merupakan bentuk masdar (infinitif) dari kata qara` dalam bentuk qira`atan, qur`anan. Hal ini mencerminkan ayat dalam Al-Qur'an yang menyatakan: " Sebenarnya adalah kewajiban kami untuk menghimpun dan membaca teks tersebut. Setelah kami menyelesaikan pembacaan, silakan ikuti arahnya." (Al-Qiyamah: 17-18).

Lafal Al-Qur'an di sini merujuk pada cara membacanya atau bacaannya itu sendiri. Istilah ini berasal dari kata dasar yang memiliki akhiran "fu'lan" dengan vokal "u", sebagaimana terlihat pada kata-kata seperti "gufran" dan "syukran". Variasi bentuknya bisa mencakup yang semuanya memiliki makna yang sama, yaitu suatu bacaan. Selain itu, Al-Qur'an juga dapat dimaknai sebagai objek yang dibaca (maqrû'), dengan nama bacaan tersebut diberikan pada objek yang dibaca (qur'an). Beberapa ulama, termasuk Imam Syafi'i yang dikutip oleh as-Suyuthi, memandang Al-Qur'an sebagai "ism 'alam ghairu musytaq" (istilah untuk sesuatu yang tak memiliki asal kata), merujuk pada istilah khusus untuk wahyu Allah kepada Nabi Muhammad SAW., mirip dengan Taurat dan Injil yang juga memiliki karakteristik

serupa. Dalam konteks ini, jika Al-Qur'an berasal dari kata kerja "qara-a", maka setiap bacaan dapat dianggap sebagai bagian dari Al-Qur'an¹⁷.

Menurut definisi terminologi, al-Qur'an dapat dijelaskan sebagai kalam ilahi yang disampaikan sebagai mukjizat kepada Nabi Muhammad saw. dan diteruskan secara mutawatir kepada umatnya, serta dianggap sebagai bentuk ibadah saat dibaca. Definisi ini membatasi kalam ilahi sebagai mukjizat yang secara tegas menolak kemungkinan adanya kalam selain dari Allah. Oleh karena itu, hadis-hadis Qudsi dan hadis-hadis Nabawi tidak termasuk dalam lingkup ini. Batasan lainnya adalah bahwa al-Qur'an diturunkan khusus kepada Nabi Muhammad saw., sehingga tidak termasuk kitab-kitab yang diturunkan kepada para nabi sebelumnya, seperti Taurat, Injil, dan kitab-kitab lainnya. "Bittawatur" mengacu pada penolakan terhadap tradisi tunggal atau individu dalam pemahaman agama, seperti yang dicontohkan dalam pendapat Ibnu Mas'ud tentang ayat-ayat Al-Quran. Dalam konteks ini, jika seseorang tidak mampu mengikuti prinsip tersebut, maka sebagai gantinya, mereka diwajibkan untuk berpuasa selama tiga hari. Penjelasan ini juga mencakup penekanan pada konsistensi dalam bacaan Al-Quran, seperti dalam ayat yang mengatur.

Penggantian aydiahuma, yaitu kedua tangan mereka, dan aymanahuma, yang merupakan bagian dari tangan atau kaki kanan keduanya, dipercayakan dengan amanah merupakan suatu modifikasi yang diperkenalkan dalam teks, yang, menurut pendapat ini, tidak sepenuhnya dapat dianggap sebagai bagian integral dari teks Al-Qur'an. Bahkan,

¹⁷ Ibid hlm.18

pendapat ini menegaskan bahwa modifikasi atau penambahan semacam itu tidak pantas disebut sebagai bagian dari Al-Qur'an. Hal ini berlaku bahkan ketika modifikasi tersebut terkait dengan hadis nabawi, karena bacaan tersebut secara khusus dihubungkan dengan pembacanya. Oleh karena itu, pendapat ini hanya dianggap sebagai tafsir atau pandangan yang mungkin diterima oleh individu yang mengadopsinya. Adapun batasan terakhir (al-muta'abbad bi tilawatih) yang memandang membaca teks tersebut sebagai ibadah, harus diterapkan dengan hati-hati, dengan pengecualian terhadap bacaan hadis ahad dan hadis-hadis qudsi, meskipun bacaan tersebut secara khusus dihubungkan dengan Allah.

F. Kajian Penelitian Terdahulu

Disini penulis akan mencantumkan beberapa hasil dari penelitian yang telah dilakukan terlebih dahulu oleh beberapa penelitidengan tujuan sebagai pedoman dan pandangan agar penelitian yang dilakukan saat ini dapat menjadi sebuah penelitian yang berkualitas.

1. Menurut Huppert, melakukan penelitian kebermaknaan Hidup *Psychological Well-Being* adalah hidup yang berjalan dengan baik. Ini merupakan gabungan antara emosi positif dan kinerja yang optimal. Individu yang memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi merasakan kebahagiaan, dapat menikmati dukungan sosial, dan merasa puas dengan kehidupan mereka. Huppert juga menekankan bahwa kesehatan fisik yang lebih baik dapat dipengaruhi oleh aktivitas otak, efek neurokimia, dan faktor genetik.¹⁸

¹⁸ Ibid hlm.26

2. Jurnal yang berjudul *kebermaknaan Hidup Keunggulan dalam menghafal Al-Qur'an juga dapat ditemukan dalam prosesnya yang unik dan berkepanjangan. Terdapat perbedaan dan persamaan dengan peneliti ini, yaitu persamaan sama-sama membahas penghafal dalam menghafal Al-Qur'an ada dua metode yaitu tahfidz dan takrir*¹⁹.
3. Jurnal yang berjudul *Individu yang menginginkan untuk menghafal al-Qur'an memiliki pilihan untuk memilih salah satu metode yang ada atau mengombinasikan efektif untuk mencapai tujuan mereka dalam menghafal al-Qur'an. Adapun persamaan dan perbedaan dengan peneliti ini, yaitu persamaannya sama-sama membahas Teknik mengingat yang digunakan dapat diaplikasikan upaya menghafal teks Al-Qur'an, baik dalam menambah jumlah ayat yang dihafal maupun dalam mengulangi kembali yang sudah dihafal. Dengan demikian, berbagai macam teknik yang tersedia kegiatan menghafal Al-Qur'an.*

¹⁹ Ibid hlm.26