

BAB V

PEMBAHASAN

A. Problematika Mahasantri dalam Menghafal Al-Qur'an di Pondok Pesantren Ziyadatut Taqwa

Dalam Tahfiz Al-Qur'an banyak permasalahan yang dihadapi Mahasantri. Permasalahan yang menjadi fokus penelitian ini adalah permasalahan eksternal yang bersumber dari lingkungan dan permasalahan internal yang berkaitan dengan diri manusia itu sendiri. Permasalahan eksternal dan internal dipaparkan berdasarkan pengalaman mahasiswa di Pondok Pesantren Ziyadatut Taqwa.

1. Problematika Eksternal

Problematika eksternal merupakan problematika yang timbul atau berasal dari luar individu khususnya mahasantri yang menghafalkan Al-Qur'an. Hal ini menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi proses menghafal Al-Qur'an. Di samping itu, faktor ini menjadi salah satu cara untuk meningkatkan minat seorang mahasantri dalam menghafalkan Al-Qur'an.¹

Problematika eksternal yang dialami mahasantri dalam menghafalkan Al-Qur'an di Pondok Pesantren Ziyadatut Taqwa adalah sebagai berikut:

¹Ahmad Faqihuddin, Siti Nurina Hakim, dan Syamsul Hidayat, "Faktor-faktor yang Memengaruhi Ketertarikan Mahasiswa dalam Menghafal Al-Qur'an," *Prosiding Seminar Nasional Psikologi Indigenous Indonesia*, (Agustus, 2016), 20.

a. Lingkungan pertemanan

Seorang Hafiz Al-Qur'an harus mempertimbangkan masalah eksternal. Salah satunya adalah dalam lingkaran pertemanan. Teman yang terhubung sangat mempengaruhi ingatannya, baik secara langsung maupun tidak langsung. Jika seorang siswa menghafal Al-Qur'an salah memilih teman yang akan menghabiskan waktu bersama, tentu akan mempengaruhi kualitas hafalannya.² Di samping itu, lingkungan pertemanan yang negatif dapat memberikan pemikiran-pemikiran yang negatif pula, sehingga dapat mengganggu kualitas dari memori seorang menghafal Al-Qur'an. Kegiatan-kegiatan murajaah atau mengulang kembali ayat yang pernah dihafal sebagai upaya mentransfer ke dalam *long term memory* akan terganggu oleh pemikiran-pemikiran negatif tersebut. Oleh sebab itu, perlu lingkungan pertemanan yang memberikan dampak positif seperti saling murajaah atau *rehearsal*³ ayat.

Raihaniah dan Widya Masitah dalam jurnalnya menjelaskan bahwa motivasi eksternal atau lingkungan pertemanan. Dalam penelitiannya pengaruh motivasi eksternal terhadap kualitas hafalan benar-benar nyata. Dari hasil pengolahan datanya diketahui bahwa secara umum tingkat motivasi eksternal (motivasi yang diberikan orang tua, guru, teman dan lingkungan

²Cece Abdulwaly, *Mitos-mitos Metode Al-Qur'an* (Yogyakarta: Laksana, 2017), 17.

³R. C. Atkinson dan R. M. Shifrin, "Human Memory, 22

siswa) tergolong baik memberikan gambaran yang selaras dengan keberhasilan kualitas hafalan Al-Quran Siswa.⁴

Pertemanan yang baik dapat memberikan dukungan emosional dan motivasi kepada individu yang sedang menghafal Al-Qur'an. Teman-teman yang menghargai dan mengukur upaya seseorang untuk menghafal Al-Qur'an akan memberikan semangat dan dorongan positif, yang dapat membantu dalam menjaga motivasi dan ketekunan dalam hafalan.

Lingkungan pertemanan yang positif juga dapat menciptakan persaingan yang sehat dalam hal hafalan Al-Qur'an. Ketika ada teman-teman sebaya yang memiliki minat yang sama dalam menghafal Al-Qur'an, individu akan merasa termotivasi untuk berusaha lebih keras dan mencapai tingkatan yang lebih tinggi dalam hafalan mereka.

Dalam lingkungan pertemanan yang baik, individu dapat membentuk kelompok belajar Al-Qur'an dengan teman-teman sebaya. Dalam kelompok ini, mereka bisa saling membantu, berbagi pengetahuan, dan berlatih bersama. Diskusi dan berbagi pengalaman di antara anggota kelompok dapat meningkatkan pemahaman dan memperkuat hafalan Al-Qur'an.

Lingkungan pertemanan yang positif juga dapat memberikan pengaruh yang baik dalam menghindari godaan dan

⁴Raihaniah dan Widya Masitah, "Pengaruh Motivasi Eksternal Terhadap Kualitas Hafalan Al-Qur'an Siswa Kelas XI di Madrasah Aliyah Tahfizhil Qur'an Medan," *Edumaniora* 1, no. 2 (2022): 166.

pengaruh negatif yang dapat mengganggu hafalan Al-Qur'an. Teman-teman yang baik akan mendorong individu untuk menjaga kualitas waktu mereka, menghindari kegiatan yang bisa menghalangi hafalan, dan mengingatkan jika mereka menyimpang dari tujuan mereka.

Penting untuk mencari teman-teman yang memiliki ketertarikan yang sama dalam menghafal Al-Qur'an dan dapat memberikan dukungan yang positif. Penting juga untuk menjaga lingkungan pertemanan yang sehat dan berusaha memberikan dampak yang baik kepada teman-teman dalam mempertahankan dan meningkatkan hafalan Al-Qur'an.

b. Smartphone

Di zaman modern ini, media sosial atau smartphone merupakan media informasi untuk menghubungkan satu orang dengan orang lainnya. Namun, efek negatif dari media sosial tidak bisa diabaikan, terutama bagi para penghafal Al-Qur'an. Selain itu, mahasiswa sebagai mahasiswa juga tidak dapat dipisahkan dari smartphone mengingat informasi dari kampus biasanya dibagikan melalui media sosial. Di samping itu, kemudahan mengakses informasi yang bersifat global bahkan memberikan dampak negatif, sehingga dapat mengganggu kualitas hafalan seorang mahasiswa. Banyaknya informasi yang negatif dapat menumpuk di

dalam memori, sehingga bisa menghalangi ayat-ayat yang pernah dihafalkan.⁵

Fadli, dkk. Menjelaskan bahwa smartphone atau handphone sangat memberikan pengaruh terhadap kualitas hafalan Al-Qur'an.⁶ Dalam penelitiannya dijelaskan bahwa penggunaan smartphone dengan tidak bijak dapat menjadi pengaruh yang negatif terhadap kualitas hafalan Al-Qur'an mahasiswa. Begitupun sebaliknya, penggunaan smartphone dengan bijak dapat membantu seorang mahasiswa dalam menghafalkan Al-Qur'an seperti mendengarkan ayat-ayat Al-Qur'an melalui smartphone.

Perkembangan teknologi, termasuk smartphone, dapat memiliki pengaruh yang signifikan dalam hafalan Al-Qur'an. Smartphone dapat digunakan sebagai alat bantu yang berguna dalam memfasilitasi proses hafalan Al-Qur'an, tetapi juga dapat menjadi sumber distraksi jika tidak digunakan dengan bijak.

2. Problematika Internal

Masalah internal bagi santri dalam menghafal Al-Qur'an merupakan masalah yang muncul atau timbul dari dalam diri individu. Faktor internal ini merupakan faktor yang paling menentukan dalam menghafal Al-Qur'an. Selain itu, kualitas atau kuantitas hafalan tergantung pada kemauan atau motivasi diri siswa.

⁵Lahey, *Psychology an Introductuion*, 234.

⁶Fadli Padila Putra, Khadijah dan Azhariah Fatia, "Pengaruh Motivasi Menghafal Al -Qur'an Terhadap Kualitas Hafalan Al-Qur'an Santri," *Jurnal Cerdas Mahasiswa* 3, no. 2 (2021): 163. <https://ejournal.uinib.ac.id/jurnal/index.php/cerdas/article/view/3515/2168>.

Problematika internal mahasantri di Pondok Pesantren Ziyadatut Taqwa adalah sebagai berikut:

a. Manajemen waktu

Pada Tahfiz Al Quran di Pesantren Ziyadatut Taqwa, ada kegiatan yang tidak boleh dilewatkan selain menghafal Al Quran. Salah satunya adalah kegiatan kampus dan tugasnya. Mengajarkan hafalan Al-Qur'an membutuhkan kegiatan yang berbeda dengan seseorang yang hanya fokus pada hafalan Al-Qur'an, terutama berkaitan dengan manajemen waktu yang diperlukan untuk menyelesaikan hafalan.⁷ Dengan begitu, manajemen waktu yang salah dapat mengganggu aktivitas menghafal Al-Qur'an ataupun kegiatan-kegiatan di kampus. Dengan demikian, perlu manajemen waktu dengan benar serta mampu membagi waktu untuk menghafal Al-Qur'an ataupun kegiatan-kegiatan kampus.

Bici Jesni Ezani dan Rufran Zulkarnain menjelaskan bahwa manajemen waktu merupakan salah satu hal yang penting untuk diterapkan dan menjadi faktor pendukung dalam mengatur pola kegiatan yang baik untuk mengingat Alquran. Hal itu dibuktikan oleh seorang nenek berusia 66 tahun, Arjuna, yang mampu menghafal tujuh surat Al-Qur'an.⁸

⁷Abdulwaly, *60 Godaan Penghafal Al-Qur'an*, 17.

⁸Bici Jesni Ezani dan Rufran Zulkarnain "Manajemen Waktu Lansia Pembelajaran Menghafal Al-Qur'an di Rumah Qur'an At-Tartil," *Journal Of Lifelong Learning* 4, no.1 (Juni, 2021): 4, DOI: <http://doi.org/10.33369/joll.4.1.29-36>.

b. Malas atau kurang sungguh-sungguh dalam menghafalkan Al-Qur'an

Salah satu problematika yang dialami dari beberapa mahasantri ialah malas murajaah atau mengulang-ulang hafalan yang sudah dihafal. Rasa malas muncul karena disebabkan capek dengan kegiatan kuliah yang terkadang memakan waktu hingga sore hari. Jika seorang penghafal Al-Qur'an malas untuk murajaah, maka rasa malas akan selalu mengikuti dan menyebabkan ia akan terancam dalam penyesalan yang besar di dunia maupun di akhirat.⁹ Rasa malas akan mengganggu segala aktivitas yang berhubungan dengan menghafal Al-Qur'an seperti setoran ayat Al-Qur'an ataupun murajaah.

Eva Fatmawati dalam jurnal *Isema* menjelaskan bahwa tolak ukur kualitas hafalan Al-Qur'an tergantung pada motivasi diri yang kuat dalam artian tidak malas atau bersungguh-sungguh yang timbul dari dalam diri penghafal Al-Qur'an. Sebagaimana di Pondok Pesantren Al-Ashr Al-Madani, bahwa motivasi yang kuat menjadi faktor pendukung dalam menjaga kualitas hafalan.¹⁰

c. Banyak pikiran

Tidak dapat disangkal bahwa akan lebih sulit bagi siswa untuk mengatur waktu saat menghafal Al-Qur'an. Mahasantri akan dijejali dengan kegiatan pondok dan kegiatan kampus. Hal itu akan

⁹Ibid., 158.

¹⁰Eva Fatmawati, "Manajemen Pembelajaran Tahfidz Al-Qur'an," *Isema* 4, no. 1 (2019): 36, DOI: <http://journal.Uinsgd.ac.id/index.php/isema>.

mengakibatkan pikiran mahasantri pecah terhadap masalah yang ia alami. Namun, jika Al-Qur'an sudah mulai dibaca, justru pikiran yang jenuh sedikit demi sedikit menjadi jernih kembali.¹¹ Banyak pikiran yang bisa menumpuk di ingatan dan menghalangi hafalan ayat-ayat Al Quran. Seperti yang dijelaskan Benjamin B. Lahey: Ketika informasi yang disimpan dalam memori jangka panjang tidak diambil kembali, itu bukan karena informasi tersebut telah dihancurkan, tetapi karena ada hal-hal yang menghalangi individu untuk mengingat.¹²

Herwit Arsita Wiyarti dan Imam Setyawan menjelaskan bahwa banyak pikiran atau stres dapat menjadi penundaan terhadap mahasantri dalam menghafal Al-Qur'an.¹³

Pikiran yang terlalu banyak atau terganggu dapat menyebabkan gangguan konsentrasi. Ketika pikiran Anda terus-melayang ke masalah-masalah atau kekhawatiran lain, sulit untuk benar-benar fokus pada ayat-ayat Al-Qur'an yang sedang dihafal. Kekurangan konsentrasi ini bisa membuat hafalan menjadi lebih sulit dan lambat.

Banyak pikiran atau ketidaknyamanan dapat memengaruhi daya ingat Anda. Pikiran yang dipenuhi masalah atau kekhawatiran

¹¹Ibid., 208.

¹²Lahey, *Psychology an Introductuion*, 234.

¹³Herwit Arsita Wiyarti dan Imam Setyawan, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Prokrastinasi Menghafal Al-Qur'an pada Santri di Pondok Pesantren Modern Islam Assalaam Surakarta," *Empati* 6, no. 4 (Oktober, 2017): 34, <https://doi.org/10.14710/empati.2017.19985>.

dapat mengganggu kemampuan Anda untuk menyimpan informasi baru dalam ingatan jangka pendek atau jangka panjang. Hal ini dapat mempengaruhi kemampuan Anda dalam mengingat dan mempertahankan hafalan Al-Qur'an.

Hafalan Al-Qur'an bukan hanya tentang menghafal kata demi kata, tetapi juga tentang memahami dan menghayati maknanya. Ketika pikiran penuh dengan rasa tersiksa, sulit untuk benar-benar meresapi dan memahami pesan-pesan yang terkandung dalam ayat-ayat Al-Qur'an. Penghayatan yang dalam membutuhkan ketenangan pikiran dan kehadiran mental yang penuh.

Banyaknya pikiran atau kelelahan yang berlebihan juga dapat mengurangi motivasi untuk menghafal Al-Qur'an. Ketika pikiran terfokus pada masalah atau kekhawatiran, sulit menemukan semangat dan motivasi yang diperlukan untuk menghafal dengan tekun. Kurangnya motivasi ini dapat membuat Anda merasa malas atau tidak termotivasi untuk melanjutkan hafalan.

d. Mengontrol hawa nafsu

Problematika yang dialami mahasiswa yang sering terjadi ialah keinginan untuk keluar pondok, hanya sekedar ingin tidak ikut kegiatansetoran hafalan Al-Qur'an serta mengedepankan kepentingan pribadi. Upaya mengendalikan nafsu bersumber dari harga diri. Jangan cenderung memilih nafsu Mahasiswa dari waktu

ke waktu, karena ingatannya mungkin menyimpang dari hal-hal duniawi. Jadi teruslah sucikan hati dan lebih fokus pada akhirat.¹⁴

B. Solusi Pemecahan Problematika di Pondok Pesantren Ziyadatut Taqwa

Berbagai macam problematika tahfiz Al-Qur'an di Pondok Pesantren Ziyadatut Taqwa, mengharuskan peneliti mencari solusi untuk memecahkan problematika tersebut. Setiap mahasantri tentu mempunyai permasalahan tersendiri dan berbagai usaha yang ia lakukan. Problematika yang dapat menghambat dan sering terjadi diantaranya: faktor eksternal dan internal.

1. Faktor Eksternal

Berdasarkan faktor eksternal yang menjadi problematika mahasantri dalam menghafalkan Al-Qur'an, ada solusi yang dilakukan untuk mengatasinya, yaitu sebagai berikut:

a. Menciptakan lingkungan yang baik

Mahasantri memiliki teman-teman yang menyerupai Al-Qur'an dalam sosialisasi, termasuk sikap dan perilaku. Jika Mahasantri masih merasa tidak aman dalam menghindari pengaruh negatif lingkungan, yang pada dasarnya malas dan tidak dapat diandalkan, ia harus menghabiskan waktu dengan teman-teman yang

¹⁴Abdulwaly, *60 Godaan Penghafal Al-Qur'an*, 79.

bersemangat dan teguh dalam keyakinannya.. Dengan begitu, tekad yang kuat dan keyakinan mahasantri akan menular kepada yang lainnya.¹⁵ Sebagaimana penjelasan di atas, maka mahasantri perlu menciptakan lingkungan yang memberikan dampak positif serta membantu dalam menghafal Al-Qur'an.

Shinta Ulya Rizqiyah dan Partono menjelaskan bahwa untuk menciptakan lingkungan yang baik dengan cara, menciptakan lingkungan bernuansa Qur'ani, memiliki usia yang ideal, serta selalu mengulang bacaan bersama teman.¹⁶

b. Pembatasan penggunaan smartphone

Penghafal Al-Qur'an harus pintar dalam menggunakan media sosial dan smartphone, agar dampak negatif tidak berpengaruh pada dirinya dengan mengatur jam khusus dalam menggunakan smartphone yang berlebihan. Mahasantri harus ingat bahwa menghafal Al-Qur'an sering membuat mereka lupa pentingnya waktu luang jika tidak menggunakannya bersamaan dengan Al-Qur'an.¹⁷ Kesamaan penggunaan smartphone dengan mendengarkan ayat-ayat Alquran untuk menghafal dapat

¹⁵Abdulwaly, *60 Godaan Penghafal Al-Qur'an*, 145.

¹⁶Shinta Ulya Rizqiyah dan Partono, "Penerapan Metode Tasmi' dalam Meningkatkan Kualitas Hafalan Al-Qur'an di Pondok Pesantren Putri Tahfidz Al-Ghurobaa' Tumpang Krasak Jati Kudus," *Ma'alim* 3, no.2 (Desember, 2022): 143, <https://doi.org/10.21154/maalim.v3i2.4927>.

¹⁷Ibid., 139.

membantu siswa menghafal dengan menjelaskan bahwa memori jangka pendek lebih mudah untuk menyimpan informasi yang berkaitan dengan fisik atau visual, audiovisual, dan kinestetik. Alam. Di sisi lain, memori jangka panjang lebih mudah menyimpan informasi dalam bentuk yang bermakna, yang disebut *semantic codes*.¹⁸

Smartphone dapat digunakan untuk mengunduh dan menggunakan aplikasi Al-Qur'an yang dapat membantu dalam mempelajari, menghafal, dan memahami Al-Qur'an. Aplikasi tersebut sering kali menawarkan fitur seperti teks Al-Qur'an dengan terjemahan, tajwid, bacaan audio, dan fitur pengulangan ayat yang dapat mendukung proses hafalan.

Smartphone dapat digunakan untuk merekam dan mendengarkan bacaan Al-Qur'an. Dengan merekam suara sendiri saat menghafal dan mendengarkan rekaman tersebut, seseorang dapat memperbaiki bacaan dan tajwid mereka.

c. Buku absen

Problematika yang dialami mahasiswa mengakibatkan kurang maksimal dalam mengikuti kegiatan pondok pesantren, termasuk dalam menyetorkan

¹⁸Lahey, *Psychology an Introductuion*, 234.

hafalannya. Untuk mengatasi persoalan tersebut, pengurus harus lebih ketat dalam mengontrol mahasantri yang tidak mengikuti setoran hafalan, karena akan berdampak terhadap hafalannya. Dengan adanya buku absen, setoran hafalan mahasantri lebih terpantau oleh pengasuh dan pengurus.

2. Faktor Internal

a. Meningkatkan motivasi diri

Motivasi diri adalah hafalan Al-Qur'an, munculnya perbuatan dan perilaku. Menghafal Al-Qur'an dengan sungguh-sungguh perlu dilakukan terus menerus dengan kemauan yang kuat untuk mengetahui bukan dengan kebosanan dan keputusasaan, karena kurangnya motivasi eksternal dan internal akan mengurangi semangat pikiran Anda. Hal itu sebagaimana dijelaskan dalam surah asy-Syarah (94):5-6 yaitu:

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٥﴾ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٦﴾

Sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan. (5)
Sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan.(6)¹⁹

Doni Saputra menjelaskan bahwa dalam penelitiannya untuk meningkatkan motivasi diri ialah

¹⁹Hanafi, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, 900.

mempunyai target dalam proses menghafal Al-Qur'an akan menjadikan dirinya lebih semangat lagi dan terus melakukan hal-hal yang menjadikan tujuannya serta berhasil dengan waktu yang telah ditentukan.²⁰

Untuk mengatasi banyaknya pikiran atau kegelisahan yang mengganggu hafalan Al-Qur'an, penting untuk mencari cara menenangkan pikiran dan menciptakan lingkungan yang kondusif. Luangkan waktu untuk beristirahat dan bersantai secara mental. Praktikkan teknik relaksasi seperti sehat, bernapas dalam-dalam, atau aktivitas fisik yang membantu mengurangi stres. menarik atau menyampaikan kekhawatiran atau masalah kepada orang terpercaya, seperti teman, keluarga, atau seorang penasihat.

Buatlah jadwal harian yang teratur dan alokasikan waktu khusus untuk menghafal Al-Qur'an. Pastikan juga untuk mengalokasikan waktu untuk aktivitas yang membantu meredakan ketegangan, seperti olahraga, membaca buku yang menyenangkan, atau melakukan kegiatan yang menenangkan

b. Manajemen waktu dengan baik

Para penghafal Al-Qur'an dalam mengatur waktu dengan tepat harus mempunyai waktu yang khusus dalam

²⁰Doni Saputra, "Implementasi Metode Tasmi' dan Takrir dalam Meningkatkan Kualitas Hafalan Al-Qur'an Santri," SALIMIYA 2, NO.4 (Desember, 2021): 179.

menghafal dan mengerjakan tugas kuliah, seperti mengatur jadwal hafalan. Keutamaan penyusunan jadwal hafalan merupakan salah satu faktor membantu keberhasilan dalam menghafal Al-Qur'an.²¹ Hal ini sebagaimana dijelaskan dalam surah al-'Asr (103): 1-3 yaitu:

وَالْعَصْرِ ﴿١﴾ إِنَّ الْإِنْسَانَ لِرَبِّهِ لَكُفْرٌ ﴿٢﴾ إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ ﴿٣﴾

Demi masa. (1) Sesungguhnya manusia benar-benar berada dalam kerugian. (2) Kecuali orang-orang yang beriman dan beramal saleh serta saling menasihati untuk kebenaran dan kesabaran. (3)²²

Seorang mahasantri yang menghafalkan Al-Qur'an harus bisa membagi waktu antara kegiatan menghafal Al-Qur'an dengan kegiatan-kegiatan yang berhubungan dengan kampus.

Wiwin Fachrudin Yusuf menjelaskan dalam penelitiannya manajemen waktu yang baik dan tepat akan menjadikan seseorang menjadi cepat dalam menghafal Al-Qur'an, karena banyak seorang penghafal Al-Qur'an yang

²¹Abdulwaly, *60 Godaan Penghafal Al-Qur'an*, 118.

²²Hanafi, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, 908.

tidak bisa membagi waktunya, baik dalam urusan dunia terlebih lagi untuk hafalannya.²³

Penting untuk menetapkan jadwal harian yang konsisten untuk menghafal Al-Qur'an. Dalam jadwal ini, bataskan waktu yang ditingkatkan secara khusus untuk menghafal dan mempelajari Al-Qur'an. Menjadwalkan waktu yang tetap setiap hari akan membantu Anda untuk fokus dan konsisten dalam upaya hafalan Anda.

Ketika menghafal Al-Qur'an, penting untuk membagi waktu dengan bijak antara mempelajari dan menghafal ayat baru, serta merevisi dan mengulang ayat-ayat yang telah dibaca sebelumnya. Pastikan untuk mengalokasikan waktu yang cukup untuk merevisi dan mengulang hafalan sebelum melanjutkan ke ayat berikutnya.

Setiap orang memiliki waktu tertentu di mana mereka lebih produktif. Coba bantu waktu-waktu tersebut dalam sehari Anda dan upayakan untuk menghafal Al-Qur'an pada saat-saat tersebut. Misalnya, bagi sebagian orang, waktu pagi atau malam hari bisa menjadi waktu yang lebih efektif untuk menghafal.

²³Wiwini Fachrudin Yusuf, "Hubungan Dukungan Sosial dan *Self Acceptance* dengan Motivasi Menghafal Al-Qur'an di Pondok Pesantren Al-Qur'an Nurul Huda Singosari Malang," *Psikologi*, 3, no. 1 (September, 2015): 7.

Penggunaan smartphone, media sosial, dan kegiatan lain yang membuang-buang waktu dapat mengganggu fokus dan menghambat kemajuan dalam hafalan Al-Qur'an. Penting untuk menghindari godaan dan mengelola waktu dengan bijak. Membatasi penggunaan smartphone atau menetapkan waktu yang ditentukan untuk aktivitas-aktivitas tersebut dapat membantu Anda untuk lebih fokus pada hafalan Al-Qur'an.

Menjaga waktu dengan baik juga berarti menjadi konsisten dan tekun dalam menjalankan jadwal hafalan Al-Qur'an. Teruslah melaksanakan jadwal yang telah ditetapkan, meskipun ada tantangan dan gangguan yang muncul. Dengan ketekunan dan ketekunan, waktu yang Anda habiskan untuk menghafal Al-Qur'an akan menjadi lebih efektif dan berdampak positif pada kemajuan hafalan Anda.

Menghargai waktu dengan baik adalah kunci dalam mencapai hafalan Al-Qur'an yang baik. Dengan menyediakan waktu yang cukup, mengatur jadwal yang teratur, dan menjaga fokus, Anda dapat memaksimalkan produktivitas dan efisiensi dalam proses hafalan Al-Qur'an.

- c. Dilakukan dengan sungguh-sungguh

Menghafal Al-Qur'an sangat penting untuk bersungguh-sungguh dalam menghafal Al-Qur'an dan menjadi kuat, teguh dan teguh pendirian. Hal ini sebagaimana dijelaskan dalam surah al-Isrā' (17): 19 yaitu:

وَمَنْ أَرَادَ الْآخِرَةَ وَسَعَىٰ لَهَا سَعْيَهَا وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَأُولَٰئِكَ

كَانَ سَعْيُهُمْ مَّشْكُورًا ﴿١٩﴾

Siapa yang menghendaki kehidupan akhirat dan berusaha ke arah itu dengan sungguh-sungguh, dan dia adalah mukmin, mereka itulah orang yang usahanya dibalas dengan baik.²⁴

d. Pandai dalam memilih teman

Upaya yang harus dilakukan untuk mengatasi masalah Tahfiz al-Qur'an adalah memilih teman yang memiliki akhlak dan perkataan yang baik. Karena teman memiliki pengaruh yang besar pada seseorang, teman dengan moral yang buruk mengarah pada hal yang buruk dan sebaliknya.²⁵

Ali Noer dkk. menjelaskan bahwa dalam memilih teman harus yang mempunyai sifat wara', istikamah, rajin, mudah paham, serta hindari seorang pemalas, suka berbuat

²⁴Hanafi, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, 395.

²⁵Abdulwaly, *60 Godaan Penghafal Al-Qur'an*, 55.

onar, suka memfitnah dan pengangguran, karena akan berdampak pada orang disekitarnya.²⁶

e. Mencari tempat yang nyaman

Dalam mengatasi problematika lingkungan yang dapat dilakukan ialah mencari tempat yang cocok serta nyaman untuk menghafal, sehingga otak bisa *frees* dan fokus serta konsentrasi dalam menghafal Al-Qur'an.

Elfa Muliatama dan Hanifuddin menjelaskan bahwa sebelum membaca Al-Qur'an diwajibkan untuk bersuci terlebih dahulu dan mencari tempat yang nyaman dan suci, setelah itu baru dimulai membaca Al-Qur'an, jika seseorang dapat memperbaiki keadaannya maka akan dapat mengangkat derajatnya. Amalan tersebut yang akan menjadikan rasa spiritual, menambah keimanan, ketakwaan serta akan membentuk generasi yang baik dan sholeh.²⁷

Ahsin W. Al-Hafizh mendefinisikan menghafal Al-Qur'an sebagai langkah awal dalam menghafal Al-Qur'an untuk memahami kandungan ilmu Al-Qur'an. Hal ini setelah melalui proses menghafal Al-Qur'an dengan baik dan benar.²⁸

²⁶Ali Noer dkk, "Konsep Adab Peserta Didik dalam Pembelajaran Menurut Az-Zarnuji dan Implementasinya terhadap Pendidikan Karakter di Indonesia," *Al-Hikmah* 14, no. 2 (Oktober, 2017): 202, [https://doi.org/10.25299/al-hikmah:jaip.2017.vol14\(2\).1028](https://doi.org/10.25299/al-hikmah:jaip.2017.vol14(2).1028).

²⁷Elfa Muliatama dan Hanifuddin, "Implementasi Metode Ilham dalam Meningkatkan Kualitas Hafalan Al-Qur'an," *Education and Development* 10, no. 2 (Mei, 2022): 422.

²⁸Al-Hafidz, *Bimbingan Praktis*, 19.

Saat menghafal Al-Qur'an, Anda dihadapkan pada tugas memindahkan ayat-ayat yang telah Anda baca di otak Anda. Sebanyak apapun ayat yang ada di dalam Al-Qur'an, ingatan dapat menyimpannya, karena daya ingat seseorang terlalu besar untuk merekam dan mengingat semua yang dia baca dan lihat. Kapasitas ingatan memori dibagi menjadi tiga macam yaitu: *sensory register*, ialah tingkatan memori yang tidak besar dan waktu penyimpanannya tidak lama, *short term memory*, ialah tingkatan memori jangka pendek dan bertahan kurang dari 30 detik, *long term memory* tingkatan memori jangka panjang dan berperan sebagai gudang untuk menyimpan informasi dalam jangka waktu yang lama.