Proceeding of the 4rd FUAD's International Conference on Strengthening Islamic Studies (FICOSIS)
Vol 4 (2025)
Faculty of Ushuluddin, Adab and Dakwah UIN Ponorogo

IMPLIKASI GANDA NILAI-NILAI AL-QUR'AN DALAM RESILIENSI SANTRIWATI: Analisis Dampak Terhadap Kinerja Pembelajaran (Tahfiz) Dan Prediksi Ketahanan Keluarga (Studi Di Pondok Pesantren Mambaul Ulum Kota Jambi)

Sinta Rahmatil Fadhilah
UIN Sulthan Thaha Saifuddin Jambi
sintarahmatilfadhilah@uinjmabi.ac.id

Abdullah Yunus
UIN Sulthan Thaha Saifuddin Jambi
abdullahyunus@uinjambi.ac.id

Tika Nursafitri
UIN Sulthan Thaha Saifuddin Jambi
tikanursafitri8@gmail.com

Abstrak
Santriwati penghafal Al-Qur'an di Pondok Pesantren Mambaul Ulum dihadapkan pada tuntutan ganda yang tinggi yaitu mempertahankan hafalan (tahfiz) dan mematuhi disiplin pondok yang sangat padat. Tekanan ini sering memicu stres, kelelahan, dan kemalasan, yang mengancam kinerja tahfiz. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara mendalam hubungan kausal antara internalisasi nilai-nilai Al-Qur'an terhadap pembentukan resiliensi santriwati, serta menguji implikasi ganda resiliensi tersebut terhadap kinerja pembelajaran tahfiz dan potensi ketahanan keluarga di masa depan. Konteks pondok pesantren ini berfungsi sebagai demanding environment yang ideal untuk menguji mekanisme adaptif. Metodologi Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi partisipan dan wawancara mendalam dengan santriwati (remaja) yang mengalami kesulitan dan para pembimbing pondok. Data dianalisis secara tematik untuk mengidentifikasi peran resiliensi sebagai variabel mediator. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Resiliensi berperan sebagai variabel mediator yang efektif. Nilai-nilai Al-Qur'an, khususnya sabar, tawakal, dan birrul walidain, menjadi faktor internal (i am) yang vital. Dorongan birrul walidain (tujuan transenden) terbukti menjadi sumber optimisme dan motivasi tinggi santriwati untuk bangkit dari rasa ingin menyerah, mengonversi kesulitan menjadi istiqāmah. Implikasi temuan ini bersifat ganda, yaitu menunjukkan bahwa resiliensi santriwati tidak hanya berkontribusi langsung terhadap peningkatan kinerja pembelajaran tahfiz, melalui penguatan manajemen emosional dan keterampilan pemecahan masalah (i can) yang mendorong konsistensi endapan hafalan serta menjaga kualitas muroja'ah, tetapi juga berfungsi sebagai prediktor ketahanan keluarga, karena karakteristik resiliensi yang terasah di pondok, seperti ketahanan diri, ketahanan adaptasi, dan tanggung jawab, menjadi modal penting bagi santriwati dalam menghadapi sesi serta fungsi keluarga yang fungsional dan resilien di masa mendatang.

Kesimpulan dari penelitian ini menegaskan bahwa Resiliensi santriwati berfungsi melampaui capaian akademik Tahfiz, menjadikannya fondasi karakter yang memiliki signifikansi ganda, sehingga mampu menjamin bukan hanya output spiritual-akademik, tetapi juga output sosial-familial yang kuat.

Kata kunci: ***Resiliensi, Nilai-Nilai Al-Qur'an, Tahfiz.***

PENDAHULUAN

Secara esensial, mempelajari dan menghayati Al-Qur'an merupakan kewajiban fundamental bagi setiap Muslim.[1] Al-Qur'an al-Karim adalah kalamullah dan mukjizat agung yang berfungsi sebagai pedoman hidup, penyembuh jiwa (*syifa'*), serta petunjuk dan rahmat.[2] Petunjuk ini menjamin keselamatan, kebahagiaan, dan ridha Allah di dunia maupun akhirat, sebagaimana ditegaskan dalam firman-Nya (Q.S. Al-A'raf: 52). Lebih lanjut, misi kenabian Muhammad SAW adalah membacakan ayat-ayat, mengajarkan Al-Qur'an, dan menyucikan jiwa (*yuzakkīhim*) (Q.S. Ali-Imran: 164), yang menunjukkan bahwa proses pembelajaran Al-Qur'an memiliki dimensi pembentukan karakter dan spiritual yang mendalam.[3] Keutamaan menghafal Al-Qur'an termasuk janji mahkota kemuliaan (*birrul walidain*) menjadi motivasi kuat bagi banyak keluarga untuk mengirimkan anak-anaknya ke lembaga pendidikan tahfiz.

Masa remaja merupakan fase perkembangan yang ditandai oleh perubahan emosional yang fluktuatif, pencarian identitas diri, dan meningkatnya tuntutan sosial serta akademik. Kondisi ini sering menimbulkan tekanan psikologis berupa kelelahan, ketidakstabilan mood, hingga perasaan putus asa ketika individu gagal memenuhi harapan diri maupun lingkungan.[4] Dalam konteks santriwati penghafal Al-Qur'an, tekanan psikologis yang muncul tidak hanya bersumber dari tuntutan akademik dan sosial sebagaimana dialami remaja pada umumnya, tetapi juga dari tanggung jawab spiritual untuk menjaga kemurnian hafalan Al-Qur'an. Kewajiban mengulang hafalan secara konsisten, menghadapi ujian setoran, serta menjaga stabilitas konsentrasi di tengah rutinitas pondok yang padat menimbulkan beban tersendiri. Selain itu, kehidupan

[1] Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an Terjemah Tajwid Warna* (Kamilah Jaya Ilmu, 2016), Al-Qur'an al-Karim, Surah Al-A'raf: 52, 157.

[2] Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an Mushaf Majm' I'Ilbahrain* (Samudra Qolam, 2018), Al-Qur'an al-Karim, Surah Ali-Imran: 164, 71.

[3] Tiara Agil Salsabilah and Nunuk Hariyati, "Integrasi Belajar Al-Qur'an dalam Kurikulum Sebagai Strategi Mewujudkan Siswa Berkarakter di SD Negeri Balowerti 2 Kediri," *e-Jurnal Inspirasi Manajemen Pendidikan* 12, no. 2 (2024).

[4] Franz J. Mönks et al., *Psikologi perkembangan: pengantar dalam berbagai bagiannya*, Cetakan ke delapan belas (Gadjah Mada University Press, 2019).

pesantren yang menuntut disiplin tinggi, kemandirian, dan kemampuan beradaptasi dengan berbagai aturan dan ritme kegiatan menambah kompleksitas tantangan psikologis yang dialami santriwati. Kondisi tersebut dapat menimbulkan perasaan jenuh, lelah secara emosional, bahkan keraguan terhadap kemampuan diri dalam mempertahankan hafalan.

Kondisi ini menunjukkan bahwa tekanan yang dihadapi santriwati tidak dapat dihindari, melainkan perlu dikelola dengan kekuatan psikologis yang mampu. Dalam hal ini, ketahanan menjadi faktor penting yang menentukan kemampuan mereka untuk bertahan dan tetap produktif dalam proses menghafal Al-Qur'an. Resiliensi tidak hanya mencerminkan kemampuan untuk menghadapi tekanan dan kesulitan, tetapi juga kemampuan untuk bangkit, beradaptasi, serta tetap berkomitmen terhadap tujuan spiritualnya. Resiliensi didefinisikan sebagai kemampuan adaptasi yang luwes dan positif ketika individu dihadapkan pada tekanan internal maupun eksternal.[5] Santriwati yang memiliki resiliensi tinggi cenderung mampu mengelola stres, mengatasi kegagalan sementara, serta memaknai setiap tantangan sebagai bagian dari proses pembentukan diri dan kedekatan dengan Allah SWT. Dengan demikian, resiliensi berperan sebagai landasan psikologis dan spiritual yang memperkuat semangat, konsistensi, dan keseimbangan emosi dalam menjaga hafalan di tengah dinamika kehidupan pesantren.

Kajian terdahulu secara konsisten telah memverifikasi hubungan antara faktor-faktor keagamaan dan resiliensi di kalangan santri. Penelitian terdahulu menemukan bahwa religiusitas dan kecerdasan spiritual berpengaruh signifikan terhadap resiliensi dalam menyelesaikan hafalan Al-Qur'an.[6] Studi lain menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara tawakal (sebuah nilai fundamental Al-Qur'an) dengan resiliensi santri remaja penghafal Al-Qur'an.[7] Dalam konteks ini, peran pembimbing (ustadzah) sangat krusial dalam menumbuhkan resiliensi melalui penyesuaian strategi pengajaran dan konseling, yang mencerminkan prinsip teori behavioristik dalam membentuk tingkah laku melalui pengalaman.[8]

Namun, sebagian besar penelitian tersebut berfokus pada dampak resiliensi dalam konteks intra-pesantren, yaitu terhadap kinerja tahfiz. Kesenjangan muncul karena

[5] Karen Reivich and Andrew Shatté, *The Resilience Factor: 7 Keys to Finding Your Inner Strenght and Overcoming Life's Hurdles*, Nachdr. (Broadway Books, 2003).
[6] Muhammad Affandi and Ali Syahidin Mubarok, "Resiliensi Mahasiswa Santri Tahfidz ditinjau dari Kecerdasan Spiritual dan Religiusitas," *Jurnal Psikologi Islam* 9, no. 2 (2021).
[7] Ardina Shulhah Putri and Qurotul Uyun, "Hubungan Tawakal dan Resiliensi pada Santri Remaja Penghafal Al Quran di Yogyakarta," *Jurnal Psikologi Islam* 4, no. 1 (2017).
[8] B.F Skinner, *Science and Human Behavior* (Macmillan, 1953).

resiliensi mencakup dimensi psikologis yang juga fundamental bagi ketahanan keluarga (*family resilience*).[9] Santriwati yang memiliki kemampuan pengendalian emosi (*tazkiyatun nafs*), tanggung jawab, dan adaptasi yang baik (yang diasah dari internalisasi nilai-nilai Al-Qur'an) sesungguhnya sedang membangun modal psikologis untuk menjadi anggota keluarga yang tangguh di masa depan.

Penelitian ini menawarkan kebaruan ilmiah (*novelty*) melalui analisis implikasi ganda resiliensi santriwati. Kebaruan terletak pada pemodelan nilai-nilai Al-Qur'an sebagai fondasi yang membentuk resiliensi, yang kemudian memiliki Dampak pada kinerja pembelajaran tahfiz (*output* segera) dan menjadi prediksi terhadap ketahanan keluarga (*output* jangka panjang). Fokus ini menjembatani kajian psikologi pendidikan Islam dengan kajian ketahanan sosial, menguji bagaimana nilai-nilai agama menghasilkan modal psikologis yang kritis untuk fungsi tahfiz dan sosial.

Berdasarkan latar belakang, urgensi resiliensi, dan kesenjangan literatur yang ditemukan, maka permasalahan penelitian ini dirumuskan sebagai berikut: Bagaimana nilai-nilai Al-Qur'an diinternalisasi dalam membentuk resiliensi santriwati di Pondok Pesantren Mambaul Ulum Kota Jambi? Bagaimana resiliensi santriwati memberikan dampak terhadap kinerja pembelajaran tahfiz di Pondok Pesantren Mambaul Ulum Kota Jambi? Bagaimana resiliensi santriwati berfungsi sebagai prediksi terhadap ketahanan keluarga (ketahanan fungsional) pasca-pesantren?.

Dengan demikian, melalui masalah tersebut, penulis mengambil judul: "Implikasi Ganda Nilai-Nilai Al-Qur'an dalam Resiliensi Santriwati: Analisis Dampak terhadap Kinerja Pembelajaran (Tahfiz) dan Prediksi Ketahanan Keluarga (Studi Pondok Pesantren Mambaul Ulum Kota Jambi)"

METODE PENELITIAN

Penelitian ini mengadopsi pendekatan kualitatif deskriptif[10] bertujuan memahami secara komprehensif fenomena sosial dan psikologis yang terjadi pada santriwati penghafal Al-Qur'an dalam latar alamiahnya. Metode ini dipilih untuk menginvestigasi kedalaman, kekayaan, dan konteks fenomena,[11] yakni implikasi nilai-nilai Al-Qur'an

[9] Froma Walsh, *Family Resilience: A Framework for Clinical Practice* (Guilford Press, 2003).

[10] Warul Walidin and Saifullah Idris, *Metode Penelitian Kualitatif Dan Grounded Theory* (2015, n.d.), 77.

[11] Chairiri Anis, "Landasan Filsafat Dan Metode Penelitian Kualitatif," Workshop Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif, Laboratorium Pengembangan Akuntansi (LPA), Fakultas Ekonomi Universitas Diponegoro Semarang, 2009, 9.

terhadap resiliensi santriwati serta dampaknya pada kinerja tahfiz dan prediksi ketahanan keluarga. Fokus pada konteks dan waktu memastikan data yang diperoleh bersifat wajar dan dinamis. Penelitian berlokasi spesifik di Pondok Pesantren Mambaul Ulum Kota Jambi, yang berfungsi sebagai studi tunggal.

Peneliti menggunakan instrumen kunci yaitu peneliti sendiri, bertindak sebagai pengamat aktif dan pewawancara.[12] Sumber data penelitian diklasifikasikan menjadi data primer dan data sekunder. Data Primer diperoleh langsung tanpa perantara, berfungsi menjawab pertanyaan penelitian. Pengumpulan data primer dilakukan melalui wawancara mendalam (*in-depth interview*) dan observasi partisipan.[13] Informan kunci dalam penelitian ini meliputi: Pimpinan Pondok Pesantren yang Memberikan informasi umum kebijakan lembaga dan visi-misi pendidikan. Pembimbing tahfiz yang memberikan informasi strategi pendampingan, penanaman nilai, dan penanganan masalah emosional santri. Santriwati tahfiz yang memberikan informasi pengalaman pribadi, bentuk resiliensi yang dialami, motivasi, tantangan dalam tahfiz, dan pandangan mereka tentang peran nilai-nilai keagamaan.

Butir wawancara disusun secara tidak terstruktur dengan panduan garis besar, berfokus pada pengalaman subjektif santriwati terkait: (1) Internalisis nilai-nilai sabar, tawakal, dan birrul walidain dalam kegiatan harian; (2) Pengalaman stres, rasa putus asa, dan proses bangkit (resiliensi); (3) Dampak resiliensi pada capaian hafalan dan muroja'ah (kinerja tahfiz); serta (4) Pandangan tentang kesiapan psikologis untuk menghadapi tantangan kehidupan dan keluarga masa depan (prediksi ketahanan keluarga).[14]

Data Sekunder berupa bukti, catatan, atau laporan historis yang diperoleh tidak langsung melalui media perantara. Data sekunder ini didapatkan melalui permohonan izin dan analisis dokumen pondok pesantren. Teknik pengumpulan data terdiri dari tiga teknik utama yang digunakan untuk menjamin triangulasi data. Observasi dilakukan melalui pengamatan langsung dan pencatatan terhadap objek sasaran. Fokus observasi meliputi kondisi geografis dan demografis pondok, sarana prasarana, pelaksanaan pendidikan akhlak, pola kehidupan sehari-hari santriwati, dan metode pembelajaran tahfiz. Observasi difokuskan pada perilaku yang menunjukkan tingkat resiliensi, seperti ketekunan muroja'ah, interaksi sosial saat istirahat, dan cara santriwati mengatasi frustrasi.

[12] Sugiono, *Metode Penelitan Kuantitatif, Kualitatif Dan R Dan D* (Alfabeta, 2014), 197.
[13] Gunawan Imam, *Metode Penelitian Kualitatif Teori Dan Praktek* (Bumi Angkasa, 2015), 32.
[14] Reivich and Shatté, *The Resilience Factor*.

Wawancara dilakukan secara lisan, bersifat tidak terstruktur untuk mengeksplorasi kedalaman pengalaman informan, khususnya santriwati dan pembimbing tahfiz. Pendekatan ini memungkinkan peneliti mendapatkan data yang kaya, fleksibel, dan terperinci terkait dimensi resiliensi dan implikasi nilai-nilai Al-Qur'an.[15] Dokumentasi digunakan sebagai data pelengkap dan verifikasi. Dokumentasi meliputi arsip resmi pondok seperti rapor hasil belajar santriwati, jadwal kegiatan harian, peraturan pondok, dan transkrip wawancara. Dokumentasi visual berupa foto dan video juga diperlukan menganalisis perilaku santri dalam lingkungan pondok.

Teknik analisis data bersifat induktif, dikembangkan dari data lapangan menuju penarikan kesimpulan. Analisis data kualitatif menggunakan model interaktif.[16] Aktivitas analisis dilakukan secara interaktif dan berkelanjutan melalui empat alur kegiatan: Pengumpulan data dilakukan secara berkelanjutan hingga saturasi data tercapai. Reduksi data yaitu proses pemilihan, pemusatan perhatian pada penyederhanaan, pengabstrakan, dan transformasi data kasar yang muncul dari catatan lapangan dan transkrip wawancara. Data disajikan dalam bentuk teks naratif yang tersusun sistematis dan logis, berfungsi menjawab permasalahan penelitian secara mendalam. Simpulan ditarik sementara pada awal, berkembang seiring tinjauan lapangan, dan diverifikasi kembali melalui tinjauan ulang catatan dan dokumentasi. Verifikasi dilakukan menguji kredibilitas, kecocokan, dan kekokohan data.

Validitas data penelitian ini diuji menggunakan triangulasi sumber dan metode.[17] Triangulasi sumber dilakukan membandingkan informasi yang diperoleh dari santriwati, pembimbing, dan dokumen resmi pondok pesantren. Triangulasi metode dilakukan membandingkan data hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi. Kredibilitas temuan diperkuat melalui ketekunan pengamatan dan perpanjangan waktu penelitian di lokasi.

Aspek etika penelitian dijaga ketat, menjamin bahwa partisipasi informan bersifat sukarela dan tanpa paksaan. Peneliti memastikan kerahasiaan identitas informan (nama-nama yang digunakan bersifat samaran) serta anonimitas data personal. Izin formal penelitian diperoleh dari pimpinan pondok pesantren sebelum pengumpulan data dimulai.

[15] Sugiono, *Metode Penelitan Kuantitatif, Kualitatif Dan R Dan D*, 197.

[16] Miles Mattew and A. Michael Huberman, *Analisis Data Kualitatif." Analisis Data* (UI Press, 1992), 18.

[17] Norman K. Denzim and Yvonna S. Lincoln, *Handbook of Qualitative Research. 2nd Ed. Thousand Oaks* (Sage Publication, 2000).

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan di Pondok Pesantren Mambaul Ulum, Kota Jambi, yang terletak di kawasan Talang Bakung, Kecamatan Pall Merah. Pondok pesantren ini merupakan lembaga pendidikan Islam komprehensif yang didirikan oleh K.H. Slamet Baharuddin beserta istri, dengan izin operasional sejak 09 Juli 2001. Pendiriannya berawal dari inisiatif K.H. Slamet Baharuddin yang mengakomodasi santri mengaji yang kerap bermukim (tinggal) di kediamannya, kemudian berkembang menjadi pesantren mukim yang didukung masyarakat sekitar.[18]

Setelah wafatnya pendiri pada tahun 2016, kepemimpinan pondok dipercayakan kepada putranya, K.H. Shoffa Saifillah Alfaruq, yang melanjutkan tradisi keilmuan pesantren. Di bawah kepemimpinan generasi kedua, Pondok Pesantren Tahfizh Mambaul Ulum didirikan pada tahun 2015 sebagai program unggulan yang dipimpin oleh Dr. Gus Umar Al-Faruq, M.Sy. Pendirian program tahfiz ini didasarkan pada besarnya minat masyarakat dan kebutuhan untuk mendidik generasi Qur'ani.[19] Pondok Tahfizh Mambaul Ulum memiliki jumlah santriwati yang lebih dominan (90 santriwati berbanding 60 santri putra) dan telah meluluskan 23 penghafal 30 juz Al-Qur'an.

Visi Pondok Pesantren Tahfizh Mambaul Ulum adalah "Menciptakan manusia Qur'an secara lahir dan batin serta mencintai Al-Qur'an dan dicintai Al-Qur'an." Visi ini secara eksplisit mengindikasikan bahwa tujuan pendidikan bukan hanya kuantitas hafalan, tetapi juga kualitas spiritual dan karakter. Misi yang diemban meliputi peningkatan kedisiplinan, kerajinan, berkhidmat (mengabdi) dengan ikhlas dan sabar, serta menjaga kebersihan lahir dan batin. Penekanan pada ikhlas dan sabar dalam menjalankan pengabdian dan mencari ilmu menjadi nilai sentral yang ditanamkan pesantren, yang secara langsung berkaitan dengan internalisasi nilai-nilai Al-Qur'an (seperti ṣabr dan istiqāmah) sebagai variabel independen dalam penelitian ini.

Struktur kepengurusan dipimpin oleh pimpinan pondok pesantren tahfizh dan didukung oleh jajaran ustadzah pengurus yang memiliki peran beragam, mulai dari ketua asrama hingga seksi keamanan, konsumsi, dan kesehatan. Keberadaan jajaran ustadzah pengurus sangat signifikan karena mereka berfungsi sebagai model, pengawas, dan

[18] "Wawancara Dengan Gus Umar Al-Faruq, Pimpinan Pondok Pesantren Tahfiz Mambaul Ulum, 2024," n.d.

[19] "Wawancara Dengan Gus Umar Al-Faruq, Pimpinan Pondok Pesantren Tahfiz Mambaul Ulum, 2024."

pembimbing konseling bagi santriwati, yang sesuai dengan teori peran pembimbing dalam menumbuhkan resiliensi.[20]

Konteks fisik dan program yang ketat menjadi arena di mana resiliensi santriwati diuji dan dibentuk. Sarana dan prasarana pondok dinilai memadai (ruang kelas, asrama, UKS, dsb.), namun intensitas kegiatannya sangat tinggi. Jadwal Harian santriwati menunjukkan tingkat kedisiplinan yang ekstrem, dimulai dari bangun tidur pukul 04:00 untuk tahajud dan muroja'ah hingga tidur pukul 22:00. Puncak tekanan terjadi antara pukul 07:15 hingga 15:00, ketika santriwati harus mengikuti pendidikan formal, yang kemudian dilanjutkan dengan aktivitas tahfiz intensif, salat berjamaah, dan kegiatan mandiri hingga malam. Program mingguan (Puasa Sunnah, *Muhadhoroh* tiga bahasa, *tasyji'ul lughoh*) dan program tahunan (*khutbatul iftitah, munaqhosyah tahfizh*) semakin memperkuat tuntutan spiritual, akademik, dan sosial.

Jadwal padat ini berfungsi sebagai variabel mediasi lingkungan yang secara natural menghasilkan tekanan psikologis. Oleh karena itu, resiliensi (sebagai variabel mediator) mutlak diperlukan oleh santriwati agar mampu menjalankan seluruh kegiatan harian, menjaga kualitas hafalan (kinerja tahfiz), dan mengelola emosi di tengah tuntutan tersebut. Dengan demikian, gambaran umum lokasi penelitian ini mempertegas bahwa Pondok Pesantren Mambaul Ulum bukan sekadar lokasi, melainkan laboratorium spiritual-psikologis yang ideal menguji hubungan kausal antara nilai-nilai Al-Qur'an, resiliensi, dan implikasi gandanya.

Penelitian ini sejalan dengan temuan literatur yang menekankan pentingnya lingkungan yang menuntut (*demanding environment*) dalam membentuk kemampuan adaptasi (*resilience*) individu, sebagaimana dijelaskan oleh Zimmerman bahwa paparan risiko awal harus cukup menantang (*challenging enough*) untuk membantu seseorang mengembangkan mekanisme koping agar dapat mengatasi efek negatifnya, tetapi tidak terlalu membebani.[21] Konsep ini didukung oleh teori-teori yang melihat resiliensi bukan sebagai sifat bawaan, melainkan sebagai proses dinamis yang berkembang melalui interaksi antara faktor internal dan eksternal, di mana lingkungan yang suportif dan menantang berfungsi sebagai faktor pendukung.[22]

[20] Reivich and Shatté, *The Resilience Factor*.

[21] Marc A. Zimmerman, "Resiliency Theory: A Strengths-Based Approach to Research and Practice for Adolescent Health," *Health Education & Behavior* 40, no. 4 (2013): 381–83, https://doi.org/10.1177/1090198113493782.

[22] Suniya S. Luthar et al., "The Construct of Resilience: A Critical Evaluation and Guidelines for Future Work," *Child Development* 71, no. 3 (2000): 543–62, https://doi.org/10.1111/1467-8624.00164.

Defenisi Istilah Penting

1. Resiliensi

Resiliensi adalah kemampuan adaptasi positif yang melibatkan penyesuaian diri yang tinggi dan luwes dalam menghadapi tekanan internal (misalnya rasa malas, ngantuk) maupun eksternal (misalnya jadwal padat, tuntutan hafalan). Resiliensi memungkinkan individu untuk tidak hanya mengatasi kesulitan, trauma, atau ancaman, tetapi juga diperkuat oleh kemalangan tersebut. Dalam penelitian ini, Resiliensi diukur melalui tiga sumber utama (*three sources of resilience*): *I have* (dukungan eksternal), *i am* (kekuatan internal), dan *i can* (keterampilan pemecahan masalah dan interpersonal).[23]

2. Nilai-Nilai Al-Qur'an

Nilai Al-Qur'an adalah landasan spiritual dan moral (seperti sabar, tawakal, dan birrul walidain) yang diinternalisasikan oleh santriwati. Nilai-nilai ini berfungsi sebagai faktor pendukung internal yang mendorong *inner strength (i am*), memberikan makna transenden terhadap kesulitan, dan memotivasi santriwati untuk mempertahankan niatnya dalam menghadapi tantangan tahfiz.[24]

3. Remaja (Santriwati)

Subjek penelitian berada pada masa transisi antara anak-anak dan dewasa (13–18 tahun), yang ditandai dengan perkembangan biologis dan psikologis serta emosi yang cenderung labil (psikologis ditandai dengan sikap dan perasaan, keinginan, dan emosi yang labil atau tidak menentu). Dalam konteks ini, resiliensi menjadi krusial sebagai modal utama agar santriwati dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan pondok dan mengelola kesulitan tanpa jatuh pada perilaku negatif seperti kecemasan atau putus asa.[25]

4. Kinerja Pembelajaran Tahfiz

Kinerja pembelajaran tahfiz adalah kesanggupan, kecakapan, dan kekuatan santriwati dalam melakukan tugas menghafal Al-Qur'an dengan cepat dan benar. Ini merupakan kemampuan ekstrinsik yang mencakup aspek kuantitas (konsistensi setoran

[23] Zimmerman, "Resiliency Theory"; Edith H Grotberg, *Three Sources of Resilience." Dalam The Resilience Scale: A Guide to Its Use, Oleh Gail M. Wagnild Dan Heather M. Young* (Jones and Bartlett Publishers, 1993); American Psychological Association, *Resilience* (2020).

[24] Konsep diadaptasi dari temuan penelitian di Pondok Pesantren Mambaul Ulum; Lihat juga Zimmerman, "Resiliency Theory."

[25] Elizabeth B Hurlock, *Developmental Psychology: A Life-Span Approach* (McGraw-Hill, 1980), 302; Luthar et al., "The Construct of Resilience," 543.

minimal setengah halaman) dan kualitas (muroja'ah serta pemahaman makna) yang diperoleh melalui dedikasi tinggi, yang dipengaruhi oleh tingkat resiliensi mereka.[26]

5. Ketahanan Keluarga (Implikasi Ganda)

Dalam penelitian ini, ketahanan keluarga diposisikan sebagai implikasi ganda atau hasil jangka panjang. Ini merujuk pada potensi santriwati di masa depan untuk menghadapi stres dan krisis dalam unit keluarga dengan adaptasi positif. Resiliensi yang terbentuk di pesantren melalui manajemen emosi, pengendalian diri, dan nilai istiqāmah dianggap sebagai modal psikologis yang akan digunakan untuk menciptakan fungsi keluarga yang fungsional dan berlandaskan agama.[27]

Internalisasi Nilai Al-Qur'an dan Pembentukan Resiliensi Santriwati

Internalitas nilai Al-Qur'an dipahami sebagai fondasi spiritual yang membentuk kerangka psikologis santriwati untuk menghadapi tekanan. Temuan menunjukkan bahwa aspek resiliensi santriwati (seperti ketahanan, optimisme, dan manajemen emosi) secara kausal terkait dengan pemahaman mereka terhadap nilai-nilai inti Al-Qur'an, khususnya sabar, tawakal, dan birrul walidain.

1. Ketahanan dan Istiqāmah (Sabar dan Tawakal)

Tuntutan pondok yang padat, meliputi pembelajaran formal, setoran hafalan minimal setengah halaman, dan muroja'ah intensif menghasilkan tingkat stres dan kelelahan yang tinggi.[28] Santriwati secara jujur mengakui fase malas, mengantuk, dan lelah adalah hal yang manusiawi. Namun, Resiliensi santriwati diuji melalui kemampuan mereka menahan dan mengatasi hambatan tersebut (ketahanan terhadap hambatan dan kesulitan).

Santriwati Binti Fadilah menyampaikan, "Awal menghafal rasanya sangat berat, rasa putus asa dan tertekan sangatlah ada, namun saya terus mencoba melakukan menghafal-menghafal secara terus menerus." Pernyataan ini mencerminkan dimensi ketahanan dan menghargai proses belajar,[29] di mana kesulitan diinterpretasikan sebagai tantangan, bukan kegagalan. Nilai sabar dan tawakal menjadi mekanisme koping utama. Rasa tertekan karena tertinggal dari teman diubah menjadi motivasi *istiqāmah*

[26] Oemar Hamalik, *Proses Belajar Mengajar* (Bumi Aksara, 2007), 35; Mohammad Zain, *Metode Praktis Pembelajaran Bahasa Arab* (Prenada Media Group, 2018), 45.

[27] Dari konsep Family Resilience Froma Walsh; Diaplikasikan dalam studi kasus Tahfiz. Walsh, *Family Resilience: A Framework for Clinical Practice*.

[28] "Wawancara Dengan Rossyifa, Santriwati Pondok Pesantren Mambaul Ulum, 2024," n.d.

[29] Reivich and Shatté, *The Resilience Factor*.

(konsistensi) menjalankan kewajiban setoran, sejalan dengan studi yang mengaitkan tawakal dan resiliensi.[30]

2. Optimisme dan Birrul Walidain (Dukungan Motivasi)

Optimisme santriwati tidak hanya bersumber dari keyakinan diri, tetapi terutama dari tujuan spiritual-familial yang kuat: birrul walidain (berbakti kepada orang tua). Rossyifa mengungkapkan, "Menghafal dan membaca Al-Qur'an sekarang menjadi kebutuhan, dan saya sangat memiliki ambisi dan dukungan dari orang tua saya untuk menyelesaikan hafalan saya." Demikian pula Binti: "Setelah mengalami nangis, down, ingin pulang saja, akhirnya saya bulatkan niat saya ingin menjadi penghafal Al-Qur'an dan menjadi kebanggaan keluarga saya; itu motivasi terkuat saya."

Temuan ini mengonfirmasi bahwa dukungan sosial (terutama dari orang tua) dan optimisme santriwati berlandaskan pada janji mahkota kemuliaan bagi orang tua penghafal Al-Qur'an. Nilai birrul walidain berfungsi sebagai analisis kausal positif yang membantu santriwati bangkit dari rasa ingin menyerah, menjadikan resiliensi sebagai kekuatan yang didorong oleh tujuan transenden.[31]

Implikasi Resiliensi terhadap Kinerja Pembelajaran Tahfiz

Resiliensi santriwati secara langsung memengaruhi kinerja tahfiz (kuantitas setoran dan kualitas muroja'ah) terutama melalui kemampuan manajemen emosional dan pengendalian impuls.

1. Manajemen Emosional dan Kualitas Hafalan

Proses tahfiz yang efektif menuntut emosional yang stabil dan minim stres.[32] Santriwati Rossyifa mengakui, "Kalau malas sedang datang menghafal satu ayat pun sangat susah... saya kesulitan mengontrol hal-hal yang negatif dalam diri saya." Kesulitan mengontrol emosi, kemalasan, dan gangguan konsentrasi adalah faktor penghambat yang saling terkait dengan kesehatan mental dan fisik.

Santriwati yang memiliki manajemen emosional yang baik mampu meminimalisir stres, mengendalikan impuls untuk bermalas-malasan, dan mempertahankan fokus. Temuan observasi mengindikasikan bahwa santri yang berhasil mempertahankan

[30] Putri and Uyun, "Hubungan Tawakal dan Resiliensi pada Santri Remaja Penghafal Al Quran di Yogyakarta."

[31] Affandi and Mubarok, "Resiliensi Mahasiswa Santri Tahfidz ditinjau dari Kecerdasan Spiritual dan Religiusitas."

[32] "Wawancara Dengan Binti Fadilah, Santriwati Pondok Pesantren Mambaul Ulum, 2024.," n.d.

resiliensinya dapat melihat hafalan sebagai kebutuhan, bukan beban, yang pada akhirnya menjamin kelancaran setoran minimal setengah halaman yang ditetapkan pondok dan kualitas muroja'ah yang konsisten (kinerja tahfiz).

2. Resiliensi dan Lingkungan Sosial

Kinerja tahfiz juga dipengaruhi oleh dukungan sosial dan gangguan lingkungan. Wawancara dengan Ustadzah Jannah mengungkapkan, "Ada beberapa anak yang menjadi rajin karena berteman dengan teman yang rajin, ada juga yang awalnya rajin menyetor hafalan menjadi malas karena bergaul dengan teman yang malas." Santriwati yang resilien menunjukkan pengembangan ketahanan mental dengan berani menerima perubahan dan tekanan lingkungan. Mereka mampu membatasi diri dari pergaulan negatif, menunjukkan kemampuan pengendalian impuls yang tinggi, yang vital untuk menjaga konsentrasi tahfiz.[33] Sebaliknya, kurangnya dukungan sosial dan keterbatasan adaptasi (kurang resiliensi) dapat menyebabkan isolasi dan rendahnya kualitas setoran.

Penelitian tentang aktualisasi diri juga dilakukan oleh mahasiswa penerima beasiswa Kartu Indonesia Pintar di UIN Sulthan Thaha Saifuddin Jambi dan UIN Antasari Banjarmasin, yang menunjukkan bahwa terpenuhinya kebutuhan dasar dapat mendorong individu mencapai aktualisasi diri, ditandai dengan meningkatnya rasa percaya diri, kemandirian, kreativitas, dan sikap prososial.[34] Temuan ini sejalan dengan pandangan bahwa dukungan eksternal baik berupa bantuan finansial, sosial, maupun spiritual dapat memperkuat resiliensi dan kemampuan seseorang dalam menghadapi tantangan. Dalam konteks santriwati tahfizh, dukungan serupa dapat ditemukan pada sistem pendidikan pesantren yang menanamkan nilai-nilai Al-Qur'an sebagai sumber kekuatan internal dalam membangun ketahanan diri.

Resiliensi Santriwati sebagai Prediksi Ketahanan Keluarga

Meskipun penelitian ini dilakukan dalam konteks pesantren, temuan mengisyaratkan bahwa resiliensi yang terbentuk dari nilai-nilai Al-Qur'an memiliki implikasi ganda sebagai modal psikologis pasca-pesantren, khususnya sebagai prediksi ketahanan keluarga (*family resilience*).[35]

[33] "Wawancara Dengan Ustadzah Jannah, Pembimbing Tahfiz Pondok Pesantren Mambaul Ulum, 2024.," n.d.

[34] Sinta Rahmatil Fadhilah et al., "Self-actualization of KIP Scholarship Recipient Students," *Al-Hiwar Jurnal Ilmu dan Teknik Dakwah* 12, no. 2 (2024): 27–39.

[35] Zimmerman, "Resiliency Theory."

Konsep ketahanan keluarga didasarkan pada kemampuan anggota keluarga menghadapi stres dan krisis dengan adaptasi positif. Proses yang dilalui santriwati di pondok, seperti:

1. Pengendalian diri dan emosi: Kemampuan menguasai diri dan mematuhi peraturan (manajemen emosional).
2. Tanggung jawab: Kewajiban menjaga hafalan seumur hidup dan birrul walidain.
3. Adaptasi: Menerima perubahan dan kesulitan lingkungan.

Semua kemampuan yang diasah oleh resiliensi ini adalah fondasi karakter yang krusial untuk fungsi fungsional keluarga,[36] seperti komunikasi yang sehat, pemecahan masalah bersama, dan penanaman nilai agama. Dengan demikian, resiliensi yang dibangun santriwati Tahfiz di Pondok Pesantren Mambaul Ulum dapat menjadi prediktor kuat bahwa mereka akan mampu memimpin dan menjadi anggota keluarga yang resilien, sabar, dan bertanggung jawab di masa depan, memenuhi janji menjadi 'Manusia Qur'ani secara lahir dan batin.'

PENUTUP

Penelitian ini menyimpulkan bahwa tuntutan lingkungan yang keras dan jadwal padat di Pondok Pesantren Tahfizh Mambaul Ulum telah memvalidasi resiliensi sebagai mekanisme adaptif yang esensial, yang berfungsi tidak hanya untuk menstabilkan kinerja harian, tetapi juga sebagai modalitas psikologis jangka panjang. Resiliensi terbukti menjadi variabel mediator transformatif yang berhasil mengonversi nilai-nilai spiritual Al-Qur'an terutama sabar, istiqāmah, dan birrul walidain menjadi capaian perilaku yang terukur dan berorientasi masa depan.

Di tingkat mikro, temuan menunjukkan bahwa resiliensi santriwati tahfizh merupakan hasil mediasi yang berhasil dari *i am* (nilai spiritual dan tujuan birrul walidain) yang didukung oleh *i have* (orang tua dan teman ambisius). Keberhasilan mediasi ini menghasilkan kemampuan *i can* (manajemen emosional dan pengendalian diri) yang pada akhirnya memiliki implikasi ganda. Hal ini memungkinkan santriwati remaja (yang notabene masih dalam fase emosi labil) untuk mengelola tekanan, menepis impuls negatif seperti rasa malas, dan mempertahankan konsistensi setoran hafalan harian, sehingga mengamankan kinerja pembelajaran tahfiz yang optimal. Capaian tahfiz, dalam konteks ini, bukan sekadar hasil dari latihan kognitif, melainkan manifestasi eksternal dari

[36] Walsh, *Family Resilience: A Framework for Clinical Practice*.

penyesuaian diri yang fleksibel dan sukses terhadap lingkungan yang menuntut (*demanding environment*).

Namun, temuan yang paling substansial adalah implikasi ganda dari resiliensi ini sebagai prediktor ketahanan keluarga (*family resilience*). Keterampilan yang diasah di pesantren, seperti pengendalian diri, kepatuhan terhadap aturan, ketahanan mental, dan kemampuan bangkit dari keterpurukan membentuk fondasi karakter yang vital. Kemampuan ini adalah modalitas utama yang dibutuhkan untuk menghadapi stres dan krisis dalam unit keluarga di masa depan. Dengan demikian, santriwati yang resilien menunjukkan potensi yang lebih besar untuk memimpin dan menjadi anggota keluarga yang fungsional, adaptif, dan berlandaskan spiritual.

Berdasarkan konklusi ini, disarankan agar Pondok Pesantren Mambaul Ulum memanfaatkan temuan ini dengan secara eksplisit mengintegrasikan kurikulum edukasi resiliensi ke dalam program pembinaan, khususnya bagi santriwati remaja awal. Fokus harus diletakkan pada penguatan inner strengths (*i am*) melalui sesi *self-reflection* dan peningkatan keterampilan *problem-solving* (*i can*) untuk memastikan resiliensi menjadi kompetensi yang disadari, bukan hanya sekadar reaksi adaptif. Selain itu, demi memperkaya khazanah psikologi Islam, teknik konseling Islam dan mengonfirmasi validitas prediktif temuan ini, disarankan bagi penelitian selanjutnya untuk melakukan studi longitudinal. Studi tersebut perlu menguji secara aktual korelasi antara tingkat resiliensi santriwati pasca-pesantren dengan fungsi dan ketahanan keluarga mereka setelah mereka menikah dan membentuk unit keluarga sendiri.

DAFTAR RUJUKAN

Affandi, Muhammad, and Ali Syahidin Mubarok. “Resiliensi Mahasiswa Santri Tahfidz ditinjau dari Kecerdasan Spiritual dan Religiusitas.” *Jurnal Psikologi Islam* 9, no. 2 (2021).

American Psychological Association. *Resilience*. 2020.

Denzim, Norman K., and Yvonna S. Lincoln. *Handbook of Qualitative Research. 2nd Ed. Thousand Oaks*. Sage Publication, 2000.

Fadhilah, Sinta Rahmatil, Nur Aeni Sanjaya, Siti Aminah, Donal Saputra, and Putri Nurdiani. “Self-actualization of KIP Scholarship Recipient Students.” *Al-Hiwar Jurnal Ilmu dan Teknik Dakwah* 12, no. 2 (2024): 27–39.

Grotberg, Edith H. *Three Sources of Resilience.” Dalam The Resilience Scale: A Guide to Its Use, Oleh Gail M. Wagnild Dan Heather M. Young*. Jones and Bartlett Publishers, 1993.

Hamalik, Oemar. *Proses Belajar Mengajar*. Bumi Aksara, 2007.

Hurlock, Elizabeth B. *Developmental Psychology: A Life-Span Approach*. McGraw-Hill, 1980.

Imam, Gunawan. *Metode Penelitian Kualitatif Teori Dan Praktek*. Bumi Angkasa, 2015.

Kementerian Agama RI. *Al-Qur'an Mushaf Majm' I'Ilbahrain*. Samudra Qolam, 2018.

Kementerian Agama RI. *Al-Qur'an Terjemah Tajwid Warna*. Kamilah Jaya Ilmu, 2016.

Luthar, Suniya S., Dante Cicchetti, and Bronwyn Becker. "The Construct of Resilience: A Critical Evaluation and Guidelines for Future Work." *Child Development* 71, no. 3 (2000): 543–62. https://doi.org/10.1111/1467-8624.00164.

Mattew, Miles, and A. Michael Huberman. *Analisis Data Kualitatif." Analisis Data*. UI Press, 1992.

Mönks, Franz J., A. M. P. Knoers, and Siti Rahayu Haditono. *Psikologi perkembangan: pengantar dalam berbagai bagiannya*. Cetakan ke delapan belas. Gadjah Mada University Press, 2019.

Putri, Ardina Shulhah, and Qurotul Uyun. "Hubungan Tawakal dan Resiliensi pada Santri Remaja Penghafal Al Quran di Yogyakarta." *Jurnal Psikologi Islam* 4, no. 1 (2017).

Reivich, Karen, and Andrew Shatté. *The Resilience Factor: 7 Keys to Finding Your Inner Strenght and Overcoming Life's Hurdles*. Nachdr. Broadway Books, 2003.

Salsabilah, Tiara Agil, and Nunuk Hariyati. "Integrasi Belajar Al-Qur'an dalam Kurikulum Sebagai Strategi Mewujudkan Siswa Berkarakter di SD Negeri Balowerti 2 Kediri." *e-Jurnal Inspirasi Manajemen Pendidikan* 12, no. 2 (2024).

Skinner, B.F. *Science and Human Behavior*. Macmillan, 1953.

Sugiono. *Metode Penelitan Kuantitatif, Kualitatif Dan R Dan D*. Alfabeta, 2014.

Walidin, Warul, and Saifullah Idris. *Metode Penelitian Kualitatif Dan Grounded Theory*. 2015, n.d.

Walsh, Froma. *Family Resilience: A Framework for Clinical Practice*. Guilford Press, 2003.

Zain, Mohammad. *Metode Praktis Pembelajaran Bahasa Arab*. Prenada Media Group, 2018.

Zimmerman, Marc A. "Resiliency Theory: A Strengths-Based Approach to Research and Practice for Adolescent Health." *Health Education & Behavior* 40, no. 4 (2013): 381–83. https://doi.org/10.1177/1090198113493782.