

**PENGARUH TINGKAT STRES TERHADAP KEMAMPUAN
MENGHAFAL AL-QUR'AN SANTRI PONDOK PESANTREN
HAMALATUL QURAN PUTRI 2 RINGINAGUNG**

SKRIPSI

Disusun Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana
Psikologi (S.Psi)



OLEH:

FANI AHMAD WILDANU MUKHALADUN

NIM.20104118

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM

FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) KEDIRI

2024

**PENGARUH TINGKAT STRES TERHADAP KEMAMPUAN
MENGHAFAL AL-QUR'AN SANTRI PONDOK PESANTREN
HAMALATUL QURAN PUTRI 2 RINGINAGUNG**

SKRIPSI

Disusun Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana
Psikologi (S.Psi)

OLEH:

FANI AHMAD WILDANU MUKHALADUN

20104118

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) KEDIRI**

2024

HALAMAN PERSETUJUAN
PENGARUH TINGKAT STRES TERHADAP KEMAMPUAN
MENGHAFAL AL-QUR'AN SANTRI PONDOK PESANTREN
HAMALATUL QURAN PUTRI 2 RINGINAGUNG

OLEH:

FANI AHMAD WILDANU MUKHALADUN

20104118

Disetujui Oleh:

Dosen Pembimbing 1


H. Zainal Muttaqin, S. Th. I, MA
NIP.198311082018011001

Dosen Pembimbing 2



Hanis Ribut Makasara, M. Psi, Psikolog
NIDN.2015078703

NOTA DINAS

Kediri, 11 September 2024

Nomor :
Lampiran : 4 (empat lembar)
Hal : Bimbingan Skripsi
Kepada

Yth, Bapak Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah
Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri
Di Jl. Sunan Ampel 07 Ngronggo, Kediri
Assalamualaikum Wr. Wb.

Memenuhi permintaan Bapak Rektor untuk membimbing mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Fani Ahmad Wildanu Mukhaladun

Nim : 20104118

Judul : PENGARUH TINGKAT STRES TERHADAP KEMAMPUAN
MENGHAFAL AL-QUR'AN SANTRI PONDOK PESANTREN HAMALATUL
QURAN PUTRI 2 RINGINAGUNG

Setelah diperbaiki materi dan susunannya, kami berpendapat bahwa skripsi tersebut telah memenuhi syarat sebagai kelengkapan ujian akhir Sarjana Strata Satu (S1).

Bersama ini kami lampirkan berkas naskah skripsinya, dengan harapan dapat segera diujikan dalam Sidang Munaqosah. Demikian agar maklum dan atas ketersediaan Bapak kami ucapkan terimakasih.

Wassalamualaikum Wr. Wb.

Pembimbing 1



H. Zainal Muttaqin, S. Th. I, MA
NIDP. 198311082018011001

Pembimbing 2



Hanis Ribut Makasara, M. Psi, Psikolog
NIDN.2015078703

NOTA PEMBIMBING

Kediri, 11 September 2024

Nomor :
Lampiran : 4 (empat) berkas
Hal : Bimbingan Skripsi

Kepada

Yth, Bapak Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah

Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri

Di Jl. Sunan Ampel 07 Ngronggo, Kediri

Assalamualaikum Wr. Wb.

Memenuhi permintaan Bapak Dekan untuk membimbing penyusunan skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Fani Ahmad Wildanu Mukhaladun
NIM : 20104118
Judul : PENGARUH TINGKAT STRES TERHADAP KEMAMPUAN
MENGHAFAL SANTRI PONDOK PESANTREN HAMALATUL
QURAN PUTRI 2 RINGINAGUNG

Setelah diperbaiki materi dan susunannya, kami berpendapat bahwa skripsi tersebut telah memenuhi syarat sebagai kelengkapan ujian akhir Sarjana Strata Satu (S-1).

Bersama ini kami lampirkan berkas naskah skripsinya, dengan harapan dapat segera diujikan dalam Sidang Munaqosah. Demikian agar maklum dan atas ketersediaan Bapak kami ucapkan terimakasih.

Pembimbing 1



H. Zainal Muttaqin, S. Th. I, MA
NIP. 198311082018011001

Pembimbing 2



Hanis Ribut Makasara, M. Psi, Psikolog
NIDN.2015078703

HALAMAN PENGESAHAN

**PENGARUH TINGKAT STRES TERHADAP KEMAMPUAN
MENGHAFAL AL-QUR'AN SANTRI PONDOK PESANTREN
HAMALATUL QURAN PUTRI 2 RINGINAGUNG**

FANI AHMAD WILDANU MUKHALADUN

20104118

Telah diujikan di depan Sidang Munaqasah Institut Agama Islam Negeri (IAIN)
Kediri pada tanggal 16 Oktober 2024

TIM PENGUJI

1. Penguji Utama

Yuli Darwati, M. Si

NIP. 197307042005012003

2. Penguji 1

H. Zainal Muttaqin, S. Th. I, MA

NIP. 198311082018011001

3. Penguji 2

Hanis Ribut Makasara, M. Psi, Psikolog

NIDN.2015078703



(.....)

(.....)

(.....)

Kediri, 16 Oktober 2024

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri

Dr. A. Halil Thahir, M. HI

NIP.197111212005011006

MOTTO

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا

Allah tidak membebani seseorang, kecuali menurut kesanggupannya.
(QS. Al-Baqarah: 286)

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Fani Ahmad Wildanu Mukhaladun

NIM : 20104118

Prodi : Psikologi Islam

Fakultas : Ushuluddin dan Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar tulisan saya, dan bukan merupakan plagiasi baik sebagian atau seluruhnya. Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini hasil dari plagiasi, baik sebagian atau seluruhnya, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Kediri, 11 September 2024

Fani Ahmad Wildanu Mukhaladun

NIM.20104118

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, Segala puji bagi Allah Subhanahu Wa Ta'ala yang telah memberikan rahmat-Nya sehingga atas izin dan rida-Nya, penulis mampu dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulis ingin mengucapkan terima kasih serta memberikan penghargaan yang tinggi sebagai persembahan kepada:

1. Diri penulis sendiri, Fani Ahmad Wildanu Mukhaladun karena telah berani untuk bangkit, bertanggung jawab, terus belajar serta berproses hingga sampai pada pencapaian titik sekarang ini.
2. Kedua orang tua tercinta Bapak Dr. KH. Imam Fatoni, S. K. M., M. M., CHt dan Ibu Yunita Dwi Winaryanti, S. Kep, Ners yang selalu memberikan dukungan dan perhatian penuh selama penulis menempuh pendidikan di IAIN Kediri.
3. Segenap dosen IAIN Kediri, khususnya Bapak H. Zainal Muttaqin, S. Th. I, MA selaku dosen pembimbing I, dan Bapak Hanis Ribut Makasara, M. Psi, Psikolog selaku dosen pembimbing II yang senantiasa sabar dalam memberikan bimbingan dan arahan terbaik selama penulisan sehingga segala prosesnya mampu berjalan dengan lancar dan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
4. Rekan seperjuangan Rika Fitria, S. Pd yang telah membantu, mensupport dan mendampingi penulis selama masa pendidikan sekolah menengah akhir hingga sekarang.
5. Serta teman-teman mahasiswa Psikologi Islam IAIN Kediri angkatan 2020 yang telah berjuang bersama demi meraih cita-cita dan gelar sarjana.
6. Seluruh teman-teman mahasiswa kelas D dan juga angkatan Psikologi Islam tahun 2020 yang telah banyak membantu penulis dalam penyelesaian skripsi ini.
7. Pondok Pesantren Hamalatul Quran Putri 2 Ringinagung dan para responden yang telah membantu peneliti selama masa pengambilan data lapangan.

ABSTRAK

Fani Ahmad Wildanu Mukhaladun, (20104118). Dosen pembimbing (1) H. Zainal Muttaqin, S. Th. I, MA. dan (2) Hanis Ribut Makassar, M. Psi, Psikolog “Pengaruh Tingkat Stres Terhadap Kemampuan Menghafal Al-Qur'an Santri Pondok Pesantren Hamalatul Quran Putri 2 Ringinagung”. Skripsi. Program Psikologi Islam. Fakultas Ushuluddin, Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri. 2024

Kata Kunci: Tingkat stres, kemampuan menghafal, Pondok Pesantren

Pondok Pesantren adalah lembaga pendidikan islam yang berperan sebagai pembentuk karakter dan iman individu. Salah satu aspek yang diajarkan dalam Pondok Pesantren yakni tahfidz Al-Qur'an atau proses menghafal Al-Qur'an. Proses menghafal Al-Qur'an tentunya membutuhkan kegigihan, konsistensi dan juga kemampuan kognitif yang dapat menimbulkan suatu tekanan atau stres. Tujuan penelitian ini adalah (1) Untuk mengetahui tingkat stres santri Pondok Pesantren Hamalatul Quran Putri 2 Ringinagung. (2) Untuk mengetahui kemampuan menghafal santri Pondok Pesantren Hamalatul Quran Putri 2 Ringinagung. (3) Untuk mengetahui pengaruh tingkat stres terhadap kemampuan menghafal santri di pondok pesantren Hamalatul Quran Putri 2 Ringinagung.

Peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif kausal. Populasi dalam penelitian ini adalah para santri Pondok Pesantren Hamalatul Qur'an Putri 2 Ringinagung yang berjumlah 123 dengan sampel berjumlah 60 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah *Disproportionate Stratified Random Sampling*. Teknik pengumpulan data penelitian ini menggunakan kuesioner dengan skala 1-4. Selanjutnya, pengolahan data dilakukan dengan program *software IBM SPSS 22.0 for windows*.

Hasil penelitian menunjukkan (1) Tingkat stres santri di Pondok Pesantren Hamalatul Quran Putri 2 Ringinagung termasuk dalam kategori sedang dengan skor rata-rata 110,50. (2) Untuk kemampuan menghafal Al-Qur'an santri di Pondok Pesantren Hamalatul Quran Putri 2 Ringinagung termasuk dalam kategori sedang dengan skor rata-rata 94,08. (3) Nilai t hitung untuk koefisien tingkat stres adalah -5.199, sementara nilai t tabel pada tingkat signifikansi 0.05 adalah 1.97. Karena nilai -t hitung (-5.199) lebih kecil dari nilai -t tabel, hipotesis nol ditolak. Selain itu, nilai p sebesar 0.000, yang lebih kecil dari 0.05, mengkonfirmasi bahwa pengaruh tingkat stres terhadap kemampuan menghafal Al-Qur'an signifikan secara statistik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tingkat stres memiliki dampak negatif yang signifikan terhadap kemampuan menghafal Al-Qur'an.

KATA PENGANTAR

Puji Syukur Alhamdulillah penulis panjatkan kehadirat Allah SWT. Atas rahmat dan karunia-Nya, sehingga skripsi ini diselesaikan dengan baik. Skripsi ini mengungkapkan mengenai Pengaruh Tingkat Stres Terhadap Kemampuan Menghafal Al-Qur'an Santri Pondok Pesantren Hamalatul Quran Putri 2 Ringinagung.

Penulis menyampaikan banyak terimakasih kepada pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Ucapan terimakasih penulis sampaikan kepada yang terhormat:

1. Dr. H. Wahidul Anam, M. Ag., selaku Rektor IAIN Kediri.
2. Dr. KH. A. Halil Thahir, M. HI., selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri.
3. Dr. Rini Risnawita Suwinta, M. Si, selaku Ketua Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri.
4. Bapak H. Zainal Muttaqin, S. Th. I, MA., dan Bapak Hanis Ribut Makassara, M. Psi, Psikolog selaku dosen pembimbing yang telah memberikan arahan serta bimbingan selama masa penyusunan skripsi ini.
5. Bapak M. Faiq Faizin, M. Pd selaku pengasuh Pondok Pesantren Hamalatul Quran Putri 2 Ringinagung yang telah memberikan izin serta seluruh ustad dan ustadzah yang telah membantu selama proses penelitian berlangsung
6. Para santri yang telah berpartisipasi menjadi responden selama masa pengambilan data lapangan.
7. Kedua orang tua tercinta Bapak Dr. KH. Imam Fatoni, S. K. M., M. M., CHt dan Ibu Yunita Dwi Winaryanti, S. Kep, Ners yang selalu memberikan dukungan dan perhatian penuh selama penulis menempuh pendidikan di IAIN Kediri.
8. Rekan seperjuangan Rika Fitria, S. Pd yang telah membantu, mensupport dan mendampingi penulis selama masa pendidikan sekolah menengah akhir hingga sekarang.
9. Serta teman-teman mahasiswa Psikologi Islam IAIN Kediri angkatan 2020 yang telah berjuang bersama demi meraih cita-cita dan gelar sarjana.

Kediri, 11 September 2024

Fani Ahmad Wildanu Mukhaladun

NIM.20104118

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
NOTA DINAS	iii
NOTA PEMBIMBING	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
HALAMAN ABSTRAK.....	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Asumsi Penelitian	6
F. Ruang Lingkup/Batasan Penelitian	6
G. Penelitian Terdahulu.....	7
H. Definisi Operasional	11
BAB II LANDASAN TEORI	13
A. Deskripsi Teori	13
1. Tingkat Stres.....	13
2. Kemampuan Menghafal Al-Qur'an.....	20
3. Pengaruh Tingkat Stres Terhadap Kemampuan Menghafal.....	24
B. Kerangka Berfikir	26

C. Hipotesis Penelitian	26
BAB III METODE PENELITIAN.....	28
A. Rancangan Penelitian	28
B. Populasi dan Sampel.....	29
C. Teknik Pengumpulan Data	30
D. Instrumen Penelitian.....	30
E. Teknik Analisis Data	32
BAB IV HASIL PENELITIAN	38
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	38
B. Deskripsi Karakteristik Responden	38
C. Validasi Instrumen.....	39
D. Deskripsi Data	46
E. Analisis Data.....	52
BAB V PEMBAHASAN	58
A. Deskripsi Tingkat Stres	58
B. Deskripsi Kemampuan Menghafal Al-Qur'an	61
C. Pengaruh Tingkat Stres Terhadap Kemampuan Menghafal Al-Qur'an	64
BAB VI KESIMPULAN	68
A. Kesimpulan.....	68
B. Saran	69
DAFTAR PUSTAKA	70
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	74
RIWAYAT HIDUP	93

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Pedoman Nilai Skoring	20
Tabel 2. <i>Blue Print</i> Alat Ukur Tingkat Stres	31
Tabel 3. <i>Blue Print</i> Kemampuan Menghafal Al-Qur'an.....	32
Tabel 4. Pengukuran <i>Cronbach's Alpha</i>	34
Tabel 5. Karakteristik Responden	38
Tabel 6. R Tabel Uji Validitas	40
Tabel 7. Hasil Skor Uji Validitas Skala Tingkat Stres.....	40
Tabel 8. <i>Blue Print</i> Setelah Uji Validasi Skala Tingkat Stres.....	42
Tabel 9. Hasil Skor Uji Validitas Skala Kemampuan Menghafal Al-Qur'an...	43
Tabel 10. <i>Blue Print</i> Setelah Uji Validasi Skala Kemampuan Menghafal Al-Qur'an	45
Tabel 11. Hasil Uji Reliabilitas Skala Tingkat Stres	46
Tabel 12. Hasil Uji Reliabilitas Skala Kemampuan Menghafal Al-Qur'an	46
Tabel 13. Hasil Uji Deskriptif Skala Tingkat Stres.....	47
Tabel 14. Norma Kategorisasi Skala Tingkat Stres	47
Tabel 15. Hasil Kategorisasi Skala Tingkat Stres.....	47
Tabel 16. Hasil Kategorisasi Skala Tingkat Stres Berdasarkan Aspek.....	48
Tabel 17. Hasil Kategorisasi Aspek Psikologis Sosial Berdasarkan Indikator.	48
Tabel 18. Hasil Uji Deskriptif Skala Kemampuan Menghafal Al-Qur'an.....	50
Tabel 19. Norma Kategorisasi Skala kemampuan menghafal Al-Qur'an.....	50
Tabel 20. Hasil Kategorisasi Skala Kemampuan Menghafal Al-Qur'an.....	50
Tabel 21. Hasil Kategorisasi Skala Kemampuan Menghafal Al-Qur'an Berdasarkan Aspek.....	51
Tabel 22. Hasil Kategorisasi Aspek Konsistensi Berdasarkan Indikator.....	51
Tabel 23. Hasil Uji Normalitas	53
Tabel 24. Hasil Uji Linieritas.....	54
Tabel 25. Hasil Analisis Koefisien Determinasi	55
Tabel 26. Hasil Analisis Regresi Linear Sederhana.....	56

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Diagram <i>Pie</i> Kategori Skala Tingkat Stres	48
Gambar 2. Diagram <i>Pie</i> Kategori Skala Kemampuan Menghafal Al-Qur'an ..	51

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner Penelitian Skala Tingkat Stres dan Kemampuan Menghafal Al-Qur'an.....	74
Lampiran 2. Tabulasi Data Hasil Kuesioner Tingkat Stres dan Kemampuan Menghafal Al-Qur'an.....	80
Lampiran 3. Analisis Hasil Olahan Data SPSS.....	81
Lampiran 4. Surat Izin Penelitian.....	90
Lampiran 5. Surat Izin Balasan Penelitian dari Pondok Pesantren Hamalatul Quran Putri 2 Ringinagung	91
Lampiran 6. Dokumentasi Penelitian.....	92