JOEL
Journal of Education and Learning
Vol 1, No 2, Juli 2026
Available at: https://jasin.com/index.php/joel

Strategi Guru Tahfidz dalam Mengatasi *Hifzhul Qur'an Burnout* (Kejenuhan Menghafal) pada Siswa

Siti Shofiyah Supriyadi[1], Dewi Neing Sari[2], Ansori[3]
[1-3]Institut Agama Islam At-Taqwa Bondowoso
** Correspondence e-mail; sofifiyah25@gmail.com, dewinengsari043@gmail.com, chansori52@gmail.com*

Abstract
This study aims to describe the strategies of tahfidz teachers in overcoming hifzhul Qur'an burnout (boredom with memorizing) in students at SMP 4 Bondowoso. The phenomenon of boredom in memorizing the Qur'an is one of the challenges in implementing the tahfidz program because it can affect the quality of memorization, learning motivation, and psychological condition of students. This saturation is characterized by a decrease in the enthusiasm for memorizing, the emergence of boredom during muroja'ah, difficulty maintaining memorization, and emotional exhaustion due to the high memorization targets and the density of students' academic activities. This research uses a qualitative approach with a case study research type. Data sources were obtained from tahfidz teachers and students of SMP 4 Bondowoso through observation techniques, in-depth interviews, and documentation. The collected data was analyzed using the interactive analysis model of Miles, Huberman, and Saldaña which includes data condensation, data presentation, and drawing conclusions. The results of the study showed that tahfidz teachers implemented several strategies in overcoming hifzhul Qur'an burnout, namely providing spiritual motivation, using a variety of memorization methods, a persuasive interpersonal approach, and providing relaxation time in tahfidz activities. In addition, teachers also build open communication and provide emotional support to students who experience memorization fatigue. This strategy has been proven to help students reduce boredom, increase their motivation to memorize, maintain consistency in memorization, and create a more comfortable and enjoyable learning atmosphere. This study concludes that the success of the tahfidz program is not only determined by the achievement of memorization targets, but is also influenced by the teacher's ability to manage students' psychological aspects through a humanistic, adaptive, and communicative learning approach.

Keywords: *Hifzhul Qur'an Burnout, Learning Motivation, Memorization Boredom, Tahfidz Learning, Tahfidz Teacher Strategies*

Abstrak
Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan strategi guru tahfidz dalam mengatasi *hifzhul Qur'an burnout* (kejenuhan menghafal) pada siswa di SMP 4 Bondowoso. Fenomena kejenuhan menghafal Al-Qur'an menjadi salah satu tantangan dalam pelaksanaan program tahfidz karena dapat memengaruhi kualitas hafalan, motivasi belajar, dan kondisi psikologis peserta didik. Kejenuhan tersebut ditandai dengan menurunnya semangat menghafal, munculnya rasa bosan saat muroja'ah, kesulitan mempertahankan hafalan, serta kelelahan emosional akibat tingginya target hafalan dan padatnya aktivitas akademik siswa. Penelitian

ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Sumber data diperoleh dari guru tahfidz dan siswa SMP 4 Bondowoso melalui teknik observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan model analisis interaktif Miles, Huberman, dan Saldaña yang meliputi kondensasi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru tahfidz menerapkan beberapa strategi dalam mengatasi *hifzhul Qur'an burnout*, yaitu pemberian motivasi spiritual, penggunaan metode hafalan yang variatif, pendekatan interpersonal secara persuasif, serta pemberian waktu relaksasi dalam kegiatan tahfidz. Selain itu, guru juga membangun komunikasi yang terbuka dan memberikan pendampingan emosional kepada siswa yang mengalami kejenuhan menghafal. Strategi tersebut terbukti mampu membantu siswa mengurangi kejenuhan, meningkatkan kembali motivasi menghafal, menjaga konsistensi hafalan, serta menciptakan suasana belajar yang lebih nyaman dan menyenangkan. Penelitian ini menyimpulkan bahwa keberhasilan program tahfidz tidak hanya ditentukan oleh pencapaian target hafalan, tetapi juga dipengaruhi oleh kemampuan guru dalam mengelola aspek psikologis siswa melalui pendekatan pembelajaran yang humanis, adaptif, dan komunikatif.

Kata Kunci: *Hifzhul Qur'an Burnout*, Kejenuhan Menghafal, Motivasi Belajar, Pembelajaran Tahfidz, Motivasi Belajar, Strategi Guru Tahfidz

PENDAHULUAN

Fenomena kejenuhan menghafal Al-Qur'an atau *hifzhul Qur'an burnout* semakin banyak ditemukan pada peserta didik di lembaga pendidikan berbasis tahfidz, terutama pada tingkat sekolah menengah pertama. Siswa sering mengalami penurunan motivasi, kelelahan mental, kehilangan fokus, hingga muncul rasa tertekan akibat target hafalan yang tinggi dan rutinitas *muroja'ah* yang monoton. Kondisi tersebut tidak hanya berdampak pada kualitas hafalan, tetapi juga memengaruhi kesehatan psikologis dan semangat belajar siswa. Secara nasional, masalah *burnout* belajar menjadi perhatian dalam dunia pendidikan. Penelitian Darmuji, menunjukkan bahwa 63,8% siswa sekolah menengah berada pada kategori *burnout* belajar sedang hingga tinggi.[1] Selain itu, hasil survei yang dirilis oleh Programme for International Student Assessment menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis dan tekanan akademik masih menjadi tantangan bagi peserta didik Indonesia. Di sisi lain, data Kementerian Agama Republik Indonesia menunjukkan bahwa jumlah lembaga pendidikan berbasis tahfidz dan rumah tahfidz terus mengalami peningkatan dalam beberapa tahun terakhir, sehingga potensi munculnya permasalahan kejenuhan menghafal juga semakin besar. Dalam konteks regional, Kabupaten Bondowoso memiliki sejumlah sekolah dan lembaga pendidikan yang mengintegrasikan program tahfidz ke dalam kurikulum pembelajaran. Berdasarkan observasi awal peneliti di SMP 4 Bondowoso, sebagian besar siswa mengaku pernah mengalami kejenuhan menghafal Al-Qur'an pada tingkat tertentu selama mengikuti program tahfidz, meskipun intensitas dan bentuk kejenuhan yang dialami

[1] Nita Wulan Sari Darmuji, Siti Fitriana, and Andarini Bhakti Sativi, "The Overview of the Condition of Student Learning Burnout Behavior in Senior High School Level," *Quanta : Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling Dalam Pendidikan* 8, no. 2 (2024): 96–101, https://doi.org/10.22460/quanta.v8i2.4673.

berbeda pada setiap siswa. Oleh karena itu, strategi guru tahfidz dalam mengatasi kejenuhan menghafal menjadi persoalan yang penting untuk diteliti karena berkaitan dengan keberhasilan program tahfidz di sekolah formal.

Secara literatur, penelitian mengenai strategi guru tahfidz telah banyak dilakukan, namun sebagian besar masih berfokus pada peningkatan kemampuan hafalan, metode menghafal, dan evaluasi pembelajaran tahfidz. Penelitian oleh Hidayati menjelaskan bahwa guru tahfidz memiliki tantangan besar dalam menjaga konsistensi hafalan siswa melalui pendekatan motivasi dan evaluasi berkala.[2] Sementara itu, penelitian Ismail menekankan penggunaan metode *talqin* dan *tikrar* sebagai strategi mengatasi kesulitan menghafal Al-Qur'an. Namun demikian, kajian yang secara spesifik membahas fenomena *burnout* atau kejenuhan psikologis siswa dalam proses tahfidz masih relatif terbatas, khususnya pada konteks sekolah menengah pertama berbasis pendidikan formal.[3] Dengan demikian, penelitian ini memiliki posisi kebaruan karena memfokuskan kajian pada strategi guru tahfidz dalam menghadapi aspek psikologis kejenuhan menghafal siswa.

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan strategi guru tahfidz dalam mengatasi *hifzhul Qur'an burnout* pada siswa di SMP 4 Bondowoso, mengidentifikasi faktor penyebab kejenuhan menghafal, serta mengetahui bentuk pendekatan yang dilakukan guru dalam meningkatkan kembali motivasi siswa. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan memberikan kontribusi teoritis terhadap pengembangan kajian pendidikan Islam, khususnya dalam bidang pembelajaran tahfidz Al-Qur'an yang lebih humanis dan adaptif terhadap kondisi psikologis peserta didik. Strategi guru tahfidz dipandang tidak hanya sebagai proses transfer hafalan, tetapi juga sebagai bentuk pendampingan emosional dan spiritual yang mampu menciptakan suasana belajar yang nyaman dan menyenangkan bagi siswa.[4]

Argumentasi utama dalam penelitian ini didasarkan pada asumsi bahwa keberhasilan program tahfidz tidak semata ditentukan oleh kemampuan intelektual siswa, melainkan juga oleh pendekatan pedagogis dan psikologis guru tahfidz dalam mengelola kejenuhan belajar. Guru yang mampu membangun motivasi, variasi metode hafalan, komunikasi interpersonal yang baik, serta lingkungan belajar yang suportif akan lebih efektif dalam membantu siswa melewati fase kejenuhan menghafal. Oleh sebab itu, strategi guru tahfidz menjadi elemen penting dalam menjaga keberlangsungan hafalan siswa sekaligus membentuk pengalaman belajar Al-Qur'an yang positif. Penelitian ini diharapkan mampu menjadi referensi bagi

[2] Hidayanti Hidayanti, Junaidah Junaidah, and Oki Dermawan, "Manajemen Program Tahfidz Dalam Meningkatkan Motivasi Dan Hafalan Qur'an Siswa MAN 1 Lampung Tengah," *JIIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan* 8, no. 5 (2025): 4718–24, https://doi.org/10.54371/jiip.v8i5.7826.

[3] Taufiq Ismail, S Suhadi, and S Sulistyowati, "Strategi Guru Tahfidz Dalam Mengatasi Kesulitan Menghafal Al-Qur'an," *Mamba'ul 'Ulum* 18, no. 2 (2022): 159–67, https://doi.org/10.54090/mu.65.

[4] M. Utsman Arif Fathah and Dewi Rokhmah, "Strategi Menghafal Al-Qur'an Di Pondok Tahfidz Yaumi Sleman Yogyakarta," *HEUTAGOGIA: Journal of Islamic Education* 2, no. 1 (2022): 103–14, https://doi.org/10.14421/hjie.2022.21-07.

lembaga pendidikan Islam dalam merancang sistem pembelajaran tahfidz yang lebih efektif, manusiawi, dan berorientasi pada keberlanjutan hafalan siswa.[5]

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian berupaya memahami secara mendalam fenomena *hifzhul Qur'an burnout* yang dialami siswa serta strategi yang diterapkan guru tahfidz dalam mengatasinya pada konteks alami di lingkungan sekolah. Adapun jenis studi kasus digunakan karena penelitian difokuskan pada satu lembaga tertentu, yaitu SMP 4 Bondowoso, sehingga memungkinkan peneliti memperoleh data yang rinci, kontekstual, dan mendalam terkait praktik pembelajaran tahfidz di sekolah tersebut. Penelitian kualitatif menekankan pemahaman terhadap makna, pengalaman, dan interaksi sosial yang terjadi secara langsung di lapangan.[6] Dalam konteks ini, peneliti berupaya mendeskripsikan strategi guru tahfidz dalam mengatasi kejenuhan menghafal melalui proses observasi, wawancara, dan dokumentasi secara sistematis. Selain itu, penelitian studi kasus memungkinkan peneliti menggali realitas empiris mengenai faktor penyebab kejenuhan hafalan serta bentuk pendampingan guru terhadap siswa secara lebih komprehensif[7].

Sumber data dalam penelitian ini terdiri atas sumber data primer dan sumber data sekunder. Data primer diperoleh secara langsung dari informan utama, yaitu guru tahfidz dan siswa yang mengalami kejenuhan menghafal Al-Qur'an di SMP 4 Bondowoso. Pemilihan informan dilakukan menggunakan teknik *purposive sampling*, yakni memilih subjek penelitian berdasarkan pertimbangan tertentu yang relevan dengan fokus penelitian.[8] Guru tahfidz dipilih karena memiliki keterlibatan langsung dalam proses pembelajaran hafalan Al-Qur'an, sedangkan siswa dipilih berdasarkan pengalaman mereka terkait kejenuhan menghafal. Sementara itu, data sekunder diperoleh dari dokumen sekolah, jadwal kegiatan tahfidz, buku monitoring hafalan, arsip evaluasi pembelajaran, serta literatur ilmiah yang relevan dengan strategi pembelajaran tahfidz dan fenomena *burnout* dalam pendidikan. Penggunaan dua sumber data tersebut bertujuan untuk memperkuat validitas temuan penelitian melalui proses triangulasi data.[9]

Proses pengumpulan data dilakukan melalui teknik observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Observasi dilakukan untuk mengamati secara langsung aktivitas

---

[5] Ilma fahmi Aziza, Irfan Musaddat, and Mifta Arifa aini, "Strategi Guru Tahfidz Dalam Meningkatkan Hafalan Dan Menjaga Hafalan Santri Di Rumah Tahfidz Barokalloh Kalipare," *AL-WIJDÃN Journal of Islamic Education Studies* 6, no. 1 (2021), https://doi.org/10.58788/alwijdn.v6i1.1140.

[6] Dellia Annasthasya et al., "Metodologi Penelitian Kualitatif: Tinjauan Literatur Dalam Konteks Pendidikan," *Jurnal Ilmiah Multidisipin* 3, no. 7 (2025): 423–29, https://doi.org/10.60126/jim.v3i7.1070.

[7] Trista Hollweck, "Robert K. Yin. (2014). Case Study Research Design and Methods (5th Ed.).," *Canadian Journal of Program Evaluation* 30, no. 1 (March 2015): 108–10, https://doi.org/10.3138/cjpe.30.1.108.

[8] Nidia Suriani, Risnita, and M. Syahran Jailani, "Konsep Populasi Dan Sampling Serta Pemilihan Partisipan Ditinjau Dari Penelitian Ilmiah Pendidikan," *Jurnal IHSAN : Jurnal Pendidikan Islam* 1, no. 2 (2023): 24–36, https://doi.org/10.61104/ihsan.v1i2.55.

[9] Muhammad Ishtiaq, "Book Review Creswell, J. W. (2014). Research Design: Qualitative, Quantitative and Mixed Methods Approaches (4th Ed.). Thousand Oaks, CA: Sage," *English Language Teaching* 12, no. 5 (April 6, 2019): 40, https://doi.org/10.5539/elt.v12n5p40.

pembelajaran tahfidz, interaksi guru dengan siswa, serta kondisi siswa ketika mengalami kejenuhan menghafal. Teknik wawancara mendalam digunakan agar peneliti memperoleh informasi yang lebih luas mengenai strategi guru tahfidz, faktor penyebab kejenuhan hafalan, serta bentuk motivasi yang diberikan kepada siswa. Wawancara dilakukan secara semi terstruktur sehingga memungkinkan adanya pengembangan pertanyaan sesuai kondisi lapangan. Menurut Kvale wawancara dalam penelitian kualitatif bertujuan menggali pengalaman dan perspektif subjek secara mendalam melalui komunikasi interpersonal yang terarah.[10] Selain itu, dokumentasi digunakan sebagai data pendukung berupa foto kegiatan, catatan hafalan siswa, jadwal muroja'ah, dan dokumen program tahfidz sekolah. Ketiga teknik tersebut digunakan secara bersamaan untuk memperoleh data yang lebih objektif, mendalam, dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan model analisis interaktif Miles, Huberman, dan Saldaña yang meliputi tahap kondensasi data, penyajian data, dan penarikan Kesimpulan.[11] Pada tahap kondensasi data, peneliti melakukan proses seleksi, pemfokusan, dan penyederhanaan data hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi sesuai dengan fokus penelitian. Selanjutnya, data disajikan dalam bentuk narasi deskriptif agar memudahkan peneliti dalam memahami pola strategi guru tahfidz dalam mengatasi *hifzhul Qur'an burnout*. Tahap terakhir adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi data yang dilakukan secara terus-menerus selama penelitian berlangsung sehingga menghasilkan temuan yang valid dan konsisten. Untuk menjaga keabsahan data, penelitian ini menggunakan teknik triangulasi sumber dan triangulasi teknik dengan membandingkan hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi dari berbagai informan penelitian.[12]

HASIL

Hasil penelitian menunjukkan bahwa fenomena *hifzhul Qur'an burnout* pada siswa di SMP 4 Bondowoso ditandai dengan menurunnya motivasi menghafal, kesulitan menjaga konsistensi muroja'ah, munculnya rasa bosan saat setor hafalan, serta rendahnya fokus belajar ketika proses pembelajaran tahfidz berlangsung. Berdasarkan hasil wawancara dengan guru tahfidz, kejenuhan menghafal umumnya dialami siswa yang memiliki target hafalan tinggi namun kurang mendapatkan pengelolaan waktu belajar yang baik. Selain itu, tekanan akademik dari mata pelajaran umum dan aktivitas sekolah lainnya turut memengaruhi kondisi psikologis siswa sehingga menyebabkan kelelahan mental dalam menghafal Al-Qur'an. Temuan ini sejalan dengan pendapat Yanti yang menjelaskan bahwa *burnout* muncul akibat tekanan aktivitas yang berlangsung secara terus-menerus dan menyebabkan kelelahan emosional serta penurunan motivasi belajar.[13] Dalam konteks

[10] Steinar Kvale, *Doing Interviews*, *Doing Interviews* (1 Oliver's Yard, 55 City Road, London England EC1Y 1SP United Kingdom: SAGE Publications, Ltd, 2011), https://doi.org/10.4135/9781849208963.

[11] Alfi Haris Wanto, "Analisis Data Interaktif," *JPSI (Journal of Public Sector Innovations)* 2, no. 1 (2018): 39.

[12] Yvonna S. Lincoln, Egon G. Guba, and Joseph J. Pilotta, "Naturalistic Inquiry," *International Journal of Intercultural Relations* 9, no. 4 (1985): 438–39, https://doi.org/10.1016/0147-1767(85)90062-8.

[13] Iain Fattahul et al., "Dinamika Perfeksionisme Dan Burnout Akademik Pada Mahasiswa" 6 (2026): 1186–1200.

pembelajaran tahfidz, kejenuhan hafalan juga dipengaruhi oleh metode pembelajaran yang monoton dan kurang variative.[14]

Penelitian ini juga menemukan bahwa guru tahfidz di SMP 4 Bondowoso menerapkan beberapa strategi untuk mengatasi kejenuhan menghafal siswa. Strategi tersebut meliputi pemberian motivasi spiritual, penggunaan metode hafalan yang variatif, pendekatan interpersonal, serta pemberian waktu relaksasi di sela kegiatan tahfidz. Guru tidak hanya berfokus pada pencapaian target hafalan, tetapi juga memperhatikan kondisi emosional siswa melalui komunikasi yang lebih terbuka dan persuasive.[15] Variasi metode yang digunakan antara lain metode *talqin*, muroja'ah berpasangan, hafalan kelompok, serta penyisipan permainan edukatif Islami agar suasana belajar lebih menyenangkan. Guru tahfidz juga memberikan penghargaan sederhana kepada siswa yang mampu menjaga konsistensi hafalan sebagai bentuk penguatan motivasi intrinsik. Strategi tersebut dinilai efektif karena mampu mengurangi tekanan psikologis siswa dan meningkatkan kembali semangat mereka dalam menghafal Al-Qur'an. Temuan ini memperkuat penelitian Muhammad Ustman & Dewi Rokhmah yang menyatakan bahwa pendekatan humanis dan variasi metode hafalan dapat meningkatkan kenyamanan belajar tahfidz pada peserta didik.[16]

Selain itu, hasil observasi menunjukkan bahwa hubungan interpersonal antara guru tahfidz dan siswa menjadi faktor penting dalam mengatasi *hifzhul Qur'an burnout*. Siswa cenderung lebih terbuka menyampaikan kesulitan hafalan ketika guru menunjukkan sikap empati, sabar, dan tidak terlalu menekan capaian hafalan secara berlebihan.[17] Guru tahfidz di SMP 4 Bondowoso juga menerapkan pendekatan konseling sederhana melalui dialog personal kepada siswa yang mengalami penurunan motivasi menghafal. Pendekatan tersebut membantu siswa merasa lebih dihargai dan didukung secara emosional sehingga mampu mengurangi kejenuhan belajar. Menurut teori pembelajaran humanistik, suasana belajar yang memberikan rasa aman dan dukungan emosional akan membantu peserta didik berkembang secara optimal[18]. Oleh karena itu, keberhasilan pembelajaran tahfidz tidak hanya ditentukan oleh kemampuan kognitif siswa, tetapi juga dipengaruhi oleh kualitas interaksi sosial antara guru dan peserta didik selama proses pembelajaran berlangsung.

PEMBAHASAN

[14] Ismail, Suhadi, and Sulistyowati, "Strategi Guru Tahfidz Dalam Mengatasi Kesulitan Menghafal Al-Qur'an."

[15] Menumbuhkan Minat et al., "PERAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL GURU DALAM Pendahuluan Ini . Seiring Dengan Kemajuan Zaman , Lembaga Pendidikan Islam Bertransformasi Dari Bentuk" VI, no. Ii (2025): 210–22.

[16] M. Utsman Arif Fathah and Dewi Rokhmah, "Strategi Menghafal Al-Qur'an Di Pondok Tahfidz Yaumi Sleman Yogyakarta."

[17] M. Royan and Saparudin Saparudin, "Peran Komunikasi Interpersonal Guru Dalam Menumbuhkan Minat Menghafal Al-Qur'an Siswa Kelas III SDIT Jannatul Ma'wa Desa Terantang Kampar Riau," *Bashirah: Jurnal Komunikasi Dan Penyiaran Islam* 6, no. 2 (December 29, 2025): 210–22, https://doi.org/10.51590/bashirah.v6i2.1149.

[18] M. Husnaini, Eni Sarmiati, and Shubhi Mahmashony Harimurti, "Pembelajaran Sosial Emosional: Tinjauan Filsafat Humanisme Terhadap Kebahagiaan Dalam Pembelajaran," *Journal of Education Research* 5, no. 2 (2024): 1026–36, https://doi.org/10.37985/jer.v5i2.887.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa strategi guru tahfidz di SMP 4 Bondowoso memiliki peran penting dalam mengatasi *hifzhul Qur'an burnout* atau kejenuhan menghafal pada siswa. Strategi tersebut terbukti mampu membantu siswa mengurangi rasa bosan, meningkatkan kembali motivasi menghafal, serta menjaga kestabilan emosional siswa selama mengikuti program tahfidz.[19] Temuan ini menunjukkan bahwa keberhasilan pembelajaran tahfidz tidak hanya ditentukan oleh target hafalan, tetapi juga dipengaruhi oleh kemampuan guru dalam memahami kondisi psikologis peserta didik.[20]

Selain itu, penelitian ini menemukan bahwa faktor penyebab *hifzhul Qur'an burnout* berasal dari tekanan target hafalan, rutinitas muroja'ah yang monoton, padatnya aktivitas akademik, dan kurangnya pengelolaan waktu belajar siswa. Kondisi tersebut menyebabkan siswa mengalami kelelahan emosional dan penurunan motivasi belajar. Oleh karena itu, guru tahfidz berupaya menciptakan suasana pembelajaran yang lebih fleksibel dan menyenangkan agar siswa tidak merasa terbebani selama proses menghafal Al-Qur'an berlangsung.[21] Temuan ini sejalan dengan teori *burnout* bahwa kejenuhan belajar muncul akibat tekanan aktivitas yang berlangsung secara terus-menerus dan menyebabkan *emotional exhaustion*.

Penelitian ini juga mendukung hasil penelitian Ismail yang menyatakan bahwa variasi metode pembelajaran tahfidz seperti *talqin* dan *tikrar* mampu membantu siswa mengatasi kesulitan dalam menghafal Al-Qur'an.[22] Pada penelitian ini, guru tahfidz di SMP 4 Bondowoso menggunakan metode hafalan yang lebih variatif, seperti muroja'ah kelompok, hafalan berpasangan, serta permainan edukatif Islami untuk menciptakan suasana belajar yang lebih interaktif. Pendekatan tersebut terbukti efektif dalam mengurangi kejenuhan belajar siswa sekaligus meningkatkan keterlibatan mereka dalam proses pembelajaran tahfidz. Hasil penelitian ini juga diperkuat oleh penelitian Rahmatul Aziz & Hakim yang menjelaskan bahwa pembelajaran yang kreatif dan interaktif dapat membantu meminimalisasi *student burnout* di lingkungan pendidikan Islam.[23]

Selain penggunaan metode yang variatif, hubungan interpersonal antara guru dan siswa juga menjadi faktor penting dalam mengatasi *hifzhul Qur'an burnout.*[24] Guru tahfidz

[19] Farrel Evelin et al., "Strategi Meningkatkan Motivasi Murid Dalam Pembelajaran Tahfidz Di MI-Al Mukhlashin," *Jurnal Pendidikan Dasar Islam* 2, no. 4 (December 13, 2024): 345–51, https://doi.org/10.58540/jurpendis.v2i4.690.

[20] Fattahul et al., "Dinamika Perfeksionisme Dan Burnout Akademik Pada Mahasiswa."

[21] Milahtul Latifah, Rahmawati Alwi, and Robiatul Adawiyah, "Pendampingan Implementasi Fun Learning Dalam Tahfidz Al-Qur'an Di Pondok Pesantren Wadil Qur'an," *Rayah Al-Islam* 9, no. 3 (July 28, 2025): 464–81, https://doi.org/10.37274/rais.v9i3.88.

[22] Taufiq Ismail, S Suhadi, and S Sulistyowati, "STRATEGI GURU TAHFIDZ DALAM MENGATASI KESULITAN MENGHAFAL AL-QUR'AN," *Mamba'ul 'Ulum*, October 5, 2022, 159–67, https://doi.org/10.54090/mu.65.

[23] Rahmatul Aziz Al Mursyidin and Ahmad Muzakki Hakim, "Striking Pedagogical Equilibrium: Tailoring Teaching Approaches To Mitigate Student Burnout in Islamic Boarding School Management," *Managere: Indonesian Journal of Educational Management* 5, no. 1 (2023): 90–100, https://doi.org/10.52627/managere.v5i1.336.

[24] Laura Paramita and Nur Kholik Afandi, "Strategi Guru PAI Dalam Mengatasi Burnout Di SDN 011 Sangatta Utara," *Jurnal Al Muta'aliyah: Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah* 4, no. 2 (2024): 1–13, https://doi.org/10.51700/mutaaliyah.v4i2.768.

yang menunjukkan sikap empati, sabar, dan komunikatif mampu membantu siswa lebih terbuka dalam menyampaikan kesulitan hafalan yang mereka alami. Hal tersebut relevan dengan teori pembelajaran humanistik Carl Rogers yang menekankan pentingnya hubungan emosional dalam proses belajar.[25] Dukungan sosial dan pendekatan emosional dari guru membuat siswa merasa lebih nyaman dan dihargai selama proses pembelajaran berlangsung. Penelitian Sukmawati & Husna juga menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan positif terhadap *psychological well-being* santri tahfidz sehingga mampu membantu siswa menghadapi tekanan hafalan secara lebih stabil.[26]

Fenomena *hifzhul Qur'an burnout* pada siswa SMP 4 Bondowoso dapat terjadi karena proses menghafal Al-Qur'an membutuhkan konsentrasi tinggi, pengulangan yang konsisten, dan kemampuan menjaga hafalan dalam jangka panjang. Apabila proses tersebut dilakukan secara monoton tanpa variasi metode dan tanpa dukungan psikologis yang memadai, siswa cenderung mengalami kelelahan mental.[27] Kondisi ini diperkuat oleh padatnya aktivitas akademik siswa di sekolah formal yang menyebabkan kelelahan fisik dan emosional. Oleh sebab itu, kejenuhan menghafal Al-Qur'an tidak dapat dipandang sebagai bentuk kemalasan siswa semata, melainkan sebagai respons psikologis terhadap tekanan belajar yang berlangsung terus-menerus.[28]

Di sisi lain, keberhasilan strategi guru tahfidz dalam mengatasi kejenuhan menunjukkan bahwa pendekatan emosional dan motivasional memiliki pengaruh besar terhadap semangat belajar siswa.[29] Guru yang memberikan perhatian personal, penghargaan sederhana, dan komunikasi yang terbuka mampu menciptakan rasa nyaman sehingga siswa lebih termotivasi untuk mempertahankan hafalan mereka. Dalam teori *self-determination*, dukungan sosial dan penghargaan dapat meningkatkan motivasi intrinsik peserta didik dalam mencapai tujuan belajar tertentu.[30] Selain itu, kemampuan regulasi diri siswa juga menjadi faktor penting dalam mengurangi tingkat kejenuhan belajar. Penelitian Zainab dan Yoza

[25] Minat et al., "PERAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL GURU DALAM Pendahuluan Ini . Seiring Dengan Kemajuan Zaman , Lembaga Pendidikan Islam Bertransformasi Dari Bentuk."

[26] Shinta Sukmawati and Sabiqotul Husna, "The Impact of Religiosity and Social Support on Psychological Well-Being among Tahfidz Students," *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi* 8, no. 2 (2023): 213–31, https://doi.org/10.33367/psi.v8i2.3907.

[27] M. Zuhriansah, "Strategi Psikologis Dalam Mengatasi Kejenuhan Belajar Pada Siswa Tunarungu Di SKH As-Salam 01 Tangerang Selatan," *Jurnal QOSIM : Jurnal Pendidikan Sosial & Humaniora* 3, no. 3 (August 2, 2025): 1064–72, https://doi.org/10.61104/jq.v3i3.1835.

[28] Darmuji, Fitriana, and Sativi, "The Overview of the Condition of Student Learning Burnout Behavior in Senior High School Level."

[29] Ronika Witrianingsih, "Integrasi Strategi Pedagogis Dan Afektif Dalam Pembelajaran Tahfidz Untuk Meningkatkan Kualitas Hafalan Al- Qur ' an Siswa Bukan Hanya Pada Aspek Penambahan Hafalan Baru , Tetapi Jauh Lebih Kompleks Pada Pengulangan Atau Tikrar . Metode Ini Menekankan Pengulangan Ayat Secara Berulang-Ulang" 4 (2026).

[30] Edward L. Deci and Richard M. Ryan, "The 'What' and 'Why' of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior," *Psychological Inquiry* 11, no. 4 (2000): 227–68, https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01.

menunjukkan bahwa *self-regulation* memiliki pengaruh terhadap tingkat stres akademik pada siswa tahfidz.[31]

Penelitian ini memberikan implikasi bahwa guru tahfidz perlu mengembangkan pendekatan pembelajaran yang lebih humanis, variatif, dan memperhatikan kondisi psikologis siswa agar proses menghafal Al-Qur'an berjalan lebih efektif. Temuan penelitian ini juga dapat menjadi bahan evaluasi bagi lembaga pendidikan Islam dalam merancang program tahfidz yang tidak hanya berorientasi pada capaian hafalan, tetapi juga pada kesehatan mental dan kenyamanan belajar peserta didik. Namun demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan karena hanya dilakukan pada satu lembaga pendidikan, yaitu SMP 4 Bondowoso, sehingga hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan secara luas. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya diharapkan dapat dilakukan dengan cakupan yang lebih luas dan menggunakan metode campuran (*mixed methods*) agar memperoleh hasil penelitian yang lebih komprehensif.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa fenomena *hifzhul Qur'an burnout* pada siswa di SMP 4 Bondowoso ditandai dengan menurunnya motivasi menghafal, munculnya rasa bosan saat muroja'ah, kesulitan menjaga konsistensi hafalan, serta kelelahan emosional akibat tekanan target hafalan dan padatnya aktivitas akademik. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kejenuhan menghafal Al-Qur'an tidak hanya dipengaruhi oleh kemampuan siswa, tetapi juga oleh kondisi psikologis dan pola pembelajaran tahfidz yang diterapkan di sekolah. Dalam penelitian ini ditemukan bahwa strategi guru tahfidz memiliki peran penting dalam mengatasi kejenuhan menghafal melalui pemberian motivasi spiritual, penggunaan metode hafalan yang variatif, pendekatan interpersonal yang persuasif, serta pemberian suasana belajar yang lebih fleksibel dan menyenangkan. Strategi tersebut terbukti mampu membantu siswa meningkatkan kembali motivasi belajar, menjaga kestabilan emosional, dan mempertahankan konsistensi hafalan Al-Qur'an.

Selain itu, penelitian ini menunjukkan bahwa keberhasilan program tahfidz tidak hanya ditentukan oleh target hafalan, tetapi juga dipengaruhi oleh kemampuan guru dalam memahami kondisi psikologis peserta didik. Guru tahfidz tidak hanya berperan sebagai pengajar hafalan, tetapi juga sebagai pendamping emosional yang mampu menciptakan hubungan interpersonal yang positif dengan siswa. Oleh karena itu, lembaga pendidikan Islam perlu mengembangkan sistem pembelajaran tahfidz yang lebih humanis, adaptif, dan memperhatikan kesehatan mental siswa agar proses menghafal Al-Qur'an dapat berlangsung secara efektif dan berkelanjutan. Meskipun demikian, penelitian ini masih memiliki keterbatasan karena hanya dilakukan pada satu lembaga pendidikan, sehingga penelitian selanjutnya diharapkan dapat dilakukan dengan cakupan yang lebih luas agar menghasilkan

[31] Syarifah Zainab and Khairan Nabila Yoza, "The Effect of Self-Regulation on Academic Stress Among Tahfidz Students at MA Ulumul Qur'an Pagar Air," *ALACRITY : Journal of Education*, October 8, 2024, 190–202, https://doi.org/10.52121/alacrity.v4i3.435.

temuan yang lebih komprehensif mengenai strategi mengatasi *hifzhul Qur'an burnout* pada peserta didik.

KONTRIBUSI PENELITIAN

Penelitian ini memberikan kontribusi teoretis dan praktis dalam pengembangan kajian pendidikan Islam, khususnya pada bidang pembelajaran tahfidz Al-Qur'an. Secara teoretis, penelitian ini memperkaya kajian mengenai *hifzhul Qur'an burnout* dengan menyoroti aspek psikologis siswa dalam proses menghafal Al-Qur'an yang selama ini masih relatif jarang dikaji. Penelitian ini menunjukkan bahwa keberhasilan program tahfidz tidak hanya dipengaruhi oleh metode menghafal dan kemampuan kognitif siswa, tetapi juga oleh strategi guru dalam mengelola kejenuhan, motivasi, dan kondisi emosional peserta didik.

Secara praktis, penelitian ini memberikan gambaran mengenai strategi yang dapat diterapkan guru tahfidz dalam mengatasi kejenuhan menghafal, seperti pemberian motivasi spiritual, penggunaan metode hafalan yang variatif, pendekatan interpersonal yang persuasif, serta pendampingan emosional kepada siswa. Temuan penelitian ini dapat menjadi bahan evaluasi dan rujukan bagi sekolah, madrasah, maupun lembaga tahfidz dalam merancang program pembelajaran yang lebih humanis, adaptif, dan berorientasi pada kesehatan mental siswa. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan kajian mengenai *hifzhul Qur'an burnout* dengan cakupan yang lebih luas dan pendekatan penelitian yang lebih beragam.

REKOMENDASI PENELITIAN LANJUTAN

Berdasarkan hasil penelitian, penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji fenomena *hifzhul Qur'an burnout* pada jenjang pendidikan yang berbeda, seperti sekolah dasar, madrasah aliyah, pesantren, maupun perguruan tinggi berbasis tahfidz. Hal ini penting dilakukan untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai karakteristik kejenuhan menghafal Al-Qur'an pada berbagai kelompok usia dan lingkungan pendidikan yang berbeda.

Selain itu, penelitian selanjutnya dapat menggunakan pendekatan *mixed methods* atau kuantitatif untuk mengukur tingkat *hifzhul Qur'an burnout* secara lebih objektif dan menganalisis hubungan antara variabel-variabel tertentu, seperti motivasi belajar, dukungan sosial, regulasi diri, dan prestasi hafalan Al-Qur'an. Penelitian juga dapat difokuskan pada efektivitas strategi tertentu, seperti konseling Islami, pembelajaran berbasis permainan (*game-based learning*), atau program penguatan motivasi spiritual dalam mengurangi kejenuhan menghafal.

Penelitian lanjutan juga disarankan untuk melibatkan lebih banyak lembaga pendidikan tahfidz dari berbagai daerah sehingga diperoleh data yang lebih beragam dan dapat meningkatkan generalisasi temuan. Dengan demikian, hasil penelitian di masa mendatang diharapkan mampu menghasilkan model pembelajaran tahfidz yang lebih efektif, inovatif, dan responsif terhadap kebutuhan psikologis peserta didik dalam menjaga keberlangsungan hafalan Al-Qur'an.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan puji syukur ke hadirat Allah Swt. atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik. Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan, bantuan, dan kontribusi selama proses penelitian berlangsung.

Ucapan terima kasih secara khusus disampaikan kepada Kepala SMP 4 Bondowoso, guru tahfidz, serta seluruh siswa yang telah bersedia menjadi informan dan memberikan data yang diperlukan dalam penelitian ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing, rekan-rekan, serta semua pihak yang telah memberikan masukan, arahan, dan motivasi sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik.

Semoga segala bantuan dan dukungan yang telah diberikan mendapatkan balasan yang terbaik dari Allah Swt. Penulis berharap hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan pendidikan Islam, khususnya dalam upaya meningkatkan kualitas pembelajaran tahfidz Al-Qur'an dan mengatasi fenomena *hifzhul Qur'an burnout* pada peserta didik.

REFERENSI

Annasthasya, D., Alfindoria, I., Rahayu, S., & Khair, O. I. (2025). Metodologi Penelitian Kualitatif: Tinjauan Literatur Dalam Konteks Pendidikan. *Jurnal Ilmiah Multidisipin*, *3*(7), 423–429. https://doi.org/10.60126/jim.v3i7.1070

Aziza, I. fahmi, Musaddat, I., & Arifa aini, M. (2021). Strategi Guru Tahfidz Dalam Meningkatkan Hafalan dan Menjaga Hafalan Santri di Rumah Tahfidz Barokalloh Kalipare. *AL-WIJDÃN Journal of Islamic Education Studies*, *6*(1). https://doi.org/10.58788/alwijdn.v6i1.1140

Darmuji, N. W. S., Fitriana, S., & Sativi, A. B. (2024a). The Overview of the Condition of Student Learning Burnout Behavior in Senior High School Level. *Quanta : Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling Dalam Pendidikan*, *8*(2), 96–101. https://doi.org/10.22460/quanta.v8i2.4673

Darmuji, N. W. S., Fitriana, S., & Sativi, A. B. (2024b). The Overview of the Condition of Student Learning Burnout Behavior in Senior High School Level. *Quanta : Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling Dalam Pendidikan*, *8*(2), 96–101. https://doi.org/10.22460/quanta.v8i2.4673

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "What" and "Why" of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, *11*(4), 227–268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01

Dwi, N., Prakoso, E., Verlita Evelin, F., Ramadhani, D., Utami, A. W., Arum, S. S., & Wulandari, A. (2024). *STRATEGI MENINGKATKAN MOTIVASI MURID DALAM PEMBELAJARAN TAHFIDZ DI MI-AL MUKHLASHIN* (Vol. 2, Number 4).

Hidayanti, H., Junaidah, J., & Dermawan, O. (2025). Manajemen Program Tahfidz dalam Meningkatkan Motivasi dan Hafalan Qur'an Siswa MAN 1 Lampung Tengah. *JIIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, *8*(5), 4718–4724. https://doi.org/10.54371/jiip.v8i5.7826

Hollweck, T. (2015). Robert K. Yin. (2014). *Case Study Research Design and Methods (5th ed.). Canadian Journal of Program Evaluation*, *30*(1), 108–110. https://doi.org/10.3138/cjpe.30.1.108

Husnaini, M., Sarmiati, E., & Harimurti, S. M. (2024). Pembelajaran Sosial Emosional: Tinjauan Filsafat Humanisme terhadap Kebahagiaan dalam Pembelajaran. *Journal of Education Research*, *5*(2), 1026–1036. https://doi.org/10.37985/jer.v5i2.887

Ishtiaq, M. (2019). Book Review Creswell, J. W. (2014). Research Design: Qualitative, Quantitative and Mixed Methods Approaches (4th ed.). Thousand Oaks, CA: Sage. *English Language Teaching*, *12*(5), 40. https://doi.org/10.5539/elt.v12n5p40

Ismail, T., Suhadi, S., & Sulistyowati, S. (2022). STRATEGI GURU TAHFIDZ DALAM MENGATASI KESULITAN MENGHAFAL AL-QUR'AN. *Mamba'ul 'Ulum*, 159–167. https://doi.org/10.54090/mu.65

Komunikasi, J., Penyiaran, D., Hasya Ilyana, N., Uin, A. N., & Yunus Batusangkar, M. (2024). *STRATEGI KOMUNIKASI PERSUASIF GURU TAHFIDZ DALAM MENINGKATKAN MINAT MENGHAFAL AL-QUR'AN SISWA KELAS 3 DI MAN 3 TANAH DATAR*. *3*(2), 97–106. https://doi.org/10.31958/kinema

Kvale, S. (2007). *Doing Interviews*. SAGE Publications, Ltd. https://doi.org/10.4135/9781849208963

Latifah, M., Rahmawati Alwi, & Robiatul Adawiyah. (2025). Pendampingan Implementasi Fun Learning Dalam Tahfidz Al-Qur'an Di Pondok Pesantren Wadil Qur'an. *Rayah Al-Islam*, *9*(3), 464–481. https://doi.org/10.37274/rais.v9i3.88

Lincoln, Y. S., Guba, E. G., & Pilotta, J. J. (1985). Naturalistic inquiry. *International Journal of Intercultural Relations*, *9*(4), 438–439. https://doi.org/10.1016/0147-1767(85)90062-8

M. Utsman Arif Fathah, & Dewi Rokhmah. (2022). Strategi Menghafal Al-Qur'an di Pondok Tahfidz Yaumi Sleman Yogyakarta. *HEUTAGOGIA: Journal of Islamic Education*, *2*(1), 103–114. https://doi.org/10.14421/hjie.2022.21-07

M. Zuhriansah. (2025). Strategi Psikologis Dalam Mengatasi Kejenuhan Belajar Pada Siswa Tunarungu di SKH As-Salam 01 Tangerang Selatan. *Jurnal QOSIM : Jurnal Pendidikan Sosial & Humaniora*, *3*(3), 1064–1072. https://doi.org/10.61104/jq.v3i3.1835

Paramita, L., & Afandi, N. K. (2024). Strategi Guru PAI dalam Mengatasi Burnout di SDN 011 Sangatta Utara. *Jurnal al Muta'aliyah: Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, *4*(2), 1–13. https://doi.org/10.51700/mutaaliyah.v4i2.768

Rahmah, A. D., & Suwandi, S. (2023). Pengaruh Strategi Pembelajaran dan Motivasi Belajar terhadap Prestasi Belajar Siswa pada Program Tahfidz Quran. *Edudeena : Journal of Islamic Religious Education*, *7*(2), 198–210. https://doi.org/10.30762/ed.v7i2.1641

Rahmatul Aziz Al Mursyidin, & Hakim, A. M. (2023). STRIKING PEDAGOGICAL EQUILIBRIUM: TAILORING TEACHING APPROACHES TO MITIGATE STUDENT BURNOUT IN ISLAMIC BOARDING SCHOOL MANAGEMENT. *Managere: Indonesian Journal of Educational Management*, *5*(1), 90–100. https://doi.org/10.52627/managere.v5i1.336

Ronika Witrianingsih. (2026). Integrasi Strategi Pedagogis dan Afektif dalam Pembelajaran Tahfidz untuk Meningkatkan Kualitas Hafalan Al-Qur'an Siswa. *Jurnal Budi Pekerti Agama Islam*, *4*(1), 98–109. https://doi.org/10.61132/jbpai.v4i1.1874

Royan, M., & Saparudin, S. (2025). Peran Komunikasi Interpersonal Guru dalam Menumbuhkan Minat Menghafal Al-Qur'an Siswa Kelas III SDIT Jannatul Ma'wa Desa Terantang Kampar Riau. *Bashirah: Jurnal Komunikasi Dan Penyiaran Islam*, *6*(2), 210–222. https://doi.org/10.51590/bashirah.v6i2.1149

Sukmawati, S., & Husna, S. (2023). The Impact of Religiosity and Social Support on Psychological Well-Being among Tahfidz Students. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, *8*(2), 213–231. https://doi.org/10.33367/psi.v8i2.3907

Suryani, N., Jailani, Ms., Suriani, N., Raden Mattaher Jambi, R., & Sulthan Thaha Saifuddin Jambi, U. (n.d.). *Konsep Populasi dan Sampling Serta Pemilihan Partisipan Ditinjau Dari Penelitian Ilmiah Pendidikan*. Retrieved http://ejournal.yayasanpendidikandzurriyatulquran.id/index.php/ihsan

Wanto, A. H. (2018). STRATEGI PEMERINTAH KOTA MALANG DALAM MENINGKATKAN KUALITAS PELAYANAN PUBLIK BERBASIS KONSEP SMART CITY. *JPSI (Journal of Public Sector Innovations)*, *2*(1), 39. https://doi.org/10.26740/jpsi.v2n1.p39-43

Yanti, H. R., Hasanah, A. U., Yusuf, M., Zulihi, Z., Hermansyah, H., & Watora, I. (2026). Dinamika Perfeksionisme dan Burnout Akademik pada Mahasiswa IAIN Fattahul Muluk Papua. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Indonesia (JPPI)*, *6*(2), 1186–1200. https://doi.org/10.53299/jppi.v6i2.3924

Zainab, S., & Yoza, K. N. (2024). The Effect of Self-Regulation on Academic Stress Among Tahfidz Students at MA Ulumul Qur'an Pagar Air. *ALACRITY : Journal of Education*, 190–202. https://doi.org/10.52121/alacrity.v4i3.435

Zamzami, A. N., & Putri, D. T. (2024). Relevansi Teori Belajar Humanistik Carl Rogers dalam Pendidikan Karakter Perspektif Islam. *Thawalib: Jurnal Kependidikan Islam*, *5*(2), 311–332. https://doi.org/10.54150/thawalib.v5i2.361