

**IMPLEMENTASI PEMUTARAN MUROTAL AL-QUR'AN JUZ 30  
SEBAGAI PENGANTAR TIDUR DALAM MENINGKATKAN KUALITAS  
HAFALAN SANTRI DI PONDOK PESANTREN DARUL HUDA MAYAK**

**SKRISI**



**Roviquil Ikhwan Ali  
(301200058)**

**Pembimbing:**

**UMI KALSUM M.S.I  
NIP. 198007052023212022**

**JURUSAN ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR  
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) PONOROGO**

**2024**

**IMPLEMENTASI PEMUTARAN MUROTAL AL-QUR'AN JUZ 30  
SEBAGAI PENGANTAR TIDUR DALAM MENINGKATKAN KUALITAS  
HAFALAN SANTRI DI PONDOK PESANTREN DARUL HUDA MAYAK  
SKRIPSI**

**Diajukan untuk melengkapi sebagian syarat-syarat guna memperoleh gelar  
sarjana program strata satu (S-1) pada Fakultas Ushuluddin, Adab, dan  
Dakwah Institut Agama Islam Negeri Ponorogo**



Oleh:

**Roviquil Ikhwan Ali**

**NIM. 301200058**

Pembimbing:

**UMI KALSUM M.S.I**

**NIP. 198007052023212022**

**JURUSAN ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR  
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) PONOROGO**

**2024**

## ABSTRAK

**Roviquil Ikhwan Ali 2024.** Implementasi Pemutaran Murottal al-Qur'an Juz 30 Sebagai Pengantar Tidur Dalam Meningkatkan Kualitas Hafalan Santri Di Pondok Pesantren Darul Huda Mayak. Jurusan Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir. Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah. Pembimbing Muhamad Nurdin, M.Ag

**Kata Kunci : murottal Al-Qur'an Juz 30, pengantar tidur, kualitas hafalan**

Al-Qur'an merupakan kitab suci umat Islam yang diturunkan kepada Nabi Muhammad SAW, anjuran dalam Islam adalah membaca al-Qur'an dengan tartil, yaitu bacaan yang tenang dan sesuai dengan kaidah tajwid. Di Pondok Pesantren Darul Huda, terdapat kebiasaan mendengarkan murottal al-Qur'an, yaitu bacaan al-Qur'an yang dilantunkan dengan nada indah dan teratur, sebagai pengantar tidur bagi santri. Kebiasaan ini diharapkan dapat meningkatkan kualitas hafalan santri, terutama untuk surat-surat dalam Juz 30 yang menjadi bagian dari kurikulum hafalan. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa mendengarkan murottal al-Qur'an dapat memberikan efek relaksasi dan meningkatkan kualitas tidur, yang berpengaruh proses hafalan. Berdasarkan fenomena tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis Implementasi Pemutaran murottal al-Qur'an sebagai pengantar tidur dalam mendukung hafalan santri di Pondok Pesantren Darul Huda serta faktor pendukung dan penghambat yang memengaruhi efektivitasnya.

Penelitian ini berfokus pada Implementasi Pemutaran murottal al-Qur'an Juz 30 sebagai pengantar tidur dalam meningkatkan kualitas hafalan santri di Pondok Pesantren Darul Huda. tujuan penelitian ini adalah untuk memahami peran murottal sebagai pengantar tidur dalam membantu peningkatan hafalan serta mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi efektivitas metode ini. penelitian ini bertujuan mengeksplorasi implementasi Pemutaran murottal al-Qur'an dalam lingkungan spesifik Pondok Pesantren Darul Huda untuk memahami dampaknya terhadap kualitas hafalan santri.

Penelitian ini menyimpulkan bahwa Implementasi Pemutaran murottal al-Qur'an Juz 30 sebagai pengantar tidur di Pondok Pesantren Darul Huda memberikan dampak positif terhadap kualitas hafalan santri. Kebiasaan mendengarkan murottal setiap malam tidak hanya membantu santri menghafal surat-surat dalam Juz 30, tetapi juga memberikan efek ketenangan yang berpengaruh pada kualitas tidur mereka. pada fase tidur ringan murottal dapat memperkuat ingatan hafalan mereka. Adanya faktor pendukung seperti ketersediaan fasilitas pesantren serta pengaruh metode ini pada santri tingkat Tsanawiyah menambah keberhasilan implementasi Pemutaran murottal, meskipun terdapat kendala pada konsistensi penerapan di seluruh asrama. Kesimpulannya, metode murottal sebagai pengantar tidur terbukti efektif dalam meningkatkan kualitas hafalan santri dan dapat menjadi pendekatan pembelajaran yang bermanfaat di lingkungan pesantren, terutama dalam mendukung capaian kurikulum hafalan di Pondok Pesantren Darul Huda.



**PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : ROVIQUL IKHWAN ALI

NIM : 301200058

Jurusan : Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul Penerapan Murotal Al-Qur'an Juz 30 Sebagai Pengantar Tidur Dalam Meningkatkan Kualitas Hafalan Santri Di Pondok Pesantren Darul Huda Mayak adalah hasil dari karya saya sendiri kecuali bagian yang dirujuk sumbernya.

Ponorogo, 13 September 2024

Pembuat pernyataan

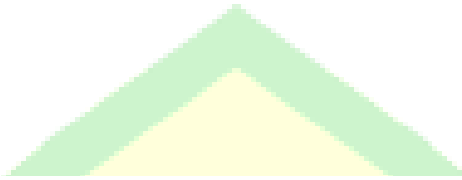


**ROVIQUL IKHWAN ALI**

**301200058**



**PONOROGO**



### NOTA PEMBIMBING

Hal : Persetujuan Munaqosah Skripsi  
Kepada : Yth. Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut  
Agama Islam Negeri Ponorogo

**Assalamu'alaikum Wr. Wb**

Setelah membaca, meneliti dan melakukan perbaikan sesuai petunjuk dan arahan kami, maka kami berpendapat bahwa skripsi saudara :

Nama : Roviqul Ikhwan Ali  
NIM : 301200058  
Jurusan : Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir  
Judul : Penerapan Murotal Al-Qur'an Juz 30 Sebagai Pengantar Tidur  
Dalam Meningkatkan Kualitas Hafalan Santri Di Pondok  
Pesantren Darul Huda Mayak

Telah memenuhi syarat untuk diajukan dalam sidang munaqosah skripsi Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah, Institut Agama Islam Negeri Ponorogo. Untuk itu kami ikut mengharap atas persetujuan munaqosahnya.

Atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih.

**Wassalamu'alaikum Wr.Wb**

Ponorogo, 13 September 2024  
Pembimbing,

**UMMI-KALSUM M.S.I**  
**NIP. 198007052023212022**



**LEMBAR PERSETUJUAN**

Skripsi atas nama saudara :

Nama : Roviqul Ikhwan Ali

NIM : 301200058

Jurusan : Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir

Judul : Implementasi Pemutaran Murotal Al-Qur'an Juz 30 Sebagai  
Pengantar Tidur Dalam Meningkatkan Kualitas Hafalan Santri Di  
Pondok Pesantren Darul Huda Mayak

Ponorogo, 13 September 2024

Mengetahui,

Ketua Jurusan

Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir



**IRMA KUMTIANING U  
M.S.I**

NIP. 19760413200501001

Mengetahui,

Pembimbing

**UMI KALSUM M.S.I**  
NIP. 198007052023212022





**KEMENTERIAN AGAMA RI-  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) PONOROGO  
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH  
PENGESAHAN**

Nama : Roviqul Ikhwan Ali  
NIM : 301200058  
Jurusan : Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir (IAT)  
Judul : Implementasi Pemutaran Murotal Al-Qur'an Juz 30 Sebagai Pengantar Tidur Dalam Meningkatkan Kualitas Hafalan Santri Di Pondok Pesantren Darul Huda Mayak


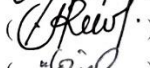

Skripsi ini telah dipertahankan pada sidang Munaqosah Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Ponorogo pada:

Hari : Jum'at  
Tanggal : 27 September 2024

Dan telah diterima sebagai bagian dari persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana dalam Bimbingan Penyuluhan Islam (S.A.g) pada:

Hari : Jum'at  
Tanggal : 04 Oktober 2024

Tim Penguji:

- |                 |                            |  |
|-----------------|----------------------------|--|
| 1. Ketua Sidang | : Dr.Faiq Ainurrofiq, M.A. | (  ) |
| 2. Penguji I    | : Irma Runtianing U M.S.I  | (  ) |
| 3. Penguji II   | : Ummi Kalsum M.S.I        | (  ) |

Ponorogo, 04 Oktober 2024



  
Ahmad Munir, M.Ag  
NIP. 196806161998031002

## SURAT PERSETUJUAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Roviqul Ikhwan Ali

Nim : 301200058

Fakultas : Ushuluddin, Adab, dan Dakwah (FUAD)

Jurusan : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir (IAT)

Judul Skripsi : Implementasi Pemutaran Murotal Al-Qur'an Juz 30 Sebagai Pengantar Tidur Dalam Meningkatkan Kualitas Hafalan Santri Di Pondok Pesantren Darul Huda Mayak

Menyatakan bahwa naskah skripsi tersebut telah diperiksa dan disahkan oleh segenap penguji. Selanjutnya saya bersedia naskah skripsi tersebut dipublikasikan oleh perpustakaan IAIN Ponorogo, yang dapat diakses di [etheses.iainponorogo.ac.id](http://etheses.iainponorogo.ac.id). Adapun isis kesekuruhan tulisan sepenuhnya menjadi tanggung jawab peneliti.

Ponorogo, Desember 2024

Peneliti



ROVIQUL IKHWAN ALI  
301200058

**IAIN**  
P O N O R O G O



# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Al-Qur'an adalah kitab suci umat islam yang diturunkan kepada Nabi Muhammad. Al-Qur'an merupakan kalamu Allah yang berisikan ayat-ayat yang turun secara bertahap dalam kurun waktu 23 tahun. Membaca al-Qur'an merupakan kewajiban bagi umat muslim dalam mempelajari, merenungi, dan mengamalkan dalam kehidupan sehari-hari.<sup>1</sup> Perintah untuk membaca al-Qur'an dengan tartil termaktub secara gamblang pada dua ayat al-Qur'an berikut ini:

أَوْ زِدْ عَلَيْهِ وَرَتِّلِ الْقُرْآنَ تَرْتِيلاً

“Bacalah al-Qur'an dengan tartil semaksimal mungkin” (al-Muzzammil/73: 4) Selain pada ayat tersebut, perintah untuk membaca al-Qur'an dengan tartil juga terdapat pada firman Allah sebagai berikut:

وَقَالَ الَّذِينَ كَفَرُوا لَوْلَا نُزِّلَ عَلَيْهِ الْقُرْآنُ جُمْلَةً وَاحِدَةً كَذَلِكَ لِنُثَبِّتَ بِهِ فُؤَادَكَ

وَرَتَّلْنَاهُ تَرْتِيلاً

“Dan orang-orang kafir itu berkata: “Mengapa al-Qur'an itu

<sup>1</sup> Santi Susanti, Bambang Qomaruzzaman, and Tamami Tamami, “Dampak Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Kualitas Tidur (Studi Kasus Pada Mahasiswa Tasawuf Dan Psikoterapi, UIN Sunan Gunung Djati Bandung Angkatan 2018),” *Jurnal Riset Agama* 2, no. 1 (February 18, 2022): 244–57, <https://doi.org/10.15575/jra.v2i1.17177>.

tidak diturunkan kepadanya sekaligus? Demikianlah agar kami memperteguh hatimu (Muhammad) dengannya, dan kami membacakannya secara tartil (berangsur-angsur, perlahan, dan benar”) (al-furqan/25:32)

وَقُرْءَانًا فَرَقْنَاهُ لِتَقْرَأَهُ عَلَى النَّاسِ عَلَى مُكْثٍ وَنَزَّلْنَاهُ تَنْزِيلًا

“Dan al-Qur’an itu (kami turunkan) berangsur-angsur agar engkau (Muhammad) membacakannya kepada manusia secara perlahan-lahan, dan kami menurunkannya secara bertahap” (al-Isra/17: 106)

K.H Muhsin Salim mendefinisikan tartil sebagai berikut: Pemahaman sebagian ulama memahami arti tartil dengan tajwid. Maksudnya adalah membaca al-Qur’an dengan perlahan-lahan, tenang, disertai dengan perenungan. Menebalkan huruf yang harus dibaca tebal, menipiskan huruf yang harus dibaca tipis, memanjangkan atau memendekkan sesuai dengan semestinya panjang dan pendek, mengeluarkan huruf dari tempat keluarnya sejalan dengan sifatnya, serta tidak mencampur aduk satu huruf dengan huruf yang lain. Pada ayat 4 surat Al-Muzzammil redaksi tartil diperkuat dengan diulangnya kata tartil. Hal tersebut menandakan bahwa membaca al-Qur’an dengan tartil adalah harga mati.<sup>2</sup>

Murottal adalah pembacaan al-Qur’an yang sesuai dengan tajwidnya ditambah dengan *tartil* (perlahan, tidak tergesa-gesa dengan

<sup>2</sup> Agus Nur Qowim, “Internalisasi Karakter Qurani Dengan Tartil Al-Qur’an,” *IQ (Ilmu Al-Qur’an): Jurnal Pendidikan Islam* 2, no. 01 (1970): 17–29, <https://doi.org/10.37542/iq.v2i01.22>.

mahraj yang jelas dan benar) dan dilagukan berdasar atas ilmu *nagham*. Sama halnya dengan terapi musik, banyak penelitian sebelumnya yang membuktikan bahwa salah satu efek Murottal al-Qur'an adalah dapat menurunkan tingkat stress.<sup>3</sup> Penggunaan ayat-ayat al-Qur'an yang dibaca secara bernada sebagai pengantar tidur santri Pondok Pesantren Darul Huda sejalan dengan digunakannya sound sistem digital pesantren. Di masing-masing kamar santri telah dipasang sounds digital untuk berbagai kepentingan seperti menyiarkan adzan, dan pengumuman. Pada saat santri memasuki jam tidur yakni pukul 11 malam, sounds digital diisi dengan pembacaan asmaul husna sebagai tanda semua kegiatan telah usai dan pukul 11.15 dilanjutkan dengan pembacaan al-Qur'an juz 30 dengan suara rendah yang merdu yang disebut murottal.

Fungsi Murottal al-Qur'an selama ini telah dikaji berbagai ahli dari berbagai aspek diantaranya aspek lagu dan nada, tata bahasa, dan aspek *qiro'at*. Dengan adanya pemutaran murottal ayat-ayat al-Qur'an diharapkan para santri dapat mempelajari tajwid dari murottal yang diputarkan pada saat jam malam atau jam tidur santri.<sup>4</sup> Berdasarkan pernyataan tersebut dapat dikatakan bahwa mendengarkan murottal al-Qur'an sebagai pengantar tidur dapat menjadi salah satu Upaya dalam

---

<sup>3</sup> Edwina Sukmasari Yunus, Pandith A Arismunandar, dan Dadang Rukanta, "Scoping Review: Pengaruh Mendengarkan Murottal Al-Quran terhadap Tingkat Stres Orang Dewasa", *Jurnal Integrasi Kesehatan & Sains* 3, no. 1 (24 Maret 2021): 110–16, <https://doi.org/10.29313/jjks.v3i1.7503>.

<sup>4</sup> Santi Susanti, Bambang Qomaruzzaman, dan Tamami Tamami, "Dampak Terapi Murottal Al-Qur'an terhadap Kualitas Tidur (Studi Kasus pada Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi, UIN Sunan Gunung Djati Bandung Angkatan 2018)", *Jurnal Riset Agama* 2, no. 1 (18 Februari 2022): 244–57, <https://doi.org/10.15575/jra.v2i1.17177>.

meningkatkan kualitas hafalan santri. Pondok Pesantren Darul Huda memiliki program yang harus dicapai santri yang bisa disebut dengan kartu kuning untuk santri di tingkat Madrasah Tsanawiyah dan kartu hijau untuk santri tingkat Madrasah Aliyah. Dengan adanya pembiasaan mendengarkan murottal al-Qur'an juz 30 sebagai pengantar tidur dapat membantu santri menguatkan dan meningkatkan kualitas hafalan santri karena juz 30 masuk dalam materi yaysan yang terdapat dalam kartu kuning dan kartu hijau yang menjadi salah satu syarat kelulusan.

Ayat-ayat al-Qur'an yang diperdengarkan setiap hari atau biasa disebut dengan murottal dapat menjadi terapi bagi yang mendengarkannya. Berdasarkan penelitian menunjukkan murottal al quran mampu mempengaruhi fungsi sel otak dalam menghasilkan hormon endorfin yaitu hormon pemicu perasaan positif.<sup>5</sup> Penelitian yang dilakukan oleh Abdurrachman dan Andhika menjelaskan bahwa, murottal sebagai terapi al-Qur'an memberikan relaksasi dibandingkan dengan terapi musik, ini dikarenakan otak merespon stimulus yang diperoleh dari mendengarkan terapi murottal al-Qur'an sehingga menghasilkan gelombang alpha sebesar 63,11%. Nilai tersebut cukup berpengaruh dalam meningkatkan relaksasi pada tubuh dan peningkatan aktivitas otak untuk berfikir positif dan pengelolaan emosi yang baik.<sup>6</sup>

---

<sup>5</sup> Santi Susanti, Bambang Qomaruzzaman, and Tamami Tamami, "Dampak Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Kualitas Tidur (Studi Kasus Pada Mahasiswa Tasawuf Dan Psikoterapi, UIN Sunan Gunung Djati Bandung Angkatan 2018)", *Jurnal Riset Agama* 2, no. 1 (February 18, 2022): 244–57, <https://doi.org/10.15575/jra.v2i1.17177>.

<sup>6</sup> Wadiah R, "Pengaruh Murottal Al-Qur'an Terhadap Emosi (Universitas Sumatera Utara)", 2018), <http://repositori.usu.ac.id/handle/123456789/7426>.

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan sebelumnya kajian para ahli tersebut nampak bahwa fenomena murottal al-Qur'an dapat berfungsi sebagai pengantar tidur dalam meningkatkan kualitas hafalan santri belum diperhatikan secara seksama. Padahal metode memperdengarkan murottal tersebut dapat membantu santri dalam proses hafalan karena terbiasa mendengarkan murottal sebagai pengantar tidur karena pada saat akan tidur manusia mengalami beberapa tahapan salah satunya yaitu tahap non rapid eye movement atau proses peralihan dari terjaga ke tidur. Pada saat ini seseorang berada pada keadaan mata tertutup namun telinga masih mendengarkan suara. Sehingga ketika proses tidur inilah murottal al-Qur'an diperdengarkan pada santri.

Sedangkan tidur sendiri ada dua jenis, tidur *non-rapid eye-movement* (NREM) dan tidur *rapid eye-movement* (REM). Tidur NREM dibagi menjadi empat tahap, yang mewakili kontinum kedalaman relatif. Masing-masing memiliki karakteristik unik termasuk variasi pola gelombang otak, gerakan mata, dan tonus otot. Siklus dan tahap tidur diungkap dengan penggunaan rekaman *elektroensefalografi* (EEG) yang melacak pola listrik aktivitas otak.<sup>7</sup> Waktu ideal untuk mengulang hafalan adalah sore hari. Ahli psikologi menyebutkan bahwa 45 menit sebelum tidur adalah waktu terbaik. Sebelum tidur para penghafal al-Qur'an dianjurkan mengulang hafalannya karena waktu ini sangat efektif dan produktif.<sup>8</sup>

---

<sup>7</sup> Harvey R Colten and Bruce M Altevogt, *Sleep Disorders and Sleep Deprivation*, 2006, <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK19960/>.

<sup>8</sup> Wiwik Hendrawati, Rosidi Rosidi, and Sumar Sumar, "Aplikasi Metode Tasmi' Dan Muraja'ah Dalam Program Tahfidzul Quran Pada Santriwati Di Ma'had Tahfidz Hidayatul Qur'an

Tujuan pada penelitian ini untuk mengetahui metode murottal al-Qur'an sebagai pengantar tidur terhadap kualitas hafalan pada santri Pondok Pesantren Darul Huda mayak tonatan ponorogo. Transformasi atau perpindahan fungsi al-Qur'an yang mulanya digunakan sebagai petunjuk dan bacaan namun dalam penelitian ini digunakan sebagai penguat dan meningkatkan hafalan santri melalui murottal al-qur'an. Berdasarkan uraian latar belakang diatas penulis tertarik untuk meneliti mengenai pengaruh murottal al quran Juz 30 dalam meningkatkan kualitas hafalan santri . Oleh karena itu, penulis ingin melakukan penelitian dengan judul “Implementasi pemutaran Murottal al-Qur'an Juz 30 Sebagai Pengantar Tidur dalam meningkatkan Kualitas Hafalan Santri di Pondok Pesantren Darul Huda Mayak”.

### **B. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana praktik pemutaran murottal al-Qur'an juz 30 sebagai pengantar tidur dalam meningkatkan kualitas hafalan santri di Pondok Pesantren Darul Huda mayak?
2. Apa faktor-faktor pendukung dan penghambat santri dalam meningkatkan kualitas hafalan santri di Pondok Pesantren Darul Huda mayak?

### **C. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui praktik pemutaran murottal al-Qur'an juz 30

sebagai pengantar tidur dalam meningkatkan kualitas hafalan santri di Pondok Pesantren Darul Huda mayak?

2. Untuk mengetahui faktor-faktor pendukung dan penghambat santri dalam meningkatkan kualitas hafalan santri di Pondok Pesantren Darul Huda mayak?

#### **D. Kegunaan penelitian**

##### 1. Manfaat Teoretis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pengetahuan dan juga menjadi salah satu usaha dalam meningkatkan kualitas bacaan dan hafalan santri. Selain itu penelitian ini bermanfaat sebagai bahan rujukan bagi kalangan praktisi pondok pesantren.

##### 2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini secara praktis diharapkan dapat bermanfaat serta berkontribusi terhadap proses kegiatan di pondok pesantren. Selain itu, sebagai transformasi atau perpindahan fungsi al quran yang mulanya digunakan sebagai petunjuk dan bacaan menjadi murotal pengantar tidur untuk pembiasaan hafalan santri

#### **E. Telaah Pustaka**

Berdasarkan telaah terhadap penelitian terdahulu yang berkaitan dengan fokus dalam penelitian ini, peneliti menyajikan beberapa karya ilmiah sebagai bahan penguat peneliti tentang skripsi yang berjudul implementasi pemutaran murotal al-Qur'an juz 30 sebagai pengantar tidur dalam meningkatkan kualitas hafalan santri pondok pesantre Darul Huda .

Adapun berikut hasil telaah penelitian terdahulu yang berhubungan dengan penelitian ini.

Jurnal penelitian yang dilakukan oleh Susanti, Bambang Qomaruzzaman, dan Tamami berjudul Dampak Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Kualitas Tidur yang berisikan mahasiswa memiliki aktifitas yang padat, hal tersebut menyebabkan mahasiswa dapat mengalami gangguan kesehatan, baik secara fisik maupun psikis. Salah satu cara untuk mengatasi permasalahan tersebut adalah tidur yang berkualitas dengan mendengarkan terapi murottal al-Qur'an. Tujuan pada penelitian ini untuk mengetahui metode murrotal sebagai terapi al-Qur'an terhadap kualitas tidur pada mahasiswa jurusan tasawuf dan psikoterapi angkatan 2018 juga untuk mengetahui dampak murrotal terhadap kualitas tidur pada mahasiswa jurusan tasawuf dan psikoterapi angkatan 2018. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan pendekatan kualitatif deskriptif yaitu observasi, studi kepustakaan, dan wawancara. Hasil dan pembahasan dalam penelitian ini, menunjukkan murottal dapat menjadi salah satu terapi al-Qur'an terhadap mahasiswa yang sedang disibukkan oleh kegiatan di perkuliahan, agar memiliki kualitas tidur yang baik. Kesimpulan pada penelitian ini adalah terapi murottal al qur'an memiliki dampak yang positif bagi kualitas tidur pada mahasiswa dengan metode yang dapat dengan mudah dilakukan oleh semua orang.<sup>9</sup>

---

<sup>9</sup> Santi Susanti, Bambang Qomaruzzaman, and Tamami Tamami, "Dampak Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Kualitas Tidur (Studi Kasus Pada Mahasiswa Tasawuf Dan Psikoterapi, UIN Sunan Gunung Djati Bandung Angkatan 2018)," *Jurnal Riset Agama* 2, no. 1 (2022): 244–57, <https://doi.org/10.15575/jra.v2i1.17177>.



Jurnal yang berjudul Efektivitas Mendengarkan Murottal Al-Qur'an Dalam Menurunkan Tingkat Insomnia Pada Mahasiswa karya Masita Aprilini, Ahmad Yasser Mansyur, dan Ahmad Ridfah yang membahas menguji efektivitas mendengarkan murottal al-Qur'an dalam menurunkan tingkat insomnia. Subjek penelitian dipilih dengan teknik purposive sampling. Jumlah subjek dalam penelitian ini berjumlah 5 mahasiswa yang mengalami insomnia berdasarkan insomnia severity index. Desain eksperimen yang digunakan adalah *one grup pretest-posttest design*. Murottal al-Qur'an surah ar-rahman didengarkan menggunakan mp3 player, dengan durasi 16.00 menit, selama 8 hari sebelum tidur pada malam hari. Hasil pengujian data menggunakan uji wilcoxon memperoleh taraf signifikansi sebesar 0,031 ( $p < 0,05$ ) rata-rata skor prates adalah 17,6, dan rata-rata skor pascates adalah 11,6. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mendengarkan murottal al-Qur'an dapat menurunkan tingkat insomnia pada mahasiswa.<sup>10</sup>

Jurnal dari karya Fatma Siti Fatimah dan Zulkhah Noor yang berjudul Efektivitas Mendengarkan Murottal Al-Qur'an Terhadap Derajat Insomnia Pada Lansia Di Selter Dongkelsari Sleman Yogyakarta dengan pembahasan tentang bencana erupsi gunung merapi pada tahun 2010 di yogyakarta menyebabkan penduduk kehilangan tempat tinggal serta

---

<sup>10</sup> Masita Aprilini, Ahmad Yasser Mansyur, and Ahmad Ridfah, *Efektivitas Mendengarkan Murottal Al-Quran Dalam Menurunkan Tingkat Insomnia Pada Mahasiswa*, *Jurnal Psikologi Islami* 5, no. Desember (2019): 146–54.

menjadi trauma, salah satu korban yang rentan mendapat masalah psikologis adalah lansia, dan respon psikologis yang tertunda akibat bencana adalah insomnia. Dampak insomnia akan menurunkan imunitas, meningkatkan mortalitas dan menurunkan kualitas hidup lansia, sehingga perlu diatasi. Salah satunya dengan mendengarkan murotal al-Qur'an yang dapat memberi efek relaksasi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas mendengarkan murotal al-Qur'an terhadap perubahan derajat insomnia pada lansia di selter dongkelsari sleman yogyakarta. penelitian ini menggunakan desain quasy eksperimental dengan rancangan pre-post test with control group. Responden penelitian dipilih dengan probability sampling dan didapatkan 37 lansia yang tinggal di selter dongkelsari sleman yogyakarta, yang memenuhi kriteria inklusi. Alat penelitian untuk mengukur insomnia dengan kuesioner kspbj insomnia rating scale dan untuk mendengarkan murotal al-Qur'an (surat ar-rohman) menggunakan laptop serta speaker, kemudian lama mendengarkan murotal al-Qur'an selama 8 hari berturut-turut dalam waktu 12 menit. derajat insomnia kelompok kontrol pre test dan post test tetap pada kategori sedang dengan  $p > 0,05$  dan kelompok intervensi terjadi perubahan derajat insomnia dari insomnia sedang menjadi insomnia ringan dengan  $p < 0,05$  terdapat perbedaan bermakna perubahan derajat insomnia antara kelompok intervensi dan kontrol dengan mean  $\pm$  sd masing-masing  $-2,8 \pm 3,0$  dan  $0,9 \pm 3,5$  dengan  $p < 0,05$ . Kesimpulan dari penelitian ini adalah mendengarkan murotal al-Qur'an

efektif menurunkan derajat insomnia pada lansia di selter dongkelsari sleman yogyakarta.<sup>11</sup>

Jurnal yang berjudul Metode Ritme Otak Untuk Meningkatkan Kualitas Hafalan Al-Qur'an Di Rumah Tahfidz Assaubari Ponorogo karya Fatkul Hidayatusahiro yang membahas tentang menghafal al-Qur'an bagi banyak orang adalah hal yang sulit karena tidak mengetahui metodenya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pelaksanaan metode ritme otak, mengetahui apa saja faktor penghambatnya, serta mengetahui efektivitas metode ritme otak di rumah tahfidz assaubari ponorogo. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif yang berlandaskan studi kasus. Metode pengumpulan data yang digunakan untuk pengumpulan data adalah observasi, wawancara dan dokumentasi dengan subjek guru dan siswa di lokasi penelitian. Sedangkan teknik analisis datanya adalah deduksi, induksi dan interpretasi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pelaksanaan metode ritme otak sebagai upaya guru dalam meningkatkan kualitas menghafal al-Qur'an di rumah tahfidz assaubari ponorogo dilakukan dengan tahapan pendaftaran, tahap test, tahap penempatan dan tahap pembelajaran. hambatan metode ritme otak sebagai upaya guru dalam meningkatkan kualitas menghafal al-Qur'an di rumah tahfidz assaubari ponorogo dibagi menjadi 2 faktor yakni faktor internal dan faktor eksternal, efektivitas metode ritme otak sebagai upaya guru dalam

---

<sup>11</sup> Fatma Siti Fatimah and Zulkhah Noor, "Efektivitas Mendengarkan Murotal Al-Qur'an Terhadap Derajat Insomnia Pada Lansia Di Selter Dongkelsari Sleman Yogyakarta," *Jurnal Ners Dan Kebidanan Indonesia* 3, no. 1 (2016): 20, [https://doi.org/10.21927/jnki.2015.3\(1\).20-25](https://doi.org/10.21927/jnki.2015.3(1).20-25).

meningkatkan kualitas menghafal al-Qur'an di rumah tahfidz assaubari ponorogo sangat efektif apabila digunakan dalam tahap pengenalan dan tidak efektif apabila digunakan dalam jangka waktu yang lama.<sup>12</sup>

Jurnal karya Shinta Ulya Rizqiyah dan Partono yang berjudul Penerapan Metode Tasmi' Dalam Meningkatkan Kualitas Hafalan Al-Qur'an Di Pondok Pesantren Putri Tahfidz Al-Ghurobaa' Tumpangkrasak Jati Kudus membahas tentang tujuan untuk mengetahui: penerapan metode tasmi' dalam meningkatkan kualitas hafalan al-Qur'an di pondok pesantren putri tahfidz al-ghurobaa'. Efektifkah metode penerapan tasmi' dalam meningkatkan kualitas hafalan al-Qur'an di pondok pesantren putri tahfidz al-ghurobaa'. Faktor apa saja yang mendukung serta menghambat dalam penerapan metode tasmi' di pondok pesantren putri tahfidz al-ghurobaa'. Penelitian ini termasuk penelitian lapangan (field reseach) dengan menggunakan pendekatan kualitatif. Adapun teknik pengumpulan data diperoleh dari observasi partisipan, wawancara, serta dokumentasi. Sedangkan analisis data penelitian ini meliputi pengumpulan data, reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa penerapan metode tasmi' dapat meningkatkan kualitas hafalan al-Qur'an karena dapat mengetahui kesalahan dalam bacaan. Metode tasmi' menjadi metode yang efektif untuk diterapkan karena dapat meningkatkan kualitas hafalan al-Qur'an. Pencapaian metode

---

<sup>12</sup> Fatkul Hidayatusahiro and Safiruddin Al Baqi, "Implementasi Metode Ritme Otak Untuk Meningkatkan Kualitas Menghafal Al-Qur'an Di Rumah Tahfidz Assaubari Ponorogo," *MA'ALIM: Jurnal Pendidikan Islam* 3, no. 01 (2022): 107–18, <https://doi.org/10.21154/maalim.v3i01.3943>.

tasmi' dipengaruhi oleh faktor penghambat dan pendukung. Faktor pendukung meliputi menciptakan lingkungan bernuansa qur'ani, selalu mengulang bacaan bersama teman, dan memiliki usia yang ideal, sedangkan faktor penghambatnya yaitu malas, kurangnya istiqomah, dan kesulitan dalam mengatur waktu.<sup>13</sup>

Berdasarkan telaah pustaka atau penelitian terdahulu dapat disimpulkan bahwasanya judul skripsi implementasi pemutaran murotal al-Qur'an juz 30 sebagai pengantar tidur dalam meningkatkan kualitas hafalan santri Pondok Pesantren Darul Huda ada persamaan dan perbedaan dengan telaah pustaka diatas salah satu contoh karya Fatma Siti Fatimah dan Zulkhah Noor yang berjudul efektivitas mendengarkan murotal al-Qur'an terhadap derajat insomnia pada lansia di selter dongkelsari sleman yogyakarta yang memiliki persamaan sama sama tentang efektifitas memperdengarkan murotal al-Qur'an akan tetapi perbedaan dari penelitian ini melakukan penelitian dengan pendekatan kuantitatif sedangkan penulis menggunakan pendekatan kualitatif, selanjutnya karya Shinta Ulya Rizqiyah, dan Partono yang berjudul penerapan metode tasmi' dalam meningkatkan kualitas hafalan al-Qur'an di pondok pesantren putri tahfidz al-ghurobaa' tumpangkrasak jati kudas yang lebih memfokuskan pada metode tasmi yang diterapkan pada santri pondok pesantren putri tahfidz al-ghurobaa' sedangkan penulis hanya membahas tentang kualitas hafalan

---

<sup>13</sup> Shinta Ulya Rizqiyah and Partono, "Penerapan Metode Tasmi' Dalam Meningkatkan Kualitas Hafalan Al-Qur'an Di Pondok Pesantren Putri Tahfidz Al-Ghurobaa' Tumpangkrasak Jati Kudus," *Ma'Alim: Jurnal Pendidikan Islam* 3, no. 2 (2022): 133–44.

yang diterapkan sebagai pengantar tidur akan tetapi dari penelitian tersebut memiliki persamaan sama-sama menggunakan metode pemutaran murotal. Dan yang terakhir penelitian karya Fatkul Hidayatusahiro yang berjudul metode ritme otak untuk meningkatkan kualitas hafalan al-Qur'an di rumah tahtidz assaubari ponorogo yang memiliki persamaan meningkatkan kualitas hafalan akan tetapi memiliki perbedaan dengan penulis. fatkul hidayatusahiro membahas tentang ritme otak sedangkan penulis menggunakan murotal sebagai pengantar tidur.

## **F. Metode Penelitian**

### **a. Pendekatan Dan Jenis Penelitian**

Pada penyusunan karya ilmiah ini jenis penelitian yang digunakan peneliti adalah study kasus (*case study*). Studi kasus adalah suatu penelitian dengan makna, menyelidiki proses, dan memperoleh pengertian dan pemahaman yang mendalam dari individu, kelompok, atau situasi. Menurut Smith, studi kasus dapat menjadi berbeda dari bentuk-bentuk penelitian kualitatif lain oleh fakta bahwa studi ini berfokus pada satu “unit tunggal” atau “suatu sistem terbatas”. Keterbatasan tersebut ditentukan apakah terdapat suatu batasan pada jumlah orang yang terlibat dapat diwawancarai atau suatu jumlah waktu tertentu (untuk observasi). Jika terdapat jumlah orang tak terbatas (secara aktual atau teoretis) yang dapat diwawancarai atau pada observasi yang dapat dilaksanakan, maka fenomena tersebut tidak

cukup terbatas untuk menjadi sebuah kasus.<sup>14</sup> Oleh karena itu berdasarkan pendapat tersebut, maka penelitian ini fokus pada implementasi pemutaran murottal Juz 30 sebagai pengantar tidur dalam meningkatkan kualitas hafalan santri Pondok Pesantren Darul Huda mayak.

Sedangkan pendekatan yang digunakan peneliti yaitu menggunakan pendekatan kualitatif. Penelitian kualitatif yaitu penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme dan digunakan untuk meneliti pada kondisi objek yang alamiah. Di sini peneliti akan meneliti secara langsung terhadap santri serta pihak pengelola lembaga tersebut. Melalui pendekatan ini, peneliti akan menganalisis implementasi pemutaran Murottal al-Qur'an Juz 30 sebagai pengantar tidur dalam meningkatkan kualitas hafalan santri Pondok Pesantren Darul Huda mayak.

#### b. Lokasi Penelitian

Lokasi yang dijadikan sebagai objek penelitian adalah Pondok Pesantren Darul Huda Mayak yang beralamat Gg. VI No.38, Tonatan, Kec. Ponorogo, Kabupaten Ponorogo, Jawa Timur. Peneliti mengambil objek di lokasi tersebut dikarenakan pada pondok pesantren tersebut diterapkan murottal al-Qur'an juz 30. Di sisi lain, peneliti juga menemukan sebuah keunikan yaitu menggunakan murottal sebagai pengantar tidur santri.

---

<sup>14</sup> Emzir, *Metodologi Penelitian Kualitatif: Analisis Data* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2014).

c. Data Dan Sumber Data

Dalam penyusunan skripsi ini untuk memecahkan masalah menjadi pokok bahasan, penulis membutuhkan data-data antara lain sistem peraturan pondok pesantren. Data yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah data kualitatif. Data kualitatif yaitu data yang disajikan dalam bentuk kata-kata verbal bukan dalam bentuk angka. Pada penelitian ini data kualitatif menggambarkan mengenai gambaran umum system pada pondok tersebut.

Adapun sumber datanya diperoleh dari responden yang memiliki hubungan dengan objek yang diteliti. Sumber data dalam penelitian ini ada dua yaitu Sumber Data primer dan sekunder. Sumber Data primer adalah data yang didapatkan secara langsung dari responden atau objek yang diteliti atau ada hubungannya dengan objek yang diteliti. Dalam hal ini data primer yang didapatkan oleh penulis melalui wawancara yang bersumber dari pengurus pondok pesantren. Sumber data sekunder adalah data yang tidak langsung. Data sekunder didapatkan penulis melalui buku-buku yang berhubungan langsung dengan judul dan pokok pembahasan kajian, yang mempunyai relevansi dengan permasalahan yang akan dikaji. Data tertulis yang didapatkan dari berbagai sumber yang berkaitan dengan tujuan penelitian bahan data sekunder terdiri dari buku-buku, artikel, jurnal, serta bahan lainnya yang berkaitan dengan penelitian yang bertujuan untuk memperkuat penelitian serta melengkapi informasi penelitian.



#### d. Teknik Pengumpulan Data

##### 1) Wawancara

Dalam penelitian ini, wawancara yang digunakan peneliti adalah wawancara semi terstruktur. Wawancara semi terstruktur adalah proses wawancara yang menggunakan panduan wawancara yang berasal dari pengembangan topik dan mengajukan pertanyaan, penggunaannya lebih fleksibel daripada wawancara terstruktur. Tujuan dari wawancara jenis ini adalah untuk menemukan permasalahan secara lebih terbuka, di mana pihak yang diajak wawancara diminta pendapat, dan ide-idenya.<sup>15</sup> Dari wawancara ini, peneliti akan mendapatkan banyak informasi dari pengembangan pertanyaan yang dilakukan. Wawancara ini dilakukan untuk menggali data berupa informasi tentang perencanaan, pelaksanaan, evaluasi dan dampak positif dari murottal al-Qur'an juz 30 sebagai pengantar tidur.

##### 2) Observasi

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode observasi partisipan untuk mengamati peristiwa sebagaimana yang terjadi di lapangan secara alamiah, dimana peneliti mendatangi langsung lokasi penelitian yaitu Pondok Pesantren Darul Huda . Observasi dilakukan untuk menggali data berupa kegiatan perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi implementasi pemutaran

---

<sup>15</sup> Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, Cet. 12 (Bandung: CV Alfabeta, 2014), <https://inlisite.uin-suska.ac.id/opac/detail-opac?id=15364>.

murottal al-Qur'an juz 30 sebagai pengantar tidur dalam meningkatkan kualitas hafalan santri.

### 3) Dokumentasi

Menurut Suharsimi Arikunto, Metode dokumentasi adalah mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, prasasti, notulen rapat, lengger, agenda dan sebagainya.

#### e. Teknik Pengolahan Data

Untuk menetapkan keabsahan data diperlukan teknik pemeriksaan atau pengolahan data. Pengolahan data adalah proses mengatur, menyusun, mengklasifikasikan, mengkodekan, mengedit, dan mentransformasi data menjadi bentuk yang lebih mudah untuk dianalisis. Pengolahan data bertujuan untuk membersihkan data dari kesalahan, inkonsistensi, atau kekurangan yang dapat mengganggu analisis data. Pengolahan data juga bertujuan untuk menyederhanakan data agar lebih efisien dalam penyimpanan dan penggunaan. Pelaksanaan teknik pemeriksaan tersebut didasarkan atas sejumlah kriteria tertentu. Ada empat kriteria yang digunakan, yaitu derajat kepercayaan (*credibility*), keteralihan (*transferability*), ketergantungan (*dependability*), dan kepastian (*confirmability*).

Dari beberapa uji tersebut, dalam penelitian ini telah diutamakan adalah uji kredibilitas semata yang dilakukan dengan cara triangulasi karena triangulasi bertujuan bukan hanya untuk mencapai kebenaran

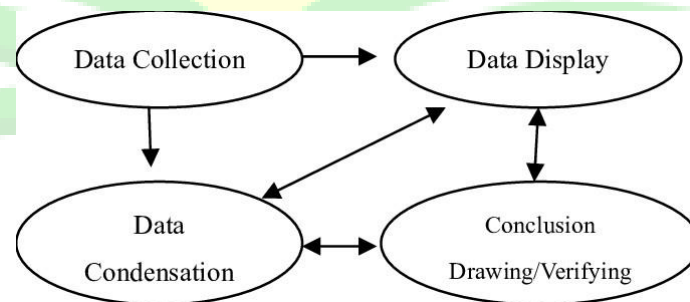
untuk tentang beberapa fenomena, tetapi ditemukan, teknik triangulasi juga lebih mengutamakan efektifitas proses dan hasil yang diinginkan. Teknik triangulasi yang paling banyak digunakan ialah pemeriksaan melalui sumber lainnya. Denzim membedakan empat macam triangulasi sebagai teknik pemeriksaan yang memanfaatkan penggunaan sumber, metode, penyidik dan teori.

- 1) Triangulasi dengan sumber. Triangulasi dengan sumber berarti membandingkan dan mengecek balik derajat kepercayaan suatu informasi yang diperoleh melalui waktu dan alat yang berbeda dalam penelitian kualitatif.
- 2) Triangulasi dengan metode. Pada triangulasi dengan metode terdapat dua strategi, yaitu pengecekan derajat kepercayaan penemuan hasil penelitian beberapa teknik pengumpulan data dan pengecekan derajat kepercayaan beberapa sumber data dengan metode yang sama.
- 3) Triangulasi penyidik. Teknik triangulasi ini ialah dengan jalan memanfaatkan peneliti atau pengamat lainnya untuk keperluan pengecekan kembali derajat kepercayaan data. Pemanfaatan pengamat lainnya membantu mengurangi kemenclegan dalam pengumpulan data.

4) Triangulasi teori. Triangulasi dalam teori berdasarkan anggapan bahwa fakta tidak dapat diperiksa derajat kepercayaannya dengan satu atau lebih teori.<sup>16</sup>

f. Teknik Analisis Data

Data dianalisis dengan menggunakan beberapa langkah sesuai teori Miles, Huberman dan Saldana yaitu menganalisis data dengan tiga langkah: kondensasi data (*data condensation*), menyajikan data (*data display*), dan menarik simpulan atau verifikasi (*conclusion drawing and verification*). Kondensasi data merujuk pada proses pemilihan (*selecting*), pengerucutan (*focusing*), penyederhanaan (*simplifying*), peringkasan (*abstracting*), dan transformasi data (*transforming*). Secara lebih terperinci, langkah-langkah sesuai teori Miles, Huberman dan Saldana akan diterapkan sebagaimana berikut.<sup>17</sup>



Gambar 2 Analisis Data Model Miles, Huberman dan Saldana

<sup>16</sup> Suwardi Endraswara, *Metodologi Penelitian Sastra*, (Yogyakarta: tim redaksi CAPS, 2011), h. 164

<sup>17</sup> Miles, Huberman, and Saldana, *Qualitative Data Analysis, A Methods Sourcebook* (USA: Sage Publications, 2014).

1) *Data Collection* (Pengumpulan Data)

Pengumpulan data dari metode yang dilakukan yaitu observasi, wawancara dan dokumentasi. Semua jenis data ini memiliki satu aspek kunci secara umum, analisisnya terutama tergantung pada keterampilan integratif dan interpretatif dari peneliti. Interpretasi diperlukan karena data yang dikumpulkan jarang berbentuk angka, data kaya rincian dan panjang. Setelah pengumpulan data melalui wawancara, observasi dan dokumentasi, peneliti memilah-milah (reduksi data) mana data yang sesuai dengan rumusan masalah

2) *Data Condensation* (Kondensasi Data)

Miles, Huberman dan Saldana mengatakan bahwa Dalam kondensasi data merujuk kepada proses menyeleksi, memfokuskan, menyederhanakan, mengabstraksi dan mentransformasi data yang terdapat pada catatan lapangan maupun transkrip dalam penelitian ini diuraikan sebagai berikut:<sup>54</sup>

a) *Selecting* (Pemilihan)

Menurut Miles, Huberman dan Saldana peneliti harus bertindak selektif, yaitu menentukan dimensi-dimensi mana yang lebih penting, hubungan-hubungan mana yang mungkin lebih bermakna, dan sebagai konsekuensinya, informasi apa yang dapat dikumpulkan dan dianalisis.

b) *Focusing* (Pengerucutan)

Miles, Huberman dan Saldana menyatakan bahwa memfokuskan data merupakan bentuk pra-analisis. Pada tahap ini, peneliti memfokuskan data yang berhubungan dengan rumusan masalah penelitian. Tahap ini merupakan kelanjutan dari tahap seleksi data. Peneliti hanya membatasi data yang berdasarkan dari rumusan masalah.

c) *Abstracting* (Peringkasan)

Tahap membuat rangkuman yang inti, proses, dan pernyataan-pernyataan yang perlu dijaga sehingga tetap berada didalamnya. Pada tahap ini, data yang telah terkumpul dievaluasi khususnya yang berkaitan dengan kualitas dan cukupan data.

d) *Data Simplifying And Transforming* (Penyederhanaan Dan Transformasi)

Data dalam penelitian ini selanjutnya disederhanakan dan ditransformasikan dalam berbagai cara yakni melalui seleksi yang ketat melalui ringkasan atau uraian singkat, menggolongkan data dalam satu pola yang lebih luas, dan sebagainya.

3) *Data Display* (Penyajian Data)

Langkah berikut setelah kondensasi data adalah penyajian data yang dimaknai oleh Miles, Huberman dan Saldana sebagai

sekumpulan informasi tersusun yang memberi kemungkinan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan. Dengan mencermati penyajian data tersebut, peneliti akan lebih mudah memahami apa yang sedang terjadi dan apa yang harus dilakukan. Artinya apakah peneliti meneruskan analisisnya atau mencoba untuk mengambil sebuah tindakan dengan memperdalam temuan tersebut.

#### 4) *Conclusion* (Kesimpulan)

Dari peta konsep yang meaningful peneliti membuat kesimpulan sesuai rumusan masalah. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara yang dalam artian dapat berubah ubah jika tidak ditemukan bukti yang kongkrit (kuat) yang dapat mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Akan tetapi, apabila pada kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal didukung oleh bukti-bukti yang kuat atau valid serta konsisten, maka pada saat peneliti kembali ke lapangan untuk pengumpulan data, peneliti dapat menyimpulkan bahwa yang dikemukakan tadi adalah kesimpulan yang bersifat kredibel.

#### g. Pengecekan Keabsahan Data

Keabsahan data merupakan konsep penting yang diperbarui dari konsep kesahihan (validitas) dan keandalan (realibilitas) dan disesuaikan dengan tuntutan pengetahuan, kriteria, serta paradigmanya sendiri. Adapun tekniknya dalam pengecekan keabsahan data yang

digunakan peneliti, yaitu meliputi:

#### 1) Pengamatan Yang Tekun

Kegigihan pengamatan yang disebutkan dalam penelitian ini adalah untuk menemukan karakteristik dan unsur-unsur dalam situasi yang sangat relevan dengan persoalan atau isu yang terkait tentang kegiatan- kegiatan perencanaan, pembelajaran dan kegiatan lain yang berkaitan dengan implementasi pemutaran murottal al-Qur'an juz 30. Jika perpanjangan keikutsertaan menyediakan "lingkup", maka ketekunan pengamatan menyediakan "kedalaman". Ketekunan pengamatan ini dilaksanakan peneliti dengan cara mengadakan pengamatan dengan teliti dan rinci secara berkesinambungan terhadap faktor-faktor yang menonjol yang ada hubungannya dengan program murottal al-Qur'an juz 30 yang diterapkan di pembelajaran kitab kuning, kemudian menelaahnya secara rinci sampai pada suatu titik, sehingga pada pemeriksaan tahap awal tampak salah satu atau seluruh faktor yang ditelaah sudah dipahami dengan cara yang biasa.

#### 2) Triangulasi

Teknik triangulasi adalah teknik untuk memeriksa keabsahan data, dengan menggunakan sesuatu selain data untuk mengecek atau membandingkan dengan data tersebut. Ada tiga jenis teknik triangulasi, yaitu triangulasi sumber, triangulasi metode, dan



triangulasi penyidik.<sup>18</sup>

Pertama, dengan triangulasi sumber, dengan triangulasi sumber, adalah perbandingan dan tinjauan kredibilitas metodologis kualitatif dari informasi yang diperoleh melalui waktu dan alat yang berbeda dalam metode kualitatif. Adapun bukti real dalam melaksanakan triangulasi dalam penelitian ini yaitu mengecek kebenaran hasil wawancara dan dokumen serta foto yang diperoleh dari lembaga yang di teliti.

Kedua, triangulasi dengan metode, triangulasi dengan menggunakan metode dalam konteks penelitian ini, digunakan untuk menguji kredibilitas data dengan melakukan check data kepada sumber yang sama dengan metode yang berbeda. Aplikasinya dalam penelitian ini adalah menanyakan langsung kepada tokoh yang paham terhadap system implementasi pemutaran murottal al-Qur'an juz 30.

Ketiga, triangulasi dengan penyidik, triangulasi dengan penyidik dalam konteks penelitian ini, digunakan untuk pengecekan kembali derajat keabsahan data dengan jalan memanfaatkan peneliti atau pengamat lainnya. Contoh penerapannya dengan sumber dalam konteks penelitian ini adalah menguji ulang ataupun mengobservasi ulang system implementasi Pemutaran murottal al-Qur'an juz 30.

Dalam penelitian ini, teknik triangulasi yang digunakan oleh

---

<sup>18</sup> Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif. Memahami penelitian kualitatif.*

penulis ada 2 yaitu triangulasi sumber dan triangulasi metode/ teknik. Penggunaan 2 jenis triangulasi ini memungkinkan peneliti untuk mendapatkan keabsahan data yang valid dan dapat dipertanggung jawabkan.

### 3) Kecukupan Referensial

Konsep kecukupan referensial dalam konteks penelitian mula-mula diusulkan oleh Eisner dalam Lincoln dan Guba sebagai alat untuk menampung dan menyesuaikan dengan data tertulis untuk keperluan evaluasi. Kecukupan referensial dalam proses penelitian ini adalah dengan menggunakan camera, tape-recorder, handycame sebagai alat perekam yang pada saat senggang dimanfaatkan untuk membandingkan hasil yang diperoleh dengan kritik yang telah terkumpul.

#### h. Sistematika Pembahasan

##### BAB I : Pendahuluan

Bab ini mencakup semua komponen atau pembahasan dalam skripsi yang terdiri dari: latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan kegunaan penelitian, telaah pustaka, metode penelitian, lokasi penelitian, data dan sumber data, teknik pengumpulan data, teknik pengolahan data, teknik analisis data, pengecekan keabsahan data, dan sistematika pembahasan.

##### BAB II : Murottal Sebagai Pengantar Tidur Dalam Meningkatkan

## Kualitas Hafalan

Bab ini membahas mengenai diskursus murottal al-Qur'an juz 30, pengantar tidur, dan kualitas hafalan

### BAB III : Murottal al-Qur'an Di Pondok Pesantren Darul Huda

Bab ini berisi tentang objek penelitian. Pada bab ini akan dijelaskan mengenai biografi Santri Pondok Pesantren Darul Huda Mayak berupa kegiatan yang berkaitan dengan implementasi pemutaran murottal al-Qur'an juz 30 di Pondok Pesantren Darul Huda Mayak. Bab ini juga menjelaskan faktor-faktor pendukung dan penghambat santri dalam meningkatkan kualitas hafalan santri.

### BAB IV : Analisis pemutaran murottal sebagai pengantar tidur

Bab ini berisi tentang pemaparan dan pembahasan hasil penelitian yaitu mengenai analisis implementasi pemutaran murottal al-Qur'an, al quran sebagai pengantar tidur. Pada bab ini memfokuskan pembahasan mengenai implementasi pemutaran murottal al-Qur'an sebagai pengantar tidur dalam meningkatkan kualitasn hafalan santri.

### BAB V : Penutup

Bab ini merupakan penutup skripsi tentang hasil penelitian yang terdiri dari kesimpulan dan saran.

## BAB II

### MUROTTAL SEBAGAI PENGANTAR TIDUR DALAM MENINGKATKAN KUALITAS HAFALAN

#### A. Murrotal Al-Qur'an Juz 30

Al-murotal berasal dari kata *Ratlu As-syaghiri* (tumbuhan yang bagus dengan masaknyanya dan merekah) sedangkan menurut istilah adalah bacaan yang tenang, keluarnya huruf makhroj sesuai dengan semestinya yang disertai dengan renungan makna. Jadi murotal adalah ayat al-Qur'an yang dibacakan dan direkam serta memperhatikan hukum-hukum bacaan, menjaga keluarnya huruf-huruf serta memperhatikan waqaf-waqaf.<sup>19</sup> Secara istilah, murottal merupakan suatu bacaan yang tenang, sesuai dengan tajwid dan makhorijul huruf yang baik, berdasarkan ilmu naghmah atau biasa disebut dengan ilmu lagu dari al-Qur'an, murottal ini dilantunkan oleh para qori-qori'ah dalam bentuk rekaman suara atau video yang dapat diulang-ulang, hal ini juga sangat bermanfaat untuk melestarikan al-Qur'an, menyebarkan, dan mengembangkan al-Qur'an di daerah-daerah yang kekurangan pakar. Ayat-ayat suci al-Qur'an yang didengarkan selama beberapa menit atau jam memiliki dampak yang baik untuk penyembuhan pada tubuh.<sup>20</sup>

Penelitian yang dilakukan oleh Abdurrachman dan Andhika pada tahun

---

<sup>19</sup> A. Hanifah, "Pengaruh Terapi Murotal Al-Qur'an Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Dimasa Pandemi Covid-19," *For Quality in Women Health* 3, no. 3 (2020): 103–9, <http://journal.stikessuryaglobal.ac.id/index.php/hspjDOI:https://doi.org/10.32504/hspj.v%25vi%25i.741>.

<sup>20</sup> Susanti, Qomaruzzaman, and Tamami, "Dampak Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Kualitas Tidur (Studi Kasus Pada Mahasiswa Tasawuf Dan Psikoterapi, UIN Sunan Gunung Djati Bandung Angkatan 2018)," February 18, 2022.

2015 menjelaskan bahwa, murottal sebagai terapi al-Qur'an dapat menjadi salah satu terapi alternative yang bersifat baru untuk relaksasi dibandingkan dengan terapi musik, ini dikarenakan otak merespon stimulan yang dihasilkan dari mendengarkan terapi murottal al-Qur'an sehingga menghasilkan gelombang alpha sebesar 63,11%. Nilai tersebut cukup berpengaruh untuk meningkatkan relaksasi pada tubuh dan peningkatan aktivitas pada area otak seperti berfikir positif dan pengelolaan emosi yang baik.<sup>21</sup>

Al-Qur'an dapat dijadikan sebagai penyembuh atau syifa bagi orang-orang yang mengamalkannya, hal ini dijelaskan dalam QS. al - Isra ayat 82, bahwa al-Qur'an diturunkan sebagai penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman. Dalam QS. Yunus ayat 57 juga menjelaskan bagaimana al-Qur'an hadir sebagai penyembuh bagi penyakit yang ada dalam dada dan sebagai petunjuk serta rahmat bagi orang yang beriman. Al-Qur'an merupakan (kalamu Allah) yang melalui malaikat jibril diwahyukan kepada Nabi Muhammad Saw. Al-Qur'an diturunkan dengan cara bertahap yang lamanya sampai dengan 23 tahun, sebagai seorang muslim membaca al-Qur'an menjadi sebuah kewajiban agar dapat memahami, merenungkan serta mengamalkan apa saja yang terkandung di dalamnya untuk kemudian dijadikan sebagai pedoman hidup.<sup>22</sup>

Al-Qur'an yang merupakan terapi religi dimana seseorang dibacakan ayat-ayat al-Qur'an selama beberapa menit atau jam sehingga memberikan

---

<sup>21</sup> Wadiah R, "Pengaruh Murottal Al-Qur'an Terhadap Emosi (Universitas Sumatera Utara)", 2018), <http://repositori.usu.ac.id/handle/123456789/7426>.

<sup>22</sup> Masita Aprilini, Ahmad Yasser Mansyur, And Ahmad Ridfah, "Efektivitas Mendengarkan Murottal Al-Quran Dalam Menurunkan Tingkat Insomnia Pada Mahasiswa," *Jurnal Psikologi Islami* 5, no. Desember (2019): 146–54.

dampak positif bagi tubuh seseorang. Heruyama murottal al-Qur'an merupakan rekaman suara al-Qur'an yang dilagukan oleh seorang pembaca al-Qur'an yang disebut juga sebagai qori'. Ernawati murottal al-Qur'an adalah rekaman suara al-Qur'an yang dilagukan oleh seorang qori'. Lantunan ayat suci al-Qur'an ibarat merupakan gelombang suara yang memiliki ketukan dan gelombang tertentu, menyebar dalam tubuh kemudian menjadi getaran yang bisa mempengaruhi fungsi gerak sel otak dan membuat keseimbangan didalamnya. Benda yang terpengaruh oleh murottal al-Qur'an, getaran neuronnya akan stabil kembali. Mustamir mengemukakan bahwa dampak dari murottal al-Qur'an surah ar-Rahman akan merangsang hipotalamus untuk mengeluarkan hormon endorfin, yaitu membuat seseorang merasa bahagia, sehingga amigdala akan merangsang keaktifan sekaligus pengendalian saraf otonom yang terdiri dari saraf simpatis dan parasimpatis. Saraf parasimpatis berfungsi untuk memperlambat denyut jantung. Rangsangan saraf otonom yang terkendali akan menyebabkan sekresi epinefrin dan norepinefrin oleh medula adrenal menjadi terkendali pula, sehingga dapat menghambat pembentukan angiotensin yang selanjutnya dapat menurunkan tekanan darah.<sup>23</sup>

Lantunan murottal al-Qur'an mengandung unsur suara manusia yang merupakan instrumen penyembuhan yang menakjubkan karena dapat menurunkan hormon-hormon stres, mengaktifkan hormon endorfin alami serta dapat meningkatkan perasaan rileks. Abdurrochman, Wulandari dan Fatimah

---

<sup>23</sup> Ernawati, *Pengaruh Mendengarkan Murottal Al-Quran Q.S Ar-Rahman Terhadap Pola Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Rumah Sakit Nur Hidayah Yogyakarta* (Yogyakarta: Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, 2013).

menjelaskan bahwa dampak dari mendengarkan murotal al-Qur'an adalah membuat tenang karena memiliki efek relaksasi walaupun hanya satu kali didengarkan. Terlihat dari rekaman *Encephalograph* (EEG) yang menunjukkan terapi murotal al-Qur'an rata-rata didominasi munculnya gelombang delta sebesar 63,11% pada otak manusia, gelombang ini timbul di daerah frontal kiri dan kanan otak. Hal tersebut menunjukkan bahwa seseorang yang mendengarkan murottal al-Qur'an dalam kondisi yang sangat tenang bahkan seperti gambaran seseorang yang tidur dalam (*deep sleep*). Penelitian ini bertujuan untuk mencari tahu apakah murottal al-Qur'an dapat menurunkan kadar insomnia.<sup>24</sup>

## B. Pengantar Tidur

Tidur menjadi salah satu kebutuhan mendasar bagi manusia untuk menjaga kesehatan dan keseimbangan pada tubuh. Aktivitas tidur ini ditandai dengan kondisi kesadaran seseorang mulai menurun, tetapi otak masih memainkan perannya untuk mengatur berbagai fungsi fisiologis dan psikologis dalam tubuh. Fungsi fisiologis meliputi aktivitas jantung dan pembuluh darah, fungsi pencernaan, dan fungsi kekebalan tubuh dalam menghasilkan energi pada tubuh. Lalu ada fungsi psikologis, meliputi pemrosesan kognitif seperti penyimpanan informasi baru, adaptasi dan menyimpan beberapa kenangan yang pernah ada.<sup>25</sup>

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kualitas tidur, di

---

<sup>24</sup> Siti Fatimah and Noor, "Efektivitas Mendengarkan Murotal Al-Qur'an Terhadap Derajat Insomnia Pada Lansia Di Selter Dongkelsari Sleman Yogyakarta."

<sup>25</sup> Fuad Nashori and Etik Dwi Wulandari, *Psikologi Tidur: Dari Kualitas Tidur Hingga Insomnia* (Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia, 2017).

antaranya: pertama yaitu faktor penyakit, ketika seseorang sedang sakit kondisi fisik berada dalam keadaan yang tidak sehat sehingga dapat menyebabkan gangguan tidur seperti terbangun tiba-tiba. Kedua, faktor lingkungan yang tidak kondusif atau tidak nyaman dapat menghambat seseorang tidur. Ketiga, faktor kelelahan dapat menyebabkan siklus tidur REM yang dilalui semakin pendek padahal siklus ini sangat penting karena pada siklus inilah seseorang merasakan ketenangan. Faktor keempat adalah gaya hidup, seseorang yang memiliki aktivitas yang padat perlu mengatur aktivitasnya supaya tetap mendapatkan tidur yang cukup dan berkualitas. Dan yang terakhir adalah asupan nutrisi yang masuk kedalam tubuh, seperti mengkonsumsi makanan yang kaya akan protein dapat mempercepat proses tidur Terdapat empat tahapan yang terjadi ketika tidur

- a. Tidur NREM (*Non-Rapid Eye Movement*) pada tahap ini, tidur yang dialami masih dalam keadaan tidur ringan atau proses peralihan ,dari terjaga ke tidur. Seseorang bisa mengalami keadaan seperti tersentak pada otot atau merasakan sensasi seperti terjatuh (*halusinasi hypnagogic*). Posisi mata tertutup namun telinga masih dapat mendengar suara dari luar sehingga pada tahapan ini seseorang masih dengan mudah dapat dibangunkan atau terbangun. Proses ini berlangsungsetitar 10 sampai 15 menit
- b. Tahap dua NREM, yaitu tahapan menuju tidur pulas dimana gerakan mata mulai berhenti, pernapasan, aktivitas otak dan detak jantung melambat. Tahap ini berlangsung kurang lebih berlangsung 20 menit
- c. Tahap tiga dan empat NREM, yaitu tahap tidur pulas ditandai dengan pelepasan gelombang delta pada otak, sehingga otak tidak akan responsif lagi



terhadap suara atau gangguan yang terdengar. Otot pun semakin rileks. Jika seseorang bangun pada tahap ini, biasanya akan merasa kebingungan, pusing. Tahap ini sangat penting karena dapat mempengaruhi segar tidaknya bangun ketika pagi hari. Oksigen dan nutrisi yang mengalir melalui aliran darah menjadi meningkat untuk memulihkan tubuh

- d. Tahap REM yaitu tidur bermimpi, fase terakhir ini berlangsung sekitar 90 sampai 120 menit. Fase ini ditandai dengan cepatnya pernapasan dan tidak teratur, selain itu mata akan bergerak ke segala arah dan detak jantung meningkat. Tidur REM bertugas dalam pemrosesan informasi, dan penyimpanan memori yang berjangka panjang.<sup>26</sup>

Tidur yang cukup meliputi tiga elemen tidur di antaranya, durasi lamanya tidur, kontinuitas yang berarti tidur terus menerus tanpa terbangun karena terkena gangguan tidur, dan terakhir adalah kualitas tidur yakni tidur dengan nyaman dan saat terbangun badan menjadi lebih segar. Risiko yang dialami jika seseorang kekurangan tidur di antaranya adalah obesitas, diabetes, dan meningkatkan gangguan mental. Terlalu sering tidur juga tidak baik untuk kesehatan jantung, dampak yang paling terlihat ketika seseorang kekurangan dan kelebihan tidur yaitu memiliki kantung atau lingkaran mata berwarna hitam, masih merasa lelah serta mengantuk meski tidur dengan durasi lama, dan tidak bersemangat ketika akan beraktivitas. Kualitas tidur yang kurang baik juga mempengaruhi kinerja akademik pada mahasiswa, seperti aktivitas belajar pada

---

<sup>26</sup> Rezita Rahma Reza et al., "Fungsi Tidur Dalam Manajemen Kesehatan," *Majority* 8, no. 2 (2019): 247–53.

siang hari menjadi malas dan prestasi akademik pada mahasiswa menurun.<sup>27</sup> Seperti penelitian yang dilakukan oleh UCSD, sebuah sekolah khusus obat-obatan dan pengobatan yang maju di San Diego, dengan menggunakan teknologi imaging gelombang magnetik, menunjukkan bahwa seseorang yang kurang tidur menyebabkan kinerja memori otak pada bagian cortex frontal menurun sangat drastis.<sup>28</sup>

### C. Kualitas Hafalan

Arti dasar dari kata kualitas menurut Dahlan Al-Barry dalam Kamus Modern Bahasa Indonesia adalah “kualitet atau mutu, baik buruknya barang”. Seperti halnya yang dikutip oleh Qurais Shihab yang mengartikan kualitas sebagai tingkat baik buruk sesuatu atau mutu sesuatu. Sedangkan kalau diperhatikan secara etimologi, mutu atau kualitas diartikan dengan kenaikan tingkatan menuju suatu perbaikan atau kemapanan.<sup>29</sup> Sebab kualitas mengandung makna bobot atau tinggi rendahnya sesuatu. Jadi dalam hal ini kualitas pendidikan adalah pelaksanaan pendidikan disuatu lembaga, sampai dimana pendidikan di lembaga tersebut telah mencapai suatu keberhasilan.<sup>30</sup> Menurut Supranta kualitas adalah “sebuah kata yang bagi penyedia jasa merupakan sesuatu yang harus dikerjakan dengan baik”. Sebagaimana yang

<sup>27</sup> Ageng Suseno et al., “Prokrastinasi Dan Pola Tidur Mahasiswa,” *Jurnal Penelitian Psikologi* 11, no. 2 (2020): 66–75, <https://doi.org/10.29080/jpp.v11i2.454>.

<sup>28</sup> Ahmaniyah Ahmaniyah and Anni Annisa’, “Differences Of Murratal Arrahman And Klenengan On The Quality Of Sleeping For Postpartum Mother,” *Jurnal Kebidanan* 10, no. 2 (2020): 149–53, <https://doi.org/10.31983/jkb.v10i2.6387>.

<sup>29</sup> Feti Vera, “Strategi Mahasiswa Dalam Meningkatkan Kualitas Hafalan Al-Quran (Studi Kasus Problematika Pembelajaran Tahfizhul Quran Di Institut Ilmu Alquran Jakarta),” *Repository IIQ*, 2018, 1–107.

<sup>30</sup> A Supriyanto, *Mutu Pendidikan Sekolah Dasar Di Daerah Diseminasi Primary Education Quality Improvement Project (PEQIP)*, 1997.

telah dipaparkan oleh Guets dan Davis dalam bukunya Tjiptono menyatakan “kualitas merupakan suatu kondisi dinamis yang berhubungan dengan produk, jasa, manusia, proses, dan lingkungan yang memenuhi atau melebihi harapan”.<sup>31</sup>

Kualitas hafalan al-Qur’an adalah nilai yang menentukan baik atau buruknya ingatan hafalan al-Qur’an pada seseorang secara keseluruhan. Hafalan al-Qur’an berkualitas adalah ketika seseorang menghafal al-Qur’an dengan sempurna, membaca dengan lancar dan tidak terjadi suatu kesalahan terhadap kaidah bacaan yang sesuai dengan bacaan tajwid yang benar. Meningkatkan kualitas hafalan al-Qur’an berarti berusaha untuk menyimpan materi hafalan al-Qur’an dengan baik dalam ingatan, yaitu baik dan benar dalam bacaan lafadz, tajwid, dan makharijul hurufnya. Meningkatkan kualitas hafalan al-Qur’an dapat diwujudkan dengan metode tasmi’ atau sema’an. Penghafal al-Qur’an sudah seharusnya menghafal al-Qur’an dengan cara sema’an. Agar hafalannya lebih mantap, maka ia harus rajin untuk memperdengarkan hafalannya kepada orang lain. Menghafal al-Qur’an adalah suatu proses dimana seluruh materi ayat harus diingat dengan sempurna, karena itu seluruh proses pengingatan terhadap ayat harus diingat secara sempurna, karena itu seluruh proses pengingatan terhadap ayat dan bagian-bagiannya itu mulai dari proses awal hingga pengingatan kembali (*recalling*) harus tepat. Dalam proses menghafal seseorang melewati tiga tahapan yaitu, berawal dari merekam, menyimpan, dan memanggil. Merekam atau perekaman terlihat pada saat santri penghafal al-Qur’an berusaha menghafal ayat al-Qur’an secara berulang ulang,

---

<sup>31</sup> Vera, “Strategi Mahasiswa Dalam Meningkatkan Kualitas Hafalan Al-Quran (Studi Kasus Problematika Pembelajaran Tahfizhul Quran Di Institut Ilmu Alquran Jakarta).”

sampai pada tahapan menyimpan pada memori dalam waktu jangka dekat atau jangka lama. Kemudian proses memanggil ini terjadi pada saat santri mentasmi'kan hafalan yang di dapatkan di depan ustadzah atau temanya.

Hal-hal yang perlu dijaga dalam menghafal al-Qur'an. Memang menjaga hafalan al-Qur'an lebih berat ketimbang menghafalnya dari nol, namun jangan berkecil hati bahwa bila niat kita baik, ikhlas karena Allah maka Insha Allah di akan membimbing kita dalam menghafal dan menjaga kitab sucinya. Apabila Allah ridha kepada kita maka kemudahankemudahan yang kita akan dapati. Berikut adalah beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam menjaga hafalan al-Qur'an supaya leboh mudah dalam menjaganya.<sup>32</sup>

1. Pengaturan Waktu Pandai mengatur waktu akan dapat membantu seorang penghafal al-Qur'an dalam memelihara hafalannya. Mengatur waktu untuk mengulang-ulang hafalan yang senantiasa terus berkelanjutan, harus terus dilakukan oleh seorang penghafal al-Qur'an. Biasakan jangan melewatkan waktu tanpa melakukan hal-hal yang bermanfaat. Hafalan al-Qur'an akan lebih cepat hilang danlepas bila dibandingkan dengan seekor unta yang terikat kuat apabila iya tidak selalu mengulang-ulanag hafalannya tersebut.
2. Menyediakan waktu khusus Dalam proses muraja'ah (mengulang) hafalan, seorang penghafal al-Qur'an harus menyediakan waktu khusus, misalnya sebelum atau sesudah shalat subuh, sebelum tidur, sebelum atau sesudah shalat fardhu. Siapapun dia bilamana saling menekuni suatu pekerjaan dan memberikan porsi waktu yang khusus, maka dia akan mendapatkan hasilyang

---

<sup>32</sup> Vera.

tidak mengecewakannya.

3. Menjadi Imam shalat Hafalan akan selalu melekat dalam ingatan apabila selalu dibaca dalam shalat, khususnya dalam shalat malam. Terlebih saat menjadi imam shalat tarawih di suatu mesjid yang antara suatu pengurus jama'ah merasa tidak keberatan bila mana sang imam membaca salah satu surat yang panjang ayatnya.
4. Mengajarkan orang lain Saah satu cara yang paling efektif dalam menjaga hafalan adalah mengajarkan pada orang lain, karena pada saat mendengarkan hafalan teman maka secara tidak langsung dia sedang mengulang-uang hafalannya.
5. Mendengarkan bacaan orang lain Banyak mendengarkan memudahkan kita menghafal, selain sering membaca juga karena sering endengar bacaan orang lain. Buatlah kesepakatan atau janji bersama teman yang sekiranya sudah lancar dalam membaca al-Qur'an, sehingga biala kita atau teman ada yang keliru dalam membaca maka saat itulah berdua akan saling mengoreksi.
6. Membiasakan membaca tanpa melihat mushaf Biasakan mengulang hafalan tanpa melihat mushaf, karena ketika membaca hafalan selalu melihat mushaf , maka akan ada ketergantungan selalu ingin melihatnya. Kecuali apabial sudah tidak dapat melanjutkan bacaan, maka boleh melihat mushaf.

### BAB III

#### MUROTAL AL-QUR'AN DI PONDOK PESANTREN DARUL HUDA

##### A. Profil Pondok Pesantren Darul Huda Mayak

Pondok Pesantren Darul Huda didirikan oleh K.H Hasyim Sholeh pada tanggal 03 Maret 1968 di Dusun Mayak Tonatan Ponorogo Jawa Timur. Pada perkembangannya, Pondok Pesantren Darul Huda berganti sistem dari sistem pesantren ahli waris ke yayasan. Yayasan Pondok Pesantren Darul Huda menaungi Madrasah Miftahul Huda, Madrasah Tsanawiyah, Madrasah Aliyah, Dzikrul Ghofilin, Kelompok Bimbingan Ibadah Haji (KBIH) al-Haromain, dan asrama putra dan putri.

Sebelum pondok pesantren ini berdiri, masyarakat Mayak dalam hal keberagamaannya masih belum religius dan dalam hal pendidikan sebagian besar masyarakatnya buta huruf serta segelintir yang menempuh pendidikan pesantren.. Setelah berdiri pondok pesantren ini berdiri, perlahan dengan pasti masyarakatnya berubah. Sebagai lembaga pendidikan agama Islam, Pondok Pesantren Darul Huda memiliki kontribusi yang cukup penting dalam memajukan pendidikan Islam di lingkungan masyarakat Mayak. Kontribusi Pondok Pesantren Darul Huda dalam memajukan pendidikan Islam ini, telah menarik minat peneliti untuk meneliti tentang sejarah perkembangan Pondok Pesantren Darul Huda tahun 1968 sampai tahun 2003.<sup>33</sup>

Berdirinya Pondok Pesantren Darul Huda mayak tonatan ponorogo

---

<sup>33</sup> Bayu Pra Setyo, "Pondok Pesantren Darul Huda Mayak Tonatan Ponorogo Tahun 1968-2003," 2020, 110, <https://digilib.uin-suka.ac.id/id/eprint/43722/>.

diawali dengan niat yang sederhana yaitu sebagai wadah pendidikan untuk memperoleh ilmu keagamaan melalui bimbingan asatidz dan Kyai yang merupakan sebutan bagi guru dan pengasuh di sebuah pondok pesantren. Pondok Pesantren Darul Huda mayak tonatan ponorogo merupakan satu dari banyak pondok pesantren yang berada di salah satu daerah di ponorogo, Jawa Timur, Indonesia. Pondok Pesantren Darul Huda atau yang akrab disebut dengan pondok mayak, disebut mayak karena berada di desa mayak, kelurahan tonatan, kecamatan ponorogo.

Pondok Darul Huda menggunakan metode salafiyah haditsah yang bermakna melestarikan perihal lama yang baik dan mengembangkan hal hal baru yang lebih baik dan berdaya guna. Pondok yang berdiri pada tahun 1968 ini diasuh oleh KH. Hasyim Sholih. Setelah wafat kepemimpinan dialihkan kepada putranya yang bernama KH. Abdus Sami' Hasyim. Awal berdirinya pondok dihadapkan berbagai tantangan dan pertentangan dari masyarakat sekitar. 13 tahun perjuangan akhirnya perjuangan KH. Hasyim Sholih membuahkan hasil pada tahun 1980 dengan adanya kemajuan dari segi fisik sarana prasarana, kualitas ilmu agama Islam yang disampaikan, serta kuantitas berupa ketersediaan sarana prasarana.<sup>34</sup>

Menilik dari kisah perjalanan pondok pesantren yang pernah ada, kemunduran eksistensi terjadi karena adanya sistem kepemimpinan turun temurun yang artinya pengasuh dipimpin oleh ahli waris dari pengasuh.

---

<sup>34</sup> Kunni Zulfa Inayati, "Metode Membangun Karakter Santri Di Pondok Pesantren Darul Huda Putri Mayak Tonatan Ponorogo," 2020, 1-78.

Berdasarkan hal tersebut Pondok Pesantren Darul Huda sejak tahun 1983 mulai mengubah sistem turun menurun menjadi sistem yayasan. Yayasan artinya pengelolaan pondok pesantren tidak hanya terbatas pada garis keturunan ahli waris pengasuh namun dilakukan kaderisasi berdasarkan minat dan kompetensi sehingga kaderisasi bisa dilakukan sejak dini untuk melihat kompetensi penerus pondok.

Dalam rangka menjaga hal-hal lama yang baik pondok pesantren darul mendirikan madrasah diniyah yang bernama madrasah miftahul huda (MMH). Madrasah miftahul huda merupakan lembaga pendidikan yang memiliki sistem salafiyah yaitu berupa pembelajaran ilmu kitab-kitab murni yang berguna mendukung dan menjadi sumber murni ilmua pengetahuan agama islam. Sedangkan untuk mendukung tuntutan dan tantangan zaman bagi santrinya pondok Darul Huda memiliki pendidikan formal mulai dari Madrasah Tsanawiyah (MTs) atau pendidikan umum yang setara SMP serta Madrasah Aliyah (MA) setara dengan SMA keduanya memiliki ciri khas di bidang pendidikan ilmu agama islam yang lebih mendetail. Keduanya berada di bawah kementerian Agama yang disempurnakan pada tahun 1994, keduanya mendapatkan status yang diakui oleh pemerintah daerah. Dari tahun ke tahun Pondok Pesantren Darul Huda Mayak Tonatan Ponorogo mengalami perkembangan yang terus meningkat dari berbagai segi.<sup>35</sup>

---

<sup>35</sup> Salma Nabi, "Eksistensi Seni Kaligrafi Pondok Pesantren Darul Huda Mayak Ponorogo" 1, no. November 2022 (2024).



## **B. Letak Geografis Pondok Pesantren Darul Huda Mayak**

Tonatan Ponorogo sangatlah setrategis karena berada di kota Ponorogo. Pondok Pesantren Darul Huda secara geografis terletak di kota Ponorogo, tepatnya di jalan Ir. H. Juanda Gang IV Nomor 38 Dusun Mayak, Desa Tonatan, Kecamatan Ponorogo, Kabupaten Ponorogo, Provinsi Jawa Timur. Pondok pesantren Darul Huda merupakan salah satu pondok pesantren yang lokasinya sangat strategis karena terletak di jantung kota Ponorogo. Batas-batas lokasinya adalah: Sebelah utara: Jl. Menur Ronowijayan Sebelah selatan: Kantor Departemen Agama Sebelah timur: Jl. Suprpto Sebelah barat: Jl. Ir. H. Juanda Gang VI.<sup>36</sup>

## **C. Visi dan misi Pondok Pesantren Darul Huda Mayak**

Sebagaimana lembaga pendidikan yang lain, Pondok Pesantren Darul Huda memiliki visi dan misi dalam perkembangannya. Adapun visi, misi dan tujuan Pondok Pesantren Darul Huda tersebut adalah Berilmu, Beramal, Bertakwa dengan dilandasi akhlakul karimah. Visi dan Misi Pondok Pesantren Darul Huda adalah menumbuhkan budaya ilmu, amal dan takwa serta akhlakul karimah pada jiwa santri dalam pengabdianya kepada masyarakat. Adapun tujuan yang ingin dicapai oleh Pondok Pesantren Darul Huda adalah mendidik santri yang berilmu, beramal, bertakwa dan berakhlakul karimah. Pondok Pesantren Darul Huda menganut sistem salafiyah haditsah, sebagaimana motto Pondok Pesantren Darul Huda yaitu “melestarikan barang yang kuno yang baik dan mengambil barang

---

<sup>36</sup> Bayu Pra Setyo, “Pondok Pesantren Darul Huda Mayak Tonatan Ponorogo Tahun 1968-2003.”

baru yang lebih baik”<sup>37</sup>

#### **D. Sarana dan prasarana Pondok Pesantren Darul Huda Mayak**

Di dalam suatu lembaga pendidikan perlu adanya penataan kesetrukturan untuk memudahkan membagi tugas dalam suatu organisasi, begitu pula dalam pondok pesantren. Dengan adanya struktur dalam pondok pesantren, kewenangan masing-masing unit saling bekerja sama dan membantu untuk mencapai tujuan yang sudah ditetapkan. Adapun struktur kepengurusan Pondok Pesantren Darul Huda Putra sebagai berikut.

Pengasuh Pondok : KH. Abdu Sami Hasyim

Kabag Pondok Putra : H. Abdul Wahid

Ketua : Bakhtiar Aji Pengestu

Sekretaris : Ilham Madani

Bendahara : M. Hamim Rifai

Perlengkapan : M. Muharom Al Hakim

M. Bisri Anwari \*

Raditya Oktavian

Ardiyansah Lutfi

Konsumsi : M. Ali Fatah

M. Rifai

M. Rifki Yusron

Yoga Pradipta

<sup>37</sup> Zulfa Inayati, “Metode Membangun Karakter Santri Di Pondok Pesantren Darul Huda Putri Mayak Tonatan Ponorogo.”

Kegiatan : Ahmad Nur Kamali

M. Zulkarnain

Layinul Mujib

Fadli Taftafian

Humas : M. Azka Ngainul Yakin

Aditya Wahyu

Leandro Egar

Mizanul Arza

## **E. Implementasi Pemutaran Murottal Al-Qur'an Juz 30 Di Pondok**

### **Pesantren Darul Huda**

Paparan data disini merupakan uraian yang disajikan untuk mengetahui karakteristik data pokok yang berkaitan dengan penelitian yang dilakukan peneliti dengan topik sesuai dalam pertanyaan-pertanyaan yang peneliti lakukan dan peneliti amati dalam proses penelitian. Paparan data tersebut peneliti peroleh dari sumber data yang telah peneliti lakukan melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Berikut ini disampaikan paparan data yang berkaitan dengan fokus penelitian:

Gambaran kegiatan implementasi pemutaran murottal al-Qur'an juz 30 sebagai pengantar tidur dalam meningkatkan kualitas hafalan santri di Pondok Pesantren Darul Huda mayak

Untuk mengetahui bagaimana implementasi pemutaran murottal al-Qur'an juz 30 sebagai pengantar tidur dalam meningkatkan kualitas hafalan santri di Pondok Pesantren Darul Huda mayak maka peneliti

melakukan penggalian data dengan wawancara, observasi, dan dokumentasi. Berikut adalah hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan Ustadz Anwar Bahrudin beliau merupakan salah satu ustadz Pondok Pesantren Darul Huda mayak :

“kegiatan tersebut benar adanya karena salah satu kegiatan yang menunjang proses pembelajaran santri Pondok Pesantren Darul Huda yaitu salah satu syarat ujian materi yayasan berupa kartu kuning dan kartu hijau yang didalamnya berisikan hafalan doa doa tahlil dan salah satunya surat pendek yang ada didalam juz 30 dan terbagi menjadi 6 tingkatan disetiap tingkatan ada kurang lebih 6 sampai 7 suraat yang berada didalam juz 30.”<sup>38</sup>

Selain berdasarkan wawancara di atas peneliti juga melakukan observasi yang berkaitan dengan implementasi pemutaran murottal al-Qur’an juz 30 secara langsung. Berdasarkan hasil observasi peneliti melihat pemutaran murottal al quran juz 30 berlangsung dengan cukup baik yang ditunjang dengan sarana prasarana yang lengkap berupa speaker dalam setiap kamar santri yang mendukung pemutaran murottal juz 30. Selanjutnya peneliti melakukan wawancara dengan Penanggung jawab pemutaran murottal Kang Yusuf Bayu:

“Untuk implementasi pemutaran murottal alqur’an juz 30 diPondok Pesantren Darul Huda yaitu ketika malam hari sebelum istirahat. jadi diPondok Pesantren Darul Huda seluruh kegiatan harus sudah selesai pada jam 23.00 dengan ditandainya pemutaran asmaul husna pada setiap sepiker utama pondok dan pada pukul 23.15 seluruh santri sudah berada dikamar masing masing dengan catatan seluruh santri sudah bersiap istirahat atau persiapan tidur pada jam tersebut dan pengurus mulai memutar murottal al-Qur’an juz 30 sebagai pengantar tidur sekaligus menerapkan metode istima’I untuk membantu atau membiasakan santri untuk mendengar murottal al qur’an dengan

<sup>38</sup> Transkrip Wawancara 01/W/4-IV/2024

harapan santri yang terbiasa mendengarkan akan lebih mudah atau lebih awet dari yang belum hafal menjadi terbiasa dan yang sudah hafal tinggal mengulang juga sekaligus menjadikan efek positif istirahat pada santri dan terakhir setelah selesai pemutaran murottal alquran dilanjutkan pemutaran rekaman pengajian kyai abdussami' hasyim.”<sup>39</sup>

Meskipun begitu tidak semua asrama menerapkan murottal juz 30 sebagai pengantar tidur sebagaimana hasil observasi hanya asrama roudhoh yang menerapkan murottal juz 30 sebagai pengantar tidur sejalan dengan hasil wawancara kepada penanggung jawab pemutaran murottal juz 30:

“Untuk murottal al quran biasa diputar khusus di asrama ar roudhoh dikarenakan yang pertama bangunan baru dan memiliki fasilitas spiker yang terhubung langsung dengan kantor pengurus asrama dan yang kedua dikarenakan asrama ar roudhoh khusus asrama tsanawiyah yang bisa dibiling masih santri baru atau santri yang masih sangat diperhatikan karena biasanya belum bisa mengatur waktunya sendiri sendiri berbeda dengan santri tingkat Aliyah yang mungkin sudah bisa membagi waktunya sendiri-sendiri. pemutaran murottal tergantung tingkatan asrama untuk asrama aroudoh 2 tingkatan kelas 1 madrasah tsanawiyah, asrama aroudoh 3 kelas 2 madrasah tsanawiyah, dan asrama ar roudhoh 4 kelas 3 matdrasah tsanawiyah pada setiap asrama memiliki daftar putar yang sama mulai surat an-nas sampai selesai.”<sup>40</sup>

Berdasarkan wawancara tersebut dapat diketahui bahwa implementasi pemutaran murottal juz 30 tidak diterapkan pada seluruh asrama di Pondok Pesantren Darul Huda Mayak namun hanya diterapkan pada Asrama Ar Roudhoh saja. Berdasarkan observasi hal tersebut dilakukan karena pada Asrama Ar Roudhoh berisi santri yang

<sup>39</sup> Transkrip Wawancara 03/W/11-IV/2024

<sup>40</sup> Transkrip Wawancara 03/W/11-IV/2024

berada di kelas 7-9 Madrasah Tsanawiyah sehingga hal tersebut dilakukan dalam rangka membantu santri untuk menghafal serta meningkatkan kualitas hafalan santri.

“Salah satu tujuan dari asatidz Pondok Pesantren Darul Huda mayak memutarakan murotal atau memperdengarkan murotal yaitu membantu atau memfasilitasi para santri dengan memperdengarkan murotal ketika waktu tidur dengan tujuan untuk memperlancar hafalan atau menjadi pijakan awal santri untuk menghafalkan surat surat yang berada didalam juz 30 dan memperdengarkan murottal ketika waktu tidur memiliki bayak sisi positif pada santri salah satunya menjadikan ketenangan hati pada santri. Merujuk pada pesantren pesantren tahfidz biasanya para santri sering diperdengarkan murotal al-Qur’an karena dalam menghafalkan al quran ada metode istimewa yaitu metode menghafal dengan mendengarkan dan dari kami pihak asatidz untuk menjadikan pemutaran murottal al-Qur’an juz 30 sebagai program harian.”<sup>41</sup>

Berdasarkan hasil wawancara tersebut menunjukkan bahwa tujuan utama menerapkan murottal juz 30 adalah untuk mendukung capaian hafalan santri yang menjadi kewajiban santri dan sebagai syarat kenaikan kelas. Alasan tersebut juga menjadi sejarah awal mula diperdengarkan murottal juz 30 juga di Pondok Pesantren Darul Huda hingga kini. Ustadz Anwar Bahruddin mengungkapkan bahwa:

“awal mula ide ini muncul yaitu ketika setiap malam kegiatan selesai ditandai dengan pemutaran asmaul husna dan dari kami pihak asatidz menambahkan pemutaran murotal alquran yang dipandu oleh tiap tiap pengurus asramanya atau setiap tingkatannya karena kami melihat dan mengetahui bahwasanya ada alumni Pondok Pesantren Darul Huda yang melanjutkan pendidikan dipondok pesantren murotilill quran lirboyo kediri yang menceritakan bahwasanya dipondok-pondok penghafal al Qur’an banyak yang menerapkan metode istimewa pada santri dengan cara pemutaran murotal al-Qur’an dari situlah ide atau

<sup>41</sup> Transkrip Wawancara 01/W/4-IV/2024

Pemutaran murotal al-Qur'an juz 30 di Pondok Pesantren Darul Huda diterapkan dengan harapan santri menjadi terbiasa mendengarkan dan mungkin bisa menjadi pijakan awal yang belum hafal dan pengulangan bagi yang sudah hafal.”<sup>42</sup>

Hasil wawancara dari ustadz Anwar Bahruddin menyatakan bahwasanya dengan diterapkan atau diputkanarkan murotal al-Qur'an juz 30 dengan harapan santri menjadi terbiasa mendengarkan bahkan bisa menghafalkan dengan pernyataan beriku:

“Salah satu tujuan dari asatidz Pondok Pesantren Darul Huda mayak memutarakan murotal atau memperdengarkan murotal yaitu membantu atau memfasilitasi para santri dengan memperdengarkan murotal ketika waktu tidur dengan tujuan untuk memperlancar hafalan atau menjadi pijakan awal santri untuk menghafalkan surat surat yang berada didalam juz 30 dan memperdengarkan murottal ketika waktu tidur memilik bayak sisi positif pada santri salah satunya menjadikan ketenangan hati pada santri.”<sup>43</sup>

Hasil wawancara dengan ustad Anwar Bahrudin diidukung langsung dengan pernyataan dari pihak penanggung jawab pemutaran murottal al-Qur'an juz 30

“Untuk nada atau murotal yang sering diputrakan dari pengurus biasanya berganti ganti dikarenakan dari pihak asatid menganjurkan untuk murotal dengan nada pelan salah satunya murotal dari syaikh mahmud kholi hushory, syaikh misyari rasyid, syaikh abdul basith abdul samad, dan syaikh abdurrohman al ausy dikarenakan memutarakan murotal dengan nada yang pelan pihak asatidz bertujuan agara bisa membiasakan santri memiliki hafalan yang bernada pelan karena biasanya yang mempunyai hafalan dengan nada pelan lebih awet atau lebih lama bertahan dalam otak dan tidak dengan hafalan yang bernada cepat.”<sup>44</sup>

Untuk selanjutya peneliti melakukan wawancara kepada salah

<sup>42</sup> Transkrip Wawancara 01/W/4-IV/2024

<sup>43</sup> Transkrip Wawancara 01/W/4-IV/2024

<sup>44</sup> Transkrip Wawancara 02/W/11-IV/2024

satu wali kelas ditingkat madrasah tsanwiyah yaitu kepada usatdz Fatih Bastian tentang bagaimana implementasi pemutaran murotal al-Qur'an juz 30 sebagai pengantar tidur santri dan Apakah pemutaran murotal alquran pada malam hari adalah program utama.

“Pemutaran murotal al qur'an juz 30 bukan merupakan program utama. pemutaran murotal tersebut adalah program penunjang santri inisiatif dari asatidz yang mengadopsi program program dari pondok-pondok pesantren khusus menghafal al qur'an.”<sup>45</sup>

Dari paparan ustadz Fatih Bastian diatas bisa disimpulkan bahwasanya implementasi Pemutaran muurottal al-Qur'an juz 30 sebagai pengantar tidur di Pondok pesantren Darul Huda mayak merupakan program penunjang nah selajutnya apa saja program program bimbingan agama atau program penunjang yang dilakukan oleh Pondok Pesantren Darul Huda, Dan Bagaimanaa pelaksanann program program tersebut.

“Sebenarnya banyak sekali program program di Pondok Pesantren Darul Huda mayak mulai dari wakton yaitu pengajian setelah subuh, kemudian sorogan yaitu pengajian al qur'an dan pengajian kitab kuning yang dikelompokkan setiap kelompok memiliki sekitar 12 sampai 15 setiap satu pembimbing kegiatan sorogan tersebut dilakukan mulai bakda magrib sampai adzan isya tanda berhenti sorogan, kemudian mulai jam 21.00 yaitu kegiatan belajar wajib yaitu kegiatan belajar masing masing santri yang di per oleh dari sekolah pagi dan sekolah sore sampai jam 22.00 dan di awasi oleh KPMB yaitu kelompok pemberantas malas belajar kelompok tersebut kelompok yang dibentuk pngurus yang bertujuan mengawasi belajar santri setelah kegiatan belajar wajib tersebut santri memiliki waktu 1jam yaitu untuk membeli jajan atau muungkin makanan sampai dibunyikannya pemutaran asmaul husna itu sebagai penanda persiapan santri selesai kegiatan dan melanjutkan utntuk istirahat dan pukul 23.15 mulai pemutaran murotal al quran juz

<sup>45</sup> Transkrip Wawancara 03/W/11-IV/2024



30 sampai selesai dan dilanjutkan pemtaran rekaman pengajian kyai abdu sami' hasyim dan ada pula kegiatann mingguan misalnya setiap malam selasa dan malam sabtu kegiatan sorogan di ganti dengan kegiatan takror dan syawir atau musyawarah santri setiap tingkatan kelas di madrasah miftahul huda jadi kegiatan sorogan diganti dengan kegiatan takror dan syawir , juga kegiatan muhafadzoh yatu kegiatan melancarkan hafalan hafalan di tingkat masing masing kelas madrasah miftahul huda untuk kelas satu yaitu sorof kelas dua jurumiyah dan shorof kelas tiga, empat, yaitu imrithi dan kelas lima, enam mengulangi hafalan al fiyah kegiatan tersebut dilakukan bersama sama dan kegiatan tersebut hanya dilakukkan ketika selasa pagi sebagai pengganti kegiatan wekton."<sup>46</sup>

Bagaimana respon atau perilaku santri saat megikuti program tersebut? Dan Sejauh mana pemantauan yang dilakukan untuk mengamati perhatiann santri terhadap proses kegiatan berlangsung?

“Untuk respon perilaku santri dari berbagai kegitan yang di lakukan oleh pondok selama ini alhamdullilah tidak ada yang mengeluh jikalau mengeluh pun dari pihak pengurus selalu membenahi atau mengevaluasi dari berbagai respon santri. Dan Pemantaun yang dilakukan oleh asatid yaitu bekerja sama dengan pembimbing kamar atau bapak kamar yang selalu bersama dengan santri jadi pengawasan utama kita berikan kepada bapak kamar masing masing santri untuk tugas kami dari pihak asatidz selalu mengingatkan dan menagih dari berbagai tugas santri.”<sup>47</sup>

Berdasarkan wawancara diatas peneliti mengambil kesimpulan bahwaanya implementasi Pemutaran murotal al-qur'an juz 30 sebagai pengantar tidur santri adalah program yang diterapkan oleh asatidz Pondok Pesantren Darul Huda guna menunjang dan memfasilitasi atas kelancaran dan keberlangsungan kegiatan belajar mengajar santri. Selain wawancara diatas peneliti juga mewawancarai tiga sempel santri

<sup>46</sup> Transkrip Wawancara 02/W/11-IV/2024

<sup>47</sup> Transkrip Wawancara 03/W/11-IV/2024

putra Pondok Pesantren Darul Huda ada muhammad hafidz kelas tujuh D , adi febrianto kelas delapan A, dan roisul anam kelas sembilan H berkaitan dengan bagaimana cara santri menghafalkan dan apakah murotal yang diputarkan setiap malam membantu santri, apakah mendukung atau tidak dan hal apa saja yang menghambat santri dalam menghafalkan juz 30.

“Jawaban muhammad hafidz saya menghafalkan biasanya dimasjid dengan cara saya membaca dengan ber ulang ulang samapai sekiranya agak lancar lalu saya setorkan kepada teman saya dan itu saya lakukan berulang ulang secara terus menerus Untuk murotal setiap malam yang diputarkan pengurus saya tidak begitu memperhatikan karena saya selalu tidur duluan ketika tanda jam istirahat atau pemutaran asmaul husna karena saya takut dengan pengurus keamanan yang selalu berkeliling dan menghukum santri yang tidak tidur ketika waktu istirahat dan saya langsung tidur dan tidak begitu memperhatikan murotal yang diputarkan pengurus dan bagi saya tidak ada efeknya

Untuk hambatan yang saya alami yaitu mungkin karena saya santri baru saya dan juga banyak hafalan selain surat surat dalam juz 30 saya msih bingung mau menyelesaikan yang mana dulu karena adahafalan sorof juga di sekolah sore atau madrasah miftahul huda.”<sup>48</sup>

“Jawaban adi febrianto biasanya saya itu menghafalkan juz amma atau surat surat dalam juz 30 itu ketika seminggu sebelum di tagih wali kelas karena banyak hafalan yang disetorkan setiap harinya ada juruumiyah seminggu 2 kali dan ada sorof juga seminggu 2 kali jadi saya menghafalkan surat surat pendek yang be ada didalam juz 30 itu mepet mepet ketika waktu pengambilan kartu ujian biasanya sya menghafalkan dimakam kyai pendiri pondok

Dan untuk murotal yang diutarkan setiap malam oleh pengurus menurut saya berguna sekali, karena mungkin saya sering mendengarkan setiap malam jadi saya mudah atau cepat dalam menghafalkan meskipun saya menghafalkan mepet waktu ujian

Untuk hambatan atau halangan yang saya jalani ketika mnghafalkan surt suat pada alquran juz 30 yaitu kurangnya

<sup>48</sup> Transkrip Wawancara 04/W/11-IV/2024

persiapan dari saya karena begitu banyaknya kegiatan pondok jadi saya setiap ada tugas selalu menyelesaikannya dengan waktu yang mendadak atau mepet karena saya terbiasa menyelesaikan tugas dengan waktu yang mepet.”<sup>49</sup>

“Jawaban roisul anam saya menghafalkan juz 30 pada al quran biasanya malam hari sebelum setoran dan setelah subuh itu biasanya kegiatan wekton sebelum ustadz saya datang saya mengulang ulang hafalan yang saya dapat pada malam hari dan sebelumnya pada waktu sd saya sudah pernah menghafalkan juz amma sampai surat ad duha jadi saya tinggal mengulang ulang atau melancarkan hafalan yang pernah saya hafalkan tapi jujur saja hafalan saya cepat hilangnya

Untuk murotal yang diputrakan setiap malam oleh pengurus menurut saya itu sangat bagus dan ber efek positif pada saya karena mungkin sangking seringnya saya mendengarkan setiap malam meskipun tidak tergambar tapi membuat saya cepat untuk menghafal

Halangan yang saya alami mungkin untuk tingkatan ini alhamdullilah tidak ada dan aman aman saja karena mungkin waktu sd saya sudah menghafalkan dan tingal mengulang ulang saja.”<sup>50</sup>

#### **F. Faktor pendukung dan penghambat santri dalam meningkatkan kualitas hafalan santri di Pondok Pesantren Darul Huda mayak**

kami menggali apa faktor mendukung dan penghambat santri melalui wawancara dengan ustadz Anwar Bahrudin menyatakan

“faktor pendukung santri menghafalkan juz 30 pada al-Qur’an sebenarnya tidak hanya pemutaran murottal pada setiap malam akan tetapi dari wali kelas selalu mengingatkan dan menagih hafalannya karena salah satu capaian untuk persyaratan pengambilan kartu ujian sekolah pagi yaitu hafalan surat-surat yang ada pada juz 30 tersebut dan Untuk faktor penghambat santri menghafalkan alquran juz 30 yaitu kurangnya pengawasan dari pembimbing kamar santri karean salah satu tugas pembimbing kamar santri yaitu mengontrol hafaalan santri tapi banyak pemnbimbing kamar yang tidak melaksanakan tugas tersebut .dan para santri tidak hanya memiliki tanggungan hafalan juz 30melainkan banyak hafalan-hafalan disetiap tingkatan ada hafalan jurumiyah dan sorof

<sup>49</sup> Transkrip Wawancara 05/W/11-IV/2024

<sup>50</sup> Transkrip Wawancara 06/W/11-IV/2024

untuk kelas 2 madratsah miftahul hudu ada hafalan imrithi untuk santri kelas 3 dan 4 madrasah miftahul hudu dan ada hafalan alfiyah untuk santri kelas 5 dan 6 madrasah miftahul hudu yang mungkin untuk hafalan alfiyah tidak diwajibkan meskipun tidak diwajibkan banyak juga santri yang lebih fokuss menghafalkan hafalan halafan sekolh sore dibandingkan hafalan juz30 di sekolah pagi dan salah satu inisiatif asatidz untuk membiasakan hafalan santri yaitu dengan cara memperdengarkan murotl al-Qur'an juz 30 setiap malam.”<sup>51</sup>



---

<sup>51</sup> Transkrip Wawancara 01/W/4-IV/2024

**BAB IV**

**ANALISIS PEMUTARAN MUROTTAL JUZ 30 SEBAGAI PENGANTAR**

**TIDUR**

Pada bab ini, akan dibahas analisis Pemutaran murottal juz 30 dan hasil penelitian yang telah dipaparkan pada bab sebelumnya terkait implementasi Pemutaran murottal al-Qur'an Juz 30 sebagai pengantar tidur dalam meningkatkan kualitas hafalan santri di Pondok Pesantren Darul Huda Mayak. Pembahasan ini mencakup analisis implementasi Pemutaran murottal al-Qur'an juz 30 sebagai pengantar tidur dan, faktor-faktor yang mendukung dan menghambat hafalan santri berdasarkan wawancara, observasi, dan dokumentasi yang telah dilakukan.

**A. Praktik Pemutaran Murottal Al-Qur'an Juz 30 Sebagai Pengantar Tidur Dalam Meningkatkan Kualitas Hafalan Santri Di Pondok Pesantren Darul Huda Mayak**

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, implementasi Pemutaran murottal al-Qur'an Juz 30 sebagai pengantar tidur di Pondok Pesantren Darul Huda Mayak dilakukan secara teratur di asrama tertentu, terutama di Asrama Ar-Roudhoh, yang diisi oleh santri tingkat Madrasah Tsanawiyah (kelas 7-9). Tujuan utama dari pemutaran murottal ini adalah untuk membantu santri menghafal surat-surat yang ada dalam Juz 30 dengan metode istima'i (mendengarkan). Hal ini dilakukan dengan harapan santri akan terbiasa mendengarkan ayat-ayat al-Qur'an, sehingga memudahkan mereka dalam menghafal dan menjaga hafalan yang sudah dimiliki.

implementasi Pemutaran murottal di asrama tersebut didukung dengan fasilitas yang memadai, seperti speaker di setiap kamar, sehingga pemutaran murottal bisa dilakukan dengan lancar. Berdasarkan wawancara dengan penanggung jawab pemutaran murottal, Kang Yusuf Bayu, pemutaran dilakukan setiap malam setelah jam 23.00, ketika seluruh kegiatan santri telah selesai. Murottal diputarkan secara rutin setiap malam, dan hal ini membantu santri untuk mengulang hafalan secara tidak langsung saat mereka istirahat.

Namun, implementasi Pemutaran ini tidak merata di semua asrama, hanya diterapkan di Asrama Ar-Roudhoh. Hal ini dikarenakan santri yang berada di asrama tersebut dianggap masih membutuhkan bantuan tambahan untuk mengatur waktu hafalan mereka, berbeda dengan santri tingkat Aliyah yang sudah lebih mandiri dalam mengatur waktu belajar dan hafalan mereka

Dampak Pemutaran Murottal terhadap Hafalan Santri pemutaran murottal memberikan dampak yang berbeda-beda tergantung pada kebiasaan dan tingkat kesadaran masing-masing santri. Beberapa santri, seperti Adi Febrianto, merasa bahwa pemutaran murottal sangat membantu dalam menghafal Juz 30, terutama karena seringnya mendengarkan murottal setiap malam. Hal ini menunjukkan bahwa pemutaran murottal al-Qur'an juz 30 sebagai pengantar tidur efektif bagi sebagian santri.

Namun, ada juga santri seperti Muhammad Hafidz yang mengaku tidak begitu memperhatikan murottal yang diputarkan karena sudah tertidur

sebelum murottal dimulai. Hal ini menunjukkan bahwa efektivitas pemutaran murottal juga tergantung pada pola tidur dan perhatian masing-masing santri.

Dari hasil wawancara dengan Ustadz Anwar Bahruddin dan Ustadz Fatih Bastian, tujuan utama pemutaran murottal bukan hanya untuk menghafal, tetapi juga untuk menenangkan santri sebelum tidur. Santri yang mendengarkan murottal diharapkan bisa lebih fokus dan tenang, sehingga hafalan mereka bisa lebih awet dan tertanam dalam ingatan jangka panjang.

#### **B. Faktor-Faktor Pendukung Dan Penghambat Santri Dalam Meningkatkan Kualitas Hafalan Santri Di Pondok Pesantren Darul Huda Mayak**

Dalam proses peningkatan hafalan, terdapat beberapa faktor pendukung yang mendukung keberhasilan program ini. Pertama, dukungan dari pihak asatidz yang terus memotivasi santri untuk menghafal dan memastikan santri mengikuti program hafalan dengan baik. Kedua, pemutaran murottal Juz 30 secara rutin setiap malam menjadi alat bantu tambahan yang memudahkan santri untuk menghafal.

Selain itu, faktor lain yang mendukung adalah adanya evaluasi hafalan secara berkala oleh wali kelas dan adanya program hafalan sebagai syarat ujian akhir semester. Pengawasan dari pembimbing kamar juga menjadi faktor penting dalam memastikan santri tetap mengikuti program hafalan dengan serius.

Namun, terdapat beberapa faktor penghambat yang mengakibatkan

program ini tidak berjalan maksimal bagi semua santri. Salah satu hambatan utama yang ditemukan adalah kurangnya pengawasan dari beberapa pembimbing kamar yang tidak konsisten dalam mengawasi hafalan santri. Selain itu, beban hafalan yang tidak hanya terbatas pada Juz 30 tetapi juga hafalan-hafalan lain seperti Jurumiyah, Sorof, Imrithi, dan alfiyah untuk santri Madrasah Miftahul Huda, membuat santri harus membagi waktu dan perhatian mereka, yang terkadang mengurangi fokus pada hafalan Juz 30.

Analisis Perbedaan Respon Santri terhadap Pemutaran Murottal  
Dari wawancara dengan tiga santri, terlihat adanya perbedaan respon dan pendekatan terhadap program murottal ini. Santri yang sudah memiliki dasar hafalan, seperti Raisul Anam, merasa bahwa pemutaran murottal membantu memperkuat hafalan yang sudah dimiliki. Sedangkan santri yang masih baru seperti Muhammad Hafidz, merasa terbebani dengan banyaknya hafalan sehingga pemutaran murottal tidak memberikan dampak yang signifikan.

Respon ini menunjukkan bahwa implementasi Pemutaran murottal memiliki efek yang berbeda tergantung pada latar belakang hafalan santri dan kebiasaan mereka dalam belajar. Oleh karena itu, meskipun murottal memberikan manfaat, tetap dibutuhkan pendekatan yang lebih personal dan pengawasan yang lebih intensif bagi santri yang memiliki kesulitan dalam menghafal.



## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Penelitian ini berfokus pada implementasi Pemutaran murottal Al-Qur'an Juz 30 sebagai pengantar tidur dalam meningkatkan kualitas hafalan santri di Pondok Pesantren Darul Huda. Berdasarkan rumusan masalah, penelitian ini menjawab bagaimana metode ini diterapkan, apa saja dampaknya terhadap santri, serta faktor pendukung dan penghambat yang memengaruhi keberhasilan metode ini.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa implementasi Pemutaran murottal Al-Qur'an Juz 30 dilakukan melalui metode istima'i, yaitu mendengarkan murottal yang diputarkan melalui sistem audio di setiap kamar asrama pada malam hari. Proses ini dilakukan setelah pukul 23.00, saat santri bersiap tidur, menciptakan lingkungan yang tenang sehingga memungkinkan santri mendengarkan ayat-ayat Al-Qur'an sambil beristirahat. Dengan mendengarkan murottal pada fase awal tidur, di mana otak masih responsif terhadap suara, santri secara bertahap dapat menyimpan ayat-ayat dalam ingatan mereka. Sesuai teori pembelajaran hafalan, pengulangan suara yang terus-menerus dapat membantu proses penyimpanan informasi dalam ingatan jangka panjang.

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa kebiasaan mendengarkan murottal sebagai pengantar tidur memberikan dampak positif bagi kualitas hafalan santri. Santri yang mendengarkan murottal setiap malam lebih

mudah mengingat dan memahami surat-surat dalam Juz 30, yang merupakan bagian dari kurikulum hafalan. Selain itu, lantunan ayat-ayat Al-Qur'an memberikan ketenangan yang membantu santri mendapatkan tidur berkualitas, sehingga mereka lebih siap menghadapi aktivitas belajar esok harinya. Menurut teori terapi suara, mendengarkan murottal dapat menciptakan perasaan damai, yang meningkatkan kualitas tidur dan mendukung kesiapan belajar santri.

Faktor pendukung dalam keberhasilan metode ini mencakup ketersediaan fasilitas seperti speaker di setiap kamar dan komitmen pengurus pesantren dalam menjaga ketertiban waktu istirahat santri. Dukungan ini memungkinkan pemutaran murottal dilakukan dengan konsisten dan efektif. Selain itu, perhatian khusus pada santri tingkat Madrasah Tsanawiyah yang masih dalam proses awal pembiasaan hafalan menunjukkan bahwa metode ini sangat bermanfaat bagi mereka yang berada pada tahap belajar dasar. Pengelolaan yang terstruktur di asrama juga menjadi faktor pendukung utama dalam menciptakan suasana yang kondusif untuk kegiatan mendengarkan murottal.

Namun, terdapat beberapa faktor penghambat dalam implementasi Pemutaran murottal sebagai pengantar tidur. Salah satu kendala utama adalah ketidakkonsistenan penerapan di seluruh asrama. Di beberapa asrama, terutama yang berisi santri tingkat Aliyah, pemutaran murottal tidak selalu dilakukan karena santri tingkat ini dianggap lebih mandiri dalam mengatur waktu belajar dan istirahat. Selain itu, beberapa santri baru

mengalami kesulitan beradaptasi dengan kebiasaan mendengarkan murottal saat tidur, karena belum terbiasa dengan pola aktivitas di pondok pesantren. Bagi santri yang memiliki tugas hafalan tambahan, ketergantungan sepenuhnya pada metode murottal juga dianggap kurang efektif.

Secara keseluruhan, penelitian ini menyimpulkan bahwa implementasi Pemutaran murottal Al-Qur'an Juz 30 sebagai pengantar tidur efektif dalam mendukung hafalan santri di Pondok Pesantren Darul Huda. Dengan pendampingan yang tepat dan penyesuaian sesuai tingkat pendidikan santri, metode ini dapat menjadi pendekatan yang bermanfaat dalam lingkungan pendidikan pesantren lainnya. Selain sebagai metode hafalan, murottal sebagai pengantar tidur juga memberi manfaat psikologis dan menciptakan lingkungan belajar yang positif, memperkuat proses hafalan santri dan meningkatkan kualitas tidur mereka..

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, terdapat beberapa saran yang dapat diberikan guna meningkatkan efektivitas program pemutaran murottal Juz 30 sebagai pengantar tidur dalam meningkatkan kualitas hafalan santri di Pondok Pesantren Darul Huda Mayak:

### **1. Perluasan Penerapan Murottal ke Semua Asrama**

Mengingat penerapan murottal saat ini hanya berlaku di Asrama Ar-Roudhoh, disarankan agar program ini diperluas ke seluruh asrama di pondok pesantren. Dengan memutar murottal di seluruh asrama, lebih banyak santri akan mendapatkan manfaat

dari metode istima'i, baik yang berada di tingkat Madrasah Tsanawiyah maupun Aliyah.

## 2. Pengawasan yang Lebih Ketat dari Pembimbing Kamar

Salah satu kendala yang ditemukan dalam penelitian ini adalah kurangnya pengawasan dari pembimbing kamar dalam memastikan santri mengikuti program hafalan dengan baik. Disarankan agar pembimbing kamar lebih aktif dalam mengawasi, memantau, dan mendorong santri untuk menghafal serta mendengarkan murottal sebelum tidur.

## 3. Evaluasi Rutin Program Murottal

Untuk mengukur efektivitas program murottal dalam membantu hafalan santri, perlu dilakukan evaluasi secara rutin. Hal ini dapat dilakukan melalui pengawasan intensif oleh asatidz dan pembimbing kamar, serta melalui feedback dari santri mengenai apakah program ini membantu mereka dalam menghafal.

## 4. Peningkatan Fasilitas Teknologi

Agar pemutaran murottal lebih optimal, disarankan agar fasilitas teknologi seperti speaker dan alat pemutar murottal di setiap asrama diperbaiki dan ditingkatkan. Selain itu, variasi murottal dari qari yang berbeda dengan tempo yang lambat dapat dipertimbangkan agar santri lebih mudah mengikuti dan menghafal dengan lebih baik.

## 5. Pengaturan Waktu Hafalan yang Lebih Baik

Mengingat beban hafalan santri tidak hanya terbatas pada Juz 30, tetapi juga meliputi hafalan lain seperti Jurumiyah, Sorof, dan Imrithi, disarankan agar pondok pesantren mengatur jadwal hafalan dengan lebih terstruktur. Pembagian waktu yang lebih proporsional antara hafalan sekolah pagi dan sekolah sore akan membantu santri untuk lebih fokus dalam menyelesaikan hafalan mereka.

## 6. Pengembangan Metode Pembelajaran Hafalan

Selain pemutaran murottal, pondok pesantren dapat mempertimbangkan metode lain yang dapat mendukung hafalan santri, seperti metode diskusi kelompok hafalan, musyawarah santri mengenai hafalan, atau pengulangan hafalan bersama yang dipantau oleh ustadz atau pengurus. Hal ini akan meningkatkan variasi dalam belajar dan memudahkan santri dalam mengingat hafalan mereka.

Dengan memperhatikan saran-saran ini, diharapkan program murottal Juz 30 sebagai pengantar tidur dapat berjalan lebih efektif dan berkontribusi lebih baik dalam meningkatkan kualitas hafalan santri di Pondok Pesantren Darul Huda Mayak.

**PONOROGO**

## DAFTAR PUSTAKA

- Ageng Suseno, Ambar Sulianti, Azti Verina, and Muhammad Naufal Fadlurrahman Riyadhi. "Prokrastinasi Dan Pola Tidur Mahasiswa." *Jurnal Penelitian Psikologi* 11, no. 2 (2020): 66–75. <https://doi.org/10.29080/jpp.v11i2.454>.
- Ahmaniyah, Ahmaniyah, and Anni Annisa'. "Differences Of Murratal Arrahman And Klenengan On The Quality Of Sleeping For Postpartum Mother." *Jurnal Kebidanan* 10, no. 2 (2020): 149–53. <https://doi.org/10.31983/jkb.v10i2.6387>.
- Aprilini, Masita, Ahmad Yasser Mansyur, and Ahmad Ridfah. "EFEKTIVITAS MENDENGARKAN MUROTTAL AL-QURAN DALAM MENURUNKAN TINGKAT INSOMNIA PADA MAHASISWA." *Jurnal Psikologi Islami* 5, no. Desember (2019):
- Bayu Pra Setyo, NIM.: 13120095. "Pondok Pesantren Darul Huda Mayak Tonatan Ponorogo Tahun 1968-2003," 2020, 110. <https://digilib.uin-suka.ac.id/id/eprint/43722/>.
- Emzir. *Metodologi Penelitian Kualitatif: Analisis Data*. Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2014.
- Ernawati. *Pengaruh Mendengarkan Murottal Al-Quran Q.S Ar-Rahman Terhadap Pola Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Rumah Sakit Nur Hidayah Yogyakarta*. Yogyakarta: Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, 2013.
- Hanifah, A. "Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Dimasa Pandemi Covid-19." *For Quality in Women Health* 3, no. 3 (2020)

<http://journal.stikessuryaglobal.ac.id/index.php/hspjDOI:https://doi.org/10.32504/hspj.v%25vi%25i.741>.

Harvey R Colten and Bruce M Altevogt. *Sleep Disorders and Sleep Deprivation*, 2006. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK19960/>.

Hendrawati, Wiwik, Rosidi Rosidi, and Sumar Sumar. “Aplikasi Metode Tasmi’ Dan Muraja’ah Dalam Program Tahfidzul Quran Pada Santriwati Di Ma’had Tahfidz Hidayatul Qur’an Desa Puding Besar.” *LINTERNAL: Learning and Teaching Journal* 1, no. 1 (2020) <https://doi.org/10.32923/lenternal.v1i1.1272>.

Hidayatusahiro, Fatkul, and Safiruddin Al Baqi. “Implementasi Metode Ritme Otak Untuk Meningkatkan Kualitas Menghafal Al-Qur’an Di Rumah Tahfidz Assaubari Ponorogo.” *MA’ALIM: Jurnal Pendidikan Islam* 3, no. 01 (2022): 107–18. <https://doi.org/10.21154/maalim.v3i01.3943>.

Miles, Huberman, and Saldana. *Qualitative Data Analysis, A Methods Sourcebook*. USA: Sage Publications, 2014.

Nabi, Salma. “Eksistensi Seni Kaligrafi Pondok Pesantren Darul Huda Mayak Ponorogo” 1, no. November 2022 (2024).

Nashori, Fuad, and Etik Dwi Wulandari. *Psikologi Tidur: Dari Kualitas Tidur Hingga Insomnia*. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia, 2017.

Qowim, Agus Nur. “Internalisasi Karakter Qurani Dengan Tartil Al-Qur’an.” *IQ (Ilmu Al-Qur’an): Jurnal Pendidikan Islam* 2, no. 01 (1970) <https://doi.org/10.37542/iq.v2i01.22>.

R, Wadiah. *Pengaruh Murottal Al-Qur’an Terhadap Emosi*. Universitas Sumatera

- Utara, 2018. <http://repositori.usu.ac.id/handle/123456789/7426>.
- Reza, Rezita Rahma, Khairunnisa Berawi, Nisa Karima, and Arief Budiarto. "Fungsi Tidur Dalam Manajemen Kesehatan." *Majority* 8, no. 2 (2019)
- Rizqiyah, Shinta Ulya, and Partono. "Penerapan Metode Tasmi' Dalam Meningkatkan Kualitas Hafalan Al-Qur'an Di Pondok Pesantren Putri Tahfidz Al-Ghurobaa' Tumpangkrasak Jati Kudus." *Ma'Alim: Jurnal Pendidikan Islam* 3, no. 2 (2022)
- Siti Fatimah, Fatma, and Zulkhah Noor. "Efektivitas Mendengarkan Murotal Al-Qur'an Terhadap Derajat Insomnia Pada Lansia Di Selter Dongkelsari Sleman Yogyakarta." *Jurnal Ners Dan Kebidanan Indonesia* 3, no. 1 (2016): 20. [https://doi.org/10.21927/jnki.2015.3\(1\)](https://doi.org/10.21927/jnki.2015.3(1)).
- Sugiyono. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Cet. 12. Bandung: CV Alfabeta, 2014. <https://inlislite.uin-suska.ac.id/opac/detail-opac?id=15364>.
- Supriyanto, A. *Mutu Pendidikan Sekolah Dasar Di Daerah Diseminasi Primary Education Quality Improvement Project (PEQIP)*, 1997.
- Susanti, Santi, Bambang Qomaruzzaman, and Tamami Tamami. "Dampak Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Kualitas Tidur (Studi Kasus Pada Mahasiswa Tasawuf Dan Psikoterapi, UIN Sunan Gunung Djati Bandung Angkatan 2018)." *Jurnal Riset Agama* 2, no. 1 (2022): 244–57. <https://doi.org/10.15575/jra.v2i1>.
- . "Dampak Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Kualitas Tidur (Studi Kasus Pada Mahasiswa Tasawuf Dan Psikoterapi, UIN Sunan Gunung Djati Bandung Angkatan 2018)." *Jurnal Riset Agama* 2, no. 1 (February 18, 2022):



244–57. <https://doi.org/10.15575/jra.v2i1>.

Vera, Feti. “Strategi Mahasiswa Dalam Meningkatkan Kualitas Hafalan Al-Quran (Studi Kasus Problematika Pembelajaran Tahfizhul Quran Di Institut Ilmu Alquran Jakarta).” *Repository IIQ*, 2018,

Zulfa Inayati, Kunni. “Metode Membangun Karakter Santri Di Pondok Pesantren Darul Huda Putri Mayak Tonatan Ponorogo,” 2020,

