

BAB III

LITERASI MENGHAFAAL AL-QUR'AN BAGI TAMATAN SMA DAN PESANTREN

A. Pengertian Menghafal

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, menghafal adalah berusaha menyerapnya ke dalam pikiran agar selalu ingat. Memori adalah proses menyimpan dan mengambil informasi untuk diingat di masa depan. Menghafal adalah berusaha menyerap ke dalam pikiran agar selalu ingat.¹ Kata hafizo berarti menghafal, dan yahfazu berarti menghafal dalam bentuk masdar. Nama Al-Qur'an berasal dari kata Arab idofah, yang berarti "menghafal." Dalam tatanan praktis, membaca nyaring membangkitkan ingatan dalam pikiran dan meresap ke dalam hati, sehingga memungkinkan untuk dilakukan dalam kehidupan sehari-hari. Menghafal Al-Qur'an adalah prosedur yang melibatkan mengingat kembali ayat yang dihafal sehingga dapat dimasukkan dan diingat dalam pikiran.

Menghafal Al-Qur'an itu mudah jika seseorang benar-benar serius dalam menghafalnya. Ketika orang menghafal, mereka dapat melatih kedisiplinan, keikhlasan, kesabaran, dan kepercayaan. Tidak hanya untuk sholat Jum'at, tetapi juga untuk belajar dan menghayati Al-Qur'an.

Menghafal Al-Qur'an adalah tindakan memasukkan ayat-ayat Al-Qur'an, huruf demi huruf, ke dalam hati seseorang dan menyimpannya di sana sampai

¹ Handoyo Bono Nimpuno, *Kamus Bahasa Indonesia* (Jakarta: Pandom Media Nusantara, 2014), hlm. 296.

mati. Menghafal Al-Qur'an adalah keutamaan yang luar biasa, dan setiap orang bercita-cita untuk berada di posisi itu. Seseorang yang memiliki cita-cita dan harapan yang nyata untuk kebahagiaan dunia dan akhirat, agar umat manusia menjadi warga negara Allah SWT dan dimuliakan.²

Mencerna ayat Alquran agar menempel kuat di dalam hati membutuhkan kerja sama yang aktif antara penalaran, penglihatan atau pendengaran, perasaan, dan pengucapan. Pemusatan terpadu antara kerja otak, mata, hati, dan lidah disebut “dzikir”. Keberhasilan menghafal bertumpu pada pemusatan itu, artinya apabila keempat komponen itu tidak bekerja secara kompak, proses menghafalkan sangat lambat, bahkan gagal, kecuali selama perjuangannya dalam menghafal belum berhenti.

Setiap manusia dianugerahi kemampuan menghafal dalam sekali lihat atau sekali dengar, apabila yang dihafal itu sangat berkesan di hatinya. Tiada yang paling berkesan bagi seorang mukmin, kecuali Alquran, baik lafal-lafal maupun pesan-pesannya. Semua orang akan terpesona mendengar atau membaca kalimat yang indah meskipun tidak mengerti artinya.³

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

² Sa'dulloh, *9 Cara Praktis Menghafal Alquran* (Jakarta: GemaInsani, 2008), hlm. 23.

³Deden M. Makhyaruddin, *Rahasia Nikmatnya Menghafal Alquran*, (Bandung: Noura, 2016), hlm.92-95.

B. Tujuan Menghafal Alquran

Al-Qur'an adalah kitab suci terakhir Allah SWT, disampaikan kepada Nabi Muhammad SAW oleh malaikat Jibril sebagai teks terakhir dari semua yang lain sebelumnya. Alquran adalah buku yang diedit dengan sangat indah dan dipilih dengan baik, dengan kosa kata yang indah. Al-Qur'an mengandung kebenaran seperti permata yang dapat memancarkan cahaya berbeda-beda menurut sudut pandangnya masing-masing.

Salah satu kitab terpenting di dunia adalah Al-Qur'an. Al-Qur'an diturunkan secara bertahap, sesuai dengan kebutuhan manusia saat ini dan di masa yang akan datang. Al-Qur'an diturunkan kepada manusia secara hafalan secara bertahap, sesuai dengan kebutuhan mereka saat ini dan di masa yang akan datang. Nabi Muhammad SAW menerima wahyu dari malaikat Jibril selama 23 tahun, bukan dengan tulisan tetapi dengan hafalan (lisan).

Dalam Alquran dan As-Sunnah tidak ditemukan perintah dengan tegas tentang menghafal Alquran. Maka menghafal Alquran tidak diwajibkan bagi setiap Muslim. Namun, dari sudut pandang positif dan untuk kepentingan umat, menghafal Al-Qur'an sangat diperlukan sebagai penjaga otentisitas Al-Qur'an.

Al-Qur'an diturunkan dengan hafalan dan mengikuti sunnah dan nasehat Nabi Muhammad. Atas dasar inilah para ulama mengambil istimbat hukum bahwa menghafal Alquran hukumnya "*Fardu Kifayah*".⁴ Artinya, tidak semua orang Islam diwajibkan untuk menghafal Alquran. Jika dalam suatu daerah ada

⁴Prof KH Zaenal Abidin Ahmad. Op.Cit.hlm.60.

penghafal Alquran, maka kewajiban untuk menghafal Alquran sudah terwakili dari seseorang yang mampu menghafalkannya.

Dalam menghafal Alquran tidaklah begitu mudah seperti membalikkan telapak tangan, pasti memiliki berbagai macam hambatan baik internal maupun eksternal. Begitupula dengan seseorang yang berasal dari bangku Sekolah Umum atau Sekolah yang berbasis Keagamaan seperti Sekolah Menengah Atas (SMA) dan Pesantren. Untuk itu, dalam menghafal Alquran dibutuhkan niat yang kuat agar mudah dalam menghafalkannya.

Dalam setiap Lembaga Pendidikan pasti mempunyai aturan yang diterapkan untuk kemajuan Lembaga tersebut. Seperti halnya dalam Sekolah Pesantren, atau Lembaga Pendidikan yang berbasis keagamaan, mereka menghafalkan Alquran terutama juz 30 karena program dari lembaga pendidikan tersebut. Jadi bagi mereka diwajibkan menghafalnya dengan baik agar mereka dapat menyelesaikan program pendidikannya. Sedangkan bagi Lembaga Pendidikan Umum tidak semua menerapkan atau mewajibkan muridnya agar hafal juz 30. Sehingga masih banyak ditemukan tamatan Sekolah Umum yang tidak hafal juz 30 secara keseluruhan.

Banyak keutamaan-keutamaan dari menghafal Alquran yang bisa dirasakan baik itu didunia dalam menjalankan kehidupan sehari-hari bahkan diakhirat kelak. Adapun keutamaan yang akan diperoleh penghafal Alquran bagi kehidupan dunia maupun akhirat yaitu:

1. Hati Seorang yang membaca Alquran tidak Kosong dari Kitab Allah. Dalam hadist yang diriwayatkan oleh Ibnu Abbas r. huma berkata bahwa Rasulullah SAW bersabda:

عَنْ أَبِي عُبَيْدٍ سَمِعَ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ: «مَنْ قَرَأَ آيَةً مِنْ كِتَابِ اللَّهِ فَهُوَ كَأَنَّ يَبْنِي بَيْتًا لِلَّهِ خَرَّبَ: (رواه الترمذي وقال هذا حديث صحيح رواه الأدارمي والحاكم وصححه)

Artinya:

“*Sesungguhnya seseorang yang tidak ada sedikitpun Alquran di dalam hatinya adalah seperti rumah kosong*” (HR.At-Tirmidzi).

2. Mendapatkan pahala yang besar dan menambah tingkat keimanan, orang-orang yang menghafal Alquran akan diberikan pahala yang besar oleh Allah SWT. Karena menghafal Alquran merupakan bagian dari menjaga Kalamullah. Selain itu, menghafal Alquran dapat menambah tingkat keimanan seseorang.

3. Allah SWT Meninggikan Derajat Penghafal Alquran

Beruntungnya seorang penghafal Alquran, karena Allah SWT akan meninggikan derajat penghafal Alquran, bukan karena si penghafal baik dan yang tidak menghafal buruk. Tetapi yang membedakannya adalah tingkatan dan derajat kedekatan dengan Tuhannya yang berbeda.⁵

Selain itu, tujuan menghafal Alquran menurut Abdul Aziz Abdul Rauf (2002):13-25) sebagai berikut:

1. Menjaga Al-Qur'an agar tetap up to date di dunia.

⁵Muhammad Makmun Rasyid, *Kemukjizatan Menghafal Alquran*, (Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2015), hlm.105-115.

2. Meningkatkan kualitas iman dan pengetahuan umat Islam.
3. Menjaga praktik Islam yang telah ditetapkan oleh Muhammad.
4. Jauhkan mukmin dari kegiatan yang tidak bernilai di mata Allah SWT.
5. Membangun budaya Muslim Salafi.

C. Metode Menghafal Alquran

Metode menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah suatu cara berfungsi yang sistematis yang memudahkan untuk melaksanakan suatu tugas dan mencapai tujuan yang telah ditetapkan.⁶ Sedangkan metode berasal dari kata Yunani, yaitu Metha (melalui atau melewati) dan hodos (jalan atau cara).

Sedangkan menurut istilah metode adalah cara khusus (khusus) penyajian materi pendidikan untuk mencapai tujuan pendidikan, baik jangka pendek maupun jangka panjang, dimana siswa dapat dengan mudah memperoleh pendidikan dan merangkul makna yang terkandung di dalamnya, dan dimana siswa dapat mempraktekkan. bahan ajar tanpa paksaan (penekanan). Metode artinya dalam menyampaikan materi pembelajaran, pengajar harus menguasai metode agar dapat mencapai tujuan pengajaran.⁷

Secara umum, beberapa model penghafal Al-Qur'an atau beberapa model yang dapat membantu para penghafal Al-Qur'an meringankan kesulitan, yang dapat dikembangkan untuk menemukan alternatif terbaik untuk menghafal Al-Qur'an. Ada jalan. Menghafal Al-Qur'an. Cara-cara tersebut adalah sebagai berikut:

⁶<https://kbbi.web.id/metode>.

⁷ Armai Arief, *Pengantar Ilmu dan Metodologi Pendidikan Islam* (Jakarta: Ciputat Press, 2002), hlm. 40.

1. Metode Wahdah

Metode wahdah adalah pendekatan yang disarankan untuk mempelajari teks. Untuk mencapai hafalan awal, setiap ayat dapat dibacakan 10 kali atau lebih tergantung pada kemampuan penghafal, sehingga pola bayangan dapat terbentuk. Kemudian, 10 atau dua puluh kali, bacalah ayat berikut. Kemudian baca kembali bagian sebelumnya sampai Anda selesai membaca dan mengingat paragraf tersebut. Untuk mengingat setiap halaman Quran, gunakan pendekatan ini. Jika Anda mempelajari lebih dari seperdelapan juz dalam satu hari, Anda akan dibebani oleh pekerjaan yang diperlukan untuk menyempurnakan hafalan.⁸

2. Metode Kitabah

Bahasa Arab untuk 'buku' adalah *Kitabah*. Dalam metode ini, penghafal adalah menuliskan ayat-ayat yang akan dihafalkan terlebih dahulu. Ayat tersebut dibaca sampai lancar dan bacaan yang benar. Cara ini praktis dan baik karena akan membantu membaca dan menulis.

3. Metode *Sima'i*

Sima'i artinya mendengar. Metode ini mendengarkan sesuatu dan kemudian mencoba mengingatnya. Cara ini akan sangat efektif terutama bagi para penghafal yang memiliki daya ingat yang baik, khususnya bagi para penghafal tunanetra, atau bagi anak-anak yang masih belajar menulis dan membaca Alquran. Lebih efektif untuk menghafal melalui pendengaran karena memungkinkan

⁸ Asy Syaikh Abdul Muhsin bin Muhammad Al-Qasim, *Cara Menghafal Alquran & Matan Ilmiah*, (Jawa Tengah: Arabic Learning Center), hlm. 14-17.

transisi yang lebih cepat dari satu ayat ke ayat berikutnya. Namun cara ini memiliki kekurangan: jika seorang penghafal lupa akan sebuah ayat, akan sulit untuk mengingatnya dalam jangka panjang karena tidak ada bayangan tulisan atau letak ayat tersebut dalam teks.

4. Metode Gabungan

Pendekatan ini, menurut Ahsin, menggabungkan prosedur pertama dan kedua, metode Wahada dan Kitaba. Hanya saja Kitab (tulisan) lebih utilitarian di sini, sebagai ujian hafalan puisi. Keuntungan dari strategi ini adalah memiliki tujuan ganda: menghafal sekaligus memperkuat menghafal. Karena menulis adalah alat yang ampuh untuk menghasilkan gambar visual. Adalah layak untuk mengingat Al-Qur'an sesuai dengan preferensi dan kepatutan pribadi seseorang.

5. Metode Jama'

Ini adalah teknik menghafal kolektif, artinya menghafal teks, membacanya dengan suara keras sebagai sebuah kelompok, atau mengikuti petunjuk instruktur adalah semua contoh makna. Strategi ini sangat bagus untuk dipelajari karena akan membantu Anda mengingat ayat-ayat yang dihafal dengan mengurangi kemonotonan.

6. Metode Simaan dengan Sesama Teman Tahfiz

Tujuan dari pendekatan ini adalah untuk memastikan bahwa Al-Qur'an dipelajari secara menyeluruh. Misalnya, salah satu cara untuk menjaga daya ingat yang benar adalah dengan mengajarkannya kepada sahabat tahfiz lain atau kepada

orang yang lebih tua yang lebih fasih. Kegiatan membaca Alquran bersama dapat dilakukan oleh satu orang membaca dan semua pembaca lainnya mendengarkan.⁹

7. Metode pengulangan atau *Takrir*

Metode *takrir*, tujuannya adalah untuk melanjutkan belajar atau menghafal apa yang telah dipelajari atau diserahkan kepada pengajar atau kyai. Hal ini dilakukan untuk memastikan bahwa hafalan berkualitas tinggi, kuat, dan lancar. Pengulangan dapat dilakukan sendiri atau sambil didampingi oleh guru atau orang lain.

8. Memperbanyak Membaca Alquran Sebelum Menghafal

Sebelum membaca Al-Qur'an, usahakan untuk menghafalnya sebanyak mungkin. Sulit untuk menghafal Al-Qur'an, dan mudah untuk melupakan ayat-ayatnya. Menghafal Al-Qur'an akan lebih mudah jika Anda sering membacanya. Misalnya, seseorang yang sering membaca surat Al-Fatihah atau Yasin, atau orang lain yang sering membaca, pada akhirnya akan menghafalnya sendiri. Ini adalah sesuatu yang sering dilakukan oleh para ulama dari tradisi salaf, nenek moyang yang taat dari empat mazhab yurisprudensi Sunni. Mereka sering mempraktekkan cara membaca Al-Qur'an atau materi lainnya hingga menjadi hafal dengan sendirinya. Cara ini juga sangat cocok untuk orang yang memiliki daya ingat agak lemah.

⁹Dar Ar-Rasa'ii, *25 Metode Menghafal Alquran Terbaik*, (Digital Publishing, 2018), hlm. 16-17.

9. Menyetorkan Hafalan kepada Guru Pembimbing Alquran

Menghafal Al-Qur'an adalah kewajiban bagi semua umat Islam. Ketika seseorang telah hafal Al-Qur'an, wajib baginya untuk memberikan hafalan kepada mentor atau gurunya, yang juga akan menghafalnya. Definisi dari kata "bertujuan" adalah mencoba untuk mendapatkan sesuatu. Ketika kesalahan disampaikan kepada supervisor, supervisor dapat memperbaiki kesalahan tersebut.

Belajar Al-Qur'an tidak sama dengan mengajar mata pelajaran lain. Diperlukan cara-cara pengajaran lain. Beberapa strategi pembelajaran yang paling umum adalah sebagai berikut:

a. Metode Musha *fahah* (Face to Face)

Pada prinsipnya, cara ini biasanya dilakukan dengan tiga cara:

- Guru membaca dan siswa mendengarkan, dan sebaliknya
- Guru membaca, siswa hanya mendengarkan
- Siswa membaca, guru mendengarkan

b. Metode Resitasi

Guru menugaskan siswa untuk menghafal beberapa puisi atau halaman sampai mereka menyempurnakan hafalannya, setelah itu mereka membacakan hafalannya di depan guru.

c. Metode *Takrir*

Santri mengulang kembali ingatannya, lalu membacanya dengan lantang di depan guru untuk dikoreksi selanjutnya.¹⁰

a. Metode *Mudarasah*

Santri diarahkan untuk menghafal melalui hafalan secara bergantian dan berurutan. Saat mengantri, para siswa dalam keadaan mendengarkan siswa yang sedang menunggu giliran.

Cara menghafal Al-Qur'an bervariasi dari orang ke orang. Seperti yang penulis alami misalnya saat menghafal Al-Qur'an khususnya juz 30, penulis menerapkan langkah-langkah agar Al-Qur'an lebih mudah diingat:

1) Meluruskan Niat

Meluruskan niat merupakan point penting dalam menghafal Alquran. Niatkan menghafal Alquran hanya semata-mata mengharap Ridho-Nya.

2) Fokus

Fokus atau konstentasi dalam menghafal Alquran adalah hal yang harus ditanamkan dalam hati dan fikiran kita. Menghafal Alquran butuh konsentrasi yang baik. Oleh karena itu, kita harus memusatkan perhatian kita pada tujuan yang ingin dicapai. Jangan sampai perhatian terpengaruh hanya karena melihat teman kita sudah menyelesaikan hafalannya. Karena hal ini sangat mempengaruhi proses dalam menghafal.

¹⁰Abdul Aziz Mudzakir, *600 Jam Menjadi Hafiz Alquran*, (Bandung: Hakim, 2013), hlm.49.

3) Membuat Target

Membuat target dalam menghafal itu penting. Agar kita mempunyai tanggung jawab yang harus diselesaikan dan membuat semangat dalam proses menghafal. Misalnya dalam sehari kita membuat target harus bisa menghafal satu surah. Dan membagi jumlah surah agar dihafalkan dalam setiap selesai sholat lima waktu.

4) Berwudhu dan Membaca Alquran

Dalam menghafal Alquran, sebaiknya berwudhu terlebih dahulu dan membaca Alquran sebelum memulai untuk menghafal. Karena dengan begitu, hal ini dapat melatih kita juga dalam menghafal karena sedikit banyaknya sudah terlatih dengan bacaan-bacaan Alquran.

5) Mendengarkan Murottal

Dalam proses menghafal Alquran, biasanya penulis menghidupkan Murottal untuk didengar terlebih dahulu sebelum membaca ayat yang ingin dihafalkan. Hal ini dapat membantu daya ingat ketika kita lupa dalam proses menghafal.

6) Membaca Ayat yang Ingin dihafal Terlebih Dahulu

Sebelum menghafalkan ayat per ayat, sebaiknya dalam menghafal haruslah membaca ayat yang ingin dihafalkan terlebih dahulu kemudian mengulangi minimal 3 kali. Cara ini dapat membantu penulis dalam menghafal Alquran, karena ini dapat membantu penulis ketika lupa dengan ayat yang sudah dihafalkan. Karena sering penulis ulang-ulang ayatnya,

sedikit banyaknya ayat yang penulis baca akan tergambarkan dalam pikiran.

D. Faktor Pendorong dan Hambatan dalam Menghafal Alquran

Tidak sesederhana memutar telapak tangan untuk menghafal Al-Qur'an. Setiap orang yang ingin menghafalnya harus melalui kesulitan. Karena itu seseorang perlu untuk mengetahui faktor pendorong dan hambatan sebelum menghafal Alquran.

Faktor-faktor pendorong dalam menghafal Alquran adalah orang tua dan keluarga yang paling utama. Peran orang tua dalam menghafal Alquran sangat diperlukan sebagai motivasi. Selain itu faktor lingkungan juga mempengaruhi dalam proses menghafal Alquran. Berdasarkan pengamatan penulis, faktor pendukung terbagi menjadi dua, antara lain:

1) Faktor Internal

Faktor internal adalah keadaan jasmani dan rohani seseorang yang bersumber dari dalam. Berikut adalah beberapa hal yang dapat dikendalikan seseorang:

a. Bakat

Bakat merupakan komponen potensial dari seseorang yang dapat membantu orang tersebut mencapai kesuksesan di masa depan. Disini

seseorang yang memiliki bakat menghafal Al-Qur'an akan lebih tertarik dan lebih mudah untuk menghafalnya.

b. Motivasi Seseorang

Maksud dari motivasi disini adalah keadaan internal yang mendorong untuk melakukan sesuatu. Seseorang yang menghafal Al-Qur'an mungkin terinspirasi oleh kecintaannya pada buku.

c. Kecerdasan

Kemampuan psikis untuk bereaksi atau menyesuaikan diri melalui cara yang tepat. Kecerdasan yang tinggi dapat mempengaruhi proses menghafal yang dilakukan.

d. Usia yang Tepat

Menurut penelitian, ingatan anak lebih baik daripada ingatan orang dewasa. Otak manusia masih relatif segar dan bersih pada usia muda, sehingga lebih terkonsentrasi, tidak terlalu banyak bekerja, dan memiliki lebih sedikit tekanan mental. Usia optimal adalah antara usia 5 dan 23 tahun.

2) Faktor Eksternal

Faktor eksternal adalah kondisi atau keadaan di lingkungan sekitar seseorang. Artinya faktor eksternal juga dapat membantu Anda sukses dalam menghafal Al-Qur'an. Faktor eksternal meliputi:

- a. Tersedianya guru qiraah maupun guru tahfidz

Peran seorang guru dalam memberikan pengarahan kepada seorang siswa berdampak signifikan terhadap kemampuannya dalam menghafal Al-Qur'an. Aspek ini sangat bermanfaat untuk kelancaran memori seseorang.

- b. Faktor Lingkungan Sosial (Organisasi dan Keluarga)

Lingkungan mempengaruhi tingkat semangat yang dimiliki seseorang untuk belajar. Lingkungan sekitar yang mendukung kegiatan tahfidzul Quran akan memberikan stimulus positif bagi seseorang yang lebih baik dan serius dalam menghafal Alquran.¹¹

Adapun faktor penghambat dalam menghafal Alquran adalah:

1. Kesehatan

Menghafal Al-Qur'an bermanfaat bagi kesehatan seseorang. Latihan menghafal memakan waktu lama, dan sangat penting untuk tidak menghalangi proses menghafal Al-Qur'an yang sedang berlangsung.

2. Aspek Psikologis

Faktor penghambat dalam menghafal bersumber dari diri sendiri, seperti pasif, pesimis, putus asa, bergantung pada orang lain cenderung materealistik.

3. Tidak Adanya Motivasi

¹¹ Muhibbin Syah, *Psikologi Pendidikan Dengan Pendekatan Baru*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2000), hlm. 40.

Kurangnya motivasi dalam menghafal Alquran adalah faktor yang paling menghambat dalam menghafal Alquran. Kegagalan yang sering terjadi berawal dari tidak adanya motivasi.

E. Fungsi Menghafal Alquran

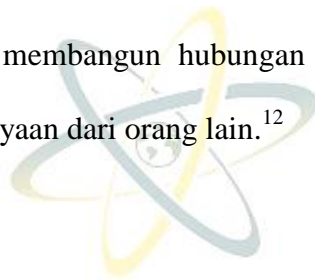
Al-Qur'an adalah kitab yang diberikan kepada Nabi Muhammad oleh malaikat Jibril untuk dijadikan pedoman hidup. Hubungan manusia dengan Allah SWT (*Habluminallah*), hubungan manusia dengan manusia lain (*Habluminannas*), dan hubungan manusia dengan alam semuanya diatur dalam berbagai petunjuk dan prinsip Al-Qur'an.

Segala sesuatu yang diciptakan oleh Allah SWT pasti mempunyai manfaat, karena Alquran mengandung pokok ajaran supaya seluruh tata kehidupan menjadi teratur. Disamping itu, membaca Alquran merupakan amalan yang sangat mudah untuk dilakukan setiap haridan mendatangkan pahala, bahkan bagi seseorang yang diam dan menyimak dari bacaan Alquran juga mendapatkan pahala.

Tujuan Al-Qur'an tidak terbatas sebagai kitab suci yang hanya bisa dibaca; itu juga dapat digunakan untuk meningkatkan kepribadian seseorang ke tingkat yang baru. Menurut penelitian yang dilakukan di Arab Saudi, menghafal Al-Qur'an dapat meningkatkan keterampilan siswa, khususnya siswa di sekolah, dan memiliki dampak yang baik pada tingkat prestasi. Berikut ini adalah beberapa keuntungan dari menghafal Al-Qur'an:

1. Mempunyai pikiran yang jernih.

2. Kekuatan memori yang tinggi.
3. Mendapatkan ketenangan dan kondisi psikologi yang stabil perasaan senang dan bahagia.
4. Terhindar dari rasa takut, sedih dan kecemasan.
5. *Public Speaking* yang terlatih.
6. Meningkatkan sistem kekebalan tubuh.
7. Kemampuan untuk membangun hubungan sosial yang lebih baik dan memperoleh kepercayaan dari orang lain.¹²



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

¹²<https://ummulqurodepok.sch.id/2020/11/18/manfaat-menghafal-al-quran-bagi-kesehatan-psikis/>.



UIN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN