



Problematika Hafalan Juz 'Amma: Studi Kasus Santri Kelas 2 Madrasah Diniyah Pondok Pesantren An-Nur 2 Malang

Farhan Muzakki Fakhridana¹, Siti Nur Azizah², Annisa³, Sabrina Nur Haliza⁴
^{1,2,3,4} Universitas Al-Qolam Malang

Histori Naskah

Diserahkan:
20-01-2026

Direvisi:
10-03-2026

Diterima:
27-04-2026

Keywords

ABSTRACT

The cognitive load problem was experienced by 2nd grade students of Madrasah Diniyah Pondok Pesantren An-Nur 2 Malang, showed by a decrease in the quality of Juz 'Amma memorization due to physical and mental fatigue. This study aims to analyze psychological problems in the process of memorizing Juz 'Amma and examine the effectiveness of psycho-pedagogical interventions in solving problems. This research method uses a qualitative approach with a case study method. The data source was determined through the purposive sampling technique, which involved students and tahfizh teachers. Data collection techniques were carried out comprehensively through participant observation, in-depth interviews, and documentation studies. Furthermore, the data were analyzed using interactive models (Miles, Huberman, and Saldana) which included the stages of data condensation, data presentation, and conclusion drawn, and tested for validity using triangulation of sources and techniques. The results of the study show that the difficulty in memorizing students purely stems from cognitive fatigue which triggers a decrease in motivation. To overcome this, psycho-pedagogical synergy has proven to be effective through external scaffolding of teachers (Talaqqi and Sim'i methods) and internal strategies of students (Wahdah method). In conclusion, memorization barriers are an accumulation of psychological and neurobiological factors that require adaptive handling. This study recommends a paradigm shift towards Differentiated Learning through the provision of halaqah zones and silent zones so that pedagogical interventions are more humane and on target.

: Cognitive Load, Memorization of Juz 'Amma, Differentiated Learning, Psychopedagogical Education

ABSTRAK

Problem beban kognitif dialami oleh santri kelas 2 Madrasah Diniyah Pondok Pesantren An-Nur 2 Malang, yang ditunjukkan oleh penurunan kualitas hafalan Juz 'Amma akibat kelelahan fisik dan mental. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis problematika psikologis dalam proses hafalan Juz 'Amma serta mengkaji efektivitas intervensi psiko pedagogis dalam menyelesaikan masalah. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Sumber data ditentukan melalui teknik purposive sampling, yang melibatkan santri dan guru pengampu tahfizh. Teknik pengumpulan data dilakukan secara komprehensif melalui observasi partisipan, wawancara mendalam, dan studi dokumentasi. data dianalisis menggunakan model interaktif (Miles, Huberman, dan Saldana) yang meliputi tahap kondensasi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan, serta diuji keabsahannya menggunakan triangulasi sumber dan teknik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesulitan hafalan santri murni bersumber dari kelelahan kognitif yang memicu penurunan motivasi. Mengatasi hal ini, sinergi psiko pedagogis terbukti efektif melalui scaffolding eksternal guru (metode Talaqqi dan Sim'i) serta strategi internal santri (metode Wahdah). Kesimpulannya, hambatan hafalan merupakan akumulasi faktor psikologis dan neurobiologis yang membutuhkan penanganan adaptif. Penelitian ini merekomendasikan pergeseran paradigma menuju Pembelajaran Berdiferensiasi melalui penyediaan zona halaqah dan zona hening agar intervensi pedagogis lebih manusiawi dan tepat sasaran.

Kata Kunci : Beban Kognitif, Hafalan Juz 'Amma, Pembelajaran Berdiferensiasi, Psiko pedagogis

Corresponding Author : Siti Nur Azizah, e-mail: nouraizza99@gmail.com

PENDAHULUAN

Era Islam saat ini sudah berada pada situasi kecermatan berfikir yang menginginkan keseimbangan antara penerapan pembelajaran tradisi keilmuan klasik dengan kebutuhan perkembangan psikologis peserta didik. Pembelajaran Al-Qur'an dipesantren, khususnya program tahfizh Qur'an berada di segmen strategis dalam pembentukan karakter spiritual dan disiplin santri. Zaman modern ini, lembaga pendidikan pesantren mulai mengimplementasikan sistem pendidikan yang terintegrasi dengan mengkolaborasikan kurikulum formal dan diniyah. Harapan integrasi ini dapat meningkatkan kompetensi akademik santri. Namun terjadi ketidakseimbangan pada penerimaan kognitif santri yang kerap menginginkan adaptasi kognitif dan fisik yang intens dengan kompleksitas pendidikan di mana ilmu agama harus berjalan beriringan dengan standar akademik yang semakin kompetitif.

Kompleksitas tersebut terjadi dalam praktik di madrasah diniyah pondok pesantren An-Nur 2 Al-Murtadlo Malang. Santri kelas 2 Diniyah, yang rata-rata berusia 13–14 tahun (fase remaja awal), dihadapkan pada beban ganda (*double burden*) dari sekolah formal dan kewajiban hafalan dipesantren khususnya program tahfidz. Observasi lapangan menunjukkan adanya perubahan signifikan pada kualitas hafalan Juz 'Amma, yang ditampakkan dalam bentuk kelelahan fisik, kantuk di kelas, hingga kesulitan menjaga hafalan lama (*muraja'ah*). Situasi ini diperparah oleh kerentanan psikologis remaja yang sedang mengalami perkembangan fungsi eksekutif otak, membuat mereka sensitif terhadap tekanan akademik dan kelelahan (Syafani & Charissa, 2026)

Penelitian terdahulu telah memaparkan beberapa dinamika fluktuasi pembelajaran di pesantren. Penelitian (Saputra A., Waskito P., 2023) menekankan bahwa manajemen pembelajaran yang terstruktur dan sistem *reward* sangat krusial dalam menjaga motivasi santri. Lalu penelitian (Nugraheni, et al., 2018) mengelaborasi interaksi yang sering dengan Al-Qur'an justru berfungsi sebagai mekanisme koping untuk menurunkan stres akademik. Lalu dari penelitian (Darda, Abu, 2019) (Efendi, 2021) menguraikan hasil bahwa keberhasilan menghafal santri bergantung pada kontrol diri, motivasi, dan faktor internal santri. Secara umum, penelitian-penelitian tersebut menunjukkan bahwa kolaborasi antara dukungan lingkungan dan motivasi pribadi adalah kunci keberhasilan tahfizh.

Perbedaan mendasar sekaligus kebaruan dari penelitian ini adalah fokus objek formalnya. Penelitian terdahulu masih menyoroti aspek motivasi dan stres secara terpisah pada level umum. Spesifik belum teranalisa kajian yang membedah problematika hafalan Juz 'Amma yang mengganggu akibat beban kognitif ganda (sekolah formal dan kewajiban diniyah) di tingkat madrasah. Peneliti hadirkan sudut pandang yang berbeda untuk mengisi celah akademis tersebut dengan menggunakan analisis psiko-pedagogis pada santri kelas 2 Madrasah Diniyah Pondok Pesantren An-Nur 2 Malang. Pendekatan ini selaras dengan judul penelitian. bukan hanya mendiagnosis penurunan kualitas hafalan Juz 'Amma sebagai masalah teknis, melainkan membedah akar psikologis dan evaluasi pedagogis di faktor lainnya

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis problematika hafalan Juz 'Amma pada santri kelas 2 Madrasah Diniyah Pondok Pesantren An-Nur 2 Al-Murtadlo Malang dari perspektif psiko-pedagogis. Secara khusus penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor internal dan eksternal yang mempengaruhi kualitas hafalansantri, menganalisis dampak kelelahan kognitif terhadap kemampuan mempertahankan hafalan, dan merumuskan strategi pedagogis yang lebih adaptif dalam pembelajaran tahfizh di lingkungan pesantren. Peneliti memilih pendekatan ini untuk memberikan analisis yang lebih menyeluruh, tidak hanya menentukan apa masalahnya, tetapi mengapa masalah itu terjadi dari sudut pandang perkembangan remaja dan pedagogi Islam. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan mampu merumuskan rekomendasi strategi pembelajaran tahfizh yang lebih baik



dan nyaman untuk santri, adaptif terhadap kondisi fisik santri, dan objektif dalam evaluasi, sehingga tradisi hafalan dapat tetap lestari tanpa mengorbankan kesejahteraan psikologis santri.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus untuk mencerna fenomena problematika hafalan dipesantren. Mengacu sudut pandang Creswell dan Poth, penelitian kualitatif adalah suatu pendekatan untuk mengeksplorasi dan memahami makna yang muncul dari individu atau kelompok dalam konteks sosial tertentu (Sari, M. N., Abdillah, L. A., 2024). Mereka menekankan bahwa penelitian kualitatif melibatkan pengumpulan data yang kaya dan interpretasi mendalam untuk mengungkap perspektif subjek. Lokasi penelitian bertempat di Madrasah Diniyah Pondok Pesantren An-Nur 2 Al-Murtadlo Bululawang Malang. Pemilihan lokasi didasarkan pada karakteristik pesantren yang menerapkan sistem pendidikan formal dan diniyah dengan populasi santri yang cukup besar dengan sistem pendidikan terintegrasi.

Subjek penelitian ditentukan melalui teknik *purposive sampling*, Mengacu pada pandangan Sugiyono (2019), *purposive sampling* adalah teknik penentuan informan dengan pertimbangan dan kriteria spesifik agar data yang digali lebih kaya dan representatif (Agustiningih & Hartati, 2023). Berdasarkan landasan tersebut, informan dipilih secara sengaja, meliputi 5 orang santri kelas 2 Madrasah Diniyah usia 13–14 tahun yang secara riil menunjukkan fluktuasi kemampuan hafalan, serta guru pengampu tahfizh sebagai informan kunci. Pengumpulan data dilakukan mengacu pada pandangan Creswell dan Poth (Sari, M. N., Abdillah, L. A., 2024) dimana penelitian kualitatif menuntut peneliti untuk terjun ke lapangan melalui serangkaian metode pengumpulan data yakni melalui tiga teknik utama yakni observasi partisipan, dimana peneliti mengamati langsung proses pembelajaran, tingkat fokus, dan kondisi fisik santri di kelas. Wawancara mendalam dengan guru terkait metode pembelajaran dan sistem evaluasi, serta dengan santri mengenai pengalaman subjektif dan hambatan yang dirasakan, serta studi dokumentasi berupa matriks jadwal harian dan buku setoran hafalan untuk melacak progress santri.

Data yang dikumpulkan lalu dianalisis menggunakan model analisis interaktif dari Miles, Huberman, dan Saldana. Proses analisis ini terdiri dari tiga alur secara bersamaan, yakni kondensasi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan (Wicaksono & Harris, 2026). Analisis difokuskan secara tajam mengkorelasikan temuan empiris di lapangan dengan kerangka teoritis psiko pedagogi. Langkah berikutnya menguji validitas data tersebut. Menurut Maleong teknik pemeriksaan data tersebut terdiri atas perpanjangan pengamatan, peningkatan ketekunan, dan Triangulasi (Husnullail, Risnita, 2024). Data diuji menggunakan triangulasi sumber (santri, guru) dan teknik (observasi, wawancara, dokumentasi). Penelitian ini menerapkan triangulasi sumber, yakni dengan melakukan *cross-check* informasi antara santri dan guru, serta triangulasi teknik, yaitu dengan membandingkan dan mengintegrasikan hasil dari observasi, wawancara, dan studi dokumentasi." Selanjutnya, data dianalisis menggunakan model interaktif Miles, Huberman, dan Saldana yang meliputi penyederhanaan data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari penelitian ini memaparkan perubahan psikologis dan pedagogi santri dalam proses pembelajaran Al-Qur'an pada program tahfidz di Madrasah Diniyah Pondok Pesantren An-Nur 2 Al-Murtadlo Bululawang Malang. Hasil penelitian yang diperoleh lalu dianalisis menggunakan teknik analisis model interaktif Miles, Huberman, dan Saldana. Data penelitian diperoleh melalui observasi partisipan, dokumentasi, dan wawancara yang hasilnya direduksikan lalu disajikan dalam bentuk naratif untuk menarik kesimpulan yang akurat.



Analisis difokuskan pada tiga dimensi utama yaitu dinamika perilaku santri, peran guru dalam metode tahfizh, dan analisis psikologis hambatan menghafal. Berikut pemaparan hasil temuan dan pembahasannya.

Hasil penelitian yang diperoleh melalui observasi, partisipan, dokumentasi, dan wawancara kemudian dianalisis menggunakan model interaktif Miles, Huberman, dan Saldana. Analisis difokuskan pada tiga dimensi utama yaitu dinamika perilaku santri, peran guru, dalam metode tahfidz, dan analisis psikologis hambatan menghafal, dengan tujuan untuk mengungkap faktor-faktor yang memengaruhi kualitas hafalan Juz ‘Amma.

A. Problematika Multidimensional dalam Hafalan Juz ‘Amma: Aspek Psikologis, Lingkungan Belajar, dan Pedagogi

Berdasarkan hasil reduksi data observasi, ditemukan bahwa tingkat keterlibatan santri sangat tinggi. Secara serentak, kelima subjek menunjukkan atensi penuh dengan menyimak nasehat guru. Namun, terdapat temuan menarik terkait preferensi lingkungan belajar.

Tabel 1. Rekapitulasi Ceklis Observasi Perilaku Santri Kelas 2 Madrasah Diniyah Pondok Pesantren An-Nur 2 Al-Murtadlo

No	Aspek Observasi	Frekuensi (Ya)	Temuan Lapangan
1.	Atensi & Fokus	5 dari 5 Santri	Seluruh santri menyimak nasehat dan materi guru dengan seksama.
2.	Antusiasme	5 dari 5 Santri	Terlihat semangat tinggi dalam menyetorkan hafalan.
3.	Interaksi (Scaffolding)	5 dari 5 Santri	Seluruh santri aktif meminta bantuan guru saat kesulitan.
4.	Preferensi Sosial	4 dari 5 Santri	Mayoritas memilih menghafal bersama teman (komunal).
5.	Kemandirian (Murojaah)	4 dari 5 Santri	Satu santri mengalami kendala manajemen waktu di luar kelas.

Berdasarkan Tabel 1, dapat dilihat bahwa keterlibatan santri di dalam kelas sangat tinggi. Namun, data pada poin ke 4 menunjukkan adanya variasi preferensi sosial yang menarik untuk dikupas lebih lanjut. Data lapangan menunjukkan dominasi preferensi belajar komunal. Empat dari lima subjek (Santri Z, A, N, dan I) secara spesifik memilih menghafal bersama teman. Hal ini menunjukkan bahwa bagi kebanyakan santri memilih kehadiran teman sebayanya yang dijadikan sistem pendukung yang meningkatkan semangat. Sebaliknya, ditemukan pengecualian pada Santri I, yang memilih menghafal sendirian. Dalam catatan observasinya, Santri I menuliskan alasan bahwa lebih tenang & lebih mudah fokus, tidak ada pengganggu. Temuan ini menegaskan bahwa tidak semua santri cocok adanya keramaian santri dan belajar bersama teman sebayanya dengan gaya belajar soliter atau gaya belajar intrapersonal yang membutuhkan ketenangan untuk mencapai fokus optimal.

Selain data ceklis, penelitian ini mendalami kualitas interaksi antara guru dan santri melalui catatan naratif (*verbatim*) yang tertuang dalam lembar observasi. Berikut adalah matriks temuan kualitatif yang dikelompokkan berdasarkan tema.

Tabel 2. Matriks Temuan Kualitatif dan Interpretasi Psikopedagogis.

Tema Utama	Data Narasi (Kutipan/Catatan Subjek)	Interpretasi Psiko-Pedagogis
Hambatan Internal (Will)	"Tidak sulit, tetapi sering malas." (Santri Z) "Karena malas." (Santri Ai)	Masalah bukan pada kapasitas kognitif (IQ), melainkan pada <i>volition</i> (regulasi diri/kemauan).

Hambatan Situasional	"Tidak ada waktu." (Santri N)	Beban ganda (<i>cognitive load</i>) menyebabkan manajemen waktu menjadi isu krusial.
Kebutuhan Lingkungan	"Lebih tenang & lebih mudah fokus, tidak ada pengganggu." (Santri I)	Tipe santri introver memandang interaksi sosial sebagai distruksi, bukan motivasi.
Kritik Metode	"Adanya ketidakpahaman dalam menjelaskan suatu materi." (Santri Z)	Kebutuhan akan variasi komunikasi instruksional guru agar lebih konkret.

Mengacu pada kerangka analisis, data pada tabel 2 menunjukkan bahwa peran guru sangat krusial sebagai *scaffolder*. Seluruh informan mengaku selalu dibantu guru saat kesulitan. Dalam perspektif Vygotsky, guru di PP An-Nur 2 berhasil bekerja di wilayah *Zone of Proximal Development* (ZPD), yaitu memberikan bantuan tepat saat santri mengalami kemacetan ("stuck") dalam hafalan, sehingga menurunkan tingkat frustrasi santri dan membantu mengatasi kesulitan dalam hafalan.

Meskipun demikian, kritik dari Santri Z mengenai "ketidakpahaman materi" menjadi catatan evaluatif. Hal ini menyiratkan bahwa metode ceramah atau penjelasan verbal saja mungkin belum cukup bagi sebagian santri yang membutuhkan pendekatan visual atau praktik langsung yang lebih konkret (usia 13-14 tahun) ke operasional formal (usia remaja) agar lebih akurat sesuai teori piaget. sesuai tahap transisi dari perkembangan operasional formal (usia 13-14 tahun fase remaja awal).

Problem utama yang terungkap dalam penelitian ini bukan terletak pada kapasitas kognitif santri dalam menghafal Juz 'Amma, melainkan pada ketidaksinkronan antara faktor psikologis internal, pengelolaan beban belajar, dan pendekatan pedagogis yang digunakan. Secara internal, hambatan dominan berupa lemahnya regulasi diri (*volition*) yang termanifestasi dalam kemalasan dan rendahnya disiplin murojaah, diperparah oleh keterbatasan manajemen waktu akibat beban aktivitas yang berlapis. Pada level lingkungan belajar, terdapat heterogenitas preferensi—sebagian santri terbantu oleh setting komunal sebagai sumber motivasi sosial, sementara sebagian lain justru membutuhkan kondisi soliter untuk mencapai fokus optimal. Di sisi pedagogis, meskipun peran guru sebagai fasilitator dalam kerangka *scaffolding* telah berjalan efektif (khususnya dalam merespons kesulitan santri di momen kritis), metode instruksional yang cenderung verbal belum sepenuhnya adaptif terhadap kebutuhan kognitif-perkembangan santri usia remaja awal yang menuntut pendekatan lebih konkret dan variatif. Dengan demikian, problem yang sesungguhnya bersifat multidimensional: kombinasi antara defisit regulasi diri, kompleksitas beban belajar, ketidaksesuaian gaya belajar, dan keterbatasan diferensiasi metode pembelajaran.

B. Analisis Kritis Problematika Hafalan: Integrasi Regulasi Diri, Beban Belajar, dan Diferensiasi Pedagogis

Berdasarkan sintesis antara temuan kualitatif dengan metode studi kasus, penelitian ini menegaskan bahwa keberhasilan pembelajaran Juz 'Amma pada program Tahfidz Dimadrasah Diniyah An-Nur 2 Al-Murtadlo Bululawang Malang tidak terjadi secara terpisah, melainkan terbentuk melalui sebuah sistem ketergantungan positif (*Positive Interdependence System*), di mana keberhasilan individu santri terkait erat dengan dukungan dari lingkungan sekitarnya. Secara teori, interaksi intensif antara santri dan guru dalam proses setoran hafalan merefleksikan penerapan konsep *Scaffolding* dalam teori perkembangan sosiokultural Vygotsky. Guru tidak sekadar berfungsi sebagai penguji, melainkan bertindak sebagai *More Knowledgeable Other* (MKO) yakni guru yang memberikan bantuan responsif ketika santri berada dalam *Zone of Proximal Development* (ZPD) atau fase kesulitan (Alamsyah et al., 2022). Secara operasional, peran guru sebagai *More Knowledgeable Other* (MKO) terealisasi

melalui integrasi metode *Talaqqi* (tatap muka) dan *Sim'i* (menyimak). Proses *Talaqqi*, dimana guru membenarkan makhraj dan tajwid santri secara langsung, merupakan bentuk *direct scaffolding* yang berfungsi mengoreksi kekeliruan kognitif secara *real-time* (Munawaroh, S. 2020). Sementara itu, penerapan metode *Sim'i* baik melalui audio maupun bacaan guru berperan sebagai *auditory scaffolding* yang efektif memperkuat retensi hafalan. Metode ini membangun memori fonologis santri terlebih dahulu, sehingga beban kognitif saat menghafal mandiri menjadi lebih ringan karena santri sudah memiliki 'rekaman' bacaan yang benar di benak mereka (Nasution A.R., 2024). Kombinasi kedua metode ini memastikan santri tidak dilepas begitu saja, melainkan dituntun secara bertahap menuju kemandirian melalui proses *fading* (pengurangan bantuan secara bertahap). Hal ini membuktikan bahwa dukungan eksternal dari guru menjadi faktor determinan yang menjaga stabilitas motivasi santri di tengah tantangan kognitif menghafal Juz 'Amma.

Ditinjau dari dimensi psikologis, temuan mengenai hambatan santri mengungkap aspek krusial terkait kesadaran metakognitif. Keluhan santri mengenai kelelahan dan rasa malas ini sejatinya memiliki basis neurobiologis yang kuat dan bukan sekedar pendapat subjektif santri semata. Memasuki rentang usia remaja, beban ganda yang diterima santri saat pembelajaran disekolah formal dan diniyah ini, dapat memicu kelelahan fisik yang merangsang produksi hormon stres yaitu kortisol. Peningkatan kadar kortisol ini dapat menghambat fungsi *hippocampus*, yakni bagian otak yang bertanggung jawab vital dalam proses penguatan memori jangka panjang. Dampaknya, fenomena yang terlihat dipermukaan terlihat sebagai kemalasan atau penurunan motivasi belajar, yang mana pada dasarnya itu adalah bentuk mekanisme biologis otak yang sedang mengalami kelebihan beban kognitif (Kitsantas et al., 2025), sehingga daya ingat otak untuk menyerap hafalan menurun secara drastis.

Metode santri untuk meringankan beban ganda dengan menerapkan metode wahdah sebagai strategi kognitif mandiri yang dilakukan dengan cara mengulang ayat satu per satu secara berulang hingga dapat dihafal. Cara ini dilakukan menekankan pada pengulangan ayat satu per satu secara berulang sampai hafal dalam ingatan. Maka metode wahdah ini sangat relevan jika ditinjau dari perspektif Teori Beban Kognitif (*Cognitive Load Theory*). Menurut John Sweller, memori kerja (*working memory*) manusia memiliki kapasitas terbatas dalam memproses informasi baru (Syagif, 2024). Metode wahdah ini dilakukan santri dengan cara memecah ayat ayat panjang menjadi segmen kecil yang mudah dihafal lalu mengulanginya sampai hafal, sehingga cara ini efektif untuk menyederhanakan beban kognitif intrinsik (*intrinsic load*). Hal ini dapat mencegah terjadinya kemacetan pada pemrosesan informasi, sehingga santri dapat memindahkan hafalan dari memori jangka pendek ke memori jangka panjang dengan lebih efisien tanpa mengalami kelelahan mental.

Pengakuan jujur Santri Z dan I pada tabel 2 yang menyatakan kendala mereka bersumber dari rasa malas dan bukan ketidakmampuan berpikir, ini menandakan bahwa santri telah memiliki kemampuan metakognitif untuk mengenali hambatan diri yang baik. Analisis ini diperkuat dengan meninjau fase perkembangan kognitif santri. Berdasarkan teori Jean Piaget, santri usia 13-14 tahun baru memasuki tahap transisi menuju operasional formal (Pakpahan, Saragih, 2022). Pada kondisi ini, kemampuan metakognisi mengatur diri memang mulai berkembang namun belum sepenuhnya stabil, sehingga naik turunnya motivasi adalah hal yang wajar bagi anak. Situasi ini semakin rumit ketika dihadapkan pada keterbatasan biologis rentang konsentrasi (*Attention Span*). Mengacu pada formula neurokognitif, durasi fokus efektif remaja adalah usia dikalikan dua menit yang berarti santri hanya mampu mempertahankan konsentrasi penuh selama kurang lebih 26–28 menit dalam satu sesi. Apabila durasi *halaqah* atau setoran dipaksakan melebihi batas ini tanpa jeda kognitif (*brain break*), seperti berjalan santai atau bernafas dalam-dalam, maka otak akan mengalami *shutdown* dan kelelahan otak. Perilaku yang sering dilabeli sebagai malas atau tidak serius pada dasarnya



merupakan indikator sistem kerja otak santri telah melampaui ambang batas ketahanan fokusnya. Studi psikologi pendidikan mengungkap fenomena ini berkaitan erat dengan *Self-Regulated Learning* (SRL). Penelitian dari (Kitsantas et al., 2025) menerangkan bahwa pelajar yang sukses bukanlah mereka yang tidak memiliki hambatan, melainkan mereka yang sadar akan pengaturan dirinya. Pendekatan guru tidak seharusnya berfokus pada perbaikan materi semata, melainkan pada intervensi motivasional (*behavioral intervention*) untuk meningkatkan *volition* atau kemauan belajar santri, sebagaimana disarankan dalam teori determinasi diri (Sa'diyah et al., 2025).

Ditinjau dari dimensi pedagogis, praktik pedagogi di lokasi penelitian menunjukkan penerapan pembelajaran yang adaptif sesuai dengan kebutuhan santri. Keluwesan guru yang diberikan secara mandiri kepada santri I untuk menghafal ditempat berbeda agar mengurangi gangguan yang memecah fokus, sembari memfasilitasi santri lain dalam *halaqah* kelompok yang merefleksikan pemahaman mendalam terhadap strategi pengaturan lingkungan (*Environmental Structuring*). Fenomena keberhasilan hafalan sangat dipengaruhi oleh kemampuan santri dalam memodifikasi lingkungan fisik agar sesuai dengan kebutuhan kognitif mereka (Darda, Abu, 2019). Guru tidak memaksakan kesamaan metode, melainkan bertindak sebagai fasilitator yang mengakomodasi segala model prioritas santri dalam manajemen fokus dan perhatian mereka, di mana sebagian santri membutuhkan menyendiri untuk fokus (*deep work*), sementara yang lain memerlukan interaksi teman sebaya sebagai bentuk *peer-scaffolding*.

Problematika hafalan Juz 'Amma pada santri tidak bersumber pada keterbatasan kognitif, melainkan pada interaksi kompleks antara regulasi diri, manajemen beban belajar, dan adaptasi pedagogis. Temuan empiris menegaskan bahwa hambatan utama berupa kemalasan dan keterbatasan waktu merefleksikan lemahnya *self-regulated learning*, bukan ketidakmampuan intelektual, sementara variasi preferensi belajar—komunal dan soliter—mengindikasikan adanya kebutuhan diferensiasi lingkungan belajar yang belum sepenuhnya terstruktur secara sistematis. Dalam konteks ini, peran guru sebagai fasilitator yang bekerja dalam kerangka *scaffolding* sebagaimana dikemukakan Lev Vygotsky telah berjalan efektif pada level interaksi mikro (membantu saat kesulitan), tetapi belum sepenuhnya berkembang pada level desain pembelajaran yang adaptif terhadap keragaman gaya belajar dan kebutuhan perkembangan kognitif santri. Selain itu, kritik terhadap metode penyampaian materi menunjukkan bahwa pendekatan instruksional yang dominan verbal belum sepenuhnya kompatibel dengan karakteristik santri usia transisi menuju tahap operasional formal menurut Jean Piaget, yang menuntut representasi lebih konkret dan variatif. Dengan demikian, problem yang terjadi bersifat sistemik: bukan kegagalan individu, melainkan keterbatasan dalam integrasi antara penguatan regulasi diri santri, pengelolaan beban belajar, dan diferensiasi strategi pedagogis yang responsif terhadap heterogenitas karakter belajar.

PENUTUP

Intisari Penelitian ini menyimpulkan bahwa problematika utama hafalan Juz 'Amma pada santri kelas 2 Madrasah Diniyah Pondok Pesantren An-Nur 2 Malang bukanlah bersumber dari kemalasan, melainkan akibat *cognitive overload* (kelelahan kognitif) yang memicu defisit motivasi. Beban ganda pengintegrasian pembelajaran sekolah formal dan diniyah secara psikologi menguras kapasitas memori dan rentang konsentrasi santri usia remaja, sehingga menyulitkan proses konsolidasi hafalan.

Merespons problematika tersebut, pendekatan psiko pedagogis terbukti menjadi solusi yang krusial. Keberhasilan menghafal terwujud melalui sinergi antara strategi internal santri dan intervensi eksternal guru. Secara pedagogis, intervensi guru melalui metode *Talaqqi* dan *Sim'i* berfungsi sebagai *scaffolding* yang efektif meringankan beban kerja memori santri



melalui koreksi langsung. Sementara itu, secara psikologis, penerapan metode *Wahdah* oleh santri berperan sebagai strategi pemecahan informasi menjadi segmen kecil yang menjaga proses kognitif tetap berada dalam batas kapasitas mereka. Dengan demikian, sinkronisasi antara dukungan lingkungan dan strategi kognitif personal merupakan kunci keberhasilan tahfizh di tengah padatnya beban akademik pesantren.

Bertolak dari temuan tersebut, peneliti mengajukan saran konstruktif agar paradigma pendampingan tahfizh bergeser dari pendekatan yang seragam menuju Pembelajaran Berdiferensiasi (*Differentiated Instruction*) yang lebih adaptif. Secara praktis, Institusi Madrasah Diniyah direkomendasikan untuk melakukan restrukturisasi lingkungan belajar dengan menyediakan dua zona terpisah, yakni zona halaqah untuk santri tipe sosial yang membutuhkan stimulasi audio, dan zona hening (*quiet zone*) bagi santri tipe soliter yang sensitif terhadap distraksi. Selain itu, para asatidz disarankan untuk memodifikasi manajemen waktu melalui teknik micro learning, yaitu membagi sesi setoran menjadi interval pendek maksimal 30 menit yang diselingi jeda kognitif (*brain break*) guna menjaga stabilitas atensi. Dengan langkah ini, intervensi pedagogis diharapkan tidak lagi menyamaratakan santri yang mengalami kelelahan mental dengan santri yang memiliki kendala kemampuan dasar, sehingga proses pendidikan menjadi lebih tepat sasaran dan manusiawi. Sebagai implikasi teoretis dan pijakan ke depan, disarankan bagi penelitian lanjutan untuk menguji efektivitas model zonasi dan micro-learning ini melalui pendekatan kuantitatif kuasi eksperimen guna mengukur signifikansi peningkatannya secara statistik. Di samping itu, kajian lanjutan dengan desain multikasus di berbagai tipologi pesantren sangat diperlukan untuk memperluas generalisasi temuan terkait beban kognitif santri dalam menghafal Al-Qur'an.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustiningsih, L., & Hartati, R. (2023). terhadap Keputusan Pembelian Produk Makanan pada Layanan Shopee. *Cakrawangsa Bisnis*, 4(2), 13–30. <https://journal.stimykpn.ac.id/index.php/cb/article/view/451>
- Alamsyah, Z., Afyuddin, M. S., Hartanto, E. B., & Ma'arif, M. S. (2022). Bi'ah Lughawiyah of al-Azhar Arabic Course in The Socio-Cultural Vygotsky. *Asalibuna*, 6(02), 1–18. <https://doi.org/10.30762/asalibuna.v6i02.2827>
- Darda, Abu, R. (2019). Self Regulation Student of Memorizing Al-Qur'an in Ma'had Al-Muqoddasah Litahfidzil Qur'an Nglumpang Mlarak Ponorogo. *Educan: Jurnal Pendidikan Islam*, 3(1), 1–20. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.21111/educan.v3i1.3558>
- Efendi, M. (2021). Faktor yang Mempengaruhi Motivasi Belajar Santri di Pondok Pesantren Darul Ilmi. *Vidya Karya*, 36(2), 92–98. <https://doi.org/https://doi.org/10.20527/jvk.v36i2.10295>
- Kitsantas, A., Bembenuity, H., Cleary, T. J., Alexander, P. A., DiBenedetto, M. K., Kaplan, A., Kolovelonis, A., Mandell, B. E., Martin, A. J., McCrudden, M. T., Panadero, E., Salisbury-Glennon, J. D., & Schunk, D. H. (2025). Barry J. Zimmerman's Enduring Legacy: The Inspiring Fusion of Self-Regulated Learning Theory, Practice, and Mentorship. *Educational Psychology Review*, 37(3), 1–25. <https://doi.org/10.1007/s10648-025-10052-0>
- M. Husnullail, Risnita, M. Syahrani Jailani, A. (2024). TEKNIK PEMERIKSAAN KEABSAHAN DATA DALAM RISET ILMIAH. *Journal Genta Mulia*, 15(2), 70–78. <https://ejournal.stkipbbm.ac.id/index.php/gm>
- Nasution A.R. (2024). Penerapan Metode Sima'I Dalam Memperkuat Hafalan Al-Qur'an Siswa Di Mts Madinatussalam Medan. *Jurnal Bilqolam Pendidikan Islam*, 5(1), 37–48.



- <http://jurnal.staiserdanglubukpakam.ac.id/index.php/bilqolam/article/view/299%0Ahttps://jurnal.staiserdanglubukpakam.ac.id/index.php/bilqolam/article/download/299/163>
- Nugraheni, Dian, Iqbal M Mabruuri, S. S. (2018). Efektivitas Membaca Al-Qur'an Untuk Menurunkan Stres Akademik Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Kebumen. *Intuisi Jurnal Psikologi Ilmiah*, 10(1), 59–71. <http://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/INTUISI>
- Pakpahan, F. H., & Saragih, M. (2022). Theory Of Cognitive Development By Jean Piaget. *Journal of Applied Linguistics*, 2(2), 55–60. <https://doi.org/10.52622/joal.v2i2.79>
- Sa'diyah, H., Isriyah, M., & Masyitoh, D. (2025). Pengembangan Nilai-nilai Budaya Tota'an Merpati berbasis Teori Self-Determination untuk Mengurangi Amotivasi Mahasiswa Angkatan 2021. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 4(8), 1675–1684. <https://doi.org/10.55681/sentri.v4i8.4523>
- Sari, M. N., Abdillah, L. A., Asmarany, A. I., Rakhmawati, I., Pattiasina, P. J., Kusnadi, I. H., & Hadikusumo, R. A. (2024). Metode penelitian kualitatif (Konsep & aplikasi). Mega Press Nusantara.
- Saputra AA, Z. M., & Waskito P. (2023). Penguatan Motivasi Belajar Santri Taman Pendidikan Al-Qur'an Melalui Bimbingan Dan Konseling Islam. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Khatulistiwa*, 6(2), 103–108. <http://jurnal.stkipppersada.ac.id/jurnal/index.php/JPMK>
- Syafani, M. R., & Charissa, O. (2026). Status Gizi dan Prestasi Belajar Remaja SMA : Peran Stres Akademik sebagai Efek Modifikasi. *Jurnal Skala Kesehatan*, 17(1), 113–119. <https://doi.org/DOI:10.31964/jsk.v17i1.538>
- Syagif, A. (2024). Teori Beban Kognitif John Sweller Dan Implikasinya Dalam Pembelajaran Bahasa Arab Pada Jenjang Pendidikan Dasar. *Pendidikan Dasar Dan Keguruan*, 5 No. 2, 93–105. <https://doi.org/https://doi.org/10.47625/fashluna.v5i2.883>
- Wicaksono, B. K., & Harris, T. (2026). TOFEDU : The Future of Education Journal The Implementation of Teacher Training Programs to Enhance Pedagogical Competence in Elementary Schools. *TOFEDU: The Future of Education Journal*, 5(1), 901–904. <https://doi.org/https://doi.org/10.61445/tofedu.v5i1.1586>