Jurnal Impresi Indonesia (JII)
p-ISSN: 2828-1284 e-ISSN: 2810-062x
Vol. 5. No. 8. Agustus 2026

Ketenangan Jiwa pada Praktik Tilawah Bersanad dalam Perspektif Psikologi Islam

Naufal Fadhlurrahman Arrafi*, Lukman Sumarna
International Open University, Indonesia
Email: naufalfadhlurrahmanabutsurayya@gmail.com*, lukmansumar1984@gmail.com

Keywords:
inner peace; sanad-based recitation; talaqqi; sanad; Islamic psychology.

Abstract
Quran recitation is a worship activity that is not only oriented towards ritual aspects, but also has strong psychological and spiritual dimensions. This study examines the experience of inner peace in the practice of sanad-based Quran recitation among participants of Markaz Qiroat 'Ashim Pekanbaru, starting from the phenomenon of Quran learning that does not only focus on the technical aspects of recitation, but also the spiritual dimension through the talaqqi and musyafahah methods connected to the sanad tradition of Islamic scholarship. This study uses a qualitative interpretative phenomenology (IPA) approach, with data obtained through participatory observation and in-depth interviews with three purposive informants to discover the psychological and spiritual meanings of the practice of sanad-based recitation. The results show that participants' experience of inner peace is formed through intense interaction with the Quran in talaqqi, increased spiritual closeness through understanding the sanad, and the emergence of a sense of security and confidence in reading the Quran—these interrelated psychological dynamics produce a calmer, more focused, and more stable inner state. These findings indicate that recitation with a sanad is not only a learning method, but also a psychological-spiritual practice that contributes to the participants' peace of mind from an Islamic Psychology perspective.

Kata Kunci:
ketenangan jiwa; tilawah bersanad; talaqqi; sanad; Psikologi Islam.

Abstrak
Tilawah Al-Qur'an merupakan aktivitas ibadah yang tidak hanya berorientasi pada aspek ritual, tetapi juga memiliki dimensi psikologis dan spiritual yang kuat. Penelitian ini mengkaji pengalaman ketenangan jiwa dalam praktik tilawah Al-Qur'an berbasis sanad pada peserta Markaz Qiroat 'Ashim Pekanbaru, berangkat dari fenomena pembelajaran Al-Qur'an yang tidak hanya berfokus pada aspek teknis bacaan, tetapi juga dimensi spiritual melalui metode talaqqi dan musyafahah yang terhubung dengan tradisi sanad keilmuan Islam. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologi interpretatif (IPA), dengan data diperoleh melalui observasi partisipatif dan wawancara mendalam terhadap tiga informan purposive untuk menemukan makna psikologis dan spiritual dari praktik tilawah bersanad. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengalaman ketenangan jiwa peserta terbentuk melalui interaksi intens dengan Al-Qur'an dalam talaqqi, meningkatnya kedekatan spiritual melalui pemahaman sanad, serta munculnya rasa aman dan keyakinan membaca Al-Qur'an — dinamika psikologis yang saling berkaitan ini menghasilkan kondisi

batin yang lebih tenang, fokus, dan stabil. Temuan ini menunjukkan bahwa tilawah bersanad tidak hanya metode pembelajaran, tetapi juga praktik psikologis-spiritual yang berkontribusi terhadap ketenangan jiwa peserta dalam perspektif Psikologi Islam.

PENDAHULUAN

Tilawah Al-Qur'an merupakan aktivitas ibadah yang tidak hanya berorientasi pada aspek ritual, tetapi juga memiliki dimensi psikologis dan spiritual yang kuat. Membaca Al-Qur'an secara rutin diyakini memberikan ketenangan batin, menurunkan tekanan psikologis, serta menghadirkan rasa damai dan kesejahteraan psikologis bagi individu (Abu-Rabi', 2003; Adz-Dzaky, 2020; K. Ahmad & Rasyid, 2022; M. Ahmad, 2019; Alwi, 2021).

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa interaksi dengan Al-Qur'an dapat memberikan efek relaksasi, mengurangi kecemasan, serta menstabilkan emosi. Namun sebagian besar kajian tersebut masih menempatkan tilawah sebagai aktivitas umum tanpa membedakan konteks pembelajaran yang melingkupinya, padahal tilawah dapat dilakukan melalui berbagai pendekatan, salah satunya pembelajaran berbasis sanad yang memiliki karakteristik lebih spesifik dan mendalam.

Dalam tradisi keilmuan Islam, sanad bukan hanya berfungsi sebagai rantai transmisi keilmuan, tetapi juga sebagai simbol otentisitas dan kesinambungan ilmu yang bersumber dari Rasulullah ﷺ. Pembelajaran tilawah berbasis sanad dilakukan melalui metode talaqqi dan musyafahah yang menekankan hubungan langsung guru-murid, sarat nilai adab dan pengalaman spiritual (M. Ahmad, 2019; Aminah et al., 2022; Azizah, 2019; Fauziyah & Wahyuni, 2020; Finlay, 2009).

Banyak Muslim telah mampu membaca Al-Qur'an sesuai kaidah tajwid, namun kemampuan tersebut tidak selalu disertai pemahaman mengenai asal-usul dan jalur transmisi (thariq) bacaan yang digunakan, maupun bagaimana autentisitasnya dijaga dalam tradisi keilmuan Islam.

Dalam tradisi qira'at, sanad menjadi sarana penjagaan otentisitas bacaan Al-Qur'an dari generasi ke generasi sekaligus jaminan epistemologis terhadap keabsahan bacaan yang diterima. Berdasarkan pengamatan awal peneliti di Markaz Qiroat 'Ashim Pekanbaru, terdapat perbedaan pengalaman peserta sebelum dan sesudah mengikuti pembelajaran tilawah bersanad. Sebelumnya, sebagian peserta telah terbiasa membaca Al-Qur'an secara rutin, namun masih menyimpan keraguan mengenai kualitas dan sumber bacaan yang dimiliki serta kesesuaiannya dengan tradisi qira'at yang diwariskan para ulama (K. Ahmad & Rasyid, 2022; Amin, 2018; Badri, 2018; Eatough & Smith, 2017; Fauzi, 2022).

Setelah mengikuti pembelajaran tilawah bersanad, peserta menunjukkan pengalaman berbeda: peningkatan kemampuan membaca yang disertai ketenangan batin, rasa aman, keyakinan, serta kedekatan spiritual yang lebih kuat dengan Al-Qur'an, menunjukkan kontribusi sanad yang lebih luas daripada sekadar aspek teknis bacaan.

Fenomena ini menarik dikaji dalam perspektif Psikologi Islam karena menunjukkan hubungan antara autentisitas ilmu, keyakinan terhadap sumber pengetahuan, dan ketenangan jiwa individu, di mana sanad dapat dipahami sebagai faktor yang membangun rasa yakin, aman, dan kebermaknaan spiritual yang berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) peserta.

Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengeksplorasi secara mendalam pengalaman subjektif peserta dalam praktik tilawah Al-Qur'an berbasis sanad, khususnya terkait ketenangan jiwa yang mereka rasakan, sekaligus memberikan kontribusi bagi pengembangan kajian Psikologi Islam dalam konteks pendidikan Al-Qur'an.

Kebaruan (novelty) penelitian ini terletak pada pengkajian tilawah bersanad sebagai fenomena psikologis-spiritual yang utuh dengan menggunakan pendekatan Interpretative Phenomenological Analysis (IPA), yang memungkinkan peneliti tidak hanya menggambarkan pengalaman informan tetapi juga menafsirkan makna di baliknya. Penelitian ini juga mengisi kesenjangan dengan menghubungkan praktik tilawah bersanad dengan konsep ṭuma'nīnah al-nafs dalam Psikologi Islam, serta menyoroti peran sanad sebagai faktor pembentuk rasa aman dan keyakinan spiritual yang berkontribusi terhadap ketenangan jiwa.

Permasalahan utama dalam penelitian ini adalah adanya kesenjangan antara idealitas tilawah al-Qur'an sebagai sumber ketenangan jiwa dengan kenyataan di lapangan, di mana sebagian santri justru mengalami stres, kecemasan, dan burnout. Kondisi ini menunjukkan adanya kontradiksi antara teori dan praktik, yang dapat dikategorikan sebagai evidence gap. Selain itu, penelitian ini juga menyentuh knowledge gap, sebab kajian tentang ketenangan jiwa melalui tilawah bersanad masih terbatas; penelitian yang ada lebih banyak menyoroti aspek teknis bacaan, sementara dimensi psikologis-spiritual belum banyak dikaji secara mendalam. Di samping itu, terdapat pula practical-knowledge gap, karena praktik talaqqi dan musyafahah diyakini memberi ketenangan jiwa, namun belum banyak didokumentasikan dalam riset psikologi Islam. Terakhir, penelitian ini menjawab population gap, mengingat sebagian besar penelitian masih berfokus pada konteks luar negeri, sementara populasi santri pesantren di Indonesia memiliki karakteristik unik yang berpotensi menghasilkan temuan baru. Dengan demikian, penelitian ini penting dilakukan untuk menjawab berbagai kesenjangan tersebut.

Penelitian ini bermaksud untuk mendalami pengalaman psikologis-spiritual santri, qari', dan penuntut ilmu yang melakukan tilawah bersanad. Melalui pendekatan kualitatif, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai bagaimana praktik talaqqi dan musyafahah berkontribusi pada pembentukan ketenangan jiwa. Dengan demikian, penelitian ini juga bermaksud menghadirkan bukti empiris tentang relevansi praktik Qur'ani otentik dalam merespons tantangan psikologis yang dihadapi generasi Muslim di era modern.

Tujuan utama penelitian ini adalah menggambarkan dinamika ketenangan jiwa yang dialami oleh santri dan qari' dalam praktik tilawah bersanad, serta mengidentifikasi faktor-faktor psikologis dan spiritual yang memengaruhi munculnya ketenangan jiwa melalui tilawah tersebut. Selain itu, penelitian ini bertujuan memberikan kontribusi teoritis bagi pengembangan psikologi Islam, khususnya dalam menjelaskan hubungan antara praktik Qur'ani dan kesejahteraan psikologis, sekaligus memberikan kontribusi praktis bagi lembaga pendidikan Islam dan pesantren dalam mengembangkan metode pembelajaran al-Qur'an yang lebih menenteramkan jiwa.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis fenomenologi interpretatif (Interpretative Phenomenological Analysis / IPA) *(Creswell & Poth, 2018; Smith, Flowers, & Larkin, 2009)*. Pendekatan ini dipilih karena fokus penelitian adalah menggali

pengalaman subjektif dan makna ketenangan jiwa yang dialami peserta tilawah bersanad melalui proses talaqqi dan musyafahah *(Smith & Osborn, 2007)*.

Variasi interpretatif dipilih karena penelitian ini tidak hanya menggambarkan pengalaman informan, tetapi juga menafsirkan makna di baliknya *(Smith, 2004)*. IPA memungkinkan peneliti memahami bagaimana individu memaknai ketenangan jiwa yang muncul dari interaksi dengan Al-Qur'an, guru bersanad, dan praktik ibadah yang dilakukan berulang *(Eatough & Smith, 2017)*.

Melalui IPA, peneliti berperan aktif sebagai interpretator, namun tetap menjaga *bracketing* atau kesadaran reflektif untuk meminimalisir bias personal selama proses analisis (Creswell, 2014, 2018).

Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan di Markaz Qiro'at 'Ashim Pekanbaru, dipilih karena kegiatan tilawah bersanad berlangsung intens dan terstruktur di bawah bimbingan guru bersanad, memberikan konteks ideal untuk mengamati pengalaman spiritual dan psikologis santri *(Ghalban, 2015)*.

Pengumpulan data dilaksanakan pada 25–31 Mei 2026 melalui wawancara mendalam, didukung observasi partisipatif selama peneliti terlibat sebagai pengajar di Markaz Qiroat 'Ashim Pekanbaru, sehingga posisi peneliti sebagai bagian dari lingkungan pembelajaran memungkinkan pengamatan yang lebih mendalam terhadap dinamika pembelajaran, interaksi antara guru dan peserta, serta berbagai pengalaman psikologis dan spiritual yang muncul selama proses tilawah bersanad berlangsung.

Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah santri peserta program tilawah bersanad yang memiliki pengalaman mendalam mengikuti pembelajaran dengan guru bersanad, ditetapkan menggunakan teknik *purposive sampling*, dengan mengacu pada kriteria inklusi dan eksklusi *(Patton, 2015)*.

Subjek dipandang sebagai *co-researcher* dalam memaknai fenomena, sehingga kriteria dipilih agar pengalaman mereka relevan dengan fokus penelitian *(Creswell & Poth, 2018)*.

1. **Kriteria Inklusi**
   a. Telah mengikuti program tilawah bersanad minimal 6 bulan.
   b. Pernah mengalami perubahan emosional atau spiritual terkait aktivitas tilawah.
   c. Bersedia menjadi partisipan dan mampu menjelaskan pengalamannya secara naratif.
   d. Berusia minimal 17 tahun.
2. **Kriteria Eksklusi**
   a. Peserta yang baru mengikuti program kurang dari 3 bulan.
   b. Tidak bersedia untuk direkam atau diwawancara mendalam.

Sumber Data

Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi data primer dan data sekunder *(Miles, Huberman, & Saldaña, 2014)*.

A. Data Primer

Data utama yang diperoleh melalui interaksi langsung dengan informan, berupa:

1. Transkrip wawancara mendalam mengenai pengalaman spiritual dan dinamika proses belajar.
2. Observasi partisipatif selama peserta melakukan talaqqi atau kelas tilawah.
3. Catatan lapangan tentang ekspresi non-verbal dan respon emosional peserta.

B. Data Sekunder

Data pendukung yang membantu memahami konteks penelitian:

1. Dokumen lembaga: jadwal talaqqi, kurikulum tilawah, aturan kelas.
2. Literatur tentang psikologi Islam, tilawah, dan fenomenologi.
3. Catatan guru atau pengajar terkait perkembangan peserta (jika tersedia).

Fokus Penelitian

Fokus penelitian adalah menggali dan memahami bagaimana ketenangan jiwa terbentuk dan dialami oleh peserta yang mengikuti tilawah bersanad, serta faktor-faktor yang memengaruhi pengalaman tersebut *(Creswell & Poth, 2018)*.Secara lebih spesifik, fokus penelitian mencakup:

1. Pengalaman subjektif peserta selama menjalani talaqqi/musyafahah.
2. Proses psikologis dan spiritual yang dialami ketika membaca Al-Qur'an bersama guru bersanad.
3. Dimensi ketenangan jiwa: kognitif, emosional, spiritual, dan perilaku.
4. Peran guru bersanad, suasana majelis Qur'ani, dan nilai adab dalam membentuk ketenangan tersebut.

Teknik Pengambilan Data

Pengambilan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan dokumentasi *(Creswell, 2014)* :

1. Wawancara Mendalam (*In-depth Interview*)

   Menggunakan format semi-terstruktur.

   Tahapan:

   a. Pendekatan awal dan building rapport
   b. Menyampaikan informed consent
   c. Wawancara 45–90 menit
   d. Perekaman audio (dengan izin)

   Hasil wawancara ditranskrip verbatim untuk dianalisis, mencakup pengalaman personal, perubahan emosi, dan makna religius yang dipahami peserta.
2. Observasi Partisipatif
   a. Dilakukan selama sesi *talaqqi*/kelas berlangsung.
   b. Panduan observasi: ekspresi wajah, gestur, intensitas interaksi dengan guru, respon emosional, suasana majelis.
   c. Data dituangkan dalam field notes segera setelah observasi.
3. Dokumentasi
   a. Mengumpulkan foto kelas, struktur kurikulum, jadwal talaqqi, serta dokumen pendukung lain.

Teknik Pengolahan dan Analisa Data

Analisis data dilakukan dengan pendekatan Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) *(Smith et al., 2009; Eatough & Smith, 2017)*:

Tahapan analisis meliputi: membaca dan meninjau ulang transkrip secara berulang untuk memahami gambaran umum pengalaman; memberi anotasi deskriptif, linguistik, dan konseptual; mengidentifikasi tema-tema emergen; mengelompokkan tema menjadi klaster makna (misalnya ketenangan emosional, adab kepada guru, spiritualitas Qur'ani); membangun narasi interpretatif; mengintegrasikan tema antar-informan menjadi superordinate themes; dan menyusun kesimpulan sementara yang diverifikasi melalui member check.

Analisis dilakukan secara simultan sejak data mulai terkumpul hingga tahap akhir.

Keabsahan dan Kredibilitas Data

Keabsahan dan kredibilitas data dijaga melalui triangulasi teknik dan sumber, *member check*, *peer debriefing*, refleksivitas peneliti, *audit trail*, dan *prolonged engagement (Lincoln & Guba, 1985; Creswell & Poth, 2018)*.

Triangulasi dilakukan dengan membandingkan data wawancara, observasi, dan dokumentasi; member check dengan mengecek ulang hasil interpretasi kepada informan; peer debriefing melalui konsultasi dengan dosen pembimbing; refleksivitas peneliti melalui refleksi pribadi untuk menghindari bias; serta audit trail dan prolonged engagement melalui interaksi yang cukup lama di lapangan.

Dengan cara-cara tersebut, proses penelitian dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

Ringkasan Bab

Bab ini menjelaskan metodologi penelitian berupa pendekatan kualitatif fenomenologi interpretatif (IPA) yang digunakan untuk menggali pengalaman subjektif santri peserta tilawah bersanad melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Profil Informan Penelitian

Penelitian ini melibatkan tiga orang informan yang merupakan peserta aktif program tilawah bersanad di Markaz Qiroat 'Ashim Pekanbaru. Pemilihan informan dilakukan secara purposive dengan mempertimbangkan beberapa kriteria, yaitu telah mengikuti pembelajaran tilawah bersanad secara aktif, memiliki pengalaman yang cukup dalam proses talaqqi dan musyafahah, serta mampu mengungkapkan pengalaman dan pemaknaan pribadi yang berkaitan dengan ketenangan jiwa selama mengikuti program pembelajaran tersebut.

Dalam penelitian fenomenologi interpretatif, jumlah informan yang relatif sedikit bukan merupakan kelemahan penelitian, melainkan bagian dari karakteristik metode yang berfokus pada pendalaman pengalaman subjektif individu. Oleh karena itu, ketiga informan dipilih karena dinilai dapat memberikan data yang kaya (rich data) dan relevan dengan fokus penelitian mengenai pengalaman ketenangan jiwa dalam praktik tilawah bersanad.

Adapun profil informan penelitian dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 1 Profil Informan Penelitian

No.	Kode Informan	Usia	Pekerjaan	Lama Belajar Tilawah Bersanad
1	Informan A	24 Tahun	Guru Qur'an	2,5 Tahun
2	Informan B	23 Tahun	Pengusaha	1 Tahun
3	Informan C	23 Tahun	Guru SDIT	2 Tahun

Sumber: Data Penelitian (2026)

Berdasarkan tabel di atas, ketiga informan memiliki latar belakang usia dan profesi yang beragam, namun sama-sama aktif mengikuti program tilawah bersanad dalam rentang waktu yang cukup untuk memberikan informasi mendalam.

Informan A, telah mengikuti pembelajaran tilawah bersanad selama kurang lebih dua setengah tahun, masa belajar terlama di antara ketiganya.

Informan B, seorang pengusaha, telah mengikuti pembelajaran selama kurang lebih satu tahun dengan keterlibatan aktif dalam kegiatan talaqqi.

Informan C, seorang Guru SDIT, telah mengikuti pembelajaran selama kurang lebih dua tahun dengan perhatian besar terhadap proses pembelajaran.

Untuk menjaga etika penelitian, seluruh informan diberikan kode Informan A, B, dan C guna menjaga privasi tanpa mengurangi substansi data.

Meskipun berlatar belakang berbeda, ketiga informan menunjukkan pengalaman serupa: munculnya ketenangan batin, kedekatan spiritual, serta rasa aman dan keyakinan dalam membaca Al-Qur'an.

Hasil Observasi Praktik Tilawah Bersanad

Data observasi diperoleh melalui observasi partisipatif yang dilakukan peneliti selama menjadi pengajar di Markaz Qiroat 'Ashim Pekanbaru, memungkinkan pengamatan berkelanjutan terhadap perilaku dan dinamika psikologis peserta selama pembelajaran tilawah bersanad.

Berdasarkan observasi dalam rentang waktu yang cukup panjang, ditemukan bahwa praktik tilawah bersanad memberikan pengaruh tidak hanya pada kualitas bacaan, tetapi juga aspek psikologis dan spiritual peserta, tampak secara bertahap seiring meningkatnya keterlibatan mereka dalam talaqqi dan musyafahah.

Sebelum mengikuti pembelajaran bersanad, sebagian besar peserta telah memiliki kebiasaan membaca Al-Qur'an secara mandiri, namun tanpa proses koreksi langsung dari guru yang memiliki kompetensi dan sanad bacaan yang jelas, sehingga beberapa peserta masih menunjukkan keraguan terhadap kualitas bacaannya.

Selama mengikuti pembelajaran tilawah bersanad, peserta mulai menunjukkan perubahan sikap: tidak lagi sekadar berorientasi pada penyelesaian target bacaan, tetapi lebih berhati-hati, fokus memperhatikan arahan guru, dan sungguh-sungguh memperbaiki kesalahan bacaan.

Perubahan lain yang menonjol adalah meningkatnya konsentrasi dan ketenangan selama sesi talaqqi — peserta terlihat lebih tenang, tidak terburu-buru, dan menerima koreksi dengan lapang dada sambil mengulang bacaan hingga memperoleh hasil yang lebih baik.

Dari aspek emosional, peserta menunjukkan kondisi psikologis yang lebih positif — lebih tenang menghadapi kesalahan bacaan dan tidak mudah tertekan menerima koreksi, yang justru dipandang sebagai bagian dari proses belajar.

Peneliti juga mengamati peningkatan keterikatan emosional peserta terhadap Al-Qur'an sebagai sumber ketenangan dan pendamping kehidupan sehari-hari.

Pembelajaran bersanad juga memberikan rasa aman bagi peserta, karena bimbingan langsung guru dan mata rantai transmisi bacaan yang jelas menumbuhkan keyakinan atas landasan autentik bacaan.

Secara keseluruhan, hasil observasi menunjukkan bahwa praktik tilawah bersanad merupakan proses pembelajaran yang tidak hanya berorientasi pada aspek teknis bacaan, tetapi juga memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perkembangan psikologis dan spiritual peserta. Melalui proses talaqqi dan musyafahah, peserta memperoleh pengalaman belajar yang lebih mendalam sehingga memunculkan ketenangan batin, meningkatkan kedekatan spiritual dengan Al-Qur'an, serta menumbuhkan rasa aman dan keyakinan dalam membaca Al-Qur'an. Temuan-temuan tersebut kemudian diperkuat melalui hasil wawancara mendalam yang akan dipaparkan pada bagian berikutnya.

Tema 1: Munculnya Ketenangan Jiwa Saat Tilawah Bersanad

Tema pertama yang muncul dari hasil wawancara mendalam terhadap ketiga informan adalah pengalaman ketenangan jiwa yang Informan Csakan setelah mengikuti praktik tilawah bersanad, berbeda dibandingkan aktivitas membaca Al-Qur'an mandiri sebelumnya.

Ketenangan ini meliputi kondisi batin yang lebih tenteram, pikiran yang lebih fokus, serta berkurangnya kegelisahan sehari-hari, muncul secara bertahap seiring intensitas keterlibatan mereka dalam pembelajaran tilawah bersanad.

Informan C mengungkapkan bahwa meski telah rutin membaca Al-Qur'an sebelumnya, terdapat pengalaman berbeda ketika membaca melalui proses talaqqi bersama guru bersanad.

> *"Sebelumnya saya membaca Al-Qur'an seperti biasa, tetapi setelah belajar sanad saya merasakan ketenangan yang sulit dijelaskan. Ada rasa tenang dan nyaman ketika membaca di hadapan guru."*

Ketenangan yang dirasakan muncul bukan hanya dari aktivitas membaca, tetapi juga dari proses pembelajaran langsung bersama guru yang memberikan suasana belajar lebih khusyuk.

Pengalaman serupa disampaikan Informan B, yang mengaku proses talaqqi membantunya lebih fokus dan tidak mudah terdistraksi oleh persoalan sehari-hari.

> *"Saya merasa lebih fokus dan lebih tenang. Ketika membaca Al-Qur'an dalam proses talaqqi, pikiran terasa lebih teratur dan hati menjadi lebih tenteram."*

Konsentrasi pada huruf, makhraj, dan kaidah bacaan memusatkan perhatian informan pada Al-Qur'an, membantu mengurangi gangguan pikiran yang sering muncul dalam aktivitas sehari-hari sehingga menghasilkan pengalaman ketenangan yang lebih mendalam.

Sementara itu, Informan A menjelaskan bahwa proses belajar sanad membuat dirinya lebih menikmati interaksi dengan Al-Qur'an, menumbuhkan perasaan dekat yang berpengaruh terhadap ketenangan dalam kehidupan sehari-hari.

"Belajar sanad membuat saya lebih menikmati bacaan Al-Qur'an. Saya merasa lebih dekat dengan Al-Qur'an dan lebih tenang dalam menjalani aktivitas sehari-hari."

Ketenangan jiwa yang dialami informan tidak hanya terjadi saat pembelajaran, tetapi juga berlanjut dalam kehidupan sehari-hari sebagai sumber ketenangan di luar majelis talaqqi.

Ketiga informan menggambarkan ketenangan secara berbeda — Informan C pada rasa nyaman, Informan B pada fokus pikiran, Informan A pada rasa dekat dengan Al-Qur'an — namun seluruhnya mengarah pada kondisi psikologis yang lebih positif.

Dapat dipahami bahwa praktik tilawah bersanad memberikan pengalaman emosional dan spiritual yang bermakna, dipengaruhi oleh proses talaqqi, interaksi dengan guru, serta penghayatan bacaan — menjadikan ketenangan jiwa temuan utama yang paling menonjol.

Tema 2: Meningkatnya Kedekatan Spiritual dengan Al-Qur'an

Tema kedua yang ditemukan adalah meningkatnya kedekatan spiritual peserta dengan Al-Qur'an setelah mengikuti tilawah bersanad — pembelajaran melalui jalur sanad tidak hanya bermanfaat secara teknis, tetapi juga memperkuat hubungan batin dengan Al-Qur'an sebagai kalam Allah.

Berdasarkan hasil wawancara, kedekatan spiritual tersebut muncul melalui kesadaran bahwa bacaan yang mereka pelajari memiliki mata rantai transmisi yang bersambung dari guru kepada guru hingga sampai kepada Rasulullah ﷺ. Kesadaran akan kesinambungan sanad ini memberikan makna religius yang lebih mendalam terhadap aktivitas membaca Al-Qur'an mereka.

Informan C mengungkapkan bahwa pemahaman mengenai sanad membuat dirinya merasa memiliki hubungan yang lebih dekat dengan Al-Qur'an. Menurutnya, mengetahui bahwa bacaan yang dipelajari tersambung hingga Rasulullah ﷺ menumbuhkan perasaan yang berbeda dibandingkan ketika hanya mempelajari bacaan Al-Qur'an secara umum.

"Ketika mengetahui bahwa bacaan ini tersambung sampai Rasulullah ﷺ, saya merasa memiliki hubungan yang lebih dekat dengan Al-Qur'an."

Sanad dengan demikian tidak dipahami sekadar jalur transmisi ilmu, tetapi juga sarana pengalaman spiritual mendalam. Kesadaran akan keterhubungan dengan Rasulullah ﷺ melalui mata rantai sanad menumbuhkan rasa penghormatan dan kecintaan yang lebih besar terhadap Al-Qur'an.

Hal serupa disampaikan Informan B, yang memahami bahwa belajar Al-Qur'an bukan hanya soal ketepatan makhraj dan tajwid, tetapi juga adab dan penghayatan terhadap Al-Qur'an itu sendiri.

"Belajar sanad bukan hanya belajar makhraj dan tajwid, tetapi juga membuat saya lebih menghargai Al-Qur'an."

Praktik tilawah bersanad membantu informan membangun hubungan lebih mendalam dengan Al-Qur'an — bukan lagi rutinitas ibadah, melainkan proses mendekatkan diri kepada Allah melalui kalam-Nya.

Sementara itu, Informan A mengungkapkan bahwa pembelajaran sanad memberikan motivasi lebih besar untuk memperbaiki kualitas diri dan menerapkan nilai-nilai Al-Qur'an dalam kehidupannya.

> *"Saya merasa lebih termotivasi untuk memperbaiki diri karena belajar langsung melalui jalur sanad."*

Kedekatan spiritual yang terbentuk tidak hanya memengaruhi perasaan, tetapi juga mendorong perbaikan diri sehari-hari.

Dengan demikian, praktik tilawah bersanad mampu memperkuat hubungan spiritual peserta dengan Al-Qur'an melalui kesadaran akan keberkahan sanad dan keilmuan yang tersambung hingga Rasulullah ﷺ, serta meningkatnya penghormatan dan penghayatan terhadap Al-Qur'an. Dengan demikian, sanad tidak hanya berfungsi sebagai mekanisme transmisi bacaan yang autentik, tetapi juga menjadi sarana pembentukan pengalaman spiritual yang mendalam bagi para peserta.

Tema 3: Meningkatnya Rasa Aman dan Keyakinan dalam Membaca Al-Qur'an

Tema ketiga adalah meningkatnya rasa aman dan keyakinan dalam membaca Al-Qur'an setelah mengikuti tilawah bersanad — proses talaqqi dan musyafahah bersama guru memberikan kepastian terhadap kualitas bacaan yang mereka miliki. Kepastian tersebut pada akhirnya melahirkan rasa aman, mengurangi keraguan, serta meningkatkan kepercayaan diri ketika membaca Al-Qur'an.

Sebelum mengikuti pembelajaran bersanad, sebagian informan mengaku pernah mengalami keraguan terhadap bacaannya meski telah mempelajari ilmu tajwid — mereka tetap memiliki pertanyaan mengenai ketepatan makhraj, hukum tajwid, dan kualitas bacaan secara umum.

Keberadaan guru yang membimbing langsung dalam talaqqi menjadi faktor penting yang menghilangkan keraguan tersebut.

Informan C menjelaskan bahwa sebelum mengikuti pembelajaran sanad, dirinya sering merasa ragu terhadap kualitas bacaan yang dimiliki dan bertanya-tanya apakah bacaannya sudah sesuai dengan kaidah yang benar atau masih terdapat kesalahan yang tidak disadari.

> *"Saya tidak lagi terlalu khawatir apakah bacaan saya benar atau tidak karena ada guru yang mengoreksi secara langsung."*

Informan C menjelaskan bahwa proses talaqqi memberikan pengalaman berbeda dibandingkan belajar mandiri, karena setiap kesalahan bacaan langsung dikoreksi sehingga tidak ada keraguan yang berlarut-larut mengenai kesalahan tersebut.

> *"Dulu kadang saya merasa sudah benar, tetapi tetap ada keraguan dalam hati karena tidak ada yang mengecek secara langsung. Setelah belajar sanad, setiap kesalahan langsung diperbaiki sehingga saya lebih tenang ketika membaca."*

Ia juga mengungkapkan bahwa keberadaan guru memberikan rasa aman karena tidak harus menebak-nebak apakah bacaannya sudah sesuai.

"Yang membuat saya tenang adalah ada tempat untuk memastikan bacaan. Jadi bukan hanya merasa benar menurut diri sendiri, tetapi memang ada guru yang membimbing dan mengarahkan."

Rasa aman yang dialami informan muncul dari otoritas keilmuan yang memvalidasi proses belajar.

Pengalaman serupa disampaikan Informan B, yang mengaku proses pembelajaran bersanad berdampak besar terhadap kepercayaan dirinya. Sebelumnya, ia sering merasa kurang yakin terhadap bacaannya, terutama ketika harus membaca di hadapan orang lain.

"Saya menjadi lebih percaya diri ketika membaca Al-Qur'an karena mengetahui letak kesalahan dan cara memperbaikinya."

Bagi Informan B, koreksi yang diberikan guru menjadi sarana pembelajaran yang membuatnya semakin memahami kualitas bacaan, bukan lagi sesuatu yang memalukan melainkan bagian dari proses belajar.

"Ketika guru menunjukkan kesalahan bacaan, saya jadi tahu bagian mana yang harus diperbaiki. Setelah diperbaiki dan diulang, muncul keyakinan bahwa bacaan saya semakin baik."

Ia juga merasakan perubahan pada kepercayaan dirinya ketika membaca Al-Qur'an di lingkungan keluarga maupun masyarakat.

"Sekarang saya lebih berani membaca Al-Qur'an di depan orang lain. Bukan karena merasa paling baik, tetapi karena ada keyakinan bahwa bacaan yang saya pelajari sudah melalui proses bimbingan dan koreksi."

Menurut Informan B, keyakinan tersebut tumbuh bertahap: semakin sering mendapatkan evaluasi dan arahan dari guru, semakin kuat rasa percaya dirinya.

Sementara itu, Informan A menekankan aspek sanad sebagai sumber keyakinan terhadap keabsahan ilmu yang dipelajarinya — mengetahui bahwa bacaan yang dipelajari memiliki dasar keilmuan yang jelas dan bersambung hingga Rasulullah ﷺ.

"Sanad memberikan keyakinan bahwa bacaan yang saya pelajari memiliki dasar yang jelas dan dapat dipertanggungjawabkan."

Informan A menjelaskan bahwa pemahaman mengenai sanad membuat dirinya lebih mantap dalam menjalani proses pembelajaran Al-Qur'an.

"Ketika mengetahui bahwa bacaan ini memiliki jalur yang jelas dari guru ke guru sampai kepada Rasulullah ﷺ, saya merasa lebih yakin terhadap apa yang saya pelajari."

Ia juga mengungkapkan bahwa sanad memberikan rasa tenang karena tidak hanya belajar dari buku, tetapi menerima bacaan melalui tradisi keilmuan yang diwariskan turun-temurun.

"Ada perasaan aman karena bacaan yang dipelajari bukan hasil perkiraan atau pendapat pribadi. Ada proses transmisi ilmu yang dijaga dan diwariskan dari generasi ke generasi."

Menurut Informan A, pemahaman tersebut membuatnya lebih mantap membaca Al-Qur'an dan termotivasi menjaga kualitas bacaannya.

Secara keseluruhan, pengalaman ketiga informan menunjukkan pola yang relatif sama: Informan C menekankan berkurangnya keraguan terhadap kualitas bacaan; Informan B menyoroti meningkatnya percaya diri; dan Informan A menekankan pentingnya sanad sebagai sumber keyakinan.

Secara keseluruhan, praktik tilawah bersanad tidak hanya memberikan manfaat teknis, tetapi juga menghasilkan dampak psikologis signifikan berupa meningkatnya rasa aman, keyakinan, dan kepercayaan diri, sehingga peserta mampu berinteraksi dengan Al-Qur'an secara lebih tenang dan penuh keyakinan.

Analisis Pengalaman Sebelum dan Sesudah Mengikuti Tilawah Bersanad

Tabel 2 Perbandingan Pengalaman Informan Sebelum dan Sesudah Mengikuti Tilawah Bersanad

Aspek	Sebelum Mengikuti Tilawah Bersanad	Setelah Mengikuti Tilawah Bersanad
Kemampuan membaca Al-Qur'an	Sudah mampu membaca Al-Qur'an dan menerapkan tajwid dasar	Tetap membaca Al-Qur'an dengan bimbingan dan evaluasi yang lebih terarah
Pemahaman asal bacaan	Membaca Al-Qur'an tanpa mengetahui secara jelas sumber dan jalur bacaan yang digunakan	Memahami asal-usul bacaan yang dipelajari melalui sanad yang jelas
Pemahaman sanad dan thariq	Belum memahami konsep sanad, riwayat, dan thariq bacaan secara mendalam	Memahami sanad, riwayat, dan thariq sebagai dasar autentisitas bacaan
Keyakinan terhadap kualitas bacaan	Masih terdapat keraguan terhadap ketepatan bacaan yang dimiliki	Memiliki keyakinan yang lebih kuat terhadap kualitas bacaan karena telah melalui talaqqi dan koreksi guru
Certainty (kepastian)	Belum memiliki kepastian penuh terhadap bacaan yang dipraktikkan	Muncul kepastian mengenai validitas dan keabsahan bacaan yang dipelajari
Spiritual Security (rasa aman spiritual)	Belum merasakan jaminan spiritual terhadap sumber bacaan yang digunakan	Muncul rasa aman karena bacaan dipelajari melalui jalur transmisi yang autentik dan bersambung
Confidence (kepercayaan diri)	Kurang percaya diri ketika membaca Al-Qur'an di hadapan orang lain	Lebih percaya diri karena memahami kualitas dan dasar keilmuan bacaan yang dipelajari

Berdasarkan perbandingan tersebut, perubahan yang dialami informan tidak hanya terjadi pada aspek teknis bacaan, tetapi juga psikologis dan spiritual — berupa kepastian terhadap ilmu yang dipelajari, rasa aman spiritual, serta meningkatnya kepercayaan diri, menunjukkan bahwa sanad turut membentuk pengalaman psikologis yang mendukung ketenangan jiwa peserta.

Keterkaitan Temuan dengan *Psychological Well-Being*

Ketenangan jiwa yang muncul dalam praktik tilawah bersanad mencakup lebih dari berkurangnya kegelisahan — juga kepuasan batin, rasa bermakna, dan tumbuhnya rasa aman secara spiritual.

Dibandingkan dengan konsep Psychological Well-Being Ryff (1989), temuan ini sesuai dengan dimensi purpose in life, self-acceptance, dan personal growth, namun menunjukkan dimensi tambahan yang tidak dijelaskan eksplisit dalam teori tersebut, yaitu kebermaknaan religius yang lahir dari keterhubungan dengan sanad.

Dalam perspektif Psikologi Islam, pengalaman tersebut lebih dekat dengan konsep ṭuma'nīnah, sakīnah, dan ketenteraman hati yang muncul melalui kedekatan dengan Allah, sehingga well-being yang ditemukan bersifat psikologis sekaligus spiritual-religius yang berakar pada pengalaman tilawah bersanad.

Ringkasan Bab

Bab ini memaparkan hasil penelitian mengenai ketenangan jiwa dalam praktik tilawah bersanad pada tiga informan Markaz Qiroat 'Ashim Pekanbaru, yang terbentuk melalui tiga tema utama: munculnya ketenangan jiwa, meningkatnya kedekatan spiritual, serta tumbuhnya rasa aman dan keyakinan dalam membaca Al-Qur'an. Temuan ini akan dibahas lebih mendalam dalam perspektif Psikologi Islam pada bab berikutnya.

Ketenangan Jiwa dalam Praktik Tilawah Bersanad sebagai Manifestasi Ṭuma'nīnah al-Nafs

Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh informan merasakan perubahan kondisi psikologis setelah mengikuti praktik tilawah bersanad, ditandai dengan munculnya rasa tenang, nyaman, tenteram, dan lebih fokus dalam membaca Al-Qur'an, serta berkurangnya kegelisahan yang sebelumnya sering mereka alami. Temuan ini menunjukkan bahwa praktik tilawah bersanad tidak hanya bermanfaat bagi kemampuan membaca sesuai kaidah tajwid, tetapi juga memberikan dampak positif terhadap kondisi psikologis dan spiritual peserta.

Dalam perspektif Psikologi Islam, pengalaman ketenangan yang dialami oleh para informan dapat dipahami sebagai manifestasi dari konsep *ṭuma'nīnah al-nafs*. Konsep ini merujuk pada keadaan jiwa yang tenang dan stabil karena kedekatan dengan Allah Swt. — kondisi ketika hati mencapai kestabilan setelah kegoncangan (Al-Ashfahani, 2009), buah dari keimanan yang kokoh sehingga individu tidak mudah terguncang oleh tekanan eksternal (Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah, 2018).

Temuan ini sejalan dengan QS. Ar-Ra'd ayat 28 bahwa "hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram," yang berarti ketenangan bukan hasil proses psikologis semata, melainkan keterhubungan hati dengan Allah melalui ibadah (Shihab, 2017), sebab ketenteraman sejati hanya dicapai ketika hati mengenal dan mendekatkan diri kepada Allah secara konsisten (Al-Ghazali, 2016).

Praktik tilawah bersanad menjadi sarana yang memungkinkan proses tersebut terjadi — membaca di hadapan guru sambil memperhatikan makhraj dan tajwid bukan sekadar belajar, tetapi juga proses spiritual yang mendalam (An-Nawawi, 2014), sehingga tilawah berulang dan penuh penghayatan menghadirkan ketenteraman batin lebih kuat dibandingkan membaca biasa.

Sistem bersanad dalam pembelajaran Al-Qur'an juga memiliki karakteristik unik: hubungan guru-murid dalam talaqqi menciptakan suasana pembelajaran yang menekankan aspek spiritual dan emosional, tidak hanya akademik. Menurut Azra (2013), tradisi sanad dalam pendidikan Islam berfungsi sebagai media transmisi ilmu sekaligus nilai dan keberkahan (*barakah*). KehaInforman Cn guru sebagai pembimbing spiritual memungkinkan peserta memperoleh pengalaman religius yang lebih mendalam, karena mereka tidak hanya menerima koreksi bacaan tetapi juga merasakan kedekatan emosional dan spiritual dengan tradisi keilmuan Islam yang bersambung hingga Rasulullah Saw.

Selama mengikuti tilawah bersanad, perhatian peserta menjadi lebih terfokus pada bacaan sehingga pikiran yang mengganggu cenderung berkurang — kondisi yang dapat dijelaskan melalui teori perhatian (*attention theory*) yang menyatakan bahwa fokus terarah pada suatu aktivitas dapat mengurangi distraksi mental dan menurunkan kecemasan (Sternberg & Sternberg, 2017), karena kapasitas kognitif yang biasa digunakan memikirkan masalah kehidupan teralihkan pada aktivitas membaca.

Selain aspek kognitif, ketenangan yang Informan Csakan informan juga berkaitan dengan aspek emosional. Menurut Badri (2018), lantunan ayat-ayat Al-Qur'an memberikan efek menenangkan pada hati karena mengandung pesan ilahiah yang menghadirkan harapan, keteguhan, dan rasa aman — efek yang semakin kuat ketika bacaan dilakukan dengan tartil dan penuh penghayatan, sebagaimana yang diupayakan peserta dengan bimbingan guru.

Dengan demikian, ketenangan jiwa yang dialami para informan dapat dipahami sebagai manifestasi nyata dari *ṭuma'nīnah al-nafs*, yaitu kondisi batin yang lahir dari kedekatan kepada Allah melalui interaksi yang intens dengan Al-Qur'an. Praktik tilawah bersanad tidak hanya berfungsi sebagai sarana pewarisan bacaan yang autentik, tetapi juga media pembinaan spiritual yang menghasilkan ketenangan psikologis dan kesehatan mental yang lebih baik, memperkuat pandangan Psikologi Islam bahwa Al-Qur'an berperan sebagai sumber penyembuhan (*syifa'*), ketenteraman hati, dan penguatan kesehatan jiwa bagi umat Islam (Mujib & Mudzakir, 2014; Badri, 2018).

Kedekatan Spiritual dengan Al-Qur'an melalui Sanad dan Talaqqi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh informan mengalami peningkatan kedekatan spiritual dengan Al-Qur'an setelah mengikuti praktik tilawah bersanad. Mereka merasa lebih menghargai setiap bacaan yang dipelajari karena menyadari bahwa bacaan tersebut diperoleh melalui jalur transmisi yang bersambung dari guru ke guru hingga sampai kepada Rasulullah ﷺ. Kesadaran akan kesinambungan transmisi tersebut menimbulkan rasa hormat, tanggung jawab, dan kecintaan yang lebih besar terhadap Al-Qur'an.

Dalam tradisi keilmuan Islam, sanad memiliki kedudukan penting sebagai instrumen penjaga autentisitas ilmu. Azami (2003) menjelaskan bahwa sanad merupakan sistem transmisi ilmu yang memastikan validitas dan keaslian pengetahuan, sementara Al-Suyuthi (2015) menegaskan sanad sebagai karakteristik utama peradaban ilmu dalam Islam yang memberi jaminan keterhubungan historis yang jelas.

Namun demikian, fungsi sanad tidak hanya berkaitan dengan aspek keilmuan. Para informan merasakan bahwa setiap ayat yang dibaca memiliki keterhubungan langsung dengan tradisi yang diwariskan oleh Rasulullah ﷺ, melahirkan kebanggaan dan rasa syukur karena menjadi bagian dari mata rantai keilmuan Islam yang telah berlangsung berabad-abad. Dengan

demikian, sanad tidak hanya berfungsi sebagai alat verifikasi ilmu, tetapi juga menjadi media yang memperkuat keterikatan spiritual individu terhadap Al-Qur'an.

Dalam Psikologi Islam, hubungan spiritual dengan Al-Qur'an merupakan bagian dari hubungan manusia dengan Allah — sarana komunikasi antara hamba dengan Tuhannya (Badri, 2018) yang semakin intens interaksinya, semakin kuat potensi ketenangan batin (Mujib & Mudzakir, 2014).

Pemahaman terhadap sanad membuat peserta memandang belajar Al-Qur'an bukan sekadar kegiatan akademik, melainkan perjalanan spiritual yang menghubungkan mereka dengan generasi Muslim terdahulu yang menjaga kemurnian bacaan Al-Qur'an. Menurut Frankl (1985), kebermaknaan (*meaningfulness*) merupakan kebutuhan mendasar manusia yang memberikan arah, tujuan, dan ketahanan psikologis, sehingga aktivitas yang bermakna mendalam akan memberikan dampak psikologis yang lebih kuat dan berkelanjutan.

Selain faktor sanad, proses talaqqi yang menempatkan guru dan murid dalam interaksi langsung juga menjadi aspek penting yang membentuk kedekatan spiritual peserta — sejalan dengan Al-Attas (1999) bahwa pendidikan Islam turut mentransmisikan nilai dan adab, bukan sekadar pengetahuan.

Peserta menyaksikan langsung bagaimana guru membaca Al-Qur'an dan menunjukkan kecintaan terhadap kalam Allah, belajar melalui keteladanan sejalan dengan teori observasi Bandura (1986) terhadap model yang memiliki otoritas atau kompetensi, berfungsi sebagai model spiritual yang membantu peserta membangun hubungan lebih dekat dengan Al-Qur'an.

Dalam perspektif Psikologi Islam, kondisi tersebut menunjukkan penguatan dimensi ruhani individu. Al-Ghazali (2016) menjelaskan bahwa hati yang senantiasa berinteraksi dengan Al-Qur'an akan semakin dekat dengan Allah, memengaruhi pola pikir dan perilaku sehari-hari — sehingga kedekatan spiritual ini dapat dipahami sebagai indikator berkembangnya kesehatan spiritual dalam kesejahteraan psikologis seorang Muslim.

Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kedekatan spiritual peserta dengan Al-Qur'an terbentuk melalui kombinasi antara pemahaman terhadap makna sanad, pengalaman belajar melalui talaqqi, hubungan yang positif dengan guru, serta interaksi yang intens dengan bacaan Al-Qur'an. Kesadaran bahwa bacaan yang dipelajari tersambung hingga Rasulullah ﷺ memberikan makna spiritual yang mendalam, sedangkan talaqqi memperkuat keterikatan emosional terhadap Al-Qur'an — mencerminkan berkembangnya hubungan vertikal manusia dengan Allah yang berkontribusi pada kesehatan spiritual dan kesejahteraan psikologis (Mujib & Mudzakir, 2014; Badri, 2018; Pargament, 2013).

Rasa Aman dan Keyakinan dalam Membaca Al-Qur'an sebagai Bentuk Kepastian Spiritual

Salah satu pengalaman psikologis yang Informan Csakan informan setelah mengikuti praktik tilawah bersanad adalah munculnya rasa aman dan keyakinan yang lebih kuat dalam membaca Al-Qur'an. Sebelum mengikuti pembelajaran bersanad, sebagian informan mengaku masih sering merasa ragu terhadap kualitas bacaannya sehingga kurang percaya diri dan khawatir melakukan kesalahan. Namun setelah mengikuti proses talaqqi secara rutin di bawah bimbingan guru bersanad, keraguan tersebut secara bertahap berkurang dan digantikan oleh rasa yakin.

Temuan ini menunjukkan bahwa praktik tilawah bersanad tidak hanya berfungsi meningkatkan kemampuan teknis membaca Al-Qur'an, tetapi juga memberikan dampak

psikologis berupa meningkatnya rasa aman (*psychological security*) dan keyakinan diri. Dalam Psikologi Islam, kondisi ini dapat dipahami melalui konsep *yaqīn* (keyakinan), yaitu keadaan batin yang mantap terhadap suatu kebenaran sehingga tidak lagi diliputi oleh keraguan (*syakk*) maupun prasangka (*zhann*) (Ibn Qayyim al-Jauziyyah, 2003) — bukan sekadar penerimaan intelektual, melainkan kondisi spiritual yang memberikan keteguhan hati dan kestabilan jiwa.

Menurut Ibn Qayyim al-Jauziyyah (2003), *yaqīn* merupakan tingkatan spiritual tertinggi yang melahirkan ketenangan dan keteguhan — semakin kuat keyakinan individu, semakin kecil ruang bagi keraguan. Rasa yakin peserta berkaitan tidak hanya dengan kemampuan membaca, tetapi juga keyakinan bahwa bacaan bersumber dari jalur transmisi yang benar dan terpercaya.

Salah satu faktor utama yang mendukung munculnya rasa aman pada peserta adalah keberadaan guru dalam proses talaqqi. Melalui interaksi langsung dengan guru, peserta memperoleh umpan balik (*feedback*) yang jelas mengenai kualitas bacaannya, karena setiap kesalahan dikoreksi langsung. Menurut Hattie dan Timperley (2007), umpan balik yang tepat dan berkelanjutan merupakan faktor penting dalam meningkatkan kepercayaan diri, sehingga ketidakpastian yang Informan Csakan peserta berkurang signifikan.

Proses koreksi yang berkelanjutan juga menciptakan rasa aman secara psikologis karena peserta tidak lagi harus menilai sendiri bacaannya, melainkan mendapat validasi secara langsung. Dalam teori *attachment*, Bowlby (1988) menjelaskan bahwa kehaInforman Cn figur yang dipercaya memberikan rasa aman yang memungkinkan individu berkembang optimal — konsep yang relevan untuk memahami hubungan guru-murid dalam talaqqi, di mana guru yang kompeten dan bersanad memberikan rasa aman karena peserta percaya memperoleh bimbingan dari sumber yang memiliki otoritas keilmuan.

Temuan penelitian ini juga dapat dijelaskan melalui teori sosial kognitif yang dikemukakan oleh Bandura (1997). Menurut Bandura, keyakinan terhadap kemampuan diri atau *self-efficacy* memiliki pengaruh besar terhadap perilaku, motivasi, dan kondisi emosional individu. Individu yang memiliki tingkat *self-efficacy* tinggi cenderung lebih percaya diri dan memiliki kecemasan lebih rendah dibandingkan individu yang meragukan kemampuannya. Dalam penelitian ini, proses talaqqi yang berulang memberikan kesempatan bagi peserta untuk memperbaiki bacaan, dan keberhasilan-keberhasilan kecil yang diperoleh menjadi sumber pengalaman positif yang meningkatkan keyakinan mereka.

Selain keyakinan terhadap kemampuan diri, sanad juga memberikan bentuk keyakinan spiritual berupa kepastian mengenai sumber ilmu yang dipelajari — bacaan yang diperoleh bukan hasil interpretasi pribadi, melainkan bagian dari tradisi keilmuan yang diwariskan turun-temurun hingga Rasulullah ﷺ. Kondisi ini dapat disebut sebagai *spiritual certainty* atau kepastian spiritual, yaitu keyakinan bahwa praktik keagamaan yang dijalankan memiliki dasar autentik dan dapat dipertanggungjawabkan.

Dalam kajian psikologi agama, kepastian spiritual merupakan faktor penting bagi kesejahteraan psikologis — individu dengan keyakinan religius kuat lebih mampu menghadapi ketidakpastian hidup (Pargament, 2013), sebagaimana sanad berfungsi sebagai sumber kepastian spiritual bagi peserta.

Sejalan dengan itu, tradisi keilmuan Islam dibangun di atas prinsip kesinambungan (*continuity*) dan otoritas ilmu yang jelas, sehingga sanad tidak hanya berfungsi akademik, tetapi

juga membangun rasa aman psikologis dan spiritual bagi peserta karena mengetahui ilmu yang diterima berasal dari sumber terpercaya (Nasr, 2002).

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa rasa aman dan keyakinan yang dialami para peserta merupakan manifestasi dari berkembangnya *yaqīn* dalam pembelajaran Al-Qur'an. KehaInforman Cn guru sebagai sumber validasi, pengalaman keberhasilan selama talaqqi, serta kesadaran akan autentisitas sanad berkontribusi mengurangi keraguan dan memperkuat kepastian spiritual, mendukung terciptanya ketenangan jiwa dan kesejahteraan psikologis peserta (Ibn Qayyim al-Jauziyyah, 2003; Bandura, 1997; Pargament, 2013; Mujib & Mudzakir, 2014).

Keterbatasan Penelitian

Setiap penelitian memiliki keterbatasan yang perlu disampaikan sebagai bagian dari upaya menjaga objektivitas ilmiah. Penelitian mengenai ketenangan jiwa dalam praktik tilawah bersanad pada peserta Markaz Qiroat 'Ashim Pekanbaru ini memiliki beberapa keterbatasan berikut.

Pertama, pendekatan kualitatif IPA yang digunakan memberikan gambaran kaya mengenai makna ketenangan jiwa yang Informan Csakan peserta, namun hasilnya tidak dimaksudkan untuk digeneralisasikan kepada seluruh peserta tilawah bersanad, melainkan untuk memahami fenomena dalam konteks penelitian yang spesifik (Smith, Flowers, & Larkin, 2009).

Kedua, jumlah informan relatif terbatas — tiga orang peserta yang dipilih secara purposive sesuai karakteristik penelitian fenomenologi — sehingga pengalaman yang diperoleh tetap merepresentasikan individu tertentu yang mungkin berbeda dari peserta lain dengan latar belakang berbeda.

Ketiga, penelitian ini dilaksanakan pada satu lembaga, yaitu Markaz Qiroat 'Ashim Pekanbaru, sehingga hasilnya perlu dipahami dalam konteks lembaga tersebut dan tidak secara langsung menggambarkan praktik tilawah bersanad di lembaga atau komunitas lain.

Keempat, data yang diperoleh melalui observasi partisipatif dan wawancara mendalam sangat bergantung pada kemampuan informan mengingat dan merefleksikan pengalamannya, sehingga kemungkinan adanya pengalaman yang tidak terungkap penuh tidak dapat sepenuhnya dihindari.

Kelima, posisi peneliti sebagai pengajar di Markaz Qiroat 'Ashim Pekanbaru memberikan akses lebih luas namun juga berpotensi menimbulkan subjektivitas interpretasi, yang diminimalkan melalui penerapan refleksivitas selama penelitian (Finlay, 2009).

Keenam, penelitian ini berfokus pada ketenangan jiwa sehingga belum mengkaji aspek lain seperti pembentukan karakter religius atau perubahan perilaku sosial, yang berpotensi menjadi tema penelitian berikutnya.

Meskipun memiliki berbagai keterbatasan, penelitian ini diharapkan tetap memberikan kontribusi ilmiah bagi pengembangan kajian Psikologi Islam dan menjadi bahan pertimbangan bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan cakupan, jumlah partisipan, dan pendekatan metodologis yang lebih beragam.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai ketenangan jiwa dalam praktik tilawah bersanad pada peserta Markaz Qiroat 'Ashim Pekanbaru, dapat disimpulkan bahwa

praktik tilawah bersanad memberikan pengalaman psikologis dan spiritual yang bermakna bagi peserta, tidak hanya berupa peningkatan kemampuan membaca Al-Qur'an secara teknis, tetapi juga ketenangan jiwa dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian ini menemukan bahwa ketenangan jiwa dalam praktik tilawah bersanad terbentuk melalui tiga pengalaman utama. Pertama, munculnya ketenangan jiwa saat membaca Al-Qur'an: kondisi batin yang lebih tenteram, meningkatnya fokus, serta berkurangnya kegelisahan melalui interaksi intensif dengan Al-Qur'an bersama guru bersanad dalam proses talaqqi dan musyafahah.

Penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan informan dari berbagai latar belakang dan lembaga tilawah bersanad yang berbeda guna memperkaya pemahaman tentang dinamika ketenangan jiwa dalam konteks yang lebih luas. Penelitian longitudinal juga diperlukan untuk mengamati perkembangan ketenangan jiwa peserta dalam jangka waktu yang lebih panjang. Selain itu, penelitian kuantitatif dapat dikembangkan untuk mengukur tingkat ketenangan jiwa dan faktor-faktor yang memengaruhinya secara lebih terukur. Penelitian juga dapat mengeksplorasi aspek lain seperti pengaruh tilawah bersanad terhadap regulasi emosi, resiliensi psikologis, atau pembentukan karakter religius. Dengan demikian, penelitian ini menyimpulkan bahwa praktik tilawah bersanad memiliki peran penting dalam membentuk ketenangan jiwa peserta melalui integrasi antara aktivitas tilawah, hubungan spiritual dengan Al-Qur'an, proses talaqqi, dan keyakinan terhadap autentisitas sanad --- bukan hanya sebagai metode pembelajaran, tetapi juga praktik spiritual yang mendukung kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis dalam perspektif Islam.

REFERENSI

Abu-Rabi', I. M. (2003). *Intellectual Origins of Islamic Resurgence in the Modern Arab World*. SUNY Press.

Adz-Dzaky, M. H. (2020). *Psikoterapi dan Konseling Islam*. Bumi Aksara.

Ahmad, K., & Rasyid, M. (2022). Spiritual Transmission in Qur'anic Learning: The Role of Sanad and Talaqqi. *Journal of Islamic Studies*, *15*(2), 221–236.

Ahmad, M. (2019). Tradisi Talaqqi dalam Pembelajaran Al-Qur'an di Pesantren. *Jurnal Pendidikan Islam*, *8*(2), 155–170.

Alwi, S. (2021). Spiritual Pedagogy in Qur'anic Learning: A Qualitative Study. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi Islam*, *18*(1), 55–70.

Amin, A. (2018). Metode Pembelajaran Al-Qur'an di Era Digital. *Jurnal Pendidikan Islam*, *7*(1), 22–35.

Aminah, L., Hidayati, F., & Ramadhan, I. (2022). Academic Stress and Psychological Well-Being among Qur'an Memorization Students. *Jurnal Psikologi Islami*, *14*(2), 101–115.

Azizah, N. (2019). Pengaruh Shalat dan Dzikir terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Islam*, *5*(2), 101–115.

Badri, M. (2018). *Contemplation:: An Islamic Psychospiritual Study (New Edition)*. International Institute of Islamic Thought (IIIT).

Creswell, J. W. (2014). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. Sage.

Creswell, J. W. (2018). *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing Among Five Approaches* (4th ed.). Sage Publications.

Eatough, V., & Smith, J. A. (2017). Interpretative Phenomenological Analysis. In *The SAGE Handbook of Qualitative Research in Psychology* (2nd ed., pp. 193–211). SAGE Publications. https://doi.org/10.4135/9781526405555.n12

Fauzi, A. (2022). Doa dan Regulasi Emosi pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Religi*, *10*(1),

33–47.
Fauziyah, N., & Wahyuni, R. (2020). Academic Pressure and Stress in Pesantren Students. *Jurnal Pendidikan Islam*, *9*(2), 143–156.
Finlay, L. (2009). Debating Phenomenological Research Methods. *Phenomenology & Practice*, *3*(1), 6–25. https://doi.org/10.29173/pandpr19818
Ghalban, A. (2015). *The role of sanad in Qur'anic preservation*. Journal of Qur'anic Studies, 17(3), 45–60.
Ghalban, A. M. (2015). *Al-qirā'āt wa atharuhā fī al-tafsīr wa al-ahkām*. Dār al-Salām.
Ghalban, S. (2015). The sanad system in Qur'anic recitation and its significance. Islamic Research Institute Press.
Hakim, L. (2016). *Kajian fonetik dalam pembelajaran tilawah Al-Qur'an*. Jurnal Bahasa dan Sastra Arab, 4(1), 88–100.
Hassan, R., Abdullah, M., & Yusuf, A. (2019). The therapeutic role of Qur'anic recitation in reducing anxiety among students. Journal of Religion and Health, 58(3), 891–903.
Hidayat, R. (2019). Religious coping and anxiety among Islamic boarding school students. Jurnal Psikologi Agama, 12(1), 33–47.
Khalid, N., & Aziz, F. (2021). Tajwid-focused learning and the neglect of spiritual experience in Qur'an recitation. International Journal of Islamic Education, 10(2), 87–99.
Koenig, H. G. (2019). *Religion and mental health: Research and clinical applications*. San Diego: Academic Press.
Kurniawan, F. (2017). *Efek tilawah terhadap tingkat kecemasan santri*. Jurnal Psikologi Islam, 6(1), 75–89.
Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic inquiry*. SAGE Publications.
Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (3rd ed.). SAGE Publications.
Munandar, A., & Karim, S. (2021). Digital distractions and the quality of Qur'anic recitation among santri. Jurnal Pendidikan Agama Islam, 18(2), 75–89.
Nasr, S. H. (1987). Islamic spirituality: Foundations. Crossroad.
Nugraha, A., & Fitriani, R. (2023). Religious burnout in Islamic education: Causes and consequences. Journal of Psychology and Religion, 11(1), 67–82.
Nurhayati, S. (2020). Qur'anic recitation as a coping mechanism for stress: A qualitative study. Psikologi Islami, 13(2), 111–126.
Pargament, K. I. (2020). *The psychology of religion and coping: Theory, research, and practice*. New York: Guilford Press.
Patton, M. Q. (2015). *Qualitative research & evaluation methods* (4th ed.). SAGE Publications.
Rahman, A. (2021). *Talaqqi Al-Qur'an dan pembentukan karakter santri*. Jurnal Studi Islam, 12(2), 200–214.
Rahman, A., & Putri, D. (2020). Social media exposure and its impact on santri's religiosity. Jurnal Sosial dan Keagamaan, 15(1), 45–60.
Ridwan, A., Syafei, M., & Latifah, N. (2020). Qur'anic recitation and inner tranquility: An empirical analysis. Jurnal Penelitian Agama, 21(2), 135–150.
Ryff, C. D., & Singer, B. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. Journal of Happiness Studies, 9(1), 13–39.
Ryff, C. D., & Singer, B. (2008). *Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being*. Journal of Happiness Studies, 9(1), 13–39.
Setiawan, A. (2022). Tilawah bersanad and the development of spiritual tranquility. Jurnal Psikologi Religi, 9(1), 55–69.
Siregar, D. (2020). *Tilawah Al-Qur'an sebagai media regulasi emosi mahasiswa*. Jurnal Ilmiah Psikologi, 9(2), 144–160.

Smith, J. A. (2004). Reflecting on the development of interpretative phenomenological analysis and its contribution to qualitative research in psychology. *Qualitative Research in Psychology, 1*(1), 39–54. https://doi.org/10.1191/1478088704qp004oa

Smith, J. A., Flowers, P., & Larkin, M. (2009). *Interpretative phenomenological analysis: Theory, method and research*. SAGE Publications.

Suryadi, A. (2021). Stress factors among Qur'an memorization students in pesantren. Jurnal Konseling Islami, 12(1), 77–92.

Wahyuni, R., Fitri, A., & Hasan, L. (2023). Qur'anic learning with sanad as a therapeutic model for students' mental health. Jurnal Psikologi Islam Terapan, 14(1), 87–104.

Yusuf, R. (2022). *Tilawah bersanad dan ketenangan spiritual santri*. Jurnal Pendidikan Qur'ani, 14(1), 50–66.

Zakaria, M., & Hasanah, U. (2022). Digital media and the decline of concentration in Qur'an recitation. Journal of Islamic Psychology, 5(2), 211–225.