

SKRIPSI

**HUBUNGAN KEBIASAAN MENGHAFAAL ALQURAN
DENGAN MEMORI JANGKA PENDEK SANTRI
SMP ISLAM TERPADU IZZUDDIN
PALEMBANG**



Oleh:

JUZAN HASANAH

04011281924052

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2022**

SKRIPSI

**HUBUNGAN KEBIASAAN MENGHAFAL ALQURAN
DENGAN MEMORI JANGKA PENDEK SANTRI
SMP ISLAM TERPADU IZZUDDIN
PALEMBANG**

**Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Kedokteran (S.Ked)**



Oleh:

JUZAN HASANAH

04011281924052

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

2022

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN KEBIASAAN MENGHAFAAL ALQURAN
DENGAN MEMORI JANGKA PENDEK SANTRI
SMP ISLAM TERPADU IZZUDDIN
PALEMBANG**

LAPORAN AKHIR SKRIPSI
Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran

Oleh:
Juzan Hasanah
04011281924052

Palembang, 12 Desember 2022
Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

Pembimbing I
dr. Indri Seta Septadina, M.Kes
NIP. 198109162006042002

Indysete

Pembimbing II
dr. Wardiansah, M.Biomed
NIP. 198409082010121003

Wardiansah

Penguji I
dr. Selly Marisdina, Sp.S(K), MARS
NIP. 198211162010122000

Selly Marisdina

Penguji II
dr. Tri Suciati, M.Kes
NIP. 198307142009122004

Tri Suciati

**Koordinator Program Studi
Pendidikan Dokter**

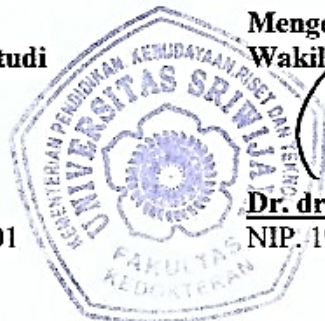
Susilawati

dr. Susilawati, M.Kes
NIP. 197802272010122001

**Mengetahui,
Wakil Dekan I**

Irfanuddin

Dr. dr. Irfanuddin, Sp.KO., M.Pd.Ked
NIP. 197306131999031001



HALAMAN PERSETUJUAN

Karya tulis ilmiah berupa Laporan Akhir Skripsi ini dengan judul “Hubungan Kebiasaan Menghafal Alquran dengan Memori Jangka Pendek Santri SMP Islam Terpadu Izzuddin Palembang” telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya pada tanggal 12 Desember 2022.

Palembang, 12 Desember 2022

Tim Penguji Karya tulis ilmiah berupa Laporan Akhir Skripsi

Pembimbing I
dr. Indri Seta Septadina, M.Kes
NIP. 198109162006042002

Pembimbing II
dr. Wardiansah, M.Biomed
NIP. 198409082010121003

Penguji I
dr. Selly Marisdina, Sp.S(K), MARS
NIP. 198211162010122000

Penguji II
dr. Tri Suciati, M.Kes
NIP. 198307142009122004

Indysete

Wardiansah

Selly Marisdina

Tri Suciati

Koordinator Program Studi
Pendidikan Dokter

Susilawati
dr. Susilawati, M.Kes
NIP. 197802272010122001



Mengetahui,
Wakil Dekan I

Irfanuddin
Dr. dr. Irfanuddin, Sp.KO., M.Pd.Ked
NIP. 197306131999031001

HALAMAN PERNYATAAN INTEGRITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Juzan Hasanah

NIM : 04011281924052

Judul : Hubungan Kebiasaan Menghafal Alquran dengan Memori Jangka Pendek Santri SMP Islam Terpadu Izzuddin Palembang

Menyatakan bahwa skripsi saya merupakan hasil karya sendiri didampingi tim pembimbing dan bukan hasil penjiplakan/*plagiat*. Apabila ditemukan unsur penjiplakan/*plagiat* dalam skripsi ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari Universitas Sriwijaya sesuai aturan yang berlaku.

Demikian, pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tanpa ada paksaan dari siapapun.



Palembang, 12 Desember 2022



Juzan Hasanah

ABSTRAK

HUBUNGAN KEBIASAAN MENGHAFAAL ALQURAN DENGAN MEMORI JANGKA PENDEK SANTRI SMP ISLAM TERPADU IZZUDDIN PALEMBANG

Memori jangka pendek adalah sebuah proses kimia antarneuron yang terjadi dalam otak untuk mengode, menyimpan, dan mengambil kembali suatu informasi secara cepat. Salah satu kebiasaan yang baik dalam meningkatkan memori adalah menghafalkan Alquran. Menghafal Alquran adalah salah satu aktivitas terbentuknya memori jangka pendek yang melibatkan empat aspek, yaitu (1) pembelajaran, (2) pembentukan memori, (3) retensi memori, dan (4) kemampuan untuk mengakses memori. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara kebiasaan menghafal Alquran dengan memori jangka pendek santri SMP Islam Terpadu Izzuddin Palembang. Jenis penelitian ini adalah analitis observasional dengan desain *cross-sectional* yang dilaksanakan pada tanggal 27 Oktober 2022. Sampel yang didapat berjumlah 79 santri dan diambil 63 santri yang sesuai dengan cara pengambilan sampel menggunakan Teknik *stratified proportional random sampling*. Data yang berisi kebiasaan menghafal Alquran santri diambil dari buku setoran yang biasa diisi oleh guru penerima setoran santri. Tes yang dilakukan untuk mengukur memori jangka pendek adalah *forward digit span test*. Data yang telah didapat dilakukan uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov* dan dianalisis statistik dengan uji *Spearman-Rho* memakai program SPSS. Berdasarkan uji statistik *Spearman-Rho*, penelitian ini mendapatkan hasil yang signifikan yang arah korelasinya positif dengan kekuatan hubungan antarvariabelnya cukup kuat ($p=0,038$; $r=0,263$). Semakin tinggi kebiasaan menghafal Alquran maka semakin tinggi pula kemampuan memori jangka pendek SMP Islam Terpadu Izzuddin Palembang.

Kata Kunci : Menghafal Alquran, Memori Jangka Pendek, *Forward Digit Span Test*

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE HABITS OF MEMORIZING QURAN AND SHORT-TERM MEMORY OF STUDENTS FROM IZZUDDIN INTEGRATED ISLAMIC JUNIOR HIGH SCHOOL PALEMBANG

Short-term memory is a neurochemical process in the brain to encode, store, and retrieve information quickly. One of the good habits for improving memory is memorizing Quran. Memorizing Quran is an activity of the short-term memory involving four aspects, (1) learning, (2) memory formation, (3) memory retention, and (4) the ability to access memory. This study aims to analyze the relationship between habits of memorizing Quran and short-term memory of students at Izzuddin Integrated Islamic Middle School Palembang. This type of research was analytic observational with a cross-sectional design, which was carried out in 27th October 2022. The samples obtained 79 students and 63 students were taken according to the method using stratified proportional random sampling technique. The data containing the habit of memorizing Quran was taken from book which was usually filled in by the teacher who received students' recitation. The test conducted to measure short-term memory is forward digit span test. The data that has been obtained was carried out through Kolmogorov-Smirnov normality test and statistically analyzed by *Spearman-Rho* test using SPSS program. Based on *Spearman-Rho* statistical test, this study obtained significant results with positive direction and the relationship between the variables quite strong ($p=0.038$; $r=0.263$). The higher habit of memorizing the Quran, the higher short-term memory ability of Students From Izzuddin Integrated Islamic Junior High School.

Keywords: Memorizing Quran, Short-Term Memory, Forward Digit Span Test

RINGKASAN

HUBUNGAN KEBIASAAN MENGHAFAKAL ALQURAN DENGAN MEMORI JANGKA PENDEK SANTRI SMP ISLAM TERPADU IZZUDDIN PALEMBANG

Karya tulis ilmiah berupa Skripsi, 12 Desember 2022

Juzan Hasanah; dibimbing oleh dr. Indri Seta Septadina, M.Kes dan dr. Wardiansah, M.Biomed

The Relationship Between The Habits of Memorizing Quran and Short-Term Memory of Students From Izzuddin Integrated Islamic Junior High School Palembang

xvii + 88 halaman, 6 tabel, 8 gambar, 11 lampiran

Memori jangka pendek adalah sebuah proses kimia antarneuron yang terjadi dalam otak untuk mengode, menyimpan, dan mengambil kembali suatu informasi secara cepat. Kebiasaan adalah pengulangan suatu perilaku yang didasari oleh sebuah isyarat situasional. Salah satu kebiasaan yang baik dalam meningkatkan memori adalah menghafalkan Alquran. Menghafal Alquran merupakan salah satu aktivitas terbentuknya memori jangka pendek. Masa remaja adalah masa yang rentan karena pada masa ini terjadi pematangan korteks prefrontal, yaitu salah satu bagian dari anatomi otak yang berperan penting dalam kemampuan kognitif seseorang, salah satunya fungsi memori. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi solusi untuk memaksimalkan kemampuan memori remaja. Selain itu, penelitian tentang hubungan kebiasaan menghafal Alquran dengan memori jangka pendek hingga saat ini masih sangat sulit ditemukan. Hal-hal tersebut menyebabkan penelitian ini dilakukan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara kebiasaan menghafal Alquran dengan memori jangka pendek santri SMP Islam Terpadu Izzuddin Palembang. Jenis penelitian ini adalah analitik observasional dengan rancangan *cross-sectional* yang dilaksanakan pada tanggal 27 Oktober 2022. Sampel yang didapat berjumlah 63 santri yang diambil dengan teknik *stratified proportional random sampling*. Data yang berisi kebiasaan menghafal Alquran santri diambil dari buku setoran yang biasa diisi oleh guru penerima setoran santri. Tes yang dilakukan untuk mengukur memori jangka pendek adalah *forward digit span test*. Penelitian ini mendapatkan hasil berupa adanya hubungan yang signifikan antara kebiasaan menghafal Alquran dan memori jangka pendek dengan arah korelasinya positif dan kekuatan hubungan antarvariabelnya cukup kuat. Hal tersebut membuktikan bahwa semakin tinggi kebiasaan menghafal Alquran maka semakin tinggi pula kemampuan memori jangka pendek santri SMP Islam Terpadu Izzuddin Palembang.

Kata Kunci : Menghafal Alquran, Memori Jangka Pendek, *Forward Digit Span Test*

Sosial Kepustakaan : 43 (1994 – 2022)

SUMMARY

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE HABITS OF MEMORIZING QURAN AND SHORT-TERM MEMORY OF STUDENTS FROM IZZUDDIN INTEGRATED ISLAMIC JUNIOR HIGH SCHOOL PALEMBANG

Scientific paper in the form of Skripsi, 12nd December 2022

Juzan Hasanah; supervised by dr. Indri Seta Septadina, M.Kes and dr. Wardiansah, M.Biomed

Hubungan Kebiasaan Menghafal Alquran dengan Memori Jangka Pendek Santri SMP Islam Terpadu Izzuddin Palembang
xvii + 88 pages, 6 tables, 8 pictures, 11 attachments

Short-term memory is a chemical process between neurons that occurs in the brain to encode, store and retrieve information quickly. Habit is the repetition of a behavior emphasized by a situational cue. One of the good habits for improving memory is memorizing the Quran. Memorizing the Qur'an is one of the short-term memory formation activities. Adolescence is a vulnerable period because during this time, there is maturation of the prefrontal cortex, which is a part of the brain anatomy that plays an important role in a person's cognitive abilities, one of which is memory function. This research is expected to be a solution to maximize adolescent memory abilities. In addition, research on the relationship between the habit of memorizing the Quran and short-term memory is still very difficult to find. These things led to this research being conducted. This study aims to analyze the relationship between the habit of memorizing the Quran and the short-term memory of students at the Integrated Islamic Middle School Izzuddin Palembang. This type of research was analytic observational with a cross-sectional design, which was carried out on October 27, 2022. The samples obtained 63 students were taken according to the sampling method using the stratified proportional random sampling technique. The data containing the students' habit of memorizing Quran was taken from the book which was usually filled in by the teacher who received the students' recitation. The test conducted to measure short-term memory is forward digit span test. This study found a significant relationship between the habit of memorizing the Quran and short-term memory with a positive correlation and quite strong correlation between those variables. This study proves that the higher the habit of memorizing Quran, the higher the short-term memory ability of the students of the Integrated Islamic Middle School Izzuddin Palembang.

Keywords: Memorizing Quran, Short Term Memory, Forward Digit Span Test

Citations : 43 (1994 – 2022)

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah *Subhanahu wa Ta'ala* yang telah melimpahkan kekuatan, rahmat, serta hidayah-Nya dan salawat juga salam penulis panjatkan kepada Rasulullah *Sallallahu 'alaihi wa sallam* yang menjadi inspirator utama sehingga penulisan penelitian skripsi yang berjudul “Hubungan Kebiasaan Menghafal Alquran dengan Memori Jangka Pendek Santri SMP Islam Terpadu Izzuddin Palembang” ini dapat diselesaikan.

Penulisan penelitian skripsi ini tidak lepas dari bimbingan, dukungan, saran, serta segala bentuk bantuan yang diberikan kepada penulis. Oleh karena itu, penulis mengucapkan ribuan terima kasih kepada:

1. Allah *Subhanahu wa Ta'ala* karena tiada daya dan kekuatan selain dari-Nya.
2. Rasulullah *Sallallahu 'alaihi wa Sallam* sebagai suri teladan segala ilmu yang selalu menjadi motivasi dakwah penulis.
3. Ayah, Bunda, Teteh, Teh Lulu, dan Munji yang senantiasa memberikan dukungan doa, moral, lahir, dan batin.
4. dr. Indri Seta Septadina, M.Kes selaku pembimbing I dan dr. Wardiansah, M. Biomed selaku pembimbing II yang senantiasa memotivasi, mendukung, mengarahkan, dan mengingatkan penulis baik dalam kebutuhan jasmani, maupun kebutuhan rohani untuk menyelesaikan skripsi ini.
5. Ibu Pariyana, SKM, M.Kes, Kak Miftah, Ibu Ros, Fatiya, dan Mba Dea yang menjadi perantara Allah dalam memudahkan penulis untuk menyelesaikan penelitian skripsi ini.
6. Sahabat-sahabat seperjuangan, sapa, ica, bella, sitnab, tipa, serta sahabat sisterlillah, rara, sofi, imeh, fira, acil, rika, dan almira, dan sahabat lainnya yang selalu memberikan semangat berdakwah *lillahi ta'ala* dalam semua aktivitas, semoga kita hidup sukses dan mati sukses bersama.

Penulis menyadari bahwa penelitian skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran demi pengembangan penelitian yang lebih baik lagi. Penulis berharap penelitian ini nantinya dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Palembang, 12 Desember 2022

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Juzan Hasanah', written in a cursive style.

Juzan Hasanah

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Juzan Hasanah


NIM : 04011281924052

Judul : Hubungan Kebiasaan Menghafal Alquran dengan Memori
Jangka Pendek Santri SMP Islam Terpadu Izzuddin Palembang

Memberikan izin kepada Pembimbing dan Universitas Sriwijaya untuk mempublikasikan hasil penelitian saya untuk kepentingan akademik apabila dalam waktu 1 (satu) tahun tidak mempublikasikan karya penelitian saya. Dalam kasus ini saya setuju untuk menempatkan Pembimbing sebagai penulis korespondensi (Corresponding author).

Demikian, pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tanpa ada paksaan dari siapapun.

Palembang, 12 Desember 2022



Juzan Hasanah
04011281924052

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	v
HALAMAN PERSETUJUAN	vi
HALAMAN PERNYATAAN INTEGRITAS	iv
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
RINGKASAN	vii
SUMMARY	viii
KATA PENGANTAR	ix
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB 1 PENDAHULUAN	18
1.1. Latar Belakang	18
1.2. Rumusan Masalah	20
1.3. Tujuan Penelitian.....	20
1.3.1 Tujuan Umum	20
1.3.2 Tujuan Khusus	20
1.4. Hipotesis	20
1.5. Manfaat Penelitian.....	21
1.5.1 Manfaat Teoritis	21
1.5.2 Manfaat Kebijakan	21
1.5.3 Manfaat Masyarakat.....	21
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	22
2.1. Anatomi dan Fisiologi Sistem Limbik	22
2.1.1 Cortex Cerebri	24
2.1.2 Hipokampus	26
2.2. Memori	28
2.2.1 Pengertian Memori.....	28
2.2.2 Klasifikasi Memori.....	29
2.2.3 Faktor-Faktor yang mempengaruhi memori	31

2.2.3.1	Emosi	31
2.2.3.2	Stres	31
2.2.3.3	Gaya Hidup	32
2.2.3.4	Jenis Kelamin.....	34
2.2.3.5	Usia	34
2.2.4	Proses Penyimpanan Memori.....	36
2.2.5	<i>Forward Digit Span Test</i>	38
2.3.	Menghafal Alquran.....	39
2.3.1	Pengertian Menghafal Alquran	39
2.3.2	Keutamaan Menghafal Alquran	39
2.3.3	Hikmah Menghafal Alquran terhadap Kesehatan	41
2.3.4	Hubungan Menghafal Alquran dengan Memori	42
2.4.	Kerangka Teori ^{4,5,10,16}	46
2.5.	Kerangka Konsep	47
BAB 3	METODE PENELITIAN.....	48
3.1.	Jenis Penelitian	48
3.2.	Waktu dan Tempat Penelitian	48
3.3.	Populasi dan Sampel	48
3.3.1	Populasi.....	48
3.3.2	Sampel.....	48
3.3.2.1	Besar Sampel	48
3.3.2.2	Cara Pengambilan Sampel	50
3.3.3	Kriteria Inklusi dan Eksklusi.....	50
3.3.3.1	Kriteria Inklusi.....	50
3.3.3.2	Kriteria Eksklusi	50
3.4.	Variabel Penelitian	50
3.4.1	Variabel Tergantung.....	50
3.4.2	Variabel Bebas	50
3.5.	Definisi Operasional.....	51
3.6.	Cara Pengumpulan Data	53
3.7.	Cara Pengolahan dan Analisis Data	54
3.7.1	Pengolahan Data.....	54
3.7.2	Analisis Data	54
3.7.2.1	Analisis Univariat	54

3.7.2.2	Analisis Bivariat	54
3.8.	Alur Kerja Penelitian	56
BAB 4	HASIL DAN PEMBAHASAN.....	57
4.1.	Hasil Penelitian.....	57
4.1.1	Analisis Univariat.....	57
4.1.1.1	Karakteristik Subjek Penelitian	57
4.1.1.2	Distribusi santri berdasarkan skor <i>forward digit span test</i> dan kebiasaan menghafal Alquran	58
4.1.2	Analisis Bivariat.....	60
4.2.	Pembahasan	61
4.2.1	Analisis Univariat.....	61
4.2.1.1	Karakteristik subjek penelitian	61
4.2.1.2	Distribusi santri berdasarkan skor <i>forward digit span test</i> dan kebiasaan menghafal Alquran	61
4.2.2	Hubungan kebiasaan menghafal Alquran dengan Memori Jangka Pendek.....	62
4.2.3	Keterbatasan Penelitian.....	65
BAB 5	KESIMPULAN DAN SARAN.....	66
5.1.	Kesimpulan.....	66
5.2.	Saran	66
	Daftar Pustaka.....	67
	Lampiran.	71
	Biodata....	lxxxviii

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Perbedaan Memori Jangka Pendek dan Memori Jangka Panjang. ¹⁻⁵	29
Tabel 4.1 Distribusi Santri menurut usia, jenis kelamin, dan jenis kelas	58
Tabel 4.2 Distribusi Santri menurut skor forward digit span test.	58
Tabel 4.3 Uji Normalitas data kebiasaan menghafal Alquran santri SMP Islam Terpadu Izzuddin Palembang	59
Tabel 4.4 Distribusi Santri berdasarkan Kebiasaan Menghafal Alquran.	59
Tabel 4.5 Uji Normalitas Skor forward digit span test Santri SMP Islam Terpadu Izzuddin Palembang	60
Tabel 4.6 Hubungan kebiasaan menghafal Alquran dengan memori jangka pendek santri SMP Islam Terpadu Izzuddin Palembang	60

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Struktur-struktur yang menyusun sistem limbik. ⁴	23
Gambar 2.2 Anatomi sistem limbik di area berwarna pink tua. ⁵	23
Gambar 2.3 Daerah fungsional korteks serebri ⁴	24
Gambar 2.4 Sub-area fungsional korteks asosiasi parieto-oksipitotemporal ⁵	26
Gambar 2.5 Potongan frontal lobus temporalis otak yang menunjukkan hipokampus. ¹⁴	27
Gambar 2.6 Pengaruh Stres Kronik terhadap Memori. ²⁰	32
Gambar 2.7 Mekanisme Memori. ⁵	37
Gambar 2.8 Area Broadmann. ⁴¹	43

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Penjelasan.....	71
Lampiran 2 Lembar Informasi Orang Tua	72
Lampiran 3. Lembar informed consent Anak	74
Lampiran 4 Lembar Informed Consent Orang Tua.....	75
Lampiran 5 Hasil Analisis Data SPSS	76
Lampiran 6 Sertifikat Etik Penelitian.....	79
Lampiran 7 Surat Izin Penelitian.....	80
Lampiran 8 Lembar Konsultasi Skripsi	82
Lampiran 9 Lembar Persetujuan Sidang Skripsi.....	83
Lampiran 10 Dokumentasi Penelitian	84
Lampiran 11 Hasil Similarity Checking	86
Lampiran 12 Tabel Forward Digit Span Test	87

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Memori adalah proses kimiawi antarneuron yang menjalankan fungsi otak secara kompleks dalam mengode, menyimpan, dan mengambil informasi di dalam otak.¹⁻³ Memori membantu manusia untuk berinteraksi dengan lingkungannya, membangkitkan respons spesifik untuk berbagai kejadian, mengingat wajah yang dikenal, dan menghadapi rangsangan berulang sehingga membantu manusia untuk belajar dan merespons.¹

Memori secara umum dapat diklasifikasikan menjadi memori jangka pendek dan memori jangka panjang.⁴ Memori jangka pendek yaitu memori yang terjadi dalam hitungan detik hingga jam, kecuali apabila memori ini diproses menjadi memori jangka panjang. Konsolidasi adalah proses perubahan memori jangka pendek menjadi memori jangka panjang yang terjadi di hipokampus dan disimpan di seluruh korteks. Memori jangka panjang yaitu memori yang terjadi dalam hitungan hari hingga tahun yang apabila tersimpan akan teringat selama bertahun-tahun bahkan hingga seumur hidup.^{1,4,5}

Tanpa memori, seorang manusia sulit untuk melakukan aktivitas sehari-hari yang sudah menjadi kebiasaan dalam hidupnya.³ Dalam psikologi kesehatan, 'kebiasaan' didefinisikan sebagai fenomena ketika perilaku didorong secara otomatis oleh isyarat situasional.^{6,7} Kebiasaan terbentuk melalui pengulangan sebuah perilaku.⁷ Salah satu kebiasaan yang baik dalam meningkatkan memori adalah menghafalkan Alquran.⁸

Seseorang biasanya mengawali proses menghafalkan Alquran dengan membaca ayat dalam Alquran secara berulang.⁸ Dalam membaca Alquran, umat islam diperintahkan untuk mengatur dan menahan napasnya sesuai dengan kaidah ilmu tajwid yang dapat disebut sebagai hipoksia intermitten. Hipoksia intermitten

dapat meningkatkan pembersihan β -Amyloid dan neurogenesis sambil mengurangi apoptosis neuron pada tikus APP/PS1. Hal ini menunjukkan bahwa ada terapi yang efektif untuk penyandang *Alzheimer Disease* dan gangguan memori.⁹

Seorang penghafal Alquran akan memvisualisasikan ingatannya secara rinci.¹⁰ Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Khan et al pada tahun 2021 yang menyatakan bahwa penghafal Alquran akan menghafalkan kata-kata, urutan ayat, dan mengingat penempatan ayat-ayat di setiap halamannya. Kebiasaan ini menjadi praktik latihan otak secara teratur yang memungkinkan terjadinya peningkatan kinerja memori jangka pendek dan konsolidasi memori jangka panjang di antara penghafal Alquran.¹¹ Semakin banyak kata yang dihafalkan setiap hari, semakin banyak terjadinya peningkatan kapasitas memori. Subjek dari penelitian tersebut adalah seorang penghafal Alquran yang sedang menjalani masa remaja.¹²

Masa remaja adalah periode kritis karena pematangan korteks prefrontal terjadi pada masa tersebut untuk memperoleh kemampuan kognitif yang matang ketika masa dewasa. Korteks prefrontal adalah wilayah otak yang mengatur berbagai fungsi kognitif. Mikroglia yang merupakan sel kekebalan otak berkontribusi pada proses pematangan ini. Defisiensi mikroglia pada remaja dapat menginduksi munculnya gangguan korteks prefrontal, seperti gangguan fungsi kognitif, kompleksitas dendritik, dan struktur sinaps ketika masa dewasa. Defisiensi mikroglia juga dapat mengubah keseimbangan sirkuit prefrontal ketika masa dewasa.¹³ Penelitian ini diharapkan dapat menjadi solusi atas kerentanan yang terjadi pada masa remaja tersebut.

Akan tetapi, hingga kini, penelitian tentang hubungan kebiasaan menghafal Alquran dengan memori jangka pendek masih sulit ditemukan sehingga banyak masyarakat belum mengetahui salah satu manfaat besar yang didapatkan ketika berusaha membiasakan diri untuk menghafalkan Alquran, yaitu peningkatan memori. Oleh karena itu, peneliti ingin melakukan penelitian tentang hubungan

kebiasaan menghafal Alquran dengan memori jangka pendek santri SMP Islam Terpadu Izzuddin Palembang.

1.2. Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara kebiasaan menghafal Alquran dengan memori jangka pendek santri SMP Islam Terpadu Izzuddin Palembang?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis hubungan antara kebiasaan menghafal Alquran dengan memori jangka pendek santri SMP Islam Terpadu Izzuddin Palembang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui distribusi frekuensi subjek penelitian menurut usia dan jenis kelamin santri di SMP Islam Terpadu Izzuddin Palembang
2. Mengukur memori jangka pendek santri dengan menggunakan *forward digit span test*
3. Mengidentifikasi kebiasaan menghafal Alquran santri di SMP Islam Terpadu Izzuddin Palembang
4. Menganalisis hubungan antara kebiasaan menghafal Alquran dengan memori jangka pendek santri SMP Islam Terpadu Izzuddin Palembang.

1.4. Hipotesis

Semakin tinggi kebiasaan menghafal Alquran maka akan semakin tinggi pula kemampuan memori jangka pendek.

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan edukasi mengenai hubungan kebiasaan menghafal Alquran dengan memori jangka pendek pada santri SMP Islam Terpadu Izzuddin Palembang dan menjadi dasar untuk penelitian dengan topik yang mirip atau berhubungan dengan menghafal Alquran dan memori jangka pendek.

1.5.2 Manfaat Kebijakan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi para pemegang kebijakan pusat pendidikan dengan menambah kebiasaan para siswa untuk menghafal Alquran yang salah satunya dapat memberikan manfaat terhadap memori jangka pendek para siswa.

1.5.3 Manfaat Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan informasi untuk masyarakat tentang hubungan kebiasaan menghafal Alquran dengan memori jangka pendek sehingga masyarakat dapat memiliki motivasi tambahan agar mulai membiasakan diri untuk menghafal Alquran yang salah satu manfaatnya dapat meningkatkan memori jangka pendek.

DAFTAR PUSTAKA

1. Almaraz-Espinoza A, Grider MH. Physiology, Long Term Memory. StatPearls [Internet]. 2021 Jul 22 [cited 2022 Jun 13]; Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK549791/>
2. Zlotnik G, Vansintjan A. Memory: An Extended Definition. Front Psychol [Internet]. 2019 Nov 7 [cited 2022 Jun 13];10. Available from: </pmc/articles/PMC6853990/>
3. Jawabri KH, Cascella M. Physiology, Explicit Memory. StatPearls [Internet]. 2022 May 8 [cited 2022 Jun 13]; Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK554551/>
4. Sherwood L. Human Physiology: From Cells fo Systems. 6th ed. Yesdelita N, editor. Jakarta: EGC; 2009. 171 p.
5. Hall J. Guyton dan Hall Buku Ajar Fisiologi Kedokteran. 12th ed. Philadelphia: Elsevier; 2013. 705 p.
6. Arlinghaus KR, Johnston CA. The Importance of Creating Habits and Routine. Am J Lifestyle Med [Internet]. 2019 Mar 1 [cited 2022 Jun 26];13(2):142. Available from: </pmc/articles/PMC6378489/>
7. Gardner B. A review and analysis of the use of ‘habit’ in understanding, predicting and influencing health-related behaviour. Health Psychol Rev [Internet]. 2015 Aug 8 [cited 2022 Jun 26];9(3):277. Available from: </pmc/articles/PMC4566897/>
8. Andarini NH. Pengaruh Menghafal Al-Quran Metode Tabarak Terhadap Peningkatan Memori Menghafal Al-Quran pada Anak Usia Dini. 2018.
9. Meng SX, Wang B, Li WT. Intermittent hypoxia improves cognition and reduces anxiety-related behavior in APP/PS1 mice. Brain Behav [Internet]. 2020 Feb 1 [cited 2022 Jul 2];10(2). Available from: </pmc/articles/PMC7010588/>
10. Akbari H, Sheikhani A, Nasrabadi AM, Mohammadi MR, Ghoshuni M. Evaluating the effect of quran memorizing on the event-related potential features by using graphs created from the neural gas networks. J Med Signals Sens. 2022;12(1):48–56.
11. Khan R, Dzul kifli MA. Understanding hifdh and its effect on short-term memory recall performance: An experimental study on high school students in Saudi Arabia. INSPIRA Indones J Psychol Res. 2021;2(1):12–21.
12. Sirin S, Metin B, Tarhan N. The effect of memorizing the quran on cognitive functions. J Neurobehav Sci. 2021;8(1):22.

13. Schalbetter SM, Von Arx AS, Cruz-Ochoa N, Dawson K, Ivanov A, Mueller FS, et al. Adolescence is a sensitive period for prefrontal microglia to act on cognitive development. *Sci Adv* [Internet]. 2022 Mar 1 [cited 2022 Aug 3];8(9). Available from: [/pmc/articles/PMC8890703/](#)
14. Greenstein B, Greenstein A. *Color Atlas of Neuroscience*. Color Atlas of Neuroscience. 2019.
15. Aggleton JP, Morris RGM. Memory: Looking back and looking forward. *Brain Neurosci Adv* [Internet]. 2018 Jan 15 [cited 2022 Jul 16];2:239821281879483. Available from: [/pmc/articles/PMC7058235/](#)
16. Camina E, Güell F. The Neuroanatomical, Neurophysiological and Psychological Basis of Memory: Current Models and Their Origins. *Front Pharmacol* [Internet]. 2017 Jun 30 [cited 2022 Jul 19];8(JUN):438. Available from: [/pmc/articles/PMC5491610/](#)
17. Sun Q, Gu S, Yang J. Context and Time Matter: Effects of Emotion and Motivation on Episodic Memory Overtime. 2018; Available from: <https://doi.org/10.1155/2018/7051925>
18. Yang Y, Wang JZ. From Structure to Behavior in Basolateral Amygdala-Hippocampus Circuits. *Front Neural Circuits* [Internet]. 2017 Oct 31 [cited 2022 Jul 17];11. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29163066/>
19. Pabontong S, Khumas A, Fakhri N. Pengaruh Humor Terhadap Memori Jangka Pendek pada Mahasiswa. *J Psikol Talent Mhs*. 1(3).
20. Dillon DG, Pizzagalli DA. Mechanisms of Memory Disruption in Depression. *Trends Neurosci* [Internet]. 2018 Mar 1 [cited 2022 Jul 21];41(3):137. Available from: [/pmc/articles/PMC5835184/](#)
21. Bierbrauer A, Fellner MC, Heinen R, Wolf OT, Axmacher N. The memory trace of a stressful episode. *Curr Biol* [Internet]. 2021 Dec 6 [cited 2022 Jul 17];31(23):5204-5213.e8. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34653359/>
22. Teresa Acosta M. SUEÑO, MEMORIA Y APRENDIZAJE. Buenos Aires). 2019;79:29–32.
23. He JW, Tu ZH, Xiao L, Su T, Tang YX. Effect of restricting bedtime mobile phone use on sleep, arousal, mood, and working memory: A randomized pilot trial. 2020; Available from: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0228756>
24. PENGARUH BRAIN TRAINING TERHADAP MEMORI DIUKUR DENGAN SCENERY PICTURE MEMORY TEST - Diponegoro University | Institutional Repository (UNDIP-IR) [Internet]. [cited 2022 Jul 21]. Available from: <http://eprints.undip.ac.id/55175/>

25. Himmer L, Schönauer M, Heib DPJ, Schabus M, Gais S. Rehearsal initiates systems memory consolidation, sleep makes it last. *Sci Adv* [Internet]. 2019 [cited 2022 Aug 8];5(4). Available from: [/pmc/articles/PMC6482015/](#)
26. Tazkiah M. PENGARUH MEMBACA AL-QUR'AN TERHADAP SHORT TERM MEMORY MENGGUNAKAN FORWARD DIGIT SPAN TEST PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS SRIWIJAYA. 2021.
27. Loprinzi PD, Frith E. The Role of Sex in Memory Function: Considerations and Recommendations in the Context of Exercise. *J Clin Med* [Internet]. 2018 Jun 1 [cited 2022 Jul 27];7(6):132. Available from: [/pmc/articles/PMC6028920/](#)
28. Mudjihartini N. Brain-derived neurotrophic factor (BDNF) dan proses penuaan: sebuah tinjauan. *J Biomedika dan Kesehat*. 2021;4(3):120–9.
29. Fuhrmann D, Knoll LJ, Blakemore SJ. Adolescence as a Sensitive Period of Brain Development. *Trends Cogn Sci* [Internet]. 2015;19(10):558–66. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.tics.2015.07.008>
30. Lees B, Meredith LR, Kirkland AE, Bryant BE, Squeglia LM. Effect of alcohol use on the adolescent brain and behavior. *Pharmacol Biochem Behav* [Internet]. 2020 May 1 [cited 2022 Aug 3];192:172906. Available from: [/pmc/articles/PMC7183385/](#)
31. Rausch R. A compendium of neuropsychological tests: administration, norms, and commentary. *Electroencephalogr Clin Neurophysiol*. 1994;90(3):251.
32. Ishak I, Shaidin AA, Harun D, Abdul NM, Mariappan V, Fitri A, et al. Does Quran Memorization Influence Adolescents' Intelligence Quotient and Memory Level?: A Cross-Sectional Study in Malaysia. *Makara J Heal Res*. 2021;(March 2022).
33. Septadina IS, Jannah EM, Suryani PR. The Effect of Reciting Holy Qur'an Toward Short-Term Memory. *J Aisyah J Ilmu Kesehat*. 2021;6(3):565–8.
34. Hurriyati EA, Fitriana E, Cahyadi S, Srisayekti W. The Predictive Role of IQ, Mood, Emotional Reactivity, and Effortful Control on Working Memory among Hafidz Qur'an. *Open Psychol J*. 2022 Jun 21;15(1).
35. Saquib N, Saquib J, Alhadlag A, Albakour MA, Aljumah B, Sughayyir M, et al. Health benefits of Quran memorization for older men. *SAGE Open Med*. 2017;5:205031211774099.
36. Masduki Y. Implikasi Psikologis Bagi Penghafal Al-Qur'an. *Medina-Te* [Internet]. 2018;18(2):18–35. Available from: http://journal.stainkudus.ac.id/index.php/equilibrium/article/view/1268/1127%0Ahttp://publicacoes.cardiol.br/portal/ijcs/portugues/2018/v3103/pdf/3103009.pdf%0Ahttp://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid

=S0121-75772018000200067&lng=en&tlng=

37. Fauziyyah M, Karyani U. Kesejahteraan Siswa: Studi Komparatif Siswa Berdasar Keikutsertaan Kegiatan Tahfidz. *Indig J Ilm Psikol.* 2017;2(2):193–200.
38. Rianti KI. PENGARUH MUROTTAL AL-QUR'AN TERHADAP ANSIETAS PADA MAHASISWA PENDIDIKAN DOKTER UNIVERSITAS SRIWIJAYA ANGKATAN 2017. Sriwijaya; 2020.
39. Fakhirah N. PENGARUH MEMBACA AL-QUR'AN SECARA PERIODIK TERHADAP ANSIETAS PADA MAHASISWA PENDIDIKAN DOKTER UNIVERSITAS SRIWIJAYA. Sriwijaya; 2021.
40. Maruf IJ, Hartanto O, Suminah S, Sulaeman ES. The Effect of Memorizing the Al Quran on Quality of Life in Stroke Patients With Aphasia Motoric Disorders. *Glob J Health Sci.* 2019;11(7):29.
41. Julianto V, Etsem MB. The Effect of Reciting Holy Qur'an toward Short-term Memory Ability Analysed through the Changing Brain Wave. *J Psikol* [Internet]. 2011;38(1):17 – 29. Available from: <https://journal.ugm.ac.id/jpsi/article/view/7661>
42. Sapuan AH, Mustofa NS, Che Azemin MZ, Abdul Majid ZA, Jamaludin I. Grey matter volume differences of textual memorization: A Voxel based morphometry study. *IFMBE Proc.* 2016;56:36–43.
43. Najiza F. PENGARUH PELAKSANAAN PROGRAM HAFALAN AL-QUR'AN TERHADAP PRESTASI BELAJAR PENDIDIKAN AGAMA ISLAM DI SMP ISLAM AL-FALAAH CIPUTAT. 2018.