

Khataman Al-Qur'an: Menggali Makna Spiritual dan Psikologis di Bulan Ramadhan

Oleh: **Aulia Az Zahra** | Tanggal Upload: 4 Maret 2025



Bulan Ramadhan ialah waktu yang penuh berkah dan ampunan bagi seluruh umat muslim. Bulan suci ini menjadi salah satu momentum yang tepat untuk setiap muslim berlomba-lomba dalam meningkatkan kualitas ibadahnya, salah satunya dengan mengkhhatamkan Al-Qur'an. Hal ini selain menjadi sebuah tradisi mulia yang hampir dilaksanakan semua umat muslim pada bulan Ramadhan, juga sebagai pengamalan dan pemahaman ajaran islam yang mendalam bagi setiap muslim serta bentuk penghormatan dan komitmen kita untuk mendalami kitab suci Al-Qur'an. Selain itu, bulan ini istimewa bagi Al-Qur'an karena saat itulah Allah swt. menurunkannya sebagai kitab suci umat islam, dan bagi siapa saja yang rutin membacanya di bulan Ramadhan maka ia menambah kemuliaan di dalamnya.

Khataman Al-Qur'an ini memiliki makna dari sisi spiritual yang memberikan dampak

positif bagi psikologis baik dari segi emosional maupun kesehatan mental tiap individu. Kegiatan ini menjadi salah satu ibadah yang sangat ditekankan untuk ditunaikan pada bulan suci Ramadhan. Sebagaimana Rasulullah saw. telah memberi teladan kepada para sahabat dan ulama terdahulu untuk memperbanyak membaca dan memahami makna Al-Qur'an selama bulan Ramadhan. Hal ini ditunjukkan dengan aktivitas Rasulullah saw. yang mengkhhatamkan Al-Qur'an sekali setiap tahun pada bulan Ramadhan di hadapan malaikat Jibril a.s.

Diriwayatkan dari Abu Hurairah r.a, *"Sesungguhnya Jibril mengulang kembali Al-Qur'an kepada Nabi saw. sekali dalam setahun. Pada tahun wafatnya beliau, Dia mengulanginya dua kali."* (H.R. Bukhari No. 4614). Hadits ini menjelaskan bahwasanya mengkhhatamkan Al-Qur'an sebagai salah satu tradisi mulia yang sejalan dengan praktik yang telah diajarkan oleh Rasulullah saw.

Kegiatan mengkhhatamkan Al-Qur'an ini secara spiritual mampu meningkatkan ketakwaan dan keimanan seorang muslim kepada Allah swt. Selain itu kegiatan ini sebagai wujud syukur kita kepada Sang Pemberi Rezeki karena telah menurunkan Al-Qur'an sebagai *al-huda* (petunjuk) dan *al-furqon* (pembeda). Mengkhhatamkan Al-Qur'an tidak hanya sekedar membaca seluruh teks arabnya saja, namun juga membaca terjemahan dan memahami seluruh makna serta ajaran yang terkandung. Refleksi ini akan meningkatkan kemampuan seorang muslim dalam memahami diri sendiri dan membantu menemukan tujuan hidup mereka menjadi lebih baik. Dalam segi spiritual, merenungkan ayat suci Al-Qur'an mampu memberikan kesadaran dan bimbingan dalam menghadapi segala ujian hidup. Hal ini sejalan dengan prinsip-prinsip psikologi yang berfokus pada pentingnya refleksi diri dalam pengembangan karakter pribadi.

Dalam perspektif psikologis, khataman Al-Qur'an yang diterapkan dengan tartil dan perhatian penuh atau *mindfulness* mampu mengurangi kecemasan, dan menenangkan pikiran, karena aktivitas ini dapat memicu respons relaksasi dalam tubuh yang mampu menurunkan hormon stress yang dihasilkan tubuh dan meningkatkan suasana hati. Proses mengkhhatamkan Al-Qur'an ini membutuhkan ketekunan dan disiplin tiap harinya yang mampu melatih pikiran dan jiwa setiap individu agar lebih fokus, sabar, dan ikhlas dalam menjalankannya. Aktivitas ini memunculkan ruang mental yang aman bagi setiap muslim untuk dapat merenungkan segala hal yang berhubungan antara diri mereka sendiri dan Penciptanya.

Rutinitas ini tidak hanya memberi dampak positif pada setiap muslim saja, namun juga berpengaruh baik bagi solidaritas dalam komunitas. Banyak muslim dan muslimah yang mengkhhatamkan Al-Qur'an dengan tadarus secara bersama-sama baik di masjid, rumah, atau suatu komunitas agama. Kegiatan ini mampu menciptakan rasa solidaritas, rasa saling memiliki, dan dukungan emosional antara anggota komunitas. Sudut pandang psikologi sosial terkait interaksi positif antar individu dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis karena tidak merasa sendiri. Rasa kebersamaan dan kepedulian inilah yang baik diterapkan setiap muslim untuk saling mendukung dan berbagi dalam hal kebaikan.

Jika seorang muslim telah mengkhhatamkan Al-Qur'an sesuai dengan niat awalnya, kelak

akan timbul rasa percaya diri dan kepuasan batin dalam diri muslim tersebut. Karena dari kepuasan pencapaian mampu meningkatkan motivasi dalam diri untuk selalu belajar dan berkembang. Tidak lupa setelah menyelesaikan bacaan Al-Qur'an selama satu bulan full, umat muslim baiknya membaca doa Khotmil Qur'an karena doa ini salah satu wujud syukur dan introspeksi atas pencapaian spiritual seorang muslim. Doa ini menyatakan permohonan ampun, keberkahan dan petunjuk dari Allah swt. Hal ini menambah nilai dari segi spiritual yakni menjadikannya lebih dari sekedar rutinitas mulia tetapi juga menjadi saraana mendekatkan diri pada Sang Pengampun.

Khataman Al-Qur'an di bulan Ramadhan memiliki makna yang mendalam secara spiritual maupun psikologis. Kegiatan ini tidak hanya memperbanyak pengalaman spiritualnya saja, namun juga salah satu sarana untuk mendukung kesejahteraan emosional umat muslim selama menjalani berbagai kegiatan dan ibadah yang dilakukan sehari-hari. Dengan memahami dan mengaplikasikan ajaran Al-Qur'an, tiap muslim dapat menjadi pribadi yang lebih baik perangnya dan lebih dekat dengan Sang Maha Kuasa.

[Baca Artikel Asli di Website](#)

Tentang [islamsantun.org](#):

Portal media yang berdedikasi menyebarkan diskursus Islam yang ramah, moderat, dan *rahmatan lil 'alamin*. Menyajikan ragam artikel keislaman, opini, khutbah, hingga sastra pesantren, [islamsantun.org](#) hadir sebagai rujukan literasi keagamaan yang sejuk dan mencerahkan bagi masyarakat luas.

Ditulis oleh **Aulia Az Zahra**

Mahasiswa Psikologi Islam Universitas Islam Raden Mas Said Surakarta 2024

© 2026 [islamsantun.org](#) · Menyebarkan Islam yang *rahmatan lil 'alamin*