

***SELF REGULATION* SANTRIWATI PENGHAFAL QUR`AN**

(Studi Kasus di Asrama Putri Pondok Pesantren Al Islam Joresan)

SKRIPSI



Oleh:

Ulin Nuriyatul Fitroti

NIM. 303180036

Pembimbing:

Dr. M. Irfan Riyadi, M.Ag.

NIP. 196601102000031001

JURUSAN BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM

FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) PONOROGO

2022

ABSTRAK

Ulin Nuriyatul Fitroti, 2022. “*Self Regulation* Santriwati Penghafal Qur`an (Studi Kasus di Asrama Putri Pondok Pesantren Al Islam Joresan)”.
Skripsi. Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Ponorogo, Pembimbing Dr. M. Irfan Riyadi, M. Ag.

Kata Kunci: *Self regulation*, Menghafal Qur`an, Faktor-faktor *Self regulation*.

Menghafal Qur`an merupakan proses yang kompleks dan tidak mudah. Diperlukan segenap tenaga, pikiran, waktu bahkan biaya untuk menjalani setiap prosesnya. Terlebih lagi apabila seseorang tersebut tidak hanya memiliki satu peran. Fenomena yang saat ini terjadi di banyak tempat menghafal Qur`an adalah disamping menghafal Qur`an memiliki tuntutan untuk secara istiqomah mampu menghadapi dan menjalani segenap proses dalam menghafal, santri menghafal Qur`an juga mengikuti proses belajar secara formal selain itu juga memiliki tanggungjawab untuk menjalani kegiatan di pondok. Oleh sebab itu, diperlukan segenap usaha untuk meregulasi diri agar mampu melakoni setiap peran yang dimiliki selain sebagai menghafal Qur`an dan mampu melaksanakan dan menjalani kewajiban di sekolah formal dan di asrama.

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan bagaimana *self regulation* santriwati menghafal Qur`an dan untuk mengetahui apa saja faktor-faktor yang mempengaruhi *self regulation* santriwati menghafal Qur`an. Metode yang digunakan adalah metode penelitian kualitatif dengan menggunakan tipe penelitian studi kasus.

Hasil dari penelitian ini adalah diketahui *self regulation* santriwati menghafal Qur`an yang meliputi: 1) Aspek metakognisi para santriwati berupaya untuk menghafal atau murojaah hafalan dengan berusaha berkonsentrasi dan menyamankan diri dengan kondisi. Selain itu, memahami prioritas antara akademik dengan menghafal atau berusaha menyeimbangkan keduanya. Pada aspek metakognisi, strategi dalam menghafal yakni dengan mengulang-ulang bacaan, melakukan halaqoh, dan telaten melakukan murojaah. 2) Pada aspek motivasi, para santriwati menghafal Qur`an menjadikan sosok orangtua sebagai penyemangat dalam menghafal. Selain itu, tuntutan dalam bidang akademik yang saat ini tengah para menghafal Qur`an jalani adalah harapan untuk melanjutkan ke jenjang perguruan tinggi. 3) Aspek perilaku, para menghafal Qur`an menghindari beberapa hal yakni mengurangi mengobrol, mempersedikit tidur, serta tidak berlama-lama di kamar. Sedangkan dalam pengaturan waktu hafalan para menghafal Qur`an memilih waktu dhuhur atau sebelum tidur untuk menambah menghafal atau murojaah serta *halaqoh*. Sedangkan faktor-faktor yang mempengaruhi *self regulation* santriwati menghafal Qur`an yakni Faktor penghambat diantaranya: rasa malas dan pengaruh teman. Sedangkan faktor pendorong bagi santriwati menghafal Qur`an adalah fasilitas yang diberikan kepada santriwati menghafal Qur`an, motivasi dari para ustadz, support dari keluarga, dan kemampuan para santriwati untuk tetap mempertahankan motivasi.

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi atas nama saudara:

Nama : Ulin Nuriyatul Fitroti

NIM : 303180036

Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam

Judul : *Self Regulation* Santriwati Penghafal Qur'an Studi Kasus di Asrama Putri Pondok Pesantren Al Islam Joresan

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji dalam ujian munaqosah.

Ponorogo, 11 April 2022


Mengetahui,

Menyetujui,

Ketua Jurusan

Pembimbing


Muhammad Nurdin, M.A.
NIP.197604132005011001


Dr. M. Irfan Rivadi, M.Ag.
NIP. 1966011022000031001



KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) PONOROGO
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH
PENGESAHAN

Nama : Ulin Nuriyatul Fitroti
NIM : 303180036
Prodi : Bimbingan Penyuluhan Islam
Judul : *Self Regulation* Santriwati Penghafal Qur`An (Studi Kasus
Di Asrama Putri Pondok Pesantren Al Islam Joresan)




Skripsi ini telah dipertahankan pada sidang munaqosah Fakultas Ushuluddin,
Adab, dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Ponorogo pada:

Hari : Rabu
Tanggal : 25 Mei 2022

Dan telah diterima sebagai bagian dari persyaratan untuk memperoleh gelar
sarjana dalam Bimbingan Penyuluhan Islam (S.Sos) pada:

Hari : Kamis
Tanggal : 02 Juni 2022

Tim Penguji:

1. Ketua Sidang : Dr. Iswahyudi, M.Ag. ()
2. Penguji 1 : Fadhilah Rahmawati, M.Psi. ()
3. Sekretaris : Dr. M. Irfan Riyadi, M.Ag. ()

Ponorogo, 02 Juni 2022

Mengesahkan

Dekan,


Dr. Ahmad Munir, M.Ag

NIP. 196806161998031002



SURAT PERSETUJUAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ulin Nuriyatul Fitroti
NIM : 303180036
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam
Judul : *Self Regulation* Santriwati Penghafal Qur'an
(Studi Kasus Di Asrama Putri Pondok Pesantren Al Islam
Joresan)


Dengan ini menyatakan bahwa naskah skripsi/tesis ini telah diperiksa dan disahkan oleh pembimbing. Selanjutnya, saya bersedia naskah tersebut dipublikasikan oleh perpustakaan IAIN Ponorogo yang dapat diakses di etheses.iainponorogo.ac.id.

Adapun isi dari keseluruhan tulisan tersebut sepenuhnya menjadi tanggungjawab penulis.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Ponorogo, 2 Juni 2022

Penulis,


Ulin Nuriyatul Fitroti

NIM. 303180036

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN


Saya bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ulin Nuriyatul Fitroti
NIM : 303180036
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam
Fakultas : Ushuluddin Adab dan Dakwah

Dengan ini menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis yang berjudul “**SELF REGULATION SANTRIWATI PENGHAFAL QUR’AN** (Studi Kasus di Asrama Putri Pondok Pesantren Al Islam Joresan)” benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, dan bukan mengambil alihan tulisan atau pikiran dari orang lain yang saya aku sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Selain itu, sumber informasi yang dikutip penulis lain telah disebutkan dalam *footnote* dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Apabila dalam kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan saya.

Ponorogo, 11 April 2022

Yang Membuat Pernyataan

Ulin Nuriyatul Fitroti
NIM. 303180036



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Membaca Al Qur`an adalah bernilai ibadah, terlebih bagi siapa yang mau menghafalkannya akan mendapatkan banyak kebaikan dari Al Qur`an. Menghafalkan Al Qur`an bukan proses yang mudah dan dapat dikuasai dengan waktu yang instan. Diperlukan titik fokus dan perhatian terhadap proses menghafal. Diperlukan upaya yang melibatkan segenap usaha, tenaga, pikiran, waktu bahkan biaya dalam proses menghafal Al Qur`an.

Menurut As-Syeikh Muhammad Al-Khudhary Beik dalam Muhammad Yasir menjelaskan bahwa al Kitab (Al Qur`an) adalah firman Allah SWT yang berbahasa Arab, yang diturunkan kepada Nabi Muhammad SAW untuk dipahami isinya, untuk diingat selalu, yang disampaikan kepada kita dengan jalan mutawatir dan telah tertulis di dalam suatu mushaf antara kedua kulitnya dimulai dengan surat al Fatihah dan diakhiri dengan surat an-Nas.¹ Keagungan dan kemukjizatan Al Qur`an yang mana dibuktikan saat turunnya Al Qur`an dimana bangsa Arab sendiri tak mampu menandingi keindahan bahasa, jalinan huruf-hurufnya yang serasi, ungkapan yang indah, uslubnya yang manis, ayat-ayatnya yang teratur, serta memperhatikan situasi dan kondisi dalam berbagai macam bayannya.²

Ketika seseorang telah memutuskan untuk menjadi penghafal Qur`an maka diperlukan kehati-hatian dalam membaca terlebih menghafalkannya.

¹ Muhammad Yasir, Ade Jamaruddin, Studi Al-Quran (Riau: Asa Riau, 2016), 3.

² *Ibid*, 24.

Menghafal bukan sekedar sekali menghafal lalu dapat menguasainya. Tentu setiap individu memiliki proses tersendiri. Namun, yang lebih sulit dalam menghafal Al Qur`an adalah bagaimana mengulangi bacaan ayat Al Qur`an agar dapat tetap tersimpan hafalannya.

Bagi seorang santri penghafal Al Qur`an konsep regulasi diri ini relevan digunakan untuk mengetahui upaya para santri penghafal Qur`an untuk mengatur dirinya dalam aktivitas kehidupan sehari-hari yang dimiliki. Dalam istilah psikologi kemampuan seseorang dalam mengatur dirinya disebut dengan istilah *self regulation*. *Self regulation* ini menekankan bagaimana individu bertanggungjawab terhadap dirinya sendiri. Bandura mengatakan bahwa *self regulation* dipandang sebagai kemampuan untuk mengontrol perilaku mereka sendiri dan juga pekerja keras. Sementara Zimmerman mengatakan bahwa *self regulation* adalah mengacu pada diri terintegrasikan pada pikiran, perasaan, dan tindakan yang terencana secara siklus diadaptasi untuk mencapai tujuan pribadi.³

Menurut Lerner & Hultsch dalam M Yasdar dan Mulyadi menyebutkan bahwa “lingkungan sosial sebagai konteks sosial yang terdiri dari manusia berbagai usia dan kelompoknya, termasuk didalamnya institusi sosial”.⁴ Institusi-institusi sosial tersebut diantaranya yakni keluarga, pergaulan, sekolah, media masa, dan budaya. Lingkungan berpengaruh besar terhadap proses pengaturan diri seseorang. Karena pada dasarnya manusia

³ M yasdar dan Mulyadi. “Penerapan Teknik Regulasi Diri (*Self Regulation*) Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling STKIP Muhammadiyah Enrekang,” *Jurnal Edumasmul*, 2 (Oktober, 2018), 54.

⁴ Hendriati Agustiani. *Psikologi Perkembangan: Pendekatan Ekologi Kaitannya Dengan Konsep Diri Dan Penyesuaian Diri Pada Remaja* (Bandung: PT Refika Aditama, 2009), 100.

adalah bagian dari lingkungan. Interaksi-interaksi yang terjadi antara individu dengan lingkungan membentuk suatu kebiasaan yang saling berhubungan. Sehingga perlu adanya pengaturan diri yang baik agar apa yang diharapkan dapat diwujudkan.

Kemampuan meregulasi diri dengan baik ini tentu melalui banyak tantangan. Banyak faktor yang mempengaruhi seorang penghafal Al Qur'an mampu untuk secara *ajeg* melakoni berbagai rutinitas tetapi tidak mengesampingkan hafalannya. Beberapa bahkan menjadikan hafalan Al Qur'an menjadi prioritas utama. Para penghafal Al Qur'an tentu memiliki cara tersendiri mengatur diri mereka agar hafalannya tetap terjaga dan aktivitas sehari-sehari tetap berjalan. Dengan tuntutan setoran ayat Al Qur'an sembari tetap menjaga hafalan sebelumnya tentu para penghafal Al Qur'an memahami konsekuensi apa yang akan mereka terima sebagai wujud upaya menjadi penghafal Al Qur'an. Kegiatan apa yang seharusnya mereka ikuti, perilaku seperti apa yang harus mereka hindari, serta aturan-aturan lain yang tak tertulis bagi seorang penghafal Al Qur'an agar tetap senantiasa istiqomah dalam menjaga dan menambah hafalannya tentu membutuhkan kemampuan untuk mengatur diri dengan baik.

Para santriwati penghafal Al Qur'an yang tinggal di Asrama Putri Pondok Pesantren Al Islam dituntut untuk mampu secara mandiri menyeimbangkan diri dalam setiap kegiatan Asrama. Sehingga, tanggungjawab seorang santri mengelola waktu agar tetap mampu mengikuti kegiatan yang ada dengan secara konsisten dapat menghafal dan murojaah

menjadi tantangan tersendiri bagi individu penghafal Al Qur`an. Bepindah dari satu kegiatan menuju kegiatan yang lainnya bukan perkara yang mudah. Diperlukan upaya sebagaimana agar apa yang dilakukan dapat mengantarkan kepada apa yang menjadi tujuan. Beberapa orang selain memiliki hafalan Al Qur`an juga tercatat memiliki prestasi yang bagus baik dalam akademis maupun nonakademik. Sehingga hal ini tentu sangat menarik untuk dikaji secara mendalam bagaimana pengaturan diri seorang santri penghafal Al Qur`an untuk tetap mampu menyeimbangkan kehidupan akademisnya ditengah kesibukan di pondok.

Sejauh pengamatan yang dilakukan peneliti dipangan bahwa ditemukan beberapa hal yang tentu mempengaruhi kondisi para penghafal Qur`an di Asrama Putri Pondok Pesantren Al Islam. Kondisi pembimbing yang tidak bermukim di asrama menjadikan tantangan tersendiri bagi penghafal Qur`an untuk secara mandiri mampu mengatur diri dengan baik. Tak dapat dipungkiri bahwa saat ini kuantitas santriwati penghafal Al Qur`an di Asrama Putri Pondok Pesantren Al Islam tidak banyak. Tercatat terdapat 523 santriwati yang saat ini mukim di asrama. Namun, kuantitas dari penghafal Qur`an yang tercatat yakni 79 santriwati. Beberapa kasus terjadi yakni ada kasus dimana para santri memutuskan untuk berhenti menghafal karena merasa tidak mampu menyeimbangkan dengan segala aktivitas yang ada. Hal ini membuktikan bahwa hanya orang yang memiliki kemauan dan tekad yang tinggi untuk dapat melakukannya. Karena

menghafal Al Qur`an bukan hanya melibatkan aspek kognitif, tetapi seluruh aspek emosional, sosial dan spiritual terlibat dalam prosesnya.

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk mengkaji bagaimana seorang santriwati penghafal Al Qur`an di Asrama Putri Pondok Pesantren Al Islam meregulasi diri mereka untuk tetap secara konsisten menghafal di tengah dinamika kehidupan di asrama dan juga tuntutan akademisnya yang akan disajikan dalam laporan penelitian yang berjudul “*Self Regulation* Santriwati Penghafal Qur`an (Studi Kasus di Asrama Putri Pondok Pesantren Al Islam Joresan)”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah:

1. Bagaimana *self regulation* santriwati penghafal Al Qur`an di Asrama Putri Pondok Pesantren Al Islam?
2. Apa faktor-faktor yang mempengaruhi *self regulation* santriwati penghafal Al Qur`an di Asrama Putri Pondok Pesantren Al Islam?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas dapat diketahui tujuan dari penelitian ini, diantaranya:

1. Untuk mendeskripsikan *self regulation* santriwati penghafal Al Qur`an di Asrama Putri Pondok Pesantren Al Islam.

2. Untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi *self regulation* santriwati penghafal Al Qur`an di Asrama Putri Pondok Pesantren Al Islam.

D. Kegunaan Penelitian

1. Secara teoritis, hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan dan kajian pada program studi Bimbingan Penyuluhan Islam. Baik sebagai referensi maupun bahan bacaan bagi mahasiswa maupun pihak yang membutuhkan.
2. Secara praktis, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai:
 - a. Bagi penulis, hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan, wawasan, dan khasanah keilmuan bagi penulis tentang bagaimana regulasi diri seorang penghafal Al Qur`an di Asrama Putri Pondok Pesantren Al Islam.
 - b. Bagi Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Ponorogo, terkhusus program studi Bimbingan Penyuluhan Islam, hasil penelitian ini dapat menjadi referensi awal bagi peneliti selanjutnya yang berminat melakukan kajian tentang *self regulation*.
 - c. Bagi penghafal Al Qur`an, terkhusus penghafal Al Qur`an di Asrama Putri Pondok Pesantren Al Islam, hasil penelitian ini dapat menjadi bahan referensi tentang upaya pengaturan diri di tengah kesibukan sehari-hari sehingga dapat memotivasi dan mengevaluasi diri seorang penghafal Al Qur`an.

E. Telaah Pustaka

Berbagai penelitian tentang *self regulation* telah dituangkan dalam berbagai karya ilmiah, baik dalam bentuk artikel jurnal maupun laporan hasil penelitian lainnya, diantaranya yakni:

Skripsi yang ditulis oleh Ayu Indah Lestari salah satu mahasiswa jurusan Bimbingan dan Konseling Islam di IAIN Bengkulu. Penelitian ini dilakukan pada tahun 2020 tentang Regulasi Diri Mahasiswa Penghafal Al Qur`an Di Ma`had *Al Jami`ah* IAIN Bengkulu penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Dengan pengumpulan data menggunakan cara *pusposive sampling* yakni dengan menentukan beberapa kriteria. Hasil penelitian menunjukkan bahwa regulasi diri seorang penghafal Qur`an yakni berupa secara aktif melakukan *self observation* ((membandingkan diri dengan oranglain, memberi nasihat pada diri sendiri, harus lebih baik dari kemarin, menargetkan hafalan dan setoran hafalan), *judgemental process* (mengatur lingkungan), dan *self response* (memperbaiki bacaan Al Qur`an, belajar dari kesalahan, lebih baik dari hari kemarin dan memanfaatkan waktu luang dengan baik).⁵ Persamaan penelitian yang telah dilakukan oleh Ayu Indah Lestari dengan penelitian ini adalah sama-sama membahas tentang *self regulation*. Namun, objek yang dilibatkan pada penelitian ini berbeda. pada Penelitian yang dilakukan oleh Ayu Indah Lestari melibatkan mahasiswa,

⁵ Ayu Indah Lestari, "Regulasi Diri Mahasiswa Penghafal Al Qur`an Di Ma`had Al Jam`ah IAIN Bengkulu," (Skripsi, IAIN Bengkulu, Bengkulu, 2020).

sedangkan pada penelitian ini melibatkan seorang siswa yang masih duduk di bangku SMA.

Menurut skripsi yang ditulis oleh Novitami Ningsih mahasiswi program studi Pendidikan Agama Islam IAIN Bengkulu yang dilakukan pada tahun 2021 tentang Hubungan Self Regulation Dengan Aktivitas Menghafal Al Qur'an Mahasantri Putri Ma'had Al Jami'ah IAIN Bengkulu dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Data diperoleh dengan *purposive sampling* dengan melibatkan 27 mahasantri. Teknik analisis data menggunakan uji validitas, uji reliabilitas, uji normalitas, dan uji linieritas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa self regulation memiliki hubungan dengan aktivitas menghafal Al Qur'an.⁶ Persamaan penelitian yang dilakukan oleh Novitami Ningsih dengan penelitian ini adalah sama-sama melihat bagaimana *self regulation* seorang penghafal Qur'an. Namun, subjek yang dilibatkan pada penelitian Novitami Ningsih adalah mahasiswa. Pendekatan yang digunakan oleh Novitami Ningsih adalah kuantitatif, sedangkan pada penelitian ini menggunakan metode kualitatif.

Skripsi yang ditulis oleh Umi Zur'ah mahasiswi Program Studi Psikologi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta yang dilakukan pada tahun 2015 tentang Hubungan Sabar dengan Regulasi Diri pada Penghafal Qur'an. Jenis penelitian yang dilakukan menggunakan metode kuantitatif korelasional. Penelitian ini melibatkan 100 orang yang

⁶ Novitami Ningsih, "Hubungan Self Regulation Dengan Aktivitas Menghafal Al Qur'an Mahasantri Putri Ma'had Al Jami'ah IAIN Bengkulu," (Skripsi, IAIN Bengkulu, Bengkulu, 2021).

terdiri dari santri putra dan putri Pondok Pesantren Tahfidzul Qur`an. Hasil dari penelitian ini adalah terdapat hubungan sabar dengan regulasi diri pada penghafal Qur`an. Alat ukur yang digunakan adalah skala besar yang disusun oleh peneliti berdasarkan teori sabra al-jausiyah dan skala regulasi diri Zimmerman.⁷ Persamaan penelitian yang dilakukan oleh Umi Zur`ah dengan penelitian ini yakni pembahasan tentang pengaturan diri bagi para penghafal Qur`an. Sedangkan perbedaan dengan yang dilakukan oleh peneliti adalah penelitian yang dilakukan oleh Umi Zur`ah menggunakan metode kuantitatif sedangkan penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Pada penelitian yang dilakukan oleh Umi Zur`ah terdapat pembahasan sabar yang diulas secara luas. Sedangkan pada penelitian ini tidak membahas teori sabar secara spesifik.

Skripsi yang ditulis oleh Inggit Banafsaj Mardiana mahasiswi fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang pada tahun 2021 tentang Pengaruh Regulasi Diri Pada Resiliensi Penghafal Qur`an di Islamic Boarding School . metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif yang melibatkan 167 santri yang berusia antara 12-15 tahun yang saat ini tengah duduk dibangku SMP. Hasil dari penelitian ini adalah terdapat pengaruh yang signifikan dari regulasi terhadap resiliensi santri sebanyak 6,9 % dan sisanya dipengaruhi oleh variable lain yang tidak diteliti.⁸ Persamaan

⁷ Umi Zur`ah, "Hubungan Sabar dengan Regulasi Diri pada Penghafal Qur`an", (skripsi, UIN Sunan Kalijaga, Yogyakarta, 2015)

⁸ Inggit Banafsaj Mardiana, "Pengaruh Regulasi Diri Terhadap Resiliensi Santri Penghafal Al Qur`an di Islamic Boarding School", (Skripsi, Universitas Muhammadiyah Malang, Malang, 2021)

penelitian yang dilakukan oleh Inggit dengan penelitian ini adalah sama-sama membahas tentang regulasi diri pada penghafal Qur`an. Perbedaan dengan penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan oleh Inggit menggunakan metode kuantitatif dan melibatkan siswa yang masih berada di ranah menengah pertama. Sedangkan penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan melibatkan siswi yang berada di ranah menengah atas.

Artikel jurnal selanjutnya dilakukan oleh Mellisa Paulina, Listya Istiningtyas, Lukmawati mahasiswi Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang yang ditulis dalam jurnal yang berjudul *Regulasi Diri Dan Makna Hidup Pada Mahasiswa Penghafal Al Qur`an Di Rumah Tahfidz Yatim Dhuafa Palembang* yang diterbitkan dalam jurnal *Tazkiya: Journal of Psychology* volume 9 nomor 1 tahun 2021. Dalam penelitian yang dilakukan dengan pendekatan kualitatif desain fenomenologi dan melibatkan 3 orang subjek yang sudah menghafalkan 30 juz diperoleh kesimpulan bahwa regulasi diri yang baik oleh para penghafal Al Qur`an diperoleh dengan menyeimbangkan diri mengelola waktu dengan baik dalam menjalani kegiatan sehari-hari seperti kuliah, mengajar, dan menghafal. Dalam menghadapi kesulitan para penghafal ini selalu mempertahankan motivasinya untuk tetap semangat menghafal Al Qur`an.⁹ Persamaan dengan penelitian yang dilakukan oleh Paulina dengan penelitian ini adalah sama-sama meneliti tentang regulasi diri seorang penghafal Qur`an. Namun, perbedaan penelitian Paulina dengan penelitian ini adalah penelitian Paulina juga membahas

⁹ Melisa, et. al., *Regulasi Diri Dan Makna Hidup Pada Mahasiswa Penghafal Al Qur`an Di Rumah Tahfidz Yatim Dhuafa Palembang*,” *Tazkiya: Jurnal Of Psychology*, 1 (2021).

tentang makna hidup seorang penghafal Qur`an, sedangkan pada penelitian ini difokuskan membahas tentang bagaimana pengaturan diri seorang santriwati tahfidz.

Beberapa penelitian diatas membuktikan peran regulasi diri yang baik pada penghafal Qur`an dapat membantu dalam menyeimbangkan diri di tengah kesibukan yang dijalani terutama pada tuntutan hafalan yang dimiliki. Pentingnya memiliki regulasi diri yang baik pada Penghafal Al Qur`an bukan hanya mengantarkan mereka pada tujuan yang diharapkan. Naumn, lebih dari itu dengan regulasi diri yang baik pada penghafal Al Qur`an membuktikan bahwa menghafal tidak hanya melibatkan kekuatan kognitif dalam menghafal Al Qur`an, akan tetapi juga melibatkan faktor lain seperti aspek emosional, sosial, dan spiritual.

F. Metodologi Penelitian

a. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pendekatan penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Hakikat penelitian kualitatif adalah mengamati individu dalam lingkungannya yang mana mereka melakukan interaksi, berusaha memahami bahasa, dan tafsiran tentang mereka dan duAT disekelilingnya, mendekati atau berinteraksi dengan orang-orang yang berhubungan dengan fokus penelitian dengan mencoba memahami,

menggali pandangan dan pengalaman mereka untuk mendapatkan suatu informasi atau data yang diperlukan.¹⁰

Penelitian kualitatif melihat gejala sosial sebagai sesuatu yang dinamis dan berkembang, bukan suatu hal yang bersifat statis dan tidak berubah dalam perkembangan kondisi dan waktu.¹¹

Jenis penelitian ini adalah penelitian studi kasus. Studi kasus adalah jenis penelitian yang digunakan dengan cara mendalami pengamatan data dengan cakupan yang luas. Studi kasus diperoleh dengan penelitian yang mendalam dengan menggunakan metode pengumpulan data melalui observasi dan wawancara yang mendalam terhadap subyek.¹²

Penelitian ini difokuskan pada bagaimana regulasi seorang santriwati penghafal Al Qur`an di Asrama Putri Pondok Pesantren Al Islam Joresan Mlarak Ponorogo dan faktor apa saja yang mempengaruhinya. Pemilihan pendekatan yang berupa kualitatif adalah dimaksudkan untuk dapat memahami segala hal yang terjadi sesuai dengan yang ada di lapangan serta memahami sudut pandang atau perspektif dari para subjek yang terlibat.

Berdasarkan pendekatan penelitian di atas maka dalam memilih narasumber penelitian dilakukan dengan *purposive sampling* dengan menetapkan beberapa kriteria, diantaranya:

¹⁰ Iskandar, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Jakarta: Gedung Persada, 2009), 51.

¹¹ Kristi Poerwandari. *Pendekatan Kualitatif Untuk Penelitian Perilaku Manusia* (Depok: LPSP3 Fakultas Psikologi UI, 2013), 50.

¹² Iskandar, *Metodologi Penelitian Kualitatif.*, 50.

- a) Santriwati tingkat Menengah Atas (MA)
 - b) Memiliki prestasi yang baik
 - c) Tinggal di Asrama Putri Pondok Pesantren Al Islam.
- b. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini dilakukan di Asrama Putri Pondok Pesantren Al Islam yang berada di Jl. Madura Joresan Mlarak Ponorogo. Alasan pemilihan lokasi penelitian ini adalah berawal dari diskusi yang dilakukan dengan beberapa santri yang pernah belajar di Asrama Putri yang mengikuti kegiatan tahfidz. Selain itu, pemilihan lokasi ini adalah disesuaikan dengan permasalahan yang ada yakni para penghafal Qur`an tidak hanya memiliki aktivitas menghafal Qur`an, akan tetapi mereka juga dituntut untuk menjalankan aktivitas sekolah formal dan menjalani kewajiban di asrama.

c. Data Dan Sumber Data

a) Data

Untuk mempermudah dalam penelitian ini, maka penulis berupaya untuk menggali data dan informasi mengenai *self regulation* santriwati penghafal Qur`an dan faktor-faktor yang mempengaruhinya di Asrama Putri Pondok Pesantren Al Islam Joresan

b) Sumber data

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan sumber data sebagai berikut:

1) Data primer

Data primer adalah data yang diperoleh langsung peneliti dari subyek penelitian. Data primer yang dilakukan dalam penelitian ini berupa data verbal, observasi, dan wawancara. Data tersebut kemudian akan peneliti narasikan serta berbentuk tabel. Peneliti memperoleh data primer melalui hasil wawancara dan observasi yang dilakukan dengan narasumber yang berjumlah 5 orang dan di Asrama Putri Pondok Pesantren Al Islam Joresan.

2) Data sekunder

Data sekunder merupakan data pendukung mengenai topik yang berkaitan dengan *self regulation* para penghafal Qur`an. Data sekunder berguna sebagai data pendukung untuk memperkuat penelitian yang dilakukan.

Data sekunder berasal dari literature atau buku yang berkaitan dengan *self regulation* para penghafal Qur`an.

d. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data pada penelitian kualitatif melibatkan beberapa teknik, diantaranya:

a) Observasi

Istilah observasi diarahkan pada kegiatan memperhatikan secara akurat, mencatat fenomena yang muncul, cara mempertimbangkan hubungan antar aspek dalam

fenomena yang diteliti.¹³ Tujuan observasi adalah mendeskripsikan setting yang dipelajari, aktivitas-aktivitas yang berlangsung, orang-orang yang terlibat dalam aktivitas dan makna kejadian yang dilihat dari perspektif mereka yang terlibat dalam kejadian yang diamati tersebut. Deskripsi harus akurat, faktual sekaligus teliti tanpa harus dipenuhi berbagai catatan panjang lebar yang tidak relevan.¹⁴

Dalam penelitian ini, perihal yang perlu diamati adalah bagaimana para santri yang tengah mengikuti proses menghafal Qur`an mampu untuk mengatur dirinya ditengah tanggungjawabnya memelihara hafalan serta tuntutan sekolah formal serta aktivitas di asrama.

b) Wawancara

Banister *dkk.* dalam Porwandari mengatakan bahwa wawancara adalah percakapan dan tanya jawab yang diarahkan untuk mencapai tujuan tertentu. Wawancara kualitatif dilakukan bila peneliti bermaksud untuk memperoleh pengetahuan tentang makna-makna subjektif yang dipahami individu berkenaan dengan topik yang diteliti, dan bermaksud melakukan eksplorasi terhadap isu tersebut.

Pada penelitian ini, peneliti melibatkan sejumlah 6 orang informan, yakni 5 orang sebagai santri penghafal Qur`an

¹³ Kristi Poerwandri, *Pendekatan Kualitatif Untuk Penelitian Perilaku Manusia* (Depok: LPSP3 Fakultas Psikologi Universitas Indonesia, 2013), 134.

¹⁴ *Ibid*, 136.

dan 1 orang pengasuh. Informasi yang digali dalam wawancara ini adalah bagaimana para santri mengatur dirinya ditengah tanggungjawab menghafal Qur`an, menjalani rutinitas sekolah, serta aktivitas di asrama.

c) Dokumen

Dokumen merupakan sumber data tambahan dalam penelitian kualitatif jika tersedia sumber lain seperti informan, peristiwa atau aktivitas, dan tempat. Dokumen yang dikumpulkan dapat berasal dari informan, atau pejabat pemerintah. Dokumen atau arsip-arsip yang dimiliki oleh informan pada umumnya baru dapat digali setelah peneliti berusaha melakukan berbagai upaya pendekatan yang menjamin kerahasiaan dokumen tersebut, dan menjamin jika dokumen tersebut tidak digunakan untuk keperluan yang lain, kecuali penelitian.¹⁵

e. Teknik Pengolahan Data

Dalam penelitian kualitatif maka metode pengolahan data yang digunakan dengan menguraikan data dalam bentuk kalimat yang runtut, teratur, tidak tumpang tindih, dan efektif guna memudahkan pembaca dalam memahami alur penelitian.

f. Teknik Analisis Data

¹⁵ Farida Nugrahani, *Metode Penelitian Kualitatif Dalam Penelitian Pendidikan Bahasa* (Solo: Cakra Books, 2014), 123.

Proses analisis data penelitian kualitatif dilakukan secara induktif, yaitu analisis data yang dilakukan bersamaan dengan pengumpulan data dalam proses siklus. Teknik dalam analisis data terdapat tiga langkah yang dapat dilakukan:

a) Reduksi data

Dalam reduksi data peneliti melakukan proses pemilihan atau seleksi, pemusatan perhatian atau pemfokusan, penyederhanaan, dan pengabstraksian, dari semua jenis informasi yang mendukung data dalam penelitian yang diperoleh selama melakukan penggalian data di lapangan.

Dalam penelitian ini, peneliti mereduksi data dengan menganalisis tentang *self regulation* santri yang tengah berproses menjadi seorang penghafal Qur`an.

b) Sajian data

Sajian data adalah sekumpulan informasi yang memberi kemungkinan kepada peneliti untuk menarik simpulan dan pengambilan tindakan. Sajian data dalam penelitian kualitatif pada umumnya disampaikan dalam bentuk narasi, yang dilengkapi dengan matriks, gambar, grafik, jaringan, bagan, tabel, skema dan lain sebagainya agar data yang disajikan tampak jelas, rinci dan mantap serta mudah di fahami.

Pada penelitian ini, peneliti menyajikan data berupa narasi yang dikaitkan dengan teori yang ada, serta tabel dan gambar yang menunjang dalam kemudahan memahami hasil dari penelitian.

c) Penarikan kesimpulan / verifikasi

Makna adalah hal yang penting dalam penelitian kualitatif. Peneliti harus mampu merumuskan makna berdasarkan data yang telah digali secara teliti, lengkap dan mendalam. Bagaimana cara menarik kesimpulan untuk memperoleh makna peristiwa yang ditelitinya, perlu difikirkan dengan hati-hati.¹⁶

Pada penelitian ini, peneliti menarik kesimpulan terkait dengan bagaimana para santri yang tengah menghafal Qur`an untuk mampu meregulasi dirinya ditengah tuntutan aktivitas yang ada.

g. Pengecekan Keabsahan Temuan

Dalam pengecekan keabsahan data maka peneliti melakukan beberapa usaha, diantaranya:

a) Ketekunan pengamat

Ketekunan pengamat merupakan langkah dalam mendapatkan data yang sah. Dengan berusaha untuk menemukan ciri-ciri dalam situasi yang relevan dengan persoalan yang dikaji. Dalam penelitian kualitatif, peneliti

¹⁶ Farida Nugrahani, *Metode Penelitian Kualitatif Dalam Penelitian Pendidikan Bahasa* (Solo: Cakra Books, 2014), 175-176.

merupakan instrument penelitian yang kualitasnya sangat mempengaruhi kepercayaan dan kehandalan hasil penelitian.

b) Triangulasi

Triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data dengan memanfaatkan sesuatu yang lain diluar data tersebut untuk keperluan pengecekan atau pembanding terhadap data yang bersangkutan. Peneliti mendapatkan data dari 5 narasumber yang berbeda agar menghasilkan berbagai macam data. Data tersebut kemudian dikelompokkan dan membandingkan antara jawaban satu subyek dengan subyek yang lainnya.

G. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan yang digunakan dimaksudkan untuk mempermudah gambaran setiap pemaparan poin-poinnya dalam skripsi ini. Berikut sistematika pembahasan yang terbagi dalam beberapa bab:

Bab I Pendahuluan. pada bab ini akan dipaparkan mengenai latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, telaah pustaka, metodologi penelitian serta sistematika pembahasan.

Bab II Kajian Teori. Pada bab ini berisi kajian tentang beberapa teori dan referensi tentang definisi *self regulation* yang meliputi aspek-aspek yang mempengaruhi *self regulation*, faktor-faktor yang mempengaruhi *self regulation*, dan definisi penghafal Qur`an yang memuat tentang dinamika *self*

regulation menghafal Qur`an dan faktor-faktor yang mempengaruhi *self regulation* menghafal Qur`an.

Bab III Hasil Penelitian. Pada bab ini akan dipaparkan mengenai hal-hal yang ditemukan selama dalam penelitian di lapangan yang memuat tentang deskripsi profil lembaga yang diteliti serta temuan tentang bagaimana aspek metakognisi, perilaku, serta motivasi para santriwati dalam proses menghafal Qur`an dan faktor-faktor yang mempengaruhinya.

Bab IV Analisis. Pada bab ini akan dilakukan analisis secara mendalam tentang aspek-aspek *self regulation* para santri yang meliputi aspek metakognisi, aspek motivasi, dan aspek perilaku dalam menghafal Qur`an serta faktor-faktor yang mempengaruhinya. Temuan hasil penelitian dilapangan akan dianalisis dengan menggunakan teori-teori yang telah dipaparkan dalam kajian teori tentang *self regulation*.

Bab V Penutup. Pada bab ini mencakup tentang kesimpulan yakni jawaban dari rumusan masalah yang telah dikemukakan tentang bagaimana aspek metakognisi, perilaku dan motivasi para menghafal Qur`an dan faktor-faktor yang mempengaruhi *self regulation* santriwati menghafal Qur`an serta saran yang berhubungan dengan penelitian untuk pihak terkait.

BAB II

***SELF REGULATION* PENGHAFAL QUR`AN DAN FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI *SELF REGULATION* PENGHAFAL QUR`AN**

A. Definisi *Self Regulation*

Menurut pendapat Adler dalam Alwisol mengenai regulasi menyatakan bahwa setiap individu memiliki kekuatan untuk bebas menciptakan gaya hidupnya sendiri-sendiri. Manusia itu sendiri yang bertanggungjawab tentang siapa dirinya dan bagaimana dia bertinghalku. Manusia mempunyai kekuatan kreatif untuk mengontrol kehidupan dirinya, bertanggungjawab mengenai tujuan yang ingin dicapai, menentukan cara untuk memperjuangkan tujuan tersebut dan menyumbang pengembangan sosial.¹

Menurut Susanto dalam M. Yasdar dan Mulyadi *self regulation* dapat digambarkan sebagai sebuah siklus karena *feedback* dari tingkah laku sebelumnya digunakan untuk membuat penyesuaian dalam usahanya. Penyesuaian seperti itu diperlukan untuk menentukan tahap-tahap dalam mencapai tujuan yang telah ditentukan. Disamping itu, *self regulation* merupakan motivasi secara intrinsik dan strategi untuk melakukan sesuatu.²

Menurut Zimmerman *Self regulation* merupakan kemampuan seseorang untuk mengarahkan pikiran, perasaan, keinginan, dan tindakan

¹ Alwisol, *Psikologi Kepribadian* (Malang: UMM Press, 2011), 287-288.

² Wafa' Mualida Zahro', "Analisis Regulasi Diri Santri Dalam Pembelajaran Tahfidz Al Qur'an Pada Sekolah Full Day Di Taman Pendidikan Al Qur'an (TPA) Zahrawan Indonesia Cabang Pengging Banyudono Boyolali," (Tesis, IAIN Surakarta, Surakarta, 2020), 66.

untuk mencapai tujuan tertentu.³ Regulasi diri dengan demikian merupakan kemampuan seseorang untuk memunculkan dan memonitor sendiri terhadap pikiran, perasaan, keinginan dan tindakan guna mencapai suatu tujuan yang telah dicanangkan sejak awal.

Friedman & Schustack yang dikutip oleh Melisa Paulina mengatakan bahwa regulasi diri merupakan proses dimana seseorang dapat mengatur pencapaian dan aksi mereka sendiri, menentukan target untuk diri mereka, mengevaluasi berbagai kesuksesan mereka pada saat mereka mencapai target tersebut dan memberikan penghargaan terhadap diri mereka dengan apa yang telah mereka lakukan.⁴ Menurut Bandura dalam Lisya Chairani dan Subandi tentang regulasi diri menyatakan bahwa kemampuan seseorang dalam mengatur tingkah laku dan menjalankan tingkah laku tersebut sebagai strategi yang berpengaruh terhadap perfomansi seseorang untuk mencapai tujuan atau prestasi sebagai bukti peningkatan.⁵

Hofer, Yu dan Pintrinch dalam sebuah diskusi yang dikutip oleh Lisya Chairani dan Subandi tentang regulasi diri pada setting pendidikan menyatakan bahwa terdapat beberapa model pembelajaran berbasis regulasi diri, akan tetapi secara umum asumsi dasarnya adalah siswa secara aktif

³ Ika Wahyu Pratiwi, Sri Wahyuni. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Self Regulation Remaja Dalam Bersosialisasi," *JP3SDM*, 1 (2019), 3.

⁴ Melisa Paulina, *et al.*, "Regulasi Diri Dan Makna Hidup Pada Mahasiswa Penghafal Al Qur'an Di Rumah Tahfidz Yatim Dhuafa Palembang," *Tazkiya (Journal of Psychology)*, 1 (2021), 77.

⁵ Lisya Chairani & Subandi, *Psikologi Santri Penghafal Al Qur'an: Peranan Regulasi Diri* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), 14.

meregulasi kognisinya, meraih tujuan, dan berusaha untuk menampilkan prestasi yang lebih.⁶

Dari beberapa definisi *self regulation* diatas dapat diketahui bahwa pengaturan diri yang dilakukan adalah bagaimana upaya seseorang dalam mengatur dirinya dengan melibatkan segenap pikiran, perasaan, dan tindakan yang sistematis guna mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

Teori *self regulation* ini dapat diterapkan dalam beberapa aspek kehidupan. Salah satunya adalah dalam meregulasi diri sebagai penghafal Qur`an. Dalam menghafal Qur`an diperlukan pengaturan diri yang bukan hanya terkait dengan kognitif saja melainkan bagaimana mengkolaborasikan antara pikiran, perasaan, dan tindakan sebagai upaya dalam menghafal Qur`an. Sehingga *self regulation* bagi seorang penghafal Qur`an adalah tentang bagaimana seseorang dapat mengatur dirinya sendiri untuk dapat secara konsisten mengupayakan proses menghafal maupun murojaah yang melibatkan segenap motivasi agar mencapai suatu tujuan.

a. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Self Regulation*

Menurut teori regulasi diri Bandura dalam teori kognitif sosial yang dikutip oleh Lisy Chairani dan Subandi menyatakan bahwa interaksi antara tujuan yang ditetapkan oleh pribadi dan pengaruh-pengaruh eksternal standar motivasional, standard sosial, dan standard moral merupakan modal awal terjadinya regulasi diri. Seseorang yang memiliki regulasi diri yang baik dapat memahami pengaruh lingkungan

⁶ Lisy Chairani & Subandi, *Psikologi Santri Penghafal Al Qur`an: Peranan Regulasi Diri* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), 28.

terhadap perilaku yang dimunculkan serta mampu memanfaatkannya sebagai strategi guna meningkatkan lingkungan yang kondusif untuk mencapai tujuan yang ditetapkan.⁷

Dalam pembentukan *self regulation*, Zimmerman dalam Ika Wahyu Pratiwi dan Sri Wahyuni mengemukakan bahwa ada tiga faktor, yakni⁸ :

a. Individu

Faktor individu terbagi menjadi tiga, yakni:

- 1) Pengetahuan individu yakni semakin banyak dan beragam pengetahuan yang dimiliki seseorang maka akan semakin membantu seseorang untuk melakukan regulasi diri.
- 2) Kemampuan metakognisi yakni semakin tinggi kemampuan metakognisi seseorang maka akan semakin tinggi pula kemampuan regulasi diri seseorang.
- 3) Tujuan yang ingin dicapai, apabila tujuan yang ingin dicapai banyak dan kompleks maka akan semakin besar kemungkinan seseorang melakukan regulasi diri.

b. Perilaku

Perilaku yakni bagaimana individu menggunakan kemampuannya dalam melakukan regulasi diri. Semakin besar usaha

⁷ Lisy Chairani & Subandi, *Psikologi Santri Penghafal Al Qur'an: Peranan Regulasi Diri* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), 28.

⁸ Ika Wahyu Pratiwi, Sri Wahyuni. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Self Regulation Remaja Dalam Bersosialisasi," *JP3SDM*, 1 (2019), 3.

yang dilakukan dalam mengatur kegiatan maka akan meningkatkan regulasi diri pada seseorang.

c. Lingkungan

Bagaimana lingkungan mendukung upaya regulasi seseorang maka akan mendukung individu dalam regulasi diri. Namun, jika lingkungan tidak mendukung maka akan sulit bagi individu untuk melakukan regulasi diri.

b. Aspek-aspek *Self Regulation*

Menurut Zimmerman yang dikutip oleh Meilisa Paulina menyatakan bahwa regulasi diri (*self regulation*) mencakup tiga aspek penting yang diaplikasikan di dalam proses belajar, yaitu: metakognitif, motivasi, dan perilaku. Berikut diuraikan ketiga aspek tersebut:

a. Metakognitif

Matlin (dalam Ghufroon & Riswita) yang dikutip oleh Meilisa Paulina menyatakan bahwa metakognisi merupakan pemahaman dan kesadaran tentang proses kognitif di dalam dirinya. Proses ini sangat penting karena metakognisi akan membantu seseorang untuk mengatur dirinya sendiri ketika menghadapi peristiwa tertentu sehingga strategi apa yang akan

digunakan sangat mempengaruhi kinerja kognisi seseorang dimasa depan.⁹

Menurut Zimmerman dan Pons dalam Titik Kristiyani menyatakan poin penting bahwa seseorang yang menggunakan pengaturan diri ini adalah seseorang yang merencanakan, mengorganisasi, mengukur diri, dan menginstruksikan dirinya dan mengevaluasi diri sebagai kebutuhan selama proses perilakunya. Dalam hubungannya dengan belajar, metakognisi dapat dimaknai sebagai kemampuan untuk memantau seberapa baik seseorang dalam memahami sesuatu dan kemampuan untuk meregulasi aktivitas belajar.¹⁰

Pengetahuan metakognitif merupakan bagian dari kesadaran seseorang yang meliputi tentang pengetahuan tentang diri seseorang. Metakognitif sangat erat kaitannya dengan proses kognitif seseorang sehingga peran metakognitif memiliki dua komponen utama, yaitu pengetahuan tentang kognisi dan regulasi kognisi.¹¹ Metakognitif berperan besar dalam mengukur kesadaran seseorang tentang kekuatan dan kelemahan dirinya dalam bidang akademik maupun dalam perihal lainnya ketika dihadapkan dengan tuntutan tugas tertentu.

⁹ Melisa Paulina, *et al.*, "Regulasi Diri Dan Makna Hidup Pada Mahasiswa Penghafal Al Qur'an Di Rumah Tahfidz Yatim Dhuafa Palembang," *Tazkiya (Journal of Psychology)*, 1 (2021), 79.

¹⁰ Titik Kristiyani, *Self Regulated Learning Konsep Implikasi Dan Tantangannya Bagi Siswa di Indonesia* (Yogyakarta: Sanata Dharma university Press, 2016), 17.

¹¹ *Ibid*, 18.

Selain itu, pengetahuan tentang kognisi berkaitan dengan kesadaran akan tugas yang dimiliki serta pengetahuan akan strategi yang digunakan dalam menghadapi tugas atau tuntutan. Strategi ini yang kemudian akan dipantau dan dievaluasi yang mengarah pada pengembangan dan perbaikan dari strategi tersebut.

Sedangkan regulasi kognisi lebih cenderung akan bagaimana kontrol seseorang terhadap aktivitas yang dijalani meliputi aspek perencanaan, pemantauan, dan evaluasi.¹² Perencanaan memungkinkan seseorang untuk mengidentifikasi dan menentukan strategi yang tepat serta alokasi sumber daya. Pemantauan disini berkaitan serta dengan pemahaman seseorang akan peformansi tugas yang dijalani. Evaluasi didefinisikan sebagai penilaian terhadap hasil dan proses pengaturan terhadap aktivitas yang dilakukan, demikian pula peninjauan kembali terhadap tujuan yang telah ditetapkan sebelumnya.

b. Motivasi

Motivasi merupakan kebutuhan dasar manusia yang akan mempengaruhi kinerja seseorang. Motivasi yakni keinginan atau dorongan seseorang untuk terlibat dan berusaha komit untuk menyelesaikan tugas. Motivasi seseorang akan nampak dari

¹² Titik Kristiyani, *Self Regulated Learning Konsep Implikasi Dan Tantangannya Bagi Siswa di Indonesia* (Yogyakarta: Sanata Dharma university Press, 2016), 19.

intensitas usaha dan ketekunan seseorang terhadap aktivitas tersebut.¹³

Zimmerman & Pons yang dikutip oleh Titik Kristiyani menyatakan bahwa keuntungan seseorang yang memiliki motivasi adalah tumbuhnya motivasi secara internal di dalam dirinya, juga otonomi, dan kepercayaan diri yang tinggi pada kemampuannya untuk mencapai sesuatu (*self efficacy*). Motivasi ditumbuhkan melalui dua hal yakni motivasi secara internal (dari dalam individu) dan motivasi yang tumbuh dari luar diri individu (eksternal) yang biasanya terjadi karena ada reward atau punishment yang diberlakukan.¹⁴

Berbicara mengenai motivasi, menurut Albert Bandura dalam Hamim Rosyidi motivasi adalah konstruk-kognitif yang memiliki dua sumber, yakni: (1) gambaran hasil mengenai masa yang akan datang (yang dapat menimbulkan motivasi tingkah laku pada saat ini), dan (2) harapan keberhasilan didasarkan pada pengalaman menetapkan dan mencapai tujuan.¹⁵

Menurut M. Utsman Najati dalam Abdul Rahman Shaleh motivasi dapat dikatakan sebagai kekuatan penggerak yang membangkitkan aktivitas pada makhluk hidup, dan menimbulkan

¹³ Titik Kristiyani, *Self Regulated Learning Konsep Implikasi Dan Tantangannya Bagi Siswa di Indonesia* (Yogyakarta: Sanata Dharma university Press, 2016), 22.

¹⁴ *Ibid*, 19.

¹⁵ Hamim Rosyidi, *Psikologi Kepribadian (Paradigma Traits, Kognitif, Behavioristik dan Humanistik)* (Surabaya: Jaudar Press, 2015), 51.

tingkah laku serta mengarahkan kepada tujuan yang ditetapkan.

Motivasi memiliki tiga komponen, diantaranya:

- 1) Menggerakkan artinya motivasi dapat menimbulkan kekuatan pada individu sehingga membawa seseorang untuk bertindak dengan cara tertentu.
- 2) Mengarahkan artinya motivasi dapat mengarahkan kepada tingkah laku sehingga menjadikan suatu orientasi tujuan.
- 3) Menopang artinya motivasi digunakan untuk menjaga dan menopang tingkah laku, lingkungan sekitar harus menguatkan intensitas dan arah dorongan-dorongan dan kekuatan-kekuatan individu.¹⁶

c. Perilaku

Menurut Zimmerman & Sehunk dalam Melisa Paulina perilaku adalah merupakan suatu upaya dari individu untuk menyeleksi, menyusun, kemudian menciptakan lingkungan yang baik secara fisik maupun sosial untuk mendukung aktivitasnya.¹⁷

Menurut Zimmerman dalam yuli menyatakan bahwa Perilaku juga terdapat pengaturan lingkungan fisik dan social, yang meliputi pengaturan lingkungan belajar dan berhubungan dengan orang lain. Pengaturan lingkungan fisik adalah bagaimana individu dapat memilih tempat untuk belajar dengan penuh konsentrasi.

¹⁶ Abdul Rahman Shaleh, *Psikologi Suatu Pengantar Dalma Perspektif Islam* (Jakarta: Kencana, 2004), 183.

¹⁷ Melisa Paulina, *et al.*, "Regulasi Diri Dan Makna Hidup Pada Mahasiswa Penghafal Al Qur'an Di Rumah Tahfidz Yatim Dhuafa Palembang," *Tazkiya (Journal of Psychology)*, 1 (2021), 79.

Sedangkan pengaturan dalam waktu adalah bagaimana individu membuat perencanaan pada waktu tertentu individu akan belajar.¹⁸

Menurut Walters *dkk* dalam Lilatul Farichah disebutkan strategi dalam meregulasi perilaku meliputi:

- 1) *Effort regulation* adalah meregulasi usaha.
- 2) *Time/study environment* yakni individu mengatur waktu dan tempat dengan membuat jadwal belajar untuk mempermudah dalam proses ketercapaian tujuan.
- 3) *Help-seeking* yakni mencoba mendapatkan bantuan dari teman sebaya, guru, dan orang dewasa. Hal ini dapat dilakukan saat mengalami hal yang sulit ataupun tidak.¹⁹

Ketiga aspek tersebut yakni aspek metakognisi, aspek motivasi, dan aspek perilaku memiliki peran dalam menentukan keberhasilan tujuan seseorang melalui usaha-usaha yang dilakukan. Kombinasi antar aspek metakognisi, motivasi, dan perilaku pada manusia mampu menjadi penopang pada diri individu untuk mulai menata kembali regulasi diri dari ketiga aspek yang saling berkaitan.

No.	Aspek-aspek <i>self</i>	Indikator
-----	-------------------------	-----------

¹⁸ Yuli Asmi Rozali, "Hubungan Self Regulation Dengan Self Determination," *Jurnal Psikologi*, 2 (Desember 2014), 63.

¹⁹ Lailatul Farichah, "Hubungan Antara Tingkat *Self Regulated Learning* Dengan Tingkat Prestasi Belajar Mata Elajaran Khusus Siswa Kelas IX Unggulan MTs Mambaus Sholihin Gresik," (Skripsi, Fakultas Psikologi UIN Malang, Malang, 2012), 17.

regulation

1	Metakognisi	<ul style="list-style-type: none"> a. Kesadaran/ pemahaman tentang diri b. Perencanaan aktivitas c. Strategi
2	Motivasi	<ul style="list-style-type: none"> a. Menggerakkan (motivasi) b. Mengarahkan (tujuan) c. Menopang (menguatkan)
3	Perilaku	<ul style="list-style-type: none"> a. Menciptakan aktivitas b. Menyusun kegiatan c. Menyeleksi perilaku/aktivitas

Tabel 2. 1

B. Penghafal Qur`an

Secara etimologi menghafal berasal dari kata *al hifdz* yang merupakan lawan kata dari lupa yakni selalu ingat dan sedikit lupa.²⁰

Menghafal merupakan suatu aktivitas menanamkan suatu materi ke dalam ingatan, sehingga nantinya akan dapat diingat kembali secara harfiah, sesuai dengan materi yang asli. Menghafal merupakan proses mental untuk

²⁰ Abdurrahman Nawabuddin, *Kaifa Tahfadzul Quran, Terj. Bambang Saiful Ma`Arif* (Bandung: Sinar Baru Algensindo, 2005), 23.

menyimpan kesan-kesan yang suatu saat dapat diangkat kembali ke alam sadar.²¹

Secara bahasa (etimologi) Al Qur`an berasal dari bahasa Arab dalam bentuk kata benda abstrak mashdar dari kata (qara`a – yaqrau - Qur`anan) yang memiliki arti bacaan. Sedangkan menurut istilah (terminology) pengertian Al Qur`an menurut Imam Jalaluddin Al Suyuthi seorang ahli tafsir dan ilmu tafsir di dalam bukunya menjelaskan bahwa Al Qur`an adalah firman Allah SWT yang diturunkan kepada nabi Muhammad SAW untuk melemahkan pihak-pihak yang menantanginya, walaupun hanya dengan satu surat saja dari padanya.²²

Al Qur`an adalah kitab suci yang diturunkan Allah SWT. kepada manusia sebagai petunjuk (Huda) yang tidak perlu diragukan lagi kebenarannya. Al Qur`an diturunkan kepada nabi Muhammad SAW sebagai kitab suci yang terakhir melalui perantara Jibril yang barang siapa membacanya akan bernilai ibadah. Terlebih bagi orang yang mau menghafalkannya perlu untuk belajar hal-hal non teknis agar hafalan yang dilakukan berkualitas. Berikut persiapan yang perlu dilakukan dalam menghafal Al Qur`an:

1. Niat yang ikhlas

Niat yang ikhlas disini maksudnya adalah Niat menghafal Al Qur`an karena Allah SWT. Hanya dengan pertolongan Allah lah

²¹ Leny Febriana, “Penggunaan Metode Menghafal Al Qur`An Pada Santri Putri Tahfidz Al Qur`an Di Pondok Pesantren Salafiyah Syafi`iyah Sukorejo” (Skripsi, UIN Maulana Malik Ibrahim, Malang, 2015), 16.

²² Muhammad Yasir, Ade Jamaruddin, Studi Al-Quran (Riau: Asa Riau, 2016), 3.

manusia akan diberi kemudahan dalam proses menghafal. Jangan sampai diniatkan menghafal Al Qur`an hanya untuk membanggakan diri supaya mendapat pujian dari manusia.

2. Izin dan doa restu dari orang tua atau wali

Mendapatkan restu dari orangtua adalah salah satu kunci kesuksesan bagi para penghafal Al Qur`an. Dengan izin dan restu orangtua apabila suatu saat nanti menghadapi hambatan ataupun permasalahan maka doa dan motivasi mereka akan sangat bermanfaat nantinya. Karena ridlo orangtua adalah ridlo Allah SWT.

3. Memperbaiki bacaan

Sebelum mulai menghafal, hendaknya para calon penghafal mulai untuk mempelajari ilmu tajwid sebagai ilmu yang mempelajari kaidah-kaidah bacaan, pelafalan hurufnya, tebal tipisnya, panjang atau pendeknya suatu bacaan. Hal ini dilakukan agar mencegah dari kekliruan dan kesalahan saat menghafal. Dengan ilmu tajwid inilah sebagai salah satu cara mempermudah menghafalkan Al Qur`an serta menjaga kualitas hafalan.

4. Berguru kepada yang ahli

Berguru kepada yang ahli dimaksudkan agar proses bimbingan akan berjalan secara maksimal serta akan mencapai tujuan yang diinginkan secara maksimal serta menghindarkan dari kesalahan. Seseorang yang sudah ahli dalam suatu bidang tentu sangat mengetahui kiat-kiat menghadapi proses dalam belajar sebab itulah jika ingin

menghafalkan Al Qur`an maka hendaknya berguru kepada seorang yang memiliki hafalan Al Qur`an.

5. Membuka diri terhadap semua bentuk nasihat

Bagi seorang murid hendaknya memiliki sikap *sam`an wa tho`atan* (mendengarkan dan patuh) kepada gurunya, menatap dan menghormatinya dengan tawadlu`, mengabdikan dan qonaah, serta selalu yakin gurunya adalah seorang yang unggul ilmunya dan alim. Nasihat atau saran yang disampaikan oleh sang guru kepada muridnya merupakan wujud rasa peduli sang guru pada murid agar mampu meningkatkan kemampuannya dengan lebih baik lagi. Selain nasihat seorang guru, nasihat seorang teman yang baik hendaknya menjadi penyemangat selama proses menghafal.

6. Menggunakan satu jenis mushaf Al Qur`an

Salah satu tujuan tidak diperkenalkannya menggonta ganti mushaf Al Qur`an adalah agar bentuk dan posisi ayat dalam mushaf akan terekam dengan baik ketika menghafalkan. Dengan konsistennya menggunakan satu mushaf Al Qur`an merupakan salah satu cara memperkuat hafalan.

7. Istiqomah atau konsisten

Tathbiq adalah menerapkan hafalan. Yakni dengan memiliki jadwal rutin membaca Al Quran dengan jumlah tertentu untuk dijalankan secara istiqomah. Ke istiqomahan merupakan hal yang penting bagi para penghafal karena dengan konsistensi dapat membantu

tercapainya target hafalan yang ditentukan. Istiqomah waktu artinya menggunakan waktu dengan sebaik-baiknya untuk mengulang hafalan atau menambah hafalan yang baru pada waktu yang terencana. Sedangkan istiqomah target yakni pembiasaan diri untuk mengejar target sesuai dengan yang telah direncanakan.²³

Setiap kesuksesan dalam menghafal tentu bergantung pada bagaimana seseorang mengatur perencanaan dan pengaturan yang jelas agar mendapatkan hasil sesuai yang diinginkan. Berikut beberapa kaidah-kaidah dalam menghafal Qur`an:

1. Ikhlas

Ikhlas adalah salah satu persyaratan dari segala ibadah yang dilakukan kepada Allah SWT. Hendaklah ketika kita menghafal Qur`an maka meAT tkan amalan haya karena Allah SWT. tanpa ada maksud untuk mencari keuntungan materi maupun non materi dengan menghafal Qur`an.

2. Menghafal bacaan dengan betul sesuai sunnah

Hendaklah seseorang yang menghafal Qur`an untuk membenarkan tajwid sebelum menghafal Qur`an dan belajar kepada orang yang benar-benar ahli dalam bidang tersebut. Menghafal tidak cukup hanya dengan bersandar pada dirinya saja, hal ii karena

²³ Muhammad Hasyim, Dkk, *Merawat Tradisi Generai Emas Ilmuwan Muslim* (Malang: Republik Media, 2018), 71-79.

keistimewaan Qur`an hanya dapat diambil dengan metode belajar langsung dari orang yang menguasainya.

3. Menentukan presentase hafalan harian

Sikap komitmen merupakan salah satu perkara yang memudahkan untuk menghafal Qur`an. Sebab memberikan semacam komitmen harian bagi orang yang ingin menghafal, maka hendaknya seseorang menentukan sejumlah ayat atau satu halaman yang ingin dihafalnya.

4. Menyertakan hafalan dengan pemahaman

Salah satu cara yang dapat membantu seseorang menghafal Qur`an dalam menghafal ayat-ayat adalah dengan memahami apa yang dihafal serta mengetahui hubungan ayat yang satu dengan ayat-ayat yang lainnya. Sehingga dengan menggabungkan hafalan dan pemahaman keduanya dapat saling memudahkan dan menyempurnakan satu dengan lainnya.

5. Menjaga hafalan dengan murojaah dan mudarrasah

Seorang menghafal Qur`an hendaknya melakukan murojaah dan mudarrasah agar hafalannya tidak mudah lupa. Selain itu, konsistensi dalam melakukan mudarrasah dengan teman yang lain akan membantu memudahkan murojaah secara berkesinambungan. Memang biasanya

melakukan murojaah akan lebih bersemangat bila dilakukan dengan orang lain ketimbang dengan diri sendiri.²⁴

1. Dinamika *Self Regulation* Penghafal Qur`an

Dalam buku yang ditulis oleh Lisy Chairani & M.A. Subandi menyebutkan tentang dinamika regulasi diri penghafal Qur`an:

a. Intrapersonal

Regulasi diri pada tahap intrapersonal adalah bagaimana individu memelihara tujuan, motivasi dan perasaan (afeksi). Individu merupakan agen utama perubahan dalam proses regulasi diri yang berperan untuk mengambil keputusan.²⁵ Individu dalam memelihara motivasi dan tujuan menghafal Qur`an harus mampu mengambil langkah-langkah perencanaan yang menghantarkan mereka pada tujuan yang hendak di capai. Tujuan yang ditetapkan mampu untuk menggerakkan atau memotivasi individu dalam menghafal Qur`an. Secara umum penetapan tujuan individu jangka pendek dalam menghafal Qur`an dapat didasarkan pada pencapaian kuantitas hafalan. Kuantitas hafalan yang dilakukan oleh para penghafal Qur`an sangat tergantung pada masing-masing individu. Penentuan tujuan jangka pendek ini dapat berpengaruh untuk menentukan langkah selanjutnya. Tujuan jangka panjang yang dapat diterapkan dalam menghafal Qur`an adalah tentang

²⁴ Ahmad Salim Badwilan, *Cara Mudah Bisa Menghafal Al Qur`an* (Yogyakarta: Bening, 2010), 21.

²⁵ Lisy Chairani & Subandi, *Psikologi Santri Penghafal Al Qur`an: Peranan Regulasi Diri* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), 225.

konsistensi dalam menghafal. Penetapan jangka panjang ini juga di dasari oleh aspek spiritual yaitu keyakinan pada nilai-nilai agama. Selain memelihara motivasi dan tujuan dalam menghafal Qur`an penting untuk mampu meregulasi perasaan (afeksi). Dalam proses menghafal Qur`an tidak menutup kemungkinan bahwa terganggunya suasana hati sangat berpengaruh. Morris mengatakan bahwa suasana hati menjadi penting untuk dibahas karena perubahan suasana hati selanjutnya akan menentukan bagaimana cara seseorang memandang, mempersepsi sesuatu, dan memberi rasa pada apa yang dilakukannya.²⁶

b. Interpersonal

Munculnya regulasi diri pada diri seseorang tidak terlepas dari peran lingkungan. Kemampuan meregulasi setting lingkungan akan tercermin pada perilaku yang dipilih. Maka, fokus pembahasan pada bagian ini adalah bagaimana strategi-strategi yang dikembangkan oleh para penghafal Qur`an untuk menilai, mengatasi dan memanipulasi faktor-faktor diluar dirinya agar mampu menggunakan sumber-sumber yang ada diluar dirinya sebagai pendukung dalam mencapai tujuan yang ditetapkan.²⁷ Dalam perkembangan ini para penghafal Qur`an akan sangat dipengaruhi oleh hubungannya dengan orang tua, teman sebaya, dan guru.

²⁶ Lisy Chairani & Subandi, *Psikologi Santri Penghafal Al Qur`an: Peranan Regulasi Diri* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), 240.

²⁷ *Ibid*, 246.

c. Metapersonal

Menghafal Qur`an bukanlah aktivitas kognitif semata melainkan sangat dipengaruhi oleh hal-hal diluar proses masuknya informasi. Hidayat menegaskan bahwa dalam berinteraksi dengan al Qur`an tidak dapat didekati secara semantik, namun menggunakan multi pendekatan yang didasari oleh keimanan.²⁸ Salah satu aspek keimanan adalah dengan meAT tikan setiap tindakan dan perbuatan semata-mata untuk memperoleh ridlo Allah SWT. Oleh karena itu, kelurusan AT t menjadi aspek motivasional spiritual yang penting dalam upaya menghafal Qur`an. Upaya-upaya yang dilakukan oleh para santri dalam menghafal Qur`an dalam ranah metapersonal adalah melakukan ibadah-ibadah sunnah seperti puasa, amalan-amalan sholat sunnah, dan bersedekah.

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Self Regulation* Penghafal Qur`an

Salah satu penunjang dalam menghafal Al Qur`an dimana seseorang tidak hanya melakoni satu aktivitas saja yakni dengan bagaimana manajemen waktu yang dilakukan. Misalnya dipondok pesantren dimana pagi hari harus membagi waktu dengan sekolah dan melakoni kegiatan lain ditengah kesibukan menghafal Al Qur`an.

²⁸ Lisya Chairani & Subandi, *Psikologi Santri Penghafal Al Qur`an: Peranan Regulasi Diri* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), 260.

Para psikolog berpendapat bahwa pengaturan waktu yang baik akan berpengaruh terhadap melekatnya suatu materi. Untuk menghafal Al Qur`an atau untuk mengingat-ingatnya selayaknya kita memilih waktu yang tepat yakni dengan memberikan ketenangan hati dan fikiran sehingga dalam kondisi yang prima. Tidak memaksakan mengulang-ulang dengan sekaligus karena hal itu akan menimbulkan kejemuhan sehingga terkadang apa yang dihafalkan sulit untuk melekat.²⁹

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Arif Stiyo Budi, sebagai seorang yang memiliki hafalan Al Qur`an tentu diperlukan keistiqomahan dalam menjaga hafalan, berikut disajikan faktor pendukung dan penghambat keistiqomahan seorang penghafal Qur`an yakni:

- a. Faktor pendukung yang meliputi rasa bertanggungjawab, perintah dari sang guru/kyai, dan lingkungan sekitar yang memiliki arah tujuan yang sama.
- b. Faktor penghambat yang terdiri dari: faktor internal yang meliputi rasa malas, capek, sakit. Sedangkan faktor eksternal meliputi teman dan keluarga.³⁰

²⁹ Abdurrahman Nawabuddin, *Kaifa Tahfadzul Quran*, terj. Bambang Saiful Ma`arif (Bandung: Sinar Baru Algensindo, 2005), 41.

³⁰ Arif Stiyo Budi, "Dinamika Psikologis Istiqomah Pada Santri Hamilil Qur`an Pondok Pesantren Madrasatul Qur`an Tebuireng," *Jurnal Psikoislamika*, 1 (2004), 32.

BAB III

ASRAMA PUTRI PONDOK PESANTREN AL ISLAM DAN *SELF* *REGULATION* SANTRIWATI PENGHAFAL QUR`AN DI ASRAMA PUTRI PONDOK PESANTREN AL ISLAM JORESAN

A. Deskripsi Data Umum

Pada uraian deskripsi data umum akan disajikan mengenai hasil dari profiling lembaga yang secara detail terdiri dari sejarah berdirinya Pondok Pesantren Al Islam, sejarah singkat berdirinya Asrama putri sebagai fasilitas ekstra dalam memwadhahi para santri untuk belajar, struktur kepengasuhan, Program kegiatan, unit kegiatan, dan sarana prasarana.

1. Sejarah Berdirinya Pondok Pesantren Al-Islam Joresan

Meskipun di Ponorogo telah lama berdiri beberapa lembaga pendidikan Islam yang berpaham Islam Modernis, namun keberadaannya terlanjur dianggap sebagai tempat menuntut ilmu kaum priyayi yang tak terjangkau Wong Cilik. Sehingga keterbelakangan dan kenihilan ilmu pengetahuan masih juga memprihatinkan, kondisi tersebut menggugah kepedulian tokoh masyarakat Joresan untuk mendirikan lembaga pendidikan.¹

Kemudian untuk lebih menguatkan niat dan tujuan mendirikan lembaga pendidikan Islam tersebut maka diadakan pertemuan sebanyak dua kali. Yang pertama di rumah KH. Hasbullah desa

¹ Lihat Dokumen: 03/D/I/2022

Joresan Mlarak yang bertepatan dengan peringatan Haul Alm. Kyai Muhammad Thoyyib, pendiri desa Joresan.²

Pertemuan yang kedua di rumah salah satu tokoh NU Mlarak KH. Abdul Karim dari desa Joresan yang dihadiri oleh KH. Maghfur Hasbullah, Ahmad Khudlori Ibnu Hajar, H. Farhan Abdul Qodir, Tumiran Ahmadi, Hirzuddin Hasbullah, Rohmat Asyhur, Royani dan Muhammad Yasa’.

Berkat ridho Allah swt, lahirlah cikal bakal Pondok Pesantren “Al-Islam”, tepatnya pada tanggal 12 Muharram 1386 H bertepatan dengan tanggal 2 Mei 1966 M.

Pada awalnya bernama Madrasah Tsanawiyah Islamiyah, kemudian setelah berjalan selama empat tahun, setelah adanya kelas IV akhirnya namanya ditambah dengan Madrasah Tsanawiyah Aliyah “Al-Islam”. Meskipun keberadaan Madrasah Tsanawiyah Aliyah “Al-Islam” diprakarsai oleh para ulama NU, namun Pondok Pesantren “Al-Islam” tetap berdiri untuk semua golongan.

2. Letak Geografis

Pondok Pesantren “Al-Islam” beralamat di Jalan Madura Desa Joresan, Kecamatan Mlarak, Kabupaten Ponorogo, Provinsi Jawa Timur. Lebih tepatnya: dari arah barat: Pondok Modern Darussalam

² Lihat Dokumen: 03/D/I/2022

Gontor kurang lebih 1 Km dari arah timur: Pasar Siwalan sekitar 500 meter.³

a. Visi, Misi, dan Tujuan Pondok Pesantren Al-Islam Joresan

Visi : Pondok yang berwawasan keagamaan, berorientasi pada perubahan, disiplin dan berkualitas.

Misi : Terciptanya generasi muslim yang berbudi luhur, trampil, dinamis dan cinta almamater.

Tujuan : Mencetak output yang berkualitas dan berwawasan luas.⁴

3. Sejarah Berdirinya Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam Joresan

Asrama putri merupakan salah satu prasarana bagi santri putri yang ingin bermukim dan memperdalam ilmu agama. Santriwati yang bermukim akan dididik secara langsung oleh para murabbi/yah (pengasuh) dan ustad/dzah. Selain pengetahuan dan pembelajaran berbasis agama, para santriwati yang bermukim akan dibekali dengan pelajaran tambahan yang akan berguna ketika bermasyarakat dan tetap menjunjung tinggi nilai-nilai akhlaqul karimah.⁵

³ Lihat Dokumen: 04/D/1/2022

⁴ Lihat Dokumen: 05/D/1/2022.

⁵ Observasi

Asrama putri didirikan pada tanggal 1 April 2005, berselang 2 tahun semenjak Al Islam didirikan pertama kali pada tanggal 2 Mei 1966. Pendirian asrama putri pondok pesantren Al Islam diprakarsai oleh beberapa tokoh, diantaranya: Ustadz Wahib Syafa`at Gandu, Ustadz Abdul Mu`in Bajang, Ustadz Qomari Ridwan Gandu, Utadz Moh. Syahid Siwalan, serta Ustadz Hadi Suminto Joresan.⁶

Hingga saat ini tercatat santriwati yang bermukim di asrama putri adalah sebanyak 510. Dengan klasifikasi 421 santriwati nontahfidz dan sebanyak 79 santriwati yang tercatat sebagai santriwati penghafal Qur`an.⁷

a. Struktur Kepengasuhan Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam Joresan

Yayasan Pondok Pesantren “Al-Islam”⁸

Direktur Pondok: Drs. H. Usman Yudi, M.Pd.I

Pembina Asrama: Ust. Acmat Slamet, S.Pd.I

NO	JABATAN	NAMA
----	---------	------

1.	Ketua	Puput Laila Hanum, S.Pd.
	Wakil Ketua	Moh. Dimiyati, S.Ag., S.Pd.
2.	Sekretaris	Anny Kholilatul Muthi`ah, S.H

⁶ Lihat transkrip wawancara: 01/W/I/2022.

⁷ Lihat transkrip wawancara: 11/W/I/2022

⁸ Lihat Dokumen: 12/D/I/2022

3. Bendahara Zahro' Abdani Fauzi, S.Km.

Zulfa Ihsania

4. Bagian Pengajaran Misbahudduja

Erma Setiani

Umi Farida Rahmawati,

M.Pd.I.

Akrima Husnul Maulida,

S.Ag.

5. Bagian Ubudiyah Umi Rohmatin, S.Pd.

Zuyyina Ulfaty

Febriyan Anwarotul M.

6. Bagian Keamanan Moh. Dimiyati, S.Ag., S.Pd.

Haniek Syakiroh R., S.Pd.

Azka Marga

Sulikah

7. Bagian Bahasa Anny Kholilatul Muthi'ah

Umi Rohmatin, S.Pd.

	Nadia Khoiru Amalia
8. Bagian Kesehatan	Wilda Nabila
	Zain Maulida
9. Bagian Sarana & Prasarana	Moh. Mudhofar
	Munawarotul Adhimmah, S.H
10. Bagian Dapur	Zaida Rizqi Nur Khoiriya F.
	Zulfa IhsaAT
	Sri Wahyuningsih
11. Kebersihan	Haniek Syakiroh, S.Pd.I.
	Cindy Masriatul Ruzilawati
	Febriyan Anwarotul M.

Tabel 3. 1

b. Unit Kegiatan Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam

Joresan

Asrama putri menawarkan dua unit pendidikan, yakni unit Madrasah Diniyah dan Unit Tahfidz. Bagi santri yang memilih unit madrasah diniyah di asrama mendapatkan pelajaran tambahan (kajian kitab & tasyji'ul lughah) dan bimbingan ibadah amaliyah serta belajar bersama secara intensif. Adapun materi kajian

meliputi: Mabadi' Fiqhiyyah, Aqidatul Awam, Fasholatan, Akhlaq Lilbanat, Fathul Qarib, Irsyadul 'ibad, 'Imrithi, dll. Materi-materi tersebut akan didapatkan sesuai tingkatan kelas Madrasah Diniyah. Sedangkan untuk melatih kefasihan makhraj dan kebenaran tajwid dalam membaca Al-Qur'an, santri diwajibkan mengikuti sorogan Al-Qur'an. Berikut penanggungjawab unit madrasah diniyah.⁹

NO	NAMA	WALI KELAS
1.	Sri Wahyuningsih	I A
2.	Febriyan Anwarotul M.	I B
3.	Zain Maulida Fitria	I C
4.	Nadia Khoiru Amalia	I D
5.	Wilda Nabila	I E
6.	Erma Setiani	II A
7.	Zuyyina Ulfaty	II B
8.	Cindy Masriatul R.	II C
9.	Sulikah	II D

⁹ Lihat Dokumen: 13/D/I/2022

10.	Anny Kholilatul Muthi'ah	III A
11.	Zaida Rizqi Nur K. F.	III B
12.	Munawarotul 'Adhimah, S. H	III C
13.	Akrima Husnul Maulida, S. Ag.	III D
14.	Haniek Syakiroh Rahmawati, S. Pd	IV A
15.	Zulfa IhsaAT	IV B
16.	Umi Rohmatin, S. Pd	I Int
17.	Umi Farida Rahmawati, M. Pd. I	V
18.	Puput Laila Hanum, S. Pd	VI

Tabel 3. 2

Sedangkan untuk santriwati yang memilih unit tahfidz di asrama diharuskan memenuhi beberapa syarat dan ketentuan yang berlaku. Dengan sistem penambahan hafalan dan muraja'ah setiap harinya. Sebagai tambahan, dibekali pelajaran kitab yakni at Tibyan, Nashoihul `ibad, dan tankihul qoul. Para santriwati tahfidz akan dibimbing langsung oleh Ustadz Moh. Irham, M.H.I dan Ustadz Misbahudduja.¹⁰

c. Program Pendidikan Asrama Putri Pondok Pesantren Al Islam Joresan

¹⁰ Lihat transkrip wawancara: 11/W/I/2022

Program pendidikan yang ada di Asrama Putri Pondok Pesantren Al Islam Joresan dibedakan menjadi 4 kategori yakni kegiatan harian, kegiatan mingguan, kegiatan bulanan, kegiatan tahunan. Berikut rinciannya:

1) Kegiatan Harian

No	Waktu	Kegiatan
1.	03.30-04.30	Bangun tidur, mandi, wudlu
2.	04.30-05.00	Sholat Subuh Berjamaah
3.	05.00-06.00	Madrasah Diniyah (setoran hafalan bagi santri tahfidz)
4.	06.00-06.30	Makan pagi dan persiapan sekolah
5.	06.30-14.00	Kegiatan Belajar Mengajar di Sekolah
6.	12.00-12.45	Makan Siang dan Shalat Dzuhur
7.	14.00-15.30	Istirahat, persiapan shalat ashar
8	15.30-16.00	Sholat Ashar Berjamaah
9.	16.00-17.00	Madrasah Diniyah (muroja'ah bagi santri tahfidz)
10.	17.00-18.00	Makan Malam dan persiapan shalat

		maghrib
11.	18.00-18.30	Sholat Maghrib Berjamaah
12.	18.30-19.15	Sorogan Al-Qur'an
13.	19.15-19.45	Sholat Isya' Berjamaah
14.	19.45-20.00	Penambahan Kosa Kata
15.	20.00-22.00	Belajar bersama (setoran hafalan bagi santri tahfidz)
16.	22.00-03.30	Tidur Malam

Tabel 3. 3

2) Kegiatan Mingguan

No.	Waktu	Kegiatan
1.	Kamis (18.30- 21.30)	Tahlil, Dibaiyyah, Barzanji.
2.	Selasa (20.00- 22.00)	Muhadloroh 4 bahasa
3.	Senin dan	Tasyji'ul Lughoh (Arab dan Inggris)

	Rabu (20.00- 20.45)	
4.	Setiap Jum'at	Ekstrakurikuler (Banjari, Kaligrafi, Jam'iyatul Qurra')

Tabel 3. 4

3) Kegiatan Bulanan

No.	Waktu	Kegiatan
1.	Jumat (ba'da subuh)	Membaca Asmaul Husna, Olahraga, dan Ro'an.
2.	Jumat Wage	Khotmil Qur'an
3.	Jumat Pon	Simaan dengan Masyarakat Joresan
4.	Jumat Legi	Membaca Surat Munjiyat

Tabel 3. 5

4) Kegiatan Tahunan

- a) Peringatan Hari Besar Islam (Maulid Nabi SAW, Isra' Mi'raj, Nuzulul Qur'an)
- b) Orientasi Calon Pengurus Baru (ORSABA)
- c) Kemah Bahasa

- d) Peringatan Hari Lahir Asrama Putri
- e) Haflah Akhirussanah & Khotmil Qur'an
- f) Ziarah Wali
- g) Silaturahmi dengan Wali Santri
- h) Seminar/Pelatihan¹¹

d. Sarana Prasarana Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam

Joresan

Sarana prasarana menjadi bagian yang tak terpisahkan guna memfasilitasi para santriwati yang bermukim di Asrama Putri Pondok Pesantren Al Islam Joresan.¹²

No.	Nama	Jumlah	Kondisi
1.	Masjid	1	Baik
2.	Kamar Tidur Santri	16 ruang	Layak huni
3.	Kamar Ustadz/ah	9 unit	Layak huni
4.	Kamar Mandi	38 unit	Baik
5.	MCK	31 unit	Baik
6.	Kamar mandi pengasuh	7 unit	Baik
7.	Dapur	1 ruang	Baik

¹¹ Lihat Dokumen: 14/D/I/2022

¹² Lihat Dokumen: 15/D/I/2022

8.	Ruang Makan	1 ruang	Baik
9.	Kantor Pengasuh	1 ruang	Baik
10.	Ruang Tamu	1 ruang	Baik
11.	Basecamp ORSA	1 ruang	Baik
12.	Kantin	1 unit	Baik
13.	Pos Jaga	1 unit	Baik

Tabel 3.6

B. Deskripsi Data Khusus

Uraian mengenai data khusus adalah berisi tentang data pribadi dari kelima narasumber yang diperoleh melalui pengisian angket dan wawancara dan berisi tentang bagaimana santriwati melakukan pengaturan diri dalam menghadapi tuntutan akademik dan menghafal Qur`an.

1. Profiling Narasumber

Narasumber yang dilibatkan dalam penelitian ini berdasarkan dengan kriteria yang ditetapkan oleh peneliti yakni santriwati yang tengah duduk dibangku Aliyah, bermukim di Asrama Putri, dan memiliki prestasi yang bagus baik dalam bidang akademik maupun nonakademik. Dari sekitar 78 santriwati penghafal Qur`an maka dipilih 5 orang anak yang memiliki kompetensi dan penilaian baik berdasarkan pertimbangan dengan ustadz pengampu. Berikut profil para narasumber:

a. Narasumber pertama

SM merupakan salah satu santriwati Asrama Putri yang berasal dari Sedah Jenangan Ponorogo. Perempuan kelahiran Ponorogo 17 April 2005 mengatakan bahwa Ia memutuskan untuk menetap di Asrama Putri Pondok Pesantren Al Islam semenjak kelas 1 Tsanawiyah. Saat ini SM tengah duduk di kelas 4 Aliyah. Saat ini SM telah menghafal sebanyak 3 juz.¹³ Awal mula masuk Pondok Pesantren Al Islam dan memutuskan untuk bermukim di Asrama Putri adalah informasi dari tetangganya yang juga merupakan santri Al Islam. SM memutuskan untuk menghafal Qur'an saat dipertengahan kelas 2 Tsanawiyah. Motivasi terbesar SM adalah ingin membanggakan kedua orangtuanya. Selain bidang berfokus pada bidang akademik, SM juga pernah mencatatkan namanya menjadi juara dalam lomba bulutangkis yang diadakan di pondok pesantren Al Islam.¹⁴

b. Narasumber kedua

AT Istiqomah adalah santriwati yang berasal dari Ngunut Tulungagung. Santriwati kelahiran Tulungagung 22 Maret 2005 ini tengah duduk di kelas 5 Aliyah. Sampai pada saat ini, AT telah menghafal sebanyak 4 juz.¹⁵ AT memutuskan untuk menghafal Qur'an semenjak kelas 1 Tsanawiyah. Awal mula memutuskan untuk masuk sebagai santriwati Al Islam adalah karena sang kakak

¹³ Lihat Dokumen: 06/D/I/2022

¹⁴ Lihat transkrip wawancara: 16/W/II/2022

¹⁵ Lihat Dokumen: 07/D/I/2022

juga belajar di Al Islam. AT mengaku tertarik dengan menghafal Qur`an karena ingin belajar lebih tentang Qur`an dan maknanya. Motivasi terbesar dirinya adalah keinginan untuk membuat senang dan bangga kedua orangtuanya. Sehingga AT berusaha untuk selalu fokus dalam kegiatan menghafal Qur`an.¹⁶

c. Narasumber ketiga

FY merupakan santriwati asrama putri yang berasal dari Ngrupit Jenangan Ponorogo. Perempuan kelahiran Ponorogo 24 Juli 2005 ini tengah duduk di kelas 4 Aliyah dan telah menghafal sebanyak 9 juz.¹⁷ Awal mula FY tertarik untuk menjadi seorang penghafal Qur`an adalah karena penasaran bagaimana menghafal Qur`an. Pada awalnya FY sama sekali tidak berfikir bahwa ia akan mengikuti unit kegiatan menghafal qur`an yang ada di asrama. Setelah ia mencoba, FY merasa sangat menikmati ketika menghafal Qur`an. Awal mula ia mengikuti unit tahfidz di asrama adalah saat pertengahan kelas 2 Tsanawiyah. Selain fokus terhadap hafalan yang tengah ia tekuni, FY juga tercatat memiliki prestasi akademik yang bagus. FY pernah menjadi juara umum saat tingkat Tsanawiyah. Pada saat Aliyah, FY juga secara konsisten mencatatkan namanya sebagai peraih peringkat 1 di kelas.¹⁸

d. Narasumber keempat

¹⁶ Lihat transkrip wawancara: 17/W/II/2022

¹⁷ Lihat Dokumen:08/D/I/2022

¹⁸ Lihat transkrip wawancara: 18/W/II/2022

KZ adalah santriwati asrama putri yang berasal dari Babadan Ponorogo. Perempuan kelahiran 8 Oktober 2003 ini tengah duduk di kelas 6 Aliyah yang mana adalah masa akhir dari tingkat madrasah aliyah. Pada saat ini, KZ telah menghafalkan sebanyak 15 juz selama 5 tahun.¹⁹ KZ memutuskan untuk bermukim di asrama putri karena sang kakak juga merupakan santri asrama putri serta pilihan dari orangtuanya. Motivasi KZ menjadi seorang penghafal Qur`an adalah karena orangtuanya. Awalnya, KZ merasa ragu dan hanya sekedar ingin mencoba namun ternyata KZ merasa nyaman dan sangat senang menghafal. Selain menghafal Qur`an, KZ juga tercatat memiliki peringkat prestasi akademik yang bagus selama di kelas.²⁰

e. Narasumber kelima

IA adalah santriwati kelas 6 Aliyah yang berasal dari Ngunut Tulungagung. Pada saat ini IA bermukim di asrama putri. IA juga sangat fokus untuk menghafal sehingga pada saat ini Ia telah memiliki hafalan sebanyak 25 juz.²¹ Awal mula mendaftar sebagai menjadi tahfidz adalah karena arahan dari orangtua. Selain itu, IA mengaku tertarik untuk menghafal Qur`an. Perempuan kelahiran Jakarta 7 November 2003 ini juga tercatat memiliki prestasi pernah mengikuti lomba MHQ baik internal di Al Islam pada tahun 2020 maupun kegiatan eksternal yakni Porseni pada

¹⁹ Lihat Dokumen: 09/D/I/2022

²⁰ Lihat transkrip wawancara: 19/W/II/2022

²¹ Lihat Dokumen: 10/D/I/2022

tahun 2021. Selain itu, IA juga memiliki prestasi dalam bidang seni seperti menulis puisi maupun lomba poster. IA juga ternyata pernah menjuarai pidato bahasa Inggris saat Tsanawiyah (2019) dan Aliyah (2020). Selain bidang akademik yang tercatat bagus.²²

2. *Self Regulation* Santriwati Penghafal Qur`an Asrama Putri Pondok Pesantren Al Islam

Saat pandemi ini para santri mengatakan bahwa waktu yang mereka miliki terasa lebih banyak. Tidak seperti saat sebelum pandemi dimana sekolah pagi dimulai pukul 7 sampai pukul 2 siang. Terlebih ada kegiatan ekstrakurikuler, muhadlarah, dan pramuka yang wajib mereka ikuti. Namun setelah pandemi, kegiatan-kegiatan di sekolah sementara waktu diberhentikan dan sekolah pagi hanya berjalan sampai pukul 12 siang. Hal ini disambut baik para santri penghafal Qur`an karena mereka menjadi memiliki waktu lebih untuk fokus terhadap hafalan.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang peneliti lakukan, berikut disajikan hasil penelitian tentang pengalaman regulasi diri santriwati penghafal Qur`an di Asrama Putri Pondok Pesantren Al Islam Joresan Mlarak Ponorogo.

a. Narasumber SM

²² Lihat transkrip wawancara: 20/W/II/2022

Narasumber pertama yakni SM yang saat ini telah menghafalkan sebanyak 3 juz setelah 2 tahun lebih mengikuti program tahfidz. SM merupakan pribadi yang memiliki jiwa sosial yang baik. Hal ini terlihat dari caranya bergaul yang tidak perlu membedakan antara santri tahfidz dan santri regular.²³

SM mengaku bahwa dia adalah pribadi yang membutuhkan ketenangan baik ketika belajar, hafalan maupun murojaah. Sehingga, pemilihan tempat untuk menghafal dan murojaah secara mandiri maupun halaqoh dengan teman-teman yang lainnya bagi SM adalah tempat dimanapun yang dirasa kondusif. Terutama tempat yang jarang terdapat lalu lalang santri lain yakni di masjid. Ketika suasana terasa kondusif dan tenang maka SM mudah untuk konsentrasi dengan apa yang dihadapi.

Sedangkan untuk pemilihan waktu untuk menghafal dan murojaah secara mandiri bagi SM adalah waktu setelah sebelum tidur. Hal ini terjadi karena ketenangan suasana sekitar saat menghafal menentukan fokus subyek untuk menghafal atau murojaah secara mandiri. Selain itu, waktu setelah jama`ah sholat dhuhur biasanya ia gunakan untuk menambah atau murojaah.²⁴ Sedangkan waktu hafalan (setoran) kepada ustadz, ia mengikuti jadwal yang telah ditentukan yakni ba`da subuh dan ba`da isya`.

²³ Hasil Observasi: 21/O/II/2022

²⁴ Lihat transkrip wawancara: 17/W/II/2022

Dalam bidang akademik bagi SM adalah suatu hal yang tidak perlu diambil pusing. Jika ada tugas, SM akan berusaha mengerjakan sewaktu-waktu ia merasa senggang.²⁵

Strategi yang digunakan oleh SM untuk menghafal dan murojaah adalah dibaca secara berulang-ulang. Selain itu, SM menyukai aktivitas *halaqoh* (sambung ayat) dengan teman yang lain. SM juga tidak memiliki jadwal secara khusus yang tertulis dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Ia hanya berusaha untuk mampu menjalani aktivitas sehari-hari sesuai dengan waktu saat itu.²⁶

Motivasi terbesar SM mengikuti program menghafal Qur'an adalah karena keinginannya membanggakan kedua orang tuanya serta ingin menjadi pribadi yang lebih baik lagi. Setiap manusia pasti memiliki tujuan masing-masing. Untuk saat ini SM belum memikirkan tujuan secara jangka panjang. Ia hanya ingin fokus menghafal terlebih dahulu secara maksimal.²⁷

Dalam menghafal Qur'an adanya masukan dari orang sekitar utamanya sang guru juga menjadi pembelajaran serta penyemangat untuk menopang dirinya untuk terus istiqomah.

Ditengah kesibukan kegiatan sekolah pagi, hafalan, dan kegiatan asrama, SM juga menghindari kegiatan tertentu. Bagi SM

²⁵ Hasil Observasi: 21/O/II/2022

²⁶ Lihat transkrip wawancara: 17/W/II/2022

²⁷ Ibid.

aktivitas tersebut adalah mengurangi kegiatan mengobrol.²⁸ Dari pada waktu yang digunakan untuk mengobrol lebih baik untuk mendaras. Hal ini dikarenakan setiap hari, SM dituntut untuk melakukan setoran hafalan dan murojaah kepada ustadz pengampu.

SM mengaku bahwa kendala yang ia hadapi selama hafalan adalah ketika rasa malas datang. SM juga merupakan sosok yang suka membandingkan diri dengan orang lain terutama dengan teman-teman yang berproses untuk menghafal Qur`an seperti dirinya. Dia merasa sangat tertinggal jauh dengan teman-teman yang seangkatan dengan dirinya. Hal itulah yang terkadang membuat SM merasa minder dengan kemampuannya. Namun, ia berusaha untuk mengambil sisi positif dan menjadikannya motivasi untuk lebih baik lagi.²⁹

SM adalah pribadi pembelajar yang berusaha untuk menjaga hafalan yang ada serta meningkatkan kapasitas dirinya. Oleh sebab itu, disaat ia sedang menghafal sendirian ia juga menggunakan waktu tersebut untuk mengevaluasi diri sendiri terkait pola belajar dan menghafal. SM juga sering meminta pendapat dari kedua orangtuanya setiap kali ia menemui kesulitan dalam hafalan dan belajar. SM bersyukur memiliki orangtua yang bisa selalu support dan mendukung setiap keputusannya.³⁰

b. Narasumber AT

²⁸ Lihat transkrip wawancara: 17/W/II/2022

²⁹ Lihat transkrip wawancara: 17/W/II/2022

³⁰ Hasil Observasi: 21/O/II/2022

Narasumber kedua ini adalah AT. Saat ini AT telah memiliki hafalan sebanyak 4 Juz. Bagi AT, kunci untuk menghafal adalah kenyamanan pada dirinya. Untuk mengatur waktu belajar AT lebih memilih untuk menyesuaikan dengan jadwal sekolah. Artinya, ketika berada di sekolah ia berusaha fokus belajar. Karena ketika sudah berada di asrama, AT tidak bisa leluasa untuk belajar. Namun, ketika ada tugas yang harus ia selesaikan di asrama, ia akan mencoba berusaha mengerjakannya. Sedangkan untuk mengatur waktu hafalan AT menggunakan waktu dhuhur untuk menambah hafalan atau murojaah.³¹

Strategi yang dipilih AT untuk menghafal adalah dengan memperbanyak murojaah secara mandiri. Motivasi terbesar bagi AT adalah kedua orangtuanya. Sedangkan tujuan yang hendak AT capai saat ini adalah agar bagaimana bisa lantak dan istiqomah.³²

Meskipun demikian ada saat tertentu yang membuat AT merasa kurang bersemangat ketika menghafal atau belajar, yakni ketika dia merasa malas. Sehingga, untuk mengatasi hal tersebut AT memilih untuk melakukan aktivitas lain dan meletakkan Qur'an untuk sesaat.

Salah satu kesulitan bagi AT yakni posisi dirinya yang saat ini tengah berada di kelas 5 yang otomatis membuatnya menjadi

³¹ Lihat transkrip wawancara: 17/W/II/2022

³² *Ibid.*

pengurus diasrama sebagai tangan kanan dari pengasuh sehingga ia perlu untuk mampu mengatur waktu dengan baik.³³

AT juga mengatakan ia tidak secara khusus membuat jadwal secara rinci atau tertulis. Namun, AT mensiasati bahwa ia tetap mengutamakan hafalan, dan akan meminta pengurus lain menggantikannya ketika waktu kegiatan dengan jadwal setoran terjadi bebarengan.³⁴

AT tidak membatasi untuk bergaul dengan siapapun. Terlebih saat ini ia menjabat sebagai pengurus yang mana setiap hari ia berinteraksi secara aktif dengan siapapun yang ia temui.³⁵ AT juga mengungkapkan bahwa dia sering membandingkan dirinya dengan orang lain. Semata-mata hal ini dilakukan sebagai tolok ukur dan pelecut semangat dalam menghafal.³⁶

AT juga mengatakan bahwa ia menghindari beberapa tempat yang tidak kondusif untuk menghafal maupun murojaah Qur`an utamanya kamar tidur. Sedangkan untuk referensi tempat yang AT gunakan dalam menghafal yakni masjid.³⁷ Bagi AT, mengintrospeksi diri dengan tujuan lebih baik adalah hal yang perlu dilakukan.

c. Narasumber FY

³³ Hasil Observasi: 22/O/II/2022

³⁴ Lihat transkrip wawancara: 17/W/II/2022

³⁵ Hasil Observasi: 22/O/II/2022

³⁶ Lihat transkrip wawancara: 17/W/II/2022

³⁷ *Ibid.*

Narasumber ketiga ini adalah FY yang saat ini telah menghafal sebanyak 9 juz. Dalam kaitannya dengan menghafal Qur`an, FY mengatakan bahwa kunci dari hafalan ataupun murojaah yang dilakukan secara mandiri adalah kenyamanan dimanapun tempatnya.³⁸

Pada awalnya memang FY tidak berfikir untuk mengikuti kegiatan unit tahfidz. Namun, setelah melihat kakak kelas yang juga tekun dalam menghafal akhirnya FY memberanikan diri untuk mencoba menghafal. Semakin lama FY merasa proses menghafal adalah proses yang menyenangkan dan membuatnya nyaman. Akhirnya ia memutuskan untuk berupaya menjadi seorang penghafal Qur`an. Selain itu, ada alasan lain yang melatar belakangi subyek memutuskan untuk memilih menghafal Qur`an adalah ingin membanggakan kedua orangtuanya.³⁹

Disuatu wawancara FY mengatakan bahwa ia bukan tipe orang yang bisa berbicara banyak di depan orang lain. Ia lebih suka diam dan memperhatikan. Hal tersebutlah yang membuat FY menjadi pribadi yang tidak terlalu suka bergaul. Ia lebih senang untuk melakukan aktivitasnya secara mandiri. FY juga mengatakan bahwa Ia tidak suka berbicara dengan banyak orang.⁴⁰

Dalam bidang akademik, rupanya FY sangat berupaya untuk tetap mempertahankan prestasi yang baik. Setelah mengamati

³⁸ Lihat transkrip wawancara: 18/W/II/2022

³⁹ Lihat transkrip wawancara: 18/W/II/2022

⁴⁰ *Ibid.*

peneliti menemukan bahwa FY memiliki minat pada belajar yang baik, bagi subjek belajar adalah tanggungjawab dan bukan berarti kita mengutamakan Qur`an lantas tidak perlu belajar.⁴¹

Selain itu, beberapa aktivitas yang dihindari oleh FY adalah menghindari kamar tidur dan mengurangi tidur. FY lebih suka menggunakan waktunya untuk belajar atau mendaras Qur`an. Bahkan disuatu kesempatan, FY tak jarang membawa Qur`an ke sekolah sehingga ia bisa mendaras di kelas apabila ada jadwal yang kosong atau terdapat waktu yang longgar.⁴²

Perempuan yang suka menulis ini juga memiliki tujuan jangka Panjang untuk segera menuntaskan hafalan serta melanjutkan kuliah di luar kota. Oleh sebab itulah, dalam porsi menghafal dan belajar FY sangat berusaha menyeimbangkan keduanya.⁴³

FY juga tidak memiliki jadwal khusus yang tercatat dalam melakoni aktivitas sehari-hari. Ia hanya mengikuti waktu atau alur yang ada di asrama maupun sekolah. Kalaupun ada waktu kosong, akan ia gunakan untuk belajar atau mendaras Qur`an. FY memiliki jadwal secara tetap yang ditentukan untuk setoran hafalan dan juga sebagai wadah untuk murojaah yakni ba`da subuh dan ba`da isya`.⁴⁴

⁴¹ Hasil observasi: 23/O/II/2022

⁴² Lihat transkrip wawancara: 18/W/II/2022

⁴³ Hasil observasi: 23/O/II/2022

⁴⁴ *Ibid.*

Sedangkan waktu khusus FY menambah hafalan secara mandiri yakni setelah waktu dhuhur. Beberapa perilaku yang dihindari oleh FY adalah banyak mengobrol dan mengurangi waktu tidur. FY menyatakan agar lebih baik waktu tersebut digunakan untuk menghafal atau murojaah.⁴⁵

Kendala yang selama ini dirasakan oleh FY adalah apabila rasa malas yang tiba-tiba datang. Untuk mengatasi hal tersebut, FY memilih untuk meletakkan Qur`annya dan memilih untuk istirahat. Istirahat yang dilakukan FY biasanya ia suka menulis secara random di bukunya.⁴⁶

d. Narasumber KZ

KZ merupakan santriwati yang saat ini tengah duduk di kelas 6 atau 3 Aliyah. Pada saat ini, KZ telah memiliki hafalan sebanyak 15 juz selama 5 tahun. Diketahui bahwa kunci hafalannya adalah kenyamanan. Ketika situasi dan kondisi saat itu tengah nyaman dan kondusif, KZ akan dengan mudah menghafal atau murojaah. Karena ia mengaku tidak bisa hafalan jika kondisi sedang kacau atau sedang tidak mood oleh sebab itu, ia harus pandai-pandai mencari moment yang tepat. Kalau sedang mood, lebih baik cepat hafalan atau murojaah, akan tetapi kalau tidak mood lebih baik tidak memegang Qur`an karena KZ akan merasa kesulitan.⁴⁷

⁴⁵ Lihat transkrip wawancara: 18/W/II/2022

⁴⁶ Lihat transkrip wawancara: 18/W/II/2022

⁴⁷ Lihat transkrip wawancara: 19/W/II/2022

Sebenarnya KZ bukan pribadi yang harus menarget dirinya mampu memperoleh prestasi akademik yang bagus, yang terpenting diusahakan tetap belajar semampunya. Jam belajar bagi KZ juga tidak menentu. Akan tetapi, karena saat ini ia tengah berada di kelas 6 maka ia tetap berusaha belajar sebaik mungkin. KZ menyadari bahwa belajar juga bukan hal yang bisa disepelekan.⁴⁸ Sedangkan waktu yang digunakan KZ untuk menambah hafalan atau murojaah adalah ba`da dhuhur, ba`da asar digunakan untuk mengkaji kitab, dan ba`da magrib mendaras.⁴⁹

Strategi yang digunakan oleh KZ untuk menjaga hafalan adalah dengan rajin murojaah dan dibaca secara berulang-ulang. KZ juga menuturkan bahwa ia menghindari tempat yang tidak kondusif ketika menghafal atau murojaah secara mandiri. Ia mengatakan bisa hafalan dimanapun, baik di kamar, kelas atau masjid.⁵⁰

KZ memiliki motivasi khusus yang mana keinginannya adalah untuk membuat bangga dan senang orangtua. Menghafal Qur`an adalah suatu hal yang luar biasa yang mana akan memberi manfaat dan keberkahan bagi siapa yang berkenan untuk mempelajari dan mengamalkannya. Senada dengan yang diungkapkan oleh KZ yang mana orangtua KZ sangat mensupport keputusannya untuk menghafal Qur`an.⁵¹

⁴⁸ Hasil observasi: 24/O/II/2022

⁴⁹ Lihat transkrip wawancara: 19/W/II/2022

⁵⁰ *Ibid.*

⁵¹ Hasil observasi: 24/O/II/2022

KZ juga berupaya untuk menghindari perbuatan yang kurang pantas dilakukan. Karena menurut kepercayaannya hal tersebut bisa mempengaruhi hafalannya. Salah satu kendala yang dimiliki KZ adalah subjek merasa bahwa ketika temannya sedang malas yang akhirnya menjadikan dirinya turut menjadi malas. KZ mengakui bahwa tidak mudah untuk dapat menghindari temannya tersebut.⁵²

Pada komponen menggerakkan (tujuan) KZ menghafal adalah ingin segera menuntaskan hafalan dan bisa istiqomah dalam mendaras Qur`an. KZ berpendapat, bahwa ditengah proses menghafal pasti terdapat tantangan tersendiri. Oleh sebab itu, peran konsisten dalam mengarahkan para subyek sangat penting.⁵³

e. Narasumber IA

Narasumber kelima ini adalah IA yang saat ini sudah mendapatkan hafalan sebanyak 25 juz. IA mengungkapkan bahwa ia menyadari tanggungjawab menjadi seorang penghafal Qur`an ditambah saat ini ia tengah duduk di bangku kelas 6 adalah sebuah tanggungjawab yang luar biasa. Sehingga, ia harus mengatur waktu dengan sebaik-baiknya.⁵⁴

Dalam akademik IA berusaha untuk tetap belajar meskipun waktu yang ia gunakan adalah fleksibel. IA tidak memiliki jadwal

⁵² Hasil observasi: 24/O/II/2022

⁵³ *Ibid.*

⁵⁴ Lihat transkrip wawancara: 20/W/II/2022

secara rinci dan tertulis tentang aktivitas kegiatan sehari-hari. Akan tetapi, IA hanya mengikuti rutinitas yang telah ditentukan.⁵⁵

Sedangkan untuk mengatur waktu ketika hafalan maupun murojaah secara mandiri maka IA menggunakan waktu dhuhur untuk menghafal atau murojaah. Kunci dari menghafal yang dikatakan oleh IA adalah konsentrasi.⁵⁶ Strategi yang IA gunakan dalam menjaga hafalan dan menambah hafalan adalah dengan sering mengulang ulang secara mandiri. Selain itu, IA juga mencoba untuk mempelajari kosa kata yang ada sebagai patokan dalam menghafal.⁵⁷

IA juga merupakan sosok yang memiliki peran yang besar bagi teman-teman sesama penghafal Qur'an. Selain karena ia merupakan santri yang sudah kelas 6 ia juga menjadi sosok yang sangat bisa mengayomi santri lainnya.⁵⁸ Motivasi yang dimiliki oleh IA adalah sebagai bentuk keimanan dan ketaqwaannya kepada Tuhan serta ingin membanggakan kedua orangtuanya. Dengan bekal tekad dan konsistensi IA berusaha untuk menyeimbangkan diri antara hafalan dan belajar.

Selama ini, peran ustadz pengampu bagi IA sangat besar. Beliau merupakan sosok panutan sekaligus sosok yang sangat disegani bagi IA. Sehingga ia termotivasi untuk memberikan

⁵⁵ Hasil observasi: 25/O/II/2022

⁵⁶ Lihat transkrip wawancara: 20/W/II/2022

⁵⁷ *Ibid.*

⁵⁸ Hasil observasi: 25/O/II/2022

peforma hafalann dengan baik. Selain itu, sang ustadz juga sering memberikan semangat bagi para santriwati ditengah proses setoran yang dilakukan setelah ba`da subuh dan ba`da isya`. Faktor yang menghambat bagi IA adalah rasa malas. Bagi IA, ketika rasa malas datang, IA lebih memilih untuk melihat foto kedua orangtuanya sebagai penyemangat.⁵⁹

Menghafal Qur`an dengan dibarengi aktivitas sekolah memang bukan perkara mudah. Terlebih menyeimbangkan waktu. Hal ini yang dirasakan oleh IA. Tujuan jangka Panjang bagi IA adalah ia ingin menuntaskan hafalan dan ingin melanjutkan ke perguruan tinggi impian. Ia ingin mendapatkan akses Pendidikan yang bagus tapi juga tak melupakan kewajiban menjaga hafalan.⁶⁰

Bentuk *Self Regulation*

Santriwati Penghafal Qur`an

Asrama Putri Pondok Pesantren Al Islam Joresan

No	Nama Narasumber	Aspek Metakognitif	Aspek Motivasi	Aspek Perilaku
1	Salsabila	a. Kunci dari menghafal adalah konsentrasi	a. Motivasi menghafal adalah orangtua	a. Waktu untuk menghafal: Duhur dan sebelum tidur

⁵⁹ Lihat transkrip wawancara: 20/W/II/2022

⁶⁰ Hasil observasi: 25/O/II/2022

- | | | |
|---|--------------------------------------|--|
| b. Prioritas hafalan, belajar flaksibel | b. Tujuan: Menghafal secara maksimal | b. Aktivitas yang dihindari adalah mengobrol |
| c. Strategi dalam menghafal adalah dibaca berulang-ulang dan <i>halaqoh</i> | | |

Tabel 3. 7

No	Nama Narasumber	Aspek Metakognitif	Aspek Motivasi	Aspek Perilaku
2	AT	<p>a. Kunci dari menghafal adalah kenyamanan</p> <p>b. Prioritas hafalan, belajar flaksibel</p> <p>c. Strategi dalam menghafal adalah memperbanyak</p>	<p>a. Motivasi menghafal adalah orangtua</p> <p>b. Tujuan: istiqomah menghafal dan lanyah</p>	<p>a. Waktu untuk menghafal: Dhuhur</p> <p>b. Aktivitas yang dihindari adalah berada di kamar tidur jika senggang</p>

murojaah

secara mandiri

Tabel 3. 8

No	Nama Narasumber	Aspek Metakognitif	Aspek Motivasi	Aspek Perilaku
3	FY	<p>a. Kunci dari menghafal adalah kenyamanan</p> <p>b. Berusaha menyeimbangkan akademik dan hafalan</p> <p>c. Strategi dalam menghafal yakni memperbanyak murojaah</p>	<p>a. Motivasi menghafal adalah orangtua</p> <p>b. Tujuan: istiqomah menghafal dan lainnya.</p> <p>c. Tujuan untuk akademik: memiliki prestasi yang bagus dan kuliah di perguruan tinggi</p>	<p>a. Waktu menghafal Duhur</p> <p>b. Aktivitas yang dihindari adalah mengobrol dan mempersedikit tidur</p>

Tabel 3. 9

No	Nama Narasumber	Aspek Metakognitif	Aspek Motivasi	Aspek Perilaku
4	Kamila	a. Kunci dari menghafal adalah kenyamanan b. Prioritas hafalan, belajar flaksibel c. Strategi dalam menghafal yakni mengulang-ulang bacaan dan sering melakukan murojaah	a. Motivasi menghafal adalah orangtua b. Segera menuntaskan hafalan	a. Waktu menghafal: Dhuhur

Tabel 3. 10

No	Nama Narasumber	Aspek Metakognitif	Aspek Motivasi	Aspek Perilaku
5	Izza	a. Kunci dari menghafal	a. Motivasi menghafal	a. Waktu menghafal:

adalah	adalah	Dhuhur
konsentrasi	orangtua	
b. Berusaha	b. Segera	
menyeimbangk	menuntaskan	
an akademik	hafalan	
dan hafalan	c. Tujuan secara	
c. Strategi dalam	akademik	
menghafal	dapat	
yakni	melanjutkan	
mengulang-	kuliah.	
ulang bacaan.		

Tabel 3. 11



BAB IV

ANALISIS *SELF REGULATION* SANTRIWATI PENGHAFAL QUR`AN DI ASRAMA PUTRI PONDOK PESANTREN AL ISLAM JORESAN

Dalam bab ini akan membahas mengenai analisis hasil dari penelitian yang telah dilakukan tentang bagaimana *self regulation* santriwati penghafal Qur`an di Asrama Putri Pondok Pesantren Al Islam Joresan Mlarak Ponorogo. Dalam penelitian ini, peneliti melibatkan narasumber yang terdiri dari 5 orang santriwati penghafal Qur`an. Setelah melakukan pengumpulan data, maka peneliti menganalisis hasil penelitian sesuai dengan teori yang relevan.

Self regulation bagi penghafal Qur`an adalah bagaimana seseorang mengarahkan dirinya untuk mampu berupaya merencanakan kegiatan yang dilakukan, memiliki motivasi dan tujuan, serta mampu bertanggungjawab terhadap perilakunya sehingga target yang telah ditentukan terkait hafalan serta menyeimbangkan diri dengan akademik dapat tercapai.

Setelah data yang dikumpulkan mengenai para narasumber, sesuai dengan *purposing sampling* yang ditentukan maka para narasumber yang merupakan santriwati yang saat ini tengah duduk di bangku Aliyah yang terdiri dari 2 narasumber kelas 4, 1 narasumber kelas 5, dan 2 narasumber kelas 6. Dilihat dari usia para narasumber, pada saat ini mereka tengah berada di masa atau tahap perkembangan remaja. Dimana pada usia saat ini mereka mengalami gejolak emosi yang kurang stabil sehingga tentu berdampak pada proses regulasi diri dalam menghafal serta menyeimbangkan dengan kegiatan akademik di sekolah pagi.

A. *Self Regulation* Santriwati Penghafal Qur`an Asrama Putri

Proses menghafal adalah proses yang terdiri dari berbagai tantangan dan tuntutan yang mana tidak hanya melibatkan proses kognitif saja melainkan kombinasi antara peran metakognitif, motivasi yang dimiliki, serta mampu memanipulasi perilaku untuk mengarahkan pada tujuan yang ditetapkan. Dalam pengaturan diri (*self regulation*) ini maka diperlukan 3 aspek untuk dapat dinilai bagaimana regulasi diri para santriwati penghafal Qur`an di Asrama Putri Pondok Pesantren Al Islam Joresan yang meliputi aspek metakognitif, aspek motivasi, dan aspek perilaku.

1. Aspek Metakognitif

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di lapangan, didapati bagaimana regulasi diri para santriwati penghafal Qur`an di Asrama Putri Pondok Pesantren Al Islam yang ditinjau dari aspek metakognitif. Pada aspek metakognitif ini individu menekankan pada bagaimana pola pikir yang mempengaruhi bagaimana dirinya memandang sesuatu.

Kemampuan seseorang dalam menyadari diri sendiri adalah penting. Termasuk mengenali kelebihan dirinya sebagai seorang penghafal Qur`an sebagai salah satu faktor pendorong dalam proses menghafal. Bagi setiap narasumber terdapat persamaan dan perbedaan dalam mengenali dan menyadari kemampuan dirinya terkait dengan menghafal. Bagi narasumber 1 dan narasumber 5 mereka menyadari bahwa mereka berdua adalah pribadi yang memerlukan konsentrasi yang baik dalam proses menghafal Qur`an. Sedangkan bagi

narasumber 2, 3, dan 4 memiliki pandangan lain, yakni bahwa para narasumber memerlukan kenyamanan dalam proses yang berhubungan dengan upaya menghafal Qur`an.

Konsentrasi dan kenyamanan menjadi salah satu pemicu yang dapat memudahkan santriwati dalam menghafal dan murojaah bacaan Qur`an. Sehingga, ketika narasumber mengetahui kunci dalam menghafal maupun murojaah, mereka akan berupaya untuk menciptakan lingkungan yang dapat mensupport mereka dalam hafalan maupun murojaah. Data yang ditemukan dilapangan tersebut sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Matlin (dalam Ghufron & Riswita, 2011) yang menyatakan bahwa metakognisi merupakan pemahaman dan kesadaran tentang proses kognitif di dalam diri seseorang.¹

Pada aspek metakognitif ini para santriwati penghafal Qur`an yang merupakan beberapa narasumber penelitian mampu untuk menyadari bahwa peran yang saat ini mereka miliki yakni selain bertanggungjawab terhadap hafalan mereka juga memiliki tanggungjawab terhadap akademik di sekolah pagi. Tanggungjawab ganda yang mereka sadari tentu berdampak pada bagaimana para santriwati yang tengah menghafal ini mengambil sikap dalam menghadapi realitas tersebut

¹ Melisa Paulina, *et al.*, "Regulasi Diri Dan Makna Hidup Pada Mahasiswa Penghafal Al Qur`an di Rumah Tahfidz Yatim Dhuafa Palembang, 79.

Dalam kemampuan merencanakan berbagai aktivitas yang dilakoni, para narasumber memiliki pandangan yang beragam. Para narasumber mengaku bahwa mereka tidak secara khusus membuat jadwal secara terperinci kegiatan mereka sehari-hari. Dalam proses menghafal para narasumber mengaku hanya mengikuti jadwal yang telah ditentukan untuk melakukan setoran. Sistem asrama yang telah di design bagi para santriwati sesuai dengan jadwal yang ada merupakan salah satu keuntungan bagi para santriwati penghafal Qur`an. Sedangkan untuk aktivitas belajar sekolah formal narasumber 1, 2, dan 4 mengatakan bahwa mereka berusaha untuk belajar namun waktu yang mereka pilih adalah fleksibel. Sedangkan bagi narasumber 3 dan 5, kedua narasumber ini mengatakan bahwa dalam keadaan apapun mereka akan berusaha untuk harus belajar bahkan disela-sela waktu yang senggang.

Kemampuan seseorang dalam menentukan strategi tidak terlepas dari bagaimana seseorang mengenali dirinya sendiri. Sehingga, strategi yang digunakan akan sesuai dengan kemampuan seseorang. Dari hasil observasi yang dilakukan, maka dapat dianalisis bahwa para narasumber 3 dan 5 memiliki keinginan untuk mampu menyeimbangkan antara tuntutan hafalan serta tuntutan secara akademik di sekolah. Sedangkan, bagi narasumber 1, 2, dan 4 mereka lebih memprioritaskan hafalan yang dilakoni. Sementara untuk tuntutan secara akademik tidak terlalu mereka tekankan.

Dengan mengetahui kecenderungan akan prioritas bagi para penghafal Qur`an maka hal ini adalah salah satu bentuk upaya regulasi diri para santriwati yang mampu untuk mengarahkan pikirannya agar mencapai tujuan yang ditetapkan sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Zimmerman bahwa *self regulation* adalah kemampuan seseorang untuk mampu mengarahkan pikiran, perasaan, keinginan, dan tindakan untuk mencapai tujuan tertentu.²

Selain itu, pemilihan strategi dalam menghafal Qur`an bagi para narasumber yakni dengan mengulang-ulang bacaan. Sesuai dengan salah satu kaidah dalam menghafal Qur`an bahwa salah satu upaya untuk selalu mengingat-ingat hafalan yang telah dilakukan adalah dengan murojaah.³ Berdasarkan hasil analisis dapat diketahui bahwa kemampuan seseorang dalam mengenali diri ini menjadi salah satu aspek penting untuk melakukan pengaturan diri. Sesuai teori yang dikemukakan oleh Zimmerman bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi *self regulation* bagi individu adalah kemampuan metakognisi yang mana jika semakin tinggi metakognisi yang dimiliki oleh individu maka semakin tinggi pula kemampuan seseorang dalam meregulasi dirinya.⁴

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kemampuan regulasi diri seorang yang berkaitan dengan metakognitif adalah membahas

² Ika Wahyu Pratiwi, Sri Wahyuni, "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Self Regulation Remaja Dalam Bersosialisasi, 3.

³ Ahmad Salim Badwilan, *Cara Mudah Bisa Menghafal Al Qur`an*, 21.

⁴ Ika Wahyu Pratiwi, Sri Wahyuni, Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Self Regulation Remaja Dalam Bersosialisasi 3.

tentang kesadaran dirinya dan pemahaman akan pribadi dirinya sendiri. Mereka menyadari kekurangan dan kelebihan dirinya baik ketika hafalan maupun dalam bidang akademik sehingga mereka mampu untuk memilih dan mengatur porsi dirinya dalam belajar.

2. Aspek Motivasi

Motivasi adalah salah satu fondasi yang penting dalam pengaturan diri seorang santriwati penghafal Qur`an. Motivasi yakni keinginan atau dorongan seseorang untuk terlibat dan berusaha komit untuk menyelesaikan tugas.⁵

Motivasi mampu menjadi pendorong bagi penghafal Qur`an untuk secara konsisten berupaya dan bekerja keras dalam menghafal Qur`an. Dalam aspek motivasi ini, ada beberapa komponen yang akan peneliti sajikan yakni meliputi faktor yang menggerakkan, mengarahkan, dan menopang para santriwati penghafal Qur`an untuk senantiasa mencoba dan berusaha menghafal meskipun terdapat kesulitan diantara berbagai tuntutan.

Bagi para subjek perihal motivasi terbesar yang mampu menggerakkan mereka untuk memutuskan mengikuti program tahfidz adalah karena orangtua. Para subjek ingin membuat bangga orangtua mereka dengan menjadi seorang penghafal Qur`an. Alih-aih hanya ingin sekedar membanggakan, namun dengan menjadi seorang

⁵ Titik Kristiyani, *Self Regulated Learning Konsep Implikasi Dan Tantangannya Bagi Siswa di Indonesia*, 22.

penghafal Qur`an terselip harapan bahwa nanti mereka juga dapat menjadi penolong bagi kedua orangtua kelak di akhirat.

Peran orangtua dalam mendukung keputusan anak menjadi seorang penghafal Qur`an adalah sangat penting. Dengan seizin dan sepengetahuan orangtua diharapkan orangtua dapat memberi restu berupa doa, nasihat atau motivasi yang diperlukan anak ketika menjalani proses menghafal Qur`an. Izin orangtua ini merupakan salah satu proses yang harus penghafal Qur`an siapkan. Karena Ridlo orangtua adalah ridlo Allah swt.⁶ Selain karena orangtua, para narasumber 3,4, dan 5 memutuskan untuk bergabung dengan unit kegiatan tahfidz adalah terinspirasi oleh kakak kelas yang juga seorang penghafal Qur`an.

Namun, dalam proses menghafal yang dibarengi dengan berbagai aktivitas di sekolah dan asrama menuntut mereka untuk mampu memotivasi diri agar secara konsisten menjalani hari secara produktif. Para narasumber mengemukakan bahwa memiliki konsisten yang kuat adalah hal yang penting. Konsistensi juga menjadi nilai suatu perbuatan. Oleh sebab itu, para narasumber selalu berusaha memperbarui dan memperbaiki konsisten mereka dalam menghafal. Konsistensi itulah yang selama ini menjadi salah satu penopang bagi para santriwati. Penopang bagi dirinya untuk terus meneguhkan semangat dalam menghafal Qur`an. Menghafal Qur`an perlu dibarengi

⁶ Muhammad Hasyim, Dkk, *Merawat Tradisi Generai Emas Ilmuwan Muslim*, 71-79.

dengan upaya yang penuh dengan kesabaran, ketekunan, dan berusaha agar dapat bertanggungjawab terhadap apa yang telah diputuskan. Yang paling penting adalah kelurusan niat para penghafal Qur`an karena Allah Ta`ala.

Hal ini sesuai dengan apa yang disampaikan oleh M. Ustman Najati bahwa motivasi dapat dikatakan sebagai kekuatan penggerak yang membangkitkan aktivitas pada makhluk hidup dan menimbulkan tingkah laku serta mengarahkan kepada tujuan yang ditetapkan.⁷ Pada tahap ini, motivasi mampu menjadi pengontrol bagi para individu penghafal Qur`an untuk senantiasa meneguhkan diri untuk mencapai apa yang telah menjadi tujuan.

Sedangkan tujuan bagi setiap individu adalah proses yang panjang yang harus diusahakan, diupayakan, dan di doakan. Bagi para narasumber tujuan yang mereka ungkapkan terbagi menjadi 2 hal, yakni tujuan secara jangka panjang dan jangka pendek. Tujuan yang ditetapkan secara jangka pendek dalam aktivitas menghafal Qur`an didasarkan pada kuantitas hafalan. Kuantitas dari hafalan yang diperoleh menentukan cepat lambatnya proses penuntasan hafalan. Namun, yang tak kalah penting dari proses hafalan sendiri adalah bagaimana menjaga hafalan yang telah ada. Sehingga, dalam satu hari para narasumber termotivasi untuk menghafal satu kaca sebagai salah

⁷ Abdul Rahman Shaleh, *Psikologi Suatu Pengantar Dalam Perspektif Islam*, 183.

satu target yang ditetapkan bagi setiap santriwati yang mengikuti program tahfidz.

Sedangkan tujuan jangka panjang yang dimiliki narasumber adalah istiqomah dalam hafalan agar dapat secara tuntas menyelesaikan. Disamping tujuan dalam aspek menghafal Qur`an, para narasumber juga memiliki tujuan jangka panjang dalam segi akademik mereka. Salah satunya adalah mendapatkan akses pendidikan yang baik dan layak di Perguruan Tinggi. Tujuan inilah yang pada akhirnya mendorong para penghafal Qur`an selain fokus terhadap hafalan juga berusaha untuk terus belajar untuk akademik mereka.

Hal unik yang terjadi dalam motivasi yang dialami oleh para narasumber adalah adanya perubahan seiring waktu mereka bertumbuh kembang. Pada narasumber ke 3 mengaku bahwa awalnya ia terinspirasi oleh kakak kelas yang juga seorang penghafal Qur`an. Lalu akhirnya ia mencoba dan merasa nyaman. Namun, meskipun sekarang tidak ada sosok kakak kelas inspirasi tersebut narasumber ke 3 tetap menghafal Qur`an dan prosesnya terus berjalan. Perubahan tersebut membuktikan bahwa motivasi yang dimiliki narasumber adalah bersifat dinamis dengan seiring waktu. Motivasi yang setiap hari dihidupkan membuat komitmen seorang penghafal semakin kuat.

Selain motivasi yang mampu menggerakkan para narasumber untuk menjadi seorang penghafal Qur`an sekaligus sebagai faktor yang menopang. Yang demikian berarti motivasi yang dimiliki para

penghafal Qur`an digunakan untuk menopang tingkah laku dan menguatkan intensitas individu dalam usaha untuk meregulasi diri.⁸

Dari data yang di dapat di lapangan tersebut dinilai sesuai dengan teori tentang motivasi yang dikemukakan oleh Albert Bandura bahwa munculnya motivasi juga dipengaruhi oleh gambaran hasil mengenai masa depan.⁹

3. Aspek Perilaku

Dalam aspek perilaku yang menjadi prioritas bagi para narasumber adalah bagaimana realisasi aktivitas dalam menghafal Qur`an. Meskipun mereka tetap harus melaksanakan kegiatan lain di asrama dan sekolah pagi. Salah satu cara menghafal yang sering dilakukan oleh para penghafal Qur`an adalah membaca secara berulang-ulang. Hal tersebutlah yang dilakukan oleh para narasumber. Dalam melakukan murojaah tersebut para narasumber menetapkan waktu khusus untuk hafalan.

Ketegasan dalam bersikap dalam pengaturan waktu antara kegiatan satu dengan yang lainnya menjadi salah satu syarat tercapainya pengaturan diri seseorang. Para narasumber juga memilih waktu tertentu untuk menghafal. Hal ini sesuai dengan teori yang membahas tentang persiapan diri para penghafal Qur`an agar dapat mencapai tujuan yang telah ditetapkan Dengan menentukan waktu hafalan bagi para narasumber secara tidak langsung mereka telah melakukan

⁸ Abdul Rahman Shaleh, *Psikologi Suatu Pengantar Dalma Perspektif Islam*, 183.

⁹ Hamim Rosyidi, *Psikologi Kepribadian (Paradigma Traits, Kognitif, Behavioristik dan Humanistik)*, 51.

istiqomah waktu. Istiqomah waktu artinya menggunakan waktu dengan sebaik-baiknya untuk mengulang hafalan atau menambah hafalan yang baru pada waktu yang terencana.¹⁰ Keadaan asrama yang secara tidak langsung bersinggungan dan tempat berkumpul dengan banyak orang memaksa para santri penghafal Qur`an untuk pandai-pandai memilih waktu untuk hafalan. Bagi para narasumber mereka memilih waktu dhuhur sebagai waktu untuk menghafal maupun murojaah secara mandiri.

Kesamaan waktu yang dipilih diantara para narasumber disebabkan bahwa diwaktu ba`da dhuhur para santriwati ternyata memiliki waktu yang leluasa dan terbebas dari berbagai kegiatan. Berdasarkan data yang di dapat dalam aktivitas harian para santriwati diketahui bahwa waktu pulang sekolah pada pukul 12.00 siang. Lalu, dilanjutkan dengan aktivitas sholat dhuhur berjamaah dan makan siang. Kegiatan selanjutnya adalah istirahat sampai dengan waktu 15.30. Dalam rentan waktu hampir 2 jam tersebut adalah waktu yang cukup leluasa, para penghafal Qur`an bisa memanfaatkan waktu mereka untuk murojaah atau menambah hafalan Qur`an. Meskipun jam tersebut adalah waktu istirahat namun semangat dan kegigihan para narasumber dalam menghafal sangat luar biasa.

Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Zimmerman dalam Yuli bahwa dalam aspek perilaku diperlukan adanya pengaturan

¹⁰ Muhammad Hasyim, Dkk, *Merawat Tradisi Generai Emas Ilmuwan Muslim*, 71-79.

waktu yakni bagaimana individu membuat perencanaan pada waktu tertentu untuk belajar.¹¹ Selain pengaturan waktu menghafal secara mandiri tersebut, bagi para narasumber juga menekankan waktu yang dirasa senggang untuk mereka gunakan dalam murojaah bacaan Qur'an. Sesempit apapun waktu yang dimiliki harus disempatkan, karena menghafal atau murojaah tidak perlu menunggu waktu yang longgar, bahkan ketika dikelas ada waktu kosong tak jarang mereka sempatkan untuk mendaras sedikit demi sedikit.

Bagi para narasumber, untuk dapat lebih fokus dalam proses menghafal Qur'an maka para narasumber menyeleksi beberapa perilaku yang dapat mengganggu proses hafalan. Upaya menyeleksi aktivitas atau perilaku bagi para santriwati penghafal Qur'an merupakan keputusan yang diperlukan untuk mendukung upaya dalam menghafal. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Zimmerman & Sehung dalam Melisa Paulina yang menyatakan bahwa suatu upaya individu untuk menyeleksi, menyusun, kemudian menciptakan lingkungan yang baik secara fisik maupun secara sosial untuk mendukung aktivitasnya.¹² Bagi narasumber 1, salah satu upaya yang dilakukan adalah dengan mengurangi mengobrol. Bagi narasumber ke 2 dan 5 mereka cenderung menghindari kamar tidur. Bagi narasumber ke 3, dia memutuskan untuk mengurangi tidur dan memanfaatkan waktu dengan aktivitas yang berguna. Namun, bagi

¹¹ Yuli Asmi Rozali, "Hubungan Self Regulation Dengan Self Determination", 63.

¹² Melisa Paulina, *et al.*, "Regulasi Diri Dan Makna Hidup Pada Mahasiswa Penghafal Al Qur'an Di Rumah Tahfidz Yatim Dhuafa Palembang", 79.

narasumber ke 4, dia tidak memiliki perilaku atau perbuatan khusus yang harus dikurangi atau dihindari.

Pengaturan lingkungan bagi para penghafal Qur`an memang menjadi hal yang penting. Termasuk pergaulan yang dipilih oleh para narasumber. Bagi narasumber 1,2,4 dan 5 mereka tidak membatasi untuk bergaul dengan siapapun. Sedangkan bagi narasumber ke 3, dia memilih untuk membatasi dalam pergaulan agar tidak terjerumus terhadap aktivitas yang tidak perlu atau tidak bermanfaat karena pengaruh teman.

Selain itu, pengaturan diri santriwati dalam aspek perilaku yang tidak berkaitan dengan sosial adalah para santriwati membatasi diri untuk tidak melibatkan diri dalam kegiatan organisasi ekstra di sekolah pagi. Hal ini dilakukan agar para santri lebih leluasa memiliki waktu serta memfokuskan diri dalam hafalan. Sehingga tidak terganggu dengan kegiatan yang tidak mendukung aktivitas menghafal.

B. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Self Regulation* Santriwati Penghafal Qur`an

Dalam melakoni upaya menghafal Qur`an yang intens dan dibarengi dengan aktivitas belajar secara akademik maka diperlukan usaha yang kuat serta tekad yang bulat. Analisis pada uraian disini adalah mengenai berbagai hambatan, kesulitan maupun pendorong bagi para santri dalam menopang dirinya agar senantiasa mampu menjalani aktivitas

sehari-hari. Berbagai faktor yang mempengaruhi para santri tentu bergantung pada masing-masing santri. Secara garis besar, faktor-faktor yang mempengaruhi pengaturan diri para santriwati penghafal Qur`an dibagi menjadi 2 hal, yakni faktor penghambat dan faktor pendorong.

1. Faktor Pendorong

Salah satu faktor yang menopang para subjek untuk tetap semangat melakoni proses menghafal Qur`an adalah sedikit banyak adalah berasal dari lingkungan. Diantaranya:

a. Fasilitas khusus bagi para penghafal Qur`an.

Fasilitas yang disediakan secara khusus oleh pengasuh di Asrama Putri Pondok Pesantren Al Islam adalah fasilitas kamar yang semuanya dihuni oleh para penghafal Qur`an. Dengan memberikan fasilitas kamar tersendiri dan terpisah dengan santriwati regular maka tentu memiliki maksud khusus. Dengan pengelompokkan tersebut dapat diketahui bahwa dengan kesamaan visi misi dalam menjalani proses menghafal secara tidak langsung para santriwati dapat saling mensupport. Hal ini sesuai dengan teori Hofer, Yu, dan Pintrinch yang berdiskusi tentang bagaimana seorang siswa mampu secara aktif untuk meregulasi kognisi, meraih tujuan, dan berusaha untuk menampilkan prestasi yang lebih.¹³

b. Motivasi dari para ustadz.

¹³ Lisy Chairani & Subandi, *Psikologi Santri Penghafal Al Qur`an: Peranan Regulasi Diri*, 14.

Secara umum, para ustadz pengampu senantiasa memberikan bimbingan dan arahan kepada para penghafal Qur`an. Para narasumber juga menuturkan bahwa masukan dari para ustadz ini biasanya dilakukan di sela-sela kegiatan ketika setoran setelah bada subuh atau bada isya`. Sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan, yakni para santriwati yang mengikuti program tahfidz akan menyetorkan satu kaca (halaman) hafalan yang baru dan satu kaca murojaah setoran yang kemarin. Sehingga, pada kesempatan tersebut para santriwati penghafal Qur`an berkesempatan untuk mendapatkan wejangan atau arahan dari para ustadz yang dapat membangkitkan semangat juga sebagai control bagi para penghafal Qur`an agar menyadari perlunya bersikap hati-hati dalam bertindak.

c. Support dari Keluarga

Selain nasihat atau wejangan dari para ustadz, para narasumber juga menuturkan bahwa peran keluarga, utamanya adalah para orangtua dalam mensupport keputusan mereka mengikuti program tahfidz tentu menjadi penyemangat tersendiri bagi para narasumber. bentuk dukungan yang diberikan orangtua terhadap anaknya dapat beragam. Selain berupa doa, tentu nasihat dan wejangan bagi anak-anak mereka adalah hal yang memberikan kekuatan bagi sang anak.

d. Mempertahankan Motivasi

Dalam menjalani aktivitas sehari-hari para santri yang menghafal Qur`an tentu mengalami kejeuhan di tengah prosesnya. Salah satu cara mengantisipasi hal tersebut adalah dengan mempertahankan motivasi yang dimiliki. Dengan mengingat-ingat tujuan yang ingin dicapai mampu mengembalikan semangat para penghafal Qur`an secara berangsur-angsur. Hal lain yang terlihat sebagai salah satu upaya mempertahankan motivasi yang dimiliki adalah saat malas untuk murojaah atau menambah hafalan para penghafal Qur`an memotivasi diri mereka dengan melihat foto kedua orangtua mereka. Salah satu tujuan yang dimiliki adalah dengan membanggakan kedua orangtua mereka.

2. Faktor Penghambat

Proses menghafal Qur`an tidak selalu berjalan lancar. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang dilakukan maka didapatkan informasi berupa faktor penghambat dalam kegiatan menghafal Qur`an, diantaranya:

a. Rasa Malas

Salah satu tantangan yang berat ketika menghafal Qur`an adalah rasa malas yang datang tiba-tiba dan sulit untuk dihilangkan. Tentu hal ini dapat berdampak pada target hafalan yang ditentukan. Rasa malas yang dibiarkan terus menerus akan membuat seseorang akan terlena. Seperti yang dikemukakan oleh Arif Styo Budi bahwa faktor penghambat bagi para penghafal

Qur`an bisa berasal dari dalam diri seseorang. Salah satunya adalah karena rasa malas.¹⁴ Adanya rasa jemu dan bosan karena rutinitas yang sehari-hari. Perasaan seperti ini sering terjadi karena seorang penghafal Qur`an yang tinggal di suatu lembaga yang mana mereka dituntut untuk selalu disiplin dalam membagi waktu dan melakukan kegiatan. Kejemuhan yang dirasakan para penghafal Al Qur`an dapat menurunkan semangat mereka dalam proses menghafal.

b. Pengaruh Teman

Pergaulan memang memiliki pengaruh tersendiri. Terlebih bagi para penghafal Qur`an mereka harus berhati-hati dan selektif memilih lingkup pergaulan yang baik. Lingkup pergaulan yang menuntut mereka untuk dapat mengatur diri atau paling tidak mengarahkan mereka pada aktivitas-aktivitas menghafal Qur`an. Maka hendaknya seorang penghafal Qur`an juga selektif terhadap pergaulan yang mereka miliki. Tidak jarang pula ada pergaulan yang kurang supportive dengan apa saat ini individu usahakan.

¹⁴ Arif Stiyo Budi, "Dinamika Psikologis Istiqomah Pada Santri Hamilil Qur`an Pondok Pesantren Madrasatul Qur`an Tebuireng", 32.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan pemaparan data dan analisis yang telah dilakukan mengenai *Self Regulation* Santriwati Penghafal Qur`an di Asrama Putri Pondok Pesantren Al Islam Joresan, penulis dapat mengambil kesimpulan sebagai berikut:

1. *Self regulation* santriwati penghafal Qur`an di Asrama Putri Pondok Pesantren Al Islam meliputi 3 aspek penting, diantaranya:
 - a. Regulasi diri santriwati penghafal Qur`an yang meliputi aspek metakognitif yakni dengan mengenali dan memahami diri sendiri bahwa, *pertama* yakni aspek kunci dalam menghafal adalah konsentrasi dan kenyamanan maka para penghafal Qur`an melakukan upaya-upaya agar mereka dapat merasa nyaman dan konsentrasi dalam proses menghafal. *Kedua*, dengan memahami apa yang menjadi prioritas bagi diri sendiri namun dengan tanpa mengesampingkan kewajiban yang lainnya. *Ketiga*, dengan menentukan strategi yang tepat dalam menghafal yakni dengan membaca secara berulang-ulang, melakukan halaqoh, dan telaten melakukan murojaah.
 - b. Regulasi diri santriwati penghafal Qur`an yang meliputi aspek motivasi sebagai salah satu aspek penggerak dalam melakoni dan mempertahankan semangat belajar adalah keinginan untuk

membanggakan kedua orangtua Sedangkan, tujuan yang dimiliki oleh para penghafal Qur`an adalah berupa mampu secara istiqomah mengafal, lanyak dan segera menuntaskan hafalan. Tujuan dalam hal akademik adalah melanjutkan ke perguruan tinggi.

- c. Regulasi diri santriwati penghafal Qur`an yang meliputi aspek perilaku adalah bagaimana para santriwati memanfaatkan lingkungan dengan memilih waktu yang tepat untuk hafalan maupun murojaah yakni di waktu dhuhur maupun sebelum tidur. Sedangkan beberapa hal yang dihindari oleh para penghafal Qur`an sebagai upaya agar tidak mengganggu proses belajar maupun hafalan adalah mengurangi mengobrol, mempersedikit tidur, dan tidak berlama-lama di tempat tidur.

2. Faktor-faktor yang mempengaruhi bagaimana *self regulation* santriwati penghafal Qur`an meliputi faktor penghambat dan faktor pendorong. Faktor penghambat diantaranya: rasa malas dan pengaruh teman. Sedangkan faktor pendorong bagi santriwati penghafal Qur`an adalah fasilitas yang diberikan kepada santriwati penghafal Qur`an, motivasi dari para ustadz, support dari keluarga, dan kemampuan para santriwati untuk tetap mempertahankan motivasi.

B. Saran

Setelah melaksanakan penelitian dan ditemukan hasil penelitian, maka saran-saran yang dapat peneliti sampaikan adalah sebagai berikut:

1. Kepada para santri yang memiliki peran serupa dengan narasumber dalam penelitian ini bias mmpertimbangkan strategi yang digunakan sehingga bias membantu dalam proses belajar serta sebagai sumber referensi guna mengantisipasi faktor-faktor penghambat dalam pengaturan diri masing-masing individu.
2. Para penghafal tentu menemui kesulitan untuk menyeimbangkan dengan kegiatan akademik yang memiliki tantangan tersendiri. Oleh sebab itu, dukungan dari berbagai pihak seperti orangtua, teman, guru maupun orang-orang terdekat lainnya sangat diperlukan oeh para santri yang memiliki peran ganda.



Daftar Pustaka

- Agustiani, Hendriati. *Psikologi Perkembangan: Pendekatan Ekologi Kaitannya Dengan Konsep Diri Dan Penyesuaian Diri Pada Remaja*. Bandung: PT Refika Aditama, 2009.
- Alwisol. *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press, 2011.
- Amyani, Siti. Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kemandirian Santri Pesantren Tahfizh Sekolah Daarul Qur'an Internasional Bandung. Skripsi, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, Jakarta, 2010. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream> diakses 6 November 2021.
- Badwilan S. Ahmad. *Cara Mudah Bisa Menghafal Al Qur'an*. Yogyakarta: Bening, 2010.
- Budi S., Arif. Dinamika Psikologis Istiqomah Pada Santri Hamilil Qur'an Pondok Pesantren Madrasatul Qur'an Tebuireng. *Jurnal Psikoislamika*, (online), Volume 11, No. 1 Tahun 2004. <https://ejournal.uin-malang.ac.id>, diakses 6 November 2021.
- Chairani, Lisyia & Subandi. *Psikologi Santri Penghafal Al Qur'an: Peranan Regulasi Diri*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010.
- Farichah, Lailatul. Hubungan Antara Tingkat Self Regulated Learning Dengan Tingkat Prestasi Belajar Mata Pelajaran Khusus Siswa Kelas IX Unggulan MTs Mambaus Sholihin Gresik. Skripsi, Fakultas Psikologi UIN Malang, Malang, 2012. [Http://Etheses.Uin.Malang.Ac.Id/2278/](http://Etheses.Uin.Malang.Ac.Id/2278/), diakses 10 November 2021.
- Febriana, Leny. Penggunaan Metode Menghafal Al Qur'an Pada Santri Putri Tahfidz Al Qur'an Di Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah Sukorejo. Skripsi, UIN Maulana Malik Ibrahim, Malang, 2015.
- Hasyim Muhammad, *Dkk. Merawat Tradisi Generai Emas Ilmuwan Muslim*. Malang: Republik Media, 2018.
- Imroni, Achmad. Pergeseran Orientasi Santri Salaf Dan Modern. Tesis, UIN Sunan Ampel, Surabaya, 2017). <http://digilib.uinsby.ac.id/20317/>, diakses pada 6 November 2021.
- Iskandar. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Gedung Persada, 2009.

- Kristiyani, Titik. *Self Regulated Learning Konsep Implikasi Dan Tantangannya Bagi Siswa di Indonesia*. Yogyakarta: Sanata Dharma University Press, 2016.
- Lestari, I. Ayu. *Regulasi Diri Mahasiswa Penghafal Al Qur'an Di Ma'had Al Jam'ah IAIN Bengkulu*. Skripsi, IAIN Bengkulu, Bengkulu, 2020.
- Mardiana B. Inggit. *Pengaruh Regulasi Diri Terhadap Resiliensi Santri Penghafal Al Qur'an di Islamic Boarding School*. Skripsi, Universitas Muhammadiyah Malang, Malang, 2021.
- Melisa, et. al., *Regulasi Diri Dan Makna Hidup Pada Mahasiswa Penghafal Al Qur'an Di Rumah Tahfidz Yatim Dhuafa Palembang*. *Tazkiya: Jurnal Of Psychology*, (online), Volume 9, No. 1, 2021. <http://journal.uinjkt.ac.id/index.php/tazkiya>, diakses 7 November 2021.
- Moeloeng J., Lexy. *Metode penelitian kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2005.
- Nashori, Fuad. *Kekuatan Karakteristik Santri*. *Millah*, (online), Volume XI, No. 1, Agustus 2011. <https://journal.uii.ac.id/Millah/article/view/5092/4501>, diakses 11 November 2021.
- Nawabuddin, Abdurrahman. *Kaifa Tahfadzul Quran, terj. Bambang Saiful Ma'arif*. Bandung: Sinar Baru Algensindo, 2005.
- Ningsih, Novitami. *Hubungan Self Regulation Dengan Aktivitas Menghafal Al Qur'an Mahasantri Putri Ma'had Al Jami'ah IAIN Bengkulu*. Skripsi, IAIN Bengkulu, Bengkulu, 2021.
- Nugrahani, Farida. *Metode Penelitian Kualitatif Dalam Penelitian Pendidikan Bahasa*. Solo: Cakra Books, 2014.
- Paulina Melisa, et. al., *Regulasi Diri Dan Makna Hidup Pada Mahasiswa Penghafal AlQur'an Di Rumah Tahfidz Yatim Dhuafa Palembang*. *Tazkiya (Journal Of Psychology)*, (online), Volume 9, Nomor 1, 2021. <https://journal.uinjkt.ac.id/index.php/tazkiya/article/view/202286>, diakses 5 November 2021.
- Poerwandari, Kristi. *Pendekatan Kualitatif Untuk Penelitian Perilaku Manusia*. Depok: LPSP3 Fakultas Psikologi UI, 2013.
- Pratiwi W. Ika Dan Wahyuni Sri. *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Self Regulation Remaja Dalam Bersosialisasi*. *JP3SDM*, Volume 8, Nomor 1, 2019.

- Rosyidi, Hamim. *Psikologi Kepribadian (Paradigma Traits, Kognitif, Behavioristik dan Humanistik)*. Surabaya: Jaudar Press, 2015.
- Rozali A. Yuli. Hubungan Self Regulation Dengan Self Determination. *Jurnal Psikologi*. Vol. 12, No. 2, Desember 2014. <https://www.neliti.com/publications/127230/hubungan-self-regulation-dengan-self-determination>, diakses pada 6 November 2021.
- Shaleh R. Abdul. *Psikologi Suatu Pengantar Dalma Perspektif Islam*. Jakarta: Kencana, 2004.
- Susanto, Happy & Muzakki, Muhammad. Perubahan Perilaku Santri: Studi Kasus Alumni Pondok Pesantren Salafiyah Di Desa Langkap Kecamatan Besuki Kabupaten Situbondo. *ISTAWA: Jurnal Pendidikan Islam*, Volume 2, Nomor 1, Desember 2016. <http://journal.umpo.ac.id>, diakses pada 6 November 2021.
- Yasdar, M dan Mulyadi. Penerapan Teknik Regulasi Diri (*Self Regulation*) Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling STKIP Muhammadiyah Enrekang. *Jurnal Edumasmul*, Volume 2, No. 2, Oktober 2018.
- Yasir, Muhammad & Jamaruddin, Ade. *Studi Al-Quran*. Riau: Asa Riau, 2016.
- Zahro` M. Wafa`. Analisis Regulasi Diri Santri Dalam Pembelajaran Tahfidz Al Qur`an Pada Sekolah Full Day Di Taman Pendidikan Al Qur`an (TPA) Zahrawan Indonesia Cabang Pengging Banyudono Boyolali. Tesis, IAIN Surakarta, Surakarta, 2020.
- Zur`ah, Umi. Hubungan Sabar dengan Regulasi Diri pada Penghafal Qur`an. Skripsi, UIN Sunan Kalijaga, Yogyakarta, 2015.