

## Hubungan Regulasi Diri dengan Perencanaan Karir pada Santriwati Tahfidz di Pondok Pesantren Darussalam Kersamanah Garut

The Relation between Self Regulation and Career Planning of Santriwati Tahfidz at Darussalam Islamic Boarding School Kersamanah Garut

<sup>1</sup>Wirdatuljannah Amalia Nugraha, <sup>2</sup>Sita Rositawati

<sup>1,2</sup>Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Jl. Tamansari No.1 Bandung 40116  
email: <sup>1</sup>amalianugraha.1911@gmail.com, <sup>2</sup>79sita@gmail.com

**Abstract.** Santriwati (Female student of Islamic boarding school) whose join Tahfidz (Memorizing Al-Qur'an) have a desire to get a scholarship in continuing their study. Their activity is not only memorizing Al-Qur'an but also school and boarding school activity. So, they have to balance between their achievement in memorizing Al-Qur'an and their achievement in the class in order to be excellent student. However, they have reached daily memorization target, and most of them are exceed the daily target. The reason of their achievement is a consistency of memorizing Al-Qur'an. They memorize it after praying 5 times and they work hard to repeat more and more until they really remember. According to that phenomenon, then the research problem of this study is how strong the relation between self-regulation and career planning of Tahfidz students in Darussalam Islamic Boarding School Kersamanah Garut?. This research uses correlational analysis with quantitative approach. The population of this research are Tahfidz students in Darussalam Islamic Boarding School Kersamanah Garut with 35 samples of female students. The sampling technique used is *proportional random sampling*. The instrument used is a questionnaire which is arranged based on the concept of self-regulation from Zimmerman and the concept of career planning from Parsons. The result of the research shows that there is positive relation between self-regulation with career planning, and correlation result is 0,434 which mean there is moderate relation between self-regulation and career planning.

**Keywords:** Santriwati, Tahfidz, Self-regulation, Career planning

**Abstrak.** Santriwati yang mengikuti ekstrakurikuler tahfidz memiliki keinginan untuk melanjutkan studi dengan program beasiswa. Di samping menghafal al-qur'an, mereka juga memiliki kesibukan dalam kegiatan sekolah maupun kegiatan pesantren yang padat, sehingga santriwati tahfidz harus bisa menyeimbangkan prestasi antara hafalan al-qur'an dengan prestasi di kelas agar bisa menjadi santriwati berprestasi. Meskipun demikian, setiap target hafalan dapat tercapai setiap harinya, bahkan terdapat santriwati tahfidz yang dapat mencapai hafalan melebihi target. Mereka mampu mencapai hal tersebut karena secara konsisten menghafal di setiap sehabis shalat 5 waktu dan berusaha lebih giat untuk terus mengulang hafalan hingga lancar. Berdasarkan fenomena tersebut, maka permasalahan dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut: (1) Seberapa erat hubungan Regulasi Diri dengan Perencanaan Karir pada Santriwati Tahfidz di Pondok Pesantren Darussalam Kersamanah Garut?. Peneliti menggunakan metode teknik analisis korelasional dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Populasi yang dipilih dalam penelitian ini adalah santriwati tahfidz Pondok Pesantren Darussalam Kersamanah Garut yang berjumlah 35 santriwati. Dengan teknik pengambilan sampel yaitu *Propotional Random Sampling*. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Metode yang digunakan adalah analisis korelasional. Alat ukur yang digunakan berupa kuesioner yang peneliti susun berdasarkan konsep Regulasi diri dari Zimmerman dan konsep Perencanaan karir dari Parsons. Hasil utama penelitian menunjukkan ada hubungan positif antara regulasi diri dengan perencanaan karir, dengan nilai korelasi 0,434 yang artinya terdapat hubungan moderat antara regulasi diri dengan perencanaan karir.

**Kata kunci:** Santriwati, Tahfidz, Regulasi Diri, Perencanaan Karir

### A. Pendahuluan

Remaja memiliki tugas perkembangan yang harus dilalui, salah satunya adalah memilih serta mempersiapkan diri ke arah suatu pekerjaan. Super (dalam Brown, 2002) menyatakan usia remaja termasuk dalam fase eksplorasi (*exploration stage*), yaitu semua individu berusia 15-24 tahun, yang mana tugas perkembangan karir individu adalah perencanaan garis masa depan (*crystallization*), yang terutama bersifat kognitif dengan meninjau diri sendiri dan situasi hidupnya. Pada fase ini individu telah

memikirkan berbagai alternatif jabatan, tetapi belum mengambil keputusan yang mengikat.

Fenomena sekarang ini seringkali dijumpai di berbagai perguruan tinggi bahwa banyak mahasiswa yang mengatakan salah jurusan sehingga dampaknya mereka menjalani perkuliahannya tidak sepenuh hati, sehingga hasilnya pun kurang memuaskan alhasil saat menjadi mahasiswa pun mereka belum dapat sepenuhnya mengelola dirinya dengan tepat (Setiawan, 2013). Permasalahan tersebut tentu berkaitan erat dengan perencanaan karir siswa. Dalam perencanaan karir yang matang setelah lulus SMA dan sederajat, maka siswa dapat memilih alternatif pilihan karir yang akan dipilihnya.

Pada lingkungan masyarakat, banyak masyarakat berpendapat bahwa melanjutkan ke perguruan tinggi merupakan idaman bagi setiap individu. Jika di lihat dari perkembangan zaman saat ini SDM yang berkualitaslah yang dicari untuk pekerjaan yang layak untuk memenuhi kebutuhan kehidupan.

Salah satu Lembaga Pendidikan Islam yaitu Pondok Pesantren Darussalam Kersamanah Garut mempunyai perhatian terhadap masalah pengembangan diri atau bakat dalam rangka meningkatkan kualitas SDM. Hal ini dibuktikan dengan melakukan upaya-upaya untuk mengembangkan program pengembangan bakat. Salah satu upayanya adalah dengan mengadakan kegiatan ekstrakurikuler.

Santriwati yang mengikuti ekstrakurikuler tahfidz memiliki keinginan untuk melanjutkan studi dengan program beasiswa. Santriwati tahfidz memiliki kegiatan menghafal yang rutin dimana setiap hari mereka harus menyetorkan hafalan. Di samping itu, mereka juga memiliki kesibukan dalam kegiatan sekolah maupun kegiatan pesantren yang padat, sehingga santriwati tahfidz harus bisa menyeimbangkan prestasi antara hafalan al-qur'an dengan prestasi di kelas agar bisa menjadi santriwati berprestasi. Meskipun demikian, setiap target hafalan dapat tercapai setiap harinya, bahkan terdapat santriwati tahfidz yang dapat mencapai hafalan melebihi target. Mereka mampu mencapai hal tersebut karena secara konsisten menghafal di setiap sehabis shalat 5 waktu dan berusaha lebih giat untuk terus mengulang hafalan hingga lancar.

Dalam menghafal al-quran tentu tidak mudah dan dibutuhkan kemampuan diri yang baik dalam mengelola, mengontrol mempertahankan perilaku agar hafalan dapat lebih mudah diingat dan sesuai dengan target. Hal tersebut tentu memerlukan pengaturan diri yang baik. Di sisi lain, santriwati tahfidz memiliki tujuan jelas dalam melaksanakan kegiatan tahfidz nya yaitu ingin melanjutkan studi sehingga melakukan pencarian informasi dan termotivasi untuk mengikuti program tersebut agar bisa mendapatkan beasiswa untuk melanjutkan studi ke perguruan tinggi.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka perumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut: "Seberapa erat hubungan regulasi diri dengan perencanaan karir pada santriwati tahfidz di Pondok Pesantren Darussalam Kersamanah Garut?". Selanjutnya, tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa erat hubungan regulasi diri dengan perencanaan karir pada santriwati tahfidz di Pondok Pesantren Darussalam Kersamanah Garut.

## **B. Landasan Teori**

Parsons (dalam Winkel & Hastuti, 2006) merumuskan perencanaan karir sebagai proses yang dilalui sebelum melakukan pemilihan karir. Proses ini mencakup tiga aspek utama yaitu pengetahuan dan pemahaman akan diri sendiri, pengetahuan dan pemahaman akan pekerjaan, serta penggunaan penalaran yang benar antara diri sendiri dan dunia kerja.

Menurut Parsons (dalam Winkel & Hastuti, 2006), ada tiga aspek yang harus

terpenuhi dalam membuat suatu perencanaan karir, yaitu:

1. Pengetahuan dan pemahaman diri sendiri: yaitu pengetahuan dan pemahaman akan bakat, minat, kepribadian, potensi, prestasi akademik, ambisi, keterbatasan-keterbatasan, dan sumber-sumber yang dimiliki.
2. Pengetahuan dan pemahaman dunia kerja : yaitu pengetahuan akan syarat-syarat dan kondisi-kondisi yang dibutuhkan untuk sukses dalam suatu pekerjaan, keuntungan dan kerugian, kompensasi, kesempatan, dan prospek kerja di berbagai bidang dalam dunia kerja.
- 3) Penalaran yang realistis akan hubungan pengetahuan dan pemahaman diri sendiri dengan pengetahuan dan pemahaman dunia kerja: yaitu kemampuan untuk membuat suatu penalaran realistis dalam merencanakan atau memilih bidang kerja dan/atau pendidikan lanjutan yang mempertimbangkan pengetahuan dan pemahaman diri yang dimiliki dengan pengetahuan dan pemahaman dunia kerja yang tersedia.

Menurut Zimmerman, Regulasi Diri adalah suatu proses dimana individu mengaktifkan pikiran, perasaan, dan tingkah laku yang telah direncanakan dan secara sistematis telah disesuaikan dengan kebutuhan untuk mempengaruhi belajar dan motivasi (Schunk, 1994; Zimmerman, 1989, 1990, 2000, Zimmerman & Kitsantas, 1996; dalam Boekaerts, 2000:631).

Regulasi Diri ini terbagi menjadi 3 fase, yaitu:

1. *Forethought* adalah suatu proses yang terjadi sebelum adanya usaha-usaha untuk bertindak dan berpengaruh terhadap usaha-usaha tersebut dengan melakukan persiapan pelaksanaan tindakan tersebut.
2. *Performance* atau *Volitional Control* adalah proses yang terjadi selama usaha itu berlangsung dan pengaruhnya terhadap persiapan pelaksanaan yang telah dibuat dan tindakan yang dilakukan.
3. *Self Reflection* adalah proses yang telah terjadi setelah adanya usaha-usaha yang dilakukan pada fase *performance* dan mempengaruhi reaksi individu terhadap pengalamannya tersebut.

Menurut Zimmerman dan Pons (Dalam Ghufroon, 2012), ada tiga faktor yang mempengaruhi regulasi diri. Berikut adalah faktor - faktornya:

1. Individu (diri)

Faktor individu ini meliputi hal-hal di bawah ini:

1. Pengetahuan individu, semakin banyak dan beragam pengetahuan yang dimiliki individu akan semakin membantu individu dalam melakukan pengelolaan diri.
  2. Tingkat kemampuan metakognisi yang dimiliki individu yang semakin tinggi akan membantu pelaksanaan pengelolaan diri dalam diri individu.
  3. Tujuan yang ingin dicapai, semakin banyak dan kompleks tujuan yang ingin di raih, semakin besar kemungkinan individu melakukan pengelolaan diri.
2. Perilaku  
Perilaku mengacu kepada upaya individu menggunakan kemampuan yang dimiliki. Semakin besar dan optimal upaya yang dikerahkan individu dalam mengatur dan mengorganisasi suatu aktivitas akan meningkatkan regulation pada diri individu.
  3. Lingkungan  
Teori sosial kognitif mencurahkan perhatian khusus pada pengaruh sosial dan pengalaman pada fungsi manusia. Hal ini bergantung pada bagaimana lingkungan itu mendukung atau tidak mendukung.

### C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

#### Hubungan Regulasi Diri (X) dengan Perencanaan Karir (Y)

Berikut adalah penelitian mengenai hubungan Regulasi diri dengan Perencanaan karir, yang diuji menggunakan teknik analisis korelasi Rank Spearman. Hasil pengujian dijelaskan pada tabel berikut.

**Tabel 1.** Hubungan Regulasi Diri (X) dengan Perencanaan Karir (Y)

Correlations			
		RegulasiDiri	PerencanaanKarir
Spearman's rho	RegulasiDiri	Correlation Coefficient	1,000
		Sig. (1-tailed)	,434**
		N	35
PerencanaanKarir		Correlation Coefficient	,434**
		Sig. (1-tailed)	,005
		N	35

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

Berdasarkan hasil uji korelasi *rank Spearman*, didapatkan koefisien korelasi sebesar 0,434. Hal ini menunjukkan bahwa keeratan hubungan antara kedua variabel penelitian ini moderat dan korelasinya bersifat positif. Artinya, semakin tinggi regulasi diri maka semakin matang perencanaan karir santriwati tahfidz di Pondok Pesantren Darussalam Kersamanah Garut.

Regulasi diri dalam penelitian ini meliputi *forethought*, *performance*, dan *self reflection*. Sedangkan perencanaan karir meliputi pengetahuan dan pemahaman diri sendiri, pengetahuan dan pemahaman dunia kerja, dan penalaran yang realistis akan hubungan pengetahuan dan pemahaman diri sendiri dengan pengetahuan dan pemahaman dunia kerja.

**Tabel 2.** Hasil Tabulasi Silang

**RegulasiDiri \* PerencanaanKarir Crosstabulation**

		PerencanaanKarir		Total	
		Matang	Tidak Matang		
RegulasiDiri	Rendah	Count	1	1	2
		% within RegulasiDiri	50,0%	50,0%	100,0%
		% within PerencanaanKarir	2,9%	100,0%	5,7%
		% of Total	2,9%	2,9%	5,7%
	Tinggi	Count	33	0	33
		% within RegulasiDiri	100,0%	0,0%	100,0%
		% within PerencanaanKarir	97,1%	0,0%	94,3%
Total	% of Total	94,3%	0,0%	94,3%	
	Count	34	1	35	
	% within RegulasiDiri	97,1%	2,9%	100,0%	
	% within PerencanaanKarir	100,0%	100,0%	100,0%	
	% of Total	97,1%	2,9%	100,0%	

Berdasarkan hasil tabulasi silang terlihat bahwa 33 santriwati tahfidz atau 94,3% menunjukkan regulasi diri tinggi dan perencanaan karir yang matang, 1 santriwati tahfidz atau 2,9% menunjukkan regulasi diri rendah dan perencanaan karir yang tidak matang, dan 1 santriwati tahfidz atau 2,9% menunjukkan regulasi diri rendah dan perencanaan karir yang tidak matang.

Adanya perencanaan karir akan membantu individu dalam melihat gambaran pekerjaan yang sesuai dengan potensi yang dimilikinya. Melalui perencanaan karir, individu dapat mengidentifikasi kemampuan dan minat yang dimiliki, mempertimbangkan peluang kerja, menyusun cara pencapaian tujuan karir yang diinginkan.

Dalam penelitian ini santriwati memiliki keinginan untuk melanjutkan studi dengan program beasiswa, maka santriwati memiliki dorongan untuk menjadi santriwati berprestasi agar dapat tercapai keinginannya, salah satu caranya yaitu dengan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler tahfidz. Dalam kesehariannya santriwati tahfidz dapat membagi waktu mengerjakan tugas sekolah, menghafal al-quran, serta mengikuti kegiatan pondok pesantren. Santriwati tahfidz yakin dengan dirinya untuk dapat mengontrol perilaku agar terealisasi harapan dan tujuannya. Ketika target yang diinginkannya tercapai santriwati tahfidz merasa puas dan akan mempertahankan ataupun meningkatkan perilakunya tersebut demi tujuan yang lebih baik lagi. Hal tersebut sesuai dengan teori Zimmerman (1989) bahwa individu yang memiliki karakteristik regulasi diri yang tinggi antara lain, memiliki *goal system* yang tersusun secara hirarki, dapat memotivasi dirinya sendiri, mampu melakukan manajemen waktu yang baik, dan terus meningkatkan usaha.

Dalam melakukan perencanaan karir santriwati tahfidz memiliki pengetahuan mengenai minat maupun bakat yang dimiliki untuk dapat dioptimalkan, pemahaman mengenai bidang atau jurusan yang dicita-citakan dengan cara mencari informasi dari berbagai sumber seperti ustadz/ustadzah, orang tua, teman, dan keluarga, serta penalaran yang realistis dalam memilih jurusan ataupun pekerjaan kelak yang sesuai dengan kemampuannya.

#### **D. Kesimpulan dan Saran**

##### **Kesimpulan**

Berdasarkan pembahasan dalam penelitian ini, peneliti menyimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara regulasi diri dengan perencanaan karir pada santriwati tahfidz di Pondok Pesantren Darussalam Kersamanah Garut dengan koefisien korelasi sebesar 0,434 yang termasuk kategori sedang. Hasil korelasi positif, hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan searah antara regulasi diri dengan perencanaan karir.

##### **Saran**

1. Hendaknya untuk penelitian selanjutnya setelah diketahui besarnya kontribusi regulasi diri dengan perencanaan karir dalam penelitian ini, bagi peneliti selanjutnya dapat meneliti variabel lain yang dapat mempengaruhi perencanaan karir seperti keyakinan diri (*self efficacy*), konsep diri (*self concept*), hubungan orangtua, motivasi, lingkungan sosial dan lain-lain.
2. Bagi santriwati tahfidz di Pondok Pesantren Darussalam Kersamanah Garut diharapkan dapat lebih meningkatkan regulasi diri agar dapat mencapai tujuan yang telah ditetapkan, karena regulasi diri dapat mempermudah santriwati tahfidz dalam mencapai tujuan. Cara yang dapat dilakukan oleh santriwati tahfidz yaitu

dengan membuat perencanaan jangka pendek ataupun jangka panjang dalam mencapai tujuan.

3. Bagi pengurus dan guru pondok pesantren diharapkan dapat berperan serta dalam meningkatkan regulasi diri pada santriwati tahfidz. Cara yang dapat ditempuh yaitu dengan memberikan target capaian yang harus ditempuh oleh setiap santriwati tahfidz. Pengurus dan guru pondok pesantren dapat memberikan panduan dan dukungan bagi santriwati tahfidz yang kemampuan regulasi dirinya sedang agar tetap fokus pada tujuan.

### **Daftar Pustaka**

- Boekaerts, Monique, Paul R. Pntrich, & Mosche Zeidner.(2000). *Handbook of Self Regulated*. San Diego: Academic Press
- Brown, D. (2002). *Career Choice and Development (fourth ed)*. United States of America : Jossey-Bass.
- Ghufroon, M. Nur., & Rini Risnawita S.(2012). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Setiawan, A. (2013). *Salah Jurusan*. Universitas Lampung : Dewan Penasihat LPM.
- Winkel, W. S., Hastuti, S. (2006). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan (Edisi Revisi, Cetakan Kelima)*. Jakarta : PT. Grasindo.