

## **Studi Deskriptif Mengenai *Self Regulation* pada Mahasiswa Penghafal Al-Qur'an 30 Juz (*Hafidz*) di Fakultas Dirosah Islamiyyah Unisba**

Descriptive Study of Self Regulation of Hafidz Students in Dirosah Islamiyyah Faculty of UNISBA

<sup>1</sup>Siti Fatimah Azzahrah, <sup>2</sup>Eni N Nugrahawati

<sup>1,2</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung,

Jl. Tamansari No.1 Bandung 40116

email: <sup>1</sup>ay.han69@yahoo.com      <sup>2</sup>enipsikologi@gmail.com

**Abstract.** Indonesia is a country where the majority of the citizens are Moslems. But data from National Statistical Institute and an estimate from CEO Cinta Qur'an predict that 58% of the Moslem citizen cannot read Al-Qur'an. From the few who can read, there are a small number of people who can recite the entirety Al-Qur'an (*hafidz*). After becoming *hafidz*, the next, bigger challenges is to continue reciting, maintain behavior, and always sincerity to learn Al-Qur'an continues (Abi Zakariya, 2003). Some of *hafidz* continue their education to college and eight of them enrolled in UNISBA. These *hafidz* student not only have to do their role as a collage student, but also as a *hafidz*. They also have other activities such as teaching tahsin lessons, becoming entrepreneur, and some of them playing an active role in organization. In playing their double role, the *hafidz* students feels that their activities disturb each other. Because so many activities that *hafidz* student do, they need skill to manage their activities effectively and efficiently. The names of skill is self regulation. The aim of this study is to describe the self regulation within the *hafidz* students in Dirosah Islamiyyah Faculty in UNISBA. This study uses a description method with saturated sampling technic of eight *hafidz* students in Dirosah Islamiyyah Faculty of UNISBA. The tool that is used to measure is a self regulation psychological scale that is adapted from Zimmerman's theory of self regulation. The results show that based on statistical tabulation, 62,5% of eight *hafidz* students have low self regulation.

**Keywords :** self regulation, *hafidz*

**Abstrak.** Indonesia merupakan negara yang mayoritas penduduknya beragama Islam. Namun berdasarkan data Badan Statistik Nasional dan perkiraan CEO Cinta Qur'an bahwa sebanyak 58% tidak bisa membaca Al-Qur'an. Dari sedikitnya yang bisa membaca Al-Qur'an, terdapat sebagian kecil yang dapat menghafal semua isi Al-Qur'an (*hafidz*). Setelah menjadi *hafidz* tantangan yang lebih besar selanjutnya adalah menjaga hafalan, menjaga perilaku, dan senantiasa ikhlas mempelajari ilmu Al-Qur'an (Abi Zakariya, 2003). Sebagian *hafidz* melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi dan delapan orang diantaranya menjadi mahasiswa UNISBA. Para mahasiswa *hafidz* ini tidak hanya menjalankan perannya sebagai mahasiswa melainkan sebagai *hafidz*. Kegiatan mereka juga mengajar sebagai guru *tahfidz* dan sebagian ada berjualan. Selain itu diantara mereka ada yang masih mengikuti organisasi. Dalam menjalankan kedua perannya tersebut mahasiswa *hafidz* merasa sering terganggu satu sama lain. Dengan banyaknya kegiatan yang harus dilakukan oleh mahasiswa *hafidz* mereka perlu memiliki kemampuan untuk mengatur kegiatan-kegiatan tersebut secara efektif dan efisien. Kemampuan dalam mengatur tindakan-tindakannya ini disebut dengan *self regulation*. Tujuan penelitian ini untuk melihat gambaran *self regulation* pada mahasiswa *hafidz* di Fakultas Dirosah Islamiyyah UNISBA. Metoda yang digunakan adalah deskripsi dengan menggunakan teknik sampel jenuh sebanyak delapan orang. Alat ukur yang digunakan berupa skala psikologi *self regulation* yang diadaptasi dari teori Zimmerman. Berdasarkan hasil perhitungan statistik, diperoleh 62,5% mahasiswa *hafidz* termasuk kategori *self regulation* rendah.

**Keywords:** self regulation, *hafidz*

## A. Pendahuluan

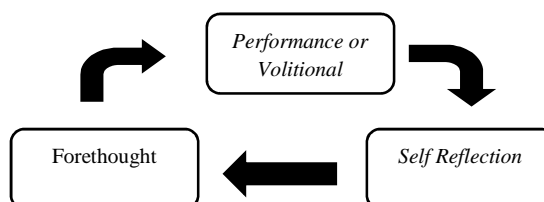
Indonesia merupakan sebuah negara dengan jumlah penduduk terbesar keempat di dunia menurut survey CIA *Government* pada tahun 2004 dan hasilnya masih sama sampai tahun 2015 dengan jumlah penduduk sebesar 225 juta jiwa. Dari angka tersebut tercatat 87,18 persennya atau sekitar 216 juta jiwa beragama Islam (bps.go.id, 2016). Angka tersebut juga mengartikan bahwa Indonesia merupakan negara dengan penduduk beragama Islam terbanyak di dunia (akarnews.com, 2016). Dari sekian banyak penduduk Indonesia yang tidak bisa membaca Al-Qur'an terdapat sebagian kecil yang hafal Al-Qur'an atau dikenal dengan sebutan *hafidz*.

Di UNISBA terdapat delapan orang mahasiswa penghafal Al-Qur'an 30 juz (*hafidz*). Mereka memiliki dua kewajiban sekaligus yaitu mencapai prestasi akademik yang maksimal dan menjaga hafalan Al-Qur'annya. Mereka juga memiliki kegiatan selain kuliah dan *murajaah*, yaitu mengajar tahsin dan sebagian aktif berorganisasi. Dalam melaksanakan kegiatan-kegiatan tersebut, mereka mengalami kendala antara mengatur waktu *murajaah*, mengulang pelajaran kuliah, berorganisasi, dan bekerja. Tidak jarang mereka harus memilih salah satu diantara dua kegiatan penting yang terjadi bersamaan. Misalnya saat mereka memotog waktu mengulang hafalan Al-Qur'an dengan mengerjakan tugas kelompok. Terkadang mereka juga tidak bisa menghadiri acara organisasi karena bersamaan dengan jadwal mengajar tahsin mereka. Akibatnya saat ini mereka mengalami penurunan prestasi akademik dan terkadang lupa sebagian hafalan surat Al-Qur'an mereka.

Kemampuan dalam mengatur tindakannya ini disebut dengan *self regulation*. *Self regulation* merupakan suatu kemampuan seseorang untuk mengatur semua kegiatannya yang direncanakan dan secara berulang disesuaikan untuk mencapai tujuan personal (Boekaerts, 2000). *Self regulation* diartikan juga sebagai suatu proses individu mengaktifkan keseluruhan pikiran, perasaan, dan tindakan dalam diri seseorang yang direncanakan dan diterapkan secara sistematis sebagai kebutuhan yang mempengaruhi pembelajaran dan motivasi seseorang (Schunk, 1994; 1990, 2000, Zimmerman & Kitsantas, 1996; dalam Boekaerts, 2000: 631).

## B. Landasan Teori

Menurut Zimmerman & Kitsantas (1996 dalam Boekaerts, 2000: 631) *self regulation* diartikan juga sebagai suatu proses individu mengaktifkan keseluruhan pikiran, perasaan, dan tindakan dalam diri seseorang yang direncanakan dan diterapkan secara sistematis sebagai kebutuhan yang mempengaruhi pembelajaran dan motivasi seseorang. *Self regulation* melibatkan tiga proses timbal balik secara proaktif maupun reaktif melakukan penyesuaian mencapai tujuan personal. Ketiga proses tersebut jika digambarkan sebagai berikut :



1. Fase *forethought* : proses yang terjadi sebelum adanya usaha untuk bertindak dan berpengaruh terhadap usaha dalam melaksanakan tindakan. Dalam fase ini terjadi dua sub-fase yaitu *task analysis* yang berisi penentuan hasil/target (*goal setting*) dan menetapkan metode/cara pencapaian tujuan (*strategic planning*) dan

- self motivation yang berarti keyakinan untuk memotivasi diri sendiri
2. Fase performance : proses yang terjadi selama usaha tersebut berlangsung dan berpengaruh terhadap persiapan dan tindakan yang dilakukan. Dalam fase ini terdapat dua sub-fase; self control (kemampuan untuk mengendalikan) dan self observation (kemampuan seseorang dalam melakukan pengawasan terhadap tingkah lakunya).
  3. Fase self reflection : proses yang terjadi setelah adanya usaha yang telah dilakukan. Dalam fase ini terdapat dua sub-fase; self judgement (penilaian terhadap usaha/tindakan yang sudah dilakukan) dan self reaction (tanggapan/reaksi terhadap apa yang telah dilakukan)

### C. Hasil Penelitian dan Pembahasan



Sebanyak 37,5% mahasiswa memiliki *self regulation* tinggi dan sisanya sebesar 62,5% mahasiswa *hafidz* memiliki *self regulation* rendah. Tiga mahasiswa *hafidz* yang memiliki kemampuan *self regulation* tinggi menunjukkan fase *forethought* yang tinggi, mereka dapat menentukan target *murajaah* dan belajar mandiri. Mereka juga paham akan maksud dari tujuan yang ditetapkan (*goal setting*). Kemudian mereka menyusun kegiatan sehari-harinya antara kegiatan perkuliahan, mengulang hafalan, organisasi, dan bekerja (*strategic planning*). Dua dari tiga mahasiswa *hafidz* mampu memotivasi dirinya untuk mencapai target yang ditetapkan, sehingga kedua subjek ini dapat mencapai target *murajaah* dan IPK yang memuaskan. Tetapi pada salah seorang subjek, ia kurang mampu memotivasi dirinya untuk mencapai target *murajaah* dan IPK.

Misalnya ketika malas ia tidak *murajaah* dan mengulang pelajaran. Pada fase *performance* ketiga subjek mampu mengarahkan dan mengawasi perilakunya untuk mengulang hafalan Al-Qur'an dan pelajaran perkuliahan sesuai dengan jadwal yang telah disusun. Pada fase *self reflection*, dua dari tiga subjek mampu melakukan evaluasi terhadap jadwal yang telah mereka susun dan merasa puas dengan hasil yang telah mereka dapatkan.

Pada mahasiswa *hafidz* yang memiliki kemampuan *self regulation* rendah, mereka mendapatkan nilai yang rendah pada salah satu fase. Pada dua subjek yang mendapatkan kategori rendah pada ketiga fase *self regulation*, mereka kesulitan menentukan tujuan dan menyusun rencana untuk dapat menjaga hafalan Al-Qur'an dan mempertahankan prestasi akademik. Mereka kurang dapat memotivasi dirinya untuk melakukan rencana yang telah mereka susun.

Pada fase *performance* salah seorang subjek kurang mampu mengarahkan dan mengawasi perilakunya agar terarah pada tujuan. Sedangkan salah seorang subjek lain dapat melakukan usaha maksimal untuk menjaga hafalan Al-Qur'an dan target IPK.

Namun pada fase *self reflection* keduanya kurang dapat mengevaluasi usaha yang telah dilakukan dan merasa kecewa dengan kualitas hafalan Al-Qur'an dan pencapaian IPK.

Sebanyak dua orang subjek termasuk dalam kategori rendah pada dua dari tiga fase *self regulation*. Mereka dapat menentukan target *murajaah* dan mengulang pelajaran kuliah beserta menyusun jadwalnya, namun kurang dapat memotivasi dirinya sendiri. Pada fase *performance*, salah seorang subjek dapat mengatur dan mengawasi perilakunya agar mencapai target *murajaah* dan mengulang pelajaran kuliah meskipun dengan kegiatan yang padat. Ia kurang dapat mengevaluasi hasil yang telah didapatkan secara maksimal karena ia mudah merasa puas dengan hasil yang telah didapatkan. Sedangkan subjek lain kurang dapat memanfaatkan jeda waktu kosong secara maksimal sehingga target yang ditetapkan kurang dapat dipenuhi.

Sisanya seorang subjek mendapatkan kategori rendah pada salah satu fase. subjek dapat menentukan tujuannya secara spesifik. Namun ia kurang memiliki motivasi diri untuk mendapatkan prestasi akademik dan kualitas hafalan Al-Qur'an yang maksimal. Hal ini dikarenakan subjek tidak yakin dengan kemampuan dirinya untuk mengatur strategi dan rencana dalam membagi waktu mengulang hafalan Al-Qur'an dan pelajaran kuliah ditengah kegiatan-kegiatan lain seperti organisasi dan bekerja, sehingga tujuan yang dibuat subjek tidak maksimal. Meskipun *self motivation beliefs* rendah subjek tetap dapat melakukan *performance* yang baik. Hal ini dikarenakan subjek memiliki *self control* yang tinggi. Subjek dapat mengarahkan perilakunya pada tujuan yang ingin dicapai. Namun subjek memiliki *self observation* yang rendah, dikarenakan subjek kurang dapat menghindari hal-hal yang dapat mengganggu pencapaian tujuan. Hal ini berpengaruh terhadap *self judgement* yang ditunjukkan dalam mengevaluasi hasil yang telah didapatkan. Subjek kurang dapat mengidentifikasi kekurangan dari strategi yang digunakan. Akan tetapi meskipun hasil yang didapatkan kurang maksimal, subjek tetap merasa puas dengan hasil yang didapatkan (*self reaction* tinggi)

#### **D. Kesimpulan**

Berdasarkan pembahasan dalam penelitian ini, peneliti menyimpulkan beberapa hasil penelitian sebagai berikut:

1. Sebanyak 62,5% mahasiswa *hafidz* memiliki kemampuan *self regulation* rendah dan 37,5% mahasiswa *hafidz* memiliki *self regulation* tinggi.
2. Sub-fase yang mendapat nilai paling tinggi pada *self regulation* mahasiswa *hafidz* adalah *task analysis* dan *self control*.
3. Sub-fase yang mendapatkan nilai paling rendah pada *self regulation* mahasiswa *hafidz* adalah *self motivation beliefs* dan *self judgement*.

#### **E. Saran**

1. Bagi mahasiswa *hafidz* yang memiliki *self motivation beliefs* disarankan untuk meningkatkan *self efficacy* dengan memilih aktivitas belajarnya yang berkaitan dengan keyakinan terhadap kemampuan untuk melakukan tugas. Misalnya dengan memberikan target nilai pada matakuliah yang sedang diambil beserta menyiapkan cara untuk mendapatkannya.
2. Bagi mereka yang mendapatkan *self judgement* rendah disarankan untuk melakukan *self observation*. Misalnya mahasiswa *hafidz* dapat membuat catatan target *murajaah* serta pencapaiannya setiap hari sehingga dapat diketahui peningkatan atau penurunan berdasarkan catatan tersebut. Kedepannya mahasiswa dapat mengevaluasi penyebab dari penurunan atau tidak tercapainya target yang ditetapkan.

## Daftar Pustaka

- Azwar, Saifuddin. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi : Edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Arikunto, Suharsimi. (1995). *Manajemen Penelitian*. Jakarta : PT Rineka Cipta
- Boekaerts, Manique, Paul R Pintrich, & Moshe Z. (2000). *Handbook of Self regulation*. San Diego: Academic Press
- Noor, Hasanuddin. (2009). *Psikometri, Aplikasi dalam penyusunan Instrumen Pengukuran Perilaku*. UNISBA : Bandung
- Noor, Juniansyah. (2011). *Metodologi Penelitian*. Jakarta : Prenada Media Group
- Saifuddin, Azwar. (2003). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Santrock, John W. (2004). *Psikologi Pendidikan Edisi Kedua*. University of Texas at Dallas : Kencana
- Sudjana. (1996). *Metoda Statistika Edisi 6*. Bandung : Tarsito
- Sugyono. (2012). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Stephanie Raihana. (2008). *Studi mengenai Kecerdasan Emotional Pada Mahasiswa Penghafal 30 Juz Al-Qur'an (Hafidz Qur'an) di Fakultas Dirosah Islamiyyah Universitas Islam Bandung*. Tidak diterbitkan.
- Zakariya, Abi Yahya Ibnu Ayarafuddin al Nawawi. (2003). *Menjaga Kemulyaan Al-Qur'an*. Bandung: Media Cendikia
- Zimmerman, Berry J & Dale H. Schunk. (1989). *Self Regulated Learning and Academic Achievement*. New York : Springer Verlag