

**PEMBELAJARAN REGULASI DIRI PADA SANTRI DI PONDOK
PESANTREN MODERN**

Naskah Publikasi

*Diajukan kepada Fakultas Psikologi
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana (S-1) Psikologi*



Diajukan Oleh :

AINUN ZARIAH
F 100 090 039

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2013**

**PEMBELAJARAN REGULASI DIRI PADA SANTRI DI PONDOK
PESANTREN MODERN**

Naskah Publikasi

*Diajukan kepada Fakultas Psikologi
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana (S-1) Psikologi*

Diajukan Oleh :

AINUN ZARIAH
F 100 090 039

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2013**

**PEMBELAJARAN REGULASI DIRI PADA SANTRI DI PONDOK
PESANTREN MODERN**

Yang diajukan oleh :

AINUN ZARIAH
F. 100 090 039

Telah disetujui untuk dipertahankan
di depan Dewan Penguji

Telah disetujui oleh :
Pembimbing



Dr. Moordiningsih, M.Si

Tanggal 23 Oktober 2013

**PEMBELAJARAN REGULASI DIRI PADA SANTRI DI PONDOK
PESANTREN MODERN**

Yang Diajukan Oleh :

AINUN ZARIAH
F. 100 090 039

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada Tanggal 23 Oktober 2013
Dan dinyatakan telah memenuhi syarat

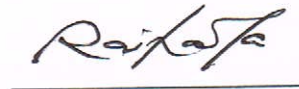
Penguji Utama

Dr. Moordiningsih, M.Si



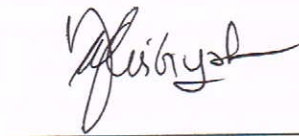
Penguji Pendamping I

Permata Ashfi R., S. Psi, MA



Penguji Pendamping II

Dra. Yayah Khisbiyah, MA



Surakarta, 23 Oktober 2013
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Fakultas Psikologi
Dekan



Susatyo Yuwono, S.Psi, M.Si

ABSTRAKSI

PEMBELAJARAN REGULASI DIRI PADA SANTRI DI PONDOK PESANTREN MODERN

Ainun Zariah

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

Pembelajaran regulasi diri adalah proses kegiatan belajar yang diatur, dikelola dan dikontrol oleh diri sendiri untuk mencapai tujuan belajar. Dalam hal ini yang hendak diteliti adalah pembelajaran regulasi diri pada santri, yang dimaksud dengan santri adalah siswa atau pelajar yang belajar dan tinggal di pondok pesantren. Santri diharapkan memiliki suatu kemampuan dan aktivitas untuk mengarahkan atau mengontrol proses tersebut. Kemampuan tersebut sering disebut dengan regulasi diri (*self regulation*).

Penelitian ini bertujuan untuk memahami dan mendeskripsikan pembelajaran regulasi diri pada santri di Pondok Pesantren Modern. Informan utama dalam penelitian ini adalah remaja berusia 13-15 tahun, santri yang sedang menempuh pendidikan dan tinggal di Pondok Pesantren Modern minimal selama enam bulan. Metode pengambilan data yang dipakai dalam penelitian ini adalah menggunakan kuesioner terbuka dan wawancara.

Hasil menunjukkan bahwa cara santri menyesuaikan diri dengan lingkungan pondok pesantren cenderung menyesuaikan terhadap kesulitan yang dihadapi dan mengubahnya menjadi tantangan. Dalam mengatasi masalah belajar santri mengoptimalkan kemampuan dan menggunakan strategi untuk membantu belajarnya. Kemudian masing-masing santri memiliki strategi belajar yang berbeda-beda untuk membantu belajarnya. Selain itu, untuk mengatasi pengaruh teman dan lingkungan, santri cenderung menjaga dan mengontrol diri dalam berteman. Ketika melakukan kesalahan, santri cenderung mengevaluasi diri dan memperbaiki diri atas kesalahan yang telah diperbuat. Santri juga mendapat keuntungan ketika mampu meregulasi diri dengan baik yakni merasa senang, tenang dan nyaman serta dapat menyelesaikan pekerjaan tepat waktu, menjadi disiplin, memiliki waktu luang yang bermanfaat. Sedangkan kerugian yang didapatkan santri ketika kurang mampu meregulasi diri dengan baik ialah merasa menyesal dan kecewa, selain itu santri memiliki pekerjaan yang tertunda, waktu luang yang sia-sia dan prestasi santri menjadi turun

Kata kunci : pembelajaran regulasi diri, santri, pondok pesantren modern

Pendahuluan

Pesantren merupakan salah satu bentuk lembaga pendidikan di Indonesia yang terus berkembang menyesuaikan dengan kebutuhan jaman. Salah satu keunikan dari pendidikan pesantren adalah siswa atau yang lebih populer disebut santri, belajar dan tinggal dalam asrama atau pondok yang disediakan oleh pesantren. Santri yang belajar di pesantren rata-rata berada pada rentang usia remaja dengan macam-macam karakteristik.

Kehidupan santri di pondok pesantren modern berbeda dengan kehidupan santri di pondok pesantren tradisional. Di pondok pesantren modern, santri dituntut untuk dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap kegiatan-kegiatan dan peraturan yang berlaku. Situasi yang sering dihadapi santri seperti kurangnya perhatian dari orangtua, padatnya kegiatan yang harus dijalani oleh setiap santri, ketatnya peraturan yang harus dipatuhi oleh santri dan kehidupan pondok pesantren yang memisahkan antara putra dan putri. Terorganisirnya jadwal yang harus

diterima oleh santri, terkadang membuat kondisi yang berbeda dan dampak terhadap pola kehidupannya. Apabila santri sebelum di pesantren adalah peserta didik di sekolah umum hanya melakukan kegiatan belajar selama kurang lebih tujuh jam dalam sehari. Ketika menjadi santri di pondok pesantren mempunyai kegiatan yang harus dilakukan mulai dari bangun tidur di waktu subuh hingga tidur kembali. Santri diwajibkan untuk melakukan kegiatan belajar dan keagamaan baik yang bersifat wajib seperti sekolah, sholat berjama'ah ataupun kegiatan yang bersifat sunnah seperti ekstrakurikuler.

Untuk itu, santri diharapkan memiliki suatu kemampuan dan aktivitas untuk mengarahkan atau mengontrol proses tersebut. Kemampuan tersebut sering disebut dengan regulasi diri (*self regulation*). Hal yang perlu digarisbawahi dari pembelajaran regulasi diri adalah pentingnya otonomi dan tanggung jawab pribadi dalam kegiatan belajar. Istilah regulasi atau pengaturan diri dalam belajar oleh Pintrich & De Groot (dalam Mastuti, 2009) sering disebut *self regulation learning*, yaitu

suatu kegiatan belajar yang diatur oleh diri sendiri, dimana individu mengaktifkan pikiran, motivasi dan tingkah lakunya untuk mencapai tujuan belajarnya.

Fenomena-fenomena di atas mendorong peneliti untuk merumuskan masalah yaitu bagaimana pembelajaran regulasi diri pada santri di Pondok Pesantren Modern?. Penelitian ini penting dilakukan untuk memahami dan mendeskripsikan pembelajaran regulasi diri pada santri. Dengan rumusan masalah tersebut penelitian ini memfokuskan tentang: Pembelajaran Regulasi Diri pada Santri di Pondok Pesantren Modern.

Menurut Zimmerman (1990) dalam teori sosial kognitif terdapat tiga hal yang mempengaruhi seseorang sehingga melakukan pembelajaran regulasi diri, yakni individu, perilaku dan lingkungan. Faktor individu meliputi pengetahuan, tujuan yang ingin dicapai, kemampuan metakognisi serta efikasi diri. Faktor perilaku meliputi *behavior self-reaction*, *personal self reaction* serta *environment self reaction*. Sedangkan faktor lingkungan dapat berupa lingkungan fisik maupun lingkungan.

Woolfolk (dalam Latipah, 2010) menyebutkan bahwa pengetahuan, motivasi, disiplin diri dan *volition* (kemauan diri) merupakan faktor yang mempengaruhi pembelajaran regulasi diri. Kemudian Zimmerman (1989) berpendapat bahwa menurut teori sosial kognitif terdapat 3 faktor yang mempengaruhi seseorang sehingga melakukan pembelajaran regulasi diri :

- a. Individu, yang termasuk dalam faktor individu antara lain
 - 1) Pengetahuan individu
 - 2) Tingkat kemampuan metakognisi individu
 - 3) Tujuan yang ingin dicapai
 - 4) Keyakinan efikasi diri
- b. Perilaku, fungsi perilaku adalah membantu individu menggunakan segala kemampuan yang dimiliki lebih besar dan optimal upaya yang dilakukan individu dalam mengatur proses belajar. Faktor-faktor dalam perilaku meliputi, *behavior self reaction*, *Personal self reaction*, *Environmental self reaction* yakni.
- c. Lingkungan, dapat mendukung atau menghambat siswa dalam melakukan aktivitas belajar. Pengaruh lingkungan ini berupa

social and enactive experience, dukungan sosial seperti dari guru, teman, maupun berbagai bentuk informasi *literature* dan simbolik lainnya, serta struktur konteks belajar, seperti karakteristik tugas dan situasi akademik.

Dari beberapa pendapat mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi pembelajaran regulasi diri yang telah diutarakan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi pembelajaran regulasi diri yaitu individu, perilaku dan lingkungan. Faktor individu ini meliputi pengetahuan, tujuan yang ingin dicapai, disiplin diri, kemampuan metakognisi serta efikasi diri. Sedangkan faktor perilaku yang berpengaruh terhadap *self regulation learning* yakni *behavior self-reaction*, *personal self reaction* serta *environment self reaction*. Faktor lingkungan ini baik lingkungan fisik, sosial, rumah maupun sekolah.

Menurut Pintrich (dalam Papantoniou et al, 2012) pembelajaran regulasi diri terbagi menjadi tiga kategori, yaitu strategi belajar secara kognitif, kontrol metakognisi atau strategi mengatur diri, dan strategi

mengelola sumber daya baik dari dalam maupun dari lingkungan seperti manajemen waktu, tenaga, memanfaatkan lingkungan sekitar dan lainnya.

Zimmerman & Martinez-Pons (1988) menyebutkan aspek-aspek pembelajaran regulasi diri, yaitu :

- a. Strategi pengorganisasian dan transformasi informasi
- b. Strategi mengingat informasi
- c. Menentukan tujuan belajar dan perencanaan belajar
- d. Evaluasi diri
- e. Konsekuensi
- f. Pencatatan
- g. Mencari informasi yang diterima
- h. Mempelajari materi dan mempersiapkan diri sebelum menerima materi baru maupun sebelum menghadapi ujian.

Dari uraian yang telah dipaparkan di atas maka dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek pembelajaran regulasi diri yaitu sebagai berikut : (a) kemampuan metakognisi, (b) keterampilan meregulasi diri, (c) Konsep belajar, (d) orientasi belajar dan (e) usaha individu mengatur diri sendiri dan menyesuaikan diri dengan lingkungan.

Proses pembelajaran regulasi diri menurut Arabzadeh, Kadivar & Dlavar (2012) terdiri dari beberapa pelaksanaan strategi utama, termasuk (1) strategi metakognitif seperti perencanaan, penetapan sasaran, pemantauan dan evaluasi diri, (2) strategi motivasi, seperti *self efficacy*, atribusi dan *self satisfaction*, (3) strategi kognitif untuk belajar dan memahami bahan-bahan seperti latihan, elaborasi dan organisasi, dan (4) strategi mengatur kemampuan diri sendiri, seperti manajemen waktu dan memanfaatkan bantuan orang lain untuk mendukung proses belajar.

Penelitian yang dilakukan Rochester Institute of Technology (Haryu dalam Shidiq & Mujidin, 2006) menemukan beberapa karakteristik dalam pembelajaran regulasi diri:

- a. Memiliki kemandirian dalam melaksanakan tugas yang diberikan kepada mereka dan membuat perencanaan untuk mengatur penggunaan waktu serta sumber yang dimiliki
- b. Mempunyai *Need For Challenge* yaitu mempunyai kecenderungan untuk menyesuaikan diri terhadap

kesulitan yang dihadapi pada saat pengerjaan tugas dan mengubah menjadi sebuah tantangan pada suatu hal yang menarik dan menyenangkan

- c. Tahu bagaimana atau menggunakan sumber-sumber yang ada
- d. Memiliki kegigihan dalam belajar dan mempunyai strategi tertentu yang membantu dalam belajar
- e. Mempunyai kecenderungan untuk membuat sesuatu pengertian atau makna dari apa yang dibaca, ditulis, maupun didiskusikan
- f. Menggunakan strategi dan upaya yang gigih dalam belajar.

Dari uraian ciri-ciri yang telah dikemukakan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa regulasi diri memiliki ciri-ciri :

- a. individu memiliki motivasi dalam belajar dan mempunyai strategi tertentu yang membantu dalam belajar
- b. Memiliki kemandirian, perencanaan, strategi dan memanfaatkan penggunaan waktu serta sumber yang dimiliki
- c. mampu memonitor kemajuannya, menyesuaikan atau memperbaiki strategi berdasarkan kemajuan yang

mereka buat, dan mengevaluasi halangan yang mungkin muncul dan melakukan adaptasi yang diperlukan.

Metode Penelitian

Informan dalam penelitian ini ditetapkan remaja dengan rentang usia 13-15 tahun, santri pondok pesantren modern yang sudah tinggal selama minimal enam bulan. Sampel penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini berjumlah 80 orang santri. Sampel penelitian tersebut sebelumnya akan diskriminasi dengan menggunakan angket tertutup yang digunakan untuk menentukan karakteristik informan, sehingga mendapatkan 40 orang santri yang mampu mengatur diri dan 40 orang santri yang kurang mampu mengatur diri. Subjek penelitian yang digunakan peneliti adalah santri di Pondok Pesantren Modern.

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah kualitatif yang diungkap dengan metode kuisisioner terbuka dan wawancara. Kuisisioner terbuka dibuat berdasarkan tujuan dan pertanyaan penelitian yang dibagikan kepada informan utama. Sedangkan wawancara pada penelitian

kali ini dilakukan untuk menggali jawaban-jawaban dari kuisisioner terbuka informan yang dirasa unik atau berbeda dari yang lain.

Hasil dan Pembahasan

1. Regulasi diri santri di pondok pesantren

Berdasarkan hasil penelitian menggunakan kuisisioner, latar belakang santri yang mampu mengatur diri masuk ke pondok pesantren karena keinginan dari diri sendiri dan dorongan orang tua dengan besar persentase 27,5%, sedangkan santri yang kurang mampu mengatur diri lebih cenderung karena ingin belajar lebih disiplin dengan persentase sebesar 30%. Kemudian, masuknya santri yang mampu mengatur diri ke pondok pesantren cenderung karena keinginan sendiri dan orang tua dengan persentase 20,51% dan pada santri yang kurang mampu mengatur diri lebih karena dorongan dari orang lain baik itu orang tua maupun keluarga.

Latar belakang santri masuk ke pesantren mempengaruhi pembelajaran regulasi diri santri. Hal ini sesuai dengan yang

disebutkan Woolfolk (dalam Latipah, 2010), motivasi dan *volition* (kemauan diri) merupakan salah faktor yang mempengaruhi seseorang meregulasi diri. Selain itu, dorongan orang lain menurut Zimmerman (1990) merupakan faktor lingkungan. Hal ini sesuai dengan hasil di atas, santri yang mampu mengatur diri sudah memiliki motivasi dan kemauan sendiri sehingga orang tua mendukung santri. Sedangkan santri yang kurang mengatur diri harus didorong oleh orang lain untuk menunculkan motivasi dan kemauan diri sendiri untuk masuk pondok pesantren.

Kemudian melihat pola didik orang tua santri sebelum mengetahui penyesuaian diri santri di pondok pesantren modern. Pola didik orang tua santri yang mampu mengatur diri lebih memberikan pendidikan yang sesuai dengan kebutuhan anak dengan persentase sebesar 47,5%. Sementara santri yang kurang mampu mengatur diri, orang tua santri cenderung memberikan kebebasan kepada anak meskipun orang tua

mengawasi dengan persentase sebesar 30%. Pola didik orang tua menurut Zimmerman (1990) merupakan faktor lingkungan yang dapat mempengaruhi regulasi diri seseorang. Hal ini dikarenakan, keluarga merupakan lingkungan terkecil anak untuk belajar dan orang tua memiliki peran yang penting dalam membentuk karakter anak.

Pembahasan selanjutnya adalah bagaimana santri menyesuaikan diri dengan lingkungan pondok pesantren. Santri yang mampu mengatur diri berpendapat jadwal yang diterapkan pesantren sudah baik dan bagus dengan persentase 17,5%. Untuk santri yang kurang mampu mengatur diri merasa jadwal yang diterapkan tidak terlalu padat dengan besar persentase 12,5%. Kemudian melihat pada pendapat santri tentang peraturan pondok pesantren. Santri yang mampu mengatur diri merasa bahwa peraturan yang diterapkan sudah baik, meskipun ada sedikit kekurangan dengan persentase sebesar 55%. Sedangkan santri

yang kurang mampu mengatur diri merasa jadwal dan peraturan pondok pesantren paddat dan ketat dengan besar persentase 40,54%.

Jadwal dan peraturan pondok pesantren menurut Zimmerman (1989) merupakan faktor lingkungan yang dapat menghambat atau mendukung santri dalam melakukan aktivitas belajar. Faktor lain yang juga dapat mempengaruhi adalah perilaku. Zimmerman (1989) mengungkapkan fungsi dari perilaku adalah membantu individu untuk menggunakan kemampuan dan upayanya dengan optimal dalam mengatur proses belajarnya. Santri yang berusaha merubah dan menyesuaikan langkah belajar sesuai kebutuhan lingkungannya akan lebih mudah mengatur dirinya, hal ini dapat terlihat pada santri yang mampu mengatur diri. Pada santri yang kurang mampu mengatur diri berlaku hal sebaliknya.

Kemudian masalah-masalah yang dihadapi santri di pondok pesantren. Masalah belajar

yang dihadapi santri yang mampu mengatur diri ialah kurang dapat menerapkan kedisiplinan dengan persentase sebesar 15%, ini menunjukkan kebutuhan untuk disiplin tinggi. Sedangkan pada santri yang kurang mampu mengatur diri, santri tidak memiliki hiburan untuk *refreshing* dengan besar persentase 2,56% yang menandakan kebutuhan untuk bersenang-senang (*having fun*) tinggi. Selain itu, menurut santri yang mampu mengatur diri, program di pondok pesantren yang dapat mempengaruhi aktivitas santri sehari-hari adalah jadwal yang tidak pasti yang kemudian membuat pekerjaan lainnya terbengkalai dengan persentase sebesar 31,25%. Sedangkan menurut santri yang kurang mampu mengatur diri program yang mengganggu aktivitasnya adalah kurangnya jadwal istirahat yang menjadikan santri cepat lelah dengan persentase sebesar 39,29%.

Masalah belajar santri yang mampu mengatur diri kurang dapat mendisiplinkan diri merupakan suatu kegagalan santri

dalam meregulasi diri. Seperti yang dijelaskan Zimmerman & Martinez-Pon (1988) ada beberapa aspek pembelajaran regulasi diri seperti pengorganisasian dan transformasi data, menentukan tujuan belajar dan perencanaan belajar. Santri yang kurang dapat mendisiplinkan diri dapat disebabkan santri tidak menetapkan tujuan belajar sehingga kesulitan menentukan strategi apa yang mudah bagi santri untuk menghadapi kendala-kendala yang ada.

Kemudian masuk kepada regulasi diri santri. Regulasi diri yang pertama adalah cara santri baik yang mampu mengatur diri menyesuaikan diri dengan menjalani kegiatan-kegiatan yang ada dengan sabar, senang dan ikhlas dengan persentase 37,5%. Sementara pada santri yang kurang mampu mengatur diri mendisiplinkan diri sendiri agar dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan pesantren dengan besar persentase 17,5%. Dari hasil wawancara pun menunjukkan bahwa santri menyesuaikan diri dengan melakukan banyak hal yang

membuat terbiasa di pondok pesantren, menaati peraturan yang berlaku di pondok pesantren dan mengikuti atau menjalani jadwal dan peraturan yang sudah ada dengan mandiri. Menurut hasil penelitian yang dilakukan Rochester Institute of Technology (Haryu dalam Shidiq & Mujidin, 2006) langkah penyesuaian santri yang mampu dan kurang mampu mengatur menunjukkan bahwa santri memiliki kecenderungan untuk menyesuaikan diri terhadap kesulitan yang dihadapi pada saat pengerjaan tugas dan mengubahnya menjadi tantangan yang menarik. Sedangkan santri yang mampu mengatur diri cenderung telah memiliki kemampuan yang memudahkan santri menyesuaikan diri sehingga santri cenderung menjalaninya dengan sabar, senang dan ikhlas.

Regulasi diri santri selanjutnya mengenai cara santri mengatasi masalah belajarnya. Santri yang mampu mengatur diri mengatasinya mengatasi masalah belajarnya dengan mencari tempat dengan situasi dan kondisi yang

nyaman untuk belajar dengan besar persentase 30%, sedangkan santri yang kurang mampu mengatur diri dengan belajar sungguh-sungguh dengan persentase sebesar 35%. Santri yang mampu mengatur diri

Cara santri yang kurang mampu mengatur diri tersebut sesuai dengan ciri-ciri pembelajaran diri dari hasil penelitian yang dilakukan Rochester Institute of Technology (Haryu dalam Shidiq & Mujidin, 2006) menyatakan kemampuan yang dimiliki santri bukanlah satu-satunya faktor yang mendukung kesuksesan dalam meraih prestasi belajar melainkan juga dibutuhkan strategi dan upaya yang gigih dalam belajar. Kegigihan dalam belajar dan strategi tertentu yang membantu dalam belajar ini dimiliki oleh santri yang kurang mampu mengatur diri. Strategi belajar santri tampak dari hasil wawancara yaitu santri akan bertanya kepada teman atau orang lain yang dapat membantu menyelesaikan tugas tersebut, membaca buku, meminta orang lain untuk membantu belajar seperti meminta teman menyimak

ketika hafalan dan mempelajari materi pelajaran atau hafalan sedikit demi sedikit, rajin belajar serta konsentrasi pada saat belajar.

Selain itu, strategi dalam belajar dan mengatur waktu santri yang mampu mengatur diri yaitu dengan menyusun jadwal kegiatan dengan menentukan prioritas besar persentasinya 68,42%, sementara santri yang kurang mampu mengatur diri dengan tidak mensiasikan waktu untuk bermalasan dengan persentase 27,27%. Hal senada juga ada dalam hasil wawancara, strategi mereka dengan menyusun jadwal dalam satu hari, santri juga menjaga kondisi kesehatan dan emosi agar selalu baik dan meningkatkan intensitas belajarnya. Strategi belajar santri yang mampu mengatur diri menunjukkan strategi metakognitif seperti perencanaan, penetapan sasaran, pemantauan dan evaluasi diri yang cukup baik (Arabzadeh, Kadivar & Dlavar, 2012).

Kemudian, santri yang mampu mengatur diri memiliki cara untuk mengontrol diri dari pengaruh teman dan lingkungan di

sekitarnya dengan menjadi diri sendiri yang memiliki prinsip dengan persentase 17,5%, demikian juga dengan santri yang kurang mampu mengatur diri memiliki cara untuk mengontrol diri dari pengaruh teman dan lingkungan di sekitarnya yaitu dengan menjaga dan mengontrol diri dalam berteman dengan besar persentase 59,46%. Pengaruh buruk dari teman biasanya diselesaikan santri dengan membuat kesibukan yang lebih bermanfaat sehingga teman segan untuk mengganggu, menolak dengan lembut permintaan teman untuk hal-hal yang kurang bermanfaat, tidak mudah terpengaruh oleh ajakan teman, pendapat tersebut merupakan hasil wawancara kepada santri. Kontrol diri santri yang kurang mampu dalam berteman merupakan regulasi diri dimana santri memiliki strategi mengelola sumber daya yang berasal dari lingkungan sekitarnya (Pintrinch dalam Papantoniou et al, 2012).

Cara santri selanjutnya adalah bagaimana santri bangkit dari kesalahan yang pernah

diperbuat. Santri yang mampu mengatur diri akan mengintropeksi dirinya sendiri dan memperbaiki diri dari kesalahan yang diperbuat dengan besar persentase 65%, sedangkan santri yang kurang mengatur diri akan cenderung menjadikan kesalahan sebagai motivasi untuk menjadi lebih baik dengan persentase sebesar 15,38%. Cara santri tersebut juga didukung dengan hasil wawancara yang ditelaah dilakukan yaitu santri mengoreksi diri sendiri, tidak mengulangi kesalahan yang sama untuk kedepannya dan menjadikan kesalahan sebelumnya sebagai pelajaran untuk tidak mengulanginya. Intropeksi diri merupakan suatu bentuk evaluasi terhadap hasil perkembangan belajar santri, sedangkan usaha santri memperbaiki diri dari kesalahan yang diperbuat merupakan suatu bentuk konsekuensi yang diterima apabila hasil yang didapatkan tersebut berhasil ataupun gagal (Zimmerman & Martinez-Pons, 1988).

2. Keuntungan yang didapatkan santri yang mampu meregulasi diri dengan baik.

Setelah mengetahui pembelajaran regulasi diri santri di pondok pesantren, maka dapat diketahui keuntungannya. Santri yang mampu mengatur diri merasa lebih teratur dan disiplin ketika santri mampu mengatur waktu dengan baik dengan besar persentase 15%. Sementara santri yang kurang mampu mengatur diri cenderung merasa senang, tenang dan nyaman ketika mampu mengatur waktu dengan persentase sebesar 80%. Keuntungan selanjutnya yang didapatkan oleh santri ketika mampu mengatur waktu yakni merasa dirinya menjadi lebih baik dengan persentase sebesar 27,5%, sedangkan santri yang kurang mampu mengatur diri lebih merasa memiliki kontrol terhadap waktu dengan baik persentasenya sebesar 70%. Kemudian, ketika melihat dari hasil wawancara menunjukkan hasil yang sama yaitu santri merasa mampu mendisiplinkan dirinya, prestasinya menjadi lebih baik, mengetahui bahwa waktu itu

berharga dan menyelesaikan pekerjaan tidak terburu-buru.

Melihat dari hasil kuesioner dan wawancara, maka tampak ada kesinambungan. Santri yang dapat membangkitkan dan memantau diri atas pikiran, perasaan dan perilaku untuk mencapai tujuannya maka santri akan mendapat konsekuensi dari apa yang dilakukan (Zimmerman & Martinez, 1988). Konsekuensi dari keberhasilan santri yang mampu meregulasi yaitu mendapatkan perasaan yang senang, tenang dan nyaman. Selain itu, kemampuan santri dalam mengatur diri, seperti menjadikan lebih disiplin, bijaksana dalam memanfaatkan waktu dan penyelesaian tugas dengan baik menjadi lebih meningkat.

3. Kerugian yang didapatkan santri yang kurang mampu meregulasi diri dengan baik.

Pembelajaran regulasi diri santri dan keuntungannya telah dibahas sebelumnya, pembahasan selanjutnya adalah mengenai kerugian bagi santri ketika kurang mampu mengatur dirinya dengan

baik. Hal yang dirasakan santri yang mampu mengatur diri ketika tidak dapat mengatur waktu cenderung merasa menyesal dan kecewa pada diri sendiri dengan besar persentase 39,47%. Sementara santri yang kurang mampu mengatur diri merasa tidak percaya pada kemampuan diri sendiri dengan persentase sebanyak 11,43%. Selain itu, santri yang mampu mengatur diri merasa rugi karena banyak pekerjaan yang tertunda sehingga menjadikan tidak disiplin dengan persentase 48,72%, sedangkan santri yang kurang mampu mengatur diri merasa rugi karena nilainya menjadi turun dengan persentase 15%. Data lain dari hasil wawancara menunjukkan tidak dapat mengatur waktu dengan baik, prestasi di sekolah menjadi turun, waktu untuk istirahat menjadi kurang dan pekerjaan-pekerjaan yang harus segera diselesaikan menjadi tertunda untuk dikerjakan ketika santri kurang mampu mengatur diri dengan baik.

Kerugian yang didapatkan santri berupa rasa menyesal, kecewa pada diri sendiri dan

tertundanya banyak pekerjaan merupakan konsekuensi yang harus diterima santri karena telah gagal melakukan pembelajaran regulasi diri. Hal ini dapat dikarenakan santri kurang mampu mengorganisir jadwal dan pekerjaannya, kurang menentukan tujuan dan perencanaan yang baik sehingga hasil belajar mereka harus di evaluasi (Zimmerman & Martinez-Pons, 1988).

Kesimpulan

1. Dinamika pembelajaran regulasi diri pada santri di pondok pesantren modern, dapat disimpulkan :
 - a) Latar belakang santri masuk Pondok Pesantren
Santri yang mampu mengatur diri sudah memiliki motivasi dan kemauan sendiri untuk masuk ke pesantren. Sedangkan santri yang kurang mampu mengatur diri harus didorong oleh orang lain untuk menunculkan motivasi dan kemauan diri sendiri untuk masuk pondok pesantren.
 - b) Penyesuaian diri santri di Pondok Pesantren

Faktor pembelajaran regulasi diri yang mempengaruhi penyesuaian diri santri adalah faktor perilaku. Dalam menaati peraturan santri yang mampu mengatur diri berusaha merubah dan menyesuaikan langkah belajar sesuai kebutuhan lingkungannya. Sedangkan santri yang kurang mampu mengatur diri kurang memiliki motivasi dan kedisiplinan dalam menjalankan peraturan.

- c) Masalah-masalah belajar yang dihadapi santri di Pondok Pesantren

Masalah belajar santri yang mampu mengatur diri kurang dapat mendisiplinkan diri menunjukkan kebutuhan atas kedisiplinan tinggi. Sedangkan santri yang kurang mampu mengatur diri cenderung menginginkan peraturan dan jadwal pesantren disesuaikan dengan kondisi santri .

- d) Cara santri mengatasi masalah yang dihadapi di Pondok Pesantren

Cara santri menyesuaikan diri dengan lingkungan pondok pesantren, menunjukkan bahwa santri memiliki kecenderungan untuk menyesuaikan diri terhadap kesulitan yang dihadapi pada saat pengerjaan tugas. Dalam mengatasi masalah belajar santri mengoptimalkan kemampuan dan strategi untuk membantu belajarnya. Hal ini tampak dari santri yang belajar dengan sungguh-sungguh. Kemudian strategi belajar yang dapat digunakan santri seperti meminta bantuan orang lain, menyusun jadwal belajar, menetapkan prioritas untuk menyelesaikan pekerjaan, mencari tempat yang nyaman untuk belajar. Selain itu, untuk mengatasi pengaruh teman dan lingkungan, baik santri cenderung menjaga dan mengontrol diri dalam berteman, seperti memiliki teman yang membuat nyaman, menolak permintaan yang kurang bermanfaat. Ketika melakukan kesalahan,

introspeksi diri digunakan santri sebagai evaluasi terhadap hasil perkembangan belajar, selain itu santri juga berusaha memperbaiki diri dari kesalahan yang diperbuat.

2. Santri yang mampu dan kurang mampu mengatur diri ketika mampu mengatur dirinya dengan baik akan mendapatkan keuntungan yaitu merasa senang, tenang dan nyaman. keuntungan lain yang didapatkan santri adalah dapat menyelesaikan pekerjaan tepat waktu, menjadi disiplin, memiliki waktu luang yang bermanfaat.
3. Kerugian santri yang mampu dan kurang mampu mengatur diri akan menyesal dan kecewa pada dirinya sendiri ketika kurang mampu mengatur dirinya dengan baik. Selain itu, santri memiliki pekerjaan yang tertunda, waktu luang yang sia-sia dan prestasi santri menjadi turun.

Saran

1. Bagi informan penelitian (Santri pondok pesantren modern)
Santri diharapkan mampu meningkatkan keterampilannya

dalam mengatur diri untuk peningkatan kualitas dirinya dan memberikan pengaruh yang positif kepada sekitarnya. Cara yang dapat dilakukan oleh santri dengan mengembangkan standar dan menetapkan tujuan yang ingin dicapai serta membuat perencanaan sebelum menyelesaikan tugas belajarnya. Selama proses pembelajaran berlangsung, santri diharapkan mampu menjaga atau mengelola pikiran dan emosinya supaya tetap berfokus pada tujuan. Santri juga perlu mengembangkan strategi atau teknik untuk mengamati dan mengawasi perilakunya sendiri sehingga dapat membuat penilaian terhadap usaha yang dilakukan dan menentukan sendiri kesuksesan dan kegagalannya.

2. Bagi pondok pesantren

Pondok pesantren modern juga diharapkan mampu berperan serta dalam meningkatkan regulasi diri pada santri. Cara yang dapat ditempuh adalah dengan memberikan tugas individu agar dapat dikerjakan secara mandiri, berikan panduan dan dukungan bagi

santri yang kemampuan mengatur dirinya rendah agar santri tetap fokus pada tugas dan aktifitasnya. Selain itu, dapat juga dengan mengajarkan kepada santri strategi-strategi mengatur diri agar dapat menyelesaikan tugas-tugasnya dengan baik.

3. Bagi peneliti lain

Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai tambahan informasi agar selanjutnya dapat meneliti pembelajaran regulasi diri pada seluruh santri pondok pesantren modern, mulai dari MTs sampai dengan MA dan melihat faktor-faktor lain yang berpengaruh seperti lingkungan, individu dan perilaku.

Daftar Pustaka

- Arabzadeh, M., Kadivar, P., & Dlavar, A. (2012). The effect of teaching self-regulated learning strategy students academic delay of gratification. *Linterdisciplinary Journal of Contemporary Research in Business*. Vol. 4 No. 2, June, 2012.
- Latipah, E. (2010). Strategi self regulated learning dan prestasi belajar : kajian meta analisis. *Jurnal Psikologi*. Vol 37, No. 1 Juni 2010:110-128. 26
- Mastuti, E. (2009). Memahami perilaku prokrastinasi akademik berdasar tingkat *self-regulation learning*. *Jurnal Psikologi Indonesia*. Vol. VI, No. 1: 55-61.
- Papantoniou, G., Moraitou, D., Kaldrimidou, M., Plakitsi, K., Filippidou, D., & Katsadima, E. (2012). Affect and cognitive interference: an examination of their effect on self regulated learning. *Education Research Internasional*. Vol. 2012, Article ID 579590, 11 Pages.
- Shidiq, A. D. N., Mujidin. (2006). Perbedaan self regulated learning antara siswa underachievers dan siswa overachievers pada kelas 3 SMP Negeri 6 Yogyakarta. *Jurnal Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*.
- Zimmerman, B.J. (1989). A Social cognitive view of self-regulated academic learning. *Journal of Education Psychology*, 81, 329-339.
- Zimmerman, B.J. (1990). *Self Regulated Learning and Academic Achievement: An Overview*. *Educational Psychologist*. 25(1), 3-17. Lawrence Erlbaum Associates.
- Zimmerman, B.J., & Martinez-Pons, M. (1988). Construct validation of strategy model of student self-regulated learning. *Journal of Educational Psychology*, 80(3). 284-290