

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Regulasi diri atau lebih di kenal dengan istilah *self regulation* merupakan proses seseorang dalam berpikir, mengatur, dan bertindak sesuai dengan tujuan yang telah di rencanakan. Sehingga, seseorang dapat memberikan nilai pada keberhasilan atas pencapaian dan memberikan suatu penghargaan pada diri sendiri yang telah mencapai target tersebut. Regulasi diri yang baik akan membantu seseorang untuk menjalankan peran dalam kehidupan sehari-hari dengan baik, dan sebaliknya ketika seseorang belum dapat meregulasikan diri dengan baik maka peran yang sedang di lakukan akan mengganggu peran yang lainnya.

Menurut Brown (dalam Shofiah & Raudatussalamah, 2014) regulasi diri merupakan kemampuan seseorang untuk merencanakan, mengembangkan, dan mengimplementasikan.

Menginjak usia remaja, seseorang akan di hadapkan oleh berbagai masalah dan tanggung jawab yang harus diselesaikan, terlebih remaja penghafal Al-Qur'an. Sebagai remaja penghafal Al-Qur'an tentu memiliki banyak peran dalam hidupnya dan membutuhkan regulasi diri yang baik. Remaja penghafal Al-Qur'an harus dapat membagi waktu agar kegiatan menghafal Al-Qur'an berjalan selaras dengan kegiatan lainnya. Namun, bukan hal mudah bagi remaja penghafal Al-Qur'an untuk membangun regulasi diri yang diinginkan.

Remaja penghafal Al-Qur'an yang bersekolah harus dapat menyesuaikan kegiatan sekolah, organisasi, kegiatan asrama dan dirumah serta kegiatan menghafalkan Al-Qur'an. Ketika remaja akan menghafal Al-Qur'an ada proses yang melibatkan aktivitas kognitif, psikis, dan psikomotorik. Hal itu berkaitan dengan kemampuan untuk mengingat, melatih kesabaran dan metode-metode yang akan mempermudah menghafal Al-Qur'an serta bagaimana mengaplikasikan dalam kehidupan. Selain melibatkan aktivitas kognitif, psikis dan psikomotorik akan ada kemampuan mengelola emosi didalam menghafal juga menjadi pertimbangan penting. Seperti yang dikutip bahwa orang yang menghafalkan ayat akan menjumpai kemudahan dan kesulitan sehingga memunculkan dinamika psikologis (Wiyarto, 2012).

Sebuah penelitian menjelaskan bahwa proses menghafal Al-Qur'an membutuhkan waktu yang panjang bahkan seseorang dapat menghafal 30 juz dengan waktu 7 tahun lamanya. Beberapa pesantren dan ma'had mengharuskan santrinya untuk hafal 15 juz bahkan 30 juz. Pada kondisi normal santri yang menghafalkan di pondok pesantren tahfidz (hafalan) Al-Qur'an bisa mengkhatakamkan hafalan 30 juz dalam waktu 3 sampai 5 tahun (Rizanti, 2013).

Sebagai penghafal Al-Qur'an tentu ada kesulitan yang akan ditemui, adapun kesulitan yang sering ditemui dalam menghafal Al-Qur'an adalah membagi waktu antara menghafal Al-Qur'an dengan kegiatan (Republik.co.id, 2016).

Rachmah (2015) pada penelitiannya, menunjukkan bahwa banyaknya aktivitas yang harus dijalankan membuat seseorang mengalami konflik yaitu kesulitan membagi waktu.

Seseorang memutuskan menghafal Al-Qur'an dengan berbagai alasan yang melatar belakangi, misalnya pengakuan yang diungkapkan Della Puspita. Disinyalir dari Harian terbit Della mengaku motivasi menghafal Al-Qur'an muncul karena ingin membahagiakan orang tua kelak di akhirat serta agar menjadi teladan bagi anak-anaknya (harianterbit, 2016).

Penelitian yang dilakukan oleh Zariah (2013), bahwasanya santri yang kurang mampu mengatur diri dengan baik akan merasakan kerugian seperti menyesal, kecewa, memiliki pekerjaan yang tertunda, waktu luang yang sia-sia dan penurunan prestasi.

Proses menghafal tidak selalu berasal dari dalam diri namun dapat berasal dari tuntutan lingkungan, misalnya keluarga sehingga kurang memiliki motivasi dari dalam diri (Republika.co.id, 2015).

Keistimewaan dari menghafal Al-Qur'an adalah prosesnya yang panjang, sehingga seseorang harus dapat menyimpan hafalan Al-Qur'annya dengan baik walaupun hafalan terus bertambah. Ketika seseorang telah mampu menghafal surat-surat maka istilah muraja'ah atau mengulang kembali surat-surat yang telah di hafalkan dengan menghadirkan kembali ingatannya. Namun, ketika remaja penghafal Al-Qur'an telah menghafalkan surat baru dan tanpa muraja'ah maka ingatan hafalan surat yang lama akan terlupakan atau tertindih dengan hafalan surat baru (Republika.co.id, 2016).

Berikut adalah hasil dari wawancara yang dilakukan pada pada subjek Nn¹ dan Ys² sebagai wawancara awal. Nn merupakan remaja penghafal Al-Qur'an yang aktif. Sebagaimana remaja penghafal Al-Qur'an aktif, Nn mengikuti organisasi yang menunjang potensinya seperti PMR (Palang Merah Remaja), FAROIS, SBK (Smart Bengkel Komputer), Dakwah Ambalan dan TPA. Nn sebagai remaja penghafal Al-Qur'an mampu menghafal 7-10 ayat dan tilawah hingga 2 juz dalam sehari. Namun Nn mengaku kurang mampu membagi waktu sehingga, hal ini berpengaruh pada proses menghafal Al-Qur'an. Hal ini dirasakan ketika Nn dalam sehari hanya mampu menghafal 2- 3 ayat saja dan tilawahpun jarang di lakukan. Rencana yang pernah dibuat Nn hanya menjadi pajangan di dinding kamar. Menurut subjek dalam meregulasi diri masih terbilang belum maksimal karena, rencana yang di buat belum sesuai keinginan dan motivasi untuk mengatur diri sebagai penghafal Al-Qur'an yang belum begitu kuat.

Subjek kedua Ys merupakan remaja penghafal Al-Qur'an yang menempuh S1 dan juga seorang pemain musik. Sebagai mahasiswa Ys harus membagi waktu antara kuliah, bermain musik dan juga menghafal Al-Qur'an. Subjek sering di undang dalam beberapa acara untuk tampil, sehingga subjek memerlukan waktu untuk melatih keterampilan musiknya. Ketika subjek Ys terlalu fokus pada kegiatan bermain musik dan harus mendengarkan beberapa lagu, maka kegiatan menghafalkan Al-Qur'an menjadi terpecah. Subjek mengatakan bahwa bermain musik sekedar hobi namun kegiatan bermain musik sangat mempengaruhi tingkat keinginannya untuk menghafal Al-Qur'an. Hobinya bermain musik dan sering

¹ Wawancara dilakukan pada Senin, 26 September 2016

²Wawancara dilakukan pada Kamis, 24 November 2016

mendengarkan lagu-lagu seringkali subjek lakukan di waktu luang. Menurut subjek regulasi diri subjek belum maksimal karena belum dapat membagi waktu dengan baik. Dampak yang dirasakan adalah hafalan yang dimiliki tidak bertambah dan bahkan bila tidak muraja'ah akan hilang.

Berdasarkan fenomena tersebut maka perlu bagi seorang penghafal Al-Qur'an untuk meregulasi diri dengan baik, walaupun memiliki kegiatan yang akan menyita waktu banyak namun tidak membuat seseorang lupa menghafala Al-Qur'an. Regulasi diri subjek Ys dan Nn dapat dikatakan cenderung kurang baik, karena belum dapat mengelola waktu dengan baik sehingga mempengaruhi kegiatan dan keinginan menghafal yang cenderung belum kuat. Sebagai remaja penghafal Al-Qur'an tentu regulasi diri sangat di butuhkan bukan hanya untuk mencapai target menjadi hafidz dan hafidzah atau memiliki hafalan Al-Qur'an maksimal juz. Namun, regulasi diri berperan penting dalam pembentukan karakter untuk mendisiplinkan diri.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Fernando, Rachmah, & Dewi (2016) bahwa santri yang memiliki regulasi diri dalam belajarnya yang tinggi akan memiliki strategi belajar yang baik, mampu mengatur konsentrasi, menjaga pendidikannya, memiliki persepsi positif terhadap keadaan.

Berikut akan penulis paparkan hasil-hasil penelitian yang telah dilakukan sebelumnya mengenai regulasi diri maupun penghafal Al-Qur'an: .

Penelitian yang dilakukan oleh Zur'ah (2015) yang berjudul Hubungan Sabar Dengan Regulasi Diri Pada Penghafal Al-Qur'an. Penelitian ini, menggunakan teori regulasi milik Zimmerman (1989) dan teori sabar milik al-

Jauziyah (2016). Subjek penelitian adalah santri huffadz Pondok Pesantren Tahfidz di Yogyakarta. Hasil yang diperoleh bahwasannya terdapat hubungan positif antara sabar dengan regulasi diri pada penghafal Al-Qur'an. Semakin tinggi sabar seseorang penghafal Al-Qur'an, maka semakin tinggi pula regulasi diri seseorang penghafal Al-Qur'an dan begitupun sebaliknya.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Rizanti (2013) tentang Hubungan Antara *Self Regulated Learning* Dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Menghafal Al-Quran Pada Mahasantri Ma'had 'Aly Masjid Nasional Al-Akbar Surabaya. Metode yang di gunakan adalah kuantitatif dengan uji analisis data menggunakan *product moment*. Subjek penelitian adalah mahasantri Ma'had Aly Masjid Nasional Al-Akbar Surabaya (MAS). Mahasantri yang memiliki *self regulated learning* tinggi akan efektif dalam penggunaan waktu, selalu hadir dalam perkuliahan, serta mereduksi kelambanan. Kecenderungan perilaku prokrastinasi akademik sering dimunculkan oleh pelajar berupa perilaku adanya penundaan dalam memulai maupun menyelesaikan tugas, adanya kelambanan dalam mengerjakan tugas, adanya kesenjangan waktu antara rencana dengan kinerja aktual dalam mengerjakan tugas, serta kecenderungan untuk melakukan aktivitas lain yang tidak berhubungan dengan tugas.

Berdasarkan penelitian sebelumnya terdapat persamaan dan perbedaan dengan skripsi yang dibuat penulis. Persamaan pada penelitian terdahulu adalah tema yang diangkat adalah regulasi diri, penghafal Al-Qur'an, dan teori yang digunakan dari Bandura dan Zimmerman. Perbedaannya adalah beberapa penelitian sebelumnya memperoleh data dari subjek remaja khususnya santri yang

berasal dari pondok pesantren dan ma'had serta metode penelitian kuantitatif. Sedangkan, subjek yang akan diteliti adalah remaja penghafal Al-Qur'an berusia 11-21 tahun yang memiliki kegiatan sekolah, organisasi, tinggal di asrama dan rumah.

Berdasarkan paparan di atas dapat disimpulkan, regulasi diri adalah kemampuan seseorang dalam memikirkan, merencanakan, dan bertindak sesuai tujuan yang hendak dicapai. Membuat komitmen, mengadakan evaluasi dan pemberian penghargaan terhadap hasil yang dicapai agar dapat dipertahankan terlebih di tingkatkan. Regulasi diri sangat dibutuhkan bagi remaja terutama remaja penghafal Al-Qur'an. Remaja penghafal Al-Qur'an yang memiliki kegiatan akademik dan organisasi akan banyak menyita waktu untuk kegiatan menghafal Al-Qur'an. Oleh karena itu remaja penghafal Al-Qur'an membutuhkan regulasi diri yang baik agar kegiatan akademik dan organisasi dapat berjalan selaras dengan kegiatan menghafal Al-Qur'an.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah yang dapat ditarik adalah bagaimana regulasi diri remaja penghafal Al-Qur'an?

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk memahami dan mendeskripsikan regulasi diri remaja penghafal Al-Qur'an.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengidentifikasi permasalahan pada remaja penghafal Al-Qur'an dan bagaimana cara-cara untuk meregulasi diri.
- b. Untuk mengetahui faktor-faktor pendukung dan penghambat keberhasilan dalam menghafal Al-Qur'an.

C. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Manfaat penelitian secara teoritis adalah menambah wawasan ilmu pengetahuan dalam bidang psikologi perkembangan, psikologi agama, psikologi pendidikan, pendidikan agama Islam.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Remaja Penghafal Al-Qur'an

Hasil penelitian ini dapat di jadikan bahan untuk remaja meregulasi diri dalam proses menghafal Al-Qur'an, sehingga mencapai target.

b. Bagi Orang Tua

Hasil penelitian ini dapat di jadikan pengetahuan tentang bagaimana memberikan dukungan serta fasilitas yang dibutuhkan untuk regulasi diri remaja penghafal Al-Qur'an.

c. Lembaga/Institusi Pendidikan Penghafal Al-Qur'an

Hasil penelitian ini dapat di jadikan evaluasi kesuksesan remaja dalam meregulasi diri dan menghafalkan Al-Qur'an.