

Regulasi Diri Anak Penghafal Al-Qur'an

Sri Pangatin, Arih Merdekasari
STIT Islamiyah Karya Pembangunan

Abstract

This study aims to understand the self-regulation of children memorizing the Qur'an in MI Darul Ulum. Self Regulation of children memorizing the Qur'an is the ability of children to organize themselves in intrapersonal, interpersonal, and met personal aspects to become memorizers of the Qur'an. This research uses a phenomenological qualitative approach. The study subjects were three children who memorized Al-Qur'an at MI Darul Ulum Ngawi, who was 9-12 years old and had the highest memorization at MI Darul Ulum Ngawi. This study found that self-regulation in children memorizing the Qur'an (a) Intrapersonal self-regulation intrapersonal, related to the development of motivation, setting targets for memorization, The achievement of memorization quality, and effective control (b) interpersonal self-regulation, related to parenting, giving gift or punishment from parents. Impersonation of the Qur'an memorizing figure, the ability to choose the right actions in response to a friend's behavior. The ability to understand the direction of the teacher. (c) meta personal self-regulation related to the desire to maintain intentions and draw closer to Allah SWT.

Keywords : *Self-Regulation; Children; Qur'an Memorizer*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk memahami regulasi anak penghafal Al-Qur'an di MI Darul Ulum. Regulasi diri anak penghafal Al-Qur'an adalah kemampuan anak mengatur diri dalam aspek intrapersonal, interpersonal dan metapersonal untuk menjadi penghafal Al-Qur'an. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologis. Subyek penelitian adalah tiga anak penghafal Al-Qur'an di MI Darul Ulum Ngawi yang berusia 9-12 tahun dan memiliki hafalan tertinggi di MI Darul Ulum Ngawi. Penelitian ini menemukan bahwa regulasi diri pada anak penghafal Al-Qur'an (a) regulasi diri intrapersonal, berhubungan dengan perkembangan motivasi, penentuan target diselesaikannya hafalan, pencapaian kualitas hafalan dan pengendalian afeksi (b) regulasi diri interpersonal, berhubungan dengan pola asuh, pemberian hadiah atau hukuman dari orang tua. Peniruan pada figur penghafal Al-Qur'an, kemampuan memilih tindakan yang tepat dalam merespon perilaku teman. Kemampuan mamahami arahan guru. (c) regulasi diri metapersonal berhubungan dengan keinginan menjaga niat dan mendekat kepada Allah SWT.

Kata Kunci : *Regulasi Diri; Anak; Penghafal Al-Qur'an*

Penduduk Indonesia yang beragama Islam sebesar 87,18 persen dari 237.641.326 (Badan Pusat Statistik, 2010). Umat Islam sebagai penduduk dengan jumlah terbanyak di Indonesia memiliki tanggung jawab besar dalam mendidik akhlak anak. Diperlukan penerapan nilai akhlak yang bersumber pada kitab suci umat Islam sehingga pendidikan anak akan berhasil membentuk manusia berakhlak mulia.

Berbagai kajian Al-Qur'an menggambarkan bahwa terdapat banyak nilai akhlak yang terkandung didalamnya. Pada Surat Al-Luqman ditemukan nilai bersyukur atas segala karunia Allah SWT yang tidak terhingga (Mukodi, 2011). Penelitian Waluyo (2018) menyimpulkan adanya nilai akhlak yang terkandung dalam QS Al-Baqoroh, diantaranya yaitu Akhlak anak kepada orang tua, anak harus berbuat baik kepada kedua orang tuanya. Akhlak anak sebagai murid ke padagurunya, anak harus mematuhi perintah guru yang ditujukan untuk kebaikan dirinya.

Menghafal Al-Qur'an merupakan salah satu cara agar anak dapat mengetahui dan memahami nilai akhlak yang terkandung didalamnya. Pemahaman ini sangat diperlukan supaya anak bisa membiasakan diri menerapkannya dalam perilaku sehari-hari. Menurut Baloch pembiasaan melakukan hal terpuji sejak dini akan membentuk anak menjadi manusia dewasa yang juga berperilaku terpuji. (Baloch, Khalid, Saifee, & Moosa, 2018).

Proses menghafal Al-Qur'an tidak hanya melibatkan proses kognitif saja akan tetapi, penghafal Al-Qur'an juga membutuhkan kekuatan tekad dan niat yang lurus. Dibutuhkan juga usaha yang keras, kesiapan lahir dan bathin, kerelaan dan regulasi diri yang ketat (Sirjani & Khaliq, 2007).

Regulasi diri menjadi salah satu penentu keberhasilan menghafalkan Al-Qur'an. Marza, (2017) meneliti regulasi diri remaja penghafal Al-Qur'an di Pondok Pesantren Al-Qur-an Jami'atul Qurro Sumatera Selatan. Ia menyimpulkan bahwa semakin baik regulasi diri maka semakin baik pula hafalan yang dimiliki.

Penelitian lebih lanjut dilakukan Tanjung dkk (2017) tentang peranan regulasi diri penghafal Al-Qur'an di Pondok Da'arut Tarbiyah Palembang dalam menemukan pemahaman makna bahwa Al-Qur'an dapat menjaga diri orang yang menghafalkan (Tanjung, Lukmawati,

& Supriyanto, 2017). Artinya penghafal Al-Quran akan berusaha menjaga tingkah lakunya sebagai upaya menjaga hafalan Al-Qur'an yang sudah ada didalam dirinya.

Selain itu regulasi diri juga menunjukkan hubungan positif dengan aspek kepribadian. *self regulated learning* mahasiswa dalam menghafal juz 30 berkorelasi positif dan signifikan dengan tipe kepribadian conscientousness. Mahasiswa yang memiliki kemampuan mengatur dirinya dalam proses menghafal Al-Qur'an merupakan mahasiswa yang memiliki kepribadian mematuhi aturan dan norma sosial (Rahmalia, Kardinah, & Kurniadewi, 2019).

Uraian sebelumnya menggambarkan penelitian regulasi diri penghafal Al-Qur'an pada usia remaja dan dewasa. Penelitian pada anak dilakukan Amalina (2018) kepada siswa SDIT Luqman Al-Hakim Sleman Yogyakarta. Hasilnya, kurangnya dukungan orang tua, kegiatan sekolah yang padat, gangguan teman. Bosan, mood yang tidak berubah, kurang sabar dan belum bisa membaca Al-Qur'an merupakan hal-hal yang kurang mendukung regulasi diri siswa.

Survey awal yang dilakukan peneliti kepada enam belas anak di MI Darul Ulum Ngawi menggambarkan permasalahan utama anak penghafal Al-Qur'an. yaitu; Masalah pertemanan, meningkatnya rasa malas dan perasaan jenuh menjalankan rutinitas harian. Anak penghafal Al-Qur'an memerlukan regulasi diri untuk menghadapi tantangan internal dan eksternal yang bisa menggagalkannya dalam mengikuti program hafalan. Penelitian regulasi diri pada anak oleh Amalina (2018) menunjukkan bahwa dukungan orang tua sangat menentukan keberhasilan anak menghafal Al-Qur'an. Hal ini mengindikasikan pentingnya penelitian regulasi diri anak penghafal Al-Qur'an yang mengkaji lebih dalam tentang hubungan anak dengan orang tua.

Meskipun seorang anak mungkin memiliki potensi untuk memperkuat keterampilan pengaturan dirinya selama masa kanak-kanak dan remaja, faktor-faktor kontekstual seperti gaya pengasuhan dan kualitas lingkungan rumah dan sekolah juga dapat membatasi plastisitasnya (McClelland, John Geldhof, Cameron, & Wanless, 2015) Penelitian regulasi diri penghafal Al-Qur'an pada aspek interpersonal telah dilakukan Chairani & Subandi (2010) beserta aspek metapersonal dan intrapersonal untuk mengetahui dinamika regulasi diri pada subyek penelitian remaja. Sehingga diperlukan penelitian pada tahap perkembangan anak yang

akan memberikan gambaran pada regulasi diri anak penghafal Al-Qur'an. Studi yang dilakukan Silvers dkk (2012) menunjukkan bahwa usia mempengaruhi perkembangan regulasi diri seseorang. Semakin muda seseorang menunjukkan semakin tingginya kesulitan untuk mengatur respon pada rangsangan sosial.

Penelitian ini akan mengkaji lebih dalam regulasi diri dalam aspek intrapersonal, interpersonal dan metapersonal sehingga akan diperoleh dinamika regulasi diri yang lebih lengkap dari penelitian anak penghafal Al-Qur'an sebelumnya. Berdasarkan latar belakang yang sudah dikemukakan di atas maka peneliti berinisiatif untuk melakukan penelitian dengan pendekatan fenomenologi tentang regulasi diri anak penghafal Al-Qur'an di MI Darul Ulum Ngawi.

Metode

Penelitian ini memakai metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologis. Pendekatan fenomenologis digunakan karena peneliti ingin meneliti pengalaman subyek penelitian. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui regulasi diri anak penghafal Al-Qur'an di MI Darul Ulum Ngawi. Dijelaskan Riyanto dalam Farid & Adib (2018) Penelitian fenomenologi merupakan penelitian yang berada dalam ranah pengalaman manusia (subyek). Riset ini meminati *meaning*, jangkauannya ada pada *understanding*. interpretasinya harus lolos ilmiah interpretif hermeneutika, perspektifnya memiliki fokus pada subyek bukan peneliti. Triangulasinya ada pada testimoni subyek bukan sekedar temuan serupa. Otentitas temuannya memiliki dimensi kesadaran manusiawi-subyektif.

Subyek penelitian dipilih menggunakan teknik *quota sampling*. Menurut Lavrakas (2008) *quota sampling* menentukan target yang akan diwawancarai (Lavrakas, 2008). Quota sampling hampir mirip dengan *purposive sampling*. Teknik pengambilan sampel pada populasi yang memiliki kriteria tertentu sejumlah yang diinginkan peneliti. Partisipan dalam penelitian ini adalah tiga anak penghafal Al-Qur'an di kelas 6 MI Darul Ulum Ngawi dengan kriteria yaitu siswa yang memiliki tingkat hafalan tertinggi di MI Darul Ulum Ngawi dan siswa yang berada pada tahap perkembangan masa anak-anak akhir atau *later childhood* (9-12 tahun).

Metode pengumpulan data yang digunakan meliputi wawancara, dan observasi yang berkaitan dengan informasi mengenai regulasi diri anak penghafal Al-Qur'an. Pedoman wawancara disusun berdasarkan pengembangan dari teori regulasi diri penghafal Al-Qur'an dalam Chairani & Subandi (2010) yaitu; regulasi diri intrapersonal (pencapaian tujuan, Motivasi dan afeksi), regulasi diri interpersonal (hubungan dengan guru, teman dan orangtua) dan regulasi diri metapersonal.

Hasil

Pengalaman Regulasi Diri NN

NN merupakan siswi kelas 6 MI Darul Ulum yang berusia 10 tahun. Ia tinggal bersama keluarganya di kompleks pondok pesantren Darul Ulum. NN putri pertama dari pasangan ibu MS dan bapak MN. Ibunya merupakan kepala sekolah MI Darul Ulum. Ia memiliki dua adik laki – laki, yang pertama bersekolah di kelas dua dan yang kedua baru berusia satu setengah tahun.

Sejak kecil NN dididik sebagai penghafal Al-Qur'an. Ia sudah berhasil menghafalkan surat-surat pendek dan khatam juz 30 ketika masih anak-anak. NN sudah berhasil menghafalkan 13 Juz, yaitu Juz 1 sampai 12 dan juz 30. NN juga termasuk siswa berprestasi di bidang akademik. Ia memiliki kesempatan menempuh kelas askelerasi. NN mengambil kesempatan tersebut agar memiliki waktu 1 tahun untuk menyelesaikan hafalan Al-Qur'annya. Pada waktu kelas 3, ia langsung naik ke kelas 5. Pada saat *aksioma* tingkat kecamatan NN juga bisa mendapatkan juara satu mewakili *haafidzah* MI Kecamatan Kendal.

Keberhasilan kedua orangtuanya menjadi penghafal Al-Qur'an menjadi motivasi awal NN menghafal Al-Qur'an. Selain itu Ia juga memiliki beberapa tokoh sebagai idola lain. Yaitu, Rasulullah SAW, Siti Aisyah, Siti Khodijah. Ia semakin bersemangat menghafal Al-Qur'an karena memiliki harapan bisa masuk surga bersama kedua orang tuanya dan bisa memberikan syafaat kepada 10 orang keluarga, tetangga dan saudara semuslim. NN juga ingin membahagiakan kedua orang tuanya, ingin menjadi anak yang sholihah, alimah, Hafidzah, daiyah dan juga Abidah.

NN merasakan kedamaian ketika menjalani proses menghafal Al-Qur'an. Sebagai penghafal Al-Qur'an, ia merasa harus menjaga komunikasi dengan Allah sehingga proses

menghafalnya akan berlangsung dengan baik. Ia mendekatkan diri kepada Allah melalui pelaksanaan sholat tahajut, talaki, memperbaiki niat, berdoa, bersedekah, menyantuni anak yatim, taklim, zimam, dan sholat fardhu tepat pada waktunya.

Target jangka panjang NN dipengaruhi oleh keinginan ibunya. Ia mengatakan bahwa ibunya berharap ia bisa khatam kubro pada usia minimal 11 tahun. Selanjutnya NN ingin meneruskan ke Kudus. Dalam hal ini ibunya memberikan kelonggaran padanya, Ia boleh memilih tetap di Kudus atau selanjutnya meneruskan pendidikan ke Madinah.

Setiap hari NN berusaha memelihara hafalannya terdahulu dengan murojaah. Dan menambah hafalan baru. Metode yang digunakan menggunakan metode Bin Nadzar. Ketika menghafal Al-Qur'an, Ia biasanya sudah mampu menghafal 2 baris setelah mengulang hingga 10x. Jadwal menghafal Al-Qur'an pada waktu ashar, maghrib, subuh dan kadang-kadang setelah sholat Tahajud.

Masalah yang dialami adalah perasaannya menjadi tidak enak jika kesulitan menghafal Al-Qur'an. Hal ini ditindak lanjuti dengan berhenti terlebih dahulu melakukan hafalan kemudian mengulangnya kembali. Selain itu ia juga merasakan kejenuhan dan bosan, hal ini teratasi ketika ada anak teman ayahnya datang kerumah dan menemaninya menambah hafalan Al-Qur'an. Temannya tersebut biasanya datang pada hari minggu yang membuatnya mampu menghafal hingga 4 pojok dalam sehari.

NN merasa senang dan terbuka atas semua nasihat yang diberikan oleh guru. Ia merasa hal itu merupakan bentuk perhatian dan rasa sayang guru kepadanya. Ia tetap selalu menambah hafalannya disaat setoran hafalannya terkadang tidak semua diterima dan harus diulang agar lebih lancar. Maka, dia akan membuat setoran lagi pada hari berikutnya. Ia juga mengatakan apabila ada teman yang bermasalah, seperti marah dan merajuk. Hal itu tidak mempengaruhinya dalam menjalankan proses menghafal Al-Qur'an.

Tabel 1. Regulasi Diri NN

Aspek	Uraian
1. Intrapersonal	
a. Pemeliharaan dan pencapaian tujuan	<p>NN menambah hafalan setiap hari menggunakan metode Bin Nadzar dan melakukan murojaah untuk memelihara hafalan. Apabila mengalami kesulitan NN akan mengulangi hingga 10 kali sehingga dapat menambah hafalan.</p> <p>NN Berhasil menghafal 13 juz pada usia 10 tahun dari target hafalan 30 Juz pada usia minimal 11 tahun.</p>
b. Motivasi	<p>Pada awalnya termotivasi oleh kedua orang tua yang merupakan penghafal Al-Qur'an dan pahala menjadi penghafal Al-Qur'an. Hal ini kemudian berkembang menjadi sebuah niat mendekatkan diri kepada Allah SWT.</p>
c. Afeksi	<p>NN mengelola emosinya dengan berusaha menyadari penyebab emosi yang dialami kemudian berusaha mengendalikan emosi negatifnya agar tidak mempengaruhi kegiatan hafalannya.</p>
2. Interpersonal	
a. Teman	<p>NN menggunakan teman sebagai penyemangat dalam menghafal Al-Qur'an dan mengelola permasalahan dengan teman agar tidak mengganggu kegiatan hafalannya.</p>
b. Guru	<p>NN terbuka terhadap nasihat guru dan menganggapnya sebagai bentuk perhatian dan rasa sayang baginya.</p>
c. Orang tua	<p>Orang tua menerapkan pola asuh demokratis dan memberikan reward sehingga NN dapat memilih tindakan yang disukainya dan membuatnya menjadi bersemangat menjalani proses menghafal Al-Qur'an.</p>
3. Metapersonal	<p>NN merasakan kedamaian ketika menjalani kegiatan menghafal dan berusaha mendekatkan diri kepada Allah SWT melalui sholat tahajut, talaki, memperbaiki niat, berdoa, bersedekah, menyantuni anak yatim, taklim, zimam, dan sholat fardhu tepat pada waktunya.</p>

Pengalaman Regulasi Diri MH

MH adalah siswa kelas 6 MI Darul Ulum yang berusia 11 tahun 10 bulan. Ia tinggal di asrama pondok pesantren. Ia berasal dari Trenggalek, tepatnya di desa Sukorejo, Kelurahan Sukorejo, Kecamatan Gandusari. Ia memulai proses menghafal Al-Qur'an sejak kelas satu MI. Pada saat itu MH langsung bersedia tinggal di asrama Darul Ulum. Hafalannya berada di urutan nomor 2 terbaik di MI Darul Ulum. MH berhasil menghafal 8 juz, yaitu Juz 30 dan Juz 1 hingga Juz 7.

MH merupakan anak pertama dari tiga bersaudara. Dia memiliki 2 orang adik. Yang pertama, laki – laki sedang menempuh pendidikan di kelas tiga sekolah dasar. Yang kedua, perempuan masih balita. Prestasi MH di sekolah berada dalam kategori baik. Diantaranya, memenangkan lomba Aksioma tingkat kecamatan dan cabang lomba Hafizd Qur'an. MH sempat mendapatkan kesempatan juga untuk mengikuti lomba di tingkat propinsi akan tetapi dibatalkan karena pertimbangan pihak sekolah yang sempat membuatnya agak kecewa. Akan tetapi ia juga merasa senang karena mendapatkan hadiah dari sekolah atas prestasinya tersebut.

Cita-citanya menjadi penghafal Al-Qur'an didorong oleh harapan kedua orang tuanya. Selain itu ia juga ingin mendapatkan pahala dan bisa masuk surga tanpa hisab. Hal ini akan membuatnya mampu memakaikan mahkota kepada orang tua dan memberi syafaat di alam kubur kepada mereka berdua.

MH bercita-cita khatam 30 juz sesudah lulus MTS. Ia menggunakan metode bin nadzar untuk menghafalkan Al-Qur'an. Kegiatan hafalannya dijadwal setiap hari. Yaitu sebelum berangkat sekolah, sesudah dhuhur, sebelum magrib dan waktu diantara sesudah magrib dan sebelum isya. Apabila mengalami kesulitan, MH akan mengulang bagian yang sulit terus-menerus sehingga hafal bacaannya tanpa melihat Al-Qur'an.

Murojaah, memohon pada Allah agar dijaga hafalannya dan menghindari larangan Allah SWT menjadi upaya MH untuk menjaga hafalannya agar tidak hilang. Ia berusaha menerapkan nilai akhlak pada kehidupan sehari-hari dengan berupaya menghindari kata-kata jorok dan berdoa ketika melakukan kegiatan. Hal yang sering membuatnya terlambat membuat hafalan, ketika teman-temannya berselisih, teman sekelasnya menjahili kakak

santrinya. Hal yang dilakukannya memilih bersikap pasif karena ketika dia berusaha memberikan pendapatnya, teman-temannya malah berganti memarahi dirinya. Menghadapi situasi ketika teman-temannya berselisih dan menjahili kakak santri, MH memilih bersikap diam. Hal ini dilakukan karena ketika dia menyampaikan pendapatnya, teman-temannya malah memarahinya.

MH juga menemukan orang-orang yang membuatnya bersemangat menghafal Al-Quran. Yaitu, Orangtuanya, Pak Kyai, guru dan teman baiknya. Hubungan MH dan kedua orang tuanya terus terjalin meskipun tidak berada dalam tempat tinggal yang sama. Biasanya orangtuanya akan menjenguk ke pondok sebulan sekali. MH meminta doa kedua orang tuanya agar proses belajarnya lancar dan segera khatam kubro. Teguran dari kyai dan guru juga membuatnya semakin bersemangat menghafalkan Al-Qur'an. Ia mengikuti arahan guru untuk mengulangi hafalan yang belum sesuai. Ia juga senang apabila ada temannya yang memiliki hafalan bagus karena hal ini membuatnya semakin giat menghafal Al-Quran. Ia juga memiliki teman yang baik yaitu; haru, Toriq dan Muhajir.

Tabel 2. Regulasi Diri MH

Aspek	Uraian
1. Intrapersonal	
a. Pemeliharaan dan pencapaian tujuan	MH menambah hafalan setiap hari menggunakan metode Bin Nadzar dan melakukan murojaah serta menghindari larangan Allah SWT untuk memelihara hafalan. Apabila kesulitan menghafal, MH akan mengulanginya hingga berhasil hafal. MH mampu menghafal 8 juz saat menempuh pendidikan di kelas 6 MI Darul Ulum dari target hafalan 30 Juz pada saat lulus MTS.
b. Motivasi	Pada awalnya terdorong oleh harapan kedua orang tuanya dan pahala sebagai penghafal Al-Qur'an. Kemudian berkembang menjadi niat untuk menjaga diri dari hal-hal yang dilarang Allah SWT.
c. Afeksi	MH mengelola emosinya dengan berusaha menyadari penyebab emosi yang dialami kemudian berusaha mengendalikan emosi

negatifnya agar tidak mempengaruhi kegiatan hafalannya.

2. Interpersonal	
a. Teman	MH mendapatkan manfaat positif dari teman yang memiliki hafalan baik untuk menyemangatnya menghafal Al-Qur'an. Disisi lain MH merasakan dampak negatif dari temannya yang berperilaku negatif yang membuatnya terlambat menghafal Al-Qur'an. MH berusaha mengelola permasalahan dengan teman agar tidak mengganggu kegiatan menghafalnya dengan memilih bersikap diam.
b. Guru	MH merasa senang apabila mendapat arahan dari Pak Kyai dan gurunya karena hal itu akan membuat hafalannya semakin baik.
c. Orang tua	MH dan orangtua berusaha menjalin komunikasi dengan rutin bertemu 1 kali dalam sebulan. MH merasa bahwa restu orang tuanya sangat penting untuk keberhasilannya.
3. Metapersonal	MH merasa bahwa sebagai penghafal Al-Qur'an harus menjaga dirinya dari hal-hal yang dilarang Allah SWT dan berdoa ketika mau melakukan kegiatan.

Pengalaman Regulasi Diri WF

WF adalah siswi kelas 6 MI Darul Ulum berusia 11 tahun 6 bulan. WF tinggal dirumahnya yang berada dekat dengan MI Darul Ulum. Ia anak kedua dari ibu Y dan bapak N. Ibunya merupakan salah satu guru di MI darul Ulum. WF memiliki seorang kakak perempuan yang sekarang berada di Surabaya. Kakak WF mendapatkan beasiswa sehingga menjalani kuliah gratis di salah satu Perguruan Tinggi Surabaya. Kakak WF mendapatkan beasiswa tersebut karena dia telah berhasil khatam kubro (khatam langsung 30 juz). WF mengatakan bahwa kakaknya yang pertama kali mendukung niatnya menjadi penghafal Al-Qur'an, kemudian ibu dan bapaknya. Ia berharap dapat menempuh kuliah gtrastis seperti kakaknya.

Hafalan Alqur'an WF berada di peringkat ketiga. WF telah mampu menghafal 5 juz. Yaitu, juz 30 dan juz 1 hingga 4. WF juga berprestasi dan memenangkan lomba menghafal Al-Qur'an dan juga tartil Al-Qur'an di tingkat kecamatan. WF bersemangat menjadi penghafal Al-Qur'an Karena dorongan bapak dan ibu. Ia sangat termotivasi oleh keberhasilan kakaknya

yang bisa kuliah gratis karena mampu menyelesaikan hafalan 30 juz. Menghafal Al-Qur'an akan membuka kesempatannya memperoleh pahala semakin banyak. Ia bisa masuk surga dan memberi syafaat pada orang tua. Selain itu, wajahnya menjadi bercahaya dan pikirannya menjadi tenang serta mudah melupakan sakit yang pernah dirasakan. WF memiliki keinginan dapat khatam kubro ketika berada di MTS, minimal 20 Juz pada kelas 2 MTS. Setiap hari ia menargetkan bisa hafal 1 pojok dengan cara membaca ayat 5 kali terlebih dahulu baru kemudian menghafalnya. Ia memiliki jadwal rutin setiap hari untuk menghafalkan Al-Qur'an. Yaitu, ketika pulang sekolah, sebelum ashar dan sesudah ashar. Serta mengikuti program pondok hingga jam 8 malam. Selain itu, jika ada waktu dan memiliki keinginan menghafal ia akan segera menghafal untuk menambah setorannya.

Murojaah dan memperbanyak istighfar menjadi upayanya untuk menjaga hafalannya. WF merasa bahwa dalam proses menghafalnya ia sering merasa takut jika ada kesombongan yang muncul sehingga terus berusaha meluruskannya kembali. Ketika ditanya orang lain mengenai sampai mana hafalannya, ia lebih memilih untuk tidak menjawab. WF berusaha mendekatkan diri kepada Allah SWT dengan berusaha sesering mungkin menjalankan sholat tahajud dan puasa setiap hari Senin dan Kamis. WF merasa sakit hati dengan perilaku teman laki-laki yang suka mengejek dan mengganggu secara fisik. WF mengatakan bahwa temannya ini juga memiliki hafalan yang buruk. WF pernah melihat temannya yang diejek hingga menangis dan seorang teman yang diludahi dan dipukul pundaknya oleh teman laki-laki di pondok, bahkan ada satu santri yang langsung pindah ke pondok pesantren lain. WF berusaha menunjukkan sikap biasa sehingga hal ini tidak terlalu mempengaruhi proses hafalan yang dijalani.

WF merasa ayah dan ibunya sering memarahinya secara berlebihan. Orang tuanya sering memarahinya dan melarang melihat TV agar dia belajar. Hal ini dirasa kurang tepat karena ia merasa sudah belajar. WF juga sering merasa cemas dan takut jika nilai ujiannya jelek atau tidak lulus meskipun ia termasuk siswa yang berprestasi di kelas. Menghadapi rasa sakit hatinya, WF berusaha menenangkan diri dengan tidur. Menurut pengakuannya, Ketika bangun tidur biasanya rasa sakitnya sudah hilang. Hal ini membuatnya bisa meneruskan hafalannya kembali dan membuat setoran.

Selain itu WF juga lebih bersemangat ketika bisa menghafal Al-Qur'an dengan teman baiknya. Arahan dari gurunya juga membuatnya lebih bersemangat. Ia dapat memahami bahwa hal itu bertujuan agar hafalannya menjadi semakin baik dan lancar. Harus mengulang kembali hafalannya, WF berusaha menghafal ulang dan menambahi hafalan lagi ketika waktu setoran.

Tabel 3. Regulasi Diri WF

Aspek	Uraian
1. Intrapersonal	
a. Pemeliharaan dan pencapaian tujuan	<p>WF menambah hafalan setiap hari menggunakan metode Bin Nadzar dan melakukan murojaah dan istighfar untuk memelihara hafalan. Apabila mengalami kesulitan WF akan menghafal 5 kali. Kemudian menambah hafalan pada setoran berikutnya.</p> <p>WF Berhasil menghafal 5 juz ketika berada di kelas 6 MI darul Ulum dari target hafalan minimal 20 Juz pada kelas 2 MTS dan berhasil khatam 30 Juz ketika bersekolah di MTS.</p>
b. Motivasi	<p>Pada awalnya WF termotivasi oleh kakaknya yang seorang penghafal Al-Qur'an dan harapan kedua orang tuanya. Kemudian berkembang menjadi niat menjaga diri sebagai penghafal Al-Qur'an. Akan tetapi motivasi yang terbesar adalah memenuhi harapan kedua orang tuanya sehingga WF sering merasa cemas dengan hasil hafalannya apabila tidak memenuhi harapan orang tuanya.</p>
c. Afeksi	<p>WF mengelola emosinya dengan berusaha menyadari penyebab emosi yang dialami kemudian berusaha mengendalikan emosi negatifnya agar tidak mempengaruhi kegiatan hafalannya.</p>
2. Interpersonal	
a. Teman	<p>WF menggunakan teman sebagai penyemangat dalam menghafal Al-Qur'an. WF merasa bahwa teman yang hafalannya rendah memiliki perilaku agresi yang mengganggu WF dan teman-temannya. Apabila merasa sakit hati WF akan memilih tidur agar bisa kembali menghafal sesudah bangun tidur.</p>
b. Guru	<p>WF senang dengan arahan gurunya karena akan memperbaiki hafalannya.</p>

- c. Orang tua Orang tua menerapkan pola asuh otoriter dan memberikan punishment dengan memarahinya sehingga WF sering merasa orang tuanya salah menilai tindakannya.

-
3. Metapersonal WF merasa sebagai penghafal Al-Qur'an harus bisa menjaga dirinya bersih dari kesombongan. WF berusaha mendekatkan diri kepada Allah SWT melalui sholat tahajud dan puasa Senin Kamis.
-

Pembahasan

Regulasi Diri Intrapersonal

Dinamika pemeliharaan dan pencapaian tujuan

Semua subyek memiliki tujuan jangka panjang yaitu dapat menyelesaikan hafalan 30 Juz pada usia atau tingkat pendidikan tertentu. Mereka menggunakan metode bin nadzar dan strategi pengulangan untuk menghafalkan Al-Qur'an. Tujuan jangka pendek subyek dipengaruhi oleh jumlah hafalan yang diperolehnya pada satu hari. Apabila hafalannya belum diterima mereka akan mengulangi proses menghafal kembali hingga hafalannya dapat diterima oleh guru. Anak penghafal Al-Qur'an yang menargetkan waktu khatam khubro paling cepat berhasil memiliki hafalan paling tinggi. Sedangkan yang menargetkan waktu menghafal paling lama memiliki tingkat hafalan yang paling rendah. Perbedaan ini terjadi karena adanya perbedaan pendekatan tujuan.

Subyek dengan hafalan tertinggi memiliki pendekatan *mastery* sehingga kualitas hafalannya baik dan tidak membutuhkan banyak perbaikan. Ia berusaha menghafal dengan membaca ayat berulang hingga 10 kali. Apabila ada kesalahan, ia fokus memperbaiki hafalannya yang masih belum diterima. Sedangkan subyek dengan hafalan terendah memiliki pendekatan *performance* yang kadang membuatnya lebih fokus ke kuantitas hafalan daripada kualitasnya. Ia menghafal Al-Qur'an dengan membaca ayat berulang hingga 5x. Apabila ada kesalahan dan harus mengulang, ia akan menghafal ulang dan berusaha menambah hafalan baru.

Temuan ini sesuai penelitian Cellar dkk (2011), regulasi diri memiliki korelasi yang lebih tinggi pada orang yang memiliki pendekatan *mastery* daripada orang yang memiliki pendekatan *performance*.

Dinamika aspek motivasional

Ketika memulai proses hafalan Al-Qur'an, anak termotivasi oleh harapan orang tua. Selanjutnya dalam proses menghafal, anak mulai merasakan kedamaian dan ketenangan. Anak yang lebih fokus mewujudkan rasa tenang dan damai di hatinya memiliki hafalan yang lebih tinggi daripada anak yang lebih fokus pada usaha memenuhi keinginan orang tuanya. Anak penghafal Al-Qur'an yang fokus memenuhi keinginan orangtuanya sering merasa cemas dengan hasil usahanya, ia sering takut tidak memenuhi harapan dan keinginan orangtuanya. Sedangkan anak yang fokus dengan rasa damai lebih bisa menerima hasil usahanya.

Menurut Ryan & Deci (2000) motivasi intrinsik berkaitan dengan minat dan kepuasan pribadi sedangkan motivasi ekstrinsik yang bersifat mengadopsi harapan orang lain berkaitan dengan kebutuhan akan penerimaan orang lain.

Dinamika Afeksi

Afeksi subyek dipengaruhi oleh munculnya hambatan dalam menghafal Al-Qur'an. Subyek melakukan regulasi afeksinya dengan memahami terlebih dahulu apa penyebabnya, kemudian menerima apa adanya dengan merasakannya. Sesudah itu mereka mengelolanya agar tujuan utama dalam menghafal Al-Qur'an tetap tercapai. Anak penghafal Al-Qur'an menunjukkan pengendalian afeksi yang baik. Hal ini dikarenakan Al-Quran memberikan pengaruh yang baik pada fisik dan pemahaman anak mengenai pengelolaan afeksi.

Berbagai penelitian menggambarkan hasil yang sama. Penelitian di Malaysia menyimpulkan bahwa melafalkan Al-Qur'an dapat mengaktifkan hormon yang membuat tubuh lebih merasa relaks (Ghanem & Wahab, 2018). Mahasiswa penghafal Al-Qur'an memiliki kecerdasan emosi yang tinggi. Artinya, mahasiswa mampu mengenali dan mengelola emosinya dengan baik (Hamdan, 2017)

Regulasi Diri Interpersonal

Subyek penelitian melakukan peniruan kepada figur yang dianggapnya kompeten di dalam keluarga, mereka juga merasakan bahwa keberhasilannya menghafal Al-Qur'an bernilai positif bagi diri mereka. Keberhasilan modeling dipengaruhi oleh konsekuensi dari perilaku yang dijadikan model dan profil model yang dipilih (Feist & Feist, 2008).

Anak-anak sangat mahir menonton dan meniru perilaku orang-orang disekitarnya. Hasil peniruan lebih cepat daripada belajar coba-coba dan menemukan secara mandiri sehingga anak dapat lebih mudah dalam menggabungkan antara perilaku, keterampilan, kebiasaan dan tradisi dari para ahli (Meltzoff & Williamson, 2017). Konflik teman sebaya yang muncul pada anak penghafal Al-Qur'an adalah perilaku agresi teman-temannya. Sidorowicz & Hair (2009) berpendapat Perilaku agresi merupakan salah satu sumber konflik teman sebaya pada usia 8 hingga 12 tahun. Subyek yang berada pada masa peralihan anak ke remaja mengalami konflik yang lebih banyak dengan teman sebaya. Terjadi perubahan kognisi, motivasi dan perilaku sosial pada masa peralihan anak ke masa remaja (Halfon, Forest, Lerner, & Faustman, 2018)

Anak penghafal Al-Qur'an yang menunjukkan perilaku agresi biasanya memiliki hafalan yang sedikit. Anak dengan hafalan sedikit di pondok memiliki kemungkinan untuk menegaskan harga dirinya melalui perilaku agresi. Sedangkan anak penghafal Al-Quran yang bisa menghindari perilaku agresi karena menganggap menambah hafalan lebih penting daripada menanggapi perilaku agresi temannya. Perilaku agresi dapat muncul sebagai gagalnya regulasi diri (Denissen, Thomaes, & Bushman, 2018).

Anak yang diasuh dengan pola demokratis dan memberikan kebebasan memilih terhadap kesempatan menempuh pendidikan yang lebih tinggi memiliki hafalan Al-Qur'an yang lebih tinggi daripada anak yang diasuh dengan cara otoriter dan sering dimarahi ketika perilakunya tidak sesuai. Orang tua yang memotivasi anak dengan *reward* lebih dapat menumbuhkan regulasi diri anak daripada orang tua yang memotivasi dengan hukuman (Frankel dkk., 2012). Ditambahkan Denissen, Thomaes, & Bushman (2018) Pola pengasuhan orang tua mempengaruhi regulasi diri anak. Pola pengasuhan autoritatif berkaitan dengan

regulasi diri anak sedangkan pola pengasuhan otoriter memiliki keterkaitan negatif dengan regulasi diri anak.

Menurut Sakiz (2015) semakin tinggi nilai *Perceived Teacher Affective Support* (PTAS) seorang siswa maka pencapaian akademiknya juga akan semakin tinggi. Selaras dengan pendapat tersebut, anak penghafal Al-Qur'an merasa mendapat dukungan dari gurunya dalam menghafalkan Al-Qur'an sehingga mereka berhasil menjadi penghafal terbaik di MI Darul Ulum .

Regulasi Diri Metapersonal

Ketika menjalani proses menghafal, anak juga berusaha menerapkan adab sebagai penghafal Al-Qur'an agar hafalannya tidak hilang dan ilmunya bermanfaat. Hal ini membuat mereka merasakan ketenangan dan kedamaian. Anak berusaha membersihkan niatnya terus-menerus agar tertuju hanya kepada Allah SWT. Mereka berusaha berhati-hati dengan pujian orang lain yg disebabkan hafalan mereka.

Temuan ini sesuai dengan penelitian Tanjung dkk (2017) bahwa penghafal Al-Qur'an merasakan hafalannya mampu menjaga kehormatan, kemurnian, penampilan, pandangan dan tata cara berkomunikasi dengan orang lain, khususnya orang yang lebih tua.

Penelitian ini memperjelas temuan peneliti sebelumnya bahwa dukungan orang tua merupakan faktor lingkungan paling penting yang mendukung regulasi diri anak (Amalina, 2018). Hal ini dapat ditemukan pada diri ketiga subyek yang menjadikan orang tua sebagai pendorong semangat mereka menjadi penghafal Al-Qur'an.

Berdasarkan temuan penelitian ini, dukungan orang tua dapat diwujudkan dengan memberikan hadiah dan melakukan komunikasi yang demokratis sehingga mendukung perkembangan regulasi diri anak. Disisi lain, pola asuh otoriter menyebabkan komunikasi yang bersifat memaksa sehingga menyebabkan anak merasa cemas dengan hasil usahanya. Keadaan ini mendorong anak lebih berorientasi pada kuantitas daripada kualitas hafalan sehingga perkembangan hafalannya kurang maksimal. Hal ini sesuai pernyataan Levesque dkk (2010) bahwa motivasi eksternal adalah keinginan untuk mendapatkan *reward* atau menghindari hukuman, fokus pada motivasi ini dapat menimbulkan kecemasan. Temuan ini

memberikan masukan bahwa pendidikan hafalan Al-Qur'an pada anak membutuhkan komunikasi yang intens dengan orang tua sehingga dapat memaksimalkan hasil hafalannya.

Permasalahan teman sebaya yang mengganggu anak penghafal Al-Qur'an adalah adanya perilaku agresi. Perilaku agresi biasanya dimunculkan oleh anak penghafal Al-Qur'an yang memiliki hafalan sedikit. Temuan ini mengindikasikan hubungan perilaku agresi dengan regulasi diri. Menurut Denissen, Thomaes, & Bushman (2018) perilaku agresi dapat merupakan manifestasi dari regulasi diri. Hal ini berarti Anak yang hafalannya sedikit memiliki regulasi diri yang kurang dalam mencapai target hafalannya akan tetapi memiliki regulasi diri untuk mempertahankan harga dirinya dengan melakukan perilaku agresi.

Hal ini mengindikasikan pentingnya studi lanjutan mengenai hubungan perilaku agresi dan regulasi diri anak penghafal Al-Quran yang hafalannya sedikit atau tidak mencapai target yang telah ditetapkan.

Kesimpulan

Regulasi diri intrapersonal anak penghafal Al-Qur'an berhubungan dengan adanya penentuan target hafalan pada waktu tertentu. Semakin cepat waktunya maka membuat usaha yang dilakukan akan semakin besar dan mengarah pada kualitas hafalan yang lebih baik

Motivasi anak penghafal Al-Qur'an juga mengalami perkembangan dari eksternal ke internal. Anak yang masih memiliki motivasi eksternal sebagai motivasi utama akan mengalami kecemasan dalam menilai hasil usahanya. Sedangkan pengendalian afeksi dilakukan dengan menerima, mengenali dan mengelola emosi yang dirasakan agar dapat fokus pada hafalan Al-Qur'annya.

Regulasi diri interpersonal menunjukkan bahwa anak berusaha membentuk hubungan yang baik dengan anggota keluarga, teman dan guru untuk mendukung keberhasilan hafalan Al-Qur'annya. Anak mengagumi dan berusaha meniru figur penghafal Al-Qur'an yang berasal dari keluarganya. Orang tua yang demokratis dan memberikan *reward* lebih menunjukkan dukungan yang baik daripada yang menerapkan pola otoriter dan hukuman.

Regulasi diri metapersonal berkaitan dengan intensitas melakukan kegiatan ibadah untuk membersihkan diri dan mendekatkan diri kepada Allah SWT sehingga akan merasakan ketenangan dan kedamaian yang membuatnya lebih mudah menghadapi hambatan yang ada.

Saran

Orang tua anak penghafal Al-Qur'an sebaiknya menerapkan pola asuh demokratis dan lebih aktif memberikan *reward* daripada *punishment*. Hal ini akan mewujudkan komunikasi yang lebih efektif sehingga anak menjadi lebih tenang dalam menilai hasil pencapaiannya dan membuatnya semakin bersemangat dalam menghafal Al-Qur'an.

Fokus penelitian ini hanya pada anak yang memiliki hafalan tertinggi di kelasnya, bagi peneliti selanjutnya melakukan penelitian dengan subyek dari kategori anak penghafal Al-Qur'an yang memiliki hafalan rata-rata dan terendah dikelasnya. Penelitian ini akan memberikan gambaran perbandingan regulasi diri antara anak penghafal Al-Qur'an yang memiliki hafalan pada kategori tinggi, rata-rata dan rendah.

Hasil penelitian menunjukkan indikasi bahwa anak penghafal Al-Qur'an yang memiliki hafalan tingkat rendah memilih perilaku agresi sebagai bentuk tindakan regulasi diri untuk menjaga harga dirinya. Bagi peneliti selanjutnya dapat meneliti hubungan perilaku agresi dengan tingkat hafalan anak penghafal Al-Qur'an sehingga dapat mengetahui taraf signifikansi hubungannya.

Referensi

- Amalina, R. N. (2018). *Regulasi Diri Siswa Penghafal al-Qur'andi SDIT Al Hakim Sleman Yogyakarta*. Thesis tidak dipublikasikan. Yogyakarta:UIN Sunan Kalijaga
- Badan Pusat Statistik. (2010). *Kewarganegaraan, Suku Bangsa, Agama, dan Bahasa sehari-hari Penduduk Indonesia Hasil Sensus Penduduk 2010*. Jakarta:Badan Pusat Statistik
- Baloch, A. ghafoor, Khalid, M. I., Saifee, A.-U.-R., & Moosa, I. (2018). *Importance of Grooming & Upbringing of Children In the Light of the Holy Quran and the Traditions of the Holy Prophet*. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.13181.67045>
- Cellar, D. F., Stuhlmacher, A. F., Young, S. K., Fisher, D. M., Adair, C. K., Haynes, S., ... Riester, D. (2011). Trait Goal Orientation, Self-Regulation, and Performance: A Meta-Analysis. *Journal of Business and Psychology*, 26(4), 467–483. <https://doi.org/10.1007/s10869-010-9201-6>

- Chairani, L., & Subandi, M. A. (2010). *Psikologi Santri Penghafal Al-Qur'an :Peranan Regulasi Diri*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Denissen, J. J. A., Thomaes, S., & Bushman, B. J. (2018). Self-regulation and aggression: Aggression-provoking cues, individual differences, and self-control strategies. Dalam *Routledge international handbooks. The Routledge international handbook of self-control in health and well-being* (hlm. 330–339). New York, NY, US: Routledge/Taylor & Francis Group.
- Farid, M., & Adib, M. (2018). *Fenomenologi: Dalam Penelitian Ilmu Sosial*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Feist, J., & Feist, G. J. (2008). *Theories of Personality* (6 ed.). Yogyakarta:Pustaka Pelajar.
- Frankel, L. A., Hughes, S. O., O'Connor, T. M., Power, T. G., Fisher, J. O., & Hazen, N. L. (2012). Parental Influences on Children's Self-Regulation of Energy Intake: Insights from Developmental Literature on Emotion Regulation. *Journal of Obesity*, 2012, 1–12. <https://doi.org/doi:10.1155/2012/327259>
- Ghanem, E., & Wahab, N. (2018). The Effect of Recitation Quran on the Human Emotions. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 8(2), 51–70. <https://doi.org/10.6007/IJARBS/v8-i2/3852>
- Halfon, N., Forest, C. B., Lerner, R. M., & Faustman, E. M. (2018). *Handbook of Life Course Health Development*. Witzerland: Springer.
- Hamdan, S. R. (2017). Kecerdasan Emosional dalam Al-Qur'an. 3(1), 35–45.
- Lavrakas, P. (2008). *Encyclopedia of Survey Research Methods*. <https://doi.org/10.4135/9781412963947>
- Levesque, C., Copeland, K. J., Pattie, M. D., & Deci, E. L. (2010). Intrinsic and Extrinsic Motivation. Dalam P. Peterson, E. Baker, & B. McGaw (Ed.), *International Encyclopedia of Education (Third Edition)* (hlm. 618–623). <https://doi.org/10.1016/B978-0-08-044894-7.00612-6>
- Marza, S. E. (2017). Regulasi Diri Remaja Penghafal al-Qur'an di Pondok Pesantren al-Qur'an Jami'atul Qurro' Sumatera Selatan. *Intelektualita*, 6(11), 145–160.
- McClelland, M. M., John Geldhof, G., Cameron, C. E., & Wanless, S. B. (2015). Development and Self-Regulation. *Handbook of Child Psychology and Developmental Science*, 1–43. <https://doi.org/10.1002/9781118963418.childpsy114>
- Meltzoff, A., & Williamson, R. (2017). Imitation and Modeling. Dalam *Reference Module in Neuroscience and Biobehavioral Psychology*. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-809324-5.05827-2>
- Mukodi. (2011). Nilai-nilai Pendidikan dalam Surat Luqman. *Walisono*, 19(2), 429–450.
- Rahmalia, P., Kardinah, N., & Kurniadewi, E. (2019). Tipe kepribadian conscientiousness dan self-regulated learning mahasiswa dalam menghafal Alquran Juz 30. *Jurnal Psikologi Islam*, 6(2), 63–78.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Intrinsic and Extrinsic Motivations: Classic Definitions and New Directions. *Contemporary Educational Psychology*, 25(1), 54–67. <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1020>

- Sakiz, G. (2015). Perceived teacher factors in relation to students' achievement- related outcomes in science classrooms in elementary school. 15. *Uropean Journal of Science and Mathematics Education*, 3(2):115-129
- Silvers, J. A., McRae, K., Gabrieli, J. D. E., Gross, J. J., Remy, K. A., & Ochsner, K. N. (2012). Age-related differences in emotional reactivity, regulation, and rejection sensitivity in adolescence. *Emotion*, 12(6), 1235–1247. <https://doi.org/10.1037/a0028297>
- Sirjani, R. A., & Khaliq, A. A. (2007). *Cara Cerdas Hafal Al -Qur'an*. Yogyakarta: Aqwam.
- Tanjung, F., Lukmawati, & Supriyanto, J. (2017). Al-Qur'an itu Menjaga Diri: Peranan Regulasi Diri Penghafal Al-Qur'an. *Jurnal Psikologi Islami*, 3(2), 94–105.

Submit	Review	Revisi	Diterima	Publis
24-04-2020	29-04-2020 sd 06-05-2020	08-05-2020	04-06-2020	22-06-2020

Sri Pangatin, Arih Merdekasari
STIT Islamiyah Karya Pembangunan
Email : sripangatin@gmail.com, arihatma01@gmail.com