

ANALISIS REGULASI DIRI SANTRI DALAM PEMBELAJARAN TAHFIDZ AL-QUR'AN PADA SEKOLAH *FULL DAY*

Submit, 24-01-2021 Accepted, 16-06-2021 Publish, 29-06-2021

Wafa' Maulida Zahro'¹, Giyoto²
IAIN Surakarta^{1,2}
p.giyoto@gmail.com²

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: 1) Regulasi diri santri penghafal al-Qur'an dalam pembelajaran *tahfidz al-Qur'an* pada program sekolah *full day*, 2) Faktor yang dominan dalam mempengaruhi Regulasi diri santri penghafal al-Qur'an. Metode penelitian ini adalah deskriptif kualitatif. Penelitian dilakukan di TPA Zahrawain Indonesia Cabang Pengging Banyudono Boyolali. Adapun subyek penelitian adalah santri tahfidz al-Qur'an dan informan penelitian adalah pimpinan lembaga, ustadzah lembaga, dan wali santri. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara dan observasi. Teknik keabsahan data yaitu reduksi data, sajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: 1) Regulasi diri santri penghafal al-Qur'an meliputi tiga aspek yaitu aspek; a) Metakognisi yang terdiri dari aspek perencanaan, pengorganisasian, dan aspek pengukuran kemampuan diri, b) Motivasi yang terdiri dari aspek kepercayaan diri dan kemandirian dalam hafalan, c) Perilaku yang terdiri dari aspek regulasi diri moral dan etika, penyeleksian dan pemanfaatan lingkungan. 2) Faktor yang dominan mempengaruhi regulasi santri tahfidz al-Qur'an meliputi 2 faktor, yaitu; a) Faktor internal yang berupa perilaku yang terdiri dari aspek observasi diri/*self observation* (menilai kemampuan diri yang berupa aspek moral dan etika, menyeleksi, memanfaatkan lingkungan) dan proses penilaian/*judgment process* (menilai kemampuan diri bersosialisasi dengan baik terhadap lingkungan, membatasi diri dari lingkungan/pergaulan yang salah/negatif) b) Faktor eksternal yang berupa lingkungan yakni adanya dukungan dari orang terdekat santri. Simpulan, ada tiga aspek yang menjadi regulasi diri santri penghafal al-Qur'an dalam pembelajaran *tahfidz al-Qur'an* pada program sekolah *full day* yaitu aspek metakognisi, motivasi dan perilaku dengan dua faktor yang mempengaruhi regulasi santri baik itu faktor internal maupun faktor eksternal dari santri.

Kata kunci: Regulasi diri, Tahfidzul Qur'an, dan Program sekolah *full day*

ABSTRACT

This study aims to determine: 1) self-regulation of students who memorize al-Qur'an in learning tahfidz al-Qur'an in full day school programs, 2) dominant factors in influencing self-regulation of students who memorize al-Qur'an. This research method is descriptive qualitative. The research was conducted at TPA Zahrawain Indonesia Pengging Banyudono Boyolali Branch. The research subjects were santri tahfidz al-Qur'an and the research informants were the head

of the institution, the ustadzah of the institution, and the guardian of the students. Data collection techniques using interviews and observations. Data validity techniques are data reduction, data presentation, and drawing conclusions. The results showed that: 1) The self-regulation of students who memorized al-Qur'an included three aspects, namely; a) Metacognition which consists of aspects of planning, organizing, and measuring aspects of self-ability, b) Motivation which consists of aspects of self-confidence and self-reliance in memorization, c) Behavior which consists of aspects of moral and ethical self-regulation, selection and environmental utilization. 2) The dominant factor influencing the regulation of students' tahfidz al-Qur'an includes 2 factors, namely; a) Internal factors in the form of behavior consisting of aspects of self observation (assessing self-ability in the form of moral and ethical aspects, selecting, utilizing the environment) and the judgment process (assessing one's ability to socialize well with the environment, limiting oneself) from the environment / association that is wrong / negative) b) External factors in the form of the environment, namely the support from those closest to the students. In conclusion, there are three aspects that become self-regulation of students who memorize the Koran in learning tahfidz al-Qur'an in full day school programs, namely aspects of metacognition, motivation and behavior with two factors that affect the regulation of students, both internal and external factors. of the students.

Keywords: Self-regulation, Tahfidzul Qur'an, and full day school program

PENDAHULUAN

Menghafalkan al-Qur'an adalah serangkaian aktivitas yang menuntut seseorang untuk memberikan tenaga, waktu, dan biaya. Menurut Nadhifah (2006) proses menghafalkan al-Qur'an bukanlah sesuatu yang mudah, ada yang sekali membaca langsung hafal dengan metodenya, dan juga ada berbagai macam problematikanya. Dalam proses menghafalkan al-Qur'an sudah tentu harus meluangkan waktu untuk menambah hafalan, menjaga hafalan, dan mengulang hafalan yang telah didapatkannya. Serangkaian proses kegiatan tersebut memerlukan waktu yang tidak sedikit dan proses yang panjang, sebab harus melewati proses panjang yaitu menghafalkan isi kuantitas dari al-Qur'an yang tidak sedikit yakni terdiri dari 30 juz, 114 surat, 6.236 ayat, 77.439 kata, dan 323.015 huruf yang semuanya berbeda dengan simbol huruf yang ada di Indonesia. Proses menghafalkan al-Qur'an tidak hanya melibatkan proses kognitif saja, akan tetapi penghafal al-Qur'an juga harus memiliki pengaturan diri (regulasi diri) yang baik agar mampu mencapai tujuannya dalam menyelesaikan hafalannya.

Pendidikan merupakan kebutuhan yang mutlak perlu dimiliki oleh manusia dalam kehidupannya. Manusia membutuhkan pendidikan untuk menghadapi segala bentuk permasalahan dalam kehidupannya. Manusia tidak bisa lepas dari pendidikan karena pada hakikatnya manusia mempunyai potensi-potensi untuk dapat dididik. Inovasi pendidikan sangat diperlukan untuk meningkatkan kualitas pendidikan di suatu negara. Pendidikan itu sendiri merupakan aspek penting dalam mengembangkan seluruh potensi dan kepribadian manusia.

Santri di TPA Zahrawain cabang Pengging merupakan anak penghafal al-Qur'an yang menempuh sekolah *full day*, sebagai siswa harus membagi waktu antara belajar, kegiatan ekstrakurikuler, bermain, berinteraksi dengan lingkungan sekitar dan juga menghafal al-Qur'an. Berdasarkan penuturan beberapa santri, ketika santri terlalu fokus pada kegiatan bermain dan harus mengerjakan tugas sekolah, maka kegiatan menghafalkan al-Qur'an menjadi terpecah. Orang tua santri mengatakan bahwa bermain sekedar melepas jenuh atas kelelahan sebab seharian berada di sekolah dan aktivitas muroja'ah namun kegiatan bermain sangat mempengaruhi tingkat keinginannya untuk menghafal al-Qur'an, santri belum maksimal dalam membagi waktu dengan baik. Dampak yang dirasakan adalah hafalan yang dimiliki tidak bertambah bahkan bila tidak sering muroja'ah akan hilang hafalan yang telah terekam dalam memori santri.

Menurut Mahmud Yunus (1990) tahfidz al-Qur'an terdiri dari dua suku kata yaitu tahfidz dan al-Qur'an, dimana dua kata tersebut memiliki arti yang berbeda. Kata tahfidz artinya menghafal, menghafal berasal dari kata dasar hafal yang dalam bahasa Arab "*hafidza – Yahfadzu – Hifdzan*" yang artinya selalu ingat dan sedikit lupa.

Ahmad Von Denffer (1988) mengatakan bahwa penghafalan al-Qur'an (*hifdz, tahfidz*) merupakan cara penyampaian al-Qur'an yang telah ada sejak pertama kali, dan telah dipraktikkan oleh umat Islam sejak pewahyuan dimulai. Al-Qur'an menjadi satu-satunya kitab suci didalam peradaban manusia yang telah dihafal untuk diteruskan, yang apabila dilacak akan sampai pada pribadi Nabi Muhammad SAW sendiri. Seorang penghafal al-Qur'an, perlu melatih diri dengan baik agar dapat menghafal al-Qur'an yang menjadi tujuan atau target seorang santri. Salah satu langkah yang dilakukan adalah dengan melakukan regulasi diri.

Regulasi diri merupakan salah satu faktor internal dari perilaku prokrastinasi. Pernyataan Suryani, seperti dikutip oleh Fitriya & Lukmawati (2016) menjelaskan bahwa regulasi diri bukan merupakan kemampuan mental seperti inteligensi atau keterampilan akademik seperti keterampilan membaca, melainkan proses pengarahan atau penginstruksian diri individu untuk mengubah kemampuan mental yang dimiliki menjadi keterampilan dalam suatu bentuk aktivitas.

M. Yasdar & Mulyadi (2018) mengutip pendapat Susanto yang menjelaskan jika *self regulation* dapat digambarkan sebagai sebuah siklus karena feedback dari tingkah laku sebelumnya yang digunakan untuk membuat penyesuaian dalam usahanya ini. Penyesuaian seperti itu diperlukan untuk menentukan tahap-tahap dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Di samping itu, *self regulation* juga merupakan motivasi secara intrinsik dan strategi untuk melakukan sesuatu.

Konsep *self-regulation* berkaitan dengan pembangkitan diri baik pikiran, perasaan, serta tindakan yang direncanakan dan adanya timbal balik yang disesuaikan pada pencapaian tujuan personal atau dengan kata lain *self-regulation* berhubungan dengan metakognisi, motivasi, dan perilaku yang berpartisipasi aktif untuk mencapai tujuan personal (Zimmerman, 1989).

Zimmerman memaparkan *self-regulation* mengacu pada diri yang terintegrasikan pada pikiran, perasaan, dan tindakan yang terencana secara siklus diadaptasi untuk mencapai tujuan pribadi. *Self-regulation learning* sebagai penelitian ranah psikologis yang tercermin dalam pergerakan strategi untuk

meningkatkan integrasi diri siswa, metakognitif, konsep diri (*self-concept*), dan kontrol diri (*self-control*).

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa proses metakognisi yang mengatur proses perencanaan, pemantauan/monitoring, dan evaluasi diri dalam aktivitas belajar seperti cara berfikir, pemantauan proses belajar, mengulangi pelajaran agar tercapai tujuan belajar, penguasaan pengetahuan dan keterampilan bagi individu serta pengaturan jadwal belajar guna untuk mencapai tujuan dalam belajar.

Pendapat Bandura seperti dalam Zummy Anselmus Dami & Polikarpus Parikaes (2018) mengatakan bahwa terdapat beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi diri dalam belajar diantaranya adalah: 1. Faktor internal (Pribadi dan perilaku) 2. Faktor eksternal (lingkungan, standar, dan penguatan)

Menurut John M. Echols & Hassan Shadily dalam Anggit Grahito Wicaksono (2017) secara etimologi kata *full day School* berasal dari bahasa inggris. *Full* mengandung arti penuh, dan *day* artinya hari. Jika digabung, akan mengandung arti sehari penuh. Sedangkan *school* mempunyai arti sekolah.

Endah Wulandari, et al. (2018) mengutip pendapat Sulistyanyingsih dalam yang menyatakan bahwa sekolah bertipe *full day* ini berlangsung hampir sehari penuh lamanya, yakni dari pukul 08.00 pagi hingga 15.00 sore. Sistem pengajaran dalam *full day School* yang berlangsung selama sehari penuh, mengemas seluruh program pembelajaran dan kegiatan siswa di sekolah secara efektif, karena lamanya waktu di sekolah menjadikan waktu belajar siswa menjadi efektif. Menurut Baharuddin dalam Endah Wulandari et al (2018) mengatakan bahwa belajar efektif bagi anak itu hanya 3-4 jam dalam sehari (dalam suasana formal) dan 7-8 jam sehari (dalam suasana informal). Hal ini bermaksud menggali potensi siswa secara total, yaitu dengan menitik beratkan pada situasi dan kondisi ketika anak didik dapat mengikuti proses belajar, tapi juga bermain.

Suharsimi Arikunto dalam Lis Yulianti Syafrida Siregar (2017) menjelaskan jika *full day School* merupakan suatu sistem pembelajaran yang dilaksanakan secara penuh, dimana aktifitas anak banyak dilakukan di sekolah daripada di rumah. Konsep dasar dari *full day School* adalah *integrated curriculum* dan *integrated activity* yang merupakan bentuk pembelajaran yang diharapkan dapat membentuk seorang anak (siswa) yang berintelektual tinggi yang dapat memadukan aspek keterampilan dan pengetahuan dengan sikap yang baik.

Dari uraian latarbelakang diatas, peneliti tertarik untuk mengetahui lebih jauh aspek regulasi diri dalam santri terkait kemampuan menghafal Al-Qur'an, adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui: 1) Regulasi diri santri penghafal al-Qur'an dalam pembelajaran *tahfidz al-Qur'an* pada program sekolah *full day*, 2) Faktor yang dominan dalam mempengaruhi Regulasi diri santri penghafal al-Qur'an di TPA Zahrawain Indonesia Cabang Pengging Banyudono Boyolali.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, yaitu strategi dan teknik penelitian yang digunakan untuk memahami masyarakat, masalah atau gejala dalam masyarakat dengan mengumpulkan sebanyak mungkin fakta mendalam, data disajikan dalam bentuk verbal bukan dalam bentuk angka (Noeng Muhadjir, 1996). Dalam hal ini penulis akan mendeskripsikan tentang kondisi objektif

regulasi diri santri penghafal al-Qur'an dan juga mendeskripsikan faktor yang mempengaruhi regulasi diri santri penghafal al-Qur'an. Dalam penelitian ini peneliti mengambil lokasi di Taman Pendidikan Al-Qur'an Zahrawain Pengging Banyudono Boyolali.

Adapun yang menjadi subyek dalam penelitian ini adalah Santriwan/Santriwati, informan adalah kepala lembaga, ustadzah (guru) dan orang tua dari santriwan/santriwati yang menghafal al-Qur'an di Taman Pendidikan Al-Qur'an Zahrawain Indonesia Cabang Pengging Banyudono Boyolali. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara dan observasi. Proses analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis data model interaktif (*interactive model of analisis*) yang terdiri dari tiga komponen analisis data, yakni reduksi data (*data reduction*), penyajian data (*data display*), dan penarikan kesimpulan (*data conclusion: drawing and verification*).

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Regulasi diri santri penghafal al-Qur'an adalah anak-anak yang mengatur dirinya dengan membuat perencanaan, memiliki tujuan, memiliki pengontrol perilaku, memiliki motivasi yang tinggi, adanya konsekuensi terhadap apa yang diperbuat dan mengadakan perilaku konsisten dalam mengatur waktu sehingga target terkait hafalan dapat dicapai sesuai perencanaan yang telah dibuat. Secara keseluruhan dari hasil penelitian diperoleh data bahwa terjadi regulasi diri pada santri penghafal al-Qur'an di TPA Zahrawain Indonesia Cabang Pengging Banyudono Boyolali, secara umur mereka para santri yang berusia 6-12 tahun dapat dikatakan masih usia anak-anak, ketika seorang anak yang masih asyik-asyiknya bermain dan berkeluh kesah mengenai proses serta teman dilingkungan sekolahnya justru mereka dapat mengontrol keseimbangan kearah sana dan mampu melakukan setoran hafalan kepada ustadzahnya di lembaga.

Baumeister & Vohs dalam Anis Fajar Utami (2017) mengatakan bahwa bentuk dari regulasi diri adalah dengan mengubah perilaku agar mengikuti aturan, mencocokkan dengan cita-cita, atau mengejar tujuan. Permasalahan yang terjadi di kalangan santri penghafal al-Qur'an usia anak-anak yang masih menempuh pendidikan formal adalah banyaknya kegiatan di dalam dan di luar lingkup sekolah serta kegiatan hafalan dalam rangka setoran kepada ustadzahnya. Selain permasalahan tersebut terkait teman-teman pergulannya, keluarga, serta lingkungan tempat tinggal akan mempengaruhi pencapaian tujuan dalam menghafal al-Qur'an.

Regulasi diri menjadi kata penting dalam upaya memenuhi tugas dari perkembangan seorang individu. Sebagaimana yang dikatakan oleh Raffaeli, Crockett & Shen (2005) bahwa regulasi diri pada individu terbentuk dari kecil dan mencapai tingkat yang stabil sekitar usia 13 tahun, kemampuan seseorang untuk dapat meregulasi diri dipengaruhi oleh umpan balik yang diberikan oleh lingkungan (situasi/kondisi dan orang-orang terdekat) sehingga hasil dari proses yang dilalui tersebut dapat terinternalisasi dalam diri individu yang menjadi sumber pedoman dalam bertindak (berperilaku).

Adapun pembahasan hasil penelitian yang telah dipaparkan pada pembahasan sebelumnya adalah sebagai berikut:

Regulasi metakognisi

Berdasarkan tema regulasi metakognisi ini, maka terdapat beberapa tema pokok yang termasuk dalam kategorinya, yaitu sebagai berikut:

- a. Perencanaan
Perencanaan dalam hafalan al-Qur'an: mengingat tujuan menghafal, menyiapkan metode hafalan, pemahaman pentingnya menjalani pendidikan formal, penyesuaian aktivitas/kebiasaan yang dilakukan sebelum menghafal al-Qur'an.
- b. Pengorganisasian
Pengorganisasian dalam hafalan al-Qur'an: pembagian waktu dalam hafalan dan pengerjaan tugas-tugas sekolah, menjaga hafalan al-Qur'an, kesulitan dan hambatan yang dihadapi.
- c. Pengukuran kemampuan
Pengukur kemampuan diri: mengatasi dan meminimalisir kesulitan yang dihadapi guna kelancaran dan kesuksesan dalam hafalan

Regulasi motivasi

Ditinjau dari aspek afektif penetapan tujuan berfungsi untuk menggerakkan sistem motivasi seorang individu, dimana motivasi adalah dorongan yang mengarahkan individu untuk mencapai tujuan. Motivasi mengandung energy, petunjuk, ketekunan, dan intensitas. Motivasi yang dibangun atas dasar kejelasan tujuan akan memperkuat komitmen seorang individu penghafal al-Qur'an untuk mencapai tujuannya. Dalam regulasi aspek motivasi ini terdapat beberapa tema yang ditemukan peneliti, yakni sebagai berikut:

- a. Efikasi diri (Kepercayaan diri)
Variasi niat ini pada proses hafalan al-Qur'an akan memunculkan dinamika regulasi diri yang berbeda pada masing-masing santri. Kepercayaan diri (efikasi diri) santri sejak awal akan memberikan kekuatan secara internal, disebabkan kekuatan itulah akan muncul kemampuan, dan dari kemampuan yang dimiliki tersebut akan berimbas pada pengamalan dalam kehidupan sehari-hari.
 - Keyakinan
 - Kemampuan
 - Pengamalan dalam kehidupan sehari-harinya.
- b. Mandiri dalam hafalan
Tema ini memperlihatkan bagaimana usaha-usaha yang dilakukan oleh santri untuk penguasaan ayat yang akan dihafalkannya. Dari sinilah akan muncul pembahasan bagaimana strategi yang santri tempuh guna mencapai tujuan yakni menghafalkan ayat al-Qur'an. Cara-cara yang diterapkan sebagian narasumber ini lebih mirip dengan strategi dalam belajar kerana menghafal merupakan proses kognitif. Keunikannya terletak pada dimensi-dimensi yang mendukung proses masuknya informasi ke dalam otak. Hal penting dalam tema ini adalah kelurusan niat, Pemeliharaan waktu dan tempat yang tepat juga digunakan sebagai cara agar tetap dapat menghafal mengingat suasana kamar yang sering ramai, santri merasa lebih nyaman jika menghafal dalam situasi yang tenang dan sunyi sehingga memilih tempat dan waktu yang tepat untuk menghafal, memilih tempat dan waktu yang tepat untuk menghafal agar tetap berkonsentrasi meskipun ada sedikit gangguan dari

lingkungan. Cara lainnya adalah tidak membaca dengan terburu-buru, harus dibaca dengan tartil dan sesuai dengan tajwidnya. Dimana dalam semua proses tersebut tidak mengutamakan pendampingan orang tua secara eksklusif apabila kedua orang tua sedang banyak aktivitas untuk keseimbangan kehidupan dalam lingkungan keluarga.

Regulasi perilaku

Dalam teori perilaku, ketika seseorang berusaha untuk mencari penguat bagi perilaku yang mereka lakukan. Dimana regulasi diri merupakan seperangkat perilaku yang telah dipelajari dan dikembangkan sebagai hasil latihan dalam menghadapi berbagai ketidakpastian yang ada dalam kehidupan seorang individu. Regulasi mengarah pada peningkatan frekuensi dan intensitas penguat. Selain hal tersebut, juga sebagai pembuka peluang individu untuk belajar menunda penerimaan penguat (*reinforcement*) yang menyenangkan dalam upaya untuk mengontrol perilakunya.

- Aspek regulasi diri moral dan etika
- Menyeleksi
- Memanfaatkan lingkungan dengan sebaik-baiknya

Faktor yang Dominan dalam Mempengaruhi Regulasi Diri Santri Penghafal Al-Qur'an di TPA Zahrawain Indonesia Cabang Pengging. Berikut ini merupakan faktor-faktor yang mempengaruhi santri dalam menghafal al-Qur'an:

1. Perilaku (faktor internal)

a. *Self observation* (observasi diri)

Kemampuan menilai diri sendiri ini sangat penting dimiliki oleh para santri penghafal al-Qur'an sebab hal tersebut merupakan salah satu pondasi dasar untuk tercapainya target yang telah ditetapkan. Menilai kemampuan diri bisa dilakukan dengan tidak membandingkan diri sendiri dengan orang lain, dalam artian harus percaya dengan kemampuan yang dimiliki masing-masing dari diri individu. Selanjutnya dapat dilakukan dengan bertanya kepada orang lain tentang kemampuan yang dimiliki, karena orang lain yang dapat mengamati berdasarkan sudut pandangnya tentang kemampuan yang kita miliki.

Menargetkan hafalan juga dapat dilakukan sebagai salah satu cara untuk menilai kemampuan diri karena dengan adanya target ini, maka akan menjadikan tantangan tersendiri terhadap diri individu. Setoran hafalan kepada ustadzah juga dapat dilakukan sebagai bukti bahwa kita telah mampu mencapai target yang diinginkan. Pada kemampuan menilai diri sendiri terdapat tujuan jangka pendek dan tujuan jangka panjang yang ingin dicapai.

Sebagian besar santri menetapkan tujuan jangka pendek dan tujuan jangka panjang. Tujuan jangka pendek biasanya ditetapkan berdasarkan target hafalan dalam hitungan kuantitas (menggunakan ukuran banyaknya pendapatan yang diperoleh). Sedangkan tujuan jangka panjang yang ditetapkan dalam perencanaan langkah-langkah yang akan ditempuh selanjutnya selama berada dalam proses menghafal agar keseluruhan tujuannya dapat tercapai.

Tujuan jangka pendek yang ingin dicapai oleh para santri ini adalah menghafal minimal 1 juz dalam 3 bulan, dan menjadi lebih dekat dengan al-Qur'an. Sedangkan tujuan jangka panjang yang ingin mereka capai adalah hafal 30 juz dan muraja'ah seumur hidup, kemudian memberi mahkota untuk kedua orang tua di akhirat nanti sebagai hadiah yang indah.

b. *Judgment process* (proses penilaian)

Proses melihat kesesuaian tingkah laku dengan standar pribadi dapat dilakukan dengan mengatur lingkungan agar sesuai dengan yang kita butuhkan dalam beraktivitas sebagai penghafal al-Qur'an dan juga sebagai siswa di sekolah formal. Dapat dilakukan dengan bersosialisasi dengan baik terhadap lingkungan dan membatasi diri dari lingkungan atau pengaruh yang negatif

2. Reaksi diri (faktor internal)

Pertama, evaluasi diri (Instropeksi) terhadap hal-hal yang telah dilalui dapat dilakukan dengan memperbaiki bacaan al-Qur'an, belajar dari kesalahan, belajar kepada orang lain yang dianggap bisa membantu memperbaiki kesalahan, memberi nasihat kepada diri sendiri terhadap apa yang sudah dilalui, serta tidak mudah merasa berpuas diri terhadap pencapaian yang telah diraih.

Kedua, teguran dan apresiasi terhadap diri sendiri. Memberikan teguran dan apresiasi terhadap kesalahan dan prestasi yang sudah didapatkan berguna untuk memperbaiki kesalahan dan juga memberikan penghormatan kepada diri sendiri karena sudah berhasil memenuhi target. Teguran kepada diri sendiri dilakukan dengan berpikiran dan bertindak untuk lebih baik dari hari kemarin, menggunakan waktu luang untuk menghafal seperti contoh pada sela-sela waktu belajar di sekolah (saat istirahat/jam kosong). Sedangkan apresiasi kepada diri sendiri dilakukan sebagai penghargaan kepada diri sendiri karena telah berhasil memenuhi target, dapat dilakukan dengan menyenangkan diri dengan membeli makanan atau mainan yang disukai, kemudian memberikan senyuman kepada orang lain sebagai bentuk sedekah yang paling mudah.

3. Lingkungan (faktor eksternal)

Faktor eksternal dalam regulasi diri dapat berupa dukungan yang didapat dari orang-orang terdekat seperti orang tua dan saudara-saudara. Tema pada hal ini membahas tentang hal-hal yang secara signifikan mempengaruhi proses menghafal yaitu adanya dukungan dari orang terdekat, pentingnya dukungan yang diberikan dapat berupa pemberian semangat, memberikan doa agar selaku dilancarkan proses menghafal al-Qur'an dan juga sekolah yang dijalaninya, nasihat, iming-iming dan juga berbentuk kontrol yang dilakukan oleh orang tua dan saudara. Dukungan ini juga didapat dalam bentuk pemberian motivasi, serta selalu memberikan support atau dukungan terbaiknya

SIMPULAN

Simpulan, ada tiga aspek yang menjadi regulasi diri santri penghafal al-Qur'an dalam pembelajaran *tahfidz al-Qur'an* pada program sekolah *full day* yaitu aspek metakognisi, motivasi dan perilaku dengan dua faktor yang mempengaruhi regulasi santri baik itu faktor internal maupun faktor eksternal dari santri.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahzami, Samiun Jazuli. (2006). *Kehidupan dalam Pandangan Al-Qur'an*. Jakarta: Gema Insani Press.
- Anggit Grahitto Wicaksono. (2017). Fenomena Fullday School dalam Sistem Pendidikan Indonesia. *Jurnal Komunikasi Pendidikan*, 1, 2549-1725.
- Apriyani, Nurul F., Harto W. (2018). Dari Full Day School ke Kebijakan Enam Hari Sekolah: Rasionalisasi Praktik dan Evaluasi Pembelajaran Pasca Full Day School di SMA Negeri 1 Kedungreja Kabupaten Cilacap. *Sosietas*, 8(2).
- Arini D.,A . (2013). *Regulasi Diri Mahasiswa Ditinjau dari Keikutsertaan dalam Organisasi Kemahasiswaan*, 1(2)
- Dita F., H & Sugeng B., W. (2018). Pembelajaran Program Full Day School di SD Muhammadiyah Gunungpring. *Jurnal Pembangunan Pendidikan: Fondasi dan Aplikasi*, 6(2)
- Endah W, Marhan T & K. (2018). Analisis Implementasi Full Day School sebagai Upaya Pembentukan Karakter Siswa di SD Muhammadiyah 4 Kota Malang. *Jurnal Pemikiran dan Pengembangan SD*, 6(1).
- Fitria & Lukmawati. (2016). Hubungan Antara Regulasi Diri dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Mitra Adiguna Palembang. *PSKIS-Jurnal Psikologi Islam*, 2(1).
- Hidayah, A. (2018). Metode tahfidz al-Qur'an untuk anak usia dini (kajian atas Buku rahasia sukses 3 hafizh Quran Cilik Mengguncang dunia). *Jurnal Studi Ilmu-ilmu Al-Qur'an dan Hadis*, 18(1), 51-70.
- Ida B., M. (2004). *Filsafat Penelitian dan Metode Penelitian Sosial*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Idad S. (2016). *Psikologi Perkembangan Anak Usia Dini (Raudhatul Athfal)*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Koentjaraningrat. (1991). *Metode-metode Penelitian Masyarakat*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Kusaeri, K., & Mulhamah, U. N. (2016). Kemampuan regulasi diri siswa dan dampaknya terhadap prestasi belajar matematika. *Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Sruabaya*, 1(1), 31-42.
- Lexy J. Moleong. (2010). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Lutfy, A. (2016). Metode Tahfidz Al-Qur'an (Studi Komparatif Metode Tahfidz Al-Qur'an di Pondok Pesantren Madrasah al-Hufadz II Gedongan Ender, Pangenan Cirebon dengan Pondok Pesantren Tahfidz Qur'an Terpadu Al-Hikmah Bobos, Dukupuntang Cirebon). *Holistik*, 14(2).
- M. Yasdar & Mulyadi. (2018). Penerapan Teknik Regulasi Diri (Self Regulation) untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling STKIP Muhammadiyah Enrekang. *Edumaspul Jurnal Pendidikan*, 2(2).
- Nana Syaodih Sukmadinata. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Ruminta, Sri Tiatri & Heni Mularsih. (2017). Perbedaan Regulasi Diri Belajar pada Siswa Sekolah Dasar Kelas VI Ditinjau dari Jenis Kelamin. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*. 2(2).

Sugiono. (2012). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta.