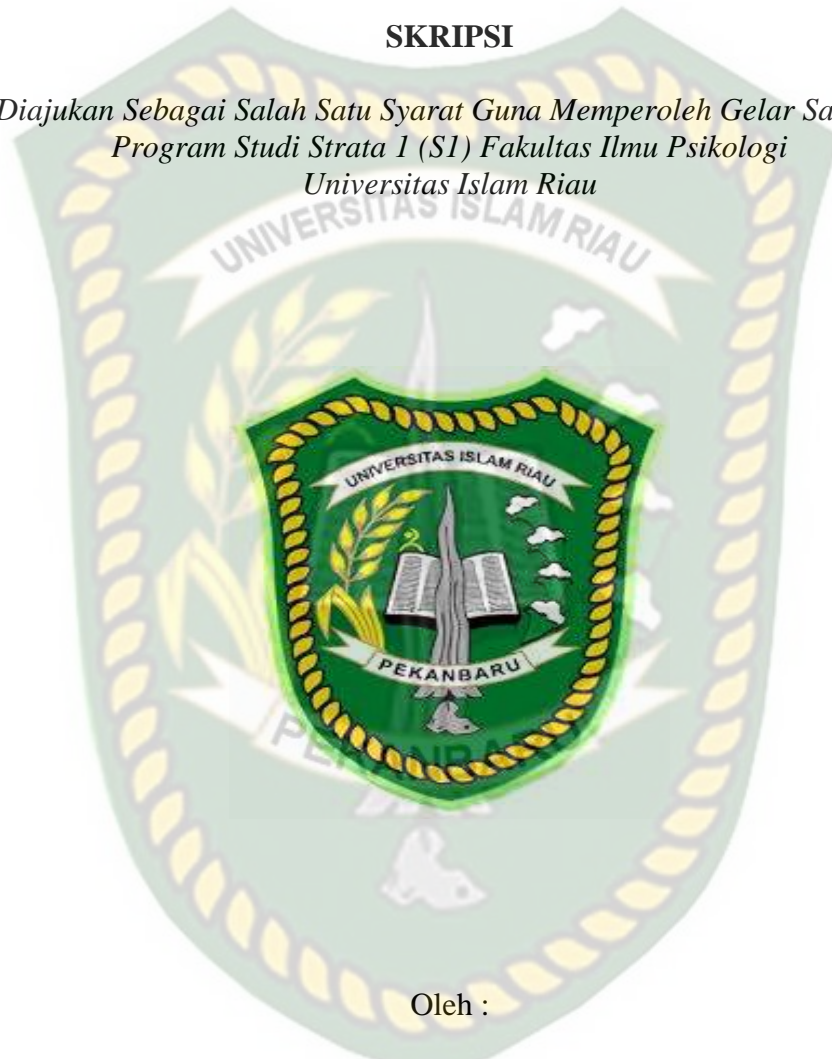


**HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DENGAN PROKRASINASI
DALAM MENGHAFAL AL-QUR'AN PADA SANTRI PONDOK
PESANTREN X PEKANBARU**

SKRIPSI

*Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana
Program Studi Strata I (S1) Fakultas Ilmu Psikologi
Universitas Islam Riau*



Oleh :

Nurgaya Fitriani

148110106

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM RIAU
PEKANBARU**

2019

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum, wr.wb...

Alhamdulillah rabbil'alamin, segala puji dan syukur kehadiran Allah SWT, yang senantiasa memberikan rahmat dan hidayahnya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “**Hubungan Antara Regulasi Diri dengan Prokrastinasi dalam Menghafal Al-Qur’an pada Santri Pondok Pesantren X Pekanbaru**”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar sarjana program studi strata 1 (S1) pada Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.

Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Pada kesempatan kali ini penulis dengan segala kerendahan hati ingin mengucapkan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Syafrinaldi, SH., MCL, selaku Rektor Universitas Islam Riau.
2. Bapak Yanwar Arief, M.Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Universitas Islam Riau.
3. Ibu Tengku Nila Fadhliha, M.Psi., Psikolog selaku Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Psikologi Universitas Islam Riau.
4. Ibu Irma Kusuma Salim, M.Psi., Psikolog selaku Wakil Dekan II fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
5. Ibu Lisfarika Napitupulu, M.Psi, Psikolog selaku Wakil Dekan III Fakultas Ilmu Psikologi Universitas Islam Riau.
6. Ibu Yulia Herawati, S.Psi., MA, selaku Ketua Program Studi Fakultas Ilmu Psikologi Universitas Islam Riau.
7. Ibu Irma Kusuma Salim, M.Psi., Psikolog selaku Dosen pembimbing I yang telah meluangkan banyak waktunya ditengah kesibukan, namun selalu memberikan masukan, dorongan dan saran demi memberikan konsep penelitian, sehingga peneliti termotivasi untuk menyelesaikan skripsi ini.

8. Ibu Juliarni Siregar, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing II yang memberikan kritik, saran dan perbaikan yang bermanfaat agar skripsi ini menjadi jauh lebih baik lagi
9. Bapak Yanwar Arief, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Penguji yang telah memberikan saran, arahan dan perbaikan yang sangat membangun sehingga skripsi ini menjadi jauh lebih baik lagi.
10. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau yang tidak dapat di sebutkan satu persatu, terimakasih atas dukungan serta ilmu yang bermanfaat bagi penulis selama penulis belajar di Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
11. Seluruh Staff dan Karyawan Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau yang telah banyak membantu dan memberikan kemudahan dalam mengurus segala dokumen persyaratan akademik kegiatan perkuliahan.
12. Kepada pihak Pondok Pesantren X Pekanbaru yang telah memberikan kesempatan bagi peneliti untuk dapat melangsungkan penelitian dan memperoleh data, terutama Ustad Agus Salim dan Ustadzah Cici yang sudah membantu dalam proses penelitian serta memberikan dukungan kepada peneliti, dan teruntuk seluruh Ustad dan Ustadzah serta staff yang tidak dapat peneliti sebutkan, terimakasih untuk keluangan waktu yang diberikan ketika proses penelitian.
13. Kedua orang tua yang paling dibanggakan Ayahanda Anwar Sazali, M.Pd, Almh. Ibunda tercinta Evi Julianti, dan Ibunda Winda Sari yang saat ini selalu ada dan menemani. Abang ku tersayang abang Muhammad Yusuf, Adik ku tersayang Rizal Syarif, Siti Zubaida, Muhammad Zulfadli, Siti Nurhayati, Dimas Arga Bagas Kara, Mutia Salwa Mahira, Muhammad Fauzi, Bahauddin Assabani, dan Sri Wulan Handayani.
14. Pamanku Munawar Kholil S.Th.I.,M.Pd.I dan ibuku Fitri Hariani Nst, S.Pd yang sudah memberikan dukungan baik dukungan moril atau materil, beserta seluruh keluarga besar Salman Da'im yang selalu memberikan do'a yang tiada henti, motivasi, kasih sayang dan semangat sehingga peneliti merasa termotivasi untuk dapat menyelesaikan skripsi ini.
15. Ridho Hamdani Nadap dap yang selalu memberikan do'a, selalu menemani dan menjaga selama di rantauan, yang selalu sabar, bersedia menjadi tempat curhat, selalu memotivasi, memberi kasih sayang dan dukungan dari awal kuliah hingga skripsi ini selesai.

16. Sahabatku Siti Nurhidayah, S.Psi, Magdalena br Tamba, S.Psi, Cici Dwi Fitri, Dernita Kristiani, Nurhasanah, Fitria Ningsih, teman – teman kelas C dan seluruh rekan seperjuangan Fakultas Psikologi angkatan 2014 yang tidak bisa disebutkan namanya satu persatu atas segala kebersamaan, bantuan, dukungan dan kesediaan telah membantu peneliti dalam kegiatan akademik perkuliahan
17. Terimakasih untuk teman kos Cewek Kece ku, Kak Mentari Puji Ayu Putri, Tilipiji Apita, Sri anni Ritonga, Dewi Ratna, Risky Wahyuni, yang sudah memberi warna disetiap hari ku selama diperantauan dan terimakasih motivasi dan dukungannya selama ini
18. Terimakasih untuk Adek – adek rusuh Ade Kurniawan, Kiel, Zepta, arif, reyhan yang sudah menemani dan selalu nanyak kapan wisuda, dan Alhamdulillah sudah terjawab pertanyaan kalian, dan semoga segera menyusul.
19. Terimakasih kepada semua pihak yang terlibat dalam proses skripsi ini yang tidak dapat di sebutkan satu persatu.

Penulis banyak menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini jauh dari kata sempurna. Oleh sebab itu, dengan segala kerendahan hati penulis mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun untuk menjadi bahan koreksi agar karya ini menjadi lebih baik dan menambah wawasan.

Wassalamualaikum, wr.wb

Pekanbaru, 20 Maret 2019

NURGAYA FITRIANI

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
HALAMAN PERNYATAAN SKRIPSI.....	ii
ABSTRAK	iii
PERSEMBAHAN.....	vi
MOTTO	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penulisan.....	8
D. Manfaat Penulisan	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Prokrastinasi dalam Menghafal Al-Qur'an.....	10
1. Pengertian Prokrastinasi	10
2. Menghafal Al-Qur'an	13
3. Prokrastinasi Menghafal Al-Qur'an.....	15
4. Faktor – Faktor Prokrastinasi.....	16
5. Aspek – Aspek Prokrastinasi	18
B. Regulasi Diri	20
1. Pengertian Regulasi Diri.....	20
2. Aspek – Aspek Regulasi Diri	23
3. Bentuk –Bentuk Regulasi Diri.....	25
4. Faktor-Faktor Regulasi Diri.....	26
C. Kerangka Pemikiran	27
D. Hipotesis	30

BAB III METODE PENELITIAN	31
A. Identifikasi Variabel Penelitian	31
B. Definisi Operasional	31
1. Prokrastinasi Dalam Menghafal Al-Qur'an.....	31
2. Regulasi Diri	32
C. Subjek Penelitian	32
1. Populasi.....	32
2. Sampel	33
D. Metode Pengumpulan Data.....	34
1. Skala Prokrastinasi Dalam Menghafal Al-Qur'an.....	34
2. Skala Regulasi Diri	37
E. Validitas dan Reliabilitas	39
1. Validitas	39
2. Reliabilitas	39
F. Metode Analisis Data	40
1. Uji Normalitas.....	40
2. Uji Linieritas	40
3. Uji Hipotesis	41
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	42
A. Prosedur Penelitian	42
1. Orientasi Kencah Penelitian	42
2. Pengembangan Alat Ukur.....	42
a. Penulisan Aitem.....	43
b. Validitas Aitem.....	43
c. Uji Coba (<i>Try Out</i>)	43
d. Analisis Reliabilitas dan Daya Beda Aitem	44
B. Pelaksanaan Penelitian.....	47
C. Deskripsi Data Penelitian.....	47
D. Hasil Analisis Data	50
1. Uji Asumsi	50
a. Uji Normalitas.....	50

b. Uji Linearitas	52
2. Uji Hipotesis.....	52
E. Pembahasan	53
BAB V PENUTUP	59
A. Kesimpulan	59
B. Saran	59
DAFTAR PUSTAKA	60



DAFTAR TABEL

3.1.	<i>Blue Print</i> Skala Prokrastinasi dalam Menghafal Al-Qur'an Sebelum <i>Try Out</i>	36
3.2.	<i>Blue Print</i> Skala Regulasi diri Sebelum <i>Try Out</i>	38
4.1	Penyebaran Sample	42
4.2	<i>Blue Print</i> Skala Regulasi diri Setelah <i>Try Out</i>	45
4.3	<i>Blue Print</i> Skala Prokrastinasi dalam Menghafal Al-Qur'an Setelah <i>Try Out</i>	46
4.4	Penskoringan Data Empirik dan Hipotetik	47
4.5	Rumus Kategori	48
4.6	Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Regulasi Diri.....	49
4.7	Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Prokrastinasi dalam Menghafal Al-Qur'an	49
4.8	Hasil Uji Normalitas	51
4.9	Hasil Uji Linieritas	52
5.0	Hasil Koefisien Determinan	54
	LAMPIRAN.....	

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DENGAN PROKRASTINASI
DALAM MENGHAJAL AL-QUR'AN PADA SANTRI PONDOK
PESANTREN X PEKANBARU**

**Nurgaya Fitriani
148110106**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM RIAU**

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara regulasi diri dengan prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an pada santri Pondok Pesantren X Pekanbaru. Subjek dalam penelitian ini terdiri dari 282 santri yang dipilih dengan teknik *disproportional stratified sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala regulasi diri yang terdiri dari 31 aitem dan skala prokrastinasi yang terdiri dari 32 aitem yang disusun sendiri oleh peneliti. Data dianalisis menggunakan analisis korelasi *pearson product moment*. Hasil analisis korelasi menunjukkan nilai $r = -0,213$ dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan dengan arah yang negatif antara regulasi diri dengan prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an pada santri pondok pesantren X Pekanbaru. Artinya semakin tinggi regulasi diri, maka semakin rendah prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an pada santri. Sumbangan efektif variabel regulasi diri terhadap prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an sebesar 4,6%, sisanya 95,4% dipengaruhi variabel lain.

Kata Kunci: Regulasi diri, Prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an, Santri Pondok Pesantren

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-REGULATION AND
PROCRASTINATION IN MEMORIZING THE QUR'AN ON STUDENTS OF
X ISLAMIC BOARDING SCHOOL PEKANBARU**

**Nurgaya Fitriani
148110106**

**FACULTY OF PSYCHOLOGY
ISLAMIC UNIVERSITY OF RIAU**

ABSTRACT

This study aims to determine whether there is a relationship between self-regulation and procrastination in memorizing the Qur'an on students of X Islamic Boarding School Pekanbaru. The subjects in this study consisted of 282 students selected by using disproportional stratified sampling techniques. The instrument used in this study was a self-regulation scale consisting of 31 items and a procrastination scale consisting of 32 items compiled by the researcher. The data were analyzed by using correlation analysis of Pearson product moment. The results of the correlation analysis shows a value of $r = -0.213$ with a significance value of 0.000 ($p < 0.05$). It shows that there is a significant relationship with the negative direction between self-regulation and procrastination in memorizing the Qur'an on students of X Islamic Boarding School Pekanbaru. This means that the higher the self-regulation, the lower the procrastination in memorizing the Qur'an on the students. The effective contribution of the self-regulation variable to procrastination in memorizing the Qur'an is 4.6%, the remaining 95.4% is influenced by other variables.

Keywords: Self-regulation, Procrastination in memorizing the Qur'an, Islamic Boarding School Students

الإسلامية الداخلية في بيكانبارو X العلاقة بين التنظيم الذاتي والمماثلة في حفظ القرآن لدى طلبة مدرسة

نور غايا فطرياني

148110106

كلية علم النفس

الجامعة الإسلامية الرياوية

الملخص

تهدف هذه الدراسة إلى تحديد ما إذا كانت هناك علاقة بين التنظيم الذاتي والمماثلة في حفظ القرآن لدى طلبة مدرسة طالبا تم اختيارهم من خلال أساليب أخذ العينات 282 الإسلامية الداخلية. تكونت المواد في هذه الدراسة من X مادة 31 التطبيقية غير المتناسبة. كانت الأداة المستخدمة في هذه الدراسة عبارة عن مقياس التنظيم الذاتي يتكون من مادة تم جمعها من قبل الباحثة نفسها. تم تحليل البيانات باستخدام تحليل ارتباط 32 ومقياس المماثلة يتكون من $p < 0.05$ بقيمة دلالة $r = -0.213$ العزومي لحواصل الضرب لبيرسون. أظهرت نتائج تحليل الارتباط قيمة X هذا يدل على وجود علاقة ذات الدلالة السلبية بين التنظيم الذاتي والمماثلة في حفظ القرآن لدى طلبة مدرسة الإسلامية الداخلية في بيكانبارو. وهذا يعني أنه كلما ارتفع التنظيم الذاتي، انخفض المماثلة في حفظ القرآن لدى % 95.4، وتتأثر نسبة 4.6 الطلبة. إن المساهمة الفعالة لمتغير التنظيم الذاتي في المماثلة في حفظ القرآن هو المتبقية بمتغيرات أخرى.

الكلمات المفتاحية: التنظيم الذاتي، المماثلة في حفظ القرآن، طلبة مدرسة الإسلامية الداخلية.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pesatnya pertumbuhan dan perkembangan suatu lembaga pondok pesantren sangat erat hubungannya dengan masuknya Islam di Indonesia, dimana semua bermula pada saat orang – orang tertarik untuk mendalami ajaran Islam seperti ritual beribadah dan membaca kitab suci agama Islam tersebut (Departemen Agama, 2004).

Pendidikan Indonesia mencatat bahwa sekolah islam ataupun yang sering disebut pesantren merupakan suatu lembaga pendidikan Islam yang paling tua di Indonesia. Ini dapat dilihat dan dibuktikan dengan catatan – catatan sejarah bangsa Indonesia. Adapun misi dari lembaga pendidikan pesantren ini adalah mendidik santri – santrinya dalam bidang oral dan religiusitas yang nantinya akan mendalami dan menguasai ilmu agama Islam dan menjadi seorang alim ulama yang cerdas, menyebarkan agama Islam, dan mempertahankan umat didalam bidang akhlak (Departemen Agama, 2004).

Kurikulum yang ada di Pondok pesantren berbeda dengan kurikulum yang ada di pendidikan formal, bahkan disetiap pondok pesantren juga tidak memiliki kurikulum yang sama. Selama kurun waktu yang panjang, didalam pondok pesantren telah dikenalkan dan diterapkan suatu metode pembelajaran seperti membaca kitab kuning yang diartikan kedalam bahasa ibu (bahasa sunda atau jawa) yang

dilakukan secara individu yang dibimbing oleh ustad atau kiyai seperti munazharah, halaqaah, majelis ta'lim, serta hafalan (tahfidz). Metode pembelajaran yang diterapkan oleh hampir semua pondok pesantren yakni hafalan (tahfidz) Al-Qur'an (Departemen Agama, 2004).

Sahabat Nabi Besar Muhammad SAW Usman Bin Affan ra mendengar rasullullah bersabda: *"Orang yang paling baik adalah orang yang mempelajari Al-Qur'an dan mengajarkannya"* (shahih Al – Bukhari, Abu Dawud, At – Tirmidzi, Ibnu Majah, dan Al – Darimi). Hadist ini menyatakan bahwa penganut agama Islam yang baik adalah penganut yang mempelajari Al-Qur'an dan mengajarkannya. Arti dari mempelajari disini adalah suatu upaya untuk memperbaiki diri, sedangkan mengajarkannya adalah suatu nilai dakwah untuk menyampaikannya kepada sesama muslim (Chairani & Subandi, 2010).

Proses dalam menghafal Al-Qur'an terbilang tidaklah mudah, dibutuhkan kesungguh – sungguhan dan keikhlasan yang mendalam, dimana seorang penghafal harus dapat mengingat sebanyak 114 Surat, 6.236 Ayat, 77.439 kata, dan 323.015 huruf yang sangat berbeda dengan simbol huruf dan pengucapannya dalam Bahasa Indonesia (Chairani & Subandi, 2010).

Dalam menghafal Al-Qur'an, seorang penghafal tidak hanya mengandalkan kekuatan memori, akan tetapi juga harus melalui proses penerapan dalam kehidupan dan menguasai hafalan secara keseluruhan

dan juga dapat bertanggung jawab dalam pengamalannya dikehidupan serta memegang teguh perintah dari dalam Al-Qur'an yang dihafalkannya hingga akhir hayat (Chairani & Subandi, 2010).

Berdasarkan pengamatan yang penulis lakukan di salah satu pondok pesantren X di Pekanbaru, penulis melihat banyaknya Santri yang sibuk menghafal dan antri untuk setoran hafalan. Berdasarkan informasi yang penulis dapatkan, mereka melakukan penyetoran hafalan Al-Qur'an pada waktu subuh minimal satu setengah lembar untuk kelas I sampai III dan tiga setengah lembar untuk kelas IV sampai VI. Pada sore hari setelah selesai sholat Ashar, santri melakukan muraja'ah (pengulangan hafalan) yang sudah disetor pada waktu subuh.

Permasalahan lainnya juga muncul pada diri santri pada saat melakukan hafalan Al-Qur'an, dimana berdasarkan wawancara yang peneliti lakukan dengan salah satu ustazah disana, bahwa kurang lebih dari 800 santri, hampir 45% santri di pondok pesantren tersebut sering menunda hafalan. Penundaan ini terjadi karna banyaknya kegiatan lain yang harus dilakukan di dalam Pondok seperti Muhadoroh, mendengar ceramah ustad, dan tugas – tugas mata pelajaran dari ustadz dan ustadzah. Dalam ilmu psikologi, penundaan disebut juga dengan istilah prokrastinasi yang merupakan suatu tindakan perilaku dalam suatu hal dengan sengaja diabaikan tanpa memikirkan penundaan yang dilakukan harus segera diselesaikan dengan tepat waktu. Rumiani

(2006) menambahkan bahwa prokrastinasi adalah kecenderungan menunda untuk melakukan sesuatu seperti memulai, melaksanakan dan mengakhiri suatu aktivitas yang dilakukan.

Kata prokrastinasi diambil dari bahasa latin yaitu *procrastination* dengan awalan “*pro*” yang berarti dorongan ataupun bergerak maju dan kata “*crastinus*” yang berarti suatu keputusan yang diberikan dihari esok dan apabila disimpulkan memiliki makna bahwa penundaan yang dilakukan sampai hari esok (dalam Ghufron, 2016). Seseorang yang disebut prokrastinator memiliki pandangan bahwa suatu tugas harus diselesaikan secara sempurna, sehingga dia akan merasa aman apabila tidak memulainya dengan segera (Ghufron, 2016).

Penundaan atau yang sering dikatakan prokrastinasi ialah suatu sifat penundaan yang dilakukan untuk memulai dan menyelesaikan suatu tugas atau kegiatan yang mana hal ini disebabkan karena sulitnya mengambil keputusan untuk memulai suatu kegiatan yang harus segera diselesaikan, pembrontakan terhadap kontrol diri, dan kurangnya rasa takut akan konsekuensi dari kesuksesannya dimasa mendatang (Solomon & Rothblum, 1984). Steel (2007) menambahkan bahwa prokrastinasi itu adalah bentuk kesengajaan untuk menunda suatu tindakan atau tugas yang mana kita mengetahui dampak negatif yang akan terjadi nantinya.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Wiyarti dan Setiawan (2017), menyatakan bahwa prokrastinasi merupakan perilaku yang dilakukan agar individu menghindari timbulnya stres. Sebenarnya untuk mengurangi stres yang dibutuhkan adalah dukungan emosional dari teman – teman sebaya yang bertujuan agar mengurangi timbulnya perilaku prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an yang menunjukkan hasil 51,55% dalam kategori rendah.

Wolters (2003) juga menyatakan bahwa seorang yang menunda pekerjaan menyadari pentingnya tugas dan manfaat dari tugas tersebut, akan tetapi sengaja menunda – nunda secara intens yang akhirnya menimbulkan rasa tidak nyaman, merasa was – was, dan bersalah. Penundaan yang dilakukan oleh santri tidak lepas dari sulitnya santri untuk memanfaatkan atau membagi waktu dan melakukan penataan atau regulasi diri yang baik.

Pengaturan diri dalam ilmu Psikologi dapat disebut dengan regulasi diri (*self regulation*) yakni cara yang dilakukan oleh seseorang untuk mengatur diri agar terjadi keseimbangan disetiap perannya untuk mencapai target yang diinginkan dalam menghafalkannya. Pada umumnya santri yang menghafal di pondok pesantren tahfidz Al - Qur'an dapat khatam 30 juz dalam jangka waktu 3 sampai 5 tahun (Rizanti, 2013).

Kegiatan dalam menghafal Al – Qur'an sangat menuntut seseorang untuk melakukan pengaturan regulasi diri yang baik. Hal ini

dikarenakan dalam menghafal seorang penghafal memiliki suatu pertanggung jawaban yang berat, dimana santri yang sedang menghafal Al-Qur'an harus menjaga sepenuhnya niat didalam diri, ketahanan yang kuat dalam proses menghafal dan menjaga hafalan, serta selalu disiplin dalam melakukan setoran hafalan kepada ustad/ustadzah (Chairani & Subandi, 2010).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Marza (2017), menyatakan bahwa ada beberapa tema dalam pengaturan diri terhadap remaja penghafal Al – Qur'an. Tema tersebut yaitu *pertama*, faktor pendorong yang mencakup kekuatan remaja untuk menetapkan diri didalam menghafal Al – Qur'an yakni niat yang kuat, tujuan yang ingin diraih, dan sumber motivasi yang didapat. *Kedua*, faktor penghambat yang meliputi gangguan *mood*, perasaan jenuh, bosan, malas, capek dalam menghafal, gangguan asmara dan lain – lain. *Ketiga*, proses penjagaan yang terdiri dari dua hal penting yaitu strategi mencapai tujuan seperti menjaga kelurusan niat, mengulang hafalan yang telah dikuasai, mengatur pemilihan waktu dan tempat yang tepat serta berakhlak Qur'ani, dan strategi mengatasi masalah seperti membaca buku selain kitab al – Qur'an, mendengarkan music, dan meminta nasihat dari guru.

Chairani dan Subandi (2010) mengungkapka bahwa regulasi diri berperan sangat signifikan dalam menghadapi berbagai tantangan untuk suatu tujuan yang ingin dicapai. Pendapat serupa juga

dikemukakan oleh Marza (2017), dimana ketika seseorang mampu untuk mengatur dirinya dalam proses menghafal Al-Qur'an, maka orang tersebut akan dapat mencapai tujuan yang dikehendaki dan prokrastinasi pun akan menurun untuk menghafal Al-Qur'an. Berdasarkan fenomena tersebut maka perlu bagi penghafal Al-Qur'an untuk melakukan regulasi diri dengan baik, agar dapat mengimbangi antara kegiatan disekolah, organisasi, dirumah serta kegiatan menghafalkan Al-Qur'an sehingga dapat mencapai target sesuai dengan harapannya.

Park dan Sperling (2012) menyatakan bahwa terdapat indikasi dari rendahnya pengaturan diri seseorang yang dapat diamati langsung dari perilaku prokrastinasi akademiknya, yakni para prokrastinator tidak yakin dengan kemampuan dan pemahaman yang mereka miliki sehingga mereka enggan untuk membuat strategi belajar yang seharusnya dapat untuk memudahkan mereka, bukan membuang waktu dengan sia – sia, tidak memiliki jadwal untuk waktu penyelesaian tugasnya, tidak pernah mencapai rencana yang telah dibuat, tidak memiliki motivasi didalam diri, dan memiliki kecemasan yang amat tinggi. Hal ini selaras dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rizanti (2013) mengenai penelitiannya yang dilakukan kepada mahasiswa yang sedang menghafal Al-Qur'an di Ma'had Aly Masjid Nasional Al-Akbar Surabaya bahwa semakin tinggi *self regulated*

learning mahasiswa, maka tingkat prokrastinasi akademik dalam menghafal Al-Qur'an semakin rendah, dan begitu juga sebaliknya.

Berdasarkan fenomena di atas, penulis tertarik untuk meneliti apakah memiliki Hubungan antara Regulasi Diri dengan Prokrastinasi dalam menghafal Al – Qur'an pada santri Pondok Pesantren X Pekanbaru.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara Regulasi Diri dengan Prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an pada santri Pondok Pesantren X Pekanbaru?

C. Tujuan Penulisan

Tujuan yang diusulkan dalam penelitian ini adalah ingin mengetahui hubungan antara Regulasi Diri dengan Prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an pada santri Pondok Pesantren X Pekanbaru.

D. Manfaat Penulisan

1. Manfaat Teoritis

Manfaat yang diharapkan dalam penelitian ini dapat memberikan sumbangsi pemahaman dan ilmu pengetahuan kepada para pendidik dan anak didik (santri) dalam lembaga pendidikan

khususnya pengetahuan dibidang psikologi pendidikan, psikologi sosial dan psikologi perkembangan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Santri

Masukan bagi santri agar dapat meregulasi diri dengan baik agar tidak terjadi penundaan dalam menghafal Al – Qur'an, sehingga dapat lebih memanfaatkan waktu dengan bijak. waktu yang mereka miliki tidak terbuang sia – sia.

b. Bagi Ustad/ustazah

Membantu guru agar bisa memberikan arahan kepada anak didiknya agar bisa menjadi seseorang yang memiliki regulasi diri yang baik dan tidak menunda dalam menghafal Al – Qur'an.

c. Bagi Pembaca dan Peneliti selanjutnya

Agar menjadi pertimbangan dan rujukan bagi peneliti selanjutnya dan dapat memberikan sumbangan yang berarti untuk kemajuan ilmu pengetahuan pada umumnya, serta pengembangan konsep dan teori dan dapat menambah wawasan, referensi dan pengalaman bagi peneliti khususnya dalam penelitian ini.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Prokrastinasi Dalam Menghafal Al-Qur'an

1. Pengertian Prokrastinasi

Penundaan atau menunda merupakan suatu perilaku yang sering dilakukan oleh kebanyakan orang. Salah satunya yakni penundaan yang dilakukan oleh santri yang sedang menghafal Al-Qur'an. Santri sering melakukan penundaan untuk memulai tugas atau hafalan yang diberikan oleh ustad/ustadzah. Dalam hal ini penundaan dalam bidang ilmu psikologi dikenal dengan prokrastinasi. Prokrastinasi bersumber dari bahasa latin yang berawalan "pro" yakni dorong maju dan akhiran "crastinus" yakni putusan esok. Jika digabungkan menjadi "menangguhkan" atau "menunda sampai hari berikutnya" (Ghufron, 2016).

Prokrastinasi awalnya dikemukakan oleh ilmuan Brown dan Hoizman (dalam Ghufron, 2016) yang bertujuan untuk menjelaskan atau memperlihatkan suatu perilaku untuk menyelesaikan suatu pekerjaan atau tugas yang cenderung selalu ditunda yang disebut dengan prokrastinator.

Glenn (dalam Ghufron & Risnawati, 2016) menjelaskan bahwa prokrastinasi memiliki hubungan dengan beberapa sindrom psikiatrik, dimana seorang prokrastinator memiliki beberapa masalah didalam

dirinya seperti pola tidur yang tidak baik, depresi, dan semua psikologis yang menyimpang.

Menurut Watson (dalam Ghufron & Risnawati, 2016) prokrastinasi adalah kebiasaan menunda yang berkaitan dengan perlawanan, permasalahan dalam pengambilan keputusan, tidak adanya tujuan, penghindaran terhadap tugas karena adanya ketakutan untuk gagal dan mempunyai persepsi mengerjakan suatu tugas wajib sempurna dan bagus. Sedangkan Silver (dalam Ghufron & Risnawati, 2016) menjelaskan seorang prokrastinator yang melakukan penundaan tersebut bukan ingin menghindari suatu tugas atau pekerjaan, hanya saja mereka mengulur waktu untuk mulai mengerjakannya dan akan mulai mengerjakan tugas tersebut pada waktu yang sudah mendesak, yang mana pada akhirnya mereka gagal untuk menyelesaikan tugas dengan tepat waktu karna waktu mereka banyak terbuang sia – sia.

Burka dan Yuen (dalam Ghufron & Risnawati, 2016) menyatakan bahwa pandangan seseorang prokrastinasi sangat irrasional dalam hal pengerjaan tugas yang harus di selesai dengan sempurna, sehingga dalam waktu pengerjaannya tidak perlu dilakukan dengan segera, karena apabila mengerjakannya dengan segera individu merasa bahwa tugas tersebut tidak akan maksimal.

Salomon dan Rothblum (1984) mendefinisikan prokrastinasi adalah suatu penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan suatu pekerjaan atau kegiatan yang mana hal ini disebabkan karena sulitnya

mengambil keputusan untuk memulai suatu kegiatan yang harus segera diselesaikan, pembrontakan terhadap kontrol diri, dan kurangnya rasa takut akan konsekuensi dari kesuksesannya dimasa mendatang

Millgram (dalam Ghufron & Risnawati, 2016) mendefenisikan prokrastinasi sebagai suatu perilaku yang spesifik yang akan meliputi perilaku menunda – nunda untuk memulai atau pun mengakhiri suatu tugas dan akan berefek seperti kegagalan menyelesaikan tugas, melibatkan persepsi bahwa suatu tugas itu harus dilakukan, dan mendapatkan keadaan emosional yang tidak menyenangkan seperti marah, kesal, dan lain sebagainya.

Burka dan Yuen (dalam Ghufron & Risnawati, 2016) menyatakan bahwa Prokrastinasi bisa digunakan untuk semua jenis pekerjaan seperti prokrastinasi dibidang akademik. Hal ini sejalan dengan pendapat Fibrianti (2009) bahwa prokrastinasi dibidang apapun baik dalam bidang akademik maupun non-akademik bisa dipakai oleh para ahli dalam melakukan penelitian atau pekerjaan dengan membagi jenis – jenis tugas atau pekerjaan yang ditunda.

Ferrari dkk (dalam Ghufron & Risnawati, 2016) memberikan suatu kesimpulan dengan batasan – batasan yang ada dengan melihat prokrastinasi sebagai perilaku yang tanpa mempermasalahkan tujuan atau alasan untuk menunda, prokrastinasi merupakan suatu kebiasaan yang dimiliki oleh individu yang mengarah kepada sifat, prokrastinasi merupakan suatu sifat kepribadian yang mana prokrastinasi yang

dimaksud disini tidak hanya perilaku menunda saja, melainkan perilaku terkait lainnya yang saling berkaitan langsung ataupun tidak.

Steel (2007) menyatakan bahwa prokrastinasi adalah suatu sikap menunda – nunda yang dilakukan secara sengaja yang tidak mempertimbangkan akibat yang lebih buruk ketika melakukan penundaan. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Akinsola dan Tella (2007) yang menjabarkan prokrastinasi siswa di akademik sebagai bentuk pelarian pada saat melakukan tugas yang seharusnya diselesaikan. Namun, membuang waktu jauh lebih baik bagi mereka yang melakukan prokrastinasi untuk hal yang tidak penting yang mendatangkan kebahagiaan pada diri sendiri dibandingkan menyelesaikan tugas dengan tepat dan cepat.

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa prokrastinasi merupakan suatu sikap yang buruk yang dengan sengaja menunda suatu pekerjaan yang sebenarnya dapat untuk segera diselesaikan. Penundaan ini dilakukan sengan sengaja dan secara berulang – ulang.

2. Menghafal Al – Qur'an

Kata menghafal berasal dari kata hafal yang berarti lekat diingatan dan dapat disampaikan tanpa teks (tanpa melihat objek catatan lain), sedangkan menghafal artinya usaha untuk melekatkan ingatan suatu objek yang diinginkan (Kamus Besar Bahasa Indonesia, 1989).

Al-Qur'an secara bahasa memiliki arti bacaan, karena kosa kata Al- Qur'an adalah masdar dari fiil madhi قرر -يقرر -قرر. Sedangkan menurut istilah adalah firman Allah SWT yang diturunkan melalui malaikat jibril kepada nabi Muhammad SAW secara bertahap – tahap dalam bentuk ayat perayat dan surat kesurat selama kurun waktu kerasulan (23 tahun) diawal Al-Qur'an adalah surat Al-Fatihah dan diakhiri dengan surah An-Nas, disampaikan secara mutawir mutlak, sebagai bukti keesaan atas kebenaran dan kesempurnaan risalah Islam (Sugianto, 2006).

Dalam ajaran agama islam yang dirisalahkan oleh Nabi Muhammad SAW, dijelaskan bahwa menghafal Al-Qur'an memiliki pengerjaan yang positif yaitu perbuatan yang terpuji lagi mulia. Seorang yang menghafal Al-Qur'an akan mendapatkan banyak pahala dan kemuliaan dan Rasullallah SAW banyak menjelaskan dalam hadits tentang keagungan – keagungan bagi seorang muslim yang belajar membaca dan menghafal Al-Qur'an. Untuk seseorang yang menghafal Al-Qur'an merupakan orang – orang yang sudah terjaga akhlak dan kejujurannya yang dipilih oleh Allah SWT untuk melestarikan Al-Qur'an didalam hati dan fikirannya. Orang yang paling baik diantara manusia adalah orang yang menghafal Al-Qur'an (Marza, 2017).

Dalam tahapan menghafal Al-Qur'an sangat diperlukan guru pembimbing, yaitu seseorang yang bertugas untuk mengoreksi dan mengarahkan hafalan kearah yang baik dan benar. Hafalan yang tidak

memiliki seorang pembimbing akan kurang dapat dipertanggung jawabkan kebenarannya, karena dalam menghafal Al-Qur'an secara sendirian mempunyai kekurangan yaitu pada saat melakukan hafalan kita merasa hafalan tersebut sudah baik dan benar, namun ketika diperdengarkan ataupun diuji ternyata banyak memiliki kesalahan, seperti harokat bacaan, kalimat, maupun kesalahan ayat yang cenderung sama dalam Al-Qur'an (Sugianto, 2006).

Berdasarkan pemaparan diatas, dapat dikatakan bahwa menghafal Al-Qur'an merupakan suatu tahap peresapan surah – surah dan ayat suci Al-Qur'an kedalam fikiran agar selalu diingat dan kemudian dilafazkan dengan lancar diluar kepala yang mana nantinya dapat diamalkan setiap hari.

3. Prokrastinasi Menghafal Al – Qur'an

Menghafal Al-Qur'an dibutuhkan sikap ketekunan dan kebaikan akhlak yang akan selaras dengan perbuatan mulia menghafal Al-Qur'an. Orang – orang yang menghafal Al-Qur'an merupakan orang – orang yang dipilih oleh Allah SWT dan merupakan orang yang paling baik diantara manusia. Namun, pada saat sekarang ini, tidak jarang banyak orang yang menunda – nunda untuk menghafalkannya. Seperti misalnya disuatu pondok pesantren yang memiliki kurikulum menghafal Al-Qur'an, banyak santri yang menunda atau mengulur – ulur waktu untuk menghafal atau menyetorkan hafalan Al-Qur'an.

Prokrastinasi menghafal Al – Qur'an merupakan suatu perilaku tidak disiplin dalam penggunaan waktu, yang tidak peduli apakah penundaan (prokrastinasi) tersebut mempunyai alasan atau tidak. Prokrastinasi adalah kecenderungan untuk menunda dalam memulai, melaksanakan, dan mengakhiri suatu aktivitas (Rumiani, 2006).

4. Faktor – Faktor Prokrastinasi

Terdapat dua macam faktor yang mempengaruhi prokrastinasi, diantaranya yakni:

1. Faktor internal

Factor internal adalah faktor yang terjadi karena hal – hal yang interen yaitu faktor yang dari diri individu itu sendiri seperti:

a. Kondisi fisik individu

Merupakan faktor yang turut mempengaruhi munculnya prokrastinasi yang ada didalam diri individu berupa kondisi kesehatan yang kurang baik, tingkat intelegensi setiap individu akan mempengaruhi prokrastinasi, meskipun prokrastinasi banyak disebabkan oleh banyaknya keyakinan – keyakinan individu yang bersifat irrasional yang dimilikinya.

b. Kondisi psikologis individu

Millgram dkk (dalam Ghufron, 2016), menjelaskan bahwa *trait* merupakan kemampuan sosial yang tercermin didalam *self*

regulation dan suatu tingkat kecemasan dalam hubungan sosial yang dapat mempengaruhi munculnya perilaku prokrastinasi ataupun penundaan.

2. Factor eksternal

Factor eksternal merupakan factor – factor yang mempengaruhi prokrastinasi yang terdapat diluar diri individu, meliputi:

a. Gaya pengasuhan orangtua

Ferrari dan Ollivete (dalam Ghufron, 2016) mengemukakan hasil penelitiannya bahwa pengasuhan orang tua yang otoriter yang diperankan oleh seorang ayah kepada anak perempuannya akan menghasilkan sikap penundaan yang kronis. Sedangkan apabila seorang ibu yang melakukan *avoidance procrastination* kepada anak perempuannya anak tersebut akan memiliki kecenderungn untuk melakukan *avoidance procrastination* juga.

b. Kondisi lingkungan

Merupakan suatu kondisi yang memiliki tingkat prokrastinasi yang tinggi yang dilihat dari rendah atau tingginya suatu pengawasan. Prokrastinasi tidak mempengaruhi suatu letak seperti letak sebuah sekolah yang ada didesa atau dikotak, karna semua sama saja baik sekolah dikota maupun didesa.

5. Aspek-Aspek Prokrastinasi

Ferrari dkk (dalam Ghufron, 2016) mengemukakan aspek

– aspek prokrastinasi diantaranya:

a. Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas

Seseorang yang melakukan penundaan menyadari bahwa tugas yang diberikan harus segera diselesaikan namun pada kenyataannya banyak dari mereka yang dengan sengaja menunda dalam mengerjakan tugas tersebut dan tidak menyelesaikannya hingga tuntas tugas – tugas yang sudah mereka buat sebagian.

b. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas hafalan

Orang yang melakukan prokrastinasi adalah orang yang tergolong memiliki sikap perfeksionis dimana orang tersebut menghabiskan waktu yang dimilikinya untuk mempersiapkan secara berlebihan terhadap suatu tugas yang diberikan tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimilikinya, sehingga terkadang hal tersebut mengakibatkan kegagalan dalam menyelesaikan tugasnya.

Selain itu, seorang prokrastinator juga memerlukan waktu yang lama dalam proses pengerjaan tugas, sehingga sikap mereka terbilang komplis dan membuang waktu karena harus mengerjakan tugas secara perfek dan membutuhkan waktu yang lama sampai melebihi batas waktu yang telah ditentukan untuk pengumpulan tugas.

c. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual

Seorang prokrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya. Seorang prokrastinator sering mengalami keterlambatan dalam memenuhi *deadline* yang telah ditentukan, baik oleh orang lain maupun rencana yang telah dia tentukan sendiri. Seseorang mungkin telah merencanakan mulai mengerjakan tugas pada waktu yang telah ia tentukan sendiri. Akan tetapi, ketika saatnya tiba dia tidak juga melakukannya sesuai dengan apa yang telah direncanakan sehingga menyebabkan keterlambatan ataupun kegagalan untuk menyelesaikan tugas secara memadai.

d. Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan

Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dari pada melakukan tugas yang harus dikerjakan. Seorang prokrastinator dengan sengaja tidak segera melakukan tugasnya. Akan tetapi, menggunakan waktu yang dia miliki untuk melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan, seperti membaca (Koran, majalah, atau buku cerita lainnya), nonton, ngobrol, jalan, mendengarkan music, dan sebagainya sehingga menyita waktu yang dia miliki untuk mengerjakan tugas yang harus diselesaikan.

Berdasarkan penjabaran diatas dapat ditarik sebuah kesimpulan dimana terdapat empat spek prokrastinasi yaitu penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan hafalan yang dihadapi, keterlambatan dalam mengerjakan tugas hafalan, Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja actual, dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dari pada melakukan tugas hafalan yang harus dikerjakan.

B. Regulasi Diri

1. Pengertian Regulasi Diri

Menurut Zimmerman (1989) regulasi diri merupakan suatu proses dimana individu melibatkan dirinya secara aktif di dalam menentukan tujuan dan menjalankan proses belajar dengan didasarkan pada keterlibatan ketiga aspek yakni metakognitif, motivasi, serta perilaku memiliki andil besar dalam mengarahkan individu untuk terlibat secara aktif di dalam belajar. Metakognitif sebagai suatu proses serta produk kognitif yang dimiliki individu berperan dalam membentuk pengetahuan individu tentang sesuatu. Motivasi berperan sebagai suatu dorongan dalam diri individu untuk memiliki kemauan belajar serta terlibat pada tugas dan mengejar tujuan didalam belajar. Perilaku berperan sebagai bentuk kemampuan individu dalam mengarahkan dirinya untuk terlibat dalam proses belajar.

Ormrod (2009) juga mengungkapkan bahwa regulasi diri merupakan standard dan tujuan yang sudah ditetapkan untuk diri

individu yang berfungsi untuk memonitoring dan menilai proses kognitif dari perilaku sendiri dengan konsekuensi yang diterapkan sendiri untuk menentukan kesuksesan serta kegagalan dari pengaturan diri sendiri.

Carver dan Scheier (dalam King, 2012) mengatakan bahwa pengaturan diri sebagai sebuah proses yang mengejar suatu tujuan yang penting yakni suatu umpan balik yang diberikan kepada individu atas tercapainya usaha yang diinginkannya. Umpan balik tersebut dapat berupa suasana hati, dimana individu merasakan baik dan buruknya suatu usahanya tersebut tergantung pada kualitas dirinya melakukan suatu hal yang dianggap penting. Bandura (dalam King, 2012) mengungkapkan terdapat tiga fase yang penting dalam proses pengaturan diri diantaranya menetapkan tujuan, perencanaan dan pengawasan, yang mana disitulah nanti keberhasilan setiap individu itu meningkat ketika mereka mampu untuk membuat suatu tujuan dalam jangka pendek dan terkesan menantang.

Franken (dalam King, 2012) menyatakan bahwa dalam pengaturan diri memiliki satu cara yang baik untuk dilakukan, yakni dengan memberikan perhatian atau berfokus pada satu tujuan yang sudah dibuat dan ingin dicapai. King (2012) menambahkan, selain perlunya memberikan perhatian terhadap suatu tujuan, perlu pula bahwa untuk menata suatu perencanaan pribadi yang merupakan

suatu proses yang lengkap yang harus memiliki tujuan, perencanaan implementasi dan mengawasi suatu kemajuan.

Perencanaan lainnya juga dapat dilakukan dengan membuat suatu perencanaan yang menantang untuk hasil yang jauh lebih menantang. Besarnya minat dan suatu keterlibatan pada suatu aktifitas yang menantang tersebut biasanya akan mendapatkan suatu hasil dari minat didalam diri atau bahkan akan mendapatkan hasil usaha yang minim (Anderman & Wolters, dalam King 2012). Namun pada kenyataannya, suatu tujuan yang terlalu tinggibahkan yang tidak realistik akan menghasilakn suatu kegagalan yang berakibat pada penurunan kepercayaan diri. Dimana, para peneliti menemukan suatu hasil riset penelitian yang mengasosiasikan bahwa penghindaran terhadap tugas yang buruk dan diiringi dengna stres akan berbuah hasil yang jauh lebih buruk lagi (Elliot & Sheldon, dalam King, 2012).

Carver dan Scheier (dalam Chairaini & Subandi, 2010) mengatakan bahwa regulasi diri merupakan suatu pengaturan diri yang berguna untuk mengatur keseimbangan arah tujuan yang bergerak ke suatu arah dan menjauh dari sesuatu hal yang dapat merusak pengaturan diri yang sudah dibentuk. Munculnya pergerakan perilaku dikarenakan adanya kontrol terhadap umpan balik yang diterima hingga memunculkan suatu perilaku. Tambahan lainnya, mengungkap kan bahwa pengaturan diri juga untuk melihat

bagaimana pengaktualisasian individu untuk mebcapai suatu target tujuan yang sudah ditetapkan (Chairani & Subandi, 2010).

Berdasarkan penjabaran penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa regulasi diri atau pengaturan diri merupakan suatu keterampilan yang sangat memiliki pengaruh untuk mengontrol suatu perilaku yang ada didalam diri individu. Selain itu, pengaturan diri juga memantau besar atau kecilnya suatu perilaku untuk mencapai suatu tujuan yang individu ingin capai. Pengaktualisasian diri juga berperan penting guna untuk memberikan sumbangsi suatu perilaku yang positif dan meminimalisir suatu perilaku yang negatif yang dapat merusak pengaturan diri yang sudah ditetapkan.

2. Aspek – Aspek Regulasi Diri

Zimmerman (1989) Regulasi diri dalam belajar terdiri atas tiga aspek umum yang berperan penting didalam proses pembelajaran. Ketiga aspek tersebut adalah metakognitif, motivasi, serta perilaku. Adapun penjelasan dari setiap aspek tersebut adalah:

a. Metakognitif

Metakognitif merupakan proses serta produk kognitif yang dimiliki oleh individu, dari proses dan produk kognitif tersebut akan membentuk pengetahuan individu tentang sesuatu. Metakognitif merupakan kesadaran siswa tentang kelebihan dan kelemahannya dalam bidang akademik secara umum dan sumber – sumber kognitif yang dapat diterapkan ketika

dihadapkan dengan tuntutan tugas tertentu. Metakognitif juga diartikan sebagai pengetahuan dan keterampilan siswa mengenai bagaimana meregulasi keterlibatannya dalam suatu tugas untuk mengoptimalkan proses dan hasil belajar.

b. Motivasi

Motivasi mengacu pada aktivitas yang mendorong individu terlibat pada tugas atau untuk mengerjakan tujuan didalam belajar. Motivasi timbul karena adanya keyakinan serta kemampuan konsentrasi pada diri individu bahwa ia mampu beradaptasi serta mampu melaksanakan tuntutan – tuntutan terhadap tugas yang ada. Indikator perilaku dari individu yang memiliki motivasi mengacu pada bagaimana individu menilai keterampilannya dari tugas yang telah dilakukan, adanya keyakinan diri, memiliki orientasi pada tujuan yakni bagaimana individu menghargai proses belajar yang telah dilakukan berdasarkan kemampuannya sendiri, kemampuan dalam mengelola emosi, serta afeksi dalam mencapai tujuan.

c. Perilaku

Perilaku mengacu pada kemampuan individu dalam mengontrol perilaku didalam belajar seperti kemampuan dalam mengatur waktu, mengatur lingkungan fisik, serta kemampuan dalam memanfaatkan orang – orang yang ada dilingkungan sekitar seperti keluarga, guru, dan teman sebaya yang ada

disekolah dalam upaya meningkatkan keterampilan dalam proses belajar.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan regulasi diri terdiri dari tiga aspek yakni metakognitif, motivasi, dan perilaku

3. Bentuk – Bentuk Regulasi Diri

Brown dan Ryan (dalam Chairani & Subandi, 2010) beberapa bentuk regulasi diri berdasarkan teori determinasi:

- a. *Emotivation Regulation* : keadaan dimana saat individu merasakan tidak adanya hubungan yang berarti antara tindakan dan hasil dari tindakan tersebut. Individu yang dalam kondisi ini akan memiliki keinginan yang tinggi dan bertindak secara intens atau terus menerus.
- b. *Eksternal Regulation* : regulasi yang disebabkan oleh pengaruh luar individu seperti hadiah dan batasan – batasan.
- c. *Introjected Regulation* : regulasi yang bangkit karena adanya perbandingan dari luar diri individu yang menjadi motivasi setelah proses tekanan internal dan perasaan bersalah.
- d. *Intrinsicali Motivated Behavior* : muncul secara suka rela tanpa ada keterkaitan denganfaktor eksternal.

Hal ini dikarenakan menghafal merupakan suatu dasar untuk mendapatkan ilmu yang nantinya akan diaplikasikan dalam kehidupan yang nyata. Maka untuk mengimplementasikan hafalan Al-Qur'an tersebut dibutuhkan referensi tambahan yang dapat dijadikan

acuan untuk menentukan mana yang dan mana yang tidak baik. Hal ini akan memiliki nilai personal yang akan mengarahkan individu peka terhadap berbagai situasi yang dihadapinya.

4. Faktor – Faktor Regulasi Diri

Bandura (dalam Alwisol, 2009) mengemukakan beberapa faktor yang dapat berpengaruh kepada regulasi diri:

a. Faktor Internal

Terdapat tiga pengaruh yang dapat mempengaruhi internal tersebut, yakni observasi diri yang dilakukan berdasarkan bagaimana kulaitas dan kuantitas penampilan serta tingkah laku, penilaian tingkah laku yakni menyesuaikan suatu tingkah laku dalam membuat sebuah performansi agar tidak menyalahi aturan, sutau kepentingan untuk sebuah kegiatan, dan sesuai dengan norma standar, selanjutnya respon diri yakni berdasarkan pada pengamatan tingkah laku yang menilai diri sendiri apakah tingkah laku yang dimunculkan bersifat positif tatau negatif yang kemudian memberikan sebuah reward atau hadiah untuk diri sendiri ketika memunculkan perilaku yang positif dan memberikan hukuman apabila memuynculkan perilaku yang negatif

b. Faktor eksternal

Faktor ini mempengaruhi regulasi diri melauai dua cara yakni pengevaluasian tingkah laku berdasarkan standar yang sudah

ditentukan oleh diri sendiri dan sebuah penguatan untuk diri sendiri. Kedua faktor tersebut secara umum tidak selalu memberikan suatu kepuasan terhadap individu karena individu lebih membutuhkan sebuah insentif dari lingkungannya. Kedua faktor eksternal diatas saling bekerja sama karena suatu tingkah laku yang sudah distandarkan untuk mencapai sesuatu yang sudah ditetapkan akan memerlukan suatu penguatan untuk suatu tingkah laku yang sama dilakukan berulang kali.

Berdasarkan uraian kedua faktor diatas, dapat diambil sebuah kesimpulan bahwa dalam meregulasi diri faktor internal dan eksternal sangat penting dan sangat memiliki suatu kaitan yang dapat mempengaruhi suatu perilaku untuk mencapai suatu rencana atau tujuan yang telah ditetapkan, yang mana kedua faktor memiliki suatu kelebihan dan kekurangan sehingga faktor tersebut dapat untuk saling melengkapi satu sama lain.

C. Kerangka Pemikiran

Kemampuan untuk mengatur diri perlu untuk dipengaruhi oleh suatu umpan balik yang ada dilingkungan sehingga menghasilkan suatu proses yang terinternalisasi didalam diri seorang individu yang kemudian menjadi sebuah sumber pedoman dalam berperilaku (Chairani & Subandi, 2010). Fiske dan Taylor (dalam Chairani & Subandi, 2010) menambahkan bahwa kemampuan seseorang untuk mengatur diri perlu

juga untuk dikembangkan agar dapat membantu individu mengatasi situasi yang menekan.

Bandura (dalam Chairani & Subandi, 2010) menyatakan bahwa pengaturan diri memiliki agen utama untuk melakukan perubahan, yakni individu itu sendiri. Peran individu menjadi sangat penting untuk menentukan tindakan yang efektif dalam menghadapi berbagai situasi dan tugas. Kemampuan individu didalam meregulasi diri dipandang sebagai suatu keterampilan yang dipelajari dan akan berkembang pada diri seseorang dalam rentang waktu tertentu (Watson dan Tharp, dalam Chairani & Subandi, 2010).

Regulasi afeksi menjadi bagian penting dalam proses penjagaan hafalan Al – Qur'an. Regulasi afeksi memungkinkan individu untuk merasakan mengelolah dan mengapresiasi dengan baik emosi – emosi yang dirasakannya tanpa kehilangan integritas dirinya (Chairani & Subandi, 2010).

Dalam konteks menghafal Al – Qur'an, sifat sombong sangat dilarang karna dapat menghalangi seseorang memperoleh petunjuk atau hidayah dari Allah. Oleh karena itu setelah melakukan usaha yang maksimal seluruh responden bertawaqal atau berpasrah diri dengan cara berdoa. Pada dasarnya, menghafal Al-Qur'an bukan berasal dari kemampuan seseorang untuk menguasai hafalannya, melainkan kemampuan seorang penghafal Al-Qur'an untuk mengamalkan di kehidupan. Hal ini dikarenakan menghafal merupakan suatu dasar unuk

memiliki pengetahuan yang nantinya akan dipraktekkan dalam kehidupan sehari – hari. Maka dari itu, untuk mengamalkannya, penghafal Al – Qur’an harus membekali dirinya dengan referensi yang nantinya membantu menentukan mana yang baik dan mana yang tidak, perbuatan apa yang wajib dilakukan dan perbuatan apa yang patut dihindarkan. Pengetahuan ini selanjutnya terinternalisasi dan menjadi nilai personal yang mengarahkan individu dan membuat individu peka terhadap berbagai situasi yang dihadapinya. Sehingga memudahkan individu untuk membuat penilaian atas situasi atau peristiwa, mampu mengendalikan diri dan tidak berlebihan dalam mensikapi sesuatu (Chairani & Subandi, 2010).

Pada dasarnya setiap santri sudah memiliki regulasi diri, namun dalam tingkat yang berbeda – beda. Salah satu penyebab adanya perbedaan tingkat prokrastinasi yang dilihat dari regulasi diri. Sebagaimana disebutkan oleh Ferrari (dalam Ghufron & Risnawita, 2011) ciri – ciri dari prokrastinasi adalah penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan suatu pekerjaan, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja actual, dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dari pada melakukan tugas yang harus dikerjakan.

Prokrastinasi dalam menghafal Al – Qur’an ini akan menimbulkan dampak negative seperti waktu yang terbuang sia – sia, kurang siap menghadapi ujian, kecemasan meningkat, terbengkalai tugas

– tugas dan hafalan yang harus dikerjakan, bahkan bila tugas dapat diselesaikan kemungkinan besar menjadi tidak maksimal, dan prestasi akan menurun. Prokrastinasi juga bisa mengakibatkan seseorang kehilangan kesempatan dan peluang yang akan datang, serta dapat menjadi penghalang bagi santri untuk mengembangkan dirinya secara maksimal. Oleh karena itu, dengan adanya regulasi diri diharapkan santri mampu menunjukkan langkah nyata yang ditunjukkan untuk pencapaian tujuan belajar dan menghafal Al – Qur’an dengan melakukan perencanaan secara terarah, sehingga prokrastinasi dalam menghafal Al – Qur’an dapat lebih diminimalisir.

Berdasarkan paparan diatas, dapat dikatakan bahwa regulasi diri dapat mempengaruhi perilaku prokrastinasi dalam menghafal Al – Qur’an. Regulasi yang dimiliki santri penghafal Al – Qur’an dapat menurunkan tingkat prokrastinasi pada diri santri penghafal Al – Qur’an.

D. Hipotesis

Berdasarkan uraian diatas, maka hipotesis penelitian ini adalah “terdapat korelasi yang signifikan antar regulasi diri dengan prokrastinasi dalam menghafal Al – Qur’an di Pondok Pesantren X Pekanbaru”

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Variable penelitian merupakan sesuatu hal baik berupa sifat, nilai, atau objek yang dapat diukur dan sebelumnya telah ditetapkan oleh peneliti yang kemudian dapat untuk ditarik sebuah kesimpulan (Sugiyono, 2014).

Variabel Bebas : Regulasi Diri dalam menghafal Al-qur'an (X)

Variabel Terikat: Prokrastinasi menghafal Al – Qur'an (Y)

B. Definisi Operasional

1. Pengertian Prokrastinasi dalam menghafal Al – Qur'an

Prokrastinasi menghafal Al–Qur'an adalah suatu penundaan dan proses penghindaran tugas atau hafalan Al-Qur'an yang sebenarnya tidak perlu dilakukan karena akan membuat rugi diri sendiri dan waktu yang tersedia juga terbuang sia-sia. Prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an diukur dengan menggunakan skala prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an yang disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Ferrari, dkk (dalam Ghufroon & Risnawati, 2016). Semakin tinggi skor skala maka akan semakin tinggi pula Prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an, begitu juga sebaliknya.

2. Pengertian Regulasi Diri dalam Menghafal Al-qur'an

Regulasi diri dalam menghafal Al-Qur'an adalah suatu proses pengaturan diri yang dilakukan oleh seseorang untuk menghafal Al-Qur'an agar tercapai suatu tujuan yang sudah ditetapkan dalam menghafal Al-Qur'. Regulasi diri dalam menghafal Al-Qur'an diukur dengan menggunakan skala regulasi diri dalam menghafal Al-Qur'an yang dibuat sendiri oleh peneliti berdasarkan dari aspek yang dikemukakan oleh Zimmerman (1989). Dimana, semakin tinggi skor skala maka akan semakin tinggi kemampuan seseorang untuk meregulasi dirinya dalam menghafal Al-Qur'an, begitu juga sebaliknya.

C. Subjek Penelitian

1. Populasi Penelitian

Sugiyono (2014) menjelaskan bahwa populasi merupakan suatu objek yang memenuhi syarat dan ciri – ciri didalam sebuah penelitian, dapa berupa orang, benda, atau sebagainya.

Pada penelitian ini, yang menjadi subjek adalah Santri Pondok Pesantren X Pekanbaru yang berjenis kelamin perempuan dan laki-laki yang duduk dikelas I sampai kelas VI yang sedang menghafal Al-Qur'an yang berjumlah 986 santri pondok pesantren X Pekanbaru (Data Pondok Pesantren X Pekanbaru, 2018).

2. Sampel Penelitian

Menurut Bungin (2011) sample adalah sebagian dari populasi untuk dijadikan subjek penelitian. Dimana, teknik yang digunakan adalah teknik *stratified sampling* yaitu suatu cara untuk mendapatkan sample dalam hal ini bersifat strata yang sudah diketahui dengan jelas jumlah sample dari masing – masing strata yang akan diteliti (Bungin, 2011). Sampel dalam penelitian ini berjumlah sebanyak 282 santri. Dalam menetapkan jumlah sample, peneliti menggunakan rumus Slovin (dalam Sugiyono, 2012) yakni:

$$n = \frac{N}{1+Ne^2}$$

Ket: n = Jumlah sampel yang dicari

N = Jumlah populasi

e = Batas toleransi kesalahan (*error tolerance*)

Dari rumus diatas, diketahui perhitungan sample dalam penelitian ini adalah:

$$n = \frac{986}{1 + 986(0,05)^2}$$

$$n = \frac{986}{1 + 986 (0,0025)}$$

$$n = \frac{986}{1 + 2,5}$$

$$n = \frac{986}{3,5}$$

$n = 281,7$ dibulatkan menjadi 282 orang

Maka, dapat disimpulkan sample dalam penelitian ini yakni berjumlah 282 orang.

D. Metode Pengumpulan Data

Menurut Bungin (2011) pengumpulan data merupakan suatu instrumen yang berfungsi untuk melihat hasil dari suatu penelitian apakah penelitian tersebut berhasil atau tidak. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala yakni skala prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an dan skala regulasi diri yang disusun dengan model skala *likert*. Aitem dibuat ke arah *favourable* dan *unfavourable* dengan masing – masing empat pilihan jawaban yakni pernyataan dari SS (sangat sesuai), S (sesuai), TS (tidak sesuai), STS (sangat tidak sesuai) yang mana nilai dari aitem tersebut bernilai dari 4, 3, 2, 1 untuk aitem *favourable* dan 1, 2, 3, 4 untuk aitem *unfavourable*.

1. Skala Prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an

Skala ini berguna untuk mengungkap tinggi atau rendahnya prokrastinasi yang dilakukan oleh santri yang sedang menghafal Al-Qur'an. Peneliti membuat sendiri skala prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an dan belum pernah digunakan oleh siapa pun. Penyusunan skala ini dibuat berdasarkan teori dari Ferrari, dkk (dalam Ghufron & Risnawati, 2016) terdiri dari empat aspek yakni Menunda untuk memulai dan menyelesaikan tugas,, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja actual, dan melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan.

Aspek-aspek Prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an di dalam penelitian ini terdiri dari 53 butir pertanyaan yaitu aitem *favorable* 27 aitem dan *unfavorable* sebanyak 26 aitem dan diperoleh nilai *alpha cronbach* 0,870. Tabel *blue print* sebelum *try out* ditunjukkan pada tabel 3.1 di bawah ini:



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

Table 3.1
Blue Print Skala prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an
sebelum *Try Out*

Aspek	Indikator	Favourable	Unfavourable	Total
Menunda untuk memulai dan menyelesaikan hafalan Al-Qur'an	- Mengetahui bahwa tugas yang dihadapi harus segera diselesaikan namun menunda untuk memulainya	1, 12, 23	34, 44, 2	6
	- Mengetahui bahwa tugas yang dihadapi harus segera diselesaikan namun menunda untuk menyelesaikannya	13, 24, 35	45, 3, 14	6
Keterlambatan dalam mengerjakan tugas Hafalan Al-Qur'an	- Memerlukan waktu yang lama dalam mempersiapkan diri secara berlebihan untuk menuntaskan hafalan Al-Qur'an	25, 36, 46, 4	15, 26, 37	7
	- Menghafal Al-Qur'an tanpa memperhitungkan batasan waktu yang dimiliki	47, 5, 16	27, 38, 48	6
	- Melakukan hal – hal yang tidak dibutuhkan	6, 17, 28	39, 49, 7	6
Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja actual	- Memiliki <i>deadline</i> namun gagal mencapai <i>deadline</i>	18, 29	40, 50	4
	- Memiliki rencana untuk menghafal Al-Qur'an namun tidak dikerjakan	8, 19, 30	41, 51, 9	6
	- Melakukan aktivitas lain yang dipandang menyenangkan dan mendatangkan hiburan dari pada menghafal Al-Qur'an	20, 31, 42	52, 10, 21	6
		32, 43, 53	11, 22, 33	6
Melakukan aktifitas yang lebih menyenangkan	- Mengerjakan tugas sambil melakukan kegiatan lain			
	Jumlah	27	26	53

2. Skala Regulasi Diri

Skala ini berguna untuk mengungkap tinggi atau rendahnya regulasi diri seorang santri yang sedang menghafal Al-Qur'an. Peneliti membuat sendiri skala regulasi diri dalam menghafal Al-Qur'an. Penyusunan skala ini dibuat berdasarkan aspek dari teori Zimmerman (1989) yakni metakognitif, motivasi, dan perilaku.

Aspek regulasi diri dalam menghafal Al-Qur'an dalam penelitian ini terdiri dari 51 butir pertanyaan yaitu aitem *favorable* 25 aitem dan *unfavorable* sebanyak 26 aitem dan diperoleh nilai *alpha cronbach* 0,891. Tabel *blue print* sebelum *try out* ditunjukkan pada tabel 3.2 di bawah ini:

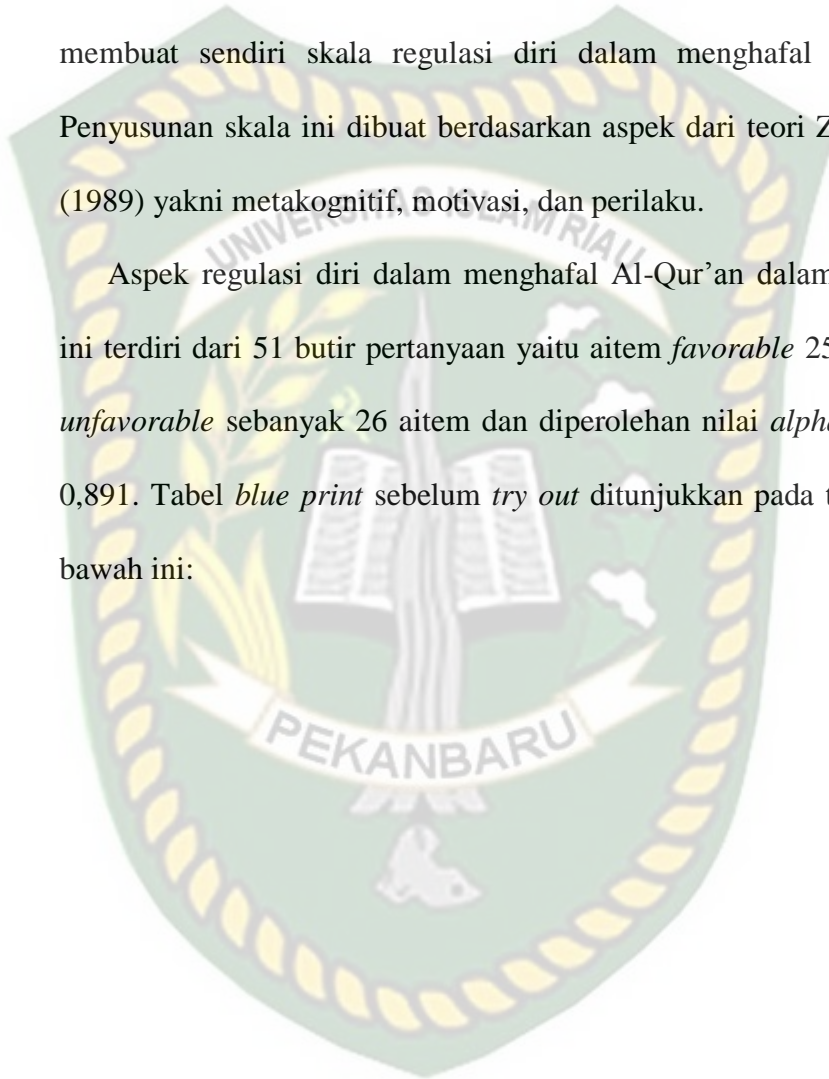


Table 3.2
Blue Print Skala Regulasi Diri Sebelum Try Out

Aspek	Indikator	Favourable	Unfavourable	Total
Metakognisi	- Merencanakan strategi dalam menghafal Al-Qur'an	1, 12, 23	33, 2, 13	6
	- Memperluas ilmu pengetahuan	24, 34, 43	3, 14, 25	6
	- Melakukan evaluasi dalam menghafal Al-Qur'an	35, 44	4, 15	4
Motivasi	- Orientasi Tujuan	26, 36, 46	5, 16, 27	6
	- Keyakinan pada kemampuan	37, 46, 6	17, 28, 38	6
	- Kemampuan mengelola emosi	47, 7	18, 29, 39, 48	6
Perilaku	- Menciptakan lingkungan yang mendukung aktifitas menghafal Al-Qur'an	8, 19, 30	40, 49, 9	6
	- Mengontrol perilaku	20, 31, 41	50, 10, 21	6
	- Memanfaatkan lingkungan	32, 42, 51	11, 22	5
Jumlah		25	26	51

E. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas

Validitas atau *validity* merupakan suatu alat untuk yang berguna untuk melihat keabsahan alat ukur di dalam menjalankan fungsi pengukurannya. Validitas yang tinggi didalam suatu pengukuran akan menghasilkan sebuah data yang akurat, dimana data tersebut akan menggambarkan hasil serta tujuan dari variabel yang diukur (Azwar, 2012). Pada penelitian ini, peneliti melibatkan seorang *expert judgment* untuk menilai validitas isi didalam alat ukur yang akan digunakan untuk penelitian. Dimana, skala dalam penelitian ini terdiri dari skala Prokrastinasi dan regulasi diri dalam menghafal Al-Qur'an yang akan dinilai kesesuaian antara aspek, indicator dan aitem sehingga penilaian yang diberikan *expert* menjadi acuan untuk melanjutkan pengukuran selanjutnya.

2. Reliabilitas

Azwar (2014) reliabilitas adalah sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya untuk mengukur suatu objek yang hendak diukur. Tujuannya untuk melihat konsistensi suatu alat ukur yang apabila dilakukan pengukuran ulang akan menghasilkan ketetapan yang sama dengan subjek yang sama pula. Dimana, reliabilitas yang baik ditunjukkan dengan semakin tingginya koefisien korelasi yang mengandung makna keseriusan pada saat pengukuran.

Reliabilitas akan di uji dengan teknik *alpha cronbach* yang dibantu suatu program bernama SPSS (*software statistical package for the social sciences*) 23.0 menggunakan pc komputer. Dalam penerapannya, reliabilitas yang koefisien apabila berada pada rentang 0,00-1,00. Semakin tinggi koefisiennya maka akan semakin mendekati angka 1,00 yang berarti semakin tinggi pula reliabilitasnya. Sebaliknya, reliabilitas yang rendah memiliki koefisien yang berada diangka sampai 0,00.

F. Metode Analisis Data

Penelitian ini bersifat kuantitatif yang mengacu pada data analisis numeric, sehingga nantinya akan dianalisis dengan menggunakan statistik yang didalamnya menggunakan dua cara, yakni uji normalitas dan uji linieritas, serta diikuti dengan uji yang terakhir yakni uji hipotesis.

1. Uji Normalitas

Menurut Priyanto (2016) data berdistribusi normal jika lebih besar dari $>0,05$. Uji normalitas dilakukan dengan bantuan program SPSS versi 23,0 dengan taraf signifikan yang ditetapkan dalam pengujian ini $\alpha = 0,05$. Pembuktian suatu data yang memiliki distribusi normal dapat dilihat dari bentuk distribusi data pada histogram ataupun norma.

2. Uji Linieritas

Uji ini bertujuan agar mengetahui apakah variabel X dan variabel Y memiliki hubungan yang linier atau tidak secara signifikan, maka dapat diuji dengan linieritas dengan analisis korelasi. Kedua variabel

dapat dikatakan linier apabila signifikansi <0.05 , tetapi apabila signifikansi >0.05 maka variabel keduanya tidak linier. Pengujian linieritas menggunakan *test for linearity* pada program SPSS 23.0.

3. Uji Hipotesis

Uji yang terakhir adalah uji hipotesis yang bertujuan untuk menguji kebenaran hipotesis terhadap hubungan antara Regulasi diri dengan prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an. Statistik yang digunakan adalah *product moment* yakni untuk mengetahui keeratan hubungan kedua variabel tersebut dengan menggunakan bantuan SPSS 23,0.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

G. Prosedur Penelitian

1. Orientasi Kancan Penelitian

Tahap ini menentukan dimana tempat untuk penelitian dan memfasilitasi segala keperluan penelitian. Penelitian ini dilakukan pada santri/santriwati yang sedang menghafal Al-Qur'an Pondok Pesantren X Pekanbaru dengan pengambilan sample menggunakan teknik *disproportional stratified sampling* yang yang tertera seperti tabel 4.1 dibawah ini:

Tabel 4.1 Penyebaran Sampel

Kelas	Laki – laki	Perempuan	Total
1	24	24	48
2	24	24	48
3	24	24	48
4	23	23	46
5	23	23	46
6	23	23	46
TOTAL			282

2. Pengembangan Alat Ukur Penelitian

Pengembangan yang peneliti lakukan yakni ada beberapa tahapan dalam mempersiapkan alat ukur yakni penulisan aitem, validasi isi, uji coba, daya beda aitem, dan reliabilitas.

a. Penulisan aitem

Aitem dibuat dengan menggunakan aspek dan ciri – ciri dari sebuah teori yng diturunkan ke indikator yang mewakili aspek yang terdapat pada teori yang digunakan sesuai dengan judul penelitian yang di lakukan. Dalam penulisan aitem terdapat aitem *favorable* dan *unfavorable* yang peneliti buat lebih banyak jumlah aitem agar mengantisipasi banyaknya aitem yang gugur.

b. Validasi isi aitem

Untuk melihat kesesuaian antara aspek, indikator dan aitem yang peneliti susun sebelumnya, peneliti memberikan form penilaian kepada *expert* untuk memberikan penilaian pada skala. Skala yang peneliti gunakan adalah skala regulasi diri dalam menghafal Al-Qur'an dan skala prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an. Peneliti meminta satu *expert judgement* dari ahli psikologi kepribadian. Proses validasi dalam penelitian ini memiliki beberapa aitem yang harus diperbaiki hingga dibuang, sehingga diperoleh jumlah akhir dari aitem skala Prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an sebanyak 53 aitem dan skala Regulasi diri dalam menghafal Al-Qur'an sebanyak 51 aitem.

c. Uji Coba (*try out*)

Proses selanjutnya peneliti langsung turun kelapangan untuk melakukan uji coba skala regulasi diri dan prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an. Uji coba diberikan kepada 60 santri

di Pondok Pesantren X Pekanbaru. Uji coba skala memerlukan waktu 2 hari yaitu pada hari Selasa dan Rabu tanggal 11 Desember 2018 dan 12 Desember 2018. Penyebaran skala uji coba langsung dilakukan ditempat populasi subjek dan kemudian skala diambil dihari yang sama.

d. Analisis daya beda dan reliabilitas

Analisis daya beda aitem dilakukan untuk melihat seberapa mampu aitem menguraikan dan membedakan trait yang tinggi dan rendah. Menurut Azwar (2014) aitem yang baik adalah aitem yang mempunyai koefisien daya beda $\geq 0,30$. Daya beda aitem dan reliabilitas alat ukur dapat diketahui dengan rumus *alpha cronbach's* dengan bantuan aplikasi SPSS 23.0 for windows. Sebelum dilakukan analisis daya beda dan reliabilitas pada skala Regulasi diri dalam menghafal Al-Qur'an adalah 0,891. Ditemukan aitem yang gugur sebanyak 20 buah aitem dari total 51 buah aitem. Aitem yang gugur diantaranya 1, 12, 33, 2, 13, 24, 25, 44, 36, 46, 5, 6, 7, 18, 29, 39, 19, 9, 21 dan 22. Aitem yang gugur dibuang sehingga indeks koefisien reliabilitas naik menjadi 0,913, sehingga aitem yang akan digunakan dalam penelitian sebanyak 31 buah aitem. Penyebaran dan pendistribusian aitem dapat dilihat pada tabel 4.2 dibawah ini:

Table 4.2
Blue Print Skala Regulasi Diri Setelah Try Out

Aspek	Indikator	Favourable	Unfavourable	Total
Metakognisi	- Merencanakan strategi dalam menghafal Al-Qur'an	<u>1</u> , <u>12</u> , 23	<u>33</u> , <u>2</u> , <u>13</u>	
	- Memperluas ilmu pengetahuan	<u>24</u> , 34, 43	3, 14, <u>25</u>	8
	- Melakukan evaluasi dalam menghafal Al-Qur'an	35, <u>44</u>	4, 15	
Motivasi	- Orientasi Tujuan	26, <u>36</u> , <u>46</u>	<u>5</u> , 16, 27	
	- Keyakinan pada kemampuan	37, 46, <u>6</u>	17, 28, 38	10
	- Kemampuan mengelola emosi	47, <u>7</u>	<u>18</u> , <u>29</u> , <u>39</u> , 48	
Perilaku	- Menciptakan lingkungan yang mendukung aktifitas menghafal Al-Qur'an	8, <u>19</u> , 30	40, 49, <u>9</u>	13
	- Mengontrol perilaku	20, 31, 41	50, 10, <u>21</u>	
	- Memanfaatkan lingkungan	32, 42, 51	11, <u>22</u>	
Jumlah				31

Tanda yang tebal dan bergaris bawah adalah aitem yang gugur

Sebelum dilakukan analisis daya beda dan reliabilitas pada skala prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an adalah 0,870. Ditemukan aitem yang gugur sebanyak 21 aitem yang gugur dari 53 aitem yang disediakan. Aitem yang gugur tersebut yaitu aitem 1, 12, 34, 44, 24, 35, 3, 46, 4, 15, 47, 16, 38, 48, 17, 49, 7, 41, 21, 43, dan 22. Aitem yang gugur dibuang sehingga indeks koefisien reliabilitas naik menjadi 0,913, sehingga aitem yang akan digunakan dalam penelitian sebanyak 32 buah aitem. Tabel 4.3:

Table 4.3
Blue Print Skala prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an
setelah Try Out

Aspek	Indikator	Favourable	Unfavourable	Total
Menunda untuk memulai dan menyelesaikan hafalan Al-Qur'an	- Mengetahui bahwa tugas yang dihadapi harus segera diselesaikan namun menunda untuk memulainya	<u>1</u> , <u>12</u> , 23	<u>34</u> , <u>44</u> , 2	5
	- Mengetahui bahwa tugas yang dihadapi harus segera diselesaikan namun menunda untuk menyelesaikannya	13, <u>24</u> , <u>35</u>	45, <u>3</u> , 14	
Keterlambatan dalam mengerjakan tugas Hafalan Al-Qur'an	- Memerlukan waktu yang lama dalam mempersiapkan diri secara berlebihan untuk menuntaskan hafalan Al-Qur'an	25, 36, <u>46</u> , <u>4</u>	<u>15</u> , 26, 37	9
	- Menghafal Al-Qur'an tanpa memperhitungkan batasan waktu yang dimiliki	<u>47</u> , 5, <u>16</u>	27, <u>38</u> , <u>48</u>	
	- Melakukan hal – hal yang tidak dibutuhkan	6, <u>17</u> , 28	39, <u>49</u> , <u>7</u>	
Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja actual	- Memiliki <i>deadline</i> namun gagal mencapai <i>deadline</i>	18, 29	40, 50	9
	- Memiliki rencana untuk menghafal Al-Qur'an namun tidak dikerjakan	8, 19, 30	<u>41</u> , 51, 9	
Melakukan aktifitas yang lebih menyenangkan	- Melakukan aktivitas lain yang dipandang menyenangkan dan mendatangkan hiburan dari pada menghafal Al-Qur'an	20, 31, 42	52, 10, <u>21</u>	9
	- Mengerjakan tugas sambil melakukan kegiatan lain	32, <u>43</u> , 53	11, <u>22</u> , 33	
Jumlah				32

Tanda yang tebal dan bergaris bawah adalah aitem yang gugur

H. Pelaksanaan Penelitian

Waktu penelitian dilaksanakan pada tanggal 26 Desember 2018 hingga 27 Desember 2018 dengan melibatkan subjek sebanyak 282 santri pondok pesantren X Pekanbaru yang sedang menghafal Al-Qur'an. Sebelum pengisian skala, peneliti menjelaskan terlebih dahulu tujuan dari skala dan menjelaskan bagaimana tata cara dalam pengisian skala. Skala diberikan kepada santri dan diambil kembali pada hari yang sama.

I. Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi data penelitian yang dibuat oleh peneliti yaitu hubungan antara Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Dalam Menghafal Al-Qur'an pada Santri Pondok Pesantren X Pekanbaru. Hasil data penelitian di lapangan mengenai regulasi diri dengan Prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an pada santri pondok pesantren X Pekanbaru yang sedang menghafal Al-Qur'an setelah penskoringan dilakukan dan diolah dengan aplikasi SPSS versi 23.0 diperoleh ilustrasi gambaran seperti yang disajikan dalam tabel 4.4 dibawah ini:

Variabel Penelitian	Skor x yang diperoleh (empirik)				Skor x yang dimungkinkan (hipotetik)			
	X Min	X Max	Mean	SD	X Min	X Max	Mean	SD
Regulasi diri dalam menghafal Al-Qur'an	81	120	102,91	6,60	31	124	77,5	15,5
Prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an	38	98	62,89	11,45	32	128	80	16

Berdasarkan hasil dari data hipotetik diatas dapat dilihat bahwa nilai rata – rata untuk Regulasi Diri dalam Menghafal Al-Qur’an adalah 77,5 dengan SD sebesar 15,5, sedangkan nilai rata – rata yang diperoleh variabel Prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur’an adalah 80, dengan SD sebesar 16. Selanjutnya, dilihat dari data empirik yang diperoleh dengan bantuan SPSS diketahui nilai rata – rata regulasi diri dalam menghafal Al-Qur’an adalah 102,91 dengan SD 6,60, sedangkan variabel prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur’an rata – rata yang diperoleh adalah sebesar 62,89, dengan SD 11,45.

Berdasarkan skor regulasi diri dalam menghafal Al-Qur’an dengan prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur’an pada table 4.4 diatas, maka dibuatlah suatu pengkategorian dengan tujuan agar dapat menempatkan individu kedalam kelompok – kelompok terpisah berdasarkan data empirik pada tabel 4.4 diatas. Adapun rumus kategorisasi pada penelitian ini dapat dilihat dari table 4.5 dibawah ini:

Table 4.5
Rumus Kategori

Kategori	Rumus
Sangat Tinggi	$X \geq M + 1,5 SD$
Tinggi	$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$
Sedang	$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$
Rendah	$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$
Sangat Rendah	$X < M - 1,5 SD$

Keterangan:

M : Mean Empirik

SD :Standar Deviasi

Dari data yang terdeskripsikan diatas menggunakan rumus maka untuk variabel regulasi diri dalam menghafal Al-Qur'an penelitian ini terdapat lima bagian diantaranya sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Skor kategorisasi regulasi diri dapat dilihat pada table 4.6 dibawah ini:

Tabel 4.6
Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Subjek Skala
Regulasi Diri dalam menghafal Al-Qur'an

Kategorisasi	Rentang Nilai	F	%
Sangat Tinggi	$X \geq 112,81$	25	8,86
Tinggi	$106,21 \leq X < 112,81$	72	25,53
Sedang	$99,61 \leq X < 106,21$	119	42,19
Rendah	$93,01 \leq X < 99,61$	47	16,66
Sangat Rendah	$X \leq 93,01$	19	6,73
Jumlah		282	100

Berdasarkan kategorisasi variabel regulasi diri dalam menghafal Al-Qur'an pada table 4.6 diatas, membuktikan bahwa bagian besar subjek dari subjek penelitian ini memiliki skor regulasi diri dalam menghafal Al-Qur'an pada kategori sedang sebanyak 119 dari 282 santri yang menjadi subjek dalam persentasenya sebesar 42,19% dari 100% santri yang terlibat. Dan kategorisasi untuk skor prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an pada table 4.7 dibawah ini:

Tabel 4.7
Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Subjek Skala
Prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an

Kategorisasi	Rentang Nilai	F	%
Sangat Tinggi	$X \geq 80,06$	24	8,51
Tinggi	$68,61 \leq X < 80,06$	56	19,85
Sedang	$57,17 \leq X < 68,61$	116	41,13
Rendah	$45,72 \leq X < 57,17$	76	25,88
Sangat Rendah	$X \leq 45,72$	10	3,54
Jumlah		282	100

Berdasarkan kategorisasi variabel Prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an pada table 4.7 diatas, menetapkan subjek dalam penelitian ini memiliki skor prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an pada kategori sedang sebanyak 116 dari jumlah seluruh subjek 282 santri atau dalam persentase sebesar 41,13% dari 100% santri yang terlibat.

Berdasarkan uraian tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa santri pondok pesantren X Pekanbaru yang sedang menghafal Al-Qur'an secara dominan memiliki skor sedang pada variabel Regulasi diri dalam menghafal Al-Qur'an dan pada variabel prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an.

J. Hasil Analisis Data

1. Uji Asumsi

Tahap ini adalah tahap yang pertama kali dilakukan dan terdiri dari dua bagian yaitu uji normalitas dan uji linieritas serta dilanjutkan pada tahap kedua yaitu uji hipotesis.

a. Uji Normalitas

Bagian ini dilakukan untuk mengetahui apakah skor variabel yang diteliti memiliki distribusi normal atau tidak. Uji ini harus dilakukan kepada dua variabel dalam penelitian ini yaitu prokrastinasi dan regulasi diri dalam menghafal Al-Qur'an yang dibantu menggunakan aplikasi penganalisaan SPSS versi 23.0. Jika data yang disebarkan memiliki konstribusi normal maka tidak akan ada perbedaan yang signifikan antara frekuensi yang diamati

dengan frekuensi teorinya. Rumus yang digunakan adalah Z (*kilmogrov-Smirnov*) yaitu apabila $p > 0.05$ maka distribusi tersebut normal, sebaliknya jika distribusi $p < 0,05$ maka sebaran tersebut dinyatakan tidak normal (Hadi, 2000).

Setelah melakukan analisis data menggunakan *one sample kolgomorov-smirnov test* maka diperoleh hasil seperti tabel 4.8 dibawah ini:

Tabel 4.8
Hasil Uji Normalitas Skala Prokrastinasi dengan Regulasi diri dalam menghafal Al-Qur'an

Variabel	Signifikansi	Keterangan
Prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an	0,071 ($p > 0,05$)	Normal
Regulasi diri dalam menghafal Al-Qur'an	0,068 ($p > 0,05$)	Normal

Berdasarkan pemaparan diatas dapat diketahui hasil uji normalitas pada kedua variabel yang peneliti teliti yakni Prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an memiliki nilai sig sebesar 0,071 ($p > 0,05$) dan Regulasi diri dalam menghafal Al-Qur'an 0,068 ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwasannya kedua variabel yang diteliti berdistribusi Normal.

b. Uji Linieritas

Uji ini adalah uji yang dilakukan untuk mengetahui hubungan antara kedua variabel penelitian ini. Hubungan yang linier digambarkan dengan perubahan variabel independent yang akan cenderung diikuti oleh variabel dependent yang apabila memiliki nilai $p < 0.05$ maka kedua variabel dikatakan linier, sebaliknya jika $p > 0,05$ maka kedua variabel dikatakan tidak linier (Hadi, 2000).

Hasil uji diatas dapat diketahui nilai perhitungan dari *deviation from linierity* untuk Regulasi diri dan prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an seperti table 4.9 dibawah ini:

Tabel 4.9
Hasil uji linieritas skala regulasi diri dan prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regulasi _Diri *	Between Groups	(Combined)	4202,457	46	91,358	2,662	,000
		Linearity	558,456	1	558,456	16,272	,000
Prokrasti nasi		Deviation from Linearity	3644,001	45	80,978	2,360	,000
		Within Groups	8065,146	235	34,320		
Total			12267,603	281			

Berdasarkan pemaparan diatas dapat diketahui hasil uji linieritas pada kedua variable yang peneliti teliti yakni regulasi diri dan prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an bahwa $F = 16,272$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$), maka dari hasil tersebut dapat ditarik sebuah kesimpulan bahwa kedua variable dalam peneliiian ini adalah Linier.

2. Uji Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan negatif yang signifikan antara regulasi diri dengan prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an pada santri Pondok Pesantren X Pekanbaru. Analisis yang digunakan yaitu teknik *pearson product moment*. Berdasarkan dari hasil uji korelasi antara regulasi diri dengan Prokrastinasi, maka diperoleh nilai koefisien korelasi (r) = -0,213 dan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi negative yang signifikan antara regulasi diri dengan prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an pada santri pondok pesantren X Pekanbaru. Semakin tinggi Regulasi diri dalam menghafal Al-Qur'an maka akan semakin rendah Prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an pada santri Pondok Pesantren X Pekanbaru. dan juga sebaliknya semakin rendah regulasi diri dalam menghafal Al-Qur'an, maka akan semakin tinggi prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an pada santri pondok pesantren X Pekanbaru. Dengan demikian hasil uji analisa data ini menyatakan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima.

Pada table 5.0 dibawah ini dapat dilihat variabel X (Regulasi Diri) memberikan kontribusi dalam mempengaruhi variabel Y (Prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an) yakni:

Table 5.0

Hasil koefisien determinan

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Regulasi_Diri * Prokrastinasi	-,213	,046	,585	,343

Hasil diatas menunjukkan bahwa angka R Square (koefisien korelasi) sebesar 0,046 yang menjelaskan variabel X (Regulasi Diri) memberikan kontribusi dalam mempengaruhi variabel Y (Prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an) sebesar 4,6%, sedangkan sisanya 95,4% dipengaruhi oleh hal – hal lain.

K. Pembahasan

Setelah dilakukannya suatu uji analisis data menggunakan *pearson product moment* dapat dinilai bahwa regulasi diri dengan prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an memiliki hubungan yang negatif secara signifikan. Hal itu dibuktikan dari nilai-nilai korelasi (r) = -0,213 dan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) yang berarti semakin tinggi tinggi regulasi diri dalam menghafal Al-Qur'an maka akan semakin rendah prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an pada santri Pondok Pesantren X Pekanbaru. Sebaliknya, semakin rendah regulasi diri dalam menghafal Al-Qur'an maka akan semakin tinggi prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an pada santri Pondok Pesantren X Pekanbaru.

Hasil penguadratan dari koefisien korelasi diketahui Rsquare sebesar 0,046 yang menjelaskan variabel X (Regulasi Diri) memberikan

kontribusi dalam mempengaruhi variabel Y (Prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an) sebesar 4,6%, sedangkan sisanya 95,4% dipengaruhi oleh hal – hal lain.

Seorang santri yang melakukan prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an pada dasarnya disebabkan oleh rendahnya pengaturan diri yang menyebabkan seorang individu tidak mampu untuk mengendalikan diri terhadap berbagai stimulus, sehingga ketidakmampuan tersebut menjadi hambatan yang membuat individu kesulitan untuk bersikap yang benar untuk menghadapi segala macam stimulus stimulus seperti tidak dapat menuntaskan hafalan dengan baik, tidak mencapai target hafalan yang sudah ditargetkan, dan terbengkalainya kegiatan lain diluar menghafal Al-Qur'an.

Zariah (2013), mengatakan bahwasannya santri yang kurang mampu mengatur diri dengan baik akan merasakan kerugian seperti menyesal, kecewa, pekerjaan terbengkalai, terbuangnya waktu dengan sia – sia dan penurunan hasil akademik. Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan oleh Marza (2017), Semakin mampu meregulasi diri sendiri dengan baik, maka akan semakin baik pula hafalan Al – Qur'annya.

Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Liza lubis (2018) menyatakan bahwa secara umum, prokrastinasi mempunyai sifat yang negatif seperti melakukan penundaan terhadap tugas yang diberikan atau bahkan sampai meninggalkan tugas tersebut. Selain itu, pelibatan emosi yang negatif juga terjadi seperti perasaan was – was dan perasaan tidak

percaya diri karena adanya pikiran – pikiran irrasional serta mengerjakan tugas – tugas lain yang lebih menyenangkan. Sehingga, didalam penelitiannya mengenai regulasi diri dalam belajar dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara regulasi diri dalam belajar dengan prokrastinasi.

Menurut penelitian Savira dan Suharsono (2013), ada hubungan signifikan antara *Selfregulated learning (SLR)* dengan prokrastinasi akademik pada siswa akselerasi dengan korelasi (r) sebesar $-0,73$ dengan $p= 0,000$ itu membuktikan bahwa memiliki hubungan keterbalikkan, dimana hubungan tersebut yang terjadi adalah hubungan yang negatif. Penelitian lainnya dilakukan oleh Rizanti (2013) yang membuktikan bahwa diperoleh nilai r sebesar $-0,832$ dan $p= 0,000$ ($p<0,05$), yang membuktikan bahwa hipotesis diterima dan hubungan yang terjadi adalah hubungan yang negatif dan signifikan antara *regulated learning* dengan prokrastinasi akademik dalam menghafal Al-Qur'an pada mahasiswa Ma'had Aly Masjid Nasional Al-Akbar Surabaya.

Fitriya dan Lukmawati (2016) didalam penelitiannya menunjukkan bahwasannya ada keterikatan negatif dan signifikan antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa STIKES Mitra Adiguna Palembang. Maka, dapat diartikan bahwa semakin tinggi regulasi diri seorang mahasiswa, maka akan semakin rendah tingkat perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akademiknya dan sebaliknya.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Marza (2017), seseorang yang mampu untuk meregulasi diri dengan baik dalam menghafal Al-Qur'an, akan berhasil dan mendapatkan hasil yang memuaskan. Ketika regulasi diri baik penundaan dalam menghafal Al-Qur'an juga akan semakin rendah. Adapun dampak yang didapat oleh seorang penghafal Al-Qur'an banyak sekali secara psikologis, seperti subjek termotivasi untuk menjadi pribadi yang melakukan hal – hal yang baik saja, seperti subjek termotivasi untuk menjadi pribadi yang melakukan hal – hal yang baik saja, merasa tenang ketika menghafal Al-Qur'an, merasa senang, haru, bahagia dan *khusyu*'.

Berdasarkan teori pendukung diatas, maka dapat diketahui dengan adanya regulasi diri yang baik dapat menurunkan prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an pada santri. Semakin tinggi regulasi diri maka semakin rendah prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an pada santri, dan semakin rendah regulasi diri, maka akan semakin tinggi prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an pada santri.

Penulis menyadari, didalam penelitian ini masih terdapat kelemahan dan kekurangan selama penelitian berlangsung, diantaranya kecilnya jumlah populasi dalam penelitian, kurangnya perhatian peneliti terhadap faktor – faktor lain yang mempengaruhi prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an seperti konsep diri, kepercayaan diri, optimisme, pengelolaan diri, religiusitas dan lain sebagainya. Penelitian ini hanya berfokus pada regulasi diri seorang santri yang menghafal Al-Qur'an

dengan prokrastinasi santri dalam proses menghafal Al-Qur'an. Sebagaimana yang telah dipaparkan sebelumnya, 95,4% prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an dipengaruhi/berhubungan dengan hal lainnya.



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data penelitian ini, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara regulasi diri dengan prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an pada santri Pondok Pesantren X Pekanbaru. Artinya, semakin tinggi regulasi diri santri dalam menghafal Al-Qur'an, maka tingkat prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an akan semakin rendah. Sebaliknya, semakin rendah regulasi diri santri dalam menghafal Al-Qur'an, maka semakin tinggi prokrastinasi santri dalam menghafal Al-Qur'an.

B. Saran

Dari hasil penelitian dan rangkuman yang peneliti dapatkan, peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1. Kepada Santri

Santri yang sudah berkomitmen untuk menghafal Al-Qur'an hendaknya meningkatkan kemampuan regulasi diri dalam menghafal Al-Qur'an sehingga santri selalu aktif untuk menyetorkan hafalannya serta tidak membuang – buang waktu untuk mulai menghafal.

2. Kepada Pondok Pesantren

Disarankan bagi Pondok Pesantren untuk mengembangkan regulasi diri santri, misalnya dengan memberikan perhatian yang lebih, motivasi – motiva untuk santri selalu semangat menghafal dan

setoran serta saran – saran yang membangun untuk kelancaran santri menghafal Al-Qur'an.

3. Kepada peneliti selanjutnya

Diharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk dapat mengembangkan dan menyempurnakan hasil dari penelitian ini yang hanya meneliti sebatas untuk mengetahui hubungan antara regulasi diri dengan prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an. Sebagaimana yang telah dipaparkan, 95,4% prokrastinasi dalam menghafal Al-Qur'an berhubungan dengan faktor lain seperti konsep diri, kepercayaan diri, optimisme, pengelolaan diri, religiusitas dan lain sebagainya. Jadi, untuk penelitian lebih lanjut, disarankan untuk menambahkan faktor – faktor tersebut untuk menambah variable dan lebih menjelaskan bagaimana cara meningkatkan regulasi diri dalam belajar. Disamping itu, faktor waktu dalam memberikan alat ukur agar dapat menjadi perhatian penting untuk peneliti selanjutnya. Karena santri memiliki jadwal yang padat sehingga memungkinkan santri akan mengisi skala penelitian dengan terburu – buru. Sehingga persiapan waktu yang matang sangat cocok untuk dilakukan.

DAFTAR PUSTAKA

- Akinsola, M. K., Tella, A., & Tella, A. (2007). Correlates of Academic Procrastination and Mathematics Achievement of University Undergraduate Students. *Eurasia Journal of Mathematics, Science & Technology Education*, 3(4) 363-370. DOI: <http://doi.org/10.12973/ejmste/75415>
- Azwar, S. (2012). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset
- Azwar, S. (2014). *Reliabilitas dan validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Bungin, Burhan. (2011). *Penelitian kualitatif*. Jakarta: Kencana Predana Media Group
- Chairani, Lisyia & M.A Subandi. (2010). *Psikologi Santri Penghafal Al – Qur'an (Peranan Regulasi Diri)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Departemen Agama RI. (2004). *Al-Qur'an dan terjemahannya*. Surabaya: Mekar Surabaya
- Fibrianti, I. D. (2009). Hubungan antara dukungan social orangtua dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa fakultas psikologi universitas diponegoro semarang. Skripsi. Diunduh dari <http://www.eprints.undip.ac.id/10517/1/skripsi.pdf>
- Fitriya, F., & Lukmawati, L. (2016). Hubungan antara regulasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa sekolah tinggi ilmu kesehatan (STIKES) mitra adiguna palembang. *Psikologi Islami*, 2(1), 63-74. Diunduh dari <http://jurnal.radenfatah.ac.id>
- Ghufron, M. N., & Risnawati, R. (2016). *Teori – Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar – ruzzmedia.
- Hadi, S. (2000). *Metodologi penelitian*. Yogyakarta: Andi Yogyakarta
- King, A. L. (2012). *Psikologi umum*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Liza, Lubis Sari, Indah. (2018). Hubungan regulasi diri dalam belajar dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa. *Jurnal Diversita* 4(2) 90-98. DOI: <http://dx.doi.org/10.31289/diversita.v4i2.1884>
- Marza, Suci Eriska. (2017). Regulasi diri remaja penghafal Al-Qur'an di Pondok Pesantren Al-Qur'an Jami'atul Qurro' Sumatera Selatan. *Intelektualita*, 06(01). Diunduh dari <http://jurnal.radenfatah.ac.id/index.php/intelektualita>
- Ormrod, J. E. (2009). *Psikologi Pendidikan (edisi keenam jilid dua)*. Jakarta: Erlangga.

- Priyanto, Agus. (2016). *Komunikasi dan konseling*. Bandung: Salemba Medika
- Rizanti, F. D., & Muhari. (2013). Hubungan Antara Self Regulated Learning dengan Prokrastinasi Akademik dalam Menghafal Al -Qur'an pada Mahasantri Ma'had 'Aly Masjid Nasional Al – Akbar Surabaya . *Character 02 (1)*, 5.
- Rumiani. (2006). Prokrastinasi Akademik Ditinjau dari Motivasi Berprestasi dan Stress Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, 2-4. DOI: <https://doi.org/10.14710/jpu.3.2.37%20-%2048>
- Savira, F., & Suharsono, Y. (2013). Self-Regulated Learning (SRL) dengan prokrastinasi Akademik pada siswa Akselerasi. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan 01*, 17-32. Diunduh dari <https://ejournal.umm.ac.id>
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4), 503-509. Diunduh dari <https://pdfs.semanticscholar.org>
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133, 65-94.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif R&D*: Alfabeta
- Sugianto, Agus Ilham. (2006). *Kiat Praktis Menghafal Al-Qur'an*. Bandung: Mujahid Press
- Sperling, R.A., dan Park, S. W. (2012). Academic Procrastinators and Their Self-Regulation. *Psychology*. 3(1) 12-23. Diunduh dari <https://www.scirp.org/journal/psych>
- Tim Penyusun Kamus Pusat Pembinaan Dan Pengembangan Bahasa. (1989). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka, 291.
- Wiyarti, Herwit Arsita., setyawan Imam. (2017). Hubungan antara dukungan teman sebaya dengan prokrastinasi menghafal Al-Qur'an pada santri pindok pesantren modern islam assalaam Surakarta. *Empati*, 6(4) hal 33-36. Diunduh dari <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/issue/view/1123>
- Wolters, C.A (2003). Regulation of Motivation: Evaluating an Underemphasized Aspect of Self-Regulated Learning. *Educational Psychologist*. 38(4), 189-205. <https://wiki.oulu.fi/download/attachments/28100012/Wolters.pdf?version=1&modificationDate=1383303654000&api=v2>
- Zariah, A. (2013). *Pembelajaran Regulasi Diri Pada Santri Di Pondok Pesantren Modern*.Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta. Skripsi.

Zimmerman, J. B & Schunk, H. D. (1989). Education Psychology: a century of contributions. London: Lawrence Erlbaum Associates.



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau