

HUBUNGAN ANTARA *SELF REGULATED LEARNING* DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK DALAM MENGHAFAAL ALQURAN PADA MAHASANTRI MA'HAD 'ALY MASJID NASIONAL AL-AKBAR SURABAYA

Fitria Dwi Rizanti

Psikologi, FIP, Unesa, fie_rizanti@yahoo.com

Muhari

Psikologi, FIP, Unesa

Abstract

Memorizing Alquran is an obligation for students of Ma'had 'Aly Masjid Nasional Al-Akbar Surabaya. Each student should memorize Alquran at least 4 pages in a week, but most of them memorize 2-3 pages only. Procrastination is assumed as one of the factors that cause the students fail to reach minimum standard. Academic procrastination, a term for procrastination in the context of learning, is influenced by internal and external factors. One of the internal factors is self regulated learning, which is the ability of self control to achieve a target. The purpose of this research is to examine the correlation between self regulated learning and academic procrastination in memorizing Alquran among students of at Ma'had 'Aly Masjid Nasional Al-Akbar Surabaya. The research design used in this research was correlational method. All students of Ma'had 'Aly Masjid Nasional Al-Akbar Surabaya which consists of 32 students has participated in this research. The hypotesis of this research is that "there is negative correlation between self regulated learning with academic procrastination in memorizing Alquran among students of Ma'had 'Aly Masjid Nasional Al-Akbar Surabaya". Data collected using the questionnaires of self regulated learning and academic procrastination. Pearson's Product Moment correlation technique is used to test the negative relationship between self regulated learning with academic procrastination in memorizing Alquran. The result of analysis data showed that $r = -0,832$ and $p=0,000$ ($p<0,05$). It means that the hypothesis is accepted. In other words, there is negative and significant correlation between self regulated learning and academic procrastination in memorizing Alquran among students of Ma'had 'Aly Masjid Nasional Al-Akbar Surabaya.

Keywords : *self regulated learning, academic procrastination, memorizing Alquran, students*

Abstrak

Menghafalkan Alquran menjadikewajibanbagimahasantri Ma'had 'Aly Masjid Nasional Al-Akbar Surabaya. Setiap mahasantri diwajibkan untuk menghafal Alquran dengan batas minimal 4 halaman per minggu, namun kebanyakan hanya 2-3 halaman per minggu. Hal ini dikarenakan mahasantri melakukan penundaan dalam menghafal yang dalam khazanah psikologi disebut prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal diantaranya adalah *self regulated learning*. *Self regulated learning* merupakan kemampuan pengaturan diri seseorang untuk mencapai tujuan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik dalam menghafal Alquran pada mahasantri Ma'had 'Aly Masjid Nasional Al-Akbar Surabaya. Rancangan penelitian yang digunakan adalah korelasional. Populasi pada penelitian ini adalah mahasantri di Ma'had 'Aly Masjid Nasional Al-Akbar Surabaya yang berjumlah 32 mahasantri. Hipotesis pada penelitian ini adalah ada hubungan yang negatif antara *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik dalam menghafal Alquran pada mahasantri Ma'had 'Aly Masjid Nasional Al-Akbar Surabaya. Pengambilan data pada penelitian ini menggunakan angket *self regulated learning* dan prokrastinasi akademik. Untuk menguji hipotesis digunakan teknik analisis korelasi *product moment* dari Pearson. Hasil analisis data diperoleh nilai r sebesar $-0,832$ dan $p=0,000$ ($p<0,05$), sehingga hipotesis penelitian diterima. Artinya, ada hubungan yang negatif dan signifikan antara *regulated learning* dengan prokrastinasi akademik dalam menghafal Alquran pada mahasantri Ma'had 'Aly Masjid Nasional Al-Akbar Surabaya.

Kata Kunci : *self regulated learning, prokrastinasi akademik, menghafal Alquran, mahasantri.*

PENDAHULUAN

Menghafalkan Alquran akhir-akhir ini mulai banyak digemari di masyarakat Indonesia, tidak terkecuali bagi orangtua dan orang cacat sekalipun, bahkan dalam acara 'Indonesia Menghafal 3' yang ditayangkan di ANTV pada tanggal 18 Mei 2012 bertempat di Masjid Agung Semarang menampilkan tiga orang hafidz (penghafal Alquran) yang diluar dugaan. Seorang da'I bernama Yusuf Mansur yang merupakan nara sumber acara tersebut sempat terharu dengan salah satu hafidz yang tunanetra. Dua hafidz yang lainnya adalah seorang anak yang belum lulus SD, tapi sudah mengkhataamkan hafalannya 30 juz.

Berawal dari keinginan untuk mencetak kader penghafal Alquran yang berkompeten inilah gubernur Jawa Timur beserta dewan pengurus Masjid Nasional Al-Akbar Surabaya (MAS) mendirikan Ma'had 'Aly (Perguruan Tinggi) pada tahun 2009. Program Studi yang pertama kali dibuka adalah Program Studi Alquran. Salah satu kualifikasi lulusan yang diharapkan adalah hafal Alquran minimal 15 juz, sehingga ada target 2,5 juz pada tiap semester (semester 1 dan 8 tidak termasuk hitungan untuk menghafal).

Agar target 2,5 juz tercapai dalam satu semester, maka dalam tiap minggunya, mahasantri (mahasiswa di Ma'had 'Aly) harus menyetorkan hafalan sebanyak 4 halaman. Namun pada kenyataannya mahasantri rata-rata hanya hafal 2-3 halaman. Di kelas mahasantri semester 7 misalnya, mayoritas dari mereka enggan untuk menghafal karena seringkali menunda untuk menambah hafalan. Mereka biasanya mulai menambah hafalan 2-3 hari sebelum hari untuk menyetorkan hafalan. Penundaan ini terjadi karena beberapa hal, diantaranya kesibukan bekerja, perasaan malas, enggan, ragu-ragu, dan merasa bahwa menghafal Alquran merupakan sebuah beban. Hal ini diperkuat dengan hasil pengamatan pada sebagian mahasantri Ma'had 'Aly MAS bahwa mahasantri lebih banyak waktunya untuk aktivitas-aktivitas non-akademik (kecuali yang bekerja sebagai guru), seperti menghabiskan waktu untuk mengobrol, makan di kantin, belanja, organisasi ataupun memanjakan diri dengan tidur.

Penundaan dalam menghafal Alquran dalam khazanah psikologi disebut dengan prokrastinasi yang menunjukkan suatu perilaku tidak disiplin dalam penggunaan waktu, yang tidak peduli apakah penundaan tersebut mempunyai alasan atau tidak. Prokrastinasi adalah kecenderungan untuk menunda dalam memulai, melaksanakan, dan mengakhiri suatu aktivitas (Rumiani, 2006:38).

Hasil penelitian di luar negeri menunjukkan bahwa prokrastinasi merupakan salah satu masalah yang menimpa sebagian besar anggota masyarakat secara luas, dan pelajar pada lingkungan yang lebih kecil, seperti sebagian pelajar disana. Sekitar 25% sampai dengan 75% dari pelajar melaporkan bahwa prokrastinasi merupakan salah satu masalah dalam lingkup akademis mereka (Ferrari dalam Setiawan, 2009:2).

Istilah prokrastinasi berasal dari bahasa latin *procrastination* dengan awalan "*pro*" yang berarti mendorong maju atau bergerak maju dan akhiran "*crastinus*" yang berarti keputusan hari esok, atau jika digabungkan menjadi menangguhkan atau menunda sampai hari berikutnya. Prokrastinasi adalah suatu kecenderungan untuk menunda dalam memulai maupun menyelesaikan kinerja secara keseluruhan untuk melakukan aktivitas lain yang tidak berguna, sehingga kinerja menjadi terhambat, tidak pernah menyelesaikan tugas tepat waktu, serta sering terlambat dalam menghadiri pertemuan-pertemuan (Solomon dan Rothblum, 1984:505). Sedangkan menurut Mc Carthy (dalam Widyari, 2012:11), prokrastinasi adalah kecenderungan untuk menunda atau menghindari sepenuhnya tanggung jawab, keputusan, atau tugas yang perlu dilakukan, dan biasanya baru mulai dikerjakan pada saat-saat terakhir batas pengumpulan tugas. Seorang prokrastinator memiliki pandangan bahwa suatu tugas harus diselesaikan dengan sempurna, sehingga dia merasa lebih aman untuk tidak melakukannya dengan segera.

Ferrari (dalam Ghufroon & Risnawita, 2010:158) mengatakan bahwa sebagai suatu penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati ciri-ciri tertentu berupa :

- a. Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi. Mahasantri yang melakukan prokrastinasi tahu bahwa tugas yang dihadapinya harus segera, akan tetapi mahasantri tersebut menunda untuk memulai menghafal dan menyelesaikannya sampai tuntas.
- b. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas. Prokrastinator menggunakan lebih sering menggunakan waktu luangnya untuk mengerjakan sesuatu yang tidak berhubungan dengan tugas utamanya. Ia lebih memilih hal tersebut karena dirasa lebih mudah dikerjakan dan tidak membutuhkan banyak persiapan

dibanding dengan tugas utamanya, dalam hal ini tugas menghafal, sehingga ia membutuhkan waktu yang lebih lama dari waktu yang disediakan.

- c. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual. Kesulitan yang dialami prokrastinator adalah dalam melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang direncanakan. Seseorang mungkin telah merencanakan *deadline* waktu untuk sub tugas tertentu, namun pada waktu yang telah ditentukan tersebut, tugasnya belum selesai.
- d. Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan. Seorang prokrastinator dengan sengaja mengisi waktu luangnya untuk melakukan hal lain yang lebih menyenangkan. Seseorang mungkin merasakan tugas tersebut sebagai beban, sehingga ketika ditawarkan hal lain ia akan menerimanya dengan dalih sebagai *refreshing*.

Wolters (2003:179) juga menyatakan bahwa prokrastinator sebenarnya sadar bahwa dirinya menghadapi tugas-tugas yang penting dan bermanfaat bagi dirinya (sebagai tugas primer), akan tetapi dengan sengaja menunda secara berulang-ulang (kompulsif) sehingga muncul perasaan tidak nyaman, cemas, dan merasa bersalah.

Adler (dalam Alwisol, 2007:127) berpendapat bahwa setiap orang memiliki kekuatan untuk bebas menciptakan gaya hidupnya sendiri-sendiri. Manusia itu sendiri yang bertanggung jawab tentang siapa dirinya dan bagaimana dia bertingkah laku. Manusia mempunyai kekuatan kreatif untuk mengontrol kehidupan dirinya, bertanggung jawab mengenai tujuan akhirnya, menentukan cara memperjuangkan mencapai tujuan itu, dan menyumbang pengembangan minat sosial. Kekuatan diri kreatif itu membuat setiap manusia menjadi manusia bebas, bergerak menuju tujuan yang terarah. Pendapat Adler tersebut menunjukkan bahwa setiap individu pada dasarnya memiliki kemampuan untuk mengatur dan mengontrol dirinya, bergantung dari individu tersebut mengatur kehidupannya dan bertanggungjawab terhadap tingkah lakunya sendiri yang disesuaikan dengan tujuan hidupnya.

Menurut Zimmerman (dalam Setiawan, 2009:24) *self regulated learning* berkaitan dengan bagaimana seseorang menampilkan serangkaian tindakan yang ditujukan untuk pencapaian target dengan melakukan perencanaan terarah. Pintrich dan Groot memberikan istilah *self regulated* dalam belajar

dengan istilah *self regulated learning*, yaitu suatu kegiatan belajar yang diatur sendiri, yang didalamnya individu mengaktifkan pikiran, motivasi, dan tingkah lakunya untuk mencapai tujuan belajarnya (Setiawan, 2009:24).

Menurut Zimmerman (1989:329), *self regulated learning* mencakup tiga aspek yang diaplikasikan dalam belajar, yaitu metakognitif, motivasi, dan perilaku.

a. Metakognitif

Matlin (dalam Ghuftron & Risnawita, 2010:59) mengatakan metakognisi adalah pemahaman dan kesadaran tentang proses kognitif. Selanjutnya, ia mengatakan bahwa metakognitif merupakan suatu proses penting. Hal ini dikarenakan pengetahuan seseorang tentang kognisinya dapat membimbing dirinya mengatur atau menata peristiwa yang akan dihadapi dan memilih strategi yang sesuai agar dapat meningkatkan kinerja kognisinya ke depan. Zimmerman & Pons (dalam Ghuftron & Risnawita, 2010:59) menambahkan bahwa poin metakognitif bagi individu yang melakukan pengelolaan diri adalah individu yang merencanakan, mengorganisasi, mengukur diri, dan menginstruksikan diri sebagai kebutuhan selama proses perilakunya, misalnya dalam hal belajar.

b. Motivasi

Devi & Ryan (dalam Ghuftron & Risnawita, 2010:59) mengemukakan bahwa motivasi adalah fungsi dari kebutuhan dasar untuk mengontrol dan berkaitan dengan kemampuan yang ada pada setiap diri individu. Ditambahkan pula oleh Zimmerman & Pons (dalam Ghuftron & Risnawita, 2010:59) bahwa keuntungan motivasi ini adalah individu memiliki motivasi intrinsik, otonomi, dan kepercayaan diri tinggi terhadap kemampuan dalam melakukan sesuatu.

c. Perilaku

Perilaku menurut Zimmerman dan Schank (dalam Ghuftron & Risnawita, 2010:59) merupakan upaya individu untuk menyeleksi, menyusun, dan menciptakan lingkungan fisik maupun sosial dalam mendukung aktivitasnya.

Menurut Zimmerman (1989:329), *self regulated learning* mencakup tiga aspek yang diaplikasikan dalam belajar, yaitu metakognitif, motivasi, dan perilaku.

a. Metakognitif

Matlin (dalam Ghuftron & Risnawita, 2010:59) mengatakan metakognisi adalah pemahaman

dan kesadaran tentang proses kognitif. Selanjutnya, ia mengatakan bahwa metakognitif merupakan suatu proses penting. Hal ini dikarenakan pengetahuan seseorang tentang kognisinya dapat membimbing dirinya mengatur atau menata peristiwa yang akan dihadapi dan memilih strategi yang sesuai agar dapat meningkatkan kinerja kognisinya ke depan. Zimmerman & Pons (dalam Ghufon & Risnawita, 2010:59) menambahkan bahwa poin metakognitif bagi individu yang melakukan pengelolaan diri adalah individu yang merencanakan, mengorganisasi, mengukur diri, dan menginstruksikan diri sebagai kebutuhan selama proses perilakunya, misalnya dalam hal belajar.

b. Motivasi

Devi & Ryan (dalam Ghufon & Risnawita, 2010:59) mengemukakan bahwa motivasi adalah fungsi dari kebutuhan dasar untuk mengontrol dan berkaitan dengan kemampuan yang ada pada setiap diri individu. Ditambahkan pula oleh Zimmerman & Pons (dalam Ghufon & Risnawita, 2010:59) bahwa keuntungan motivasi ini adalah individu memiliki motivasi intrinsik, otonomi, dan kepercayaan diri tinggi terhadap kemampuan dalam melakukan sesuatu.

c. Perilaku

Perilaku menurut Zimmerman dan Schank (dalam Ghufon & Risnawita, 2010:59) merupakan upaya individu untuk menyeleksi, menyusun, dan menciptakan lingkungan fisik maupun sosial dalam mendukung aktivitasnya.

Zimmerman (1989:333) mengembangkan langkah-langkah dalam mencapai regulasi diri sebagai berikut :

a. Observasi Diri (memonitor diri sendiri)

Ketika observasi dilakukan akan menghasilkan persepsi tentang kemajuan, hal itu dapat memotivasi seseorang untuk meningkatkan kinerjanya dengan mengubah apa yang telah dilakukannya. Sebelum individu mengubah tingkah lakunya, ia harus terlebih dahulu menyadari tingkah lakunya. Hal ini melibatkan kegiatan memantau atau memonitor tingkah laku dirinya. Semakin sistematis individu memantau tingkah lakunya, maka semakin cepat individu sadar akan apa yang dilakukannya.

b. Evaluasi Diri (menilai diri sendiri)

Menentukan apakah tindakan yang dilakukan sesuai dengan yang diinginkan, yaitu sesuai dengan standar pribadi individu tersebut.

Standar pribadi berasal dari informasi yang diperoleh individu dari orang lain. Membandingkan kinerja seseorang dengan suatu standar akan memberikan informasi tentang kemajuan yang telah dicapai. Dengan melakukan penilaian diri, individu dapat menentukan apakah tindakannya berada pada jalur yang benar.

c. Reaksi Diri (mempertahankan motivasi internal)

Menciptakan dorongan untuk perilaku diri sendiri, mengakui dan membuktikan kompetensi yang dimiliki, kemudian merasa puas dengan diri sendiri sehingga dapat meningkatkan minat dalam mengerjakan sesuatu.

Park & Sperling (2012:12) mengungkapkan ciri-ciri dari rendahnya *self regulated learning* yang dapat diamati melalui perilaku prokrastinasi akademik. *Pertama*, prokrastinator tampaknya defisit dalam mengatur kognisi mereka. Mereka tidak menggunakan strategi belajar dan seringkali mengacuhkan pengetahuan kognitif dan kemampuan. *Kedua*, prokrastinator tidak mampu memanfaatkan waktunya dengan baik untuk menyelesaikan tugasnya. *Ketiga*, prokrastinator merupakan orang yang tidak terorganisir, atau tidak terstruktur dalam menyelesaikan tugasnya. *Keempat*, prokrastinator seringkali gagal dalam memenuhi rencananya. *Kelima*, prokrastinator tampaknya mempunyai masalah dalam memunculkan motivasinya. *Keenam*, prokrastinator cenderung mempunyai kecemasan yang tinggi. Selain itu, dikatakan oleh Janssen dan Carton (dalam Wulandari, 2010:26), perilaku prokrastinasi dipengaruhi oleh model kepribadian individu yang dimunculkan dalam *self regulation*.

Menurut Ellis & Knaus (dalam Rumiani, 2006:38), seseorang dikatakan melakukan prokrastinasi apabila menunjukkan ciri-ciri antara lain takut gagal, impulsif, perfeksionis, pasif, dan menunda-menunda. Sedangkan Ferrari (dalam Rumiani, 2006:41) mengatakan bahwa *stressor* yang mengakibatkan kecemasan akan memiliki kemungkinan untuk mendorong ke arah prokrastinasi akademik. Stres yang berkelanjutan dinamakan depresi, yang menurut Bandura digolongkan dalam perilaku disfungsional. Perilaku ini dapat terjadi di salah satu subfungsi regulasi diri (dalam Feist & Feist, 2008:424), yakni observasi diri, proses penilaian, dan reaksi diri. Adanya hubungan antara prokrastinasi akademik dan *self regulation* juga disinyalir oleh Senecal, Koestner, & Vallerand (2001:607) yang menunjukkan dalam penelitiannya bahwa terdapat 25% *self regulated learning* rendah

yang menyebabkan terjadinya prokrastinasi akademik.

METODE PENELITIAN

Pendekatan pada penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional. Penelitian korelasional merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antar variabel (Arikunto, 2006:75).

Penelitian kuantitatif itu pada prinsipnya adalah untuk menjawab masalah (Sugiyono, 2008:25). Peneliti mengamati lingkungan sekitar dan menemukan adanya penyimpangan antara harapan dan fakta yang terjadi, yakni prokrastinasi yang terjadi pada mahasiswa Ma'had 'Aly Masjid Nasional Al-Akbar Surabaya dalam menghafal Alquran yang merupakan kewajiban bagi masing-masing mahasiswa. Melalui pengamatan lebih lanjut, *self regulated learning* yang dimiliki mahasiswa juga kurang, sehingga muncullah rumusan masalah apakah terdapat hubungan antara *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik dalam menghafal Alquran pada mahasiswa Ma'had 'Aly Masjid Nasional Al-Akbar Surabaya.

Penelitian ini merupakan penelitian pada populasi atau disebut sebagai *sensus*. Penelitian yang subjeknya kurang dari 100 lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Penelitian populasi ini juga dilakukan apabila ingin melihat semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian (Arikunto, 2006:108).

Pemilihan metode dan instrumen penelitian sangat ditentukan oleh beberapa hal, yaitu objek penelitian, sumber data, waktu, dana yang tersedia, jumlah tenaga peneliti, dan teknik yang akan digunakan untuk mengolah data bila sudah terkumpul (Arikunto, 2006:137). Instrumen dalam penelitian ini menggunakan angket atau kuesioner. Kuesioner adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya atau hal-hal yang ia ketahui (Arikunto, 2006: 128).

Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini disesuaikan dengan tujuan penelitian yaitu menguji hubungan antara variabel X dengan variabel Y, sehingga teknik analisa yang dipilih adalah korelasi *Product Moment* dari Pearson. Korelasi *product moment* digunakan untuk mengukur kekuatan hubungan antara dua variabel yang sama-sama berjenis interval atau rasio (Winarsunu, 2009:68). Penelitian ini menggunakan data yang berbentuk skala interval.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan uji analisis data dengan menggunakan *product moment* dapat diketahui bahwa *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik berhubungan secara negatif dan signifikan. Hal tersebut dapat dilihat dari nilai signifikansi (p) sebesar 0,000, serta tanda negatif pada *pearson correlation* sebesar -0,832. Nilai signifikansi yang kurang dari 0,05 ($p < 0,05$) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel *self regulated learning* dengan variabel prokrastinasi akademik. Artinya, kenaikan salah satu variabel diikuti dengan penurunan variabel yang lainnya, sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa “terdapat hubungan yang negatif antara *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik dalam menghafal Alquran” diterima.

Berdasarkan penguadratan dari koefisien korelasi, maka dapat diketahui R^2 sebesar 0,692 yang menunjukkan bahwa variabel X (*self regulated learning*) hanya memberikan kontribusi dalam mempengaruhi variabel Y (prokrastinasi akademik) sebesar 69,2 %, sedangkan sisanya 30,8% dipengaruhi oleh variabel/faktor lain.

Mahasiswa yang memiliki *self regulated learning* tinggi akan efektif dalam penggunaan waktu, selalu hadir dalam perkuliahan, serta mereduksi kelambanan. Kecenderungan perilaku prokrastinasi akademik sering dimunculkan oleh pelajar berupa perilaku adanya penundaan dalam memulai maupun menyelesaikan tugas, adanya kelambanan dalam mengerjakan tugas, adanya kesenjangan waktu antara rencana dengan kinerja aktual dalam mengerjakan tugas, serta kecenderungan untuk melakukan aktivitas lain yang tidak berhubungan dengan tugas. Perilaku prokrastinasi ini juga dilakukan oleh mahasiswa Ma'had 'Aly Masjid Nasional Al-Akbar Surabaya (MAS) dalam mengerjakan tugas utamanya sebagai mahasiswa MAS, yakni menghafal Alquran.

Adapun salah satu kualifikasi lulusan Ma'had Aly ini, yakni hafal Alquran sebanyak 15 juz, dimana keseluruhan Alquran berjumlah 30 juz. Dalam kondisi normal, santri yang menghafalkan di pondok pesantren tahfidz (hafalan) Alquran bisa mengkhataamkan hafalan 30 juz dalam waktu 3-5 tahun. Hal ini dikarenakan santri yang bertempat tinggal di pondok pesantren lebih fokus dalam menghafal tanpa melakukan kegiatan lain yang tidak berhubungan dengan hafalan. Mereka tidak terpengaruh dengan televisi maupun kondisi masyarakat luar yang lebih duniawi, sehingga

lingkungan sangat mendukung aktivitas menghafal mereka. Sesuai dengan aspek yang terdapat dalam *self regulated learning*, maka bagi santri yang menghafal Alquran di pondok pesantren telah memenuhi salah satu aspek, yaitu lingkungan, sehingga hanya dibutuhkan metakognitif dan motivasi untuk mempunyai *self regulated learning* yang tinggi.

Berbeda dengan santri/pelajar yang menghafal Alquran di pondok pesantren, mayoritas mahasiswa Ma'had 'Aly Masjid Nasional Al-Akbar justru menghafal sambil bekerja. Perkuliahan yang hanya dilakukan 5 jam/hari ini tidak hanya berfokus untuk menghafalkan Alquran saja, melainkan juga mempelajari materi lain selain Alquran, seperti *entrepreneur*, manajemen, komunikasi, psikologi, dan sebagainya. Adapun waktu lain selain kuliah dipergunakan mahasiswa untuk aktivitas lain yang kebanyakan tidak berhubungan dengan menghafal Alquran. Untuk waktu penyeteroran hafalan yang dilakukan 90 menit dalam seminggu, mahasiswa harus mempunyai *self regulated learning* yang tinggi dengan mengembangkan aspek metakognitif, motivasi, dan lingkungan sendiri agar tidak memunculkan kecenderungan prokrastinasi pada akademik mereka, dalam hal ini aktivitas menghafal Alquran.

Penelitian ini terbatas hanya untuk mengetahui hubungan antara *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik dalam menghafal Alquran. Sebagaimana yang telah diungkapkan, 30,8% prokrastinasi akademik dipengaruhi/berhubungan dengan faktor/variabel lain, seperti kontrol diri, efikasi diri, motivasi berprestasi, dan sebagainya. Seyogyanya, untuk penelitian lebih lanjut, variabel-variabel tersebut perlu diamati.

Disamping itu, keberagaman usia dan aktivitas mahasiswa agaknya perlu dibedakan agar dapat menambah manfaat yang nantinya berguna untuk memperluas pengetahuan yang dimiliki.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan analisis data dengan menggunakan *product moment*, maka dapat ditarik simpulan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik dalam menghafal Alquran pada mahasiswa Ma'had 'Aly Masjid Nasional Al-Akbar Surabaya (MAS). Artinya, semakin tinggi *self regulated learning* mahasiswa, maka tingkat prokrastinasinya semakin rendah, dan sebaliknya,

semakin rendah *self regulated learning* mahasiswa, maka tingkat prokrastinasinya semakin tinggi.

Saran

Berdasarkan hasil dari penelitian hubungan antara *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik tersebut, maka saran yang dapat diberikan adalah :

1. Bagi Mahasiswa
Mahasiswa yang sudah berkomitmen untuk menghafalkan Alquran hendaknya senantiasa meningkatkan kemampuan *self regulated learning* (metakognitif, motivasi, dan perilaku) dalam menghafalkan Alquran sehingga tidak menunda-nunda waktu menghafal serta selalu mengutamakan waktu dan tenaganya untuk menghafal dibanding aktivitas lainnya.
2. Bagi Ma'had 'Aly Masjid Nasional Al-Akbar Surabaya (MAS)
Disarankan bagi Ma'had 'Aly MAS untuk mengembangkan *Self Regulated Learning* mahasiswa, misalkan dengan mengatur suasana perkuliahan kondusif, yang tidak sekedar rutinitas atau memberikan strategi yang baru untuk menghafal.
3. Bagi penelitian selanjutnya
Penelitian ini terbatas hanya untuk mengetahui hubungan antara *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik dalam menghafal Alquran. Sebagaimana yang telah diungkapkan, 30,8% prokrastinasi akademik dipengaruhi/berhubungan dengan faktor/variabel lain, seperti kontrol diri, efikasi diri, motivasi berprestasi, dan sebagainya. Seyogyanya, untuk penelitian lebih lanjut, variabel-variabel tersebut perlu diamati. Disamping itu, keberagaman usia dan aktivitas mahasiswa agaknya perlu dibedakan agar dapat menambah manfaat yang nantinya berguna untuk memperluas pengetahuan yang dimiliki.

DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. 2007. *Psikologi Kepribadian*. Malang : UMM Press
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Feist, Jeist & Feist, Gregory J. 2008. *Theories of Personality*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.

- Park, Seung Won, Sperling, Rayne A.. 2012. Academic Procrastination and Their Self Regulation. (*Journal Online*). Vol. 3, No.1, hal 12-13. Diakses pada tanggal 30-10-2012 dari <http://www.SciRP.org/journal/psych>
- Rosario, Pedro, Costa, Marta, Nunez, J.C., Pienda, J.G., Solano, Paula, Valle, Antonio. 2009. Academic Procrastination : Association with Personal, School, and Family Variables. *The Spanish Journal of Psychology*. Vol. 12, No. 1, hal 118-127.
- Rumiani. 2006. Prokrastinasi Akademik Ditinjau Dari Motivasi Berprestasi Dan Stress Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*. Vol. 3, No. 2, hal 37-48. Diakses tanggal 13-10-2012 dari <http://ebookkuliah.com/jurnal-psikologi-universitasdiponegoro-vol-3-no--2--desember2006>
- Senecal, Caroline, Koestner, Richard, Vallerand, R.J. 1995. Self Regulation and Academic Procrastination. *The Journal of Social Psychology*. Vol. 135, No. 5, hal 607-619.
- Setiawan, Cecep. 2009. Hubungan Antara Kemampuan *Self Regulated Learning* dengan Kecenderungan Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Dakwah IAIN Sunan Ampel Surabaya. *Skripsi*. Surabaya. Diakses tanggal 17-10-2012 dari <http://digilib.sunan-ampel.ac.id/gdl.php?mod=browse&op=read&iid=hubptain-gdl-cecepsetia-7631>
- Solomon, Laura J. & Rothblum Esther D. 1984. Academic Procrastination : Frequency and Cognitive-Behavioral Correlates. *Journal of Counseling Psychology*. Vol. 31, No. 4, hal 503-509
- Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Winarsunu, Tulus. 2009. *Statistika Dalam Penelitian Psikologi & Pendidikan*. Malang : UMM Press
- Wulandari, Ayu. 2010. Hubungan Antara Tingkat *Self Regulation* dengan Tingkat Prokrastinasi Mahasiswa Angkatan 2003-2006 Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang. *Skripsi*. Malang. Diakses tanggal 17-10-2012 dari <http://lib.uin-malang.ac.id/thesis/fullchapter/06410107-ayu-wulandari.ps>
- Zimmerman, B. J. 1989. A Social Cognitive View of Self-Regulated Academic Learning. *Journal of Educational Psychology*. No.81, hal 329-339.