

REGULASI DIRI INTERPERSONAL UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI MENGHAFAAL AL-QUR'AN MAHASANTRI PUTRI PPTQ AL-ASY'ARIYYAH KALIBEHER, WONOSOBO

Fathia Choirani

Universitas Sains Al-Qur'an

Muchotob Hamzah

Universitas Sains Al-Qur'an

Hidayatu Munawaroh

Universitas Sains Al-Qur'an

Pendidikan Agama Islam, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan,

Universitas Sains Al-Qur'an

fathiachoiranii@gmail.com, muchotob@unsiq.ac.id, hidayatmunawaroh@unsiq.ac.id

Abstract. *This study aims to determine interpersonal self-regulation and motivation to memorize the Qur'an in female students of PPTQ Al-Asy'ariyyah Kalibehar, Wonosobo, increasing motivation to memorize based on interpersonal self-regulation, as well as supporting and inhibiting factors. Qualitative methods with interviews, observations, and documentation were used. The results show interpersonal self-regulation is reflected in the ability to manage harmonious relationships, assertive communication, and acceptance of positive feedback that creates emotional support. Multidimensional memorization motivation, supported by time management and a competitive atmosphere, makes 91.7% of mahasantri have good memorization. Interpersonal self-regulation plays an important role in maintaining motivation through intense social interactions and structured tahfidz programs, with 95.83% of mahasantri being highly motivated. Supporting factors include personal determination, cottage environment, role models, family support and coaches, while inhibitors include lack of open communication, emotional burden, difficulty memorizing, and unsupportive environment. In conclusion, interpersonal self-regulation and environmental support are effective in increasing motivation to memorize the Qur'an.*

Keywords: *interpersonal self-regulation, motivation to memorize the Qur'an, female students, Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an.*

Abstract. Penelitian ini bertujuan mengetahui regulasi diri interpersonal dan motivasi menghafal Al-Qur'an pada mahasantri putri PPTQ Al-Asy'ariyyah Kalibehar, Wonosobo, peningkatan motivasi menghafal berdasarkan regulasi diri interpersonal, serta faktor pendukung dan penghambatnya. Metode kualitatif dengan wawancara, observasi, dan dokumentasi digunakan. Hasil menunjukkan regulasi diri interpersonal tercermin dari kemampuan mengelola hubungan harmonis, komunikasi asertif, dan penerimaan umpan balik positif yang menciptakan dukungan emosional. Motivasi menghafal yang multidimensional, didukung pengelolaan waktu dan suasana kompetitif, membuat 91,7% mahasantri memiliki hafalan baik. Regulasi diri interpersonal berperan penting dalam mempertahankan motivasi melalui interaksi sosial intens dan program tahfidz terstruktur, dengan 95,83% mahasantri bermotivasi tinggi. Faktor pendukung meliputi tekad pribadi, lingkungan pondok, figur teladan, dukungan keluarga dan pembina, sedangkan penghambat berupa kurangnya komunikasi terbuka, beban emosional, kesulitan menghafal, dan lingkungan kurang mendukung. Kesimpulannya, regulasi diri interpersonal dan dukungan lingkungan efektif meningkatkan motivasi menghafal Al-Qur'an.

Kata kunci: regulasi diri interpersonal, motivasi menghafal Al-Qur'an, mahasantri putri, Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an.

A. Pendahuluan

Al-Qur'an merupakan petunjuk utama bagi umat Islam yang harus dijaga keasliannya melalui pembumian berbagai aktivitas Al-Qur'an, salah satunya adalah menghafal Al-Qur'an. Menghafal Al-Qur'an merupakan proses yang menuntut pengulangan ayat-ayat secara konsisten dan memerlukan persiapan mental dan fisik yang matang. Pondok pesantren, khususnya pondok pesantren tahfidz, menjadi tempat yang paling efektif untuk mendukung proses ini karena menyediakan lingkungan kondusif dan fasilitas pendukung seperti guru pengampu dan program hafalan terstruktur.

Namun, dalam praktiknya, masih ditemukan berbagai kendala yang mempengaruhi motivasi dan keberhasilan santri dalam menghafal Al-Qur'an. Salah satu permasalahan utama yang muncul adalah penurunan motivasi santri akibat kurangnya perhatian terhadap aspek regulasi diri interpersonal. Banyak pondok pesantren yang hanya fokus pada aspek hafalan tanpa memperhatikan kemampuan santri dalam mengendalikan emosi, mengelola stres, dan membangun interaksi sosial yang positif.

Kondisi ini berpotensi menghambat proses menghafal dan menurunkan kualitas hasil hafalan. Selain itu, faktor eksternal seperti penggunaan teknologi yang tidak bijak, kurangnya dukungan lingkungan, dan kesibukan santri juga menjadi hambatan signifikan. Lebih jauh, kepercayaan masyarakat terhadap pondok pesantren juga mengalami penurunan akibat berbagai isu negatif yang beredar, sehingga menimbulkan kekhawatiran orang tua dalam menitipkan anaknya (Bustanul Arifin, 2021).

Hal ini menuntut pondok pesantren untuk melakukan perbaikan manajemen dan pengawasan yang transparan serta mengoptimalkan kesejahteraan santri, termasuk pengembangan regulasi diri interpersonal sebagai salah satu strategi untuk meningkatkan motivasi menghafal. Regulasi diri interpersonal adalah kemampuan seseorang dalam mengelola interaksi sosial dan emosinya secara efektif (Lilik Indri Purwanti, 2018).

Dalam konteks menghafal Al-Qur'an, regulasi diri interpersonal yang baik memungkinkan santri untuk mengendalikan emosinya, mengelola stres, dan membangun lingkungan sosial yang mendukung proses hafalan. Dengan kemampuan ini, motivasi internal santri dapat terjaga dan bahkan meningkat, sehingga mereka mampu menghadapi berbagai rintangan selama proses menghafal.

Penelitian ini berupaya menggali bagaimana regulasi diri interpersonal dapat dioptimalkan untuk meningkatkan motivasi menghafal Al-Qur'an pada mahasantri putri di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Al-Asy'ariyyah Kalibebber, Wonosobo. Melalui pendekatan ini, diharapkan dapat ditemukan strategi-strategi pengembangan regulasi diri interpersonal yang efektif sehingga dapat menjadi solusi praktis dalam memperkuat motivasi dan keberhasilan hafalan.

Berdasarkan permasalahan dan wawasan yang telah diuraikan, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat regulasi diri interpersonal pada mahasantri putri yang menghafal Al-Qur'an di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Al-Asy'ariyyah Kalibebber, mengkaji pengaruh regulasi diri interpersonal terhadap motivasi menghafal Al-Qur'an pada mahasantri putri tersebut, serta merumuskan rekomendasi pengembangan regulasi diri interpersonal sebagai upaya meningkatkan motivasi menghafal Al-Qur'an di lingkungan pondok pesantren.

Kajian teoritik yang mendasari penelitian ini mencakup beberapa konsep utama, yaitu aktivitas menghafal Al-Qur'an, regulasi diri interpersonal, motivasi menghafal Al-

Qur'an, serta faktor internal dan eksternal yang mempengaruhi keberhasilan hafalan. Menghafal Al-Qur'an merupakan proses pengulangan ayat-ayat secara berkelanjutan yang membutuhkan konsistensi, ketekunan, dan motivasi tinggi.

Aktivitas ini bukan hanya sekadar mengingat, tetapi juga menuntut kesiapan mental dan spiritual yang mendalam. Regulasi diri interpersonal adalah kemampuan seseorang dalam mengelola emosi dan interaksi sosialnya secara efektif. Dalam konteks santri penghafal Al-Qur'an, regulasi ini berperan penting dalam mengendalikan stres, mengatasi frustrasi, dan membangun lingkungan sosial yang positif, yang semuanya berdampak langsung pada motivasi dan keberhasilan hafalan (Moch Nur Irfan, 2022).

Motivasi merupakan dorongan internal yang mempengaruhi semangat dan ketekunan seseorang dalam menghafal. Motivasi internal yang bersumber dari kesadaran spiritual dan tujuan yang jelas lebih efektif dan tahan lama dibandingkan motivasi eksternal. Motivasi yang kuat dapat membantu santri mengatasi hambatan seperti rasa malas, stres, dan gangguan lingkungan.

Faktor internal seperti niat, kesadaran, dan perilaku pribadi sangat menentukan keberhasilan hafalan, sedangkan faktor eksternal seperti dukungan lingkungan, fasilitas pesantren, dan pengelolaan waktu juga berperan penting dalam mendukung atau menghambat proses menghafal (Qiyadah Robbaniyah, 2022).

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata dalam pengembangan model pembinaan santri penghafal Al-Qur'an yang lebih holistik, khususnya melalui penguatan regulasi diri interpersonal. Dengan demikian, pondok pesantren dapat meningkatkan kualitas pembelajaran dan motivasi santri, sekaligus memperbaiki citra dan kepercayaan masyarakat terhadap lembaga pendidikan keagamaan ini.

Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi para pengelola pondok pesantren dan pendidik dalam merancang program pembinaan yang efektif dan berkelanjutan. Demikian pendahuluan ini disusun sebagai landasan awal dalam mengkaji regulasi diri interpersonal sebagai kunci peningkatan motivasi menghafal Al-Qur'an pada mahasantri putri di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Al-Asy'ariyyah Kalibebur, Wonosobo.

B. Metode Penelitian

Pendekatan penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Penelitian kualitatif merupakan penelitian yang pada dasarnya adalah postpositivisme untuk mengkaji kondisi objek secara alami, berbeda dengan eksperimen yang mengendalikan variabel. (Sugiyono, 2022). Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif studi lapangan melalui pengumpulan data yang bersifat deskriptif. Dalam pendekatan ini, peneliti terlibat langsung dengan informan di lokasi penelitian untuk memperoleh wawasan yang lebih kaya dan konteks yang relevan. (Wahyudin Darmalaksana, 2020).

Penelitian ini bertempat di PPTQ Al-Asy'ariyyah Kalibebur, Wonosobo. Teknik pengumpulan datanya menggunakan wawancara, observasi, dan dokumentasi. Teknik analisisnya meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Adapun subjek penelitiannya meliputi, 2 pengurus program menghafal Al-Qur'an di pesantren tingkat mahasiswa dan salaf, 24 mahasantri putri, dan 4 pembina kamar mahasantri putri PPTQ Al-Asy'ariyyah Kalibebur, Wonosobo.

C. Hasil Penelitian

1. Regulasi Diri Interpersonal dan Motivasi Menghafal Al-Qur'an Mahasantri Putri PPTQ Al-Asy'ariyyah Kalibeber, Wonosobo

Penelitian mengenai regulasi diri interpersonal dan motivasi menghafal Al-Qur'an pada mahasantri putri di PPTQ Al-Asy'ariyyah Kalibeber, Wonosobo menunjukkan bahwa regulasi diri interpersonal sangat berperan dalam keberhasilan proses menghafal. Mahasantri mampu mengelola hubungan sosial dan emosional dengan teman serta pembina melalui komunikasi asertif, penerimaan umpan balik positif, serta menjaga hubungan yang harmonis dan saling mendukung. Dukungan emosional antar mahasantri menciptakan suasana kekeluargaan yang memperkuat semangat menghafal dan membantu mengurangi tekanan selama proses tahfidz. Selain itu, kedisiplinan dalam mengatur prioritas antara menghafal, belajar, dan aktivitas lain juga menjadi aspek penting yang menunjang keberhasilan mereka.

Motivasi menghafal Al-Qur'an pada mahasantri bersifat multidimensional, terdiri dari motivasi internal seperti kesadaran akan pentingnya hafalan, cita-cita pribadi, dan target yang ingin dicapai, serta motivasi eksternal yang berasal dari lingkungan sosial dan program-program pesantren. Kegiatan seperti ziyadah, muroja'ah, sima'an, dan sesi sharing yang terstruktur menciptakan suasana kompetitif yang sehat dan kolaboratif, sehingga mendorong kedisiplinan dan konsistensi dalam menghafal. Sinergi antara motivasi internal dan dukungan eksternal ini menjadi pondasi utama dalam menjaga semangat dan efektivitas proses menghafal.

Berdasarkan data tingkat hafalan, sebanyak 22 mahasantri atau sekitar 91,7% memiliki tingkat hafalan yang baik, menunjukkan sebagian besar mampu menjaga konsistensi dan kualitas hafalan mereka. Sementara itu, 2 mahasantri (8,3%) masih berada pada kategori kurang baik, yang menunjukkan perlunya perhatian dan bimbingan lebih lanjut. Temuan ini sejalan dengan teori regulasi diri Bandura yang menekankan pentingnya pengaturan diri dalam konteks sosial dan kognitif, di mana mahasantri tidak hanya mengatur diri secara personal tetapi juga memanfaatkan interaksi sosial untuk mencapai tujuan menghafal.

2. Regulasi Diri Interpersonal Untuk Meningkatkan Motivasi Menghafal Al-Qur'an Mahasantri Putri PPTQ Al-Asy'ariyyah Kalibeber, Wonosobo

Regulasi diri interpersonal pada mahasantri putri PPTQ Al-Asy'ariyyah Kalibeber, Wonosobo berperan penting sebagai mekanisme strategis yang tidak hanya memperkuat motivasi menghafal Al-Qur'an, tetapi juga menciptakan lingkungan sosial yang kondusif dan suportif. Berdasarkan hasil wawancara, keterampilan interpersonal seperti kemampuan mendengarkan secara aktif, meminta bantuan saat mengalami kesulitan, serta berbagi pengalaman menjadi hal mutlak yang membantu para mahasantri mempertahankan konsistensi dalam proses menghafal. Interaksi sosial yang intens dan positif, khususnya dalam kegiatan muroja'ah, membentuk sistem dukungan sosial yang berfungsi sebagai motivasi sekaligus penguatan psikologis bagi para mahasantri.

Temuan utama penelitian ini menunjukkan bahwa regulasi diri interpersonal berperan sebagai sumber motivasi dan penguatan psikologis yang signifikan. Selain itu, peran pembina dan program terstruktur di pesantren sangat membantu dalam memfasilitasi proses regulasi diri interpersonal tersebut. Regulasi diri juga berkontribusi dalam pembentukan strategi menghafal yang efektif, di mana mahasantri secara sadar

merancang dan melaksanakan langkah-langkah strategis melalui interaksi sosial yang suportif.

Analisis ini sangat sesuai dengan teori regulasi diri Zimmerman yang menekankan bahwa proses regulasi diri merupakan siklus yang melibatkan penentuan tujuan, pelaksanaan strategi, dan refleksi diri. Dalam konteks PPTQ Al-Asy'ariyyah, mahasantri secara sadar menetapkan tujuan menghafal Al-Qur'an dan menjalankan strategi melalui kegiatan kelompok seperti muroja'ah dan sesi sharing. Proses ini mencakup tahap permulaan (penentuan tujuan dan perencanaan), tahap kinerja (pelaksanaan hafalan dan interaksi sosial), serta tahap refleksi (berbagi pengalaman dan evaluasi bersama teman dan pembina). Motivasi tinggi yang dimiliki mahasantri, yang didukung oleh interaksi interpersonal intensif dan program tahfidz yang sistematis, memperkuat siklus regulasi diri yang berkelanjutan dan efektif.

Tingkat motivasi menghafal yang diukur melalui regulasi diri interpersonal, diketahui bahwa 23 mahasantri atau sekitar 95,83% menunjukkan tingkat motivasi yang tinggi berdasarkan regulasi diri interpersonal, 1 mahasantri atau sekitar 4,17% menunjukkan tingkat motivasi yang kurang atau tidak berdasarkan regulasi diri interpersonal. Menggambarkan bahwa hampir seluruh mahasantri putri di PPTQ Al-Asy'ariyyah memiliki motivasi menghafal Al-Qur'an yang kuat yang didukung oleh regulasi diri interpersonal yang efektif.

3. Faktor-faktor Pendukung dan Penghambat Regulasi Diri Interpersonal Mahasantri Putri PPTQ Al-Asy'ariyyah Kalibeper, Wonosobo

a. Faktor Pendukung

Lingkungan pondok pesantren yang terstruktur dengan baik menjadi faktor utama yang mendukung terbentuknya regulasi diri interpersonal yang sehat pada mahasantri putri di PPTQ Al-Asy'ariyyah Kalibeper. Disiplin waktu yang ketat, pola interaksi sosial yang positif, serta keberadaan figur teladan seperti pembina dan teman yang rajin menghafal menciptakan suasana belajar yang kondusif dan memudahkan mahasantri dalam mengatur diri serta mempertahankan motivasi menghafal Al-Qur'an. Dukungan moral dari keluarga dan lingkungan pertemanan juga berperan penting dalam meningkatkan rasa percaya diri mahasantri menghadapi berbagai tantangan selama proses menghafal. Secara umum, pengaruh lingkungan eksternal ini lebih dominan dibandingkan faktor internal, karena mahasantri mudah terbawa oleh semangat dan suasana yang ada di sekitarnya.

b. Faktor Penghambat

Di sisi lain, terdapat beberapa faktor penghambat yang mengganggu terbentuknya regulasi diri interpersonal yang optimal. Kurangnya keterbukaan komunikasi antar mahasantri sering menimbulkan gesekan akibat perbedaan karakter dan kepribadian, yang pada akhirnya dapat menurunkan semangat menghafal. Beban emosional dari luar pesantren, seperti masalah keluarga atau persoalan pribadi, juga menjadi penghalang signifikan yang mengganggu fokus dan motivasi. Selain itu, kesulitan menghafal ayat-ayat yang rumit dan lingkungan yang kurang mendukung serta minim motivasi semakin memperparah kondisi, membuat regulasi diri interpersonal menjadi rentan dan semangat menghafal menurun.

D. Kesimpulan

Regulasi diri interpersonal dan motivasi menghafal Al-Qur'an mahasantri putri PPTQ Al-Asy'ariyyah Kalibeper, Wonosobo ditandai dengan kemampuan mengelola hubungan harmonis, komunikasi asertif, dan penerimaan umpan balik positif yang menciptakan

suasana kekeluargaan dan dukungan emosional antar mahasantri. Motivasi menghafal meliputi motivasi internal dan eksternal yang didukung oleh pengelolaan waktu serta suasana kompetitif, sehingga 91,7% mahasantri memiliki tingkat hafalan yang baik. Regulasi diri interpersonal untuk meningkatkan motivasi menghafal Al-Qur'an mahasantri putri PPTQ Al-Asy'ariyyah Kalibeher, Wonosobo berperan penting dalam membentuk dan mempertahankan motivasi melalui keterampilan interpersonal seperti mendengarkan, berbagi pengalaman, dan meminta bantuan, yang diperkuat oleh interaksi sosial intens dan program tahfidz terstruktur, hal ini tercermin dari 95,83% mahasantri yang menunjukkan motivasi tinggi berdasarkan regulasi diri interpersonal.

Faktor-faktor pendukung dan penghambat regulasi diri interpersonal untuk meningkatkan motivasi menghafal Al-Qur'an mahasantri putri PPTQ Al-Asy'ariyyah Kalibeher, Wonosobo, faktor pendukung regulasi diri interpersonal meliputi tekad pribadi, lingkungan pondok yang terstruktur, figur teladan, dukungan keluarga dan teman, serta peran pembina. Sedangkan faktor penghambat mencakup kurangnya keterbukaan komunikasi, beban emosional, kesulitan menghafal ayat tertentu, dan lingkungan yang kurang mendukung. Dengan demikian, regulasi diri interpersonal melalui interaksi sosial positif dan dukungan lingkungan terbukti efektif dalam meningkatkan motivasi menghafal Al-Qur'an di kalangan mahasantri putri PPTQ Al-Asy'ariyyah.

Saran

Untuk meningkatkan regulasi diri interpersonal dan motivasi menghafal Al-Qur'an di kalangan mahasantri putri PPTQ Al-Asy'ariyyah Kalibeher, perlu dilakukan penguatan keterampilan interpersonal seperti komunikasi asertif, mendengarkan aktif, dan berbagi pengalaman secara rutin melalui pelatihan dan program kelompok. Lingkungan pondok harus terus dijaga agar tetap harmonis dan mendukung, dengan peran pembina dan figur teladan yang mampu memberikan motivasi serta menciptakan suasana kekeluargaan yang positif. Selain itu, program tahfidz yang terstruktur dengan pengelolaan waktu efektif dan suasana kompetitif sehat perlu dioptimalkan, disertai evaluasi berkala dan umpan balik positif untuk menjaga semangat menghafal.

Selanjutnya, dukungan emosional dari keluarga, teman, dan pembina sangat penting untuk mengatasi hambatan seperti beban emosional dan kesulitan menghafal ayat tertentu. Pondok dapat menyediakan layanan pendampingan atau konseling agar mahasantri merasa didukung dan termotivasi secara berkelanjutan. Komunikasi terbuka juga perlu terus difasilitasi agar setiap mahasantri dapat mengekspresikan kesulitan dan menerima bantuan yang sesuai. Dengan langkah-langkah tersebut, regulasi diri interpersonal dapat berperan optimal dalam meningkatkan motivasi dan prestasi menghafal Al-Qur'an di lingkungan PPTQ Al-Asy'ariyyah Kalibeher.

Daftar Pustaka

Arifin Bustanul, Setiawati. 2021. "Gambaran Strategi Pembelajaran Tahfidz Al-Qur'an." *Jurnal Pendidikan Tambusai* vol. 1, no. 5.

Darmalaksana Wahyudin. 2020. Metode Penelitian Kualitatif Studi Pustaka dan Studi Lapangan. Bandung: UIN Sunan Gunung Jati.

Indri Purwati Lilik. 2018. "Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kemampuan Menghafal Al-Qur'an Santri Pondok Pesantren Darussalam Metro" Skripsi Sarjana, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan IAIN Metro, Metro.

Nur Irfan Moch. "Motivasi Mahasantri Dalam Menghafalkan Al-Qur'an Di Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah Ngaliyan" Skripsi Sarjana UIN Walisongo, Semarang, 2022.

Robbaniyah Qiyadah, Roidah Lina. 2022. Eksplorasi Strategi Kontra Radikalisme pada Santri di Pondok Pesantren Islamic Center Bin Baz Yogyakarta. Jurnal Studi Islam Interdisipliner. Vol. 1, no. 1.

Sugiyono, 2022. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Vol. 2, Cet. 29; Bandung: Alfabet.