

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *SELF REGULATION*  
SANTRIWATI PENGHAFAL AL-QUR'AN PONDOK PESANTREN  
SALAFIYAH SYAFI'YAH NURUL HUDA MERGOSONO-  
MALANG**

**SKRIPSI**



Oleh :

**Firda Rizqiyah**

**NIM.14410136**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG  
2018**

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *SELF REGULATION*  
SANTRIWATI PENGHAFAL AL-QUR'AN PONDOK PESANTREN  
SALAFIYAH SYAFI'YAH NURUL HUDA MERGOSONO-  
MALANG**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar Sarjana

Psikologi (S.Psi)

Oleh:

**Firda Rizqiyah**

**NIM.14410136**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG  
2018**

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIALDENGAN *SELF REGULATION***

**SANTRIWATI PENGHAFAL AL-QUR'AN PONDOK PESANTREN**

**SALAFIYAH SYAFFI'YAH NURUL HUDA MERGOSONO-**

**MALANG**

**SKRIPSI**

**Oleh:**

**Firda Rizqiyah  
NIM.14410136**

**Telah Disetujui Oleh :**

**Dosen Pembimbing Skripsi**

**Dr. H. A. Khudori Saleh, M.Ag  
NIP. 196811242000031001**

**Malang, 30 Mei 2018**

**Mengetahui,**

**Dekan Fakultas Psikologi**

**UIN Maulana Malik Ibrahim Malang**



**Dr. Siti Mahmudah, M.Si  
NIP. 196710291994032001**

**SKRIPSI**


**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *SELF REGULATION*  
SANTRIWATI PENGHAFAL AL-QUR'AN PONDOK PESANTREN  
SALAFIYAH SYAFI'YAH NURUL HUDA MERGOSONO-  
MALANG**

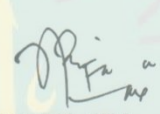
Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal, 30 Mei 2018

**Susunan Dewan Penguji**

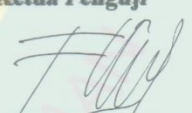
**Dosen Pembimbing**

**Penguji Utama**

  
**Dr. H. A. Khudori Saleh, M.Ag**  
NIP. 196811242000031001

  
**Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si**  
NIP. 196711282002122001


**Ketua Penguji**

  
**Eina Hidayati, MA**  
NIP. 198610092015032002

Skrripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi Tanggal, 30 Mei 2018

**Mengesahkan**

**Dekan Fakultas Psikologi  
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang**

  
**Dr. Siti Mahmudah, M.Si**  
NIP. 196710291994032001



## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Firda Rizqiyah

Nim : 14410136

Fakultas : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul **“Hubungan Dukungan Sosial Dengan *Self Regulation* Santriwati Penghafal Al-Qur’an Pondok Pesantren Salafiyah Syafi’iyah Nurul Huda Mergosono-Malang”**, adalah karya sendiri dan bukan karya orang lain, baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan dengan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, maka saya bersedia mendapat sanksi akademis.

Malang, 30 Mei 2018



Peneliti

Firda Rizqiyah

14410136

## MOTTO

*“Bahkan untuk menghasilkan sebutir mutiara yang indah, seekor kerang mutiara pun harus rela merasakan sakitnya terlebih dahulu. Maka bersabar, menerima, dan ikhlas atas apa yang memang sudah menjadi kehendak-Nya itulah kuncinya”.*



## HALAMAN PERSEMBAHAN

**Skripsi ini penulis persembahkan untuk :**

Keluarga besar tercinta, Ibu Ni'matus Sholihah, Ayah Yazid Alhamdani, dan Kakak zainuddin Nu'man yang telah mencurahkan cinta, perhatian, do'a, dan kasih sayang yang tulus, memberikan motivasi, dan memiliki banyak kesabaran dalam menghadapi saya.

Terimakasih kepada Dosen pembimbing saya, bapak Dr. H. A. Khudori Saleh, M.Ag dan Bapak Tristiadi Ardi Ardani, M.Si yang telah bersedia meluangkan waktunya dan bersabar untuk memberikan bimbingan dari awal pengerjaan skripsi. Sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini.

Terimakasih kepada orang-orang yang selalu menemani saya dari awal perkuliahan, Wildan Hanif, Elfa Kharisma, Luluk nadia, Khumaira, Naili Fitria, yang selalu memberikan dukungan dan bantuan dalam proses pengerjaan skripsi ini.

## KATA PENGANTAR

*Bismillaahirrahmaanirrahiim.*

*Alhamdulillah*, penulis panjatkan kepada Allah SWT, yang telah memberikan kekuatan, kesabaran, dan kelancaran sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi yang berjudul “**Hubungan Dukungan Sosial Dengan Self Regulation Santriwati Penghafal Al-Qur’an Pondok Pesantren Salafiyah Syafi’iyah Nurul Huda Mergosono-Malang**”, sebagai salah satu persyaratan untuk mendapatkan gelar sarjana (S1) di fakultas psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang.

Penulis menyadari bahwa dalam melaksanakan penelitian ini, penulis mendapat banyak bantuan yang sangat besar dari berbagai pihak. Untuk itu dengan tulus dan segala kerendahan hati penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Prof. Dr. Abdul Haris, M.Ag., selaku rektor Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Dr. Siti Mahmudah, M.Si., selaku dekan fakultas psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Dr. H. A. Khudori Saleh, M.Ag dan Tristiadi Ardi Ardani, M.Si., selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan kepada saya dengan penuh kesabaran.
4. Dr. H. Rahmat Aziz, M.Si., selaku dosen wali yang telah menjadi orang tua kedua saya selama menempuh pendidikan S1.
5. Segenap Dosen pengajar dan civitas akademik fakultas psikologi yang telah mendidik, memberikan ilmu, dan membantu selama kuliah di Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang.
6. Terimakasih kepada Ibu Ni’matus Sholihah, Ayah Yazid Alhamdani, dan Kakak Zainuddin Nu’mam yang banyak memberikan do’a, support dan kesabarannya.
7. Bagi seluruh keluarga besar saya Tante, Om, Nenek, Kakak Adik sepupu, terimakasih atas dukungan dan do’anya.
8. Bagi guru pengasuh pondok pesantren salafiyah syafi’iyah Nurul Huda Mergosono Malang yang telah memberikan izin atas berjalannya penelitian ini.
9. Bagi responden penelitian yaitu santriwati pondok pesantren salafiyah syafi’iyah Nurul Huda Mergosono Malang yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk membantu menyelesaikan penelitian ini.
10. dr.fitria ummu yang telah memberikan dukungan dan motivasinya.



11. Sahabat saya yang telah menemani semenjak awal semester hingga saat ini, Elfa Kharisma, Luluk Nadia, dan Humaeroh.
12. Teman-teman PKL, Wildan Hanif, Elfa Kharisma, Humaeroh, dan Naili Fitria telah memberikan support kepada saya.
13. Kepada teman-teman ma'had Nurul Huda Rr.Atika, Nilna, mbak Ainun Sai'dah, Endang, Sofi, Dewi, Fenty, Faizah, Fahimah, kak Tika, Ainun Jariyah, Regita, Giana, Husniah, Naini, Neni, dan semua yang tidak disebutkan satu persatu.
14. Seluruh teman-teman angkatan psikologi 2014.

Demikian skripsi ini saya buat, saya menyadari masih jauh dari pengetahuan yang sempurna, karena terbatasnya pengetahuan, kemampuan, waktu dan tenaga yang saya miliki. Untuk itu saya mengharapkan saran yang bersifat membangun sebagai penyempurnaan laporan penelitian ini. akhir kata, dengan segala kerendahan hati saya berharap semoga karya ini dapat memberikan manfaat bagi saya khususnya bagi pengembangan ilmu dan pengetahuan dan bagi pembaca pada umumnya.

Malang 2 Mei 2018

  
Firda Rizqiyah

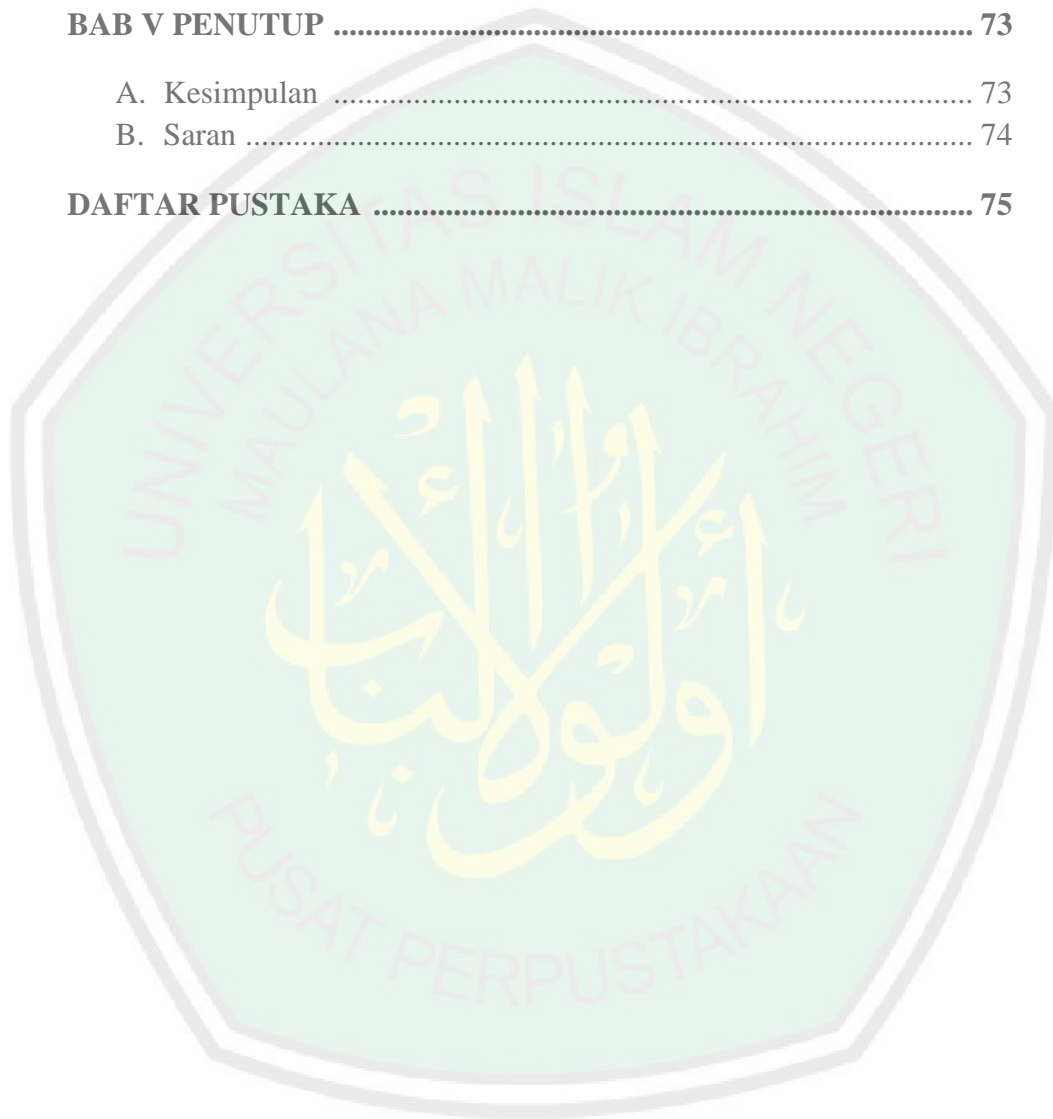
14410136

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>SURAT PERNYATAAN .....</b>	<b>v</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>vi</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xvi</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>xvii</b>
<b>ملخص البحث.....</b>	<b>xviii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	11
C. Tujuan dan Manfaat penelitian .....	11
<b>BAB II KAJIAN TEORI .....</b>	<b>13</b>
A. <i>Self Regulation</i> .....	13
1. Definisi <i>Self Regulation</i> .....	13
2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Self Regulation</i> .....	16
3. Aspek-Aspek <i>Self Regulation</i> .....	18
4. <i>Self Regulation</i> Dalam Perspektif Islam .....	20

B. Dukungan Sosial.....	21
1. Definisi Dukungan Sosial .....	21
2. Aspek-Aspek Dukungan Sosial .....	24
3. Dukungan Sosial Dalam Perspektif Islam .....	26
C. Hubungan Dukungan Sosial dengan <i>Self Regulation</i> .....	29
D. Hipotesis .....	33
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>34</b>
A. Rancangan Penelitian .....	34
B. Identifikasi Variabel .....	34
C. Definisi Operasional .....	35
D. Lokasi Dan Waktu Penelitian .....	36
E. Populasi Dan Sampel .....	36
1. Populasi .....	36
2. Sampel .....	37
F. Metode Pengambilan Data .....	37
G. Validitas dan Reliabilitas Instrumen .....	41
1. Uji Validitas .....	41
2. Uji Reliabilitas .....	44
H. Analisis Data .....	45
1. Analisis Deskriptif .....	45
2. Analisis Korelasi .....	45
3. Uji normalitas .....	46
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>47</b>
A. Pelaksanaan Penelitian .....	47
1. Deskripsi Lokasi Penelitian .....	47
2. Waktu dan Tempat Penelitian .....	48
3. Jumlah Subyek Penelitian .....	49
4. Prosedur dan Administrasi Pengambilan Data .....	49
5. Hambatan dalam Pelaksanaan Penelitian .....	49
B. Hasil Penelitian .....	50
1. Tingkat Dukungan Sosial .....	50
2. Tingkat <i>Self Regulation</i> .....	55
3. Hubungan Dukungan Sosial Dengan <i>Self Regulation</i> .....	58
C. Analisis Data .....	61
1. Tingkat Dukungan Sosial santriwati penghafal Al-Qur'an pondok pesantren salafiyah syafi'iyah NurulHuda .....	61

2. Tingkat Self Regulation santriwati penghafal Al-Qur'an pondok pesantren salafiyah syafi'iyah NurulHuda.....	65
3. Hubungan Dukungan Sosial Dengan Self Regulation santriwati penghafal Al-Qur'an pondok pesantren salafiyah syafi'iyah NurulHuda.....	67
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>73</b>
A. Kesimpulan .....	73
B. Saran .....	74
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>75</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Blue Print Skala <i>Self Regulation</i> .....	39
Tabel 3.2 Blue Print Skala Dukungan Sosial .....	40
Tabel 3.3 Validitas Variabel <i>Self Regulation</i> .....	42
Tabel 3.4 Validitas Variabel Dukungan Sosial .....	43
Tabel 3.5 Uji Reliabilitas .....	44
Tabel 4.1 Mean Dan Standar Deviasi Dukungan sosial.....	51
Tabel 4.2 Rumus Kategorisasi Dukungan Sosial.....	52
Tabel 4.3 Kategorisasi Dukungan Sosial .....	52
Tabel 4.4 Persentase Dukungan Sosial .....	53
Tabel 4.5 Mean Dan Standar Deviasi <i>Self Regulation</i> .....	55
Tabel 4.6 Kategorisasi <i>Self Regulation</i> .....	56
Tabel 4.7 Persentase <i>Self Regulation</i> .....	57
Tabel 4.8 Uji Normalitas.....	58
Tabel 4.9 Uji Korelasi .....	60

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Hubungan Dukungan Sosial Dengan <i>Self Regulation</i> .....	33
Gambar 4.1 Kategorisasi Persentase Dukungan Sosial .....	54
Gambar 4.1 Kategorisasi Persentase <i>Self Regulation</i> .....	57



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Instrumen dukungan sosial .....	78
Lampiran 2 SkalaInstrumen <i>Self Regulation</i> .....	81
Lampiran 3 Uji Reliabilitas dan Validitas <i>self regulation</i> .....	84
Lampiran 4 Uji Reliabilitas dan Validitas dukungan sosial .....	87
Lampiran 5 Uji Korelasi .....	91
Lampiran 6 Uji Normalitas .....	92
Lampiran 7 Uji Deskripsi.....	92
Lampiran 8 Skoring Item <i>Self Regulation</i> .....	93
Lampiran 9 Skoring Item Dukungan Sosial .....	95
Lampiran 10 Naskah Publikasi .....	97
Lampiran 11 Surat Izin Penelitian Dari Fakultas	

## ABSTRAK

**Rizqiyah, Firda** (2018). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Self Regulation Pada Santriwati Penghafal Al-Qur'an Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah Nurul Huda Malang. Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. **Pembimbing: Dr. Akhmad Khudori Soleh, M.Ag**

---

Memiliki peran ganda yaitu sebagai mahasiswa dan santriwati penghafal Al-Qur'an bukan hal yang mudah. Karena disamping padatnya jadwal kuliah yang dimiliki, mereka juga harus dapat menyelaraskan dengan kegiatan dipondok pesantren yaitu menghafal. Dengan kesibukan yang mereka miliki, keduanya harus dapat dijalankan dengan baik. Secara tidak langsung hal tersebut akan membentuk *self regulation* dalam diri. Selain itu terdapat juga dukungan sosial yang dapat membantu santriwati dalam mengendalikan peran gandanya. Dengan adanya *self regulation* dan dukungan sosial akan membantu santriwati meraih tujuannya.

Penelitian ini bertujuan untuk: 1) mengetahui tingkat *self regulation* santriwati, 2) mengetahui tingkat dukungan sosial santriwati, 3) mengetahui hubungan antara *self regulation* dan dukungan sosial snatriwati. Subyek penelitian ini adalah santriwati penghafal Al-Qur'an pondok pesantren salafiyah syafi'iyah Nurul Huda yang berstatus sebagai mahasiswa dengan sampel 41 responden. Metode penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan seluruh sampel yang ada dalam populasi. Instrumen yang digunakan dalam pengambilan data adalah skala *self regulation* yang dikembangkan oleh Zimmerman dan skala dukungan sosial yang dikembangkan oleh Sarafino. Analisis penelitian ini menggunakan analisis deskriptif, analisis korelasi *pearson correlation product moment*, dan uji normalitas.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: 1) tingkat *self regulation* pada santriwati penghafal Al-Qur'an 80% berada pada kategori sedang, 10% berada pada kategori tinggi, dan 10% pada kategori rendah, 2) tingkat dukungan sosial diketahui bahwa 70% berada pada kategori sedang, 15% berada pada kategori tinggi, dan 15% berada pada kategori rendah, 3) Hasil analisis menunjukkan bahwa koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar 0,253 dan nilai signifikansi 0,110 ( $p > 0,005$ ). Berdasarkan hasil koefisien korelasi dan taraf signifikansi menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara variabel dukungan sosial dengan *self regulation*.

Kata kunci: dukungan sosial, *self regulation*.



## ABSTRACT

**Rizqiyah, Firda** (2018). The Relationship of Social Support with Self-Regulation on Memorizers of Quran Students at Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah Nurul Huda Malang. Thesis, Faculty of Phycology UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. **Advisor: Dr. Akhmad Khudori Soleh, M.Ag**

---

Having a multiple role that is college student and memorizers of Quran is not easy. In addition to hectic college schedule they also should harmonize their activity at Islamic boarding house that is memorizing Quran. Both must run well. Indirectly, it will form self-regulation in their selves. Besides, there is also social support that can help the students in controlling the multiple role. Both will help the students achieving their goal.

This study aims to: (1) know level of the students' self-regulation, (2) know level of the students' social support, (3) know the relationship between self-regulation, and the students' self-regulation. The research subject is memorizers of Quran at Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah Nurul Huda who are college student, they are sample of 41 respondents. This study used quantitative research method by using all samples in the population. The instrument used in data collecting is scale of self-regulation developed by Zimmerman and scale of social support developed by Sarafino. The research analysis used descriptive analysis, correlation analysis of Pearson correlation product moment, and normality test.

Result of the research shows that: 1) level of self-regulation on memorizers of Quran students 80% are in moderate category, 10% are in high category, and 10% are in low category, 2) level of social support is known that 70% are in moderate category, 15% are in high category, and 15% are in low category, 3) result of analysis shows that coefficient of correlation ( $r$ ) is 0.253 and significant value is 0.110 ( $p > 0.005$ ). Based on the result of coefficient of correlation and level of significance shows that there is no relationship between variable of social support and self-regulation.

Keywords: social support, self-regulation

## ملخص البحث

رزقية، فيردا (2018). العلاقة بين الدعم الاجتماعي والتنظيم الذاتي على الحافظات في المعهد السلفية الشافعية نور الهدى مالانج. البحث، كلية علم النفس، الجامعة الإسلامية الحكومية مولانا مالك إبراهيم مالانج.

المشرف: دكتور أحمد خضاري صالح

يملك دور مزدوج كطالبة في الجامعة و طالبة في المعهد حفظ القرآن ليس بالأمر السهل. لأن بالإضافة إلى كثافة جدول الكليات لديهن، يجب أن تكون قادرة على التواء مع أنشطة في المعهد لحفظ القرآن. مع الانشغال لديهن، يجب لتشغيل كلاهما بشكل جيد. بشكل غير مباشر، سوف يشكل التنظيم الذاتي في النفس. بالإضافة إلى ذلك، هناك أيضًا دعم اجتماعي يمكن أن يساعد الطالبة في تحكم دورها المزدوج. مع التنظيم الذاتي والدعم الاجتماعي سيساعد الطالبة لتحقيق أهدافها.

تهدف هذا البحث إلى: (1) لمعرفة مستوى التنظيم الذاتي للطالبة، (2) لمعرفة مستوى الدعم الاجتماعي للطالبة، (3) لمعرفة العلاقة بين التنظيم الذاتي والدعم الاجتماعي للطالبة. موضوع هذا البحث هو الطالبة التي تحفظ القرآن في المعهد السلفية نور الهدى الذي وضعت كطالبة الجامعة مع عينة 41 المستجيبين. هذه الطريقة البحثية باستخدام طريقة البحث الكمي باستخدام كل العينات الموجودة في المجتمع. الأداة المستخدمة في جمع البيانات هي مقياس التنظيم الذاتي الذي وضعه Zimmerman ومقياس الدعم الاجتماعي الذي وضعه Sarafino. تحليل هذا البحث باستخدام التحليل الوصفي، تحليل الارتباط لحظة ارتباط منتج بيرسون واختبار الحالة الطبيعية.

أظهرت النتائج أن: (1) مستوى التنظيم الذاتي في 80٪ من حافظات القرآن هي في الفئة المتوسطة و 10٪ في الفئة العالية و 10٪ في الفئة المنخفضة. (2) من المعروف أن مستوى الدعم الاجتماعي هو 70٪ في الفئة المعتدلة، و 15٪ في الفئة العالية، و 15٪ في الفئة المنخفضة، (3)

أظهرت النتائج أن معامل الارتباط ( $r$ ) يبلغ 0،235 وقيمة دلالة 0،110 ( $p < 0,005$ ). استنادا إلى نتائج معامل الارتباط ومستوى الأهمية تشير إلى أنها لا توجد علاقة بين متغيرات الدعم الاجتماعي مع التنظيم الذاتي.

كلمات البحث: الدعم الاجتماعي، التنظيم الذاتي.



## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan suatu hal yang sangat penting bagi seluruh kalangan masyarakat. Mulai dari tingkat awal *play group* sampai pada tingkat perguruan tinggi. Pada tingkat pendidikan awal, sebagian besar anak-anak masih dipikirkan dan ditentukan oleh orangtua. Namun seiring dengan berkembangnya usia anak akan lebih mandiri dan dapat menentukan pilihannya sendiri, terlebih pada saat anak sudah memasuki tingkat perguruan tinggi. Individu yang tinggal di daerah tertentu yaitu yang kurang bisa dijangkau atau memiliki sistem pendidikan terbatas akan mencari pendidikan yang lebih baik dan memadai. Terlebih pada jenjang perguruan tinggi, banyak siswa yang berlomba untuk dapat melanjutkan pendidikan di perguruan tinggi dengan kualitas baik sehingga menyebabkan banyaknya terjadi migrasi. Keterbatasan akses pendidikan di daerah menjadi salah satu penyebab terjadinya migrasi. Menurut pegiat pendidikan Anies Baswedan, masalah pendidikan di Jabodetabek sudah memiliki jumlah yang proporsional, namun yang terjadi diluar urban terdapat masalah yang menyebabkan banyak terjadi migrasi ke Jakarta (Usaid prestasi, 2013, 19/01/18, 06;20). Bukan hanya kota Jakarta yang menjadi tujuan migrasi, namun kota-kota besar lain yang menyediakan tempat pendidikan dengan kualitas baik seperti Malang, Surabaya, Denpasar, Yogyakarta, Medan, Semarang, dan lain sebagainya.

Mahasiswa dalam kamus bahasa Indonesia(KBI) didefinisikan sebagai orang yang belajar di perguruan tinggi (Kamus Bahasa Indonesia Online, kbbi.web.id, 19/01/18, 15:39). Mahasiswa merupakan sebutan bagi individu yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi baik negeri maupun swasta. Karena sebagian besar mahasiswa merupakan pendatang dari suatu daerah atau berada dalam satu wilayah namun jauh dari lokasi perguruan tinggi, tempat tinggal menjadi suatu hal yang sangat penting untuk diperhatikan. Akses, kenyamanan, jangkauan dan teman turut mempengaruhi pemilihan tempat tinggal. Mahasiswa dapat memilih sendiri untuk tempat tinggalnya seperti, kost, pondok, asrama, maupun kontrakan. Pondok pesantren merupakan salah satu alternatif tempat tinggal yang dipilih oleh mahasiswa, karena selain belajar ilmu pengetahuan umum diperguruan tinggi mereka juga bisa belajar untuk memperdalam ilmu agama.

Menurut Qomar pondok pesantren merupakan suatu tempat pendidikan dan jenis pengajaran yang lebih menekankan pada pelajaran-pelajaran Islam yang dilengkapi dengan asrama sebagai tempat tinggal santri dan bersifat permanen (Azizah, 2012:19). Mahasiswa atau individu yang tinggal di pondok pesantren lebih dikenal dengan sebutan santri. Santri merupakan sebutan bagi individu yang tinggal di pesantren dan mengikuti semua aktivitas dalam lingkup pesantren.

Mahasiswa yang memilih tinggal di pondok pesantren secara langsung akan memiliki status ganda yaitu sebagai santri dan mahasiswa yang mengharuskan mereka untuk menyesuaikan dirinya dengan keadaan yang ada,

karena untuk memiliki peran tersebut dapat dikatakan tidak mudah. Disamping memiliki kewajiban untuk kuliah yang pastinya akan terdapat tugas, mereka juga diharuskan mengikuti aktivitas yang diwajibkan dalam lingkungan pesantren seperti madrasah diniyah, mengaji, kegiatan rutin, dan *ro'an*. Terlebih bagi santri yang juga menghafal Al-Qur'an, mereka memiliki tanggung jawab yang lebih berat dibandingkan dengan santri biasa karena mereka memiliki tambahan kegiatan berupa kelas hafalan dan diwajibkan untuk menambah dan muraja'ah hafalan setiap harinya. Hal ini sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Sirjani & Khaliq, bahwa individu yang berinteraksi dengan Al-Qur'an dengan cara menghafalnya memiliki tanggung jawab yang berbeda karena individu tersebut dianggap mengemban sesuatu yang mulia (Raiyati,2017:18).

Menghafal Al-Qur'an merupakan suatu hal yang mulia. Bahkan keutamaannya sudah banyak dijelaskan dalam beberapa hadits dan ayat Al-Qur'an. Mengenai menghafal Al-Qur'an, akan memiliki keistimewaan tersendiri bagi sang penghafal karena dalam menghafal Al-Qur'an tidak hanyadibutuhkan kemampuan memori yang kuat, namun juga kemampuan mengatur diri, mengatur waktu, mengendalikan diri, dan kemampuan individu dalam mengatasi setiap permasalahan yang muncul. Akan terdapat banyak ujian yang cukup menguji kesabaran bagi penghafal Al-Qur'an, seperti yang dijelaskan oleh Makhyaruddin (2013:2), dengan kemudahannya untuk dihafal, Al-Qur'an memiliki cara tersendiri untuk menguji keikhlasan para pembaca dan penghafalnya.

Indonesia merupakan negara dengan mayoritas penduduk beragama Islam. Sehingga banyak didirikan lembaga-lembaga pondok pesantren dan sekolah keagamaan. Salah satunya di wilayah Jawa Timur yaitu pondok pesantren Salafiyah Syafi'iyah Nurul Huda Mergosono-Malang. Pesantren yang berlokasi di daerah Kota Lama Malang ini merupakan sebuah pondok pesantren yang disediakan bagi santri yang ingin memperdalam ilmu agama dan belajar kitab. Namun disediakan pula untuk santri yang bersedia menghafal Al-Qur'an. Santri di pondok pesantren ini terdiri dari berbagai jenjang usia dan pendidikan, mulai dari SD, SMP, SMA dan perguruan tinggi, namun didalamnya lebih di dominasi oleh mahasiswa.

Pondok pesantren Salafiyah Syafi'iyah Nurul Huda terdiri dari tujuh kelas madrasah diniyah yaitu kelas *i'dad*, *wahid*, *tsaniyah*, *tsalasa*, *rabi'ah*, *khamsah*, dan *sittah*. Masing-masing kelas dan kelompok memiliki guru pembimbing yang sesuai dengan bidangnya. Untuk santri penghafal (*Tahfidz*) Al-Qur'an terdiri dari dua kelompok menghafal yang masing-masing memiliki guru pembimbing dalam menghafal.

Sebagai santri yang memilih untuk menghafal Al-Qur'an secara tidak langsung mereka memiliki status dan peran ganda yaitu sebagai santri penghafal Al-Qur'an dan mahasiswa, yang pastinya tidak mudah. Karena disamping memiliki aktivitas kampus yang padat mereka juga memiliki aktivitas di pondok pesantren. Dari kedua aktivitas tersebut mereka harus bisa menjalankannya dengan baik. Agar keduanya dapat berjalan selaras.

Di pondok pesantren Salafiyah Syafi'iyah Nurul Huda, jadwal yang dimiliki oleh santri penghafal Al-Qur'an dapat dikatakan lebih banyak daripada santri kitab. Selain mereka harus mengikuti kegiatan harian yang dilakukan santri kitab, mereka juga harus mengikuti kegiatan wajib berupa setoran Qur'an. Untuk jadwal kegiatan wajib keseharian yang harus diikuti oleh santri kitab meliputi mengaji *ba'da* shubuh, *ba'da* ashar, *ba'da* magrib, dan madrasah diniyah. Maka untuk santri yang menghafal Qur'an juga turut serta dalam kegiatan tersebut, yang membedakan adalah mereka memiliki tambahan jadwal untuk menyetorkan hafalan yang mereka miliki, yaitu sebelum shubuh dan sebelum ashar. Untuk kegiatan lain non pesantren, para santri memiliki waktu di sela-sela kegiatan tersebut.

Menghafal Al-Qur'an merupakan suatu hal yang tidak mudah. Karena membutuhkan proses yang cukup menguji kesabaran bagi yang bersangkutan. Siapapun yang ingin menghafal Al-Qur'an maka dia harus memfokuskan dirinya untuk amal yang mulia serta mengosongkan hati dan akal nya dari perkara selainnya. Barangsiapa yang ingin mempelajari ilmu syar'i, maka persoalan paling utama yang harus dilakukan adalah menghafal Al-Qur'an sampai selesai dan tidak menyibukkan dirinya dengan ilmu yang lain agar pikiran dan akal nya tidak terbagi-bagi (Az-zawawi, 2010:12).

Bagi santri yang memiliki peran ganda yaitu sebagai penghafal Al-Qur'an dan mahasiswa, fokus mereka tidak hanya tertuju pada menghafal Al-Qur'an namun juga beberapa kegiatan lain yang juga menuntut untuk diperhatikan,



seperti tugas, kegiatan organisasi (bagi yang mengikuti), dan lain sebagainya. Sedangkan dalam menghafal Al-Qur'an dibutuhkan fokus dan konsentrasi yang tinggi. Oleh karena itu, untuk dapat menyesuaikan dengan kondisi yang ada dibutuhkan *self regulation* (pengaturan diri) yang baik bagi mereka. Dengan memilikiself regulation yang baik akan dapat menunjang kegiatan mereka baik dalam pondok pesantren dan perguruan tinggi. Seperti yang telah dijelaskan oleh Pintrich, mahasiswa yang telah menetapkan tujuan dan memiliki perencanaan kegiatan, melakukan monitor dan kontrol terhadap aspek kognisi, motivasi, dan perilaku dalam mencapai tujuannya (Rachmah,2015:62).

Menurut Winne (Adicondro, 2011:18) *self regulation* adalah suatu kemampuan yang ada dalam diri individu untuk memunculkan dan mengatur pikiran, perasaan, dan perilaku untuk mencapai suatu tujuan tertentu. *Self regulation* merupakan salah satu elemen penting dalam menghafal Al-Qur'an. Karena sebagai penghafal Al-Qur'an diharuskan untuk selalu dapat menjaga niat dan memiliki kemauan yang kuat. Sehingga dibutuhkan *self regulation* yang baik dalam diri santri penghafal Al-Qur'an.

Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Suci Marza (2017:157) tentang regulasi diri remaja penghafal Al-Qur'an, remaja yang mampu melakukan *self regulated* dengan baik maka akan mendapatkan hasil yang maksimal dalam bidang menghafal Al-Qur'an, mampu mengatasi hambatan-hambatan dalam menghafal Al-Qur'an, mampu mengatur jadwal menghafal, mampu mengatur

perilaku, dan sikap sebagai penghafal Al-Qur'an serta mampu berprestasi walaupun banyak kegiatan, baik di sekolah maupun di pondok.

Menurut Chairani, Kendala tidak akan lepas selama proses menghafal Al-Qur'an, seperti datangnya rasa jenuh ketika menghafal Al-Qur'an, menurunnya motivasi, gangguan asmara, dan sukar menghafal (Marza, 2017:149). Selain itu, terdapat beberapa faktor lain yang turut mempengaruhi selama proses menghafal, diantaranya yaitu; sifat malas ketika akan menghafal, banyak kegiatan diluar pondok pesantren seperti tugas sekolah yang harus diselesaikan, timbulnya rasa lelah akibat kegiatan diluar pondok pesantren, dan mulai tertarik dengan lawan jenis (Marza, 2017:149).

Kondisi di lapangan, mahasiswa yang juga santriwati penghafal Al-Qur'an memiliki pengaturan diri (*self regulation*) yang baik. Hal ini ditunjukkan dengan kemampuan yang mereka miliki seperti, mengatur jalannya kegiatan sehari-hari, membuat perencanaan, mengelola motivasi, dan melakukan evaluasi. Namun, pada beberapa santriwati juga ditemukan mereka belum dapat mengatur jadwalnya dengan baik, sehingga kegiatan yang dimiliki tidak terstruktur yang akan membuat kegiatan mereka berjalan tanpa aturan dan dapat merusak kegiatan yang lain.

Dalam proses menghafal Al-Qur'an, selain pengaturan diri dibutuhkan juga dukungan sosial sebagai salah satu penguat dalam menjalani rutinitas. Dukungan sosial dapat diperoleh dari orangtua, kerabat, teman, guru, orang yang dicintai, dan lingkungan sekitar yang dapat menunjang selama kegiatan menghafal

tersebut berlangsung. Menurut Sarafino, dukungan sosial lebih menunjukkan pada memberikan rasa nyaman, kepedulian, harga diri, dan segala bentuk bantuan yang diterima dari orang lain (Purba,2007:83). Rasa nyaman dan perhatian yang diterima oleh individu akan mengurangi ketegangan pada diri individu yang memiliki peran ganda. Pada penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Almasitoh (2011:73), menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konflik peran ganda dan dukungan sosial dengan stress kerja pada perawat. Hal ini memiliki arti, bahwa perawat yang memiliki konflik peran ganda yang tinggi dan dukungan sosial yang rendah maka tingkat stress kerja yang dialami perawat akan tinggi.

Salah satu wujud dari dukungan sosial yaitu dukungan orang tua yang juga turut mempengaruhi dalam hal menghafal. Dukungan sosial yang berasal dari seseorang yang sangat berharga merupakan suatu dorongan tersendiri yang bisa mendukung dan menguatkan diri seseorang. Karena secara tidak langsung mereka telah memberikan *support* tersendiri bagi anaknya untuk dapat melalui hambatan-hambatan yang ada. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Maslihah (2011:113) mengenai studi tentang hubungan dukungan sosial, penyesuaian sosial di lingkungan sekolah dan prestasi akademik siswadidapatkan hasil bahwa, dukungan sosial orang tua pada komponen penghargaan dari orangtua menunjukkan dukungan paling besar yang diterima siswa dibandingkan dengan dukungan sosial komponen lainnya.

Berdasarkan fakta yang ditemukan di lapangan, banyak santriwati yang sudah *boyong* terlebih dahulu sebelum mereka dapat menyelesaikan hafalan Al-Qur'an mereka karena orangtua yang menginginkan untuk menikah, pulang, dan berbagai macam alasan lain. Dukungan orang tua berperan sangat penting selama proses menghafal santriwati berlangsung. Karena dukungan yang berasal dari orang-orang terdekat secara tidak langsung akan mampu menumbuhkan semangat dalam diri individu. Menurut Kartono, keluarga merupakan salah satu lembaga pertama dan sangat penting sebagai tempat mereka bersosialisasi dan mendapatkan pendidikan serta merasakan suasana yang aman (Maharani, 2003:26). Orangtua merupakan pemegang kendali dari sebuah keluarga, karenanya orangtua memegang peranan penting dalam membentuk dukungan sosial pada anak meskipun tidak lagi berada dalam satu lingkungan.

Dukungan sosial dari teman sebaya turut memberikan pengaruh selama proses menghafal karena setiap hari mereka yang berinteraksi secara langsung. Menurut Ganster, Fusilier, dan Mayes, dukungan sosial teman kerja berhubungan secara langsung pada integrasi seseorang pada lingkungan sosial di tempat kerjanya. Hal ini sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Hadipranata, bahwa teman kerja mendukung menciptakan situasi tolong menolong, bersahabat, dan bekerja sama akan menciptakan lingkungan kerja yang menyenangkan dan menimbulkan kepuasan dalam bekerja (Almasitoh, 2011:66). Dari penelitian yang telah dilakukan oleh Saguni (2014:219) tentang hubungan penyesuaian diri, dukungan sosial teman sebaya dan *self regulation* terhadap motivasi belajar

siswadiperoleh hasil bahwa terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial teman sebaya dengan motivasi belajarnya.

Pada kondisi yang ditemukan dilapangan, santriwati yang pada awalnya rajin untuk muraja'ah hafalannya ketika bergabung atau berkumpul dengan santriwati yang sedang malas melakukan muraja'ah dia akan ikut malas untuk muraja'ah. Hal ini dapat disebabkan karena individu merasa memiliki teman yang sama dengannya sehingga larut dalam situasi yang ada. Ketika santriwati sudah hanyut dalam situasi yang mampu membuat mereka nyaman, muraja'ah yang harusnya dapat dilakukan menjadi terabaikan. Kurang sadarnya menanamkan pada diri akan pentingnya naderes(muraja'ah) akan membuat santriwati susah ketika akan dilakukan setoran Qur'an. Padahal, muraja'ah merupakan salah satu hal penting yang harus dilakukan tiap hari oleh santri penghafal Al-Qur'an, karena sudah kewajiban bagi mereka untuk menjaga hafalan yang mereka miliki. Seperti yang dikemukakan oleh Munifah (2017:66), bahwa kegiatan muraja'ah merupakan salah satu metode untuk tetap memelihara hafalan agar tetap terjaga dengan baik.

Sebagai mahasiswa dan juga santri penghafal Al-Qur'an, secara tidak langsung akan membentuk *selfregulation* dalam dirinya. Karena tanpa disadari *self regulation* akan terbentuk dengan adanya berbagai tuntutan dalam hidup dan lingkungannya. Namun secara tidak langsung, dukungan sosial dari lingkungan santriwati juga turut membantu selama proses menghafal. Dukungan sosial dibutuhkan santriwati untuk kembali menumbuhkan semangat dalam dirinya,

karena secara tidak langsung dengan adanya dukungan dari orang-orang tersayang akan turut mempengaruhi diri santriwati selama proses menghafal. Oleh karena itu, peneliti ingin mengetahui apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan *self regulation* santriwati penghafal Al-Qur'an di pondok pesantren salafiyah syafi'iyah Nurul Huda.

### **B. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana tingkat dukungan sosial santriwati penghafal Al-Qur'an?
2. Bagaimana tingkat *self regulation* santriwati penghafal Al-Qur'an?
3. Apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan *self regulation* santriwati penghafal Al-Qur'an pondok pesantren Nurul Huda Mergosono Malang?

### **C. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

1. Tujuan penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, dapat diketahui tujuan penelitian ini adalah :

- a. Mengetahui tingkat dukungan sosialsantriwati penghafal Al-Qur'an pondok pesantren Salafiyah Syafi'iyah Nurul Huda Mergosono Malang.
- b. Mengetahui tingkat *self regulation* santriwati penghafal Al-Qur'an pondok pesantren Salafiyah Syafi'iyah Nurul Huda Mergosono Malang.

- c. Mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan *self regulation* santriwati penghafal Al-Qur'an pondok pesantren Nurul Huda Mergosono Malang

## 2. Manfaat penelitian

Berdasarkan rumusan masalah dan tujuan penelitian yang telah disebutkan di atas, diharapkan penelitian ini memiliki manfaat :

### a. Manfaat praktis

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan memberikan gambaran penuh tentang hubungan dukungan sosial terhadap regulasi diri santriwati penghafal Al-Qur'an pondok pesantren Nurul Huda Mergosono Malang.

### b. Manfaat teoritis

Memberikan wawasan dan pengetahuan pada pembaca mengenai hubungan dukungan sosial terhadap *self regulation* santriwati penghafal Al-Qur'an pondok pesantren Nurul Huda Mergosono Malang.

## BAB II

### KAJIAN TEORI

#### A. *Self Regulation*

##### 1. Definisi *self regulation*

Menurut Bandura *Self regulation* merupakan kemampuan yang dimiliki oleh individu dalam mengatur dan menjalankan tingkah laku sebagai strategi yang berpengaruh terhadap performansi seseorang dalam mencapai tujuan sebagai bukti peningkatan (Chairani, 2010:14).

Sedangkan menurut pendapat yang dikemukakan oleh Baumert et.al, *self regulation* didefinisikan sebagai sebuah bentuk dari pembelajaran individual dengan bergantung pada motivasi belajar yang secara otonomi mengembangkan pengukuran (kognisi, metakognisi, dan perilaku) dan memonitor kemajuan belajarnya (Latipah, 2010:113)

Menurut Freadman, *self regulation* adalah suatu proses dimana individu dapat mengatur pencapaian dan aksi mereka sendiri. Menentukan target, mengevaluasi saat mencapai target, dan memberikan penghargaan pada diri mereka sendiri karena telah mencapai tujuan tersebut (Marza, 2017:151). Berdasarkan proses regulasi-diri dari Zimmerman, terdapat tiga tahap proses regulasi-diri, yaitu tahap orientasi ke depan (*forethought*), tahap performansi (*performance*), dan tahap refleksi diri (*self reflection*).

Pada tahap *forethought* terdiri dari dua proses utama yaitu analisis tugas dan keyakinan motivasi diri. Analisis tugas terdiri dari penetapan



tujuan dan perencanaan strategi. Keyakinan motivasi diri terdiri dari harapan terhadap hasil, minat/nilai intrinsik dan orientasi tujuan belajar. Tahap *performance* terdiri dari dua proses yaitu kontrol diri dan observasi diri. Kontrol diri terdiri dari imajinasi, pengarahan diri, pemusatan perhatian, dan strategi belajar. Observasi diri terdiri dari dua proses utama yaitu pencatatan diri atau perekaman diri terhadap peristiwa personal, dan eksperimen diri untuk mendapatkan penyebab dari peristiwa tersebut. Tahap *self reflection* terdiri dari dua proses utama yaitu penilaian diri (*self judgement*) dan reaksi diri. Bentuk dari penilaian diri adalah evaluasi diri, yaitu membandingkan hasil observasi diri terhadap standar performansi yang sudah ada sebelumnya, performansi dari orang lain, atau standar performansi yang absolut. Bentuk lain dari penilaian diri adalah atribusi penyebab yang menunjuk pada keyakinan tentang penyebab dari kesuksesan atau kesalahan. Bentuk reaksi diri pada siklus belajar berdasar *self regulation* terdiri dari kepuasan diri dan respon adaptif atau defensif (Ruseno, 2010:93).

Zimmerman mengungkapkan bahwa *self regulation* merujuk pada kemampuan pikiran, perasaan, dan tindakan yang terencana oleh diri dan terjadi secara berkesinambungan sesuai dengan upaya pencapaian tujuan (Chairani, 2010:14). Sedangkan menurut Cobb, *self regulated-learning* merupakan kemampuan untuk menjadi individu yang aktif dalam proses pembelajaran yang dapat ditinjau dari sudut metakognisi, imotivasi, dan perilaku (Sucipto,2014:240).

Menurut Winne *self regulation* adalah suatu kemampuan yang ada dalam diri individu untuk memunculkan dan mengatur pikiran, perasaan, dan perilaku untuk mencapai suatu tujuan tertentu (Adicondro 2011:18). Baumister dan Heatherton menjelaskan bahwa *self regulation* tidak sekedar kemunculan respon, akan tetapi tentang bagaimana upaya seseorang untuk mencegah agar tidak melenceng dan kembali pada standar normal yang memberikan hasil sama (Chairani, 2010:15).

Pendapat Adler mengenai *self regulation* berkaitan dengan setiap orang yang memiliki kekuatan untuk bebas menciptakan gaya hidupnya sendiri. Manusia 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, dan menyumbang pengembangan minat sosial. Kekuatan diri kreatif itu membuat manusia menjadi manusia bebas, bergerak menuju tujuan terarah (Alwisol, 2009:74).

Carver & Scheier (Chairani, 2010:15) menjelaskan bahwa *self regulation* bekerja sebagai sistem internal yang mengatur kesinambungan perilaku untuk bergerak menuju kearah sesuatu dan menjauh dari sesuatu, terkait adanya berbagai tuntutan. Pergerakan perilaku dimunculkan oleh proses kontrol terhadap umpan balik yang diterima individu dari hasil performa yang dimunculkan.

Berdasarkan beberapa definisi diatas dapat diambil kesimpulan bahwa *self regulation* merupakan suatu kemampuan dalam diri individu untuk mengatur sistem dalam dirinya (metakognisi, motivasi dan perilaku) dengan tanggung jawab sebagai suatu upaya untuk mencapai tujuan dengan aspek metakognisi, motivasi, dan perilaku.

## 2. Faktor-faktor yang mempengaruhi *self regulation*

Menurut Bandura (Alwisol, 2009:285) tingkah laku yang dihasilkan oleh individu dalam *self regulation* merupakan hasil dari pengaruh timbal balik faktor eksternal dan internal. Adapun faktor tersebut akan dijelaskan dibawah ini:

### 1. Faktor Eksternal

Faktor eksternal mempengaruhi *self regulation* dengan dua cara, yaitu:

#### a. Standar

Faktor eksternal memberikan standar untuk mengevaluasi tingkah laku individu. Faktor lingkungan berinteraksi dengan pengaruh yang dimiliki oleh individu sehingga membentuk standar evaluasi diri individu.

#### b. Penguatan (*reinforcement*)

Penguatan turut mempengaruhi *self regulation* karena penguatan intrinsik tidak selalu memberikan kepuasan karenanya butuh faktor eksternal yang berasal dari lingkungan. Standar

penguatan dan perilaku biasanya bekerjasama. Ketika individu dapat mencapai standar perilaku tertentu maka perlu penguatan perilaku agar perilaku tersebut dapat dilakukan lagi.

## 2. Faktor Internal

Bandura mengemukakan tiga bentuk faktor internal yang berpengaruh dalam *self regulation*, yaitu:

### a. Observasi diri (*self observation*)

Observasi diri merupakan suatu perhatian yang diberikan terhadap suatu perilaku. Observasi diri dilakukan berdasarkan faktor kualitas dan kuantitas penampilan dan keaslian perilaku. Observasi diri terhadap performa yang sudah dilakukan.

### b. Proses penilaian (*judgmental process*)

Proses penilaian merupakan suatu kesesuaian perilaku dengan standar pribadi serta membandingkan perilaku sendiri dengan perilaku orang lain. Adapun proses penilaian bergantung pada empat hal, yaitu: standar pribadi, performa acuan, keseluruhan nilai, dan penyempurnaan performa.

### c. Reaksi diri (*self response*)

Reaksi diri dalam Bandura dijelaskan sebagai suatu respon positif maupun negatif atas perilaku yang diukur dengan perilaku yang menjadi standar ukurannya. Maksudnya adalah bahwa individu akan berupaya menggunakan strategi reaktif

dan proaktif dalam mengatur dirinya dan menetapkan tujuan yang dimiliki.

### 3. Aspek-aspek *self regulation*

Menurut Zimmerman (1898:329) menyatakan bahwa dalam *self regulation* memiliki beberapa aspek, diantaranya yaitu:

#### a. Metakognitif

Sedangkan menurut Zimmerman (1990:4) metakognitif adalah suatu kemampuan yang dimiliki oleh individu dalam merencanakan, memonitor diri, dan evaluasi sebagai suatu kebutuhan yang penting selama proses belajar. Indikator dari aspek metakognitif terdapat perencanaan, monitor diri, dan evaluasi. Adapun kisi-kisi dari perencanaan seperti merencanakan tujuan, merencanakan menggunakan waktu dalam menyelesaikan tugas dan kegiatan pondok, merencanakan strategi yang efektif untuk belajar dan kegiatan pondok. Kemudian untuk indikator monitordiri yaitu memantau kegiatan, memantau hafalan. Selanjutnya untuk indikator evaluasi yaitu evaluasi perencanaan, evaluasi penggunaan waktu, evaluasi kegiatan.

#### b. Motivasi

Menurut Zimmerman (1990:5) motivasi dalam *self regulated* merupakan pengelolaan diri dalam belajar yang

meliputi motivasi, keyakinan diri (*self efficacy*), dan atribusi. Berdasarkan aspek motivasi, terdapat motivasi ekstrinsik, intrinsik, dan kontrol keyakinan (Hidayat, 2013:3). Untuk kisi-kisi dari motivasi ekstrinsik meliputi belajar untuk dapat menyelesaikan tugas dengan baik dan mampu menghafal dengan baik, menghindari hukuman, memperoleh pujian. Kemudian kisi-kisi dari motivasi intrinsik yaitu menghafal dan mengerjakan tugas. Sedangkan untuk kontrol keyakinan yaitu tidak mudah putus asa, meyakini dapat menyelesaikan tugas dan menghafal dengan baik, yakin memperoleh nilai baik untuk tugasnya dan melaksanakan semua kegiatan.

c. Perilaku

Menurut Zimmerman (1990:5), perilaku merupakan sebuah upaya untuk menyeleksi *self regulation* dan memanfaatkan serta menciptakan lingkungan yang dapat mendukung setiap aktivitasnya. Dari aspek perilaku terdapat indikator menyeleksi, dan memanfaatkan serta menciptakan lingkungan yang mendukung. Untuk kisi-kisi dari indikator menyeleksi yaitu memilah dari pengaturan-pengaturan yang bisa dilakukan dan tidak. Untuk indikator dari memanfaatkan dan menciptakan lingkungan yang mendukung yaitu mengerti dan mengupayakan agar lingkungan tetap kondusif.

#### 4. *Self regulation* dalam perspektif Islam

Dalam perspektif islam, *self regulation* sudah banyak dijelaskan melalui ayat-ayat Al-Qur'an. salah satunya yaitu tentang merencanakan yang dijelaskan dalam Q.S yusuf (12):15 yang berbunyi

فَلَمَّا ذَهَبُوا بِهِ وَأَجْمَعُوا أَن يَجْعَلُوهُ فِي غَيَابَتِ الْجُبِّ وَأَوْحَيْنَا إِلَيْهِ لَتُنَبِّئَنَّهُمْ بِأَمْرِهِمْ هَذَا وَهُمْ لَا يَشْعُرُونَ ﴿١٥﴾

"Maka tatkala mereka membawanya dan sepakat memasukkannya ke dasar sumur (lalu mereka masukkan dia), dan (di waktu Dia sudah dalam sumur) Kami wahyukan kepada Yusuf: "Sesungguhnya kamu akan menceritakan kepada mereka perbuatan mereka ini, sedang mereka tiada ingat lagi."(Q.S yusuf (12):15).

Pada ayat tersebut disebutkan bahwa para saudara yusuf telah sepakat untuk membawa dan memasukkan yusuf kedasar sumur. Sebuah rencana yang dilakukan demi tercapainya tujuan yang diinginkan oleh mereka yaitu membuang yusuf. Ayat tersebut menjelaskan tentang rencana buruk yang akan dilakukan oleh saudara yusuf, namun dapat diambil sisi positifnya yaitu tentang perencanaan. Berdasarkan ayat diatas, kita dapat melihat salah satu aspek dari *self regulation* yaitu perencanaan, bahwa untuk mencapai suatu tujuan diperlukan suatu perencanaan dan usaha yang baik untuk mencapainya.

Selanjutnya Allah juga menjelaskan mengenai *self regulation* dalam Q.S Al-Baqarah (2):281 yang berbunyi:

وَاتَّقُوا يَوْمًا تُرْجَعُونَ فِيهِ إِلَى اللَّهِ ۖ ثُمَّ تُوَفَّىٰ كُلُّ نَفْسٍ مَّا كَسَبَتْ

وَهُمْ لَا يُظْلَمُونَ ﴿٢٨١﴾

*“Dan peliharalah dirimu dari (azab yang terjadi pada) hari yang pada waktu itu kamu semua dikembalikan kepada Allah. kemudian masing-masing diri diberi Balasan yang sempurna terhadap apa yang telah dikerjakannya, sedang mereka sedikitpun tidak dianiaya (dirugikan).”(Q.S Al-Baqarah (2):281).*

Berdasarkan ayat tersebut dapat kita ketahui bahwa manusia berhak untuk memelihara dirinya dari azab terhadap apapun yang telah dilakukannya. Karenanya, sebagai manusia akan membutuhkan perencanaan yang baik terhadap perilaku apapun yang akan diperbuat dan sebisa mungkin untuk mengatur dan mengendalikan dirinya dalam melakukan suatu perbuatan. Dengan mengendalikan perilaku yang dilakukan setidaknya akan membuat manusia dapat mencapai tujuan yang diinginkan.

## **B. Dukungan Sosial**

### **1. Definisi dukungan sosial**

Manusia merupakan makhluk sosial, dimana ia akan selalu membutuhkan satu sama lain dalam kehidupannya. Salah satu bentuk dari kebutuhan tersebut yaitu dukungan sosial. Menurut Sarafino, dukungan sosial lebih menonjol kepada memberikan kenyamanan, kepedulian, penghargaan, perhatian, dan segala bentuk bantuan yang diterima dari orang lain (Purba,2007:83). Sedangkan menurut Baron &



Byrne, dukungan sosial merupakan suatu kenyamanan baik fisik maupun psikologis yang diberikan oleh teman maupun keluarga (Adicondro, 2011:20). Secara tidak langsung, dukungan sosial memiliki pengaruh pada kesehatan. Seperti yang dikemukakan oleh Cutrona & Gardner, bahwa dukungan sosial ternyata memiliki manfaat bagi kesehatan. Dari sebuah instansi penelitian terdapat lebih dari 4700 pria dan wanita usia antara 30-69 tahun melaporkan terdapat empat aspek dalam dukungan sosial: Status pernikahan, hubungan dengan keluarga dan teman, keikutsertaan dalam kegiatan agama, dan keberadaan kelompok (Sarafino, 2011:84).

Cohen dan Wilis mendefinisikan dukungan sosial sebagai suatu bentuk pertolongan dan dukungan yang diperoleh seseorang dari interaksinya dengan orang lain (Maslihah, 2011:106). Sedangkan menurut Cobb, dukungan sosial diartikan sebagai suatu bentuk kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang dirasakan individu dari orang lain (Maslihah, 2011:106). Dari adanya interaksi dengan orang-orang disekitar yang turut serta mendukung dan memberi pertolongan sehingga akan muncul kenyamanan dari bentuk perhatian, pertolongan, dan penghargaan dukungan sosial itu muncul.

Johnson mendefinisikan dukungan sosial sebagai bentuk dari keberadaan individu lain yang dapat diandalkan untuk dimintai pertolongan, dorongan, dan penerimaan apabila individu mengalami suatu kesulitan (Saguni, 2014:207). Dukungan sosial akan dibutuhkan

individu ketika dalam keadaan yang dirasa menyulitkan dan dapat membuat individu jatuh secara psikis. Adanya dukungan dari orang lain akan membuat individu merasa bahwa keberadaan dirinya diakui dan diperhatikan. Dukungan sosial merujuk pada hubungan interpersonal pada diri seseorang, seperti yang dijelaskan oleh Rook dan Smet bahwa dukungan sosial merupakan salah satu fungsi dari ikatan sosial yang ada dimana ikatan-ikatan tersebut menggambarkan tingkat kualitas dari hubungan interpersonal (Kumalasari, 2012:25).

Menurut Uchino, dukungan sosial menunjuk pada kenyamanan, kepedulian, penghargaan, atau saling membantu dengan orang lain. dukungan dapat berasal dari berbagai sumber seperti orang yang dicintai, keluarga, teman, atau komunitas kelompok. Jadi, dukungan sosial menunjuk pada tindakan sebenarnya dari seseorang atau menerima dukungan yang merujuk pada salah kenyamanan, kepedulian, dan menolong sesama terhadap yang membutuhkan (Sarafino, 2011:81).

Menurut Smet dan Bart, dukungan sosial lebih mengacu pada adanya kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau menolong orang lain untuk menerima kondisinya yang akan membuat orang lain merasa bahwa dirinya diperhatikan, dihargai, dan ditolong (Saguni, 2014:207).

Menurut Caplan, dukungan sosial memiliki tiga komponen yaitu, perhatian emosional, informasi, dan penilaian (Suseno, 2010:97).

Dari beberapa definisi diatas dapat diambil kesimpulan bahwa dukungan sosial merupakan sebuah rasa nyaman baik fisik maupun

psikologis, diperhatikan, dihargai, dibantu, dianggap keberadaannya oleh orang lain/kelompok ketika mengalami suatu kesulitan dengan aspek dukungan emosional, informatif, instrumental, penghargaan, dan kelompok.

## 2. Aspek-aspek dukungan sosial

Menurut Sarafino (Rahmadita, 2013:63) terdapat lima aspek dalam dukungan sosial, yaitu :

### a. Dukungan emosional

Dukungan ini biasanya diberikan oleh seseorang yang dekat dengan individu, seperti orangtua, pasangan, sahabat. Dukungan emosional dapat terdiri dari ekspresi perhatian, empati, dan turut prihatin kepada individu yang bersangkutan sehingga individu akan merasa nyaman, dikasihi, dan berarti. Menurut Sarafino, dukungan emosional dapat memberikan rasa aman, nyaman, perasaan dimiliki, dan dicintai dalam keadaan yang dirasa membutuhkan bantuan. Adapun indikator dari dukungan emosional meliputi perhatian, empati, dan prihatin. Untuk kisi-kisi dari perhatian yaitu perhatian dari teman dan perhatian dari keluarga. Untuk kisi-kisi dari empati yaitu turut merasakan yang dirasakan orang lain. Kemudian untuk kisi-kisi dari prihatin yaitu memberikan rasa nyaman, dikasihi, dan berarti.

#### b. Dukungan Informatif

Dukungan informatif dapat diperoleh dari orang-orang yang berada disekitar individu dengan cara menyarankan pilihan tindakan yang dapat dilakukan individu dalam mengatasi masalah. Indikator dari dukungan informatif yaitu pemberian saran. Untuk kisi-kisinya dapat ditunjukkan dengan nasehat, arahan, saran, maupun penilaian tentang bagaimana individu hendak melakukan sesuatu.

#### c. Dukungan Instrumental

Dukungan instrumental merupakan dukungan berupa bantuan secara langsung dan nyata. Adapun indikator dukungan instrumental adalah bantuan langsung dengan kisi-kisi memberi bantuan dalam melakukan aktifitas, meminjamkan barang/uang, membantu meringankan tugas, dukungan keuangan.

#### d. Dukungan Penghargaan

Dukungan penghargaan dapat menjadi masukan bagi individu sehingga dapat mendorong rasa percaya diri individu dalam menghadapi permasalahan yang muncul. Untuk indikator dukungan penghargaan yaitu penilaian/penghargaan positif yang melibatkan ekspresi positif berupa pernyataan setuju dan penilaian positif terhadap ide-ide perasaan dan

performa orang lain dalam lingkungan pekerjaan, penghargaan positif, dorongan untuk maju.

e. Dukungan kelompok

Dukungan kelompok merupakan suatu dukungan yang dapat menyebabkan individu merasa bahwa dirinya merupakan bagian dari suatu kelompok dimana anggota-anggotanya merasa dapat saling berbagi satu dengan lain. Adapun indikator dari dukungan kelompok yaitu eksistensi dalam anggota kelompok dengan kisi-kisi memiliki minat yang sama, perasaan diakui dalam kelompok.

### 3. Dukungan Sosial Dalam Perspektif Islam

Islam adalah agama yang sempurna, dalam islam hal-hal paling kecil akan diberikan penjelasan. Termasuk juga dukungan sosial, dalam perspektif islam dukungan sosial telah dijelaskan sejak zaman Rasulullah SAW melalui firamat Allah yaitu pada Q.S Al-Maidah (5):2

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ ءَامَنُوْا لَا تُحِلُّوْا شَعۡبِرَ اللّٰهِ وَلَا الشَّهْرَ الْحَرَامَ وَلَا الْهَدٰى وَلَا الْفَلَآئِدَ

وَلَا ءَامِيْنَ الْبَيْتِ الْحَرَامِ يَبْتَغُوْنَ فَضْلًا مِّن رَّبِّهِمْ وَرِضْوَانًا وَاِذَا حَلَلْتُمْ فَاصْطَادُوْا

وَلَا تَجْرِمَنَّكُمْ شَنَاٰنُ قَوْمٍ اَنْ صُدُوْكُمْ عَنِ الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ اَنْ تُتَعَاوَنُوْا عَلٰى

أَلْبِرِّ وَالْتَّقْوَىٰ ۖ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ ۚ وَاتَّقُوا اللَّهَ ۖ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ

الْعِقَابِ ﴿٢﴾

*“Hai orang-orang yang beriman, janganlah kamu melanggar syi'ar-syi'ar Allah, dan jangan melanggar kehormatan bulan-bulan haram, jangan (mengganggu) binatang-binatang had-ya, dan binatang-binatang qalaa-id, dan jangan (pula) mengganggu orang-orang yang mengunjungi Baitullah sedang mereka mencari kurnia dan keredhaan dari Tuhannya dan apabila kamu telah menyelesaikan ibadah haji, Maka bolehlah berburu. dan janganlah sekali-kali kebencian(mu) kepada sesuatu kaum karena mereka menghalang-halangi kamu dari Masjidilharam, mendorongmu berbuat aniaya (kepada mereka).Dan tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan pelanggaran. dan bertakwalah kamu kepada Allah, Sesungguhnya Allah Amat berat siksa-Nya.”(QS. Al-Maidah (5):2).*

Dalam firman Allah tersebut dijelaskan bahwa manusia diutus untuk melakukan tolong menolong dalam mengerjakan kebaikan. Hal ini cukup menjelaskan bahwa dalam hidup bersosial manusia diperintahkan untuk saling tolong menolong dalam hal kebaikan. Salah satunya yaitu dengan memberikan dukungan sosial yang dapat membantu seseorang dalam menjalani kelangsungan hidupnya. Adapun bentuk dukungan sosial dapat beraneka ragam, mulai dari memberikan perhatian, memberikan bantuan berupa barang maupun jasa, memberikan saran dan membantu dalam bentuk lain.

Kemudian dalam hadits Rasulullah yang telah diriwayatkan oleh HR Muslim juga menjelaskan mengenai dukungan sosial yaitu dengan

saling memudahkan dalam hal kesulitan. Adapun terjemah dari hadits tersebut adalah sebagai berikut :

*Dari Abu Hurairah r.a, Rasulullah SAW bersabda, “Barang siapa melepaskan seorang mukmin dari kesusahan hidup di dunia, niscaya Allah akan melepaskan darinya kesusahan di hari kiamat, barang siapa memudahkan urusan (mukmin) yang sulit niscaya Allah akan memudahkan urusannya di dunia dan akhirat. Barang siapa menutup aib seorang muslim, maka Allah akan menutup aibnya di dunia dan akhirat. Allah akan menolong seorang hamba, selama hamba itu senantiasa menolong saudaranya. Barang siapa menempuh perjalanan untuk mencari ilmu, maka Allah akan memudahkan jalan baginya menuju surga. Tidaklah suatu kaum berkumpul di salah satu rumah Allah untuk membaca Kitabullah dan mempelajarinya bersama-sama, melainkan akan turun kepada mereka ketenteraman, rahmat Allah akan menyelimuti mereka, dan Alloh memuji mereka di hadapan (para malaikat) yang berada di sisi-Nya. Barang siapa amalnya lambat, maka tidak akan disempurnakan oleh kemuliaan nasabnya.” (H.R. Muslim).*

Dari ayat Al-Qur’an dan hadits yang telah dijelaskan diatas keduanya menjelaskan tentang saling tolong menolong dan saling memudahkan dalam kesusahan. Ketika seseorang membutuhkan bantuan, tugas manusia sebagai seorang mukmin adalah membantunya memudahkan dan melepaskan kesulitan yang dimiliki oleh mukmin lainnya. Berdasarkan keterangan tersebut, maka dapat diambil kesimpulan bahwa dalam menjalani kehidupan seseorang dianjurkan untuk melakukan hal baik salah satunya yaitu dengan saling membantu dan tolong-menolong. Hal ini cukup menjelaskan bahwa dalam perspektif islam banyak hal yang telah dibahas, salah satunya yaitu dukungan sosial yang telah dijelaskan dengan baik.

### C. Hubungan dukungan sosial dengan *self regulation*

Dikenal sebagai makhluk sosial manusia saling membutuhkan satu dengan yang lain. Karena itu manusia selalu membutuhkan bantuan dan dukungan dari lingkungan sekitarnya. Salah satunya yaitu dukungan sosial yang dapat diperoleh dari orang terdekatnya seperti orangtua, sahabat dan kekasih. Karena seperti yang telah kita ketahui orang-orang terdekat dapat memberikan rasa nyaman, aman, dan perhatian yang diberikan. Hal ini seperti yang telah dikemukakan oleh Sarafino, bahwa dukungan sosial lebih menonjol kepada memberikan kenyamanan, kepedulian, penghargaan, perhatian, dan segala bentuk bantuan yang diterima dari orang lain (Purba,2007:83).

Sebagai mahasiswa yang juga merupakan santriwati penghafal al-Qur'an, dukungan sosial juga diperlukan bagi mereka. Baik yang didapatkan dari orangtua, teman dekat maupun guru. Dukungan sosial merupakan salah satu faktor eksternal yang turut mendukung diri mahasiswa dan santriwati dalam menghafal Al-Qur'an. Melalui perhatian dan kepedulian yang diberikan oleh orang-orang terdekat akan membuat perasaan nyaman, merasa dipedulikan, dihargai, dan diakui keberadaannya. Seperti yang dijelaskan oleh Gottlieb, dukungan sosial terdiri dari informasi verbal maupun nonverbal, nasihat, bantuan dalam bentuk nyata, maupun tingkah laku yang ditunjukkan oleh seseorang yang dekat dan akrab dengan subyek di lingkungan sosialnya



dan hal-hal yang bisa memberikan keuntungan secara emosional pada perilaku penerima (Patonah,2016:14).

Dari adanya rasa nyaman, perhatian, dan kasih sayang yang diberikan oleh orang-orang terdekat dapat membuat individu lebih bersemangat dalam menjalani aktivitasnya. Karena mereka merasa diakui keberadaannya, merasa nyaman dengan adanya segala bantuan, dukungan dan penghargaan atas apa yang ada. Dukungan sosial dapat diperoleh dari keluarga dan teman sebaya, seperti yang dijelaskan oleh Santrock bahwa keluarga merupakan pilar yang paling penting dan pertama dalam membentuk anak untuk dapat mandiri (Lubis, 2016:41). Bagi mahasiswa sekaligus santriwati yang pastinya hidup terpisah dari keluarga, dukungan sosial orangtua dapat diperoleh dengan cara memberikan dukungan yang bersifat positif untuk anak, menghargai pikiran dan perasaan yang dirasakan oleh anak, menghargai pendapat yang dimiliki oleh anak. Kemudian berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sarirah, Rachmayani, dan Supriyono (2017:5), didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara *self-regulated learning* dan dukungan sosial teman sebaya dengan prestasi akademik. Jadi, mahasiswa yang memiliki *self-regulated learning* yang tinggi akan cenderung dapat mengatur persiapan pola belajarnya.

Disamping adanya dukungan sosial, individu yang memiliki peran ganda sebagai mahasiswa dan santriwati penghafal Al-Qur'an secara tidak langsung dapat membentuk *self regulation* dalam dirinya. Hal ini

dapat terjadi karena aktivitas individu yang padat didukung dengan keadaan yang memaksa mereka untuk memiliki perencanaan dan pengendalian diri demi tercapainya tujuan. Menurut Zimmerman dan Martinez-Pons, dalam proses belajar seseorang akan memperoleh prestasi belajar yang baik apabila ia menyadari, bertanggung jawab, dan mengetahui cara belajar yang efisien (Mulyana, 2015:166).

Dalam menempuh dunia perkuliahan dan pondok pesantren, sangat diperlukan *self regulation* yang baik dalam dirinya. Karena dengan adanya pengaturan diri yang baik oleh individu akan membuatnya mampu membuat perencanaan terhadap tujuannya dan mengevaluasi sejauh mana yang berhasil dilampaui. Sehingga individu akan mampu mengevaluasi dengan sendirinya kiat apakah yang harus ditingkatkan agar tercapai tujuan dan menyiapkan alternatif lain apabila terdapat salah satu hal yang memungkinkan ketidakberhasilan pencapaian tujuan. Pada lingkungan pesantren, santriwati akan diberikan banyak pelajaran tentang ilmu agama yang akan berdampak pada kereligiusan pada setiap santriwati. Pada penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Kahfi & Rosiana (2013:82), bahwa terdapat hubungan antara *religiousness* islami dengan *self regulation*. Kondisi *self regulation* individu yang mengandung usaha sistematis untuk mengarahkan pikiran, perasaan, dan tindakan terhadap pencapaian tujuan akan memiliki pola hubungan yang kuat oleh keberagaman yang

mengandung unsur tata nilai yang dijadikan dasar keyakinan dan pedoman hidup individu.

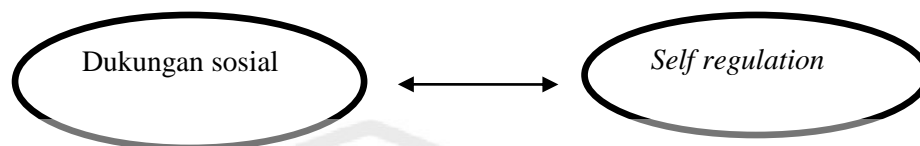
Dengan dimilikinya *self regulation* dan dukungan sosial yang baik akan membuat individu mampu menjalankan aktivitas untuk mencapai tujuannya. Seperti pada penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Lubis (2016:45), bahwa semakin baik dukungan sosial yang dilakukan oleh orangtua terhadap siswa maka akan semakin baik *self-regulated learning* yang dimiliki.

Individu yang dapat mengatur dan mengelola dirinya dengan baik akan berusaha untuk mencapai tujuan yang telah direncanakan, karena dengan adanya rencana dan aturan, maka usaha yang dilakukan akan terkoordinasi dengan baik. Selain itu, ditambah dengan adanya dukungan sosial yang baik dapat membuat individu lebih bersemangat dan termotivasi karena mendapatkan dukungan dari orang-orang terdekatnya. Dengan adanya dukungan sosial dan *self regulation* yang baik akan membuat individu mampu menghadapi permasalahan yang muncul, mengatasi hambatan yang terjadi, memiliki dorongan dan keyakinan diri, dapat mengatur dan mengelola dirinya dengan baik. Jadi, antara dukungan sosial dengan *self regulation* memiliki hubungan yang saling mendukung satu dengan lain.

Adapun hubungan dukungan sosial dengan *self regulation* dapat digambarkan pada skema dibawah ini :

Gambar 2.1

## Korelasi dukungan sosial dan self regulation



Dari skema yang telah dibuat diatas menyatakan hubungan kausalitas antara variabel X dan variabel Y. Dukungan sosial memiliki hubungan timbal balik dengan *self regulation*. Apabila semakin baik dukungan sosial maka *self regulation* akan semakin tinggi. Karena itu, dukungan sosial dengan *self regulation* penting untuk diteliti mengingat individu harus mampu mengatur diri agar dapat mencapai tujuan yang dimiliki.

#### D. Hipotesis

Berdasarkan beberapa kajian teori yang telah di jelaskan diatas, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1.  $H_0$  = Tidak terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan *self regulation* santriwati penghafal Al-Qur'an pondok pesantren salafiyah syafi'iyah Nurul Huda Mergosono Malang.

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini termasuk dalam penelitian kuantitatif, karena lebih menekankan pada analisis data numerikal yang diolah dengan metode statistika, data statistik diperoleh dari survey dalam skala besar termasuk didalamnya menggunakan kuesioner pada subjek. Pada penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan penelitian uji *pearson correlation* dengan dua variabel. Rancangan uji *pearson correlation* ini bertujuan untuk menemukan ada atau tidaknya korelasi antara dua variabel.

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel, yaitu yang pertama untuk variabel bebas (X) dan yang kedua untuk variabel terikat (Y). Penelitian ini dilakukan dengan observasi langsung ke pondok pesantren Nurul Huda Mergosono-Malang yang bertujuan agar bisa mendapatkan data yang akurat serta dapat dipertanggung jawabkan kebenarannya.

#### B. Identifikasi Variabel Penelitian

Dalam penelitian psikologi satu variabel tidak mungkin hanya berkaitan dengan satu variabel lain melainkan selalu saling mempengaruhi dengan banyak variabel lain (Azwar, 1998:60). Karena itu, identifikasi

menjadi sangat penting sebelum penelitian dilakukan. Adapun variabel penelitian ini peneliti menggunakan variabel, yaitu :

1. Variabel terikat

Menurut Sugiyono (2016:39), variabel terikat adalah variabel yang telah dipengaruhi oleh variabel bebas atau menjadi akibat dari keberadaan variabel bebas. Pada penelitian ini variabel terikat yang digunakan adalah *self regulation* (Y).

2. Variabel bebas

Menurut Sugiyono (2016:39), variabel bebas adalah variabel yang menjadi sebab dari berubahnya variabel terikat atau menjadi sebab keberadaan variabel terikat. Pada penelitian ini variabel bebas yang digunakan adalah dukungan sosial (X).

### C. Definisi Operasional

Berdasarkan pendapat yang telah dijelaskan oleh beberapa tokoh pada bab sebelumnya, maka dapat diuraikan definisi operasional dari beberapa variabel penelitian sebagai berikut :

1. *Self regulation*

*Self regulation* merupakan suatu kemampuan dalam diri individu untuk mengatur sistem dalam dirinya (metakognisi, motivasi, dan perilaku) dengan tanggung jawab sebagai suatu upaya untuk mencapai tujuandengan aspek metakognisi, motivasi, dan perilaku.

## 2. Dukungan sosial

Dukungan sosial merupakan sebuah rasa nyaman baik fisik maupun psikologis, diperhatikan, dihargai, dibantu, dianggap keberadaannya oleh orang lain/kelompok ketika mengalami suatu kesulitandengan aspek dukungan emosional, informatif, instrumental, penghargaan, dan kelompok.

### D. Lokasi dan waktu penelitian

Penelitian tentang pengaruh dukungan sosial terhadap *self regulation* santriwati penghafal al qur'an di salah satu pondok pesantren yang beralamat di jalan kolonel Sugiono no. 103 gang III B Mergosono-Malang. Tepatnya di pondok pesantren salafiyah syaf'iyah Nurul Huda. Pemilihan lokasi penelitian di tempat tersebut karena terdapat santri penghafal Al-Qur'an yang juga merupakan mahasiswa dan memilih untuk bertempat tinggal jauh dari lokasi perguruan tinggi sehingga dimungkinkan mereka memiliki *self regulation* yang baik dalam kesehariannya. Penelitian ini akan dilakukan selama kurang lebih 1 bulan.

### E. Populasi dan Sampel

#### 1. Populasi

Populasi menurut Sugiyono (2016:80), merupakan suatu wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek maupun subyek yang memiliki kualitas dan karakteristik yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan

kemudian ditarik kesimpulannya. Didalam penelitian sosial, populasi didefinisikan sebagai kelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian. Karena itu, sebagai suatu populasi kelompok subjek ini harus memiliki ciri-ciri bersama yang membedakannya dari kelompok subjek yang lain (Azwar, 1998:77).

Penelitian ini mengambil populasi sebanyak 41 santriwati penghafal Al-Qur'an di pondok pesantren salafiyah syafi'iyah Nurul Huda Mergosono Malang yang sedang menempuh kuliah, mengikuti kegiatan aktif di pondok.

## **2. Sampel**

Menurut Sugiyono (2016:81), sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Sedangkan menurut Azwar (1998:79) Sampel adalah sebagian dari populasi, karena itu sampel yang dipakai dalam penelitian harus memiliki ciri-ciri yang dimiliki oleh populasinya.

Pada penelitian ini sampel yang digunakan adalah para santri putri penghafal Al-Qur'an di pondok pesantren salafiyah syafi'iyah nurul huda sebanyak 41 orang yang sedang menempuh perkuliahan.

## **F. Metode Pengambilan Data**

Metode pengambilan data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan skala likert. Skala menurut Sugiyono (2016:92), adalah suatu bentuk kesepakatan yang digunakan sebagai dasar



untuk menentukan panjang dan pendeknya interval yang ada dalam suatu alat ukur sehingga apabila digunakan dalam pengukuran akan menghasilkan data kuantitatif. Dengan adanya skala pengukuran maka nilai dari variabel yang diukur dengan instrumen tertentu dapat dinyatakan dalam bentuk angka yang akan membuat data lebih akurat, efisien, dan komunikatif.

Dalam hal ini peneliti menggunakan skala model *Likert* yang digunakan untuk sekelompok orang tentang fenomena sosial. Bentuk skala yang digunakan adalah skala pengukuran *Likert* dalam kategori penilaian pendukung (favorabel), yaitu sangat sesuai (SS)=5, sesuai (S)=4, netral (N)=3, tidak sesuai (TS)=2, sangat tidak sesuai (STS)=1. Skala yang digunakan pada penelitian ini terbagi menjadi dua, yaitu dukungan sosial yang dikemukakan oleh Sarafino (Rahmadita, 2013:63) dan *self regulation*(1898:329) yang dikemukakan oleh Zimmerman. Adapun untuk *blue print* dari kedua variabel akan dijelaskan pada tabel dibawah ini :

1. Skala *self regulation*

Skala yang digunakan dalam penelitian ini merupakan skala yang telah dikembangkan sendiri oleh peneliti melalui aspek-aspek yang ada dalam regulasi diri milik Zimmerman (1898:329), adapun *blue print* dari skala penelitian adalah sebagai berikut :

**Tabel 3.1*****Blue print uji coba skala self regulation***

No.	Aspek	Indikator	No. Item
1	Metakognitif	Monitor diri	10,15
		Perencanaan	1,3,4,5,6,7,8,9,18,26,27, 35
		Evaluasi	2,13,28,32
2.	Motivasi	Kontrol keyakinan	11,16,24,33
		Motivasi ekstrinsik	14,17,21,30,37
		Motivasi intrinsik	12,20
3.	Perilaku	Menyeleksi	19,29, 36
		Memanfaatkan	22,23,25,31,38,39

Setelah melakukan uji coba pada santriwati penghafal Al-Qur'an di pondok pesantren salafiyah syafi'iyah Nurul Huda Malang pada tanggal 27 Maret 2018 dengan jumlah responden 41. Pada tabel diatas dapat diketahui bahwa setelah dilakukan uji validitas skala *self regulation* dengan total item berjumlah 39, sedangkan untuk item yang gugur berjumlah 5. Sehingga item yang dinyatakan valid berjumlah 34 item.

## 2. Skala dukungan sosial

Skala yang digunakan dalam penelitian ini merupakan skala yang telah dikembangkan sendiri oleh peneliti melalui aspek-aspek yang ada dalam dukungan sosial milik Sarafino (Rahmadita, 2013:63). Adapun *blue print* dari skala ini adalah :

**Tabel 3.2**  
***Blue print* uji coba skala dukungan sosial**

No.	Aspek	Indikator	No. Item
1.	Dukungan emosional	Perhatian	1, 2, 4, 21, 32
		Empati	3, 5, 22, 33
		Rasa prihatin	7, 20, 23,
2.	Dukungan informatif	Memberi saran	8, 9, 10, 16, 26, 27, 34
3.	Dukungan instrumental	Memberi bantuan	11, 12, 13, 14, 28, 30
4.	Dukungan penghargaan	Penilaian positif	15, 17, 24, 29
5.	Dukungan kelompok	Eksistensi	6, 18, 19, 25, 31

Setelah melakukan uji coba pada santriwati penghafal Al-Qur'an di pondok pesantren salafiyah syafi'iyah Nurul Huda Malang pada tanggal 27 Maret 2018 dengan jumlah responden 41. Dari tabel diatas dapat diketahui bahwa setelah dilakukan uji validitas pada skala dukungan sosial dengan total item awal yang berjumlah 34 item dan jumlah item gugur sebanyak 12 item. Sehingga jumlah item yang dinyatakan valid berjumlah 22 item.

## **G. Validitas dan Reliabilitas instrument**

### **1. Uji Validitas**

Menurut Azwar (1998:105), validitas adalah mengenai sejauh mana keakuratan sebuah test atau alat ukur untuk mengukur apa yang seharusnya diukur sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran. Apabila suatu tes telah dinyatakan memiliki validitas tinggi maka alat ukur atau tes yang diberikan memiliki keakuratan yang tinggi, begitu juga sebaliknya.

Instrumen yang valid memiliki arti bahwa alat ukur atau test yang digunakan untuk mendapatkan data dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur (Sugiyono, 2016:121). Dalam penelitian ini, untuk mengetahui validitas data peneliti menggunakan instrumen yang ada dalam sasaran penelitian sebagai uji coba. Untuk menguji validitas aitem pada penelitian ini dengan menggunakan bantuan program komputer SPSS versi 16,00 *for windows*. Adapun untuk standart pengukuran yang digunakan yaitu suatu item dikatakan valid

apabila  $r \geq 0,30$ . Hasil secara detail uji validitas akan dijelaskan pada tabel dibawah ini :

**Tabel 3.3**

*Uji validitas self regulation*

No.	Aspek	Item valid	Jumlah	Indeks validitas
1	Metakognitif	1,2,3,4,5,8,9,10,13,15, 18,26,27,28,32,35	16	0,394-0,776
2	Motivasi	11,12,14,16,17,20,21, 33,36,37	10	0,322-0,760
3	Perilaku	19,22,23,25,29,31,36, 39	8	0,335-0,706

Pada tabel tersebut, dijelaskan bahwa dari 39 item terdapat 34 item valid. 5 item yang dikatakan tidak valid karena menunjukkan indeks dibawah 0,30. Sedangkan untuk 34 item valid menunjukkan indeks angka diatas 0,30.

**Tabel 3.4**  
**Uji validitas dukungan sosial**

No.	Aspek	Item valid	Jumlah	Indeks validitas
1.	Dukungan emosional	4,5,7,20,22, 32,33	7	0,526-0,696
2.	Dukungan informatif	9, 10, 26, 27, 34	5	0,327-0,659
3.	Dukungan instrumental	12, 13, 30	3	0,328-0,473
4.	Dukungan penghargaan	15,24	2	0,372-0,601
5.	Dukungan kelompok	6, 18, 19, 25, 31	5	0.402-0,623

Pada tabel tersebut, dijelaskan bahwa dari 34 item terdapat 22 item valid. 12 item yang dikatakan tidak valid karena menunjukkan indeks di bawah 0,30. Sedangkan untuk 22 item valid menunjukkan indeks angka diatas 0,30.

## 2. Uji Reliabilitas

Menurut Azwar (1997:4), reliabilitas adalah sebuah konsistensi, kestabilan, keterpercayaan dan keajegan suatu alat ukur atau test. Konsep reliabilitas yaitu sejauh mana suatu proses pengukuran dapat dipercaya keakuratannya. Suatu pengukuran disebut memiliki reliabilitas apabila dalam beberapa kali pengukuran terhadap suatu objek memiliki hasil yang tetap maupun terdapat perbedaan yang cukup kecil. Untuk menguji reliabilitas aitem pada penelitian ini dengan menggunakan bantuan progra komputer SPSS versi 16,00 *for windows*.

**Tabel 3.5**

### Uji Reliabilitas

Variabel	Jumlah item	Jumlah item valid	Koefisien alpha	Keterangan
Dukungan sosial	34	22	0.915	Reliabel
<i>Self regulation</i>	39	34	0.936	Reliabel

## H. Analisis data

Analisis data merupakan bagian yang sangat penting dan dapat memberikan makna yang berguna dalam memecahkan masalah penelitian. Dalam menganalisis data pengelompokan data dilakukan berdasarkan variabel dan subjek. Pada penelitian ini, teknik analisis data menggunakan program perangkat lunak SPSS 16,00 *for windows*. Adapun data yang diperoleh melalui skala dan dianalisa dengan menggunakan teknik berikut:

### 1. Analisis deskriptif

Dalam analisis penelitian ini dilakukan dengan bantuan *microsoft office excell 2007*. Kategorisasi dapat digunakan untuk mengetahui nilai mean, standart deviasi variabel, nilai presentase. Kemudian dilakukan juga pengelompokan kategorisasi yang terdiri dari tiga kategorisasi yaitu tinggi, sedang, dan rendah.

### 2. Analisis korelasi

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik korelasi. Teknik korelasi adalah salah satu teknik statistik yang digunakan untuk mencari hubungan antara dua variable. Analisis data yang akan digunakan dalam penelitian ini yaitu uji Korelasi *Product Moment* dari pearson (Hadi, 2004:236) dengan menggunakan bantuan program perangkat lunak SPSS versi 16.00 *for windows*.



### 3. Uji normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk menguji tingkat kenormalansuatu data dalam korelasi dua variabel. Apakah dari kedua variabel yaitu dukungan sosial dan *self regulation* mempunyai distribusi normal atau sebaliknya. Uji normalitas data dalam penelitian ini menggunakan uji One-Sample Kolmogorov – Smirnov Test. Jika signifikansi  $p < 0,05$  maka data yang dimiliki berdistribusi normal.



## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Pelaksanaan Penelitian

##### 1. Deskripsi Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah Nurul Huda Jl. Kolonel Sugiono No. 103 Kedungkandang 65148, kota Malang, Jawa Timur. Pondok asuhan K.H Drs. Achmad Masduqi Machfudz initerdiri dari pondok kitab dan pondok *tahfidz*. Adapun untuk santri dan santriwati yang memilih program menghafal Al-Qur'an mereka tetap diwajibkan untuk mengikuti program madrasah diniyah seperti halnya santri dan santriwati kitab. Sistem pengajaran di pondok pesantren menggunakan perpaduan antara sistem tradisional dan modern.

Adapun visi dan misi pondok pesantren salafiyah syafi'iyah Nurul Huda adalah:

**Visi:** Menjadikan pondok pesantren Nurul Huda sebagai pusat semua kegiatan tafaqquh fi al-dien yang islami menuju terbinanya khayra ummah.

**Misi:** Untuk merealisasikan visi maka usaha dan kegiatan yang dapat dilakukan adalah dengan mendidik menanamkan nilai-nilai islam kepada santri, menyelenggarakan pendidikan formal dan informal, memotivasi guru dan melatih santri untuk mencintai dan melakukan dakwah di tengah-tengah masyarakat, meningkatkan daya tampung dan

pembangunan sarana belajar yang memadai dan resfresentatif, meningkatkan pelayanan terhadap anak asuh panti sosial asuhan anak Nurul Huda.

Penelitian ini dilaksanakan di pondok pesantren putri untuk santriwati penghafal Al-Qur'an, peneliti melaksanakan penelitian di pondok pesantren tersebut karena peneliti tertarik untuk lebih mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan *self regulation* pada diri santriwati pengafal Al-Qur'an yang memiliki peran ganda dalam kesehariannya yaitu menjadi santriwati penghafal Al-Qur'an dan mahasiswa. Karena sebagian besar santriwati penghafal Al-Qur'an merupakan mahasiswa yang memiliki kesibukan sendiri.

## **2. Waktu dan Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah Nurul Huda Jl. Kolonel Sugiono No. 103 Kedungkandang 65148, kota Malang, Jawa Timur pada tanggal 27 Maret 2018. Untuk pemberian dan penyebaran skala telah meminta persetujuan dari pihak pengasuh pondok pesantren melalui surat izin yang telah di berikan oleh pihak fakultas psikologi. Penyebaran skala dilakukan pada malam hari pada tanggal 27 Maret sampai dengan 14 April 2018 setelah madrasah diniyah dilaksanakan, karena pada waktu itu santriwati akan beristirahat dan berada dalam lingkungan pondok pesantren.

### **3. Jumlah Subyek Penelitian**

Populasi dan sampel pada penelitian ini adalah santriwati penghafal Al-Qur'an yang berjumlah 41 orang sebagai santriwati penghafal Al-Qur'an dan mahasiswa. Subyek penelitian ini adalah semua santriwati penghafal Al-Qur'an yang ada di pondok pesantren karena jumlah populasi yang kurang dari 100 orang.

### **4. Prosedur dan Administrasi Pengambilan Data**

Sebelum penelitian dilakukan peneliti terlebih dahulu meminta izin dan persetujuan dari pihak pengasuh pondok pesantren apabila hendak menyebar skala pada santriwati penghafal Al-Qur'an di pondok pesantren salafiyah syafi'iyah Nurul Huda. Peneliti meminta izin terlebih dahulu kepada pengasuh dan pengurus pondok pesantren untuk kelancaran penelitian yang akan dilakukan dengan membawa serta surat perizinan penelitian yang diberikan oleh pihak fakultas.

### **5. Hambatan Dalam Pelaksanaan Penelitian**

Dalam pelaksanaan kegiatan penelitian, dijumpai beberapa hambatan saat proses penelitian dilakukan, antara lain:

- a. Ketika menyebarkan skala sedikit terdapat sedikit masalah karena tidak semua santriwati berada di kamar masing-masing. Jadi peneliti harus mencari keberadaan mereka yang tersebar di lain tempat.

- b. Diperlukan waktu untuk selalu mengecek apakah skala telah di isi dengan baik oleh para santriwati karena mengingat kegiatan mereka yang hampir menyita waktu. Jadi tidak dapat hanya sekali terjun langsung mendapatkan data, karena melihat situasi dan kondisi para santriwati saat itu.

## **B. Hasil Penelitian**

### **1. Tingkat Dukungan Sosial**

#### **1. Analisis Deskriptif Data Hasil Penelitian**

Berdasarkan data subyek telah yang didapatkan oleh peneliti pada masing-masing variabel, tahapan selanjutnya adalah analisis data. Analisis data yang dilakukan peneliti menggunakan bantuan *microsoft office excel 2007* dan *SPSS 16.00 for windows*.

#### **1. Analisis data dukungan sosial**

Peneliti menganalisis data dukungan sosial untuk menentukan kategorisasi masing-masing subyek dengan menggunakan bantuan program *microsoft office excel 2007* dan *SPSS 16.00 for windows*. Adapun paparan analisa data yang digunakan oleh peneliti adalah sebagai berikut:

#### **a. Mencari mean (M) dan standar deviasi (SD)**

Untuk mengetahui kategorisasi variabel dukungan sosial peneliti menggunakan bantuan program SPSS 16.00

for windows, dalam mencari mean (M) dan standar deviasi (SD) yang akan dipaparkan pada tabel berikut:

**Tabel 4.1**  
**Mean dan standar deviasi**

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
dukungan sosial	41	56	105	85.90	10.114
Valid N (listwise)	41				

**b. Menentukan kategorisasi**

Analisis kategorisasi selanjutnya digunakan untuk mengetahui subjek berada dalam tingkat tinggi, sedang, atau rendah berdasarkan skor yang dimiliki masing-masing subyek. Pada penentuan kategorisasi peneliti menggunakan bantuan program *microsoft office excell 2007*. Dalam hal ini, peneliti menggunakan tiga tingkat kategorisasi, yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Untuk proses penghitungan nilai kategorisasi digunakan norma yang terdapat pada tabel dibawah ini:

**Tabel 4.2**  
**Rumus Kategorisasi**

No.	Kategori	Kriteria
1.	Tinggi	$X \geq (M + 1SD)$
2.	Sedang	$M + 1SD > X > M - SD$
3.	Rendah	$X \leq M - 1SD$

Keterangan :

X : Skor yang diperoleh subyek pada skala

M : Mean

SD: Standar Deviasi

Selanjutnya peneliti menganalisis tingkat dukungan sosial pada masing-masing subyek penelitian, dengan cara melihat skor masing-masing subyek dan mencocokkannya pada norma yang sudah dibuat untuk kategorisasi. Dibawah ini akan dipaparkan kategorisasi dan pembagian tingkat dukungan sosial santriwati di pondok pesantren salafiyah syafi'iyah Nurul Huda Malang menurut norma yang telah dibuat oleh peneliti :

**Tabel 4.3**  
**Kategorisasi Dukungan Sosial**

Kategori	Norma	Hasil
Tinggi	$X \geq (M + 1SD)$	$X \geq 96.02$
Sedang	$M + 1SD > X > M - SD$	$96.02 > X > 75.78$
Rendah	$X \leq M - 1SD$	$\leq 75.77$

### c. Menentukan persentase

Setelah mengetahui kategorisasi tingkat penerimaan diri masing-masing subyek, maka langkah selanjutnya adalah mengetahui presentase dengan menggunakan rumus berikut :

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P : Angka Persentase

F : Frekuensi yang sedang dicari persentasenya

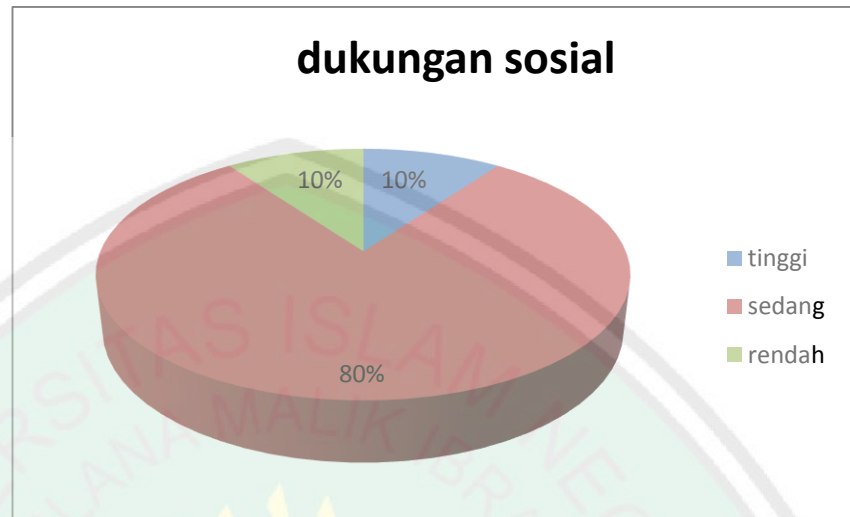
N : Jumlah frekuensi

**Tabel 4.4**  
**Persentase dukungan sosial**

Kategori	Norma	Frekuensi	Persentase
Tinggi	$X \geq 96.02$	4	10%
Sedang	$96.02 > X > 75.78$	33	80%
Rendah	$\leq 75.77$	4	10%



**Gambar 4.1**  
**Kategorisasi persentasi dukungan sosial**



Berdasarkan uraian diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar santriwati penghafal Al-Qur'an pondok pesantren salafiyah syafi'iyah Nurul Huda Malang memiliki tingkat sedang atau cukup pada dukungan sosialnya. Hal ini dapat dilihat pada presentase yang cukup besar sejumlah 80% dari jumlah keseluruhan sebanyak 41 subyek. Subyek yang memiliki dukungan sosial tinggi sebanyak 4 dengan presentase sebesar 10% dari keseluruhan 41 subyek. Kemudian untuk subyek yang memiliki tingkat dukungan sosial yang rendah atau kurang sebanyak 4 dengan presentase sebesar 10% dari keseluruhan 41 subyek.

## 2. *Tingkat Self Regulation*

### 1. Analisis Deskriptif Data Hasil Penelitian

Berdasarkan data subyek telah yang didapatkan oleh peneliti pada masing-masing variabel, tahapan selanjutnya adalah analisis data. Analisis data yang dilakukan peneliti menggunakan bantuan *microsoft office excel 2007* dan *SPSS 16.00 for windows*.

Peneliti menganalisis data *self regulation* untuk menentukan kategorisasi masing-masing subyek dengan menggunakan bantuan program *microsoft office excel 2007* dan *SPSS 16.00 for windows*. Adapun paparan analisa data yang digunakan oleh peneliti adalah sebagai berikut:

#### a. Mencari mean (M) dan standar deviasi (SD)

Untuk mengetahui kategorisasi variabel *self regulation* maka terlebih dahulu mencari mean (M) dan standar deviasi (SD) yang akan dipaparkan pada tabel berikut:

**Tabel 4.5**  
**Mean dan standar deviasi self regulation**

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
self regulation	41	88	157	130.68	15.438
Valid N (listwise)	41				

### b. Menentukan kategorisasi

Selanjutnya peneliti menganalisa tingkat *self regulation* pada masing-masing subyek penelitian, dengan cara melihat skor masing-masing subyek dan mencocokkannya pada norma yang sudah dibuat untuk kategorisasi. Dibawah ini akan dipaparkan kategorisasi dan pembagian tingkat *self regulation* santriwati di pondok pesantren salafiyah syafi'iyah Nurul Huda Malang menurut norma yang telah dibuat oleh peneliti :

**Tabel 4.6**  
**Kategorisasi *self regulation***

Kategori	Norma	Hasil
Tinggi	$X \geq (M + 1SD)$	$X \geq 146,13$
Sedang	$M + 1SD > X > M - SD$	$146,13 > X > 115,23$
Rendah	$X \leq M - 1SD$	$\leq 115,23$

### c. Menentukan persentase

Setelah mengetahui kategorisasi tingkat penerimaan diri masing-masing subyek, maka langkah selanjutnya adalah mengetahui presentase dengan menggunakan rumus berikut :

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P : Angka Persentase

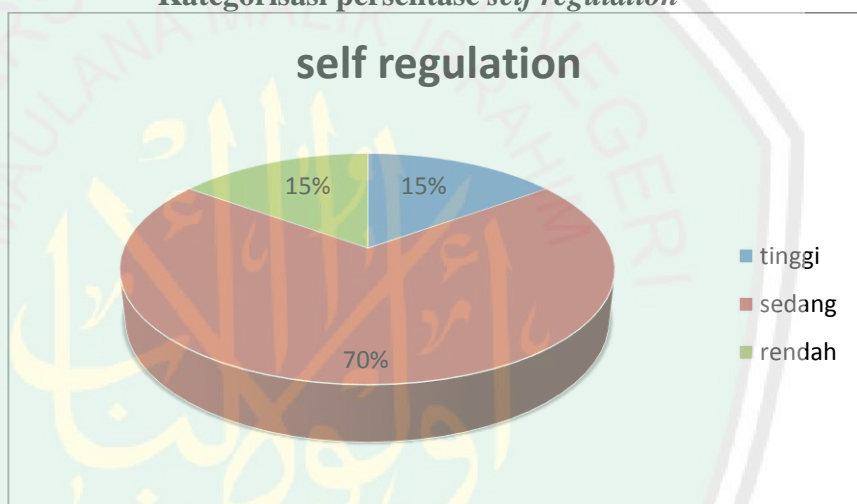
F : Frekuensi yang sedang dicari presentasenya

N : Jumlah frekuensi

**Tabel 4.7**  
**Persentase *self regulation***

Kategori	Norma	Frekuensi	Persentase
Tinggi	$X \geq 146,13$	6	15%
Sedang	$146,13 > X > 115,23$	29	70%
Rendah	$\leq 115,23$	6	15%

**Gambar 4.2**  
**Kategorisasi persentase *self regulation***



Berdasarkan uraian diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar santriwati penghafal Al-Qur'an pondok pesantren salafiyah syafi'iyah Nurul Huda Malang memiliki tingkat sedang atau cukup dalam *self regulation*nya. Hal ini dapat dilihat pada presentase yang cukup besar sejumlah 70 % dari jumlah keseluruhan sebanyak 41 subyek. Subyek yang memiliki dukungan sosial tinggi sebanyak 6 dengan presentase sebesar 15 % dari keseluruhan 41 subyek. Kemudian untuk subyek yang memiliki tingkat dukungan sosial

yang rendah atau kurang sebanyak 6 dengan presentase sebesar 15 % dari keseluruhan 41 subyek.

### 3. Hubungan antara dukungan sosial dengan *self regulation*

Langkah selanjutnya yaitu menguji normalitas dari penelitiann yang telah dilakukan dengan data yang telah di olah. Berdasarkan pemaparan dari data yang telah di dapat menunjukkan bahwa nilai signifikasi dari uji normalitas dukungan sosial adalah sebagai berikut:

**Tabel 4.8**  
**Uji Normalitas**  
**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		dukungan sosial	self regulation
N		41	41
Normal Parameters <sup>a</sup>	Mean	85.90	130.68
	Std. Deviation	10.114	15.438
Most Extreme Differences	Absolute	.108	.113
	Positive	.090	.057
	Negative	-.108	-.113
Kolmogorov-Smirnov Z		.688	.724
Asymp. Sig. (2-tailed)		.730	.671

a. Test distribution is Normal.

Berdasarkan tabel tersebut, diketahui hasil dari uji normalitas yang didapatkan menunjukkan bahwa nilai sig. untuk skala dukungan sosial sebesar 0,730. Angka tersebut menunjukkan bahwa nilai sig. lebih besar dari  $0,730 > 0,05$ . Artinya data skala dukungan sosial tersebut berdistribusi normal. Dengan demikian, data tersebut dapat mewakili populasi.

Kemudian untuk hasil uji normalitas skala *self regulation* diperoleh nilai sig. sebesar 0,671 yang menunjukkan bahwa nilai sig. lebih besar dari 0,05 atau  $0,671 > 0,05$ . Dengan adanya hasil tersebut, data skala *self regulation* berdistribusi normal dan dapat mewakili populasi. Berdasarkan analisis uji normalitas terbukti bahwa kedua skala tersebut berdistribusi normal, oleh karenanya dapat dilanjutkan pada analisis korelasi *pearson product moment*.

Untuk analisis hubungan antara dukungan sosial dengan *self regulation* pada santriwati penghafal Al-Qur'an pondok pesantren salafiyah syafi'iyah nurul huda Malang dilakukan uji hipotesis terlebih dahulu dengan metode analisis statistik *product moment* menggunakan program *SPSS 16,00 for windows*. Adapun untuk hasil uji hipotesis dapat dilihat dalam tabel dibawah ini:

**Tabel 4.9**  
**Uji Korelasi**

**Correlations**

		dukungan sosial	self regulation
dukungan sosial	Pearson Correlation	1	.253
	Sig. (2-tailed)		.110
	N	41	41
self regulation	Pearson Correlation	.253	1
	Sig. (2-tailed)	.110	
	N	41	41

Hasil uji hipotesa menunjukkan tidak adanya korelasi antara dukungan sosial dengan *self regulation* yang dibuktikan dengan diperoleh koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar 0,253 dan nilai signifikansi 0,110 ( $p > 0,005$ ). Berdasarkan hasil koefisien korelasi dan taraf signifikansi menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut memiliki hubungan koefisien korelasi yang lemah dan tidak memiliki nilai signifikansi. Ini sama halnya dengan tidak terdapat korelasi antara variabel dukungan sosial dengan *self regulation*. Skor yang menyatakan besar koefisien korelasi dukungan sosial dan *self regulation* adalah 0,253. Artinya, apabila semakin tinggi dukungan sosial maka *self regulation* pada santriwati bisa tinggi atau rendah. Hal ini berarti dukungan sosial pada santriwati

penghafal Al-Qur'an tidak mempengaruhi *self regulation*, dukungan sosial tidak menjadi kunci utama dalam berhasilnya santriwati dalam menghafal. Berdasarkan hasil uji korelasi diperoleh hasil bahwa  $H_a$  ditolak dan  $H_o$  diterima yaitu tidak terdapat hubungan antara variabel X dan variabel Y.

### C. Analisis Data

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, didapatkan koefisien korelasi untuk dukungan sosial dan *self regulation* adalah 0,253 dengan taraf signifikansi 0,110 ( $> 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan *self regulation* di pondok pesantren salafiyah syafi'iyah Nurul Huda Malang. Dari data yang telah didapatkan, hasil koefisien korelasi 0,253 dengan taraf signifikansi 0,110 menunjukkan bahwa koefisien korelasi sangat lemah (tidak terdapat korelasi) pada dukungan sosial dengan *self regulation* santriwati penghafal Al-Qur'an dan tidak terdapat signifikansi.

#### 1. **Tingkat dukungan sosial santriwati penghafal Al-Qur'an pondok pesantren salafiyah syafi'iyah Nurul Huda**

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, bahwa santriwati penghafal Al-Qur'an pondok pesantren salafiyah syafi'iyah Nurul Huda sebagian besar memiliki tingkat dukungan sosial yang cukup/sedang yaitu sebesar 80% dengan jumlah 33 dari 41 santriwati penghafal Al-Qur'an. Sedangkan santriwati yang



memiliki dukungan sosial tinggi sebanyak 4 orang dengan presentase sebesar 10% dari keseluruhan 41 subyek. Kemudian untuk subyek yang memiliki tingkat dukungan sosial yang rendah atau kurang sebanyak 4 dengan presentase sebesar 10% dari keseluruhan 41 subyek.

Dari hasil penelitian tersebut dapat disampaikan bahwa sebagian besar santriwati penghafal Al-Qur'an pondok pesantren salafiyah syafi'iyah Nurul Huda memiliki tingkat dukungan sosial yang sedang. Menurut Sarafino, dukungan sosial lebih menonjol kepada memberikan kenyamanan, kepedulian, penghargaan, perhatian, dan segala bentuk bantuan yang diterima dari orang lain (Purba,2007:83). Dalam hal ini, dukungan sosial memiliki makna mengenai sebuah rasa nyaman baik fisik maupun psikologis, diperhatikan, dihargai, dibantu, dianggap keberadaannya oleh orang lain/kelompok ketika mengalami suatu kesulitan.

Santriwati penghafal Al-Qur'an yang juga merupakan mahasiswa dengan dukungan sosial yang baik merupakan santriwati yang memiliki berbagai macam dukungan dalam diri dan sekitarnya dalam menjalani hidupnya. Mendapatkan dukungan secara emosional, instrumental, penghargaan, kelompok, informatif yang mereka dapatkan dari orang-orang dekat mereka. Secara tidak langsung dukungan yang diberikan oleh orang terdekat dapat memberikan pengaruh yang sangat tinggi pada individu.

Santriwati yang mendapatkan perhatian, empati, dan rasa prihatin dalam bentuk kasih sayang dari orang-orang terdekatnya akan membuatnya memiliki dukungan secara emosional yang baik. Hal ini tentunya dibutuhkan oleh setiap individu. Dukungan secara emosional akan membuat seseorang merasa aman, nyaman, dan perasaan disayangi oleh orang-orang terdekatnya. Dukungan yang diberikan oleh orang-orang terdekat dan tersayang memberikan dampak pada diri seseorang.

Dukungan informatif yang didapatkan dari orang-orang sekitar seperti memberikan nasihat dan saran terhadap apa yang dapat dilakukan juga dapat mempengaruhi tindakan mereka. Kemudian dukungan instrumental yang dapat berupa bantuan secara langsung maupun tidak langsung yang didapatkan dari orang-orang sekitar santriwati. Di lingkungan pondok pesantren tidak jarang bagi para santri untuk saling memberi bantuan satu dengan lainnya. Dengan adanya dukungan instrumental dapat diprakarsai untuk saling menumbuhkan rasa persaudaraan antar satu dengan lainnya.

Selanjutnya terdapat dukungan penghargaan yang berupa sebagai bentuk dukungan positif yang mampu mendorong rasa percaya diri dari individu dalam menghadapi setiap permasalahan yang muncul. Pada dukungan penghargaan, santriwati yang memiliki dukungan penghargaan yang baik akan memiliki

pemikiran yang positif dalam dirinya serta mampu menghadapi permasalahan yang muncul dengan baik. Untuk selanjutnya yaitu dukungan kelompok yang diperoleh dari kelompok tiap individu. Dengan adanya dukungan dalam kelompok individu akan merasa dirinya dihargai dan diakui dalam kelompok dan saling mendukung satu dengan lain.

Dengan adanya beberapa santriwati yang memperoleh nilai tinggi dapat diambil kesimpulan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu faktor eksternal yang sedikit mempengaruhi diri santriwati dalam menghafal. Beberapa santriwati memiliki nilai yang tinggi dalam dukungan sosialnya sehingga akan mempengaruhi dirinya dalam hal menghafal. Hal ini akan menyebabkan dukungan sosial menjadi sangat penting dimiliki oleh beberapa santriwati. Dengan adanya dukungan sosial yang ada disekitarnya akan membuat santriwati lebih memiliki kekuatan pendukung dari lingkungan sekitarnya.

Terdapat juga santriwati yang memiliki dukungan sosial rendah, santriwati yang memiliki dukungan sosial yang rendah tidak akan memberikan pengaruh terhadap kehidupannya. Karena mereka sudah terbiasa hidup dengan keadaan yang demikian, namun bukan berarti mereka tidak membutuhkan dukungan sosial disekitarnya. Hanya saja, mereka kurang memiliki orang-orang yang mampu mendukung diri mereka dalam kesehariannya.

## 2. Tingkat *self regulation* santriwati penghafal Al-Qur'an pondok pesantren salafiyah syafi'iyah Nurul Huda

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan peneliti di peroleh hasil bahwa sebagian besar santriwati memiliki tingkat *self regulation* yang cukup. Hal ini ditunjukkan dengan diperolehnya presentase sebesar 70% yang dimiliki oleh 29 santriwati penghafal Al-Qur'an sebanyak. Kemudian untuk tingkat presentase tinggi sebesar 15% yang dimiliki oleh 6 santriwati. Selanjutnya untuk tingkat presentase rendah sebesar 15% yang dimiliki oleh 6 santriwati.

Dari paparan data yang telah disebutkan, dapat diambil kesimpulan bahwa sebagian besar santriwati penghafal Al-Qur'an pondok pesantren salafiyah syafi'iyah Nurul Huda Malang memiliki tingkat presentase *self regulation* yang cukup. *Self regulation* lebih merujuk pada kemampuan pikiran, perasaan, dan tindakan yang terencana oleh diri dan terjadi secara berkesinambungan sesuai dengan upaya pencapaian tujuan (Chairani, 2010:14).

*Self regulation* dibutuhkan dalam diri individu, karena dengan adanya *self regulation* akan membuat individu bisa lebih mengatur diri mereka dalam usaha untuk mencapai tujuannya. Metakognitif merupakan salah satu aspek yang terdapat dalam *self regulation*, metakognitif merupakan sebuah kemampuan yang

dimiliki dalam merencanakan, memonitor, dan mengevaluasi sebagai suatu kebutuhan yang penting dalam pencapaian usaha. Dengan adanya metakognitif individu dapat membuat perencanaan kemudian memonitor dari perencanaan yang telah terlaksana. Hal ini dapat membantu individu dalam melaksanakan usaha yang akan dicapai.

Motivasi merupakan sebuah unsur dorongan dalam diri individu yang juga turut mempengaruhi *self regulation*. Terdapat motivasi intrinsik, ekstrinsik, dan keyakinan diri. Motivasi intrinsik didapatkan dari dalam diri individu sendiri, yang tentunya sangat mempengaruhi individu dalam melaksanakan kegiatan kesehariannya. Kemudian motivasi ekstrinsik yang merupakan motivasi yang didapatkan dari luar diri individu seperti halnya ingin mendapatkan suatu hal karena mengharapkan hadiah dan lain-lain.

Selanjutnya yaitu perilaku, yang akan membuat individu untuk memanfaatkan serta menciptakan keadaan lingkungan yang dapat mendukung setiap aktivitas kesehariannya. Hal ini dapat dilakukan santriwati dengan menciptakan lingkungan tempat tinggal yang kondusif sehingga membuat santriwati dapat dengan nyaman tinggal dilingkungannya serta memanfaatkan apa yang ada.

Santriwati yang memiliki *self regulation* yang baik dalam dirinya pastinya akan dapat mengendalikan dirinya dengan baik karena dapat mengendalikan kemampuan pikiran, perasaan, dan tindakan yang terencana agar dapat mencapai tujuan yang diharapkan. Santriwati yang memiliki *self regulation* yang baik dalam dirinya akan mampu membuat perencanaan yang matang, memikirkan cara untuk mewujudkannya dan mampu mengevaluasi atas apa yang telah dilakukannya. Akan tetapi, berdasarkan hasil yang telah ditemukan menunjukkan bahwa sebagian besar santriwati penghafal Al-Qur'an memiliki *self regulation* yang sedang.

### **3. Hubungan antara dukungan sosial dan *self regulation* santriwati penghafal Al-Qur'an pondok pesantren salafiyah syafi'iyah Nurul Huda**

Berdasarkan hasil dari uji korelasi yang telah dilakukan, tidak terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan *self regulation* dengan nilai 0,253 dan taraf signifikansi 0,110 ( $> 0,05$ ) yang menunjukkan bahwa korelasi antara dukungan sosial dengan *self regulation* sangat lemah serta tidak terdapat signifikansi. Hal ini menunjukkan bahwa  $H_a$  ditolak dan  $H_o$  diterima.

Hasil analisis pada penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa sebagian besar subjek memiliki tingkat dukungan sosial yang sedang. Begitu juga dengan *self regulation*,

sebagian besar subjek memiliki tingkat yang sedang. Tingkat dukungan sosial tidak dapat mempengaruhi *self regulation* dalam diri santriwati dalam menghafal Al-Qur'an di pondok pesantren Nurul Huda Mergosono karena nilai dalam diri mereka sendiri. Adakalanya santriwati memiliki dukungan sosial yang tinggi namun memiliki *self regulation* yang rendah, hal ini terjadi karena adanya dukungan sosial dari orang-orang terdekatnya sehingga akan membuat mereka merasa sangat diperhatikan dan dihargai namun dari diri mereka sendiri tidak memiliki pengaturan diri yang baik, sehingga tidak dapat mengatur diri dalam aktivitasnya. Adapula santriwati yang memiliki dukungan sosial yang rendah namun memiliki *self regulation* yang tinggi dalam dirinya, hal ini mungkin terjadi karena santriwati sudah memiliki pengaturan diri yang baik dalam dirinya sehingga mendapat dukungan sosial maupun tidak, tidak memberikan efek untuk dirinya. Selama mereka dapat mengatur diri dengan baik dalam melakukan aktivitasnya ada atau tidaknya dukungan sosial tidak memiliki pengaruh apapun pada dukungan sosial. Kemudian terdapat pula santriwati yang memiliki dukungan sosial yang rendah dan *self regulation* yang rendah. Hal ini mungkin terjadi karena terdapat santriwati yang sangat membutuhkan dukungan sosial dari sekitarnya, sehingga ketika tidak mendapatkan dukungan sosial dari orang disekitarnya akan memberikan pengaruh pada dirinya

dalam menjalani aktivitasnya, sebab dukungan sosial dari orang-orang terdekatnya merupakan salah satu sumber kekuatan dalam dirinya. Jadi ketika tidak mendapatkan dukungan sosial akan memberikan efek pada dirinya dalam menjalani aktivitas yang berimbas pada *self regulation* yang menurun juga. Dengan rendahnya *self regulation* dalam dirinya, aktivitas yang dilakukan mungkin saja akan terhambat karena jadwal yang dimiliki tidak tersusun dengan baik.

Dari hasil analisis yang diperoleh, dapat dikatakan bahwa dukungan sosial tidak memiliki hubungan dengan *self regulation* dalam diri santriwati penghafal Al-Qur'an. Meskipun beberapa santriwati memiliki dukungan sosial yang baik dalam dirinya namun tidak selalu memiliki *self regulation* yang baik juga dalam dirinya. Beberapa santriwati memiliki *self regulation* yang tinggi namun tidak memiliki dukungan sosial yang tinggi. Hal ini memungkinkan tidak terdapatnya signifikan diantara kedua variabel tersebut.

Selain faktor dukungan sosial dan *self regulation*, terdapat faktor lain yang turut mempengaruhi santriwati dalam menghafal Al-Qur'an. Hal ini sependapat dengan yang dikemukakan oleh Issetyadi, bahwa terdapat 2 faktor yang mempengaruhi kualitas menghafal yaitu faktor eksternal dan internal. Faktor internal dapat berupa dari kondisi emosi, keyakinan yang dimiliki, dan kebiasaan



yang dilakukan. Sedangkan faktor eksternal dapat berupa dari lingkungan tempat tinggal, nutrisi yang didapatkan (yusuf ,2015:7). Kemudian dalam penelitian terdahulu seperti yang dikemukakan oleh Marza (2017:149), bahwa terdapat beberapa faktor lain yang turut mempengaruhi selama proses menghafal, diantaranya yaitu; sifat malas ketika akan menghafal, banyak kegiatan diluar pondok pesantren seperti tugas sekolah yang harus diselesaikan, timbulnya rasa lelah akibat kegiatan diluar pondok pesantren, dan mulai tertarik dengan lawan jenis.

Berdasarkan pemaparan data dan fakta yang ditemukan di lapangan, tidak terdapatnya hubungan antara dukungan sosial dan self regulation dapat disebabkan karena berbagai faktor. Selain beberapa hal yang telah disebutkan diatas, ditemukan bahwa beberapa santriwati memiliki *self regulation* yang tinggi namun memiliki dukungan sosial yang rendah. *Self regulation* yang tinggi dan dukungan sosial yang tinggi. *Self regulation* rendah dan dukungan sosial rendah. Dukungan sosial tinggi dan *self regulation* rendah. Dukungan sosial sedang dan *self regulation* sedang. Dukungan sosial sedang dan *self regulation* yang tinggi. *Self regulation* yang sedang dan dukungan sosial yang tinggi.

Sangat memungkinkan bagi seorang yang memiliki *self regulation* yang baik dalam dirinya mampu mengatasi dan

mengatur segala sesuatu dalam dirinya, sehingga ada maupun tidaknya dukungan sosial pada dirinya tidak memiliki pengaruh yang signifikan dalam dirinya. Jadi, ada maupun tidaknya dukungan sosial tidak mempengaruhi kondisi seseorang apabila memiliki *self regulation* yang baik dalam dirinya. Kemudian, terdapatnya variabel lain yang turut mempengaruhi variabel dukungan sosial dan *self regulation* dimana peneliti tidak mengambilnya. Seperti motivasi, *wellbeing*, *happiness*, dan lain sebagainya. Terdapat kesenjangan antara teori dan kondisi lapangan. Hal ini mungkin terjadi karena kondisi subjek dan lingkungan yang ada berbeda dengan teori yang telah dibawakan. Sehingga akan memunculkan hasil yang tidak sesuai dan sangat mungkin untuk mempengaruhi hasil dari penelitian, karena nilai data yang diperoleh tidak mendukung untuk terdapatnya korelasi antara dukungan sosial dan *self regulation*. Beberapa hal tersebut memungkinkan menjadi penyebab tidak terdapatnya hubungan antara dukungan sosial dan *self regulation* pada santriwati penghafal Al-Qur'an pondok pesantren salafiyah syafi'iyah Nurul Huda, Malang. Jadi, tidak terdapatnya hubungan dukungan sosial dengan *self regulation* mungkin saja terjadi karena nilai dukungan sosial dengan *self regulation* yang tidak signifikan. Terdapat variabel lain yang turut mempengaruhi kondisi subjek. Terdapat kesenjangan antara teori dan kondisi lapangan, hal ini mungkin

terjadi karena kondisi subjek dan lingkungan berbeda dengan teori yang dibawakan. Sehingga akan memunculkan hasil yang berbeda juga.



## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti dan dijelaskan pada bab sebelumnya, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Tingkat dukungan sosial pada diri santriwati penghafal Al-Qur'an pondok pesantren salafiyah syafi'iyah Nurul Huda menunjukkan bahwa sebagian besar berada pada kategori sedang 80%. Tingkat penerimaan dukungan sosial sedang menunjukkan bahwa sebagian besar para santriwati telah memiliki dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan kelompok, dukungan informatif, dan dukungan instrumental yang baik dengan sekitarnya.
2. Tingkat *self regulation* pada santriwati penghafal Al-Qur'an pondok pesantren salafiyah syafi'iyah Nurul Huda menunjukkan bahwa sebagian besar berada pada kategori sedang 75%. Tingkat *self regulation* sedang menunjukkan bahwa sebagian besar para santriwati telah memiliki metakognitif, motivasi, dan perilaku yang baik.
3. Tidak terdapat korelasi dan signifikansi antara dukungan sosial dan *self regulation* yang ditunjukkan oleh hasil analisis *pearson correlation* sebesar 0,253 dengan nilai signifikansi 0,110 ( $p > 0,005$ ). Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis nol ( $H_0$ ) diterima dan  $H_a$  ditolak. Jadi, tidak terdapatnya hubungan dukungan sosial dengan *self regulation*

mungkin saja terjadi karena nilai dukungan sosial dengan *self regulation* yang tidak signifikan. Terdapat variabel lain yang turut mempengaruhi kondisi subjek. Terdapat kesenjangan antara teori dan kondisi lapangan, hal ini mungkin terjadi karena kondisi subjek dan lingkungan berbeda dengan teori yang dibawakan. Sehingga akan memunculkan hasil yang berbeda juga.

## B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, terdapat beberapa saran yang dapat peneliti berikan. Adapun saran-saran tersebut yaitu :

### 1. Bagi santriwati penghafal Al-Qur'an

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh sebagian besar santriwati penghafal Al-Qur'an memiliki tingkat dukungan sosial dan *self regulation* yang sedang. Sehingga diharapkan para pengasuh, teman, maupun keluarga turut membantu memberikan dukungan sosial bagi mereka serta membantu mereka dalam mengelola diri mereka dengan baik.

### 2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya agar dapat lebih membaca situasi yang terjadi lebih lanjut, atau ditemukan variabel lain yang mempengaruhi dan memiliki hubungan antara dua variabel tersebut. Seperti motivasi, *wellbeing*, *happiness*, dan manajemen waktu.

## DAFTAR PUSTAKA

- Almasitoh, Ummu. (2011). Stress kerja ditinjau dari konflik peran ganda dan dukungan sosial pada perawat. *Psikosilamika, Jurnal Psikologi Islam*. Volume 8, nomor 11.
- Alwisol. (2009). *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press.
- Al-Qur'anul Karim. (2012). Jakarta: Al-Hadi media kreasi.
- Adicondro, N & Purnamasari. (2011). Efikasi Diri, Dukungan Sosial Keluarga dan Self Regulated Learning Pada Siswa Kelas VIII. *Jurnal Humaniora*. Volume 8, nomor 1.
- Az-Zawawi, Yahya. (2010). *Revolusi Menghafal Al-Qur'an Cepat Menghafal, Kuat Hafalan dan Terjaga Seumur Hidup*. Solo: Insan Kamil.
- Azizah, Umi. (2012). *Hubungan antara Pengetahuan Santri tentang PHBS dan Peran Ustadz dalam Mencegah Penyakit Skabies dengan Perilaku Pencegahan Penyakit Skabies*. Skripsi: Jember.
- Azwar, Saifuddin. (1997). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, Saifuddin. (1998). *Metode Penelitian*. Yogyakarta; Pustaka Pelajar.
- Chairani, Lisyia dan Subandi. 2010. *Psikologi Santri Penghafal Al-Qur'an: Peranan Regulasi Diri*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Hadi, Sutrisno. (2004). *Statistik*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Hafizhohulloh, Shalih. *Ringkasan Syarah Arba'in An-Nawawi*. Retrieved from <http://muslim.or.id>. 23/04/18. 23:05.
- Hidayat, Akhmad. (2013). Hubungan Regulasi Diri dengan Prestasi Belajar Kalkulus II Ditinjau dari Aspek Metakognisi, Motivasi, dan Perilaku. *Jurnal Elektronik Pendidikan Matematika Tadulako*. Volume 1, Nomor 1.
- Kahfi, Agus & Rosiana, Dewi. (2013). Religiousness Islami Dan Self Regulation Para Pengguna Narkoba. *MIMBAR*. Volume 29, nomor 1.
- Kamus Bahasa Indonesia Online, Retrieved from: <http://kbbi.web.id/>, 10/09/17, 15:39.
- Kumalasari, Fani. (2012). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Remaja di Panti Asuhan. *Jurnal psikologi pitutur*. Volume 1, nomor 1.
- Latipah, Eva. (2010). Strategi Self Regulated Learning dan Prestasi Belajar: Kajian Metanalisis. *Jurnal Psikologi*. Volume 37, nomor 1.
- Lubis, Rifi. (2016). Hubungan Dukungan Sosial Dan Kecerdasan Emosional Dengan Self Regulated Learning. *Jurnal analitika magister psikologi UMA*. Volume 8, nomor 1.

- Maharani, Orthorita. (2003). Hubungan Antara Dukungan Sosial Ayah Dengan Penyesuaian Sosial Pada Remaja Laki-Laki. *Jurnal Psikologi*. Nomor 1.
- Makhyaruddin, M. (2013). *Rahasia Nikmatnya Menghafal Al-Qur'an*. Bandung: Mizan media utama.
- Marza, Suci. (2017). Regulasi Diri Remaja Penghafal Al-Qur'an di Pondok Pesantren Al-Qur'an Jami'atul Qurro' Sumatera Selatan. *Jurnal Psikologi*. Volume 6, nomor 11.
- Maslihah, Sri. (2011). Studi tentang hubungan dukungan sosial, penyesuaian sosial di lingkungan dan prestasi akademik siswa SMPIT Asyasyfa boarding school subang jawa barat. *Jurnal psikologi UNDIP*. Volume 10, nomor 2.
- Mulyana, Ecep. (2015). Peran Motivasi Belajar, Self-Efficacy, dan Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Self-Regulated Learning Pada Siswa. *Psikopedagogia*. Volume 4, nomor 1.
- Munifah, Rofiqotul. (2017). *Efektifitas Metode Muraja'ah Dalam Menghafal Al-Qur'an Pada Santri Pondok Pesantren Al-I'tishom Kliwonan Grabag Kecamatan Grabag Kabupaten Magelang*. Skripsi: Salatiga.
- Patonah, Popon. (2016). *Pengaruh Dukungan Sosial Dan Efikasi Diri Terhadap Pengambilan Keputusan Menjadi Penghafal Al-Qur'an*. Skripsi: Jakarta.
- Purba, Johana. (2007). Pengaruh dukungan sosial terhadap burn out pada guru. *Jurnal Psikologi*. Volume 5, nomor 1.
- Rachmah, Dewi. (2015). Regulasi Diri Dalam Belajar Pada Mahasiswa Yang Memiliki Peran Banyak. *Jurnal Psikologi*. Volume 42, nomor 1.
- Rahmadita, Irma. (2013). Hubungan Antara Konflik Peran Ganda Dan Dukungan Sosial Pasangan Dengan Motivasi Kerja Pada Karyawati Rumah Sakit Abdul Rivai-Berau. *Ejournal psikologi*. Volume 1, nomor 1.
- Raiyati, Siti. (2017). Presentasi Diri Mahasiswa Penghafal Al-Qur'an. *Jurnal Studia Insania*. Volume 5, nomor 1.
- Ruseno, dkk. (2010). Metode Pembelajaran Tutor Teman Sebaya Meningkatkan Hasil Belajar Berdasar Regulasi Diri. *Makara, Sosial Humaniora*. Volume 14, nomor 2.
- Saguni, fatimah. (2014). Hubungan penyesuaian diri, dukungan sosial teman sebaya dan self regulation terhadap motivasi belajar siswa kelas akselerasi SMP negeri 1 Palu. *Jurnal penelitian ilmiah*. Volume 2, nomor 1.
- Sarafino, Edward. (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. John Wiley & Sons.
- Sarirah, dkk. (2017). Peran *academic dishonesty* dalam menjelaskan hubungan antara *self-regulate learning* dan dukungan sosial teman sebaya dengan prestasi akademik. *Mediapsi*. Volume 3, nomor 1.

- Sucipto. (2014). Pengaruh Self Regulated Learning Dan Dukungan Sosial Orangtua Terhadap Hasil Belajar Peserta Didik Pada Mata Pelajaran Ekonomi Program Studi IPS SMA Negeri Di Kota Jombang. *Jurnal Ekonomi Pendidikan Dan Kewirausahaan*. Volume 2, nomor 2.
- Suseno, Miftahun. (2010). Pengaruh Dukungan Sosial Dan Kepemimpinan Transformasional Terhadap Komitmen Organisasi Dengan Mediator Motivasi Kerja. *Jurnal Psikologi*. Volume 37, nomor 1.
- Sugiono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- USAID PRESTASI. (2013). *Kilas Balik Dunia Pendidikan*. Retrieved from [www.prestasi-iief.org/index.php/id](http://www.prestasi-iief.org/index.php/id). 19/01/18. 06;20.
- Yusuf, Wiwin. (2015). Hubungan Dukungan Sosial Dan Self Acceptance Dengan Motivasi Menghafal Al-Qu'ran Di Pondok Pesantren Al-Qur'an Nurul Huda Singosari Malang. *Jurnal Psikologi*. Volume 3, nomor 1.
- Zimmerman, Barry. (1990). Self-Regulated Learning And Academic Achievement: An Overview. *Educational Psychologist*. Volume 25, nomor 1.
- Zimmerman, Barry. (1989). A Social Cognitive View Of Self-Regulated Academic Learning. *Journal of educational psychology*. Volume 81, nomor 3.



### Skala Dukungan Sosial

Saya bersedia menjadi responden

ya

tidak

Nama :

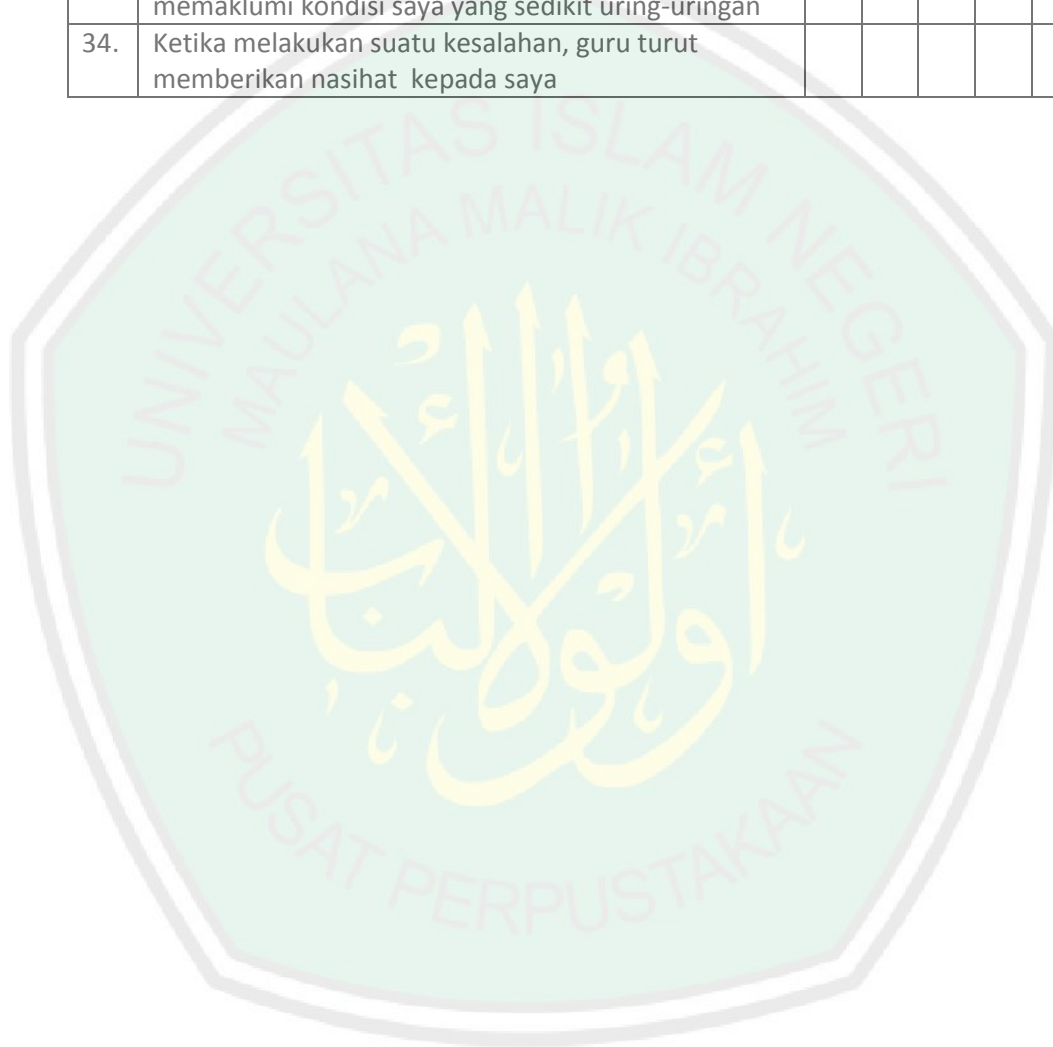
Usia :

Mohon jawab dengan jujur sesuai situasi yang sebenarnya dengan memberi tanda (v) pada kolom yang telah disediakan, semua jawaban adalah benar dan tidak ada jawaban yang salah karena semua berdasarkan pada diri anda sendiri. ☺

No.	Item	SS	S	N	TS	STS
1.	Ibu dan ayah memperhatikan perkembangan dan kesehatan saya selama di pondok					
2.	Perhatian dari Ayah dan Ibu membuat saya merasa disayangi sebagai seorang anak					
3.	Keluarga mengerti beban yang saya miliki sebagai mahasiswa dan santriwati tahfidz tidaklah mudah					
4.	Teman-teman memberikan perhatian ketika saya jatuh sakit dengan merawat diri saya					
5.	Teman-teman turut berempati pada masalah yang saya alami					
6.	Saya merasa diterima dan di perlakukan dengan baik di lingkungan tempat tinggal					
7.	Saya merasa nyaman berada di pondok pesantren karena memiliki teman yang baik dan asyik					
8.	Disaat bingung dan memiliki masalah, orang tua memberikan saran dan nasihat tentang apa yang harus saya lakukan					
9.	Guru pembimbing turut memberikan arahan ketika terjadi masalah atau ketika saya melakukan kesalahan					
10.	Teman-teman memberikan penilaian atas apa yang telah saya lakukan sehingga saya bisa mengoreksi diri					
11.	Teman-teman bersedia membantu menjelaskan hal yang tidak dimengerti ketika saya merasa kesulitan dalam mengerjakan tugas					
12.	Ketika membutuhkan sesuatu (barang atau jasa) teman-teman selalu bersedia memberikan bantuannya					

13.	Ketika tidak memahami tugas ataupun materi yang diberikan oleh dosen saya bertanya dan meminta bantuan kepada teman-teman yang lebih mengerti					
14.	Orang tua selalu memberikan uang tepat waktu, sehingga saya bisa memenuhi kebutuhan yang dibutuhkan					
15.	Orang tua selalu menghargai atas apa yang saya lakukan sehingga memacu semangat saya untuk bisa memberikan yang terbaik					
16.	Ketika saya melakukan kesalahan orang tua dan guru mengajarkan bagaimana melakukan hal yang benar dan					
17.	Orang tua menghargai atas apapun yang saya lakukan dan mendukung setiap aktivitas selama itu baik dan tidak melanggar hukum					
18.	Memiliki teman dengan minat yang sama membuat saya merasa senang karena merasa memiliki rekan seperjuangan					
19.	Sikap yang baik dari teman-teman kelompok setoran membuat saya merasa diterima dengan baik didalamnya					
20.	Saya memiliki teman yang selalu mengerti keadaan sehingga dapat memberikan rasa nyaman					
21.	Orang tua selalu menanyakan keadaan saya meskipun hanya melalui telephone					
22.	Ketika bersedih, teman-teman menunjukkan rasa sedih atas apa yang saya alami					
23.	Ketika mengalami suatu masalah orang tua selalu memberikan kepeduliannya sehingga saya tidak merasa sendirian					
24.	Teman-teman selalu mendengarkan pendapat saya, dan memberikan tanggapan yang baik atas apa yang telah saya utarakan					
25.	Saya merasa tidak sendirian dalam melakukan pekerjaan karena memiliki teman-teman yang baik dan selalu membantu					
26.	Ketika dihadapkan pada pilihan yang sulit teman-teman turut memberikan saran yang baik untuk saya					
27.	Ketika merasa kesulitan dan memiliki masalah dalam kelompok hafalan teman-teman memberikan arahan tentang apa yang bisa saya lakukan					
28.	Orang tua memberikan apapun yang sedang saya butuhkan, sehingga saya merasa tercukupi dan tidak kesulitan					
29.	Apapun pilihan dan keputusan saya, orang tua tidak menentang dan menghargai apapun langkah yang telah saya ambil karena mereka yakin saya mampu					

	memilih jalan yang baik					
30.	Ketika membutuhkan suatu benda yang tidak saya miliki, teman bersedia meminjamkannya kepada saya					
31.	Dalam kelompok menghafal, saya diberi kesempatan untuk mengutarakan pendapat					
32.	Ketika sakit, teman-teman bersedia membelikan makan dan mengantar saya pergi ke dokter					
33.	Ketika dalam kondisi yang tidak baik, teman-teman memaklumi kondisi saya yang sedikit uring-uringan					
34.	Ketika melakukan suatu kesalahan, guru turut memberikan nasihat kepada saya					



*Skala self regulation*

Saya bersedia menjadi responden

ya

tidak

Nama :

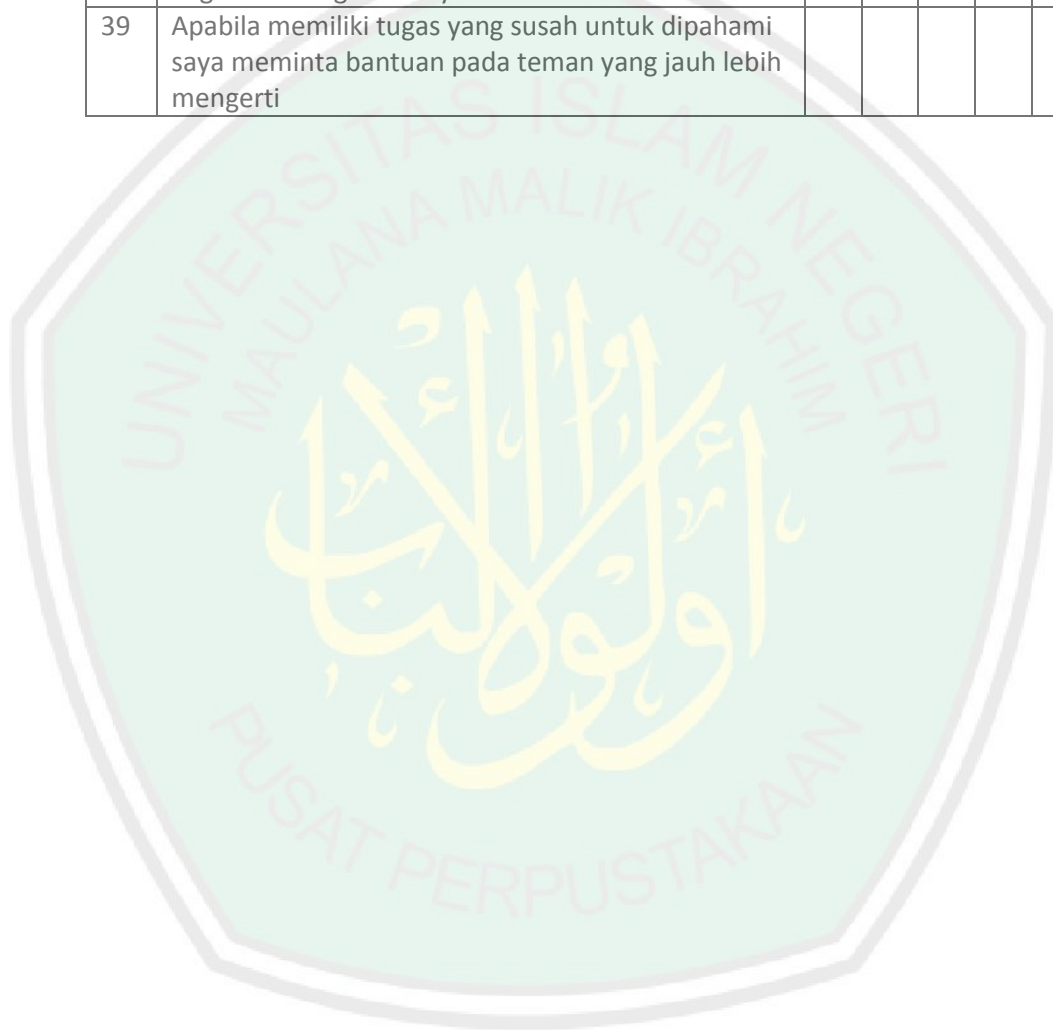
Usia :

Mohon jawab dengan jujur sesuai situasi yang sebenarnya dengan memberi tanda (v) pada kolom yang telah disediakan, semua jawaban adalah benar dan tidak ada jawaban yang salah karena semua berdasarkan pada diri anda sendiri. 😊

No.	Item	SS	S	N	TS	STS
1	Saya membuat perencanaan waktu untuk mengerjakan tugas					
2	Saya menilai dari setiap kegiatan yang dilakukan agar dapat dilakukan perbaikan					
3	Saya mempunyai jadwal kegiatan sehari-hari					
4	Saya akan memantau setiap kegiatan agar tidak merusak jadwal lain yang sudah saya buat					
5	Saya akan mengatur jadwal untuk mengerjakan tugas dan menghafal					
6	Setelah belajar saya akan memeriksa kembali tugas agar tidak ada yang terlewat					
7	Ketika mendapat sebuah tugas baru, saya akan segera menyelesaikannya agar tidak memberatkan kegiatan saya					
8	Saya membuat strategi belajar yang efektif agar tidak mengganggu kegiatan nderes					
9	Saya telah memiliki jadwal untuk menghafal					
10	Saya akan memantau kegiatan supaya saya tahu kemajuan dan kekurangan dalam diri yang harus diperbaiki					
11	Saya menanamkan keyakinan dalam diri tentang kemampuan dalam menjalani kegiatan					
12	Saya aktif bertanya di dalam kelas, agar ketidaktahuan saya terjawab dan akan menambah ilmu pengetahuan					
13	Saya akan mengevaluasi hasil dari menghafal saya					

	supaya tahu perbaikan apa yang harus dilakukan					
14	Saya akan duduk di bangku paling depan agar dapat lebih memahami penjelasan yang disampaikan oleh guru					
15	Saya akan memantau hafalan saya dengan melihat kemampuan menghafal dari hari kehari					
16	Saya yakin bisa menyelesaikan hafalan sampai 30 juz					
17	Saya mendapat pujian dari dosen ketika mampu menguasai materi, hal ini akan memacu semangat saya dalam belajar					
18	Saya akan menyelesaikan tugas tepat waktu agar bisa mengikuti kegiatan lain yang juga penting					
19	Saya akan mengecek setiap yang sudah dilakukan agar tahu hal yang bisa dilakukan lagi dan tidak					
20	Saya mempelajari setiap materi yang disampaikan dengan serius, agar dapat memahami ilmu dengan baik					
21	Saya mampu menyelesaikan tugas dengan baik karena dukungan lingkungan sekitar					
22	Untuk memahami suatu teori saya akan membuat contoh sesuai dengan kehidupan sehari-hari					
23	Saya mengerti bagaimana saya harus bersikap di pondok pesantren dan kampus					
24	Ketika memiliki masalah, saya percaya akan mampu menemukan jalan keluarnya					
25	Saya berusaha menciptakan hubungan yang baik dengan lingkungan sekitar agar tidak terjadi kesenjangan					
26	Saya mengatur waktu istirahat agar tidak terlalu lelah					
27	Saya akan membuat waktu tersendiri dalam belajar					
28	Saya menilai hasil belajar saya, untuk mencari kekurangan yang harus dibenahi					
29	Saya akan memilah kegiatan yang baik dan buruk sebelum dilakukan					
30	Orang tua menjadi sebagai sumber kekuatan saya dalam belajar dan menghafal					
31	Saya dapat menyelesaikan tugas dengan bantuan kakak tingkat yang lebih paham					
32	Saya akan melihat rencana yang sudah dibuat (setelah terlaksana) untuk mencari tahu apa yang sudah terlaksana dan belum terlaksana					
33	Keyakinan menjadi motivasi terbesar saya dalam menjalani kehidupan					
34	Saya mengoptimalkan belajar baik di lingkungan					

	kuliah dan tempat tinggal					
35	Saya akan membuat <i>planning</i> untuk beberapa kegiatan yang sangat penting					
36	Setelah melakukan evaluasi saya akan menimbang hal yang masih bisa saya lakukan dan tidak					
37	Saya akan ikut aktif dalam diskusi di kelas, agar dapat menambah dan mengasah pengetahuan saya					
38	Tempat tinggal dan lingkungan mendukung kegiatan menghafal saya					
39	Apabila memiliki tugas yang susah untuk dipahami saya meminta bantuan pada teman yang jauh lebih mengerti					



## Uji Reliabilitas Dan Validitas *Self Regulation*

### Tahap 1

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.931	39

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	146.63	257.738	.460	.929
VAR00002	146.76	254.639	.602	.928
VAR00003	147.22	253.526	.437	.930
VAR00004	147.00	256.700	.449	.929
VAR00005	146.78	251.776	.627	.928
VAR00006	147.15	258.128	.297	.931
VAR00007	147.15	260.128	.292	.931
VAR00008	147.02	252.374	.601	.928
VAR00009	146.93	253.970	.604	.928
VAR00010	146.83	248.795	.702	.927
VAR00011	146.49	255.556	.651	.928
VAR00012	146.98	246.424	.760	.926
VAR00013	146.71	259.012	.374	.930
VAR00014	146.98	251.024	.506	.929
VAR00015	146.71	256.562	.506	.929
VAR00016	146.10	260.990	.318	.930
VAR00017	147.05	255.798	.444	.929
VAR00018	146.85	256.178	.473	.929
VAR00019	146.95	257.748	.335	.931
VAR00020	146.95	254.148	.408	.930

VAR00021	146.85	258.228	.488	.929
VAR00022	146.76	256.389	.493	.929
VAR00023	146.46	256.055	.569	.928
VAR00024	146.32	263.772	.202	.931
VAR00025	146.29	259.162	.451	.929
VAR00026	146.88	246.860	.564	.928
VAR00027	146.78	250.626	.601	.928
VAR00028	146.88	248.810	.776	.926
VAR00029	146.51	253.456	.648	.928
VAR00030	145.98	268.624	-.030	.933
VAR00031	147.27	258.301	.355	.930
VAR00032	146.93	253.420	.572	.928
VAR00033	146.12	259.810	.352	.930
VAR00034	146.61	247.744	.730	.926
VAR00035	146.59	249.549	.650	.927
VAR00036	146.61	250.494	.706	.927
VAR00037	146.90	252.090	.605	.928
VAR00038	146.54	261.055	.232	.932
VAR00039	146.68	259.922	.386	.930

## Tahap 2

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.936	34

### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	126.71	228.262	.461	.935
VAR00002	126.83	225.445	.597	.934
VAR00003	127.29	224.512	.429	.936



VAR00004	127.07	226.970	.463	.935
VAR00005	126.85	222.828	.619	.933
VAR00008	127.10	223.440	.591	.934
VAR00009	127.00	225.100	.586	.934
VAR00010	126.90	219.790	.705	.932
VAR00011	126.56	226.302	.646	.933
VAR00012	127.05	217.848	.751	.932
VAR00013	126.78	229.026	.394	.935
VAR00014	127.05	221.498	.521	.934
VAR00015	126.78	227.076	.510	.934
VAR00016	126.17	231.245	.322	.936
VAR00017	127.12	226.310	.449	.935
VAR00018	126.93	226.870	.470	.935
VAR00019	127.02	228.274	.335	.936
VAR00020	127.02	224.824	.410	.936
VAR00021	126.93	228.920	.478	.935
VAR00022	126.83	226.795	.503	.934
VAR00023	126.54	226.755	.565	.934
VAR00025	126.37	229.738	.444	.935
VAR00026	126.95	217.998	.565	.934
VAR00027	126.85	221.578	.601	.933
VAR00028	126.95	219.998	.771	.932
VAR00029	126.59	224.199	.650	.933
VAR00031	127.34	229.080	.343	.936
VAR00032	127.00	224.050	.578	.934
VAR00033	126.20	230.311	.348	.936
VAR00034	126.68	218.222	.756	.932
VAR00035	126.66	220.430	.655	.933
VAR00036	126.68	221.272	.714	.932
VAR00037	126.98	222.724	.615	.933
VAR00039	126.76	230.439	.380	.935

## Reliabilitas Dan Validitas Dukungan Sosial

### Tahap 1

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.886	34

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	133.49	139.856	.081	.889
VAR00002	133.24	139.689	.156	.887
VAR00003	133.59	137.099	.256	.886
VAR00004	134.22	131.276	.466	.882
VAR00005	134.29	131.662	.558	.880
VAR00006	134.15	130.728	.515	.881
VAR00007	133.95	129.948	.604	.879
VAR00008	133.56	137.052	.205	.887
VAR00009	134.00	135.700	.404	.883
VAR00010	134.27	133.901	.452	.882
VAR00011	134.34	137.980	.252	.886
VAR00012	134.15	136.078	.416	.883
VAR00013	134.15	136.028	.355	.884
VAR00014	133.93	137.720	.152	.889
VAR00015	133.51	131.706	.497	.881
VAR00016	133.68	137.472	.278	.885
VAR00017	133.44	136.102	.376	.884
VAR00018	133.71	131.162	.516	.881
VAR00019	134.15	133.628	.336	.885
VAR00020	134.17	132.145	.545	.881
VAR00021	133.68	137.172	.214	.887
VAR00022	134.54	128.405	.631	.878

VAR00023	133.71	132.962	.458	.882
VAR00024	134.15	130.928	.635	.879
VAR00025	134.27	133.151	.501	.882
VAR00026	134.15	132.578	.561	.881
VAR00027	134.27	132.901	.443	.882
VAR00028	133.90	137.090	.136	.891
VAR00029	133.88	135.160	.227	.888
VAR00030	134.12	132.410	.496	.881
VAR00031	134.32	130.672	.513	.881
VAR00032	134.32	127.722	.696	.877
VAR00033	134.59	127.199	.672	.877
VAR00034	133.76	135.639	.371	.884

## Tahap 2

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.913	24

### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00004	91.02	100.624	.529	.910
VAR00005	91.10	101.690	.584	.909
VAR00006	90.95	100.798	.541	.909
VAR00007	90.76	99.339	.683	.906
VAR00009	90.80	106.411	.339	.913
VAR00010	91.07	103.070	.524	.910
VAR00012	90.95	105.948	.418	.912
VAR00013	90.95	106.248	.329	.913
VAR00015	90.32	103.122	.432	.912
VAR00017	90.24	106.839	.305	.913

VAR00018	90.51	100.556	.583	.908
VAR00019	90.95	102.748	.392	.913
VAR00020	90.98	100.824	.666	.907
VAR00022	91.34	98.380	.681	.906
VAR00023	90.51	106.056	.270	.915
VAR00024	90.95	101.698	.615	.908
VAR00025	91.07	102.020	.602	.908
VAR00026	90.95	101.798	.645	.908
VAR00027	91.07	101.070	.577	.909
VAR00030	90.93	103.020	.476	.911
VAR00031	91.12	99.810	.596	.908
VAR00032	91.12	97.660	.756	.905
VAR00033	91.39	97.644	.701	.906
VAR00034	90.56	105.802	.353	.913

### Tahap 3

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.915	23

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00004	86.68	95.972	.532	.911
VAR00005	86.76	97.039	.586	.910
VAR00006	86.61	96.344	.531	.911
VAR00007	86.41	94.549	.698	.908
VAR00009	86.46	101.905	.320	.915
VAR00010	86.73	98.301	.532	.911
VAR00012	86.61	101.194	.422	.913

VAR00013	86.61	101.494	.331	.915
VAR00015	85.98	98.824	.409	.914
VAR00017	85.90	102.290	.288	.915
VAR00018	86.17	95.895	.587	.910
VAR00019	86.61	97.744	.412	.914
VAR00020	86.63	95.938	.687	.908
VAR00022	87.00	93.750	.686	.908
VAR00024	86.61	97.344	.595	.910
VAR00025	86.73	97.351	.605	.910
VAR00026	86.61	97.094	.652	.909
VAR00027	86.73	96.401	.581	.910
VAR00030	86.59	98.399	.473	.912
VAR00031	86.78	95.126	.602	.910
VAR00032	86.78	93.226	.750	.906
VAR00033	87.05	93.148	.699	.907
VAR00034	86.22	101.126	.350	.914

#### Tahap 4

##### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.915	22

##### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00004	82.07	92.470	.526	.912
VAR00005	82.15	93.428	.586	.911
VAR00006	82.00	92.850	.525	.912
VAR00007	81.80	90.861	.707	.908
VAR00009	81.85	98.128	.327	.915
VAR00010	82.12	94.610	.537	.912

VAR00012	82.00	97.600	.413	.914
VAR00013	82.00	97.850	.328	.915
VAR00015	81.37	95.738	.372	.915
VAR00018	81.56	92.352	.584	.911
VAR00019	82.00	94.300	.402	.915
VAR00020	82.02	92.374	.685	.909
VAR00022	82.39	90.044	.696	.908
VAR00024	82.00	93.650	.601	.911
VAR00025	82.12	93.510	.623	.910
VAR00026	82.00	93.400	.659	.910
VAR00027	82.12	92.660	.591	.911
VAR00030	81.98	94.774	.473	.913
VAR00031	82.17	91.395	.612	.910
VAR00032	82.17	89.695	.750	.907
VAR00033	82.44	89.602	.700	.908
VAR00034	81.61	97.444	.350	.915

### Uji korelasi

#### Correlations

		dukungan sosial	self regulation
dukungan sosial	Pearson Correlation	1	.253
	Sig. (2-tailed)		.110
	N	41	41
self regulation	Pearson Correlation	.253	1
	Sig. (2-tailed)	.110	
	N	41	41

## Uji normalitas

### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		dukungan sosial	self regulation
N		41	41
Normal Parameters <sup>a</sup>	Mean	85.90	130.68
	Std. Deviation	10.114	15.438
Most Extreme Differences	Absolute	.108	.113
	Positive	.090	.057
	Negative	-.108	-.113
Kolmogorov-Smirnov Z		.688	.724
Asymp. Sig. (2-tailed)		.730	.671
a. Test distribution is Normal.			

## Uji Deskripsi

### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
dukungan sosial	41	56	105	85.90	10.114
self regulation	41	88	157	130.68	15.438
Valid N (listwise)	41				

<b>Dukungan sosial</b>		<b>Jumlah</b>
Tinggi	96,0163	4
Sedang	76-95	33
Rendah	75,78858	4
<b>Self regulation</b>		<b>Jumlah</b>
Tinggi	146,1206	6
Sedang	116-145	29
Rendah	115,2452	6

## SKORING SELF REGULATION

UL	5	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	5	4	4	4	3	3	3	4	4	5	5	3	5	4	4	5	4	4	3	3	3	126	Cukup	
IM	4	3	2	4	2	3	3	1	3	1	4	1	3	4	3	3	3	1	3	3	3	3	3	4	2	3	2	2	2	1	3	2	1	3	88	Rendah	
RO	5	5	3	4	5	5	4	4	4	4	4	5	5	5	3	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	3	3	5	5	5	5	3	4	152	Tinggi		
LU	3	3	4	3	3	4	4	4	4	5	5	4	3	5	5	3	3	4	4	4	5	5	3	3	4	5	4	5	5	5	5	5	5	4	140	Cukup	
KH	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	2	4	4	3	4	4	4	126	Cukup	
ST	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	5	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	5	126	Cukup	
IN	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	5	3	4	3	4	4	3	5	4	5	4	4	4	3	4	5	4	4	4	3	128	Cukup		
RON	5	4	5	4	5	5	4	4	5	5	5	5	4	5	4	4	3	3	3	4	3	3	4	5	4	3	3	4	4	3	4	5	4	3	138	Cukup	
NI	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	5	3	4	4	3	4	2	4	5	3	3	3	4	3	4	5	4	3	4	4	3	122	Cukup	
DE	4	3	2	3	4	4	4	3	4	3	5	5	5	5	4	4	3	5	3	5	3	5	5	4	3	3	5	3	5	3	3	3	3	5	131	Cukup	
NA	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	5	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	124	Cukup	
ZI	5	5	4	4	4	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	3	4	4	4	5	5	4	4	5	157	Tinggi	
MA	4	3	0	3	3	4	3	5	5	5	5	5	5	5	3	5	0	0	4	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	140	Cukup	
DS	4	4	3	4	4	3	4	4	5	3	4	3	3	5	3	4	4	4	3	3	4	5	3	3	3	5	4	3	5	4	5	4	3	4	129	Cukup	
ZU	4	3	4	4	4	4	4	4	5	4	3	4	4	4	2	5	4	4	4	4	4	5	4	5	5	4	5	4	4	4	4	4	5	5	139	Cukup	
RF	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	5	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	5	4	5	4	4	4	134	Cukup	
ME	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	3	3	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2	4	5	5	5	4	4	4	137	Cukup	
LU	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	5	3	5	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	5	4	4	4	4	4	132	Cukup	
HU	5	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	139	Cukup
TR	4	4	3	2	5	3	4	3	4	3	3	5	3	5	3	4	3	4	4	3	4	4	5	4	4	4	2	3	5	4	5	3	5	4	128	Cukup	
VI	4	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	3	2	4	3	4	4	4	3	3	3	107	Rendah	
NIS	4	4	4	4	4	5	4	5	5	4	4	3	4	4	5	4	4	5	4	5	5	5	4	4	4	4	3	5	5	4	5	4	4	4	145	Cukup	
LA	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	2	3	3	3	4	3	3	4	3	101	Rendah
IS	4	4	3	4	5	5	5	4	4	4	3	5	4	5	3	4	4	3	4	4	5	5	4	4	4	5	4	4	5	5	4	5	3	3	141	Cukup	
MAR	5	5	5	5	5	3	5	5	5	4	5	3	4	5	5	4	5	5	3	4	5	5	5	5	5	5	2	5	3	5	5	5	5	4	154	Tinggi	



SAI	3	4	5	5	5	2	3	3	4	5	3	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	4	3	2	3	4	3	3	5	5	5	4	5	4	140	Cukup	
SL	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	109	Rendah	
ALF	3	4	4	3	4	3	5	3	5	4	3	2	3	4	3	2	3	4	4	3	4	4	1	3	4	3	3	4	5	3	2	4	3	4	116	Cukup	
FT	4	4	2	2	3	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	137	Cukup	
CA	4	4	5	4	4	5	4	5	4	5	4	4	5	4	5	4	4	4	5	4	5	4	4	5	4	5	4	5	5	5	4	5	4	4	150	Tinggi	
NN	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	128	Cukup	
KU	5	5	4	4	5	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	5	148	Tinggi
HN	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	5	4	4	4	5	5	5	4	4	143	Cukup	
FA	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	138	Cukup	
DA	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	2	4	5	3	3	2	2	3	4	4	4	2	3	3	3	2	2	5	3	5	4	3	4	112	Rendah	
ZA	5	5	4	5	4	4	4	5	5	4	5	4	5	5	4	2	5	3	4	5	4	4	5	5	4	4	4	4	5	5	5	5	4	5	150	Tinggi	
IL	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	5	5	4	3	3	4	4	4	3	5	4	3	4	3	4	124	Cukup	
ICH	2	4	3	3	4	3	3	4	4	4	5	2	5	5	4	4	3	4	3	4	4	3	1	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	119	Cukup	
JZ	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	5	4	3	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	3	4	5	4	4	4	4	3	135	Cukup
NF	3	5	3	3	4	3	3	5	4	3	5	3	5	5	3	3	4	3	3	4	4	5	3	3	4	4	3	3	5	3	4	4	3	4	126	Cukup	
AND	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	99	Rendah	



### SKORING DUKUNGAN SOSIAL

UL	3	3	3	4	5	3	3	3	5	4	4	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	5	75	Rendah
IM	5	5	5	5	4	4	4	3	5	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	85	Cukup
RO	4	4	4	3	3	3	5	4	5	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	5	80	Cukup	
LU	3	4	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	4	4	5	103	Tinggi
KH	3	4	4	4	5	4	4	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	5	4	3	4	5	91	Cukup
ST	5	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	5	5	91	Cukup
IN	5	4	5	5	4	4	4	4	5	5	5	4	4	4	4	4	4	3	4	5	4	4	94	Cukup
RON	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	3	5	5	5	4	5	105	Tinggi
NI	3	3	3	4	3	3	3	4	3	5	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	72	Rendah
DE	3	4	5	5	3	5	4	5	5	5	5	5	3	3	4	5	5	4	3	4	3	3	91	Cukup
NA	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	4	5	3	3	4	4	5	91	Cukup
ZI	3	2	3	3	4	3	4	5	5	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	5	77	Cukup
MA	5	4	5	5	5	4	4	4	5	5	0	3	5	3	5	4	5	3	5	5	3	4	91	Cukup
DS	1	3	3	3	4	3	3	3	1	1	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	0	4	56	Rendah
ZU	3	4	4	4	4	3	4	4	5	5	4	3	3	4	3	3	3	5	5	3	4	4	84	Cukup
RF	5	5	5	5	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	96	Cukup
ME	4	4	4	4	4	4	4	3	4	5	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	82	Cukup
LU	5	3	4	3	3	4	3	5	5	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	77	Cukup
HU	4	4	4	5	4	3	4	3	5	4	4	4	4	4	4	5	5	5	4	4	4	4	91	Cukup
TR	4	4	4	3	4	2	4	4	5	5	4	3	3	4	3	4	3	4	2	4	4	4	81	Cukup
VI	4	4	3	3	3	3	3	3	4	5	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	76	Cukup
NIS	4	4	4	4	3	4	4	4	5	5	5	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	5	90	Cukup
LA	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	88	Cukup
IS	5	5	5	5	4	5	4	4	5	5	5	5	4	5	5	5	5	4	4	5	5	5	104	Tinggi
MAR	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	5	4	4	3	5	5	4	4	4	87	Cukup

SAI	4	3	4	5	4	4	4	4	4	5	5	5	5	4	4	4	5	4	5	4	3	5	94	Cukup
SL	4	4	4	5	5	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	91	Cukup
ALF	5	3	1	4	4	4	4	5	3	4	5	5	4	3	5	4	4	5	4	3	5	5	89	Cukup
FT	4	4	5	5	4	5	5	4	4	5	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	3	4	93	Cukup
CA	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	82	Cukup
NN	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	76	Cukup
KU	4	4	4	5	5	4	4	4	5	4	4	4	5	5	4	4	4	5	5	5	5	5	98	Tinggi
HN	3	3	3	3	4	4	4	4	5	4	3	3	3	4	4	4	4	5	3	3	3	4	80	Cukup
FA	3	3	4	4	4	4	4	3	4	5	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	85	Cukup
DA	4	5	5	4	4	4	4	3	5	5	5	5	3	4	4	5	4	4	3	4	3	5	92	Cukup
ZA	3	3	3	4	5	4	4	4	4	5	4	5	4	5	5	5	5	5	4	4	4	5	94	Cukup
IL	3	3	3	3	4	3	5	4	5	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	77	Cukup
ICH	4	4	4	5	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	5	4	3	4	82	Cukup
JZ	4	4	4	4	4	3	3	3	5	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	85	Cukup
NF	4	4	4	4	4	3	4	4	5	5	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	84	Cukup
AND	2	2	3	3	4	4	4	3	5	3	3	3	1	3	3	2	2	3	2	1	2	4	62	Rendah

## HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *SELF REGULATION* SANTRIWATI PENGHAFAL AL-QUR'AN PONDOK PESANTREN SALAFIYAH SYAFI'YAH NURUL HUDA MERGOSONO

Firda rizqiyah

Dr. H. A. Khudori Saleh, M.Ag,  
Fakultas Psikologi Universitas Islam  
Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang  
[firdarizqiyah@gmail.com](mailto:firdarizqiyah@gmail.com)

**Abstrak.** Memiliki peran ganda yaitu sebagai mahasiswa dan santriwati penghafal Al-Qur'an bukan hal yang mudah. Secara tidak langsung hal tersebut akan membentuk *self regulation*. Selain itu terdapat juga dukungan sosial yang dapat membantu santriwati dalam mengendalikan peran gandanya. Dengan adanya *self regulation* dan dukungan sosial akan lebih membantu santriwati meraih tujuannya. Penelitian ini bertujuan untuk: 1) mengetahui tingkat *self regulation* santriwati, 2) mengetahui tingkat dukungan sosial santriwati, 3) mengetahui hubungan antara *self regulation* dan dukungan sosial santriwati. Metode penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan seluruh sampel yang ada dalam populasi. Instrumen yang digunakan dalam pengambilan data adalah skala *self regulation* yang dikembangkan oleh Zimmerman dan skala dukungan sosial yang dikembangkan oleh Sarafino. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: 1) tingkat *self regulation* pada santriwati penghafal Al-Qur'an 80% berada pada kategori sedang, 10% berada pada kategori tinggi, dan 10% pada kategori rendah, 2) tingkat dukungan sosial diketahui bahwa 70% berada pada kategori sedang, 15% berada pada kategori tinggi, dan 15% berada pada kategori rendah, 3) Hasil analisis menunjukkan bahwa koefisien korelasi (r) sebesar 0,253 dan nilai signifikansi 0,110 ( $p > 0,005$ ). Berdasarkan hasil koefisien korelasi dan taraf signifikansi menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara variabel dukungan sosial dengan *self regulation*.

**Kata kunci:** dukungan sosial, *self regulation*.

Sebagian besar mahasiswa merupakan pendatang dari suatu daerah atau berada dalam satu wilayah namun jauh dari lokasi perguruan tinggi, tempat tinggal menjadi suatu hal yang sangat penting untuk diperhatikan. Akses, kenyamanan, jangkauan dan teman turut mempengaruhi pemilihan tempat

tinggal. Pondok pesantren merupakan salah satu alternatif tempat tinggal yang dipilih oleh mahasiswa, karena selain belajar ilmu pengetahuan umum diperguruan tinggi mereka juga bisa belajar untuk memperdalam ilmu agama. Mahasiswa yang memilih tinggal di pondok pesantren secara langsung akan memiliki status dan peran ganda yaitu sebagai santri dan mahasiswa yang mengharuskan mereka untuk menyesuaikan dirinya dengan keadaan yang ada. Disamping memiliki kewajiban untuk kuliah yang pastinya akan terdapat tugas, mereka juga diharuskan mengikuti aktivitas yang diwajibkan dalam lingkungan pesantren seperti madrasah diniyah, mengaji, kegiatan rutin, dan *ro'an*.

Indonesia merupakan negara dengan mayoritas penduduk beragama Islam. Sehingga banyak didirikan lembaga-lembaga pondok pesantren dan sekolah keagamaan. Salah satunya di wilayah Jawa Timur yaitu pondok pesantren Salafiyah Syafi'iyah Nurul Huda Mergosono-Malang. Pesantren yang berlokasi di daerah Kota Lama Malang ini merupakan sebuah pondok pesantren yang disediakan bagi santri yang ingin memperdalam ilmu agama dan belajar kitab. Namun disediakan pula untuk santri yang bersedia menghafal Al-Qur'an.

Dalam menghafal Al-Qur'an dibutuhkan fokus dan konsentrasi yang tinggi. Oleh karena itu, untuk dapat menyesuaikan dengan kondisi yang ada dibutuhkan *self regulation* yang baik bagi mereka. Dengan memiliki *self regulation* yang baik akan dapat menunjang kegiatan mereka baik dalam pondok pesantren dan perguruan tinggi. Seperti yang telah dijelaskan oleh Pintrich, mahasiswa yang telah menetapkan tujuan dan memiliki perencanaan kegiatan, melakukan monitor dan kontrol terhadap aspek kognisi, motivasi, dan perilaku dalam mencapai tujuannya (Rachmah, 2015:62). Menurut Winne (Adicondro, 2011:18) *self regulation* adalah suatu kemampuan yang ada dalam diri individu untuk memunculkan dan mengatur pikiran, perasaan, dan perilaku untuk mencapai suatu tujuan tertentu.

Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Suci Marza (2017:157) tentang regulasi diri remaja penghafal Al-Qur'an, remaja yang mampu melakukan *self regulated* dengan baik maka akan mendapatkan hasil yang

maksimal dalam bidang menghafal Al-Qur'an, mampu mengatasi hambatan-hambatan dalam menghafal Al-Qur'an, mampu mengatur jadwal menghafal, mampu mengatur perilaku, dan sikap sebagai penghafal Al-Qur'an serta mampu berprestasi walaupun banyak kegiatan, baik di sekolah maupun di pondok. Dalam proses menghafal Al-Qur'an, selain pengaturan diri dibutuhkan juga dukungan sosial sebagai salah satu penguat dalam menjalani rutinitas. Dukungan sosial dapat diperoleh dari orangtua, kerabat, teman, guru, orang yang dicintai, dan lingkungan sekitar yang dapat menunjang selama kegiatan menghafal tersebut berlangsung. Menurut Sarafino, dukungan sosial lebih menunjukkan pada memberikan rasa nyaman, kepedulian, harga diri, dan segala bentuk bantuan yang diterima dari orang lain (Purba,2007:83).

Berdasarkan fakta yang ditemukan di lapangan, banyak santriwati yang sudah *boyong* terlebih dahulu sebelum mereka dapat menyelesaikan hafalan Al-Qur'an mereka karena orangtua yang menginginkan untuk menikah, pulang, dan berbagai macam alasan lain. Dukungan orang tua berperan sangat penting selama proses menghafal santriwati berlangsung. Karena dukungan yang berasal dari orang-orang terdekat secara tidak langsung akan mampu menumbuhkan semangat dalam diri individu. Pada kondisi yang ditemukan dilapangan, santriwati yang pada awalnya rajin untuk muraja'ah hafalannya ketika bergabung atau berkumpul dengan santriwati yang sedang malas melakukan muraja'ah dia akan ikut malas untuk muraja'ah. Hal ini dapat disebabkan karena individu merasa memiliki teman yang sama dengannya sehingga larut dalam situasi yang ada.

Sebagai mahasiswa dan juga santri penghafal Al-Qur'an, secara tidak langsung akan membentuk *self regulation* dalam dirinya. Karena tanpa disadari *self regulation* akan terbentuk dengan adanya berbagai tuntutan dalam hidup dan lingkungannya. Namun secara tidak langsung, dukungan sosial dari lingkungan santriwati juga turut membantu selama proses menghafal. Dukungan sosial dibutuhkan santriwati untuk kembali menumbuhkan semangat dalam dirinya, karena secara tidak langsung dengan adanya dukungan dari orang-orang

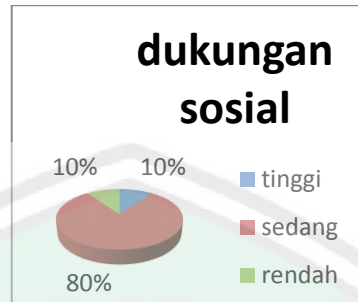
tersayang akan turut mempengaruhi diri santriwati selama proses menghafal. Oleh karena itu, peneliti ingin mengetahui apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan *self regulation* santriwati penghafal Al-Qur'an di pondok pesantren salafiyah syafi'iyah Nurul Huda. Berdasarkan latar belakang tersebut, terdapat beberapa rumusan masalah seperti: bagaimana tingkat dukungan sosial santriwati penghafal Al-Qur'an? bagaimana tingkat *self regulation* santriwati penghafal Al-Qur'an? apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan *self regulation* santriwati penghafal Al-Qur'an pondok pesantren Nurul Huda Mergosono Malang?. Dari latar belakang penelitian tersebut peneliti mendapatkan hipotesis berupa tidak terdapat hubungan dukungan sosial dengan *self regulation* santriwati penghafal Al-Qur'an pondok pesantren Nurul Huda.

#### Metode

Pada penelitian ini variabel terikat yang digunakan adalah *self regulation* (Y). Dan Pada penelitian ini variabel bebas yang digunakan adalah dukungan sosial (X). Penelitian ini mengambil populasi dan sampel sebanyak 41 santriwati penghafal Qur'an di pondok pesantren salafiyah syafi'iyah Nurul Huda Mergosono Malang yang sedang menempuh kuliah, mengikuti kegiatan aktif di pondok. Metode pengambilan data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan skala likert. Dalam penelitian *self regulation* peneliti menggunakan instrumen yang disusun sendiri berdasarkan pada yang dikemukakan oleh Zimmerman dengan jumlah 39 item yang memiliki reliabilitas sebesar 0,936. kemudian untuk dukungan sosial digunakan instrumen yang disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan pada teori yang dikemukakan oleh Sarafino dengan jumlah 34 item yang memiliki reliabilitas sebesar 0,915. Dalam menganalisis data pengelompokan data dilakukan berdasarkan variabel dan subjek melalui skala dan dianalisa dengan menggunakan tehnik analisis deskriptif, analisis korelasi, dan uji normalitas.

### Hasil

Hasil uji analisis dari penelitian yang telah dilakukan ditemukan bahwa:



Berdasarkan uraian diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar santriwati penghafal Al-Qur'an pondok pesantren salafiyah syafi'iyah Nurul Huda Malang memiliki tingkat sedang atau cukup pada dukungan sosialnya.



Berdasarkan uraian diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar santriwati penghafal Al-Qur'an pondok pesantren salafiyah syafi'iyah Nurul Huda Malang memiliki tingkat sedang atau cukup dalam *self regulation*nya.



### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		dukungan sosial	self regulation
N		41	41
Normal Parameters <sup>a</sup>	Mean	85.90	130.68
	Std. Deviation	10.114	15.438
Most Extreme Differences	Absolute	.108	.113
	Positive	.090	.057
	Negative	-.108	-.113
Kolmogorov-Smirnov Z		.688	.724
Asymp. Sig. (2-tailed)		.730	.671
a. Test distribution is Normal.			

Berdasarkan tabel tersebut, diketahui hasil dari uji normalitas yang didapatkan menunjukkan bahwa nilai sig. untuk skala dukungan sosial sebesar 0,730. Angka tersebut menunjukkan bahwa nilai sig. lebih besar dari  $0,730 > 0,05$ . Artinya data skala dukungan sosial tersebut berdistribusi normal. Dengan demikian, data tersebut dapat mewakili populasi.

Kemudian untuk hasil uji normalitas skala *self regulation* diperoleh nilai sig. sebesar 0,671 yang menunjukkan bahwa nilai sig. lebih besar dari 0,05 atau  $0,671 > 0,05$ . Dengan adanya hasil tersebut, data skala *self regulation* berdistribusi normal dan dapat mewakili populasi. Berdasarkan analisis uji normalitas terbukti bahwa kedua skala tersebut berdistribusi normal, oleh karenanya dapat dilanjutkan pada analisis korelasi *pearson product moment*.

### Correlations

		dukungan sosial	self regulation
dukungan sosial	Pearson Correlation	1	.253
	Sig. (2-tailed)		.110
	N	41	41
self regulation	Pearson Correlation	.253	1
	Sig. (2-tailed)	.110	
	N	41	41

Hasil uji hipotesa menunjukkan tidak adanya korelasi antara dukungan sosial dengan *self regulation* yang dibuktikan dengan diperoleh koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar 0,253 dan nilai signifikansi 0,110 ( $p > 0,005$ ). Berdasarkan hasil koefisien korelasi dan taraf signifikansi menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut memiliki hubungan koefisien korelasi yang lemah dan tidak memiliki nilai signifikansi. Ini sama halnya dengan tidak terdapat korelasi antara variabel dukungan sosial dengan *self regulation*.

### Diskusi

Dari hasil penelitian tersebut dapat disampaikan bahwa sebagian besar santriwati penghafal Al-Qur'an pondok pesantren salafiyah syafi'iyah Nurul Huda memiliki tingkat dukungan sosial yang sedang. Menurut Sarafino, dukungan sosial lebih menonjol kepada memberikan kenyamanan, kepedulian, penghargaan, perhatian, dan segala bentuk bantuan yang diterima dari orang lain (Purba,2007:83). Dalam hal ini, dukungan sosial memiliki makna mengenai sebuah rasa nyaman baik fisik maupun psikologis, diperhatikan, dihargai, dibantu, dianggap keberadaannya oleh orang lain/kelompok ketika mengalami suatu kesulitan.

Dari paparan data yang telah disebutkan, dapat diambil kesimpulan bahwa sebagian besar santriwati penghafal Al-Qur'an pondok pesantren salafiyah syafi'iyah Nurul Huda Malang memiliki tingkat presentase *self regulation* yang cukup. *Self regulation* lebih merujuk pada kemampuan pikiran, perasaan, dan tindakan yang terencana oleh diri dan terjadi secara berkesinambungan sesuai dengan upaya pencapaian tujuan (Chairani, 2010:14).

*Self regulation* dibutuhkan dalam diri individu, karena dengan adanya *self regulation* akan membuat individu bisa lebih mengatur diri mereka dalam usaha untuk mencapai tujuannya. Hasil analisis pada penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa sebagian besar subjek memiliki tingkat dukungan sosial yang sedang. Begitu juga dengan *self regulation*, sebagian besar subjek memiliki tingkat yang sedang. Tingkat dukungan sosial tidak dapat mempengaruhi *self regulation* dalam diri santriwati dalam menghafal Al-Qur'an di pondok pesantren Nurul Huda Mergosono karena nilai dalam diri mereka sendiri. Adakalanya santriwati memiliki dukungan sosial yang tinggi namun memiliki *self regulation* yang rendah, hal ini terjadi karena adanya dukungan sosial dari orang-orang terdekatnya sehingga akan membuat mereka merasa sangat diperhatikan dan dihargai namun dari diri mereka sendiri tidak memiliki pengaturan diri yang baik, sehingga tidak dapat mengatur diri dalam aktivitasnya. Adapula santriwati yang memiliki dukungan sosial yang rendah namun memiliki *self regulation* yang tinggi dalam dirinya, hal ini mungkin terjadi karena santriwati sudah memiliki pengaturan diri yang baik dalam dirinya sehingga mendapat dukungan sosial maupun tidak, tidak memberikan efek untuk dirinya.

### Kesimpulan

Tingkat dukungan sosial pada diri santriwati penghafal Al-Qur'an pondok pesantren salafiyah syafi'iyah Nurul Huda menunjukkan bahwa sebagian besar berada pada kategori sedang 80%. Tingkat penerimaan dukungan sosial sedang menunjukkan bahwa sebagian besar para santriwati telah memiliki dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan kelompok, dukungan informatif, dan dukungan instrumental yang baik dengan sekitarnya. Tingkat *self*

*regulation* pada santriwati penghafal Al-Qur'an pondok pesantren salafiyah syafi'iyah Nurul Huda menunjukkan bahwa sebagian besar berada pada kategori sedang 75%. Tingkat *self regulation* sedang menunjukkan bahwa sebagian besar para santriwati telah memiliki metakognitif, motivasi, dan perilaku yang baik. Tidak terdapat korelasi dan signifikansi antara dukungan sosial dan *self regulation* yang ditunjukkan oleh hasil analisis *pearson correlation* sebesar 0,253 dengan nilai signifikansi 0,110 ( $p > 0,005$ ). Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis no ( $H_0$ ) diterima dan  $H_a$  ditolak. Jadi, tidak terdapatnya hubungan dukungan sosial dengan *self regulation* mungkin saja terjadi karena nilai dukungan sosial dengan *self regulation* yang tidak signifikan. Terdapat variabel lain yang turut mempengaruhi kondisi subjek. Terdapat kesenjangan antara teori dan kondisi lapangan, hal ini mungkin terjadi karena kondisi subjek dan lingkungan berbeda dengan teori yang dibawakan. Sehingga akan memunculkan hasil yang berbeda juga.

#### Saran

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh sebagian besar santriwati penghafal Al-Qur'an memiliki tingkat dukungan sosial dan *self regulation* yang sedang. Sehingga diharapkan para pengasuh, teman, maupun keluarga turut membantu memberikan dukungan sosial bagi mereka serta membantu mereka dalam mengelola diri mereka dengan baik. Bagi peneliti selanjutnya agar dapat lebih membaca situasi yang terjadi lebih lanjut, atau ditemukan variabel lain yang mempengaruhi dan memiliki hubungan antara dua variabel tersebut.

#### Daftar pustaka

- Adicondro, N & Purnamasari. (2011). Efikasi Diri, Dukungan Sosial Keluarga dan Self Regulated Learning Pada Siswa Kelas VIII. *Jurnal Humaniora*. Volume 8, nomor 1.
- Chairani, Lisyana dan Subandi. 2010. *Psikologi Santri Penghafal Al-Qur'an: Peranan Regulasi Diri*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Marza, Suci. (2017). Regulasi Diri Remaja Penghafal al-Qur'an di Pondok Pesantren al-Qur'an Jami'atul Qurro' Sumatera Selatan. *Jurnal Psikologi*. Volume 6, nomor 11.

Purba, Johana. (2007). Pengaruh dukungan sosial terhadap burn out pada guru. *Jurnal Psikologi*. Volume 5, nomor 1.

Rachmah, Dewi. (2015). Regulasi Diri Dalam Belajar Pada Mahasiswa Yang Memiliki Peran Banyak. *Jurnal Psikologi*. Volume 42, nomor 1.





KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG  
**FAKULTAS PSIKOLOGI**

Jalan. Gajayana 50 Telepon / Faksimile +62341 - 558916 Malang 65144  
Website : [www.uin-malang.ac.id](http://www.uin-malang.ac.id) / <http://psikologi.uin-malang.ac.id>

Nomor : 280/FPsi.1/PP.009/03/2018  
Hal : IZIN PENELITIAN SKRIPSI

26 Maret 2018

Kepada Yth : **Pengasuh Pondok Pesantren Nurul Huda**  
Di  
**Malang**

Dengan hormat

Dalam rangka pengembangan keilmuan bagi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, maka dengan ini kami mohon kepada Bpk/Ibu untuk memberikan kesempatan melakukan penelitian skripsi kepada :

Nama/NIM : Firda Rizqi (14410136)  
Tempat Penelitian : Pondok Pesantren Nurul Huda Malang  
Judul : Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan *Self Regulation* Pada Santriwati Penghafal Al Qur'an Pondok Pesantren Nurul Huda  
Dosen Pembimbing : 1. Dr. H. A. Khudori Saleh, M.Ag  
2. Tristiadi Ardi Ardani, M.Si

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Wakil Dekan,  
Wakil Dekan Bidang Akademik

*[Signature]*  
Muhammad

Tembusan :  
1. Dekan  
2. Para Wakil Dekan  
3. Arsip