



MIMBAR

Jurnal Media Intelektual Muslim dan Bimbingan Rohani

Volume 9, No. 2, 2023

ISSN (print) : 2442-3217 / ISSN (online) : 2716-3806

Email : mimbarjurnal@gmail.com

Homepage : <http://journal.iainsinjai.ac.id/indeks.php/mimbar>

Konseling untuk Meningkatkan Efikasi diri Siswa SMA Muhammadiyah Sewon dalam Menghafalkan Al-Qur'an

Estuningrum¹, Nurjannah²

¹ Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta,

² Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Korespondensi Penulis. E-mail: 22200011029@student.uin-suka.ac.id
nurjannah@uin-suka.ac.id

Abstract

This research is motivated by the phenomenon of the proliferation of tahfidz programs in various schools, especially madrasas where the students there come from various different cultures. Cultural diversity not only shows cultural richness, differences in students' growth and development environments trigger the emergence of prejudices which lead to delays in the learning process, less than optimal achievement and even mental stress experienced by students. This research uses a quantitative approach and descriptive development methods (research and development) which are directed as a process used to develop and validate educational products (Borg and Gall, 1989). The product of this research is a personal social guidance and counseling program to improve students' ability to adapt. This research was conducted at Muhammadiyah Sewon Bantul High School which implements a tiered Tahfidz curriculum. The population of this research is class II students. The research results showed that the personal social guidance and counseling program was significantly able to improve students' ability to adapt to the Tahfidz curriculum. This means that the program prepared has been able to increase understanding and awareness and maximize the potential of students.

Keywords: Adjustment, Cultural Diversity, Personal Social Guidance and Counseling

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena menjamurnya program tahfidz di berbagai sekolah, khususnya madrasah yang mana para siswa di sana berasal dari berbagai macam budaya yang berbeda. Keragaman budaya tidak hanya menunjukkan kekayaan budaya, perbedaan lingkungan tumbuh kembang siswa memicu munculnya prasangka-prasangka yang menjurus pada terhambatnya proses belajar, pencapaian yang kurang maksimal bahkan tekanan mental yang dialami siswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan metode dekriptif pengembangan (*research and development*) yang diarahkan sebagai *a proces used to develop and validate educationnal product* (Borg dan Gall, 1989). Produk penelitian ini adalah program bimbingan dan konseling pribadi sosial untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri siswa. Penelitian ini dilakukan di SMA Muhammadiyah Sewon Bantul yang memberlakukan kurikulum Tahfidz berjenjang. Populasi penelitian ini adalah siswa kelas II. Hasil penelitian menunjukkan bahwa program bimbingan dan konseling pribadi sosial secara signifikan mampu meningkatkan kemampuan penyesuaian diri siswa terhadap kurikulum Tahfidz. Artinya, program yang disusun telah mampu meningkatkan pemahaman dan kesadaran serta memaksimalkan potensi yang dimiliki oleh siswa.

Kata Kunci: Penyesuaian diri, Keragaman Budaya, Bimbingan dan Konseling Pribadi Sosial

1. Pendahuluan

Terdapat beberapa sistem yang tidak boleh dikesampingkan dalam sebuah proses pendidikan, diantaranya: peserta didik, pendidik, lingkungan, kurikulum peserta didik serta sarana dan prasarana agar dapat mencapai peserta didik yang berkualitas. (Adicondro & Purnamasari, 2011) Untuk mencapai proses belajar yang optimal, seorang siswa seyogyanya memiliki *self regulated learning*. (Adicondro & Purnamasari, 2011) Menurut Zimmerman, setidaknya ada tiga komponen dalam *self regulated learning*, yaitu: metakognisi, motivasi, dan perilaku. Metakognisi ialah kemampuan seseorang dalam merencanakan, mengatur atau mengorganisasi, mengawasi dan melakukan perbaikan selama proses belajar. Sedangkan motivasi adalah perasaan kompetensi yang dimiliki oleh setiap orang yang merupakan kebutuhan dasar untuk mengontrol perasaan kompetensi yang dimiliki oleh setiap

orang. Perilaku adalah usaha seseorang untuk mengontrol diri, memilih dan mempergunakan lingkungan ataupun menciptakan lingkungan yang mendukung aktifitas pembelajaran. (John W. Santrock, 2008)

Zimmerman dalam teori sosial kognitif, ia menyatakan bahwa ada tiga aspek yang dapat memberikan pengaruh pada seseorang agar melakukan *self regulated learning*, yaitu: individu, perilaku, dan lingkungan. Faktor individu berupa pengetahuan, tujuan yang hendak di capai, kemampuan metakognitif dan efikasi diri. Faktor perilaku berupa *behavior self reaction*, *personal self reaction* serta *environment self reaction*. Sedangkan faktor lingkungan meliputi lingkungan fisik maupun lingkungan sosial, baik lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, lingkungan pergaulan dan lain sebagainya. Salah satu yang dapat mempengaruhi *self regulated learning* dalam faktor individu adalah efikasi diri dan faktor lingkungan, seperti dukungan sosial dari keluarga. (Zimmerman, 1990)

Bandura mengatakan, efikasi diri merupakan keyakinan seseorang akan kemampuannya dalam mengatur dan menyelesaikan tugas yang hendak dicapai. Efikasi diri merupakan keyakinan bahwa seseorang dapat menguasai situasi dan mendapatkan hasil positif. Bandura juga mengatakan bahwa efikasi diri sangat berpengaruh terhadap perilaku. Contohnya seorang siswa yang memiliki efikasi diri rendah boleh jadi tidak akan berusaha belajar untuk mengerjakan ujian karena ia tidak percaya bahwa dengan belajar dapat membantunya mengerjakan soal. (John W. Santrock, 2008; Nur Ghufroon & Rini S Risnawati, 2016). Ada beberapa faktor dari efikasi diri, diantaranya: *magnitude*, *generality*, dan *strength*. *Magnitude*, berkaitan dengan tingkat kesulitan suatu tugas yang dilakukan. *Generality*, berkaitan dengan bidang tugas, seberapa luas individu mempunyai keyakinan dalam melaksanakan tugas-tugas. *Strength*, berkaitan dengan kuat lemahnya keyakinan seorang individu. Menurut Alwisol efikasi diri dapat didapat, dirubah, ditingkatkan atau diturunkan melalui empat hal berikut: pengalaman dalam menyelesaikan suatu tantangan (*performance accomplishment*), pengalaman ikarius (*Ilcarius experience*), persuasi sosial (*social persuasion*) dan pembangkitan emosi (*emotional/ physiological states*).

Pengalaman performansi adalah sebuah prestasi yang pernah dicapai pada masa yang telah lalu. Pengalaman Ilkarius diperoleh melalui model sosial. Persuasi sosial adalah rasa percaya kepada pemberi persuasi, dan sifat realistik dari apa yang dipersuasikan.(Alwisol, 2005)

Efikasi diri dapat memberikan dampak pada *self regulated learning*. Orang yang mempunyai efikasi diri yang tinggi akan mempunyai keyakinan terhadap kemampuannya dalam mengatur dan menyelesaikan suatu tugas, maka *self regulated learning* nya juga tentunya akan tinggi. Seseorang dengan *self regulated learning* yang tinggi akan dapat mengolah pengalaman belajarnya secara tepat sehingga mencapai pengalaman belajar yang maksimal. Begitupun sebaliknya, seseorang dengan efikasi diri yang rendah akan berpengaruh pada sikap seseorang dalam menyelesaikan tugasnya. Hal ini berkaitan dengan ketidakyakinan siswa dengan kemampuannya untuk menyelesaikan tugas.

Faktor lain yang menjadi pengaruh bagi *self regulated learning* adalah dukungan sosial. Faktor lingkungan merupakan salah satu dukungan sosial. Menurut Baron dan Byrne, dukungan sosial merupakan perasaan nyaman secara fisik dan psikologis yang diperoleh dari keluarga dan temannya. Dukungan sosial dapat dilihat dari seberapa sering kontak sosial yang terjalin antara seseorang dengan lingkungannya.(Baron R.A & Byrne D, 2003) Menurut House, ada empat faktor dukungan sosial, yaitu: dukungan emosional, penghargaan, instrumental, dan informatif. Jhonson berpendapat bahwa dukungan sosial berasal dari orang-orang dekat (*significant other*) bagi seseorang yang membutuhkan pertolongan seperti contoh guru dan teman-temannya. Selain itu menurutnya setidaknya ada empat manfaat dukungan sosial. Produktifitas pekerjaan akan meningkat, meningkatnya aspek psikologis yang berdampak pada rasa memiliki, identitas diri yang semakin jelas, mengurangi stres dan menambah rasa percaya diri.(Johnson & Johnson, 1991)

Tidak sedikit siswa yang memiliki keinginan untuk menghafalkan Al-Qur'an. Akan tetapi banyak siswa yang merasa kesulitan dalam menghafalkan Al-Qur'an, bahkan berhenti di tengah jalan sebelum mencapai target hafalannya. Ketika

seseorang menghafalkan Qur'an diperlukan kesungguhan dan ketelatenan di dalam dirinya. Di era globalisasi ini hambatan ketika menghafalkan Qur'an berasal dari banyak hal, salah satunya adalah pengaruh *gadget*. Ketergantungan pada *gadget* menjadikan banyak waktu yang tersita oleh *gadget* dan mengurangi waktu untuk menghafalkan Al-Qur'an.

Seorang siswa yang kinerjanya kurang maksimal boleh jadi karena kepercayaan diri yang masih rendah. Kepercayaan diri sangat diperlukan dalam menggapai tujuan yang hendak dicapai. Selain itu kepercayaan diri yang rendah juga menjadikan kemungkinan kegagalan lebih besar dibandingkan dengan seseorang yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi.(Yusuf & Nurihsan, 2012) Seseorang yang mempunyai efikasi diri yang tinggi akan mampu menghadapi tantangan, dia cenderung mempunyai keyakinan yang penuh terhadap kemampuannya dan lekas bangkit jika menemui kegagalan.(Yusuf & Nurihsan, 2012) Selain itu seseorang dengan efikasi tinggi akan berusaha lebih maksimal dan memiliki keyakinan dalam karirnya dibandingkan dengan seseorang dengan efikasi rendah.(Hamzah dkk., 2014)

Oleh karena itu agar target hafalan Al-Qur'an bagi siswa SMA Muhammadiyah Sewon dapat tercapai maka dibutuhkan bimbingan bagi para siswa dalam meningkatkan efikasi diri. Dalam hal ini, berkaitan dengan bimbingan dan konseling bertujuan untuk memberikan motivasi serta dorongan kepada para siswa agar dapat meningkatkan potensi yang dimiliki sebagai makhluk yang beragama, berakhlak sehari-hari sesuai dengan ajaran agama dan menghadapi masalah sesuai dengan tuntunan agama. SMA Muhammadiyah Sewon adalah salah satu madrasah setara Sekolah Dasar yang memberlakukan kurikulum tahfidz berjenjang bagi para siswanya. Proses bimbingan dan konseling yang dilakukan di SMA Muhammadiyah Sewon dalam memberikan bimbingan bagi para siswanya dalam meningkatkan efikasi diri dalam mencapai target hafalan Qur'an nya. Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di SMA Muhammadiyah Sewondengan judul Konseling dalam Meningkatkan efikasi diri siswa dalam menghafalkan Al-Qur'an di SMA Muhammadiyah Sewon.

2. Metode

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa-siswa kelas II SMA Muhammadiyah Sewon. Teknik sampling dengan menggunakan *cluster random sampling* dan terpilih 15 siswa dari seluruh jumlah siswa yaitu 110 siswa sebagai sampel penelitian. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala efikasi diri, skala dukungan sosial keluarga serta skala *self regulated learning*. Skala *self regulated learning* terdiri 27 item dan disusun berdasarkan teori yang disampaikan oleh Zimmerman tentang aspek-aspek *Self Regulated Learning* yang terdiri dari metakognisi, motivasi, dan perilaku.(Zimmerman, 1990) Skala efikasi diri berjumlah 33 item dan disusun berdasarkan teori tentang dimensi-dimensi efikasi diri yang disampaikan oleh Bandura yaitu *magnitude*, *generality*, dan *strength*.(Bandura A, 1997) Item yang digunakan dalam skala efikasi diri. Skala dukungan sosial keluarga berjumlah 36 item dan disusun menggunakan teori yang di sampaikan oleh House yang berupa dari aspek informasi dan instrumen, dukungan emosi, dan penghargaan.(Smet B, 1994)

3. Hasil dan Pembahasan

Konselor atau pembimbing adalah orang yang memiliki keahlian dalam kegiatan konseling yang dapat membantu klien dalam proses konseling. Konselor yang berkedudukan menjadi konsultan, penasehat dan guru pendamping sekaligus bagi klien sampai klien menemukan jalan keluar bagi masalah yang dihadapi. Konselor di SMA Muhammadiyah Sewon adalah Bapak Wagimin selaku Kepala Sekolah di SMA Muhammadiyah Sewon.

“sepanjang pengetahuan saya, konseling itu ada dua: yaitu konseling individu dan konseling kelompok. Tergantung nanti, jika ada anak yang bermasalah/menemukan kendala maka anak tersebut akan dipanggil secara pribadi. Untuk kegiatan konseling kelompok biasanya saya barengkan dengan pada saat apel pagi yang sudah terjadwal setiap hari selain ahad sebelum anak-anak masuk ke kelas untuk mengikuti kegiatan belajar. Kalau kegiatan konseling Islam di SMA Muhammadiyah Sewon mengutamakan adanya dzikir bersama dalam rangka mendekatkan diri kepada Allah swt. Jadi pada saat apel pagi setelah berdoa sebelum belajar kita membaca shalawat seperti shalawat asyghilni, shalawat jibril,

baru setelah itu saya memberikan motivasi pada anak-anak dalam rangka konseling kelompok itu tadi”(Wagimin, komunikasi pribadi, Mei 2023)

Pelaksanaan konseling di SMA Muhammadiyah Sewon menerapkan konsep dasar konseling Islam yaitu perkembangan kerohanian individu dan berupaya memberikan wadah untuk meningkatkan kemampuan konseli dalam mengembangkan kesadaran beragama dalam menghadapi berbagai masalah. Jadi, konseli bisa mencapai kehidupan yang berarti, dalam hal ini keyakinan para siswa untuk dapat mencapai target hafalan Qur'an dan menjaga hafalannya adalah wujud dari peningkatan keshalehan individu.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan oleh peneliti di lapangan, pola konseling islam dalam meningkatkan efikasi diri siswa SMA Muhammadiyah Sewon adalah sebagai berikut:

1) Mengembangkan komitmen dengan keikhlasan hati

Pada awal pelaksanaan konseling biasanya di dahului dengan kontrak secara tertulis dari kedua belah pihak yang bersangkutan dalam pelaksanaan konseling, seperti tanggung jawab dan peran dari konseli, pengadaan kontrak ini bertujuan agar proses konseling dapat berjalan dengan baik, terdapat komitmen, partisipasi yang aktif dari konseli dalam mencapai tujuan. Bagi siswa yang mendaftar sebagai siswa di SMA Muhammadiyah Sewon harus menandatangani perjanjian bermaterai bahwa akan bersedia mengikuti peraturan yang berlaku di SMA Muhammadiyah Sewon, termasuk di berlakukannya program tahfidz berjenjang termasuk kegiatan konseling di SMA Muhammadiyah Sewon.

2). Intervensi Ritual Ibadah

Pada kegiatan konseling di SMA Muhammadiyah Sewon selalu melibatkan antara konseling dengan peribadatan sebagai seorang muslim. Ada beberapa peribadatan yang diberlakukan seperti halnya shalat berjamaah dzuhur dan shalat dhuha berjamaah, dan mujahadah.

“ada beberapa kegiatan konseling yang saya rasa dapat memberikan dampak ketenangan pada saat kalut dalam menghadapi masalah. Seperti shalat, dan mujahadah. Dzikir dan mujahadah tidak hanya dilakukan setelah shalat fardlu saja akan tetapi terdapat waktu khusus, yaitu setiap sabtu pon diadakan mujahadah bagi siswa dan wali siswa.”(Wagimin, komunikasi pribadi, Mei 2023)

Doa sebagai wadah kita sebagai manusia untuk berkomunikasi dengan Tuhan. Para siswa SMA Muhammadiyah Sewondibimbing sejak dini untuk membiasakan diri berdoa pada saat memiliki masalah maupun tidak. Selain itu mujahadah yang dilakukan setiap selapan sekali yaitu pada hari Sabtu Pon dilaksanakan untuk memperkuat mental dan ruhani para siswa. Pada saat proses hafalan Qur’an tentu saja akan menemukan banyak rintangan dan halangan. Oleh karenanya kekuatan ruhani sangat memegang peran penting dalam pencapaian target hafalan ini karena dengan berdoa, seorang hamba dalam hal ini siswa selalu berusaha untuk mendekatkan diri kepada Allah.

3). Intervensi Ilmu Keagamaan

Pembelajaran keagamaan di SMA Muhammadiyah Sewon adalah dengan memberikan nilai-nilai agama pada setiap mata pelajaran yang diberikan. Mata Pelajaran agama di SMA Muhammadiyah Sewon meliputi: Aqidah Akhlak, Qur’an Hadist, Fiqih, Bahasa Arab dan Sejarah Kebudayaan Islam. Pada saat pembelajaran agama tersebut tentunya terdapat banyak ayat-ayat Al-Qur’an, pada saat yang sama para guru memberikan motivasi pada siswa untuk menghafalkan Al-Qur’an.

Kontribusi Efikasi Diri Siswa dalam Menyelesaikan Program Tahfidz Al-Qur’an di SMA Muhammadiyah Sewon

Setelah para siswa melakukan koonseling di SMA Muhammadiyah Sewon, terdapat beberapa perubahan efikasi diri yang dirasakan oleh para siswa

sehingga para siswa yang sedang melakukan program tahfidz berusaha menyelesaikan hafalan sesuai dengan target. Adapun kontribusi efikasi diri siswa dalam menghafalkan Al-Qur'an selama mengikuti proses konseling adalah:

a. Keyakinan diri dalam menghafal dan muroja'ah

“Setelah diberikan nasihat dan motivasi oleh ibu Uky dan ibu Funi saya merasa lebih bersemangat dalam menghafalkan Al-Qur'an dan mentarget hafalan saya setiap harinya.”(Akhmad Yusuf, komunikasi pribadi, Mei 2023)

Pada saat proses konseling yaitu pada saat efikasi diri, siswa akan merasa terdapat perubahan, para siswa merasa lebih percaya diri dengan kemampuannya. Hal ini tercermin dengan perilaku para siswa yang semakin semangat menghafalkan Qur'an dan istiqamah menjaga hafalan yang sudah di hafal sebelumnya.

b. Memotivasi diri dalam menghafalkan Al-Qur'an

“saya ingat orangtua saya dan juga mimpi saya untuk bisa masuk sekolah favorit sesuai dengan mimpi saya dan juga bisa tetap menghafalkan Qur'an maka saya menjadi semangat untuk menghafalkan Al-Qur'an” (Alsa Nur Azizah, komunikasi pribadi, Mei 2023)

Para siswa SMA Muhammadiyah Sewon memotivasi diri untuk berusaha lebih keras dalam menghafalkan Al-Qur'an. Mereka termotivasi untuk lebih giat menghafalkan Al-Qur'an dengan harapan dapat mencapai target yang diberikan oleh SMA Muhammadiyah Sewon. Selain itu mereka juga memiliki motivasi tersendiri yaitu mereka berharap dapat membanggakan kedua orang tua mereka dan juga menggapai mimpi mereka untuk dapat menyelesaikan hafalannya.

c. Bertahan dengan permasalahan yang menjadi kendala dalam menghafalkan Al-Qur'an

Sebagai seorang siswa yang sebentar lagi menghadapi ujian nasional harus memahami semua mata pelajaran khususnya yang di ujikan pada Ujian

Nasional. Akan tetapi di saat yang sama mereka harus menyelesaikan target hafalan Al-Qur'an. Para siswa tetap semangat agar semua target baik pelajaran umum dan agama tetap bisa mereka kuasai, dan target hafalan Qur'an pun dapat selesai.

“Sebenarnya saya agak kesulitan membagi waktu antara belajar mata pelajaran UN dan juga menyelesaikan target hafalan. Meski begitu saya berharap dapat menyelesaikan target hafalan Qur'an saat kelulusan nanti.”(Irqhas Tegar Wijaya, komunikasi pribadi, Mei 2023)

Deskripsi Kendala dalam Pelaksanaan Konseling Islam dalam Meningkatkan Efikasi Diri Tahfidz Qur'an di SMA Muhammadiyah Sewon

Ketika menghafal Al-Qur'an banyak kendala-kendala yang ditemui oleh para siswa baik kendala dari faktor internal maupun eksternal. Adapun kendala tersebut adalah:

a. Faktor Internal

1). Malas

Permasalahan atau kendala yang dihadapi para siswa yang berasal dari diri sendiri yaitu sikap malas. Rasa malas adalah keadaan dimana seseorang merasa enggan untuk melakukan sesuatu yang seharusnya ia lakukan. Rasa malas ini banyak faktornya, ada yang disebabkan karena bosan, suasana hati sedang tidak baik, dan juga rasa semangat yang seringkali naik turun.

“kadang saya merasa malas sekali mau menghafal. Kalau lihat tulisan di Qur'an tiba-tiba merasa mengantuk sekali, begitu Qur'an nya saya tutup tiba-tiba ngantuknya hilang.”(Ratna Agung Ramadhan, komunikasi pribadi, Mei 2023)

“Saya sudah sibuk, pulang sekolah langsung main sampai sore, pulang mandi, dan tau-tau malam cape dan langsung tidur.”(Satria Angga Putra, komunikasi pribadi, Mei 2023)

2). Motivasi Diri

Ketika menghafalkan Al-Qur'an dibutuhkan motivasi diri, motivasi diri ini berfungsi untuk memacu semangat seorang penghafal Al-Qur'an.

Akan tetapi banyak siswa SMA Muhammadiyah Sewonyang belum terbiasa memotivasi dirinya sendiri. Hal ini tentunya menjadi kendala tersendiri bagi para siswa dalam menghafalkan Al-Qur'an.

“saya seringkali merasa malas menghafalkan Al-Qur'an, saya ini cita-citanya mau kerja bengkel, jadi ngapain ngapalin Qur'an.”(Irqhas Tegar Wijaya, komunikasi pribadi, Mei 2023)

Hal ini di dukung dengan pendapat dari wali kelas II SMA Muhammadiyah Sewon, yaitu Ibu Fitri Nur Chayati yang mengatakan bahwa kurangnya motivasi dari para siswa menjadi kendala tersendiri yang menghambat proses hafalan Al-Qur'an. Ada beberapa siswa yang menghafalkan Al-Qur'an karena sekedar mengikuti program sekolah, bukan karena kemauan diri sendiri.

“ada beberapa siswa yang menghafalkan Al-Qur'an karena sekedar mengikuti program sekolah dan agar dapat nilai. Tidak adanya kesadaran dari diri sendiri tentu saja hal ini menjadi kendala dalam pencapaian hafalan Al-Qur'an.”(Fitri Nur Chayati, komunikasi pribadi, Mei 2023)

Berdasarkan wawancara yang dilaksanakan oleh peneliti, ada beberapa faktor yang menjjadi kendala dalam proses penghafalan Al-Qur'an diantaranya: rasa malas, minimnya motivasi diri untuk menghafalkan Al-Qur'an sehingga semangat untuk menghafalkan Al-Qur'an tidak ada dalam hati.

b. Faktor Eksternal

1). Waktu

Waktu adalah kendala terbesar yang dihadapi oleh para siswa SMA Muhammadiyah Sewon. Para siswa mengaku kesulitan dalam membagi waktu antara belajar, menghafalkan Qur'an dan juga bermain. Menurut pembimbing dan guru mata pelajaran Tahfidz, sebenarnya tidak ada siswa yang kemampuannya di bawah rata-rata sehingga kesulitan menghafalkan Al-Qur'an. Semua siswa di SMA Muhammadiyah Sewon adalah siswa yang cerdas dan mudah menghafal. Akan tetapi yang menjadi kendala

perolehan hafalan para siswa adalah mereka kurang memanfaatkan waktu secara efektif dan tepat. Mereka menghabiskan waktu untuk bermain sehingga kehilangan waktu untuk menghafalkan Al-Qur'an.

“Mereka sebenarnya siswa yang cerdas, terbukti jika saya paksa mereka untuk menghafalkan di kelas, saya memberikan waktu beberapa menit saja mereka sudah berhasil hafal dan setoran hafalan. Andai saja mereka mau menghafalkan di rumah pasti perolehan hafalan mereka lebih banyak dan lebih maksimal dibanding mereka menghafalkan di kelas saja setiap diminta setoran baru menghafal.”(Uky Nur Latifah, komunikasi pribadi, Mei 2023)

2.) Lingkungan dan Teman

Lingkungan dan teman adalah faktor yang menjadi kendala yang dirasakan oleh para siswa dalam menghafalkan Al-Qur'an. Lingkungan memegang peran yang sangat penting dalam proses hafalan Al-Qur'an, seorang siswa yang tumbuh di lingkungan dimana di sekelilingnya banyak yang mengaji Al-Qur'an tentunya lebih mudah menghafalkan Al-Qur'an. Berbeda dengan siswa yang tumbuh di lingkungan yang belum terbiasa mengaji, bahkan acuh tak acuh apabila anaknya mengaji atau tidak. Hal ini tentu berpengaruh pada motivasi anak dalam menghafalkan Al-Qur'an.

“Saya di rumah sama bapak saya yang kerja serabutan, ibu saya bekerja jadi TKW. Saya mengurus ketiga adik saya yang masih kecil. Saya setiap hari mengerjakan pekerjaan rumah tangga, masak, mencuci baju, mencuci piring, nyapu dan memandikan adik-adik saya. Saya kehabisan waktu untuk mengerjakan PR apalagi menghafalkan Qur'an.”(Shaqila Bina Naula, komunikasi pribadi, Mei 2023)

3.) Kurangnya Muroja'ah

Muroja'ah adalah sebuah metode dalam menghafalkan Al-Qur'an dengan cara mengulang hafalan yang sudah pernah dihafal. Akan tetapi karena lebih semangat untuk menambah hafalan dibandingkan dengan murojaah hafalan yang diperoleh sebelumnya.

“Saya lebih suka membuat hafalan baru daripada menghafalkan yang kemarin. Lebih mudah membuat hafalan baru, kalau

murojaah itu sulit karena dulu pernah hafal jadi kalau ada yang lupa malah jadi mbulet.”

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti, dapat ditarik kesimpulan bahwa ada beberapa faktor yang menjadi kendala para siswa SMA Muhammadiyah Sewondalam menghafalkan Al-Qur'an, antara lain: sulitnya membagi waktu antara kegiatan menghafalkan Al-Qur'an, belajar untuk mempersiapkan menghadapi Ujian Nasional, dan juga bermain, pengaruh lingkungan dan juga teman, kurangnya muroja'ah, malas untuk menghafalkan Al-Qur'an, kurangnya motivasi diri.

Efikasi diri akan menurun ketika timbul rasa malas dalam diri. Selain itu ketika siswa merasa sulit menghafalkan Al-Qur'an maka rasa efikasi diri akan menurun, hal ini disebabkan ketidak yakinan diri bahwa ia dapat menyelesaikan target hafalannya. Jika efikasi diri dapat dikendalikan dengan baik, maka siswa dapat meyakinkan dirinya ketika sedang muroja'ah, dapat memootivasi dirinya sendiri dan tentu bisa bertahan dalam kondisi saat ia susah menghafal. Jika sudah begitu maka ia akan dapat menyelesaikan target hafalannya.

Analisis *Self Regulated Learning* dan Efikasi diri Pada Siswa SMA Muhammadiyah Sewon

Data penelitian terkait *self regulated learning*, data efikasi diri dan data dukungan sosial keluarga. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini 15 subjek siswa kelas II SMA Muhammadiyah Sewon. Berdasarkan hasil kategorisasi variabel *self regulated learning*, data yang diperoleh informasi bahwa dari 15 subjek penelitian terdapat 5 (33,33%) subjek penelitian yang berada pada kategori rendah, 5 (33,33%) subjek penelitian berada pada kategori sedang dan 5 (33,33%) subjek penelitian berada pada kategori tinggi. Berdasarkan hasil kategorisasi skor variabel efikasi diri, diperoleh informasi bahwa dari 15 subjek penelitian terdapat 5 (33,33%) subjek penelitian yang berada pada titik rendah, 6 (40%) subjek penelitian yang

berada pada kategori sedang dan 4 (26,66%) subjek penelitian berada pada kategori tinggi. Berdasarkan hasil informasi yang diperoleh, kategorisasi skor variabel dukungan sosial keluarga, terdapat informasi bahwa dari 15 siswa terdapat 2 (13,33%) subjek penelitian yang berada dalam kategori rendah, 3 (20%) subjek penelitian berada dalam kategori sedang dan 10 (66,66%) subjek penelitian dalam kategori tinggi.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa koefisien korelasi ganda antara efikasi diri dan dukungan sosial keluarga dengan *self regulated learning* adalah $R = 0,837$ dengan taraf signifikansi $0,000$ ($p < 0,01$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa efikasi diri serta dukungan sosial keluarga memegang peran yang sangat penting dengan *self regulated learning*. Berdasarkan hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa terdapat setidaknya dua hal yang menjadi faktor internal (dalam diri siswa) yang menentukan atau membawa pengaruh *self regulated learning*, yaitu efikasi diri dan juga dukungan sosial keluarga.

Efikasi diri merupakan proses kognitif yang dapat mempengaruhi motivasi seseorang untuk berperilaku. Sejauh apa seorang individu dapat memenuhi motif yang mengarah pada tindakan yang diharapkan dengan situasi yang sedang terjadi. Keyakinan terhadap kemampuan, berupa kepercayaan diri, kemampuan dalam menyesuaikan diri, kemampuan kognitif, kecerdasan, serta motivasi untuk bertindak. Efikasi diri akan berkembang sejalan dengan peningkatan kemampuan dan pengalaman-pengalaman yang semakin bertambah. (Bandura, A, 1997) Efikasi diri sangat mempengaruhi seberapa besar keyakinan akan kemampuan yang dimiliki oleh setiap individu untuk melakukan proses belajar sehingga dapat mencapai hasil belajar yang optimal. Seseorang yang mempunyai efikasi diri yang tinggi dapat mengatur waktunya belajar baik. Dalam dirinya terdapat keyakinan bahwa ia dapat menyelesaikan tugas yang sedang dikerjakan. Hal ini akan mendorongnya untuk membuat rencana terkait aktifitas belajarnya, memonitornya, dan menciptakan lingkungan yang sedemikian rupa agar tercipta lingkungan yang nyaman untuk belajar. Dengan demikian seseorang dengan efikasi diri yang rendah akan menemukan

hambatan selama proses belajar meskipun ia mempunyai potensi yang besar. Efikasi diri yang tinggi dapat mendorong munculnya *self regulated learning* yang tinggi. (Adicondro & Purnamasari, 2011)

Faktor internal lain yang dapat memberikan pengaruh pada *self regulated learning* adalah dukungan sosial keluarga yang mana orangtua adalah orang paling dekat dengan individu, oleh karenanya tidak heran jika ia memegang peran yang tidak boleh di kesampingkan. Seseorang yang memiliki hubungan dekat dengan keluarga akan tetap merasa aman dan menemukan solusi ketika menemukan kendala dalam belajarnya.

Apabila efikasi diri dan dukungan sosial keluarga telah terpenuhi oleh individu, maka keduanya secara bersama-sama akan dapat meningkatkan *self regulated learning* seseorang. Hal ini disebabkan motivasi seseorang dalam membuat rencana dan memantau kegiatan belajarnya muncul dari motivasi yang sifatnya internal dan eksternal.

Hasil analisis (*product moment*) antara variabel efikasi diri dengan *self regulated learning* menunjukkan koefisien korelasi antara efikasi diri dan *self regulated learning* adalah $r=0,36$ dengan taraf signifikansi $0,000$ ($p<0,01$) yang berarti semakin tinggi efikasi diri maka *self regulated learning* pun semakin tinggi. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah efikasi diri maka *self regulated learning* nya pun rendah.

Adapun hasil analisis dukungan sosial keluarga dengan *self regulated learning* menunjukkan bahwa koefisien korelasi antara *self regulated learning* dengan dukungan sosial keluarga adalah $r=0,41$ dengan taraf signifikansi $p=0,002$ ($p<0,01$) yang berarti semakin tinggi dukungan sosial keluarga maka *self regulated learning* semakin tinggi, dan semakin rendah dukungan sosial keluarga maka *self regulated learning* semakin rendah.

Hurlock mengemukakan bahwa dukungan dari keluarga yang dapat berupa penerimaan, perhatian, dan rasa percaya tersebut dapat meningkatkan kebahagiaan dalam diri seseorang. Kebahagiaan yang didapatkan oleh seseorang menyebabkannya

termotivasi untuk berusaha mencapai tujuannya. Ia juga mempunyai rasa percaya diri dalam menyelesaikan tugasnya. Jadi, dukungan sosial dari keluarga memegang peran penting serta dapat membantu seseorang dalam menyelesaikan tugasnya. Apabila dukungan sosial dari keluarga yang diterima rendah, maka hal ini menyebabkan terhambatnya kemampuan individu dalam mencapai proses belajar yang optimal. (Hurlock, E.B, 1991)

Kategorisasi subjek menunjukkan bahwa sejumlah 5 subjek penelitian atau 33,33% dari 15 subjek penelitian mempunyai tingkat *self regulated learning* yang sedang. Hal ini menunjukkan bahwa subjek mempunyai kemampuan yang cukup untuk mengelola dirinya secara aktif agar memperoleh pengetahuan dalam proses belajarnya. Hal ini karena seseorang menggunakan kemampuannya untuk belajar walaupun belum maksimal. Hal ini dikarenakan pengetahuan seseorang yang semakin beragam, target yang hendak dicapai, menerapkan strategi belajar, dan dukungan sosial dari orang-orang terdekatnya.

Kategori efikasi diri menunjukkan bahwa sebanyak 6 subjek penelitian atau 40% dari 15 subjek penelitian mempunyai efikasi diri yang sedang. Hal ini memperlihatkan bahwa pada umumnya subjek cukup mempunyai keyakinan akan kemampuan dirinya dalam belajar untuk mencapai tujuan dan mengatasi hambatan. Seseorang yang mempunyai keyakinan dengan kemampuannya karena individu bekerja lebih keras dan tekun dalam mengerjakan tugas yang diberikan di tengah kesulitan. Ia lebih senang bekerja sendiri tanpa campur tangan orang lain. Selain itu, seseorang mengamati keberhasilan orang lain yang kemampuannya sama dengannya dan nasihat dari orang-orang terdekat dan semangat yang tinggi untuk mencapai prestasi belajar yang sudah di targetkan.

Kategorisasi dukungan sosial keluarga menunjukkan bahwa sebanyak 10 subjek penelitian atau 66,66% dari 15 subjek penelitian mempunyai hubungan keluarga yang sedang. Sedangkan ...subjek penelitian atau...% dari 15 subjek penelitian mempunyai hubungan sosial keluarga yang tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa pada umumnya subjek memperoleh dukungan sosial yang cenderung tinggi

dari keluarganya. Dukungan sosial yang cenderung tinggi dari keluarga bisa dikarenakan karena seseorang mendapatkan perhatian, kehangatan, kasih sayang, arahan dan bimbingan dari keluarga. Apabila yang bersangkutan mengalami kesulitan dalam belajar.

Efikasi diri dan dukungan sosial keluarga memegang peran penting terhadap *self regulated learning* atau koefisien determinan (r) sebesar $0,700$ artinya terdapat 70% pengaruh efikasi diri serta dukungan sosial keluarga terhadap *self regulated learning*. Hal ini berarti terdapat 30% variabel lain selain efikasi diri dan dukungan sosial keluarga yang mempengaruhi *self regulated learning* selain efikasi diri dan dukungan sosial keluarga.

4. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti tentang konseling islam dalam Meningkatkan Efikasi Diri Siswa SMA Muhammadiyah Sewon, peneliti mengambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Adapun pelaksanaan konseling dalam rangka meningkatkan efikasi diri siswa SMA Muhammadiyah Sewondengan komitmen ikhlas dan istiqamah dalam menghafal dan menjaga hafalan Qur'an nya. Dengan melakukan beberapa teknik konseling islam seperti berdo'a, dan memperdalam ilmu agama yang diterapkan di SMA Muhammadiyah Sewon kepada para siswanya sehingga para siswa mendapatkan kondisi kejiwaan dan dapat meyakini kemampuan dirinya sendiri.
2. Adapun kontribusi dari pelaksanaan konseling dalam efikasi diri pada siswa SMA Muhammadiyah Sewondibuktikan dengan keyakinan diri dalam menghafalkan dan muroja'ah Al-Qur'an, memotifasi diri pada usaha menghafalkan Al-Qur'an, bertahan dengan permasalahan yang dihadapi dalam menghafalkan Al-Qur'an.
3. Adapun kendala yang ditemui para siswa dalam menghafalkan Al-Qur'an meliputi dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Adapun kendala

yang berasal dari faktor internal adalah rasa malas, kurangnya motivasi diri. Sedangkan faktor eksternal berupa: waktu, lingkungan dan teman serta kurangnya muroja'ah.

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan juga bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan dukungan sosial keluarga dengan *self regulated learning*. Semakin tinggi efikasi diri maka *self regulated learning* nya semakin tinggi. Begitu pula sebaliknya semakin rendah efikasi diri, maka semakin rendah pula *self regulated learning*nya. Begitu pula terdapat hubungan antara dukungan sosial keluarga dan *self regulated learning* seseorang. Semakin tinggi dukungan sosial keluarga maka semakin tinggi pula *self regulated learning*. Semakin rendah dukungan sosial keluarga maka semakin rendah *self regulated learning*.

Daftar Pustaka

- Adicondro, Nobelina dan Purnamasari, Alif “Efikasi Diri Dukungan Sosial Keluarga dan Self Regulated Learning Pada Siswa Kelas III” *Humanitas*, Vol. III No. 1 Januari 2011.
- Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, (Malang: UMM Press, 2005).
- Baron R.A & Byrne D, *Psikologi Sosial* Edisi Kesepuluh Jilid 2, (Jakarta: Erlangga, 2003).
- Bandura, A., *Self Efficacy: The Exercise of Control*, (New York: Freeman and Company, 1997).
- Ghufron, Nur & Rini S Risnawati, *Teori Teori Psikologi*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2016).
- Hidayah, Arfi Nurul & Asmadi Alsa, *Penggunaan Modul MMFE untuk Meningkatkan Efikasi Diri Bahasa Inggris Siswa SMP*. No (Jurnal Of Profesional Psychology, 2016)
- Johnson.D. W, Jhonson F, *Joining Together, Group Theory and Group Skill, Fourth Edition*, Englewood Cliffts, Prentice Hall Inc
- Rismawati H, Aldika, “Efektifitas Pelatihan Sefy untuk Meningkatkan Efikasi Diri dalam Pengambilan Keputusan Karir Siswa” No. 1. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 2014.
- Santrock, J.W, *Psikologi Pendidikan* Edisi Kedua, (Jakarta: Prenada Media Group, 2007).
- Smet, B. *Psikologi Kesehatan*, (Jakarta: PT Grasindo, 1994).
- Yusuf & Nurihsan J, *Teori Kepribadian* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2012).

Zimmerman, B.J, *Self Regulated Learning and Academic Achievement: An Overllew*, Educational Psychologist, Lawrence Erlbaum Associates, 1990.

Wawancara dengan Bapak Wagimin, Kepala Sekolah SMA Muhammadiyah Sewon pada hari Kamis tanggal 30 Mei 2023 pukul 13:00 WIB.

Wawancara dengan Akhmad Yusuf, siswa kelas II SMA Muhammadiyah Sewon, pada hari Kamis tanggal 30 Mei 2023 pukul 09:00 WIB.

Wawancara dengan Alsa Nur Azizah, siswa kelas II SMA Muhammadiyah Sewon, pada hari Rabu 29 Mei 2023 pukul 10:00 WIB

Wawancara dengan Irqhas Tegar Wijaya, siswa kelas II SMA Muhammadiyah Sewon pada hari Rabu 29 Mei 2023 pukul 09:00 WIB.

Wawancara dengan Ranta Agung Ramadhan, siswa kelas II SMA Muhammadiyah Sewon, Pada hari Rabu 29 Mei 2023 pukul 09:00 WIB.

Wawancara dengan Satria Angga Putra, siswa kelas II SMA Muhammadiyah Sewon, pada hari Rabu 29 Mei pukul 09:05 WIB.

Wawancara dengan Abidallah Mafaza Ziyadatul, siswa kelas II SMA Muhammadiyah Sewon, pada hari Rabu 29 Mei 2023, pukul 09:10 WIB.