

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pada jaman yang semakin berkembang, Indonesia semakin membutuhkan sumber daya manusia yang berkualitas untuk meneruskan pembangunan bangsa ini. Penerus bangsa ini tidak lain adalah kaum remaja. Namun yang terjadi saat ini adalah penurunan kualitas moral di kalangan kaum remaja, tidak hanya di kota-kota besar, di desa-desa juga mengalami hal demikian. Pergaulan bebas, narkoba, tawuran, pemerkosaan bahkan pembunuhan, tidak sedikit yang pelakunya adalah kaum remaja. Melihat fenomena-fenomena ini, membuat khawatir sebagian masyarakat atau orang tua yang peduli terhadap pendidikan moral anggota keluarganya. Pendidikan moral yang diperoleh anak di rumah kurang diperhatikan, mengingat banyak orang tua yang sibuk dengan pekerjaan atau kegiatannya sendiri. Sementara sekolah, padat dengan pencapaian kurikulum yang menonjolkan sistem nilai kognitif belaka. Standar moral dan spiritual anak nyaris tanpa sentuhan, sehingga nilai dan norma yang tertanam pada diri anak hanya sesuatu yang absurd (**Rohendi**, www.Pikiran-Rakyat.com).

Melihat kenyataan bahwa masalah penanaman moral pada anak kurang diperhatikan, kejahatan merajalela bahkan para anak muda banyak yang melakukan seks bebas dan mengkonsumsi narkoba maka dibutuhkan model pendidikan yang sanggup menata ulang pendidikan moral, yang sekaligus juga mampu mengikis dan menetralisasi paham amoral yang telah menjadi budaya sebagian kawula muda. Model pendidikan yang sesuai dengan harapan itu salah

satunya adalah pesantren. Dengan pesantren diharapkan keimanan dan ketakwaan anak dapat lebih ditingkatkan (**Prof. Dr. Mastuhu, M. Ed.**, www.Pikiran-Rakyat.com)

Pesantren merupakan bagian dari sistem pendidikan nasional yang telah ikut serta mencerdaskan kehidupan bangsa dan menyukseskan pembangunan nasional. Hingga kini, berdasarkan data Departemen Agama Republik Indonesia pada tahun 2004 – 2005 jumlah pesantren di seluruh Indonesia mencapai angka 14.798 buah (M. Zeet Hamdy Assovie, MTM., www.pontianakpost.com). Dari sekian banyaknya pesantren yang ada di Indonesia salah satunya adalah pesantren “X” Binong, yang sampai dengan saat ini telah berdiri selama 42 tahun di bumi Pasundan Jawa Barat.

Pesantren “X” menyelenggarakan pendidikan keagamaan dalam bentuk madrasah dan mengajarkan ilmu-ilmu umum meski tidak menerapkan kurikulum nasional. Berdasarkan hasil wawancara dengan pengasuh pondok pesantren “X” Binong yaitu bapak K. Basuni diperoleh data bahwa kurikulum yang disediakan di pesantren ini, lebih banyak berupa ilmu-ilmu dan nilai-nilai islam (*Islamic values*) dibandingkan ilmu-ilmu umum. Para santri diwajibkan untuk menggali nilai-nilai melalui pengajian-pengajian, mereka juga dituntut untuk mengaplikasikan nilai-nilai tersebut dalam kehidupan sehari-hari dengan pola yang sederhana. Selain itu para santri juga dididik dan dibina agar menjadi insan kamil yang baik di dalam berbagai aspek kehidupan; dengan berbagai macam disiplin ilmu, baik ilmu agama maupun ilmu umum dan sosial kemasyarakatan .

Di pesantren “X” ini, para santri tinggal bersama dan belajar di bawah bimbingan kiai. Asrama untuk para santri tersebut berada dalam lingkungan

kompleks pesantren dimana kiai bertempat tinggal, yang juga menyediakan sebuah masjid untuk beribadah, ruang untuk belajar dan kegiatan-kegiatan keagamaan yang lain. Kultur pesantren “X” ini pada dasarnya adalah kultur sosial religius yang merupakan hasil interaksi kehidupan pondok, masjid, santri, ajaran ulama terdahulu dan kehidupan kiai. Dengan demikian santri pondok pesantren “X” Binong dituntut untuk menguasai ilmu agama dan ilmu umum agar menjadi manusia yang baik di pesantren maupun juga di masyarakat.

Wawancara terhadap enam santri menunjukkan bahwa beberapa dari mereka seringkali merasa tertekan, terbebani dan bahkan ingin melawan dengan segala tuntutan dari pihak pesantren yang mereka rasa terlalu berat. Tuntutan dari pihak pesantren adalah para santri harus bisa menerapkan ilmu yang telah diperolehnya pada kehidupan sehari-hari misalnya mengajarkan anak-anak kecil mengaji, mengikuti kegiatan gotong royong di lingkungan masyarakat, menjadi insan kamil yang baik dalam berbagai aspek kehidupan dan menjadi teladan bagi teman-temannya. Selain itu sanksi yang diberikan terlalu berat untuk mereka. Misalnya, santri yang terlambat diberi sanksi fisik yaitu ditampar, santri yang berpakaian tidak sesuai aturan dihukum berdiri di depan kelas sampai siang.

Dilakukan survei terhadap enam puluh siswa SMA muslim, mereka diminta untuk menuliskan perilaku yang mereka harapkan dilakukan oleh para santri. Survei tersebut dilakukan untuk mengetahui perilaku apa saja yang umumnya diharapkan masyarakat/umat muslim dari seorang remaja santri yang berstatus sebagai pelajar SMA. Dari survei tersebut didapatkan beberapa bentuk perilaku, antara lain: taat dan tepat waktu dalam melakukan sholat dan pengajian (53,3%), menghormati orang yang lebih tua (40%), berpakaian sopan dan

menutupi aurat (13,3%), rajin belajar dan tidak suka membolos sekolah atau kegiatan pesantren (18,4%), mengajari anak kecil mengaji (7,13%).

Enam puluh siswa tersebut juga ditanyai mengenai perilaku santri yang pernah mereka temui, yang tidak sesuai dari apa yang mereka harapkan. Berikut ini bentuk-bentuk perilaku yang tidak sesuai dengan harapan mereka antara lain: berperilaku dan berbicara kasar (23%), tidak berhati-hati dalam bergaul (20%), berpakaian terbuka dan tidak menutupi aurat (18%), melalaikan sholat dan pengajian (17%), kurang menghormati orang yang lebih tua (13%).

Perilaku para santri yang tidak sesuai dengan peraturan pondok pesantren dapat dilatarbelakangi oleh kurang mampunya mereka melakukan perencanaan dan penyesuaian dalam memunculkan suatu perilaku untuk mencapai *personal-goal*, *personal-goal* disini adalah tuntutan pesantren. Misalnya saja tuntutan untuk tidak boleh merokok bagi yang berumur dibawah 17 tahun, namun beberapa santri yang umurnya masih dibawah 17 tahun sudah banyak yang merokok. Hal ini dikarenakan santri tersebut tidak mampu menyesuaikan diri dengan tuntutan tersebut dan membuat perencanaan agar ia tidak merokok. Santri tersebut merasa bahwa dirinya tidaklah berbeda dengan remaja lainnya, ia beranggapan bahwa jika remaja lain dapat merokok, maka ia pun boleh untuk merokok (kurang mampu menyesuaikan diri). Tindakan santri yang seharusnya adalah menjauhi teman-temannya yang merokok atau jika ia ditawari rokok, maka ia seharusnya menolak. Namun yang terjadi adalah sebaliknya, santri tersebut tetap bergaul dengan remaja lain yang merokok dan bila ditawari untuk merokok, tawaran tersebut diterima (kurang perencanaan). Kemampuan untuk mengamati dan menyesuaikan secara terencana proses-proses dalam memunculkan suatu perilaku

disebut sebagai *self-regulation* (Zimmerman, 2000 dalam Boekaerts, 2002). Dengan mampu melakukan *self-regulation*, seorang remaja santri dapat menunjukkan perilaku yang sesuai dengan tuntutan pesantren berhubungan dengan perannya sebagai seorang santri, atau perilaku yang menjadi *role expectation*-nya.

Menurut Zimmerman, *self-regulation* dapat dibentuk melalui tiga fase yang bersiklus yaitu fase *forethought*, fase *performance / volitional control*, dan fase *self reflection* (D.H. Schunk dan B.J. Zimmerman, 1998, dalam Boekaerts, 2000). *Self regulation* ini akan menjadi *self generated* jika santri menganggap bahwa *self-regulation* merupakan bagian yang penting dari diri dan santri mampu melakukan dengan sendirinya tanpa bantuan orang lain.

Suatu wawancara dilakukan kepada enam santri di Pondok Pesantren “X” Binong, dengan menanyakan bagaimana perasaan dan sikap mereka terhadap tuntutan pesantren yang diberikan kepada mereka. Santri yang pertama merasa bahwa tuntutan pesantren yang diberlakukan kepadanya menjadi sebuah tekanan dikarenakan kehadirannya di pondok pesantren bukanlah atas kemauannya tetapi kemauan dari orang tua. Akhirnya dia berada di pondok pesantren hanyalah untuk menyenangkan hati orang tuanya (*fase forethought*). Segala kegiatan pesantren diikuti sebagai rutinitas atau kebiasaan sehari-hari, jadi tidak membuat strategi atau perencanaan apapun (*fase performance/ volitional control*). Berdasarkan pengakuannya dia tidak pernah mengalami masalah baik di sekolah maupun di pesantren, dengan demikian dia merasa sudah cukup puas dengan hasil dari kebiasaannya tersebut yang setidaknya tidak menyusahkan orang tuanya di Cirebon.

Santri yang ke-dua merasa sangat dituntut untuk rajin mengikuti kegiatan pesantren, akibatnya dia kurang berprestasi di sekolahnya. Tuntutan-tuntutan tersebut membuat dia merasa terbebani bahkan ingin melawan (*fase forethought*). Tetapi dia sadar bahwa perlawanan tidak mungkin dapat dilakukan dan dia hanya bisa mengomel dan mengeluh saja tanpa bersemangat untuk melakukan sesuatu demi memperbaiki prestasinya di sekolah (*fase performance/volitional control*). Akhirnya dalam bidang akademis, dia kurang sekali berprestasi, sering sekali melanggar peraturan sekolah, malas untuk belajar, dan sering ketinggalan pelajaran di kelas (*fase reflection*).

Santri yang ke-tiga memiliki anggapan bahwa tuntutan pesantren kepada dirinya sebagai seorang santri merupakan suatu hal yang positif sehingga dia menerimanya tanpa rasa terbebani. Selain itu dia merasa bahwa tuntutan tersebut dapat menyadarkan dia atas kekurangan yang telah dia lakukan dan menyadarkan dirinya untuk segera berubah bila ia melakukan kesalahan (*fase forethought*). Dia suka sekali meminta saran dan nasihat dari guru, teman dan juga orang tua, kemudian nasihat dan saran tersebut menambah pengetahuan dia untuk dapat menjadi santri yang lebih baik lagi. Selain itu, dia tidak mau sembarangan dalam bergaul, menseleksi terlebih dahulu teman yang akan dia dekati (*fase performance/volitional control*). Dia beranggapan bahwa jikalau dia salah bergaul, maka dia dapat terjerumus ke dalam pergaulan yang salah. Dia juga mengatakan kalau anggapan anak-anak muda yang sekarang adalah salah yaitu anggapan bahwa masa muda harus diisi dengan hura-hura, menurut dia sebaliknya bahwa masa muda harus diisi dengan kegiatan-kegiatan positif seperti mengikuti kegiatan pesantren agar hidup berbahagia di dunia maupun di akhirat. Dia

mengaku bahwa dia sangat menikmati kehidupannya di pesantren “X” Binong (*fase reflection*).

Santri yang ke-empat menganggap tuntutan pesantren membuat dia merasa terbebani, dia ingin sekali bebas dari segala tuntutan. Terkadang timbul keinginan untuk melawan, namun tidak sanggup untuk berbuat sesuatu. Dia terkadang merasa bahwa tidak ada yang mempedulikan dan memperhatikan dia, hanya bisa menuntut saja tetapi tidak memberikan perhatian (*fase forethought*). Karena merasa terbebani akhirnya dia lebih suka untuk pergi bersama teman-temannya sehingga sering sekali dia terbawa oleh pengaruh negatif dari teman-temannya (*fase performance/volitional control*) dan ia merasa bahwa bersama teman-temannya dia lebih merasa nyaman dan mendapatkan perhatian yang dia butuhkan (*fase reflection*).

Santri yang ke-lima beranggapan bahwa tuntutan dari pesantren adalah suatu arahan agar dia hidup berbahagia di hari esok (*fase forethought*), oleh sebab itu dia melaksanakan tuntutan pesantren tersebut tanpa rasa terbebani. Dia dituntut untuk taat beribadah, berpakaian sopan dan memiliki pengetahuan agama yang mantap. Untuk memenuhi tuntutan tersebut, dia rajin membaca buku-buku agama, rajin mengikuti kegiatan-kegiatan mengaji dan rajin menonton atau juga mengikuti acara Tabliq Akbar untuk memperdalam iman dan percayanya kepada Tuhan (*fase performance/volitional control*) dan sampai sekarang dia tetap rajin untuk melakukannya karena dia merasa dengan melakukan hal tersebut dia mendapatkan ketenangan batin yang tidak dapat diperoleh di tempat lain (*fase reflection*).

Santri yang ke-enam adalah seorang remaja putri, dia terkenal aktif dalam kegiatan yang diadakan pesantren dan taat beribadah. Dia mengaku tuntutan pesantren yang sangat besar yang saat ini sedang ia rasakan adalah larangan untuk berpacaran karena dalam ajaran agama Islam tidak diperbolehkan untuk berpacaran. Dia sangat sadar akan larangan tersebut dan ada keinginan untuk menjauh dari teman lawan jenisnya tersebut (*fase forethought*). Namun dia tidak mampu untuk melakukannya (*fase performance/volitional control*) karena dia tidak bisa menahan rasa sukanya tersebut terhadap teman prianya (*fase reflection*). Dia mengaku merasa bersalah namun yang saat ini dia inginkan adalah memiliki

Dari hasil wawancara tersebut, peneliti ingin mengetahui bagaimanakah gambaran kemampuan *self-regulation* santri di Pondok Pesantren “X” Binong.

1.2. Identifikasi Masalah

Bagaimana gambaran kemampuan *self-regulation* pada santri di Pesantren “X” Binong ?

1.3. Maksud dan Tujuan Penelitian

1.3.1. Maksud Penelitian

Maksud penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran mengenai kemampuan *self-regulation* pada santri yang berstatus pelajar SMA di Pesantren “X” Binong.

1.3.2. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh informasi yang berkaitan dengan aspek-aspek *self-regulation*, yang meliputi *forethought*, *performance/volitional control* dan *self reflection* pada santri yang berstatus pelajar SMA di Pesantren “X” Binong.

1.4. Kegunaan Penelitian

1.4.1. Kegunaan Teoretis

- Memberikan informasi pada bidang ilmu Psikologi Sosial dan Psikologi Perkembangan mengenai kemampuan *self-regulation* pada santri yang berstatus pelajar SMA.
- Memberikan informasi sebagai rujukan bagi penelitian lebih lanjut mengenai *self-regulation* pada santri yang berstatus pelajar SMA.

1.4.2. Kegunaan Praktis

- Memberi informasi yang berguna bagi pondok pesantren “X” Binong mengenai kemampuan *self-regulation* santri yang berstatus pelajar SMA, sehingga pihak pondok pesantren dapat mendukung perilaku remaja santri dalam mematuhi peraturan pesantren.

- Memberikan informasi mengenai kemampuan *self-regulation* santri yang berstatus pelajar SMA kepada orangtua yang menyekolahkan anaknya ke pesantren “X” Binong, sebagai bahan rujukan mereka dalam membantu anak-anaknya untuk dapat mematuhi peraturan pesantren pesantren.
- Memberikan informasi mengenai kemampuan *self-regulation* kepada para santri yang berstatus pelajar SMA, agar informasi ini dapat dimanfaatkan untuk upaya santri mematuhi peraturan pesantren.

1.5. Kerangka Pemikiran

Santri di Pesantren “X” Binong yang berstatus pelajar SMA berada pada tahap perkembangan remaja tengah (**Kagan & Coles, 1972; Kenisron, 1970; Lipsitz, 1977, dalam Steinberg, 1993**). Pada masa ini berlangsung perubahan fundamental yang terjadi secara universal yaitu terjadi pada semua remaja dimana pun tanpa pengecualian (**Steinberg, 1993**). Perubahan tersebut meliputi perubahan biologis, kognitif dan sosial. Perubahan biologis merupakan perubahan fundamental yang pertama, dimana remaja mengalami perubahan fisik dan kemampuan reproduksi.

Perubahan kognitif merupakan perubahan fundamental yang kedua. Istilah kognitif merujuk pada proses-proses yang mendasari cara manusia berfikir mengenai sesuatu hal. Perkembangan kognitif pada masa remaja mengembangkan kemampuannya untuk berpikir secara sistematis sehingga mereka mampu untuk memecahkan masalah, mengambil keputusan dan mengendalikan tingkah laku. Dalam tahap ini mereka dituntut untuk sudah dapat mengontrol diri mereka

sendiri, seperti mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab (**Hurlock**, 1973), memiliki keinginan serta dapat mencapai tingkahlaku sosial yang bertanggungjawab (**Havighurst**, 1951 dalam **Dacey & Kenny**, 1997).

Dalam perubahan sosial, santri yang berstatus pelajar SMA dituntut masyarakat untuk mampu mengatasi sebagian besar permasalahan yang timbul sebagai hasil dari interaksi dengan lingkungan sosial dan dapat menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan. Dalam statusnya sebagai remaja santri, mereka dituntut untuk mematuhi dan mentaati peraturan pesantren yang berlaku. Agar dapat berperilaku sesuai dengan tuntutan pesantren, maka para santri perlu melakukan pengendalian diri dalam berperilaku, dan kemampuan untuk melakukan pengendalian diri dalam berperilaku merupakan salah satu bagian dari kemampuan *self-regulation*. *Self-regulation* mengacu pada kemampuan untuk berpikir, merasakan, dan bertindak yang *self-generated*, yang direncanakan dan berulang kali diadaptasikan terhadap pencapaian tujuan personal. Kemampuan *self-regulation* ini terdiri atas tiga fase yang bersiklus, yaitu fase *forethought*, fase *performance/volitional control*, dan fase *self-reflection* (**D. H. Schunk** dan **B. J. Zimmerman**, 1998, dalam **Boekaerts**, 2000).

Fase *forethought* atau perencanaan, mengacu pada proses-proses yang berpengaruh, yang mendahului usaha dalam berperilaku dan penetapan tahap-tahap untuk melakukannya (**Boekaerts**, 2002). Pada fase ini, santri yang berstatus pelajar SMA akan membuat perencanaan mengenai perilaku yang akan ditampilkannya, yang tentunya sesuai dengan peraturan pondok pesantren yang diberikan kepadanya. Sebagai seorang santri yang juga pelajar SMA, kondisi kognitif yang sudah berkembang dengan matang memampukan santri untuk

membuat perencanaan terhadap apa yang akan dilakukannya. Untuk dapat diterima di lingkungan, seorang santri perlu merencanakan perilakunya terlebih dahulu, dengan acuan tuntutan atau harapan yang diberikan pihak pondok pesantren kepada dirinya sebagai seorang santri.

Fase *forethought* terdiri dari dua kategori yaitu yang pertama adalah *task analysis* dan kedua adalah *self motivation beliefs*. *Task analysis* mengacu pada kemampuan santri yang berstatus pelajar SMA di Pesantren “X” untuk menetapkan bentuk perilaku yang sesuai dengan tuntutan yang diberikan kepada mereka, dan juga mengacu pada kemampuan mereka untuk membuat perencanaan mengenai apa yang ingin dilakukan agar dapat berperilaku sesuai dengan tuntutan yang diberikan (*strategic planning*). Bila santri yang berstatus pelajar SMA mampu melakukan *task analysis*, maka mereka dapat menetapkan perilaku - perilaku yang merupakan tujuan / goalnya (*goal setting*) dan membuat perencanaan mengenai cara-cara untuk melakukan perilaku tersebut (*strategic planning*).

Self-motivation beliefs merupakan tahap selanjutnya dalam *forethought* yang mengacu pada keyakinan santri akan kemampuan dirinya untuk berperilaku sesuai dengan tuntutan pesantren (*self-efficacy*), harapan bahwa perilakunya tersebut akan bermanfaat bagi dirinya (*outcome expectation*), derajat minat/motivasi yang mendasari perilakunya (*intrinsic interest/value*), dan usaha-usaha yang dilakukan oleh santri untuk mempertahankan dan meningkatkan kualitas perilaku yang sesuai dengan tuntutan pesantren (*goal orientation*). *Self-motivation beliefs* yang positif membantu santri untuk melakukan upaya *self-regulation* dengan menumbuhkan keyakinan bahwa mereka memiliki kapasitas

untuk berperilaku sesuai dengan tuntutan yang diberikan oleh pondok pesantren. Kapasitas tersebut mencakup keyakinan, keinginan, serta kemampuan untuk mempertahankan dan meningkatkan kualitas perilaku yang sesuai dengan peraturan pondok pesantren.

Setelah fase *forethought* maka berikutnya ialah fase *Performance or Volitional Control*, yang terdiri atas *self-control* dan *self-observation*. *Self-control* dapat membantu santri untuk tetap fokus terhadap tujuan yang ingin dicapainya dan juga mengoptimalkan usaha santri tersebut. Tahap *self control* meliputi upaya santri yang berstatus pelajar SMA dalam mengarahkan diri untuk berperilaku sesuai dengan peraturan pondok pesantren (*self-instruction*), kemampuan mereka membayangkan keberhasilan mereka berperilaku sesuai dengan peraturan pondok pesantren (*imagery*), kemampuan untuk memusatkan perhatian agar tetap dapat berperilaku sesuai dengan peraturan pondok pesantren (*attention focusing*), serta kemampuan mereka dalam mengorganisasikan tingkah laku/kegiatan yang harus dilakukan agar dapat berperilaku sesuai dengan peraturan pondok pesantren (*task strategies*).

Self-observation mengacu pada kemampuan santri mengamati dan mengingat hal-hal yang dialaminya (*self-recording*), dan juga kemampuan untuk memikirkan perilaku baru, yang belum pernah dilakukannya (*self-experimentation*). Santri yang mampu melakukan *self-regulation* akan lebih mampu untuk mengamati dan mengingat hal-hal yang telah dialaminya (*self recording*). Santri yang kurang mampu melakukan *self-regulation* akan kesulitan dalam mengamati dan mengingat hal-hal yang telah dialaminya dan juga akan

sulit untuk memikirkan perilaku baru apa yang belum pernah dilakukannya (*self-experimentation*).

Setelah santri melakukan *performance or volitional control* terhadap perilaku mereka, mereka akan menampilkan perilaku seperti yang telah direncanakan dalam proses *forethought*. Mereka akan mengamati dan menyesuaikan perilaku yang telah direncanakan tersebut. Perilaku inilah yang kemudian akan diolah dalam fase *self-reflection*. Terdapat dua cara untuk masuk ke fase *self-reflection*. Cara yang pertama adalah sebelum lingkungan memberikan umpan balik mengenai perilaku tersebut, santri melakukan evaluasi terlebih dahulu yaitu membandingkan rencana yang telah ditetapkannya dengan perilaku yang telah ditampilkannya. Cara yang kedua adalah setelah lingkungan memberikan *feedback* kepada santri, mereka akan melakukan evaluasi terhadap perilaku mereka. Umpan balik ini dapat berupa pujian atau kritikan tentang perilaku tersebut. Perilaku yang sudah mendapat umpan balik kemudian diproses dalam fase *self-reflection*.

Dalam *self-reflection* terdapat dua bentuk, yaitu *self-judgement* dan *self-reaction*. *Self-judgement* mengacu pada kemampuan santri dalam membandingkan perilaku yang telah ditampilkan dengan peraturan pondok pesantren. Selain itu juga membandingkan perilaku yang telah ditampilkan dengan bimbingan, *feedback*, *modeling* dan *instruction* yang diberikan oleh orang tua, guru maupun teman sebaya (*self-evaluation*), selain itu juga mengacu pada kemampuan santri dalam menilai apakah perilaku yang sesuai dengan *role expectation*-nya berasal dari usaha dirinya atau disebabkan oleh pengaruh lingkungan (*causal attribution*).

Self-reaction mengacu pada derajat kepuasan/ketidakpuasan santri terhadap perilaku yang sesuai dengan *role expectation*-nya (*self-satisfaction*) dan menyimpulkan bentuk perilaku apa yang selanjutnya akan dilakukan (*adaptive/defensive inferences*). Kesimpulan yang *adaptive* membuat santri akan menentukan target perilaku yang baru atau yang lebih baik, atau mempertahankan perilaku tersebut. Sedangkan kesimpulan yang *defensive* membuat santri melakukan upaya pertahanan diri dalam rangka melindungi ego dari hal-hal negatif yang muncul akibat gagalnya upaya untuk berperilaku sesuai dengan peraturan pondok pesantren kepada dirinya.

Santri yang dikatakan mampu melakukan *self-regulation*, adalah santri yang pada fase *forethought* dapat membuat perencanaan secara rinci. Pada tahap *task analysis*, santri menetapkan goal / tujuan yang sesuai dengan tuntutan yang diberikan (*goal setting*), kemudian santri tersebut membuat perencanaan (*strategic planning*) mengenai apa yang akan dilakukan dalam rangka mencapai goal yang telah ditetapkannya dalam tahap *goal setting*. Pada tahap *self motivation beliefs*, santri akan merasa yakin dengan dirinya sendiri dengan kapasitas yang dimiliki dirinya untuk dapat berperilaku sesuai dengan tuntutan yang diberikan (*self efficacy*), yakin bahwa perilaku yang sesuai dengan tuntutan akan bermanfaat bagi dirinya (*outcome expectation*), memiliki minat yang membuat dirinya tertarik untuk berperilaku sesuai dengan tuntutan yang diberikan (*intrinsic interest / value*), dan santri tersebut juga merencanakan usaha-usaha yang akan dilakukan untuk mempertahankan dan meningkatkan kualitas perilaku yang sesuai dengan tuntutan yang diberikan (*goal orientation*).

Santri yang kurang mampu melakukan *self-regulation*, adalah santri yang pada fase *forethought* membuat perencanaan yang kurang rinci. Pada tahap *task analysis*, santri menetapkan goal / tujuan yang kurang sesuai dengan tuntutan yang diberikan (*goal setting*). Kemudian santri tersebut mengalami kesulitan dalam membuat perencanaan (*strategic planning*) mengenai apa yang akan dilakukan dalam rangka mencapai goal yang telah ditetapkannya dalam tahap *goal setting*. Pada tahap *self motivation beliefs*, santri tersebut akan merasa ketidakyakinan dengan dirinya sendiri dengan kapasitas yang dimiliki dirinya untuk dapat berperilaku sesuai dengan tuntutan yang diberikan. Pada tahap *self efficacy*, mereka akan merasa tidak yakin atas kapasitas yang ada pada dirinya untuk dapat berperilaku sesuai dengan tuntutan yang diberikan. Pada tahap *outcome expectation*, santri kurang yakin bahwa perilaku yang sesuai dengan tuntutan yang diberikan kepadanya akan bermanfaat bagi dirinya. Santri juga memiliki minat yang kurang untuk berperilaku sesuai dengan tuntutan yang diberikan (*intrinsic interest / value*), dan sulit merencanakan usaha-usaha yang akan dilakukan untuk mempertahankan dan meningkatkan kualitas perilaku yang sesuai dengan tuntutan yang diberikan (*goal orientation*).

Kemampuan pada fase *forethought* akan berdampak pada fase selanjutnya yaitu fase *performance*. Jika santri mampu membuat perencanaan, maka mereka akan mampu untuk mengarahkan diri berperilaku sesuai dengan tuntutan yang diberikan (*self instruction*), mampu untuk membayangkan keberhasilan dalam mencapai perilaku yang sesuai dengan tuntutan yang diberikan (*imagery*), mampu untuk memusatkan perhatian dan menyaring proses lain atau kejadian eksternal yang tidak berkaitan agar dirinya tetap berperilaku sesuai dengan tuntutan yang

diberikan (*attention focusing*), serta mampu untuk mengorganisasikan tingkah laku/kegiatan yang harus dilakukan agar dapat berperilaku sesuai dengan tuntutan yang diberikan (*task strategies*).

Perencanaan yang kurang rinci serta ketidakyakinan diri pada fase *forethought* akan membuat mereka sulit untuk mengarahkan diri pada perencanaan yang telah dibuat (*self instruction*), sulit untuk membayangkan keberhasilan dalam mencapai perilaku yang sesuai dengan tuntutan yang diberikan (*imagery*), sulit untuk memusatkan perhatian dan menyaring proses lain atau kejadian eksternal yang tidak berkaitan agar dirinya tetap berperilaku sesuai dengan tuntutan yang diberikan (*attention focusing*), serta sulit untuk mengorganisasikan tingkah laku/kegiatan yang harus dilakukan agar dapat berperilaku sesuai dengan tuntutan yang diberikan (*task strategies*).

Setelah santri menampilkan perilakunya, mereka akan melakukan evaluasi. Santri yang mampu melakukan *self regulation* akan mampu membandingkan perilaku yang telah ditampilkannya tersebut dengan target yang ditetapkan sebelumnya, dengan suatu standar perilaku, atau dengan tuntutan yang diberikan kepada mereka sebagai seorang santri (*self-evaluation*) dan juga mampu untuk menilai apakah keberhasilan yang telah dicapainya dari usaha dirinya atau disebabkan oleh pengaruh lingkungan (*causal attribution*). Kemudian mereka mampu untuk menilai apakah dirinya merasa puas atau tidak puas dengan hasil yang telah dicapainya (*self satisfaction*), kemudian dari penilaian itu, akan mengarahkan santri pada bentuk pelaksanaan *self-regulation* yang baru dan secara potensial lebih baik, seperti mengubah hirarki tujuannya atau memilih strategi yang lebih efektif (*adaptive inferences*).

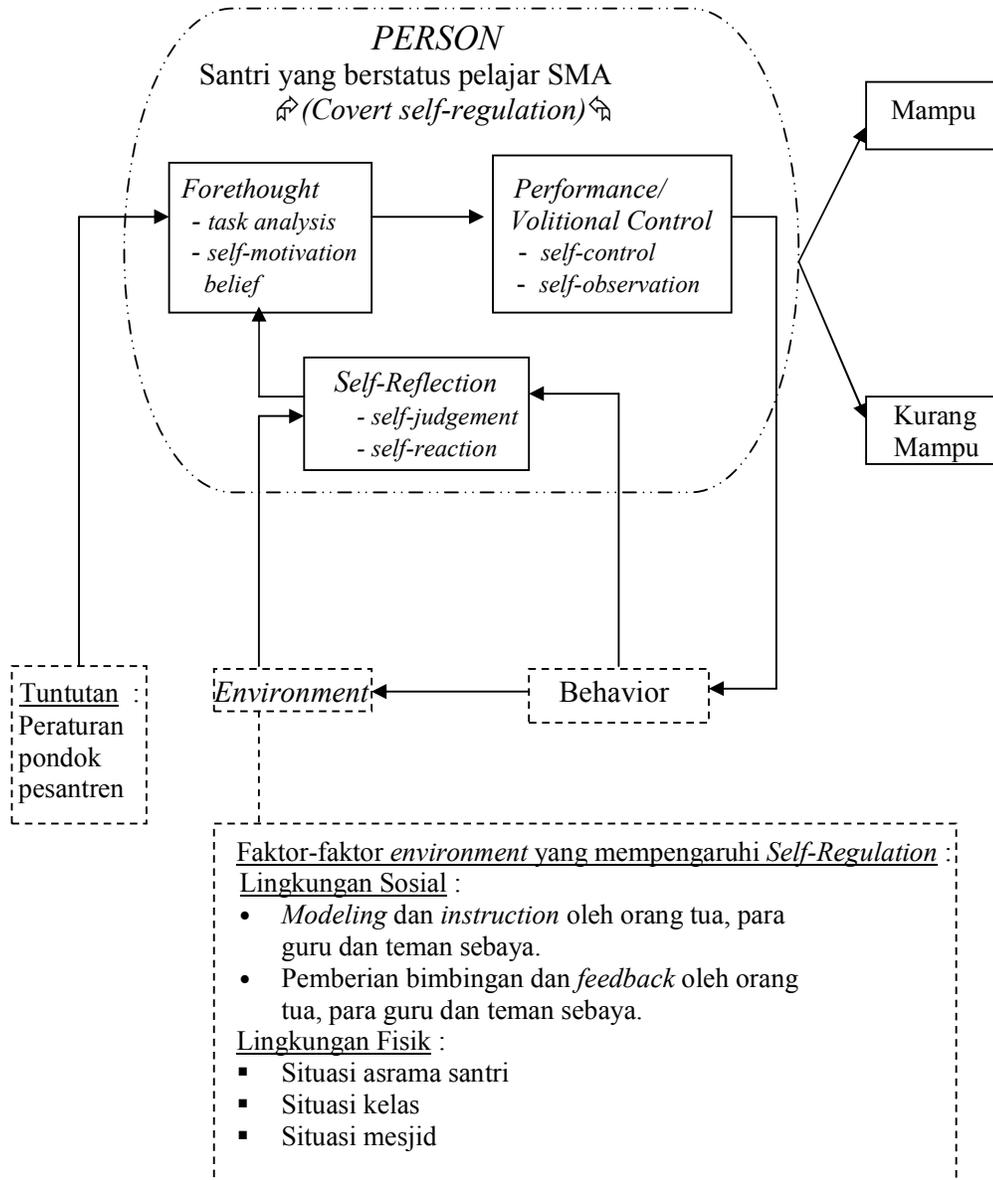
Namun pada santri yang kurang mampu melakukan *self regulation*, mereka sulit untuk membandingkan perilaku yang telah ditampilkan tersebut dengan target yang ditetapkan sebelumnya (*self-evaluation*), ragu dalam menilai apakah keberhasilan yang telah dicapainya dari usaha dirinya atau disebabkan oleh pengaruh lingkungan (*causal attribution*). Kemudian mereka juga ragu untuk menilai apakah dirinya merasa puas atau tidak puas dengan hasil yang telah dicapainya (*self satisfaction*). Keraguan ini membuat santri ragu untuk menentukan apakah mereka akan mempertahankan apa yang telah mereka lakukan selama ini atau juga mereka bisa menurunkan apa yang menjadi tujuan mereka selama ini. Reaksi yang muncul adalah melakukan pertahanan untuk melindungi diri, menghindari tuntutan yang diberikan, melepaskan diri dari tuntutan yang diberikan dan apatis.

Kemampuan *self-regulation* dipengaruhi oleh faktor lingkungan. Lingkungan fisik dan lingkungan sosial merupakan suatu sumber untuk mempertinggi perencanaan diri (*self-enhancing forethought*), *performance or volitional control*, dan *self-reflection* (Boekaerts, 2002). Lingkungan sosial dapat mempengaruhi *self-regulation* santri. *Modeling* dan *instruction* dari orang tua, guru dan teman sebaya merupakan dasar yang disampaikan kepada santri untuk mengembangkan keterampilan *self-regulation*. Ketika model sosial memberikan contoh mengenai ketekunan, penghargaan diri maka contoh tersebut akan meningkatkan keterampilan *self-regulation*, sebaliknya jika model sosial memberikan contoh *impulsiveness*, kritikan, maka hal ini akan menurunkan keterampilan *self-regulation* santri. Selain itu juga pembelajaran dan *feedback* yang diberikan oleh orang tua, para guru maupun teman sebaya juga dapat

membantu santri mengembangkan keterampilan *self-regulation*. Anak yang orang tuanya menetapkan standar yang logis dan jelas dan dengan teliti mengawasi aktivitas dan prestasi sekolah mereka menunjukkan *self-regulation* yang lebih baik. *Feedback* yang diberikan oleh orang tua, guru atau teman sebaya juga dapat mempengaruhi keterampilan *self-regulation* santri. *Feedback* dapat berupa kritikan atau pujian. Santri yang berada pada lingkungan sosial (orang tua, guru, teman sebaya) yang memberikan pujian atau penghargaan terhadap pencapaian prestasi yang telah diperoleh, akan mendapat lebih banyak keberhasilan daripada individu-individu yang melakukan aktifitas-aktifitas yang sama tetapi tanpa mendapatkan pujian atau penghargaan. Sedangkan lingkungan yang seringkali memberikan *feedback* berupa kritikan secara verbal dan pesimisme dapat menurunkan kemampuan *self-regulation* santri.

Lingkungan fisik juga dapat mempengaruhi kemampuan *self-regulation* santri. Lingkungan fisik seperti, situasi fisik dari asrama santri, situasi fisik dari kelas tempat diselenggarakannya kegiatan pesantren, dan situasi fisik mesjid. Situasi fisik yang nyaman dan menyenangkan dapat meningkatkan *self-regulation* remaja santri dan sebaliknya situasi fisik yang tidak nyaman dan tidak menyenangkan dapat menurunkan kemampuan *self-regulation* santri.

Secara skematis paparan kerangka pemikiran mengenai *self-regulation* dapat digambarkan sebagai berikut:



Skema 1.1. Skema Kerangka Pemikiran

1.6. Asumsi

- Dalam berperilaku, santri yang berstatus pelajar SMA dituntut untuk memenuhi peraturan pondok pesantren.
- Santri yang berstatus pelajar SMA membutuhkan *self-regulation* untuk membantu santri menyesuaikan perilakunya dengan tuntutan-tuntutan tersebut.
- *Self-regulation* santri meliputi tiga fase yang bersiklus, yaitu fase *forethought*, fase *performance/volitional control*, fase *self-reflection*.
- *Environment* (lingkungan sosial dan lingkungan fisik) dapat mempengaruhi *self-regulation* santri yang berstatus pelajar SMA.
- Santri yang berstatus pelajar SMA memiliki kemampuan *self-regulation* yang bervariasi.