

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia pada zaman seperti sekarang ini banyak yang terpengaruhi oleh perkembangan zaman yang semakin maju, dengan perkembangan zaman yang semakin maju ini tentunya ada sisi positif dan sisi negatifnya. Pada sisi negatifnya manusia modern saat ini kebanyakan memiliki problem kejiwaan seperti galau, mudah emosi juga menurunnya akhlak, hal ini dikarenakan kurangnya kesadaran dan kurangnya kedekatan kepada Tuhan. Banyak dikalangan mahasiswa yang sudah memasuki masa dewasa dan memasuki kehidupan baru, lingkungan baru, teman baru, seperti yang sedang menempuh pendidikan di universitas, terpengaruhi oleh hal-hal yang kurang baik, karena lingkungan dimana dia tinggal dan teman yang mereka pilih. Karena pada masa-masa seperti ini banyak individu yang masih mengeksplorasi dan memilih karier yang sesuai dengan keinginannya, gaya hidup seperti apa yang mereka inginkan, juga ingin menjadi individu seperti apa mereka nantinya.¹

Menjadi seorang mahasiswa yang tinggal di pondok pesantren, maka memiliki dua kewajiban yaitu sebagai seorang santri dan mahasiswa yang harus di jalani keduanya, mahasiswa yang masuk pesantren harus bisa menjalankan kedua kewajiban tersebut, berjalannya kedua kegiatan tersebut berarti mereka sudah bisa mengontrol dirinya untuk bisa melaksanakan kewajibannya. Tidak cukup sampai situ, selain pemenuhan kewajiban tersebut sebagai seorang santri akan dididik untuk mempunyai akhlak yang baik dan menjadi orang yang tadinya kurang baik menjadi baik, yang sudah baik menjadi lebih baik lagi.

Dalam proses menjadi orang yang menjalankan kewajiban tersebut dan berusaha untuk menjadi orang yang lebih baik, banyak kendala yang dihadapi oleh mahasiswa (mahasiswa yang tinggal dipondok pesantren), diantaranya merasa semangat naik turun mengikuti kegiatan, merasa jenuh, terkadang melanggar aturan, kurang bisa mengontrol emosi, kurang peduli terhadap lingkungan, dan

¹ John W. Santrock. *Life-Span Development : edisi ketigabelas jilid 2*. Erlangga. (2012). Hal : 6

terpengaruhi teman yang kurang baik, itu semua tidak lepas dari bagaimana regulasi diri mereka masing-masing. Regulasi diri mahasiswa ini dibantu dikembangkan dengan adanya bimbingan agama yang ada di pondok pesantren. Dengan adanya bimbingan yang diberikan di pondok pesantren seharusnya memberikan dampak yang positif dan dapat mengembangkan regulasi diri mahasiswa, karena bentuk bimbingan yang diberikan tidak hanya diberikan materi-materi keagamaan tetapi juga nasihat dan juga peraturan-peraturan yang harus dijalankan.

Regulasi diri merupakan suatu kemampuan seorang manusia untuk bisa mengontrol perilakunya sendiri, dan memanipulasi tingkah laku dengan kemampuan pikirannya sehingga manusia atau individu tersebut dapat bereaksi terhadap lingkungannya. Juga regulasi diri bisa diartikan sebagai suatu proses yang mengatur tindakan seseorang agar tercapainya suatu tujuan. Regulasi diri juga dapat diartikan sebagai suatu kemampuan dalam mengendalikan mental juga emosi. Seluruh perkembangan fisik, kognitif, pengendalian emosi dan kemampuan dalam sosialisasi yang baik, akan membawa seseorang untuk dapat mengatur dirinya dengan baik pula (Papalia & Olds, 2001).

Dalam upaya mengembangkan regulasi diri pada mahasiswa, seperti yang dikatakan tadi diperlukan adanya bimbingan, salah satunya yaitu bimbingan agama. Agar mampu mengembangkan kehidupannya secara optimal dan hidup sesuai dengan tujuan yang benar juga selaras dengan tuntunan agama Islam. Adapun yang dimaksud dengan bimbingan agama menurut Aunur Rohim Fakih yaitu proses untuk memberikan bantuan kepada individu atau kelompok agar hidupnya selaras dengan petunjuk dan ketentuan dari Allah, tujuannya agar mendapatkan kehidupan yang bahagia di dunia dan akhirat.²

Bagi seorang mahasiswa yang tinggal di pesantren bisa mendapatkan bimbingan agama ini di pondok pesantren tersebut, disini mahasiswa yang tinggal di dalamnya akan mendapatkan bimbingan dan akan selalu dibina oleh seorang guru atau pengasuh dari pondok tersebut. Pesantren yaitu merupakan artefak dari peradaban yang ada di Indonesia, pembangunan ini sebagai institusi pendidikan

² Aunur Rahim Faqih. *Bimbingan dan Konseling Islami*. Yogyakarta : UII Press. (2001). Hal : 4

keagamaan yang bercorak tradisional, indigenous dan unik.³ Menurut Ulil Abshar Abdallah pesantren merupakan lembaga pendidikan islam satu-satunya di Indonesia yang mewarisi tradisi intelektual Islam Tradisional.⁴

Disini peneliti akan melakukan penelitian di Pondok Pesantren Terpadu Ar-raaid dimana pondok ini merupakan pondok pesantren yang santrinya adalah dari kalangan mahasiswa, pendidikan yang di tanamkan di pondok pesantren ini adalah kitab kuning, tahfizh dan juga bahasa. Yang bertujuan untuk menyiapkan para mahasiswa yang berkarakter, berakhlak mulia, bersosial, tekun ibadah dan keterampilan berbahasa yang baik.

Dari pemaparan latar belakang tersebut penulis akan melakukan sebuah penelitian yang berjudul **“METODE BIMBINGAN AGAMA DALAM MENGEMBANGKAN REGULASI DIRI (Studi Pada Mahasiswa yang Tinggal di Pondok Pesantren Terpadu Ar-Raaid)”**.

B. Rumusan Masalah

Bedasarkan latar belakang masalah yang telah dijelaskan di atas maka amat menarik bagi penulis untuk mengungkap lebih jauh tentang penelitian ini maka penulis merumuskan masalah sebagai berikut :

1. Bagaimana gambaran regulasi diri sebelum dan sesudah mendapatkan bimbingan agama di pesantren?
2. Apa yang dimaksud dengan bimbingan agama di pesantren?
3. Bagaimana proses bimbingan agama dalam menembangkan regulasi diri di pesantren?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian yang akan dilaksanakan ini berdasarkan rumusan masalah di atas adalah sebagai berikut :

³ Nurcholis Majid. *Bilik-bilik Pesantren : Sebuah Potret Perjalanan*. Jakarta : Paramadina. (1997). Hal:10.

⁴ Abdallah Ulil Abshar. *Humanisasi Kitab Kuning : Refleksi dan Kritik atas Tradisi Intelektual Pesantren dalam Pesantren Masa Depan : Wacana Pemberdayaan dan Transformasi Pesantren*. Bandung : Pustaka Hidayah. (1999). Hal : 287.

- a. Untuk mengetahui gambaran regulasi diri sebelum dan sesudah mendapatkan bimbingan agama di pesantren?
- b. Untuk mengetahui maksud dari bimbingan agama di pesantren.
- c. Untuk mengetahui proses bimbingan agama dalam mengembangkan regulasi diri di pesantren

D. Manfaat Penelitian

Manfaat dari hasil penelitian ini diharapkan dari penelitian ini dapat berguna secara teori maupun praktek, yaitu :

- a. Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan bisa berguna bagi pembacanya dan bagi pelajar atau mahasiswa untuk menambah wawasan dan sebagai gambaran bagi yang membutuhkannya, pengetahuan tentang bagaimana metode bimbingan agama dalam meningkatkan regulasi diri, khususnya di lingkungan pesantren.

- b. Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran dan sumbangan pemikiran kepada para pembaca tentang bimbingan agama di pesantren, serta untuk mengetahui bagaimana proses atau metode bimbingan agama yang digunakan dalam meningkatkan regulasi diri.

E. Kerangka Pemikiran

Maksud arti dari regulasi diri disini disebut juga dengan *self regulation* merupakan suatu kemampuan yang dimiliki oleh manusia untuk mengontrol perilaku sendiri. Menurut Bandura yang dimaksud dengan *self regulation* adalah kemampuan yang dimiliki oleh manusia dalam berfikir, dan dengan kemampuannya tersebut manusia bisa memanipulasi lingkungan, yang kemudian menciptakan perubahan pada lingkungan yang diakibatkan dari aktifitas manusia, dan seseorang dapat mengatur sebagian dari tingkah lakunya sendiri.⁵

Menurut Bandura, menjelaskan bahwa aspek-aspek *self regulation* terdiri dari 6 aspek, yaitu:

⁵ Alwisol. *Psikologi Kepribadian : Edisi Revisi*. Malang : UMM Press. (2009). Hal : 285.

a. Standar dan tujuan yang ditentukan sendiri (*Self-Determined standart and Goals*)

Sebagaimana manusia yang mengatur diri, cenderung memiliki standar-standar yang umum bagi perilaku. Standar yang menjadi kriteria untuk mengevaluasi performa dalam situasi spesifik. Membuat tujuan-tujuan tertentu yang dianggap bernilai dan menjadi arah dan sasaran perilaku seseorang. Memenuhi standar-standar dan meraih tujuan-tujuan yang memberi kepuasan (*selfsatisfaction*), meningkatkan *self-efficacy*, dan memacu seseorang untuk meraih lebih besar lagi.

b. Pengaturan Emosi (*Emosional Regulated*)

Yaitu selalu menjaga atau mengelola setiap perasaan seperti amarah, dendam, kebencian, atau kegembiraan yang berlebihan agar tidak menghasilkan respon yang kontraproduktif, pengaturan emosi yang efektif sering melibatkan dua cabang.

c. Instruksi Diri (*Self-instruction*)

Instruksi yang seseorang berikan kepada dirinya sendiri sembari melakukan sesuatu yang kompleks, kmemberi sarana untuk mengingatkan diri mereka sendiri tentang tindakan-tindakan.

d. Monitoring Diri (*Self Monitoring*)

Bagian penting selanjutnya adalah mengamati diri sendiri saat sedang melakukan sesuatu atau sebuah observasi diri. Agar membuat kemajuan ke arah tujuan-tujuan yang penting, seseorang harus sadar tentang seberapa baik yang sedang dilakukan. Dan membuat kemajuan kearah tujuan-tujuan tertentu, lebih mungkin melanjutkan usaha-usaha.

e. Evaluasi Diri (*Self-Evaluation*)

Setiap apa yang kita lakukan dimanapun kita berada perilaku kita akan dinilai oleh orang lain, meski demikian agar seseorang mampu mengatur dirinya sendiri seseorang harus bisa menilai perilakunya sendiri dengan kata lain seseorang itu akan melakukan evaluasi.

f. Kontingensi yang ditetapkan diri sendiri (*Selfimposed Contingencies*)

Ketika seseorang menyelesaikan sesuatu yang telah dirancang sebelumnya, khususnya jika tugas tersebut rumit dan menantang seseorang itu akan merasa

bangga pada dirinya sendiri dan memuji dirinya atas keberhasilan yang dia capai. Sebaliknya ketika gagal menyelesaikan sebuah tugas, seseorang akan merasa tidak senang dengan performanya sendiri, merasa menyesal atau malu, oleh karena itu penguatan atau hukuman yang ditetapkan sendiri yang menyertai suatu perilaku itu sangat penting.⁶

Maksud dari bimbingan disini adalah penjelasan atau petunjuk bagaimana cara untuk mengerjakan sesuatu, artinya bimbingan ini untuk menuntun, memberi jalan, dan menunjukkan seseorang ke arah tujuan yang lebih baik dan bermanfaat.⁷

Bimbingan agama menurut Syamsul Munir Amin adalah suatu proses untuk memberikan bantuan yang terarah kepada seseorang, terus-menerus dan juga sistematis agar bisa mengembangkan potensi atau fitrahnya beragama secara optimal yang dimiliki individu tersebut, agar hidup selaras dan sesuai tuntunan Al-qur'an dan Al-hadis, dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai yang terdapat dalam Al-qur'an dan Al-hadis kedalam dirinya.⁸

Bimbingan mempunyai arti menurut Winkel yaitu suatu cara untuk memberikan bantuan atau pertolongan kepada seorang individu agar bisa membuat pilihan dengan bijak dan agar bisa menyesuaikan diri terhadap tuntutan-tuntutan dalam hidup dengan mengembangkan kemampuan diri.⁹

Individu dibantu juga di bimbing agar bisa hidup selaras dengan ketentuan agama dan petunjuk dari Allah SWT, yang dimaksud dengan hidup selaras yaitu:

1. Hidup selaras yaitu sesuai dengan pedoman ketentuan Allah, *sunatullah*, dan hakikatnya sebagai makhluk Allah SWT.
2. Sesuai dengan pedoman yang telah diberikan oleh Allah kepada para Rasul-Nya.
3. Hidup sesuai dengan ketentuan dan petunjuk dari Allah mempunyai arti bahwa bisa menyadari eksistensi diri yaitu sebagai makhluk yang diciptakan oleh Allah

⁶ Chilmiyatul Musyrifah, *Op. Cit.*, h. 25-26

⁷ Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta : Balai Pustaka. (1991). Hal : 133.

⁸ Munir, Syamsul Amin. *Bimbingan dan Konseling Islam*. Jakarta : Amzah. (2010). Hal : 19.

⁹ Winkel. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Jakarta : Gramedia Widiasarana Indonesia. (1991). Hal:17.

dan untuk mengabdikan kepada Allah, mengabdikan dalam artian yang seluas-luasnya.¹⁰

Menurut M. Hamdan Bakran Adz Dzaky seperti dikutip oleh Tohirin merinci tujuan bimbingan dan konseling Islam sebagai berikut:

- a. Untuk menghasilkan suatu perbaikan, perubahan, kesehatan, dan kebersihan jiwa dan juga mental. Jiwa bisa tenang, jinak dan damai (*muthmainnah*), bersikap lapang dada (*radhiyah*) dan mendapatkan pencerahan taufik dan hidayahNya (*mardhiyah*).
- b. Untuk menghasilkan suatu perbaikan, perubahan, dan kesopanan tingkah laku yang itu semua dapat memberikan manfaat yang baik pada diri sendiri, lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, lingkungan kerja, maupun lingkungan sosial, dan lingkungan di sekitarnya.
- c. Untuk menghasilkan kecerdasan rasa (emosi) pada diri individu sehingga dapat muncul dan berkembang rasa toleransi (*tasammukh*), kesetiakawanan, tolong menolong dan memunculkan rasa kasih sayang.
- d. Untuk menghasilkan kecerdasan spiritual pada diri individu sehingga muncul dan berkembang keinginan didalam dirinya untuk berbuat taat kepadaNya, tulus mematuhi segala perintahNya, serta tabahan dalam menerima ujianNya.

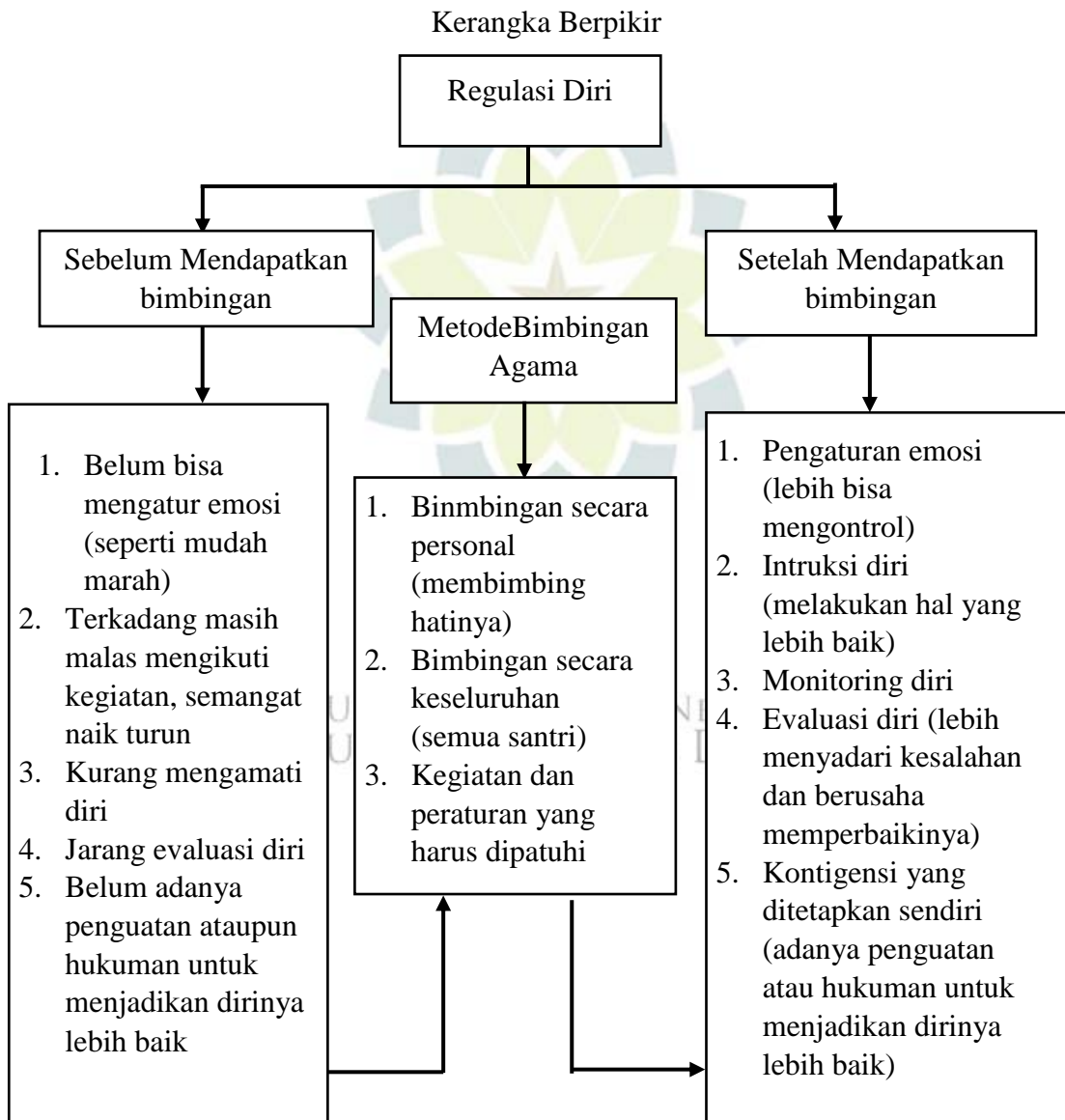
Untuk menghasilkan potensi Ilahiyah, dengan potensi tersebut individu dapat melakukan tugas-tugasnya sebagai khalifah dengan baik dan benar, bisa dengan baik menanggulangi berbagai persoalan hidup, dan bisa memberikan kemanfaatan dan keselamatan bagi lingkungan didalam berbagai aspek kehidupan.¹¹

Bimbingan agama ini dilakukan di pesantren karena jika dilihat definisi Menurut Ulil Abshar Abdallah mengenai pesantren adalah lembaga pendidikan islam satu-satunya di Indonesia yang mewarisi tradisi intelektual Islam

¹⁰ Samsul Arifin. *Pendidikan Agama Islam*. Yogyakarta : Deepublish. (2018). Hal : 17.

¹¹ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (berbasis integrasi)*, Edisi Revisi. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada. (2013). Hal : 35-36.

Tradisional.¹² Pesantren sebagai sebuah lembaga pendidikan islam di Indonesia, mempunyai kekhasan tersendiri terutama mengenai fungsinya sebagai lembaga dakwah, institusi pendidikan, disamping itu juga sebagai bimbingan kemasyarakatan. Maka pesantren menjadi salah satu tempat yang tepat untuk mendapatkan bimbingan agama.



¹² Abdalah Ulil Abshar. *Humanisasi Kitab Kuning : Refleksi dan Kritik atas Tradisi Intelektual Pesantren dalam Pesantren Masa Depan : Wacana Pemberdayaan dan Transformasi Pesantren*. Bandung : Pustaka Hidayah. (1999). Hal : 287. Cet 1.

F. Hasil Penelitian Terdahulu

Dalam penelitian ini diambil dari beberapa referensi seperti dari pustaka atau karya-karya baik yang bersumber dari buku, jurnal, skripsi artikel dan lain-lain yang mempunyai relevansi dengan topik yang akan diteliti. Ada beberapa hasil penulisan yang sebelumnya telah diteliti yang berkaitan dengan regulasi diri dan bimbingan agama. Akan tetapi, sepanjang pengetahuan yang dimiliki oleh peneliti, dalam penelitian di perpustakaan UIN Sunan Gunung Djati Bandung belum ditemukan skripsi yang judulnya sama mengenai judul tentang “Metode Bimbingan Agama dalam Mengembangkan Regulasi Diri (Studi Pada Mahasiswa Yang Tinggal Di Pondok Pesantren Terpadu Ar-raaid)”. Adapun referensi yang dijadikan sebagai sumber penelitian ini diantaranya :

- 1. Jurnal tentang *Mengembangkan Regulasi Diri Melalui Pemberian Penghargaan*.** Dalam penelitian ini menjelaskan bagaimana proses dan hasil dari pemberian reward yang dilakukan ini dapat meningkatkan regulasi diri di kelompok BTKPKK Lidah Kulon II Surabaya tahun 2014. Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian tersebut yaitu menggunakan analisis data kualitatif dan statistik deskriptif yang disajikan dalam bentuk tabel dan grafik. Analisis data kualitatif dengan instrumen regulasi diri, wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi. Dan kesimpulan dari penelitian ini adalah bisa membuktikan bahwa dengan menggunakan metode penghargaan bisa meningkatkan regulasi diri pada anak.
- 2. Skripsi tentang *Bimbingan Agama Dalam Meningkatkan Regulasi Diri Narapidana di Rumah Tahanan Negara (RUTAN) Kelas II B Menggala Kabupaten Tulang Bawang*.** Oleh Melsani, jurusan Bimbingan dan Konseling Islam UIN Raden Intan Lampung, tahun 2018. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif yaitu fokus kepada masalah-masalah yang ada saat penelitian dilaksanakan. Hasil dari penelitiannya adalah menjelaskan bagaimana pelaksanaan bimbingan agamanya seperti :
 - a. Membiasakan untuk disiplin solat lima waktu
 - b. Melakukan pengajian rutin, dan isi dari materinya adalah tentang
 1. akidah

2. akhlak dan juga

3. ibadah.

Metode yang digunakan dalam penyampaianya meliputi :

1. dengan ceramah

2. lisan / praktek,

3. nasehat,

4. pembiasaan.

c. Pelaksanaan baca dan tulis al-quran.

Kegiatan yang dilaksanakan dalam bimbingan agama ini bertujuan agar bisa menanamkan kekuatan yang digunakan sebagai dasar kemampuan nara pidana dalam mengendalikan sikap dan perilakunya, yang ada didalamnya agar bisa kembali dengan tidak melanggar lagi norma juga hukum.

- 3. Peningkatan Self – Regulation dengan Layanan Bimbingan Kelompok pada Siswa Kelas VIII SMPIT Daarul ‘Ilmi Bandar Lampung.** Oleh Sifha Ni Najmah. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Lampung, tahun 2016. Hasil penelitiannya adalah untuk mengetahui bahwa *self regulation* siswa dapat ditingkatkan menggunakan layanan bimbingan kelompok. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode eksperimen semu dengan *one group pretest and posttest design*. Teknik pengumpulan datanya dengan menggunakan skala *self regulation*. Hasilnya adalah *self regulation* dapat ditingkatkan dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VIII SMPIT Daarul ‘Ilmi Bandar Lampung tahun pelajaran 2015/2016.