

**HUBUNGAN ANTARA *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* DAN *SELF REGULATED LEARNING* DENGAN PRESTASI BELAJAR PAI SANTRI PENGHAFAL AL-QUR'AN DI PPSQ ASY-SYADZILI 1 SUMBER PASIR MALANG**

TESIS

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat  
Memperoleh Gelar Magister Dalam Program Studi Pendidikan Agama Islam



Oleh:

FAIRUZ ZUBADY AL FARIZY

NIM: 02040820018

**PASCASARJANA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL  
SURABAYA  
2022**

## **PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fairuz Zubady Al Farizy  
NIM : 02040820018  
Program Studi : Magister Pendidikan Agama Islam  
Instansi : Pascasarjana, Universitas Islam Negeri Sunan  
Ampel Surabaya

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa TESIS yang saya tulis dengan judul “HUBUNGAN ANTARA *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* DAN *SELF REGULATED LEARNING* DENGAN PRESTASI BELAJAR PAI SANTRI PENGHAFAL AL-QUR'AN DI PPSQ ASY-SYADZILI 1 SUMBER PASIR MALANG” benar-benar merupakan hasil karya sendiri, bukan merupakan tulisan hasil pemikiran orang lain.

Surabaya, 30 November 2022

Yang membuat pernyataan

Fairuz Zubady Al Farizy

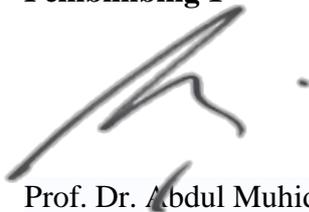
NIM.02040820018

## **PERSETUJUAN PEMBIMBING**

Tesis berjudul “**HUBUNGAN ANTARA *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* DAN *SELF REGULATED LEARNING* DENGAN PRESTASI BELAJAR PAI SANTRI PENGHAFALAL-QUR'AN DI PPSQ ASY-SYADZILI 1 SUMBER PASIR MALANG**” yang di tulis oleh  
Fairuz Zubady Al Farizy ini telah di setujui tanggal 05  
Desember 2022

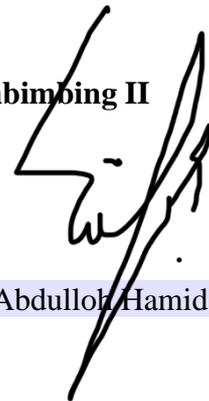
Oleh:

**Pembimbing 1**



Prof. Dr. Abdul Muhid, M.Si

**Pembimbing II**



Dr. Abdulloh Hamid, M. Pd

## PENGESAHAN TIM PENGUJI UJIAN TESIS

Tesis ini berjudul “HUBUNGAN ANTARA *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* DAN *SELF REGULATED LEARNING* DENGAN PRESTASI BELAJAR PAI SANTRI PENGHAFAL AL-QUR'AN DI PPSQ ASY-SYADZILI 1 SUMBER PASIR MALANG” ini telah diuji pada tanggal 10 Januari 2023

Tim Penguji:

1. Prof. Dr. Abdul Muhid, M.Si (Ketua)

2. Dr. Abdullah Hamid, M.Pd (Sekretaris)

3. Prof. Dr. Hj. Evi Fatimatur Rusydiyah, M.Ag. (Penguji 1)

4. Dr. H. Munawir, M.Ag. (Penguji 2)

Surabaya, 10 Januari 2023



Prof. Masdar Hilmy, MA., Ph.D

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Fairuz Zubady Al Farizy  
NIM : 02090820018  
Fakultas/Jurusan : Magister Pendidikan Agama Islam  
E-mail address : Fairuzzubady1@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Sekripsi  Tesis  Desertasi  Lain-lain (.....)  
yang berjudul :

Hubungan Antara Psychological well being dan self regulated learning  
dengan Prestasi belajar santri Penghajian Al-Qur'an Di PPSA HJ. Syadzici  
1 sumber Pasif Mancang

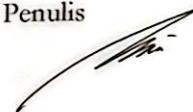
beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 4 Oktober 2023

Penulis



FAIRUZ ZUBADY A.

## ABSTRAK

Fairuz Zubady Al Farizy. 2022. "Hubungan Antara *Psychological Well-Being* Dan *Self Regulated Learning* Dengan Prestasi Belajar PAI Santri Penghafal Al-Qur'an Di PPSQ Asy-Syadzili 1 Sumber Pasir Malang". Tesis. Program Studi Magister Pendidikan Agama Islam. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

Pembimbing: (1) Prof. Dr. Abdul Muhid, M.Si., (2) Dr. Abdullah Hamid, M.Pd.

---

Banyak pernyataan muncul di mata publik jika para penghafal Al-Qur'an akan lemah dalam prestasi belajar. Padahal meraih prestasi tidak bisa dipisahkan dari latihan belajar, karena belajar adalah proses sedangkan prestasi belajar adalah efek samping dari siklus yang dilakukan oleh peserta didik. Dalam perkembangannya, ada dua variabel yang berpengaruh terhadap prestasi belajar peserta didik, pertama adalah *psychological well-being* (kesejahteraan psikologis), yang merupakan kondisi individu yang ditandai dengan adanya perasaan bahagia, mampu menikmati kehidupan dan tidak menunjukkan gejala-gejala depresi. Kemudian yang kedua adalah *Self regulated learning*, yaitu pembelajaran mandiri atau pembelajaran yang dikelola oleh dirinya sendiri untuk menumbuhkan motivasi dan pengetahuan diri. Kedua hal tersebut secara kumulatif memiliki pengaruh terhadap prestasi belajar.

Tujuan penelitian ini yakni mengetahui Hubungan Antara *Psychological Well-Being* Dan *Self Regulated Learning* Dengan Prestasi Belajar PAI Santri Penghafal Al-Qur'an Di PPSQ Asy-Syadzili 1 Sumber Pasir Malang. Untuk mencapai tujuan tersebut penelitian (Fairuz Zubady Al Farizy) ini menggunakan metode kuantitatif dengan analisis korelasi product momen Karl Pearson dan analisis regresi linier berganda. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah 30 Santri Penghafal Al-Qur'an di PPSQ Asy-Syadzili 1 Sumber Pasir Malang. Untuk mengolah dan menganalisis data, peneliti menggunakan software *SPSS versi 22.0*.

Hasil penelitian ini diketahui bahwa tidak terdapat korelasi yang signifikan antara *psychological well-being* terhadap prestasi belajar. Hal ini ditunjukkan dari nilai *r square* sebesar 0,218 lebih kecil dari *r tabel* yaitu 0,349 ( $0,218 < 0,349$ ) dan dari nilai signifikansi sebesar  $0,247 > 0,05$ . Selanjutnya *self regulated learning* tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan prestasi belajar. Hal ini dapat diketahui dari hasil penelitian yang menunjukkan nilai Sig. (2-tailed) antara variabel X2 dengan Y adalah  $0,90 > 0,05$  dan diketahui nilai *r hitung* adalah  $0,315 < 0,349$ . Dan terakhir, hubungan antara *psychological well-being* dan *self regulated learning* dengan prestasi belajar PAI santri penghafal al-qur'an di ppsq asy-syadzili 1 sumber pasir malang menunjukkan hasil penelitian bahwa nilai *Fhitung* lebih kecil dari *Ftabel* ( $2,664 < 2,92$ ), artinya *psychological well-being* dan *self regulated learning* secara simultan tidak berpengaruh terhadap prestasi belajar.

**Kata kunci:** Psychological Well-Being; Self Regulated Learning; Prestasi Belajar

## ABSTRACT

Fairuz Zubady Al Farizy. 2022. "The Correlation Between Psychological Well-Being and Self Regulated Learning With Islamic Education Learning Achievement Santri Memorizing Al-Qur'an at PPSQ Asy-Syadzili 1 Sumber Pasir Malang". Thesis. Islamic Religious Education Masters Study Program. Sunan Ampel State Islamic University Surabaya.

Advisor: (1) Prof. Dr. Abdul Muhid, M.Si., (2) Dr. Abdullah Hamid, M.Pd.

---

Many statements appeared in public that the memorizers of the Qur'an would be weak in learning achievement. Even though achieving achievement cannot be separated from learning exercises, because learning is a cycle, while learning achievement is a side effect of the learning process by students. In its development, there are two things that are thought to have an influence on student achievement. The first is psychological well-being which is an individual condition characterized by feelings of happiness, life satisfaction and no symptoms of depression. The second is self-regulated learning, namely independent learning meaning that it is managed by himself to foster motivation and self-development. Both of them can influence learning achievement.

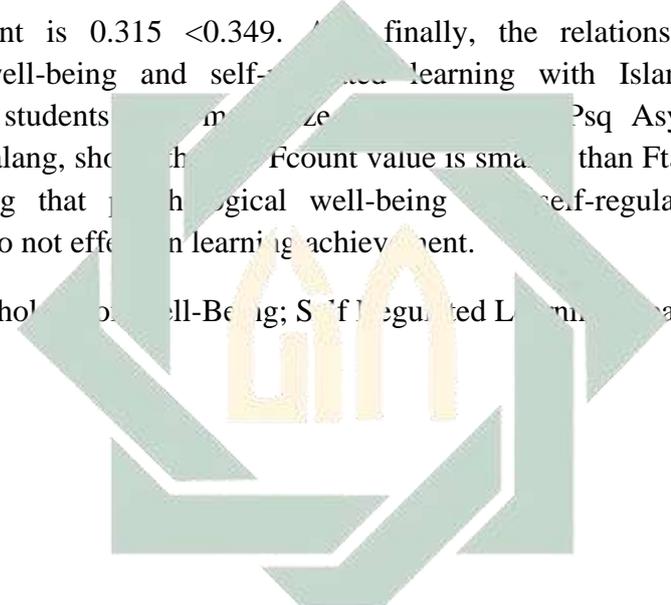
This study aimed to determine the relationship between Psychological Well-Being and Self-Regulated Learning on Learning Achievement of Santri Memorizing Al-Qur'an at PPSQ Asy-Syadzili 1 Sumber Pasir Malang. To achieve this goal, this field research uses quantitative methods with Karl Pearson product-moment correlation analysis and multiple linear regression analysis. The subjects used in this study were 30 students who memorized the Keran at PPSQ Asy-Syadzili 1 Sumber Pasir Malang. To process and analyze data, researchers used SPSS software version 22.0.

The results of this study note that there is no significant correlation between psychological well-being on learning achievement. This is shown from the  $r$  square value of 0.218 which is smaller than the  $r$  table which is 0.349 ( $0.218 < 0.349$ ) and from a significance value of  $0.247 > 0.05$ . Furthermore, self-regulated learning does not have a significant relationship with learning achievement. This can be seen from the research results which show the value of Sig. (2-tailed) between variables X2 and Y is  $0.90 > 0.05$  and it is known that the value of  $r$  count is  $0.315 < 0.349$ . And finally, the relationship between psychological well-being and self-regulated learning with Islamic learning achievement of students who memorize the Koran at PPSQ Asy-Syadzili 1,

Sumber Pasir Malang, shows that the F count value is smaller than Ftable ( $2.664 < 2.92$ ). , meaning that psychological well-being and self-regulated learning simultaneously do not effect on learning achievement.

The results of this study note that there is no significant correlation between psychological well-being on learning achievement. This is shown from the r square value of 0.218 which is smaller than the r table which is 0.349 ( $0.218 < 0.349$ ) and from a significance value of  $0.247 > 0.05$ . Furthermore, self-regulated learning does not have a significant relationship with learning achievement. This can be seen from the research results which show the value of Sig. (2-tailed) between variables X2 and Y is  $0.90 > 0.05$  and it is known that the value of r count is  $0.315 < 0.349$ . Finally, the relationship between psychological well-being and self-regulated learning with Islamic learning achievement of students in mosque Pesq Asy-Syadzili 1, Sumber Pasir Malang, shows that Fcount value is smaller than Ftable ( $2.664 < 2.92$ ). , meaning that psychological well-being and self-regulated learning simultaneously do not effect on learning achievement.

**Keywords:** Psychological Well-Being; Self-Regulated Learning; Learning achievement



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah ucapan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT. Yang telah memberikan petunjuk, pertolongan serta kemudahan dalam menyelesaikan penulisan tesis ini yang berjudul” hubungan antara psychological well-being dan self regulated learning dengan prestasi belajar pai santri penghafal Al-Qur’an di ppsq asy-syadili 1 sumber pasir malang” sebagai salah satu syarat kelulusan semester akhir di program pascasarjana Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya dengan tepat waktu. Tanpa rahmat dan karunia Allah. Tentu penulis tidak akan dapat menyelesaikan tugas ini dengan baik.

Dalam penyusunan tesis ini penulis tidak terlepas dari dukungan dan motivasi dari banyak pihak. Oleh karena itu saya ucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Prof. Masda Hidayat, S.Ag., MA, M.Pd, selaku Direktur Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
2. Prof. Dr. A. Nurhanan Asyraf, M. Pd, selaku Kepala Program studi Magister Pendidikan Agama Islam Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
3. Prof. Dr Abdul Wahab Hamid, MPd selaku dosen pembimbing tesis yang telah meluangkan waktunya untuk memimbing,memberikan saran, arahan dan motivasi dalam menyelesaikan penyusunan tesis ini.
4. Abuya KH. Abdul Mun'im Syadzili selaku pengasuh pondok pesantren asy syadzili sumber pasir malang, yang telah memberikan kesempatan penelitian di instansi lembaga Pendidikan tersebut.
5. Aba Yahya Amin dan Umik Umi kholidah serta kakak saya Erick Ahmad Fahmi Al faizy dan adik saya Hanna Fitri Ikrima dini yang tiada henti menyemangati, memotivasi serta dukungan dan mendoakan saya hingga detik ini.
6. Sahabat-sahabat terbaik saya yang sampai saat ini setia menjadi tempat keluh kesah meskipun jarak yang tidak berkedekatan.

Atas semua bantuannya, saya ucapkan jazakumullah khairan katsiran atas semua nasehat dan sarannya hingga tesis yang berjudul **“Hubungan antara *psychological well-being* dan *self regulated learning* dengan prestasi belajar pai santri penghafal Al-Qur’an di ppsq asy-syadili 1 sumber pasir malang”** dapat terselesaikan dengan baik. Semoga hasil penelitian ini dapat memerikan manfaat bagi setiap pembaca terutama siapapun yang sedan berjuang untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas Pendidikan di Indonesia.

Dengan seluruh kerendahan hati, saya meminta kesedian pemaca untuk membaca karya penelitian yang membangun mengenai penelitian ini, agar nantinya dapat menjadi acuan dalam pembuatan tesis akhir tesis di waktu berikutnya.



Surabaya 08 Desember 2022

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

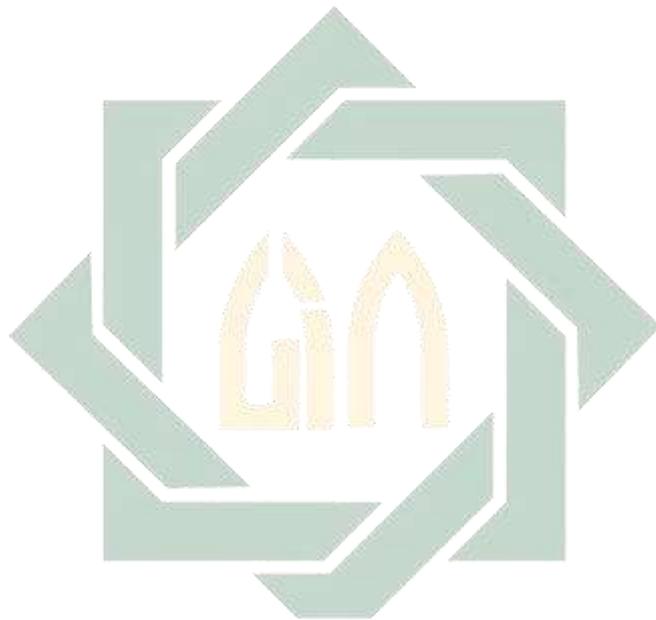
Fairuz Zubady Al farizy

NIM. 02040820018

## DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN .....	iii
PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	iv
PENGESAHAN TIM PENGUJI UJIAN TESIS.....	Error! Bookmark not defined.
ABSTRAK .....	vi
ABSTRACT .....	vii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Dan Rumusan Masalah .....	10
C. Rumusan Masalah .....	11
D. Tujuan Penelitian .....	12
E. Kegunaan Penelitian .....	12
F. Sistematika Penulisan .....	13
<b>BAB II KAJIAN TEORI</b> .....	15
A. <i>Psychological Well-being</i> .....	15
B. <i>Self Regulated Learning</i> .....	24
C. Prestasi Belajar .....	32
D. Hubungan Antar variabel .....	36
E. Penelitian Terdahulu .....	41
F. Kerangka Teoretik .....	44
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b> .....	46
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian .....	46
B. Sumber Data .....	46
C. Definisi Operasional dan Variabel Penelitian .....	47
D. Teknik Pengumpulan Data Penelitian .....	50
E. Uji Instrumen .....	51
F. Analisis Data .....	51
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b> .....	57
A. Hasil Penelitian.....	57

<b>B. Pembahasan</b> .....	76
<b>BAB V PENUTUP</b> .....	82
<b>A. Kesimpulan</b> .....	82
<b>B. Saran</b> .....	84
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	85
<b>LAMPIRAN</b> .....	88



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Mempertahankan hafalan Al-Qur'an telah menjadi sangat terkenal akhir-akhir ini oleh masyarakat Indonesia, dari berbagai kalangan, sederhana bahkan anak-anak juga. Berbagai acara yang diadakan oleh santri juga sebanding. Bahkan ada juga santri yang melakukan berbagai cara mereka lakukan dalam mempertahankan hafalan Al-Qur'an. Seperti dalam Unit Peningkatan Tahfidz di pesantren Asy-Syadzili 1 sumber pesantren Malang. ppsq asy-syadzili 1 sumber pesantren Malang sendiri sudah menjadi wadah perkumpulan santri selama waktu yang cukup lama untuk menghafal Al-Qur'an.<sup>1</sup>

Ali Y. mengemukakan bahwa Al-Qur'an adalah wahyu luar biasa dari Allah swt, terungkap kepada Nabi Muhammad SAW sebagai nabi dan misionaris dengan melalui intervensi utusan surgawi Jibril (as), ditulis dalam salinan asli kemudian diturunkan kepada khalifah mutawattir, membaca dengan teliti dan berkonsentrasi pada Al-Qur'an adalah cinta, dan Al-Qur'an dimulai dengan Surat Al-Fatihah dan ditutup dengan Surat An-Nas. Pemeliharaan Al-Qur'an utama dimulai dengan merekam pada lembaran, hati, tulang, dan kain.<sup>2</sup> Kemudian Al-Qur'an mulai disusun dalam satu salinan asli oleh khalifah Abu. Disiapkan dan diakhiri dengan wadah Ustman Affan. Kemudian Al-Qur'an

---

<sup>1</sup>Carr, A Positive psychology the Science of happiness and human strengths. *America journal Studies* Vol.03.No.01, (2019).

<sup>2</sup>Ali, Y. Problema Psikologi Manusia Modern dan Solusinya dalam Perspektif Tasawuf, *Jurnal Tasawuf*,(2012), 1.

mulai dicetak di negara yang berbeda sampai tiba di tangan kita sekarang ini. Al-Qur'an pertama seperti yang diperintahkan oleh Nabi Muhammad SAW kepada para sahabatnya.<sup>3</sup> Hal ini dengan alasan bahwa kitab Allah SWT yang memulai dan sekaligus menyempurnakan kitab-kitab Allah SWT yang diturunkan ke dunia ini diawasi oleh Allah SWT dari segala sesuatu jenis penyimpangan dan perubahan, hal ini ditegaskan oleh Allah SWT dalam firmannya:

إِنَّا نَحْنُ نَزَّلْنَا الذِّكْرَ وَإِنَّا

Artinya: Sesungguhnya Kami lah yang menurunkan Al-Qur'an, dan pasti Kami (pula) yang memelihara.

Menghafal Al-Qur'an adalah salah satu sifat muslim dan Jumlah penghafal Al-Qur'an di dunia kami ini sangat banyak. Seperti yang ditunjukkan oleh setiap hari Republik Indonesia 2017, setiap tahun Al-Qur'an di Pakistan datang ke 7 juta dari sekitar 134 juta penghuni, jalur Gaza-Palestina adalah 60 ribu individu, Libya 1 juta individu dari 7 juta individu, Arab Saudi 6 ribu individu, dan Dari Indonesia jumlah orang yang mengingatnya adalah 30 ribu dari sekitar 250 juta rakyat.<sup>4</sup> Bagaimanapun, mengingat Al-Qur'an di Indonesia mencakup sangat tidak signifikan mengingat fakta bahwa hanya ada 0,01% dari penghafal qur'an diantaranya berada di wilayah Surakarta. Jumlahnya lebih banyak temukan di sekolah pengalaman hidup Islami bukan di rumah. Jumlah

<sup>3</sup> Sudjana Aki, Dalam Membentuk Perkembangan Kepribadian Anak : Perspektif Psikologi Perkembangan Islam, *Jurnal Pendidikan Islam*” 26 (2016): 91–118.

<sup>4</sup> Suparlan, Dimensi Spiritual dalam Psikologi Modern (Psikologi Transpersonal sebagai Pola Baru Psikologi Spiritual), *Jurnal International Conference on Islamic Studies*, Vol.3 No.14, (2012), 33.

diamati lebih banyak di sekolah Islam semua inklusif daripada di rumah. Sekolah-sekolah Islami ini memainkan peran yang luar biasa dalam cetak usia mempertahankan Al-Qur'an. Ada beberapa Sekolah pengalaman hidup Tahfizhul Qur'an, khususnya Baitul Hikmah, Daarul Qur'an, Ulul Albab, Langitan, PPM Al Jihad Surabaya, dan lain - lain.<sup>5</sup>

Beberapa hasil eksplorasi menunjukkan bahwa tindakan menghafal Al-Qur'an membawa perubahan positif, khususnya pada kaum muda, khususnya: prestasi belajar yang diperoleh, peningkatan kemampuan mental. Memperluas kerangka kerja yang relevan. Selanjutnya, mengingat Al-Qur'an mengharuskan pelakunya untuk berusaha mengasimilasi kelezatan Al-Qur'an dalam kehidupan sehari-hari, menghitung filosofian beribadah dengan jenis kelamin lain, meskipun mereka beribadah. Penulis ingin memaknai bahwa salah satu persoalan dalam konseling remaja adalah kesulitan untuk situasi ini ketertarikan dengan jenis kelamin lain. Beribadah sama dalam huffadz yang mencoba menerapkan prinsip-prinsip yang tertulis di Al-Qur'an, jelas, memiliki pendekatan khusus untuk mengkomunikasikan cinta yang tulus jadi memiliki makna alternatif dari remaja bisa dibayangkan lain dan menarik untuk pemeriksaan tambahan. Interaksi yang dilalui seseorang hingga menjadi penghafal Al-Qur'an itu sulit dan sangat panjang. Dikatakan sulit karena harus mempertahankan substansi Al-Qur'an dengan jumlah yang sangat besar terdiri dari 114 surah, 6.236 ayat, 77845 kata, dan 1.027.000 huruf yang serupa sama

<sup>5</sup> Hasanah, Dinamika Kepribadian Menurut Psikologi Islami, *Jurnal At-Tarbiyah*, Vol.5.No.4, (2019),20-23.

<sup>6</sup> Nurviyanti Cholid, Konsep Kepribadian Al-Ghozali Untuk Mencapai Hasil Konseling Yang Maksimal, *Jurnal Psikologi Islam*, Vol.5. no. 1 (2018): 55–75.

sekali tidak sama dengan gambar huruf dalam bahasa Indonesia.<sup>7</sup> Ingat Al-Qur'an tidak hanya mempertahankan dengan bergantung pada kekuatan memori, bagaimanapun, adalah perkembangan siklus yang seharusnya dilakukan dengan mengingat Al-Qur'an setelah memiliki pilihan untuk mendominasi retensi dalam jumlah.

Menjaga hafalan Al-Qur'an berkomitmen untuk menjaganya agar tetap diingat. mendapatkan apa yang sedang direalisasikan dan bertanggung jawab untuk mempraktekannya. Dengan demikian, cara mengingat yang paling umum seharusnya adalah intensional yang panjang karena kewajiban yang disampaikan oleh penghafal Al-Qur'an akan terasa bersamanya sampai akhir hayat.<sup>8</sup> Hasil dari kewajiban ini juga berbobot. Juga itu berkaitan dengan begitu banyak tugas sekolah untuk mencari yang mempertahankan Al-Qur'an tidak layak untuk mengingat retensinya maka itu bisa dipesan sebagai salah satu bentuk tanggung jawab sebagai salah satu hadits dengan tegas menyatakan bahwa Al-Qur'an seharusnya memberikan bantuan dapat memberikan kerusakan pada penghafal jika tidak dijaga. Oleh karena itu, para santri yang mempertahankan Al-Qur'an, selain dari membutuhkan kapasitas mental yang memuaskan, latihan retensi Al-Qur'an juga membutuhkan kekuatan keyakinan dan harapan yang lurus itu juga

<sup>7</sup> Khoiriyah Ulfa, Tipologi Manusia dalam Kepribadian Psikologi Islam. *TAZKIYA Journal of Psychology*, Vol.6 No.9(2015): 123–140.

<sup>8</sup> Anri Saputra, Mela Rospita, and Vivik Shofiah, Qalbu Dalam Kajian Psikologi Islam, *Jurnal Tazkiyah*, Vol.18, no. 1 (2019): 37–51.

membutuhkan kerja keras, status fisik dan dunia lain, kesiapan dan pedoman diri yang keras.<sup>9</sup>

Banyak pernyataan muncul di mata publik jika para penghafal Al-Qur'an akan lemah dalam prestasi belajar. Hal ini didukung oleh temuan di observasi awal terdapat beberapa masalah di antaranya: dalam pelaksanaan proses menghafal al-qur'an di ppsq asy-syadzili 1 sumber pasir malang, santri kurang aktif menghafal alqur'an, dan ustad maupun ustadzah dan santri cenderung tidak kuat hafalannya. Saat ustad maupun ustadzah menyimak hafalan santri. Beberapa santri yang dikelompokkan untuk saling menyimak hafalan hanya berharap pada hasil hafal kelompoknya sehingga tidak memahami proses menghafal santri lainnya. Banyak santri belum berani mengangkat tangan untuk mengemukakan hafalannya di depan ustad maupun ustadzahnya, hal ini yang dapat mempengaruhi hasil belajar.<sup>10</sup>

Meraih prestasi belajar yang baik sebagai hasil belajar, karena belajar adalah siklus, sedangkan prestasi belajar adalah efek samping dari sistem yang menunjukkan, seperti yang ditunjukkan oleh Geman, belajar adalah pengalaman yang merupakan sumber informasi dan kemampuan, sekolah, pengalaman instruktif dan tak henti-hentinya dan cerdas. Menurut Wingkel, Prestasi belajar adalah bukti prestasi yang berbuah tercapai, sistem

<sup>9</sup> Muhamad Afifudin Alfarisi, Studi Perbandingan Psikologi Menurut Ibrahim Elfiky Dan Mario Teguh , *Junal Teknologi Pendidikan*, Vol.2.No.12, (2015), 42.

<sup>10</sup>Agustina. Hubungan Motivasi Belajar Dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling 2016 UNNES. *Indonesia Journal of Guidance and Counseling*. (2016): 4(3).

pembelajaran yang dialami siswa membawa perubahan dalam bidang informasi atau pemahaman kemampuan dan mentalitas.<sup>11</sup>

Chaplin berpendapat bahwa, diambil dari referensi kata penelitian otak dalam makalahnya, prestasi belajar adalah tingkat yang luar biasa atau konsekuensi dari bakat dalam pekerjaan yang disurvei oleh instruktur melalui tes atau informasi yang disetujui pemerintah tentang dua hal ini. Dalam pandangan penggambaran di atas, sangat baik dapat disimpulkan bahwa prestasi belajar adalah efek samping dari kegiatan belajar yang merupakan bukti dari jalannya keterlibatan dan pendidikan sangat tahan lama atau super tahan lama.<sup>12</sup> Prestasi belajar juga merupakan hasil dari kemajuan proses pembelajaran yang dapat dinilai dengan angka. Bagaimanakah prestasi belajar terdiri dari tiga sudut pandang:<sup>13</sup>

1. Kognitif, puas dengan prestasi atau ulasan (kemampuan mengingat), memahami, menerapkan, memerinci, dan menganalisis.
2. Afektif, terhubung dengan minat yang menggairahkan, perspektif/perasaan, memperhatikan/menatuhai nilai atau standar.
3. Psikomotor, perdidik berbakat atau berbakat menunjukkan perkembangan (keahlian), menunjukkan kemampuan tangan tingkat keterampilan individu dalam suatu usaha atau serangkaian tugas yakin.<sup>14</sup>

Menurut Winne, *self regulated learning* adalah kapasitas untuk menciptakan dan menyaring perenungan, sentimen, terlebih lagi, perilaku

<sup>11</sup> Ibid.

<sup>12</sup>De Groot, Motivation And Self Regulated Learning Components Of Classroom Academic Perfomance. *Journal educational psychology*,(2019).

<sup>13</sup> Ibid.

<sup>14</sup> Ibid.

untuk mencapai suatu tujuan. Tujuan ini dapat tujuan skolastik (lebih lanjut mengembangkan pemahaman, kesadaran, penulis esai yang hebat, belajar menduplikasi, mengajukan pertanyaan yang hebat berlaku), atau tujuan sosioemosional (mengendalikan kemarahan, belajar berkenalan dengan teman sebaya). *self regulated learning* adalah interaksi yang berfungsi Selain itu, siswa yang berharga dalam menentukan tujuan untuk sistem pembelajaran terlebih lagi, melihat ke layar, mengelola, dan mengontrol pemahaman, inspirasi, dan perilaku yang akan dikordinasikan dan diberdayakan secara total dengan fungsi pengaturan ekologi, siswa yang memiliki belajar mandiri yang tinggi adalah siswa yang metakognisi, inspirasional, dan perilaku adalah yang ditang dimisalkan panjang waktu belajar.

Zimerman mengkapitulasi ada tiga pandangan dalam *self regulated learning*, adalah metakognisi, inspirasi dan perilaku. Metakognisi adalah kapasitas tanggung jawab mengatur diri atau membuat jatuh tempo, mengajar, menyaring dan memarah dalam latihan pembelajaran. Inspirasi adalah sebuah kapasitas kebutuhan mendasar untuk mengontrol dan terhubung dengan sentimen kemampuan setiap orang. Perilaku adalah pekerjaan orang untuk mengarahkan diri sendiri, memilih, dan menggunakan iklim serta membangun iklim yang mendukung latihan pembelajaran.<sup>16</sup>

Seperti yang diungkapkan oleh Zimerman, dalam teori sosial kognitif ada tiga hal yang mempengaruhi individu sehingga mereka mengarahkan diri sendiri belajar, untuk menjadi spesifik individu, perilaku dan iklim. komponen

<sup>15</sup>Azmi, Shofiyatul. Self regulated learning salah satu modal kesuksesan belajar dan mengajar. *Journal Seminar Asean*.(2016):42.

<sup>16</sup> Ibid.

individu menggabungkan informasi, tujuan yang harus dicapai, kapasitas metakognitif selanjutnya, kecukupan diri. Faktor perilaku mencakup perilaku respons diri, individu respons diri dan *self regulated learning*, sedangkan variabel ekologis dapat berupa iklim aktual dan iklim sosial, baik yang alami keluarga, iklim sekolah, iklim sosial, dan lain - lain.<sup>17</sup>

Salah satu yang dapat mempengaruhi *self regulated learning* adalah komponen individu adalah elemen kecukupan diri dan variabel alami menggabungkan adalah bantuan keluarga. Pembelajaran pengontrol diri adalah dari atas ke bawah dan menggunakan aset dan organisasi yang ada, menyaring dan tingkatan siklus dalam diri mempengaruhi hari-hari mengelola sendiri belajar menyinggung motivasi dan mengatur siklus belajar yang dinamis yang mencakup hasil akhir usaha belajar.

Seperti yang didefinisikan oleh Zimmerman *self regulated learning* disebut dengan pembelajaran yang lebih spesifik siklus di mana seorang siswa memberlakukan metakognisi, inspirasi, dan perilaku sepanjang waktu belajar. Untuk sementara, sesuai mengarahkan diri sendiri pembelajaran adalah metode yang terlibat dengan menoleransi tanggung jawab dan pengendalian mempelajarinya sendiri. *self regulated learning* dicirikan oleh bagaimana seseorang menyaring, mengontrol dan mengarahkan bagian dari siklus mental dan cara dia berperilaku. Pembelajaran yang dikendalikan sendiri menggabungkan beberapa sudut pandang mental, termasuk:

<sup>17</sup> Ibid.

<sup>18</sup> Azmi, Shofiyatul, *Self regulated learning salah satu modal kesuksesan belajar dan mengajar. Journal Seminar Asean.*(2016).

1. Perencanaan: menyusun sarana menggabungkan mengedepankan tujuan dengan mengenali tujuan, menciptakan teknik dengan membedah tugas dan menggambarkan hasil normal dengan mempertimbangkan hambatan yang muncul.
2. Memonitoring: termasuk kemampuan untuk memperhatikan, mengungkapkan dan memperkirakan kemajuan terhadap tujuan.
3. Mengevaluasi: menggabungkan penilaian tujuan dan kemampuan dari penilaian.
4. Memperkuat: refleksi pemberian hadiah termasuk pengaturan remunerasi.<sup>19</sup>

Dari beberapa penelitian dari para ahli ujung-ujungnya ditarik bahwa *self regulated learning* menyuguhkan apa saja yang perlu mengontrol pembelajaran mereka melalui kepercayaan dan inspirasi yang bermanfaat dan memarahkan mereka.

Cleamos memahami bahwa, faktor pencapaian itu kemampuan santri meliputi: kapasitas individu wawasan diri, evaluasi tugas, asumsi yang dimiliki santri tentang prestasi, sistem dan pedoman belajar, orientasi, status keuangan, pameran dan perspektif siswa terhadap tugas atau tugas sekolah diberikan pada desain pengasuhan yang diberikan oleh wali kepada anak-anak mereka juga mengambil bagian dalam prestasi belajar santri. Selain itu prestasi belajar dapat dipengaruhi oleh *Psychological Well-Being*.<sup>20</sup>

<sup>19</sup> Ibid.

<sup>20</sup> Wells, I.E. Psychological well being. *Journal Nova Science*.Vol.01.No.01, (2015).

Kesejahteraan psikologi adalah kondisi di mana orang siap untuk mengakui diri mereka apa adanya, siap untuk membentuk koneksi yang hebat hangat dengan orang lain, memiliki kebebasan melawan beban umum, siap untuk mengendalikan iklim luar, memiliki kepentingan sepanjang kehidupan sehari-hari dan siap untuk memahami potensi mereka secara konsisten. Untuk mencapai kemakmuran mental yang besar, jelas, faktor-faktor yang mempengaruhi harus dipikirkan. Berdasarkan penelitian oleh Ryff dan artis (dalam Synder, 2002), kebahagiaan, prestasi, status ekonomi, faktor bantuan sosial, legalisme, dan lain-lain adalah elemen vital yang mempengaruhi komponen *Psychological Well-Being* (1).

Maka dapat disimpulkan bahwa latar belakang di atas ini tertarik untuk meneliti dengan judul penelitian “*Hubungan Psychological Well-Being Dan Self Regulated Learning Terhadap Prestasi Belajar Pada Santri Penghafal Al-Qur'an Di Ppsq Asy-Syadzili 1*”.

## **B. Identifikasi Dan Batasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang tersebut, dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Dalam pelaksanaan proses menghafal al-qur'an di ppsq asy-syadzili 1 sumber pasir malang, santri kurang aktif menghafal alqur'an, dari ustad maupun ustadza dan siswa cenderung tidak kuat hafalannya pada saat ustad maupun ustadza menyimak hafalan santri.

---

<sup>21</sup> Ibid.

2. Beberapa santri yang dikelompokkan untuk saling menyimak hafalan hanya berharap pada hasil hafalan kelompoknya sehingga tidak memahami proses menghafal santri lainnya.
3. Banyak santri yang belum berani mengangkat tangan untuk mengemukakan hafalannya di depan ustad maupun ustadzahnya.

Dari beberapa identifikasi masalah di atas, selanjutnya perlunya peneliti membatasi pada tiga masalah berikut:

1. Proses pelaksanaan hafalan dengan menggunakan *psychological well-being* santri penghafal al-qur'an di ppsq asy-syadzili 1 sumber pasir malang.
2. Proses pelaksanaan hafalan dengan menggunakan *self regulated learning* santri penghafal al-qur'an di ppsq asy-syadzili 1 sumber pasir malang.
3. Prestasi belajar PAI santri penghafal al-qur'an di ppsq asy-syadzili 1 sumber pasir malang.

### C. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah yang telah disebutkan, dapat dirumuskan masalah sebagai berikut :

1. Apakah ada hubungan *psychological well-being* dengan prestasi belajar PAI santri penghafal al-qur'an di ppsq asy-syadzili 1 sumber pasir malang?
2. Apakah ada hubungan *self regulated learning* dengan prestasi belajar PAI santri penghafal al-qur'an di ppsq asy-syadzili 1 sumber pasir malang?
3. Apakah ada interaksi antara *psychological well-being* dan *self regulated learning* dengan prestasi belajar PAI santri penghafal al-qur'an di PPSQ asy-syadzili 1 sumber pasir malang?

#### D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pada rumusan masalah yang telah disebutkan, maka terdapat beberapa tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini, diantaranya:

1. Untuk mengetahui *psychological well-being* santri penghafal al-qur'an di ppsq asy-syadzili 1 sumber pasir malang.
2. Untuk mengetahui *self regulated learning* santri penghafal al-qur'an di ppsq asy-syadzili 1 sumber pasir malang.
3. Untuk mengetahui prestasi belajar PAI santri penghafal al-qur'an di ppsq asy-syadzili 1 sumber pasir malang.

#### E. Kegunaan Penelitian

Penulisan dan penelitian ini diharapkan dapat memiliki kegunaan dan manfaat bagi penulis serta bagi pembaca. Adapun manfaat penelitian ini dibagi menjadi dua aspek:

1. Secara Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah. Dalam rangka untuk memperkaya khazanah keilmuan pendidikan Islam terutama hubungan *psychological well-being* dan *self regulated learning* dengan prestasi belajar PAI santri penghafal al-qur'an dan memberikan motivasi serta inspirasi bagi para peneliti, termasuk mahasiswa untuk melakukan dan mengembangkan kajian atau penelitian yang serupa.

2. Secara Praktis

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan dan perbaikan pelaksanaan pembelajaran menggunakan *psychological well-being* dan *self regulated learning* untuk meningkatkan prestasi belajar PAI santri penghafal al-qur'an di ppsq asy-syadzili 1 sumber pasir Malang.

#### F. Sistematika Pembahasan

Sistematika penulisan pada penelitian ini terdiri dari beberapa pokok bahasan yang terdapat dalam lima bab dapat diuraikan sebagai berikut:

Pada bab pertama atau pendahuluan dalam bab ini peneliti mengemukakan latar belakang masalah, identifikasi masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, alasan penelitian, kerangka teoritik, penelitian terdahulu, sistematika penulisan.

Pada bab kedua atau kajian teori, peneliti membahas tentang pengertian Pengertian *psychological well-being*, pengertian *psychological well-being*, faktor-faktor yang mempengaruhi *psychological well-being*, pengertian *self regulated learning*, perkembangan *self regulated learning*, aspek *self regulated learning*, faktor-faktor *self regulated learning*, strategi *self regulated learning*, pengertian prestasi belajar, faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi belajar, pengukuran prestasi belajar, pengertian menghafal al-qur'an, macam-macam metode menghafal al-qur'an, hukum menghafal al-qur'an, manfaat menghafal al-qur'an, faktor pendukung untuk menghafal al-qur'an, dan hubungan *psychological well-being* dan *self regulated learning* dengan prestasi

belajar PAI santri penghafal al-qur'an di ppsq asy-syadzili 1 sumber pasir malang.

Pada bab ketiga membahas metode penelitian, yang tersusun dari pendekatan dan rancangan penelitian, populasi dan sampel, metode pengumpulan data, langkah-langkah analisis data.

Pada bab keempat berisi hasil penelitian dan pembahasan, yang berisi tentang *psychological well-being* santri penghafal al-qur'an. *Self regulated learning* santri penghafal al-qur'an prestasi belajar PAI santri penghafal al-qur'an. Dan hubungan *psychological well-being* dan *self regulated learning* dengan prestasi belajar santri penghafal al-qur'an di ppsq asy-syadzili 1 sumber pasir malang, data yang memuat analisis penelitian adap data-data yang telah disajikan dan di dukung pada teori yang ada, serta dilengkapi dengan telaah sumber yang relevan yang dimaksudkan untuk memperoleh jawaban-jawaban yang bersifat ilmiah terhadap masalah yang diajukan dalam penelitian ini.

Dan pada bab kelima berupa penutup, yang berisi tentang kesimpulan dari hasil penelitian, saran-saran dan kalimat penutup. Setelah bab kelima selanjutnya penulis akan menyajikan daftar pustaka sebagai kejelasan referensi, dan memuat lampiran-lampiran yang berhubungan dengan data penelitian. Demikian sistematika pembahasan yang digunakan dalam penyusunan penelitian ini.

## BAB II

### KAJIAN TEORI

#### A. *Psychological Well-Being*

##### 1. Pengertian *Psychological Well-Being*

Memahami dan melihat tentang kesejahteraan mental. Dengan cara ini, pada awalnya kita harus mendapatkan arti dari kata "berkembang" dan "bantuan pemerintah" itu sendiri, konsep Sejahtera dalam Rujukan Kata Besar Bahasa Indonesia mengartikan sebagai Tenang dan Sejahtera, aman (selain dari ketidakejangkelan, ketidakteraturan, dan seterusnya). Sedangkan Berkembang berarti sejahtera, aman, tertentunya, tenang, hidup bahagia, sejahtera dan lain – lain.<sup>22</sup>

Sementara itu, sebagai acuan untuk mengukur Batas Bantuan Pemerintah menyatakan Berkembang yang ditunjukkan oleh Layanan Perencanaan Strategis pemerintah pada dasarnya adalah keadaan masyarakat yang telah persyaratan penting terpenuhi. Kebutuhan ini sebagai kecukupan selanjutnya, nilai makanan, pakaian, pendidikan, kesejahteraan, sekolah, bidang pekerjaan dan kebutuhan dasar lainnya seperti iklim yang sempurna, dilindungi dan menyenangkan.<sup>23</sup> Demikian juga kepuasan atas kebebasan dasar dan kerjasama serta pengakuan masyarakat dan pengabdian kepada Tuhan Yang Maha Esa.

---

<sup>22</sup>Ryff, C. D. Know Thyself And Become What You Are : A Eudaimonic Approach To Psychology Well-Being. *Journal Of Happiness Studies*, (2017),9: 13-39.

<sup>23</sup>Nasrin Nabavi Ekhlash, The relationship between determinant factors of self-regulation strategies and main language skills and overall proficiency, *Social and Behavioral Sciences* 70 ( 2013 ) 137 – 147.

Seligman Ide kemakmuran mental dimulai dari hipotesis mental positif. Alasan ilmu otak positif itu sendiri untuk mengkatalisasi penyesuaian ilmu otak dari hanya fokus pada mengubah hal-hal buruk sepanjang kehidupan sehari-hari bekerja pada diri sendiri. Pernyataan itu masuk akal ilmu otak memiliki derajat yang luas dan dapat diciptakan untuk bekerja pada kepuasan pribadi dengan niat penuh untuk mencapai kesejahteraan mental individu. Kesejahteraan mental adalah mengembangkan perhatian itu ke perencanaan, pengalaman dan kegunaan mental.<sup>24</sup> Kesejahteraan mentalnya menjadi hal utama setiap individu yang bahkan hal ini termuat dalam perjanjian yang sudah tertera dalam perundang-undangan. Tujuan utama kesejahteraan dalam filsafat jiwa, melainkan meliputi aspek lain yang satu yaitu adalah kesehatan psikologi.

Ryff dalam bukunya *Manajemen Legalisme dan Model Kesejahteraan bagi korban gempa*. Kemudian ia menyebutkan bahwa di mana individu dapat mengakui dirinya apa adanya, siap untuk membangun hubungan yang hangat dengan orang lain, memiliki kebebasan melawan kesulitan yang lazim, siap mengendalikan iklim luar, memiliki kepentingan sepanjang kehidupan sehari-hari dan dapat memahami potensinya terus-menerus.<sup>25</sup> Konsep mengenai *psychological well-being*, untuk pertama kalinya dikembangkan oleh Ryff pada tahun 1989. *Psychological well-being* diartikan sebagai wujud kesejahteraan psikologis yang berada pada

<sup>24</sup>Muhana S. U. Religiusitas dan Psychological WELL-Being pada korban gempa. *Jurnal psikologi*. Vol. 34, No. 2, (2018): 164-176.

<sup>25</sup>MelisaPaulina, Regulasi Diri dan Makna Hidup pada Mahasiswa Penghafal Al-Qur'an di Rumah Tahfidz Yatim Dhuafa Palembang, *TAZKIYA (Journal of Psychology)*, 9(1), 2021.

tingkatan terbaik, baik secara fisik, mental, maupun spiritual dan dianggap sebagai jalan kehidupan. Dapat dikatakan pula bahwa *psychological well-being* adalah suatu kondisi dimana lebih dari kondisi bahagia, setara dengan perasaan puas dan senang. Sehingga dari uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa *psychological well-being* merupakan suatu kondisi kesejahteraan baik secara fisik, mental, maupun spiritual yang dapat menghadirkan kondisi tubuh yang optimal.

Ryff dan Singer mengemukakan bahwa "*Psychological well-being comes from life-span developmental perspectives, which emphasize the differing challenges confronted at various phases of the life cycle*". Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis berasal dari perspektif perkembangan manusia sepanjang manusia, yang menekankan berbagai tantangan yang dihadapi pada berbagai fase dalam siklus hidup yang dapat menghasilkan kesejahteraan. Pada itu, kesejahteraan psikologis juga didefinisikan sebagai sebuah kondisi dimana kehidupan manusia berjalan dengan baik sebagai hasil kombinasi dari perasaan yang baik dan perasaan yang berfungsi dengan efektif.<sup>26</sup>

Terdapat beberapa telaah kesejahteraan *Psychological Well-Being* berdasarkan landasan hukum al-quran, terdapat pada surat Al-Hajj ayat 77 yang berbunyi:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا ارْكَعُوا وَاسْجُدُوا وَاعْبُدُوا رَبَّكُمْ وَافْعَلُوا الْخَيْرَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ ﴿٧٧﴾

<sup>26</sup> S.K.N.M.K. Iin Aini Isnawati and N M K Rizka Yunita S. Kep., *Konsep Pembentukan Kader Kesehatan Jiwa Di Masyarakat* (Yayasan Ahmar Cendekia Indonesia, n.d.), <https://books.google.co.id/books?id=6k-9DwAAQBAJ>.

Artinya: “Hai orang-orang yang beriman, ruku’lah kamu, sujudlah kamu, sembahlah Tuhanmu dan perbuatlah kebajikan, supaya kamu mendapat kemenangan”

Firman Allah SWT dalam Al-Quran surat Al-Hajj ayat 77 mengisyaratkan bahwa untuk meraih keberuntungan di dunia dan akhirat dibutuhkan usaha terpadu berupa kegiatan ubudiyah atau hablumminallah dan kegiatan memproduksi kebajikan atau hablumminannas. Selain diperhatikan untuk selalu mengabdikan diri kepada Allah, seorang mukmin juga dituntut aktif berkebajikan terhadap sesama manusia. Di Firman Allah SWT yang lain pada Surah Al-Qhasas ayat 77 berbunyi”

وَأَبْتَعْ فِيْمَا ءَانَءُكَ مِنْ أَمْرٍ فَتَنْسَ نَصِيْبَهُ لِيَوْمٍ أُخْرَىٰ وَأَحْسِنَ  
كَمَا أَحْسَنَ اللّٰهُ إِلَيْكَ وَلَا تَبْغِ الْإِمْدَادَ لِلَّذِينَ كَفَرُوا إِنَّ اللّٰهَ يَكْرَهُ الْمُفْسِدِيْنَ  
٧٧

Artinya: “Dan belilah pada apa yang telah dianugerahkan Allah kepadamu (keuntungan atau barang) di dunia, dan janganlah kamu melupakan bahagianmu untuk (nikmat) duniawi dan berbuat baiklah (kepada orang lain) sebagaimana Allah telah berbuat baik, kepadamu, dan janganlah kamu berbuat kerusakan di (muka) bumi. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berbuat kerusakan”

Berdasarkan literatur yang ada, dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis (*psychological well being*) merupakan kondisi individu yang ditandai dengan adanya perasaan bahagia, mempunyai kepuasan hidup dan tidak ada gejala-gejala depresi. Kondisi tersebut dipengaruhi adanya fungsi psikologis yang positif seperti penerimaan diri, relasi sosial yang positif, mempunyai tujuan hidup, perkembangan pribadi, penguasaan lingkungan dan otonomi.

## 2. Dimensi *Psychological Well-Being*

Ryff menyatakan, *psychological well-being* adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan *kesejahteraan* mental seseorang mengingat kepuasan langkah-langkah untuk kapasitas mental positif (*positive psychological functioning*).<sup>27</sup> Ini sesuai dengan efek samping dari ulasan Ryff, yang menyatakan bahwa sudut-sudut yang terbentuk *psychology well-being* antara lain:

### 1) Penerimaan diri (*self-acceptance*).

Pengakuan diri (*psychological well-being*). Seorang individu dengan kesejahteraan mental yang tinggi memiliki pandangan yang mengakui bahwa ia sendiri, mengenali dan mengakui beberapa bagian positif dan negatif diri dengan mudah pada masa lalu.<sup>28</sup>

### 2) Hubungan positif dengan orang lain yang positif (*positive relation with other*).

Banyak spekulasi menekankan pentingnya koneksi kepercayaan relasional yang hangat dengan yang lain. Kapasitas untuk memuja dipandang sebagai bagian mendasar dari *psychological well-being*. Seorang individu tinggi dengan asumsi dia bisa hangat dan percaya terlibat dengan orang lain, memiliki belas kasih, kasih sayang,

<sup>27</sup>Ryff, C. D. Know Thyself And Become What You Are : A Eudaimonic Approach To Psychology Well-Being.

<sup>28</sup>Nalendra. Happiness Is Everting, or is it? Exploration on the Meaning Of Psychological Well-being. *Journal of personality and social psychology*, Vol. 57, No. 6, (2017):1069-1081.

Selanjutnya, kedekatan yang solid, saling memberi dan pengakuan dalam suatu hubungan.<sup>29</sup>

### 3) Kemandirian (*autonomy*).

Ini adalah kapasitas tunggal untuk hanya memutuskan percaya diri dan bebas, siap menanggung tekanan yang sesuai untuk berpikir dan bertindak dengan cara yang benar, bertindak sesuai kebutuhan dengan norma nilai orang itu sendiri, dan menilai diri mereka sendiri dengan norma-norma pribadi.<sup>30</sup>

### 4) Penguasaan lingkungan (*environmental mastery*).

Mampu bersikap berani untuk mengantisipasi iklim, membuat kontrol ketika eksterior, beriptakan peristiwa dampak pintu terbuka pada diri siap untuk memilih dan membuat pengaturan yang sesuai kebutuhan dan diri individu.<sup>31</sup>

### 5) Tujuan hidup (*purpose in life*).

Kesehatan psikologis dicirikan untuk menggabungkan keyakinan yang memberi individu kecenderungan bahwa hidup memiliki arah dan makna. Orang yang bekerja pasti memiliki alasan, misi, dan tujuan yang jelas membuatnya merasa bahwa hidup memiliki makna.<sup>32</sup>

<sup>29</sup> Ibid.

<sup>30</sup> Nalendra. Happiness Is Everting, or is it? Exploration on the Meaning Of Psychological Well-being.

<sup>31</sup> Nalendra. Happiness Is Everting, or is it? Exploration on the Meaning Of Psychological Well-being.

<sup>32</sup> Siti Fatimah Azzahrah, Studi Deskriptif Mengenai Self Regulation Pada Mahasiswa Penghafal Al-Qur'an 30 Juz (Hafidz) Di Fakultas Dirosah Islamiyyah Unisba, Jurnal Prosiding Psikolog Vol 2, No 2, 2016.

6) Pengembangan pribadi (*personal growth*).

Ini adalah sensasi memiliki pilihan untuk melewati tahapan kemajuan, tersedia untuk pertemuan baru, pemahaman potensi yang ada pada dirinya, perbaikilah dalam hidupnya kapan.

### 3. FaKtor-Faktor *Psychological Well-Being*

Ryff dalam pernyataannya mengungkapkan bahwa terwujudnya kesejahteraan psikologi dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor sebagai berikut<sup>33</sup> :

a. Usia

Penelitian yang dilakukan oleh Ryff (2000) ditemukan adanya perbedaan skor kesejahteraan psikologi spesifik dari berbagai kelompok usia. Penelitian ini membagi kelompok usia ke dalam tiga bagian yakni young (25-29 tahun), midlife (30-64 tahun) dan elder (> 65 tahun). Pada individu dewasa muda memiliki skor tinggi pada dimensi otonomi, hubungan positif dengan orang lain, penguasaan lingkungan, dan penerimaan diri sementara pada dimensi pertumbuhan pribadi dan tujuan hidup memiliki skor rendah. Individu yang berada dalam usia dewasa madya (midlife) memiliki skor tinggi dalam dimensi penguasaan lingkungan, otonomi, dan hubungan positif dengan orang lain sementara pada dimensi pertumbuhan pribadi, tujuan hidup, dan penerimaan diri mendapat skor rendah. Individu yang berada dalam usia dewasa awal (young) memiliki skor tinggi dalam dimensi pertumbuhan pribadi,

<sup>33</sup> Merly Erlina, "Kesejahteraan Psikologis Pada Istri Nelayan Di Kelurahan Marunda Kecamatan Cilincing Jakarta Utara," *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Pengembangan Sdm* 10, no. 1 (2021): 61-62.

penerimaan diri, dan tujuan hidup sementara pada dimensi hubungan positif dengan orang lain, penguasaan lingkungan, dan otonomi memiliki skor rendah.

#### b. Gender

Hasil penelitian Ryff (1989) menyatakan bahwa dalam dimensi hubungan dengan orang lain atau interpersonal dan pertumbuhan pribadi, wanita memiliki nilai signifikan yang lebih tinggi dibanding pria karena kemampuan wanita untuk berinteraksi dengan lingkungan lebih baik dibanding pria. Wanita sejak kecil telah menanamkan dalam diri anak laki-laki sifat sosial yang agresif, kreatif, kasar dan mandiri, sementara kemampuan ligasi pada anak sebagai sosok yang pasif dan tergantung, tidak berdaya, serta sensitif terhadap perasaan orang lain dan hal ini akan terbawa sampai anak beranjak dewasa. Tidak mengherankan bahwa sifat-sifat tersebut ini terlewat oleh individu sampai beranjak dewasa. Sebagai sosok yang digambarkan tergantung dan sensitif terhadap perasaan sesamanya, sepanjang hidupnya wanita terbiasa untuk membina keadaan harmoni dengan orang-orang di sekitarnya. Inilah yang menyebabkan mengapa wanita memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi dalam dimensi hubungan positif karena ia dapat mempertahankan hubungan yang baik dengan orang lain.

#### c. Status social ekonomi

Ryff mengemukakan bahwa status sosial ekonomi berhubungan dengan dimensi penerimaan diri, tujuan hidup, penguasaan lingkungan

dan pertumbuhan diri. Perbedaan status sosial ekonomi dalam kesejahteraan psikologis berkaitan erat dengan kesejahteraan fisik maupun mental seseorang. Individu dari status sosial rendah cenderung lebih mudah stress dibanding individu yang memiliki status sosial yang tinggi.

#### d. Dukungan Sosial

Dukungan sosial termasuk salah satu faktor yang mempengaruhi *psychological well being* seseorang. Dukungan sosial atau jaringan sosial, berkaitan dengan aktivitas sosial yang dilakukan oleh individu seperti aktif dalam pertemuan-pertemuan atau organisasi. Kualitas dan kuantitas aktivitas yang dilakukan, dan dengan siapa kontak sosial dilakukan.

#### e. Religiusitas

Disebutkan bahwa terdapat hubungan antara ketaatan beragama (*religiosity*) dengan *psychological well being*. Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa individu dengan religiusitas yang kuat menunjukkan tingkat *psychological well being* yang lebih tinggi dan lebih sedikit mengalami pengalaman traumatik.

#### f. Kepribadian

Schumutte dan Ryff telah melakukan penelitian mengenai hubungan antara lima tipe kepribadian (*the big five traits*) dengan dimensi-dimensi *psychological well being*. Hasilnya menunjukkan bahwa individu yang termasuk dalam kategori *ekstraversi*, *conscientiousness* dan *low neuroticism* mempunyai skor tinggi pada dimensi penerimaan

diri, penguasaan lingkungan dan keberarahan hidup. Individu yang termasuk dalam kategori *openness to experience* mempunyai skor tinggi pada dimensi pertumbuhan pribadi. individu yang termasuk dalam kategori *agreeableness* dan *extraversion* mempunyai skor tinggi pada dimensi hubungan positif dengan orang lain dan individu yang termasuk kategori *low neuroticism* mempunyai skor tinggi pada dimensi ekonomi.

## B. *Self Regulated Learning*

### 1. Pengertian *Self Regulated Learning*

Kemajuan pendidikan dan pembelajaran tidak sepenuhnya ditentukan oleh beberapa variabel, yaitu elemen internal (dalam diri sendiri) maupun elemen eksternal (melalui pendidik). Konsentrasi pada diri sendiri yang terpelonjong menjadi SRL dan dikemukakan dalam bahasa Indonesia "*self regulated learning*" adalah kemampuan yang dimiliki dalam diri sendiri oleh siswa, dua instruktur dan siswa untuk menyelesaikan motivasi di balik pengembangan lebih lanjut belajar dan mendidik.<sup>34</sup>

*Self regulated learning* sebagai pembelajaran mandiri, jangan diuraikan, namun pembelajaran yang dikelola sendiri oleh individu dapat dimanfaatkan untuk mengembangkan diri. Untuk membuat kemajuan, jadi itu harus diklaim oleh seorang siswa, siswa, pendidik, guru dan siswa yang berbeda. Pentingnya dalam diberikan oleh spesialis, pembelajaran yang dikendalikan sendiri lebih ditujukan untuk keberadaan individu dari setiap

<sup>34</sup> Zimmerman, B. J. A Social Cognitive View Of Self Regulated Academic Learning. *Journal Of Education Psychology*, (2019).

orang yang mempertimbangkan untuk mencari cara diri. SRL adalah kondisi tanggung jawab asumsi tunggal individu dan kontrol untuk memperoleh wawasan mereka sendiri.<sup>35</sup> *Self regulated learning* memberikan kewajiban moral untuk latihan pembelajaran selesai, yang menggabungkan kebijaksanaan, dan penerahan tenaga diperluas maju secara mandiri. Benyamin Candid dalam buku harian berjudul *Self regulated learning* merupakan salah satu modal pendidikan dan pembelajaran yang efektif.<sup>36</sup> Masuk akal bahwa siswa menetapkan tujuan pembelajaran sejauh menyangkut dirinya dan kemajuan setiap hari dalam catatannya, jadi *self regulated learning* adalah kunci menambah pembelajaran siswa itu sendiri.<sup>37</sup>

Beberapa penelitian menunjukkan mengajarkan bahwa seorang siswa harus memiliki karakter *self regulated learning*. Firman Allah dalam Al-Qur'an Surat Ar-Ra'da yang artinya

لَهُ مُعَقِّبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا لَا يَمُرُّ لَهٗ وَمَا لَهُمْ مِنْ دُونِهِ مِنْ وَالٍ ۚ

Artinya: “Bagi manusia ada malaikat-malaikat yang selalu mengikutinya bergiliran, di muka dan di belakangnya, mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan

<sup>35</sup>Leonardi, Perbedaan Self Regulated Learning Siswa SMA Ditinjau dari Persepsi Terhadap Pola Asuh Orangtua. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan*. Vol 3, No 3, (2014).

<sup>36</sup>Ita Karina Bancin, Pengembangan modul bimbingan dan konseling tentang pengaturan diri siswa dalam hubungan sosial, *Journal Of Counselin And Educational Techology*, Vol, No 1, 2019.

<sup>37</sup> Ibid.

terhadap sesuatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya; dan sekali-kali tak ada pelindung bagi mereka selain Dia”

Menurut Quraish Shihab makna dari ayat di atas ialah Allah tidak akan mengubah nasib suatu bangsa dari susah menjadi bahagia, atau dari kuat menuju lemah sebelum mereka sendiri mengubah apa yang ada pada diri mereka sesuai keadaan yang akan mereka jalani.<sup>38</sup>

## 2. Perkembangan *Self Regulated Learning*

Schunk dan Zimmerman mengemukakan *self regulated learning*. Kemajuan kemampuan diperoleh yang dikendalikan sendiri dimulai dari beberapa variabel, khususnya:

- 1) Pengaruh sosial: Terhubung dengan mata pelajaran skolastik didapat dari iklim dan suasana.
- 2) Pengaruh lingkungan: Terhubung dengan iklim, sehingga siswa dapat memutuskan dengan bebas tanpa batas.
- 3) Pengaruh personal atau diri sendiri. Terhubung dengan diri sendiri siswa sendiri yang telah menambalkan untuk meningkatkan inspirasi diri untuk mencapai tujuan Pelajar itu.<sup>39</sup>

## 3. Aspek *Self Regulated Learning*

Seperti yang ditunjukkan oleh Zimmerman dalam buku harian *self regulated learning* Penemuan yang dikuasai oleh skolastik dawdling,

<sup>38</sup> M. Quraish Shihab. Tafsir Al-Misbah, Pesan Kesan dan Keserasian al-Qur'an. Vol. 10 & 15. (Jakarta: Lentera Hati. 2006)

<sup>39</sup> Kauchak, Hubungan antara self-regulated learning dengan self efficacy pada siswa akselerasi sekolah menengah pertama di Jawa Timur. *Jurnal INSAN*. Vol.12 No 12, (2017).

dinyatakan bahwa ada tiga sudut pandang yang menggabungkan pembelajaran mandiri, khususnya<sup>40</sup>:

### 1) Metakognitif

Matlin mengatakan metakognisi adalah pemahaman dan perhatian terhadap interaksi mental.<sup>41</sup> Dalam aspek metakognisi siswa selama proses pembelajaran daring harus mampu memiliki inisiatif untuk mengatur, memonitoring dan merevaluasi dalam aktivitas belajarnya serta harus mampu mengatur jadwal belajar dimasukinya.

### 2) Motivasi

Ghufron dan Risnawati berpendapat bahwa, motivasi adalah elemen kunci yang penting untuk mengontrol dan berurusan dengan kapasitas yang ada setiap orang. Secara motivasi siswa selama proses pembelajaran daring siswa harus mampu memiliki kepercayaan diri yang dimiliki oleh mahasiswa untuk mengatur kemauan untuk memulai.

### 3) Perilaku

Cara berperilaku menurut Zimmerman, adalah karya tunggal untuk memilih, mengoordinasikan, dan membangun iklim yang sebenarnya. Selanjutnya, sosial dalam mendukung latihannya.<sup>42</sup>

<sup>40</sup> Novia Khoerunnisa, Euis Eti Rohaeti, and Devy Sekar ayu Ningrum, "Gambaran Self Regulated Learning Siswa Terhadap Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid 19," *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)* 4, no. 4 (2021): 298–308.

<sup>41</sup> Ahmad Falah, Faktor-Faktor Internal Yang Berpengaruh Terhadap Keberhasilan Menghafal al-Qur'an Siswa Madrasah Tsanawiyah, *Jurnal Tarbiyah*, Vol 5 No 1 (2021).

<sup>42</sup> Ahsin. Pembelajaran tahfidsul qur'an pondok pesantren ulumul qur'an kalibeber wonosobo. *Jurnal Al-Qalam*. Vol.XIII, (2018).

Sedangkan untuk secara perilaku siswa selama proses pembelajaran daring harus mampu untuk mengatur dirinya dalam suasana lingkungan dan memanfaatkan lingkungan untuk belajar.

#### **4. Indikator *Self Regulated Learning***

Angket skala self-regulated learning yang disusun dan dikembangkan mempunyai indikator; yaitu (1) inisiatif belajar, (2) mendiagnosa kebutuhan belajar, (3) menetapkan tujuan belajar, (4) memonitor, mengatur dan mengelola belajar, (5) memandang kesulitan sebagai tantangan, (6) memanfaatkan dan mencari sumber yang relevan, (7) memilih dan menentukan strategi belajar yang tepat, (8) mengevaluasi proses dan hasil belajar, (9) konsep diri.

#### **5. Faktor-Faktor *Self Regulated Learning***

SRL merupakan kemampuan manusia secara individual. Artinya individu sendiri yang menentukannya, yang dapat dipengaruhi, dan mengkonstruksi lingkungan mereka sendiri dengan cara-cara yang mengoptimalkan belajar. Meskipun dalam SRL siswa berusaha untuk meregulasi belajar mereka sendiri, para peneliti juga berpendapat bahwa siswa perlu diberdayakan untuk meregulasi belajar mereka dalam cara-cara yang lebih efektif. Pemberdayaan ini dapat berarti membentuk kembali kebiasaan, dan mengembangkan strategi belajar dan cara berpikir. Dengan

demikian, SRL dapat timbul karena pengaruh dari dalam diri individu sendiri maupun karena faktor-faktor di luar diri individu<sup>43</sup>.

#### a. Faktor Internal

Faktor internal merupakan faktor dari dalam diri siswa yang dapat memengaruhi perkembangan tingkat SRLnya. Faktor diri yang terbukti memengaruhi SRL adalah keyakinan epistemologis. Selain itu, faktor usia dan kepribadian juga memengaruhi tinggi rendahnya tingkat SRL siswa. Faktor-faktor yang dapat memengaruhi keterampilan dan kemauan dalam menunjukkan SRL menurut Woolfolk meliputi:

##### 1) Pengetahuan

Pengetahuan yang dimaksud di sini adalah pengetahuan tentang keadaan diri sendiri, isi dan isi kuliah yang sedang diambil, tugas yang harus belajar, dan kemampuan mana pelajar akan mengaplikasikan. Pengetahuan yang efektif mengetahui siapa diri mereka dan bagaimana cara mereka belajar supaya efektif, misalnya bagaimana gaya belajar yang cocok dengan keadaan diri mereka, materi pelajaran apa yang dirasakan mudah dan sulit bagi mereka, serta bagaimana mengatasi hal-hal sulit ketika sedang belajar. Pengetahuan tentang diri sendiri dan hal-hal penting di sekitar diri pelajar ini memberi kontribusi besar bagi kemampuan SRL mereka.

---

<sup>43</sup> Titik Kristiyani, *Self-Regulated Learning: Konsep, Implikasi Dan Tantangannya Bagi Siswa Di Indonesia* (Sanata Dharma University Press, 2020).

## 2) Motivasi

Pelajar yang memiliki kemampuan regulasi diri yang baik lebih termotivasi untuk belajar dibanding mereka yang kurang mampu meregulasi diri. Mereka berminat pada proses mempelajari sesuatu, tidak hanya berorientasi pada hasil yang tampak di luar atau di depan orang lain. Semakin besar minat pelajar pada proses atau kegiatan belajar dan bukan hanya berfokus pada hasil belajar, semakin besar juga kesempatan pelajar tersebut untuk meningkatkan kemampuan regulasi diri dalam belajar.

## 3) Kemauan

Individu yang keras untuk melakukan kegiatan belajar akan membuat pembelajaran lebih berhasil. Individu ini berbagai gangguan ketika belajar. Misalnya mereka mampu menemukan tempat belajar yang bebas dan nyaman, mampu mencari sendiri cara mengatasi kecemasan atau rasa malas untuk belajar. Pelajar yang memiliki kemauan keras akan memiliki kemampuan SRL yang tinggi.

## 4) Jenis Kelamin

Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak perempuan lebih menunjukkan penggunaan strategi SRL dibanding anak laki-laki. Pada siswa perempuan di SMP, evaluasi diri berkorelasi positif dengan penggunaan SRL, khususnya dalam bidang matematika. Anak perempuan lebih banyak menggunakan strategi SRL dibanding anak laki-laki, terutama dalam regulasi personal atau mengoptimalkan

lingkungan dan bertahan dalam proses belajar. Jenis kelamin memiliki pengaruh yang berbeda dalam perubahan regulasi motivasi pada siswa tingkat 10-12. Faktor harga diri dan motivasi berprestasi berkembang lebih besar pada anak laki-laki, sedangkan motivasi intrinsik dan kemauan belajar lebih kuat berkembang pada anak perempuan. Tetapi jenis kelamin tidak berpengaruh dalam perkembangan efikasi diri dan ketahanan dalam belajar.

#### 5) Faktor kemampuan/kecerdasan

Perkenalan dengan kognitif ditemukan berkorelasi dengan penggunaan strategi belajar siswa. Siswa berbakat terbukti menggunakan strategi belajar yang lebih banyak dibanding siswa yang tidak berbakat, terutama dalam memotivasi diri dan transformasi materi, konsekuensi diri, mencari bantuan teman saat membutuhkan, serta membutuhkan waktu yang lebih banyak berprestasi menunjukkan penggunaan yang lebih banyak dalam strategi SRL.

#### b. Faktor Eksternal *Self Learning Regulated*

Kendali bersifat individual, perkembangan SRL seorang siswa juga dipengaruhi oleh faktor-faktor di luar dirinya yaitu sebagai berikut :

##### 1) Faktor Keluarga

Pengasuhan yang dilakukan oleh ayah dan ibu juga memiliki dampak yang berbeda dalam jenis regulasi diri siswa. Keterlibatan orangtua dalam pendidikan terbukti meningkatkan kemampuan regulasi diri siswa dalam belajar. Dukungan orangtua juga sangat

memengaruhi perkembangan SRL siswa. Semakin besar dukungan dari orangtua yang dirasakan siswa, semakin besar pula kemungkinan siswa tersebut melakukan belajar berdasar regulasi diri.

## 2) Faktor Sekolah

Faktor sekolah yang memengaruhi SRL adalah relasi guru – siswa, dukungan otonomi guru dan model pengajaran yang diberikan guru.

## 3) Faktor Teman Sebaya

Zimmerman dan Cleary mengatakan bahwa pada masa remaja, kepercayaan pada kemampuan sendiri, yang merupakan bagian dari SRL, sangat dipengaruhi oleh perilaku dan bantuan yang diberikan dari orang-orang yang dekat dengan siswa, seperti teman sebaya. Newman menyatakan bahwa siswa yang memiliki SRL adalah siswa yang memiliki peran yang aktif. Kesimpulan ini bukan berarti mereka terisolasi dan tidak membutuhkan bantuan orang lain, sebaliknya, mereka adalah siswa yang merasa nyaman untuk meminta bantuan ketika membutuhkan. Bagi siswa di masa remaja, teman sebaya adalah orang-orang yang dapat memfasilitasi kebutuhan ini.

## C. Prestasi Belajar

### 1. Pengertian Prestasi Belajar

Prestasi belajar tersusun dari dua kata, “prestasi” dan “belajar”.

Secara bahasa, prestasi berasal dari bahasa Belanda *prestatie*, jika diartikan

memiliki arti hasil usaha. Sedangkan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, prestasi berarti hasil yang telah dicapai (dari yang telah dikerjakan, dilakukan, dan sebagainya). Berbeda halnya dengan hasil belajar (*learning outcome*) yang meliputi aspek pembentukan watak peserta didik, prestasi belajar (*achievement*) pada umumnya berkenaan dengan aspek pengetahuan. Dapat dikatakan bahwa prestasi merupakan hasil dari suatu kegiatan yang telah dikerjakan, diciptakan baik secara individu atau kelompok<sup>44</sup>.

Kemudian kata belajar memiliki arti sebagai suatu proses perubahan perilaku akibat interaksi individu dengan lingkungan, meskipun pada dirinya hanya ada perubahan kecondongan perilaku. Gredler mengungkapkan bahwa belajar merupakan pemerolehan keterampilan menjalankan perilaku atau serentetan perilaku yang menandu tindakan seseorang. Menu Cogan Belajar adalah perilaku yang terjadi dalam kemampuan manusia yang terus menerus, bukan karena proses pertumbuhan saja, namun juga dipengaruhi oleh factor yang ada dalam maupun dari luar diri seseorang yang mana keduanya saling berinteraksi. Maka, yang dimaksud dengan belajar merupakan seperangkat proses kegiatan yang dapat mengubah seseorang karena dipicu rangsangan atau stimulus dan pemrosesan informasi yang datang dari lingkungan<sup>45</sup>.

<sup>44</sup> S.P.I.M.P. Moh. Zaiful Rosyid, S.A.S.I.P.M.P. Mustajab Mansyur, and S P I Aminol Rosid Abdullah, *PRESTASI BELAJAR* (Literasi Nusantara, n.d.), <https://books.google.co.id/books?id=2tmaDwAAQBAJ>.

<sup>45</sup> S.P.M.P. Dr. Lidia Susanti, *Prestasi Belajar Akademik & Non Akademik Teori Dan Penerapannya* (CV Literasi Nusantara Abadi, 2021), <https://books.google.co.id/books?id=lfhPEAAAQBAJ>.

Dari definisi-definisi tentang prestasi dan belajar yang sudah disebutkan, maka dapat disimpulkan bahwa prestasi belajar merupakan hasil dari pengukuran terhadap peserta didik yang meliputi factor kognitif, afektif, dan psikomotorik setelah mengikuti proses pembelajaran yang diukur dengan menggunakan instrumen tes atau instrument yang relevan. Prestasi belajar merupakan penilaian Pendidikan tentang kemajuan siswa dalam segala hal yang dipelajari di sekolah yang menyangkut pengetahuan atau keterampilan yang dinyatakan sebagai hasil penelitian. Dapat diartikan pula bahwa prestasi belajar merupakan hasil dari suatu kegiatan pembelajaran yang ditandai perubahan yang dicapai seorang (siswa) yang dinyatakan dengan bentuk simbol, angka, huruf ataupun kalimat sebagai ukuran tingkat kecapaian siswa dengan standar yang telah ditetapkan dan menjadi kesempatan bagi siswa dalam melakukan tindakan berbuat.

## 2. Faktor-Faktor Prestasi Belajar

Tercapainya suatu prestasi belajar, baik dalam bidang akademik maupun non akademik, tentunya didorong dengan adanya factor-faktor tertentu dalam kehidupan seseorang. Faktor-faktor tersebut dapat diklasifikasikan menjadi factor internal maupun factor eksternal.<sup>46</sup>

### a. Faktor Internal Prestasi Belajar

Terkait faktor intern Sumadi Surya Brata, mengatakan bahwasannya faktor intern terdiri dari fisiologis yang merupakan keadaan

<sup>46</sup> Ahmad Syafi'i, Tri Marfiyanto, and Siti Kholidatur Rodiyah, "Studi Tentang Prestasi Belajar Siswa Dalam Berbagai Aspek Dan Faktor Yang Mempengaruhi," *Jurnal Komunikasi Pendidikan* 2, no. 2 (2018): 115–23.

jasmani terutama panca indera sebagai pintu gerbang masuknya pengaruh dari luar dan psikologis.

1) Faktor jasmani (Fisiologi), misalnya penglihatan, pendengaran, struktur tubuh dan sebagainya.

2) Faktor psikologi, antara lain:

a) Faktor intelektual meliputi factor potensial yaitu kecerdasan, bakat, dan factor kecakapan nyata yaitu prestasi yang telah dimiliki.

b) Faktor non intelektual merupakan kemampuan-kemampuan tertentu seperti sikap, kebiasaan, minat, kebutuhan, motivasi, emosi

3) Faktor kematangan fisik maupun psikis.

Tingkat kematangan fisik dan psikis cukup berpengaruh pada prestasi anak.

b. Faktor Eksternal Prestasi Belajar

1) Faktor sosial,

a) Lingkungan keluarga, keluarga merupakan lingkungan utama dalam proses belajar. Keadaan yang ada dalam keluarga mempunyai pengaruh yang besar dalam pencapaian prestasi belajar misalnya cara orang tua mendidik, relasi anggota keluarga, suasana rumah, keadaan ekonomi keluarga, pengertian orang tua

b) Lingkungan sekolah, Lingkungan sekolah adalah lingkungan di mana siswa belajar secara sistematis. Kondisi ini meliputi metode mengajar, kurikulum, relasi guru dengan siswa, relasi siswa dengan

siswa, disiplin sekolah, alat pelajaran, metode belajar dan fasilitas yang mendukung lainnya

c) Lingkungan masyarakat. Siswa akan mudah kena pengaruh lingkungan masyarakat karena keberadaannya dalam lingkungan tersebut. Kegiatan dalam masyarakat, mass media, teman bergaul, lingkungan tetangga merupakan hal-hal yang dapat mempengaruhi siswa sehingga perlu diusahakan lingkungan yang positif untuk mendukung belajar siswa.

d) Lingkungan keluarga. Lingkup pergaulan anak memiliki pengaruh yang cukup besar terhadap prestasi belajar. Sedikit banyak, kebiasaan dan karakter tertentu akan membentuk sikap dan pandangan pada diri siswa.

2) Faktor budaya seperti adat istiadat, ilmu pengetahuan, teknologi, dan kesenian.

3) Faktor lingkungan fisik, seperti fasilitas rumah, fasilitas belajar, dan iklim.

#### **D. Hubungan Antar variabel**

##### **1. Hubungan *Psychological Well-Being* terhadap Prestasi Belajar Santri**

Menilik kembali terkait *psychological well-being* yang sudah dituliskan pada poin sebelumnya bahwa suatu kondisi diri seseorang pada tingkat lebih dari bahagia yang tentunya keadaan semacam ini akan memunculkan energi-energi positif dalam diri seseorang. Adanya energi positif dapat memacu tumbuhnya motivasi-motivasi dan semangat dalam

melakukan kegiatan, khususnya belajar sehingga berpotensi untuk meningkatkan prestasi belajar.

*Psychological Well-Being* digunakan sebagai prediktor karena menjadi aspek penting bagi santri untuk memiliki keberfungsian psikologis yang optimal, yang memungkinkan mereka untuk menghadapi berbagai tantangan kehidupan. *Psychological Well Being* memiliki enam dimensi yaitu *Autonomy, Environmental Mastery, Personal Growth, Positive Relations with Others, Purpose in Life, dan Self Acceptance*. Keenam dimensi yang terdapat dalam PWB tersebut dapat berpengaruh terhadap tingkat pemahaman santri. Yang mana santri harus memiliki kemandirian dalam belajar di lingkungan belajar yang nyaman dan aman yang dapat membantunya dalam menorehkan ilmu pengetahuan dengan baik. Santri juga harus mampu mengembangkan potensi yang ada di dalam diri sehingga mampu bersaing secara akademik di perguruan tinggi. Santri harus menjalin komunikasi yang baik dengan sesama teman maupun tenaga kependidikan yang dapat membantu mereka ketika mereka menghadapi tekanan atau tantangan saat belajar. Santri juga harus memiliki cita-cita atau tujuan hidup yang dapat memberikan dorongan atau semangat bagi mereka untuk terus belajar, dan santri juga harus mampu menerima kelebihan maupun kekurangan yang ada pada diri, yang dapat membantu mereka melewati berbagai tantangan.

Terlebih dalam penelitian ini yang meneliti santri penghafal Qur'an di PPSQ Asy-Syadzili 1 Sumber Pasir Malang yang mana santri harus

berusaha untuk memperkuat daya ingat guna menjaga hafalan. Menurut Zuhairini dan Abdul Ghofir, terdapat empat metode dalam menghafal, yaitu merefleksi, mengulang, meresitasi dan retensi. Pertama, merefleksi adalah proses menghafal dengan memperhatikan tulisan, tanda baca dan syakal dalam tulisannya. Kedua, menghafal mengikuti apa yang diucapkan oleh pengajar secara berulang-ulang. Ketiga, setelah mengulang dengan pengajar, mengulang kembali secara individu. Keempat, retensi yaitu ingatan yang telah dimiliki mengenai apa yang telah dipelajari yang bersifat permanen<sup>47</sup>. *Psychological Well-being* mengacu pada hal positif yang mana seseorang itu mengalami kepuasan atau kebahagiaan. Dalam konteks pendidikan, penting bagi remaja santri memiliki kesejahteraan psikologi untuk mencapai keberhasilan di bidang akademik maupun non-akademik. Walaupun dalam bentuk tertentu memiliki tanggungjawab dan tantangan yang bisa menimbulkan kecemasan atau stress. Suasana seperti itu akan meningkatkan tekanan psikologis yang bisa menyebabkan kinerja mereka menurun.

## 2. Hubungan *Self Regulated Learning* dengan Prestasi Belajar Santri

Prestasi belajar adalah hasil yang dicapai atau ditunjukkan oleh peserta didik sebagai hasil belajarnya yang diperoleh melalui pengalaman dan latihan. Hal ini biasanya berupa angka-angka, huruf, serta tindakan yang dicapai masing-masing peserta didik dalam waktu tertentu. Berdasarkan pengertian-pengertian tentang prestasi belajar di atas dapat disimpulkan

<sup>47</sup> Ebi Nabilah, Bambang Samsul Arifin, and Tarsono Tarsono, "Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja Santri (Fenomena Hafalan Di Pondok Pesantren Sukamiskin)," *Pinisi Journal of Sociology Education Review* 1, no. 2 (n.d.): 1–10.

bahwa prestasi belajar peserta didik tidak selamanya merupakan gambaran dari kemampuan yang sebenarnya, maksudnya prestasi belajar di sekolah tidak selalu diwujudkan dengan kecakapan-kecakapan, namun kecakapan itu hanya merupakan sebagian dari unsur pertumbuhan, dan pembentukan dari suatu prestasi belajar. Suatu aktifitas dapat dikategorikan suatu prestasi belajar apabila terpenuhinya unsur-unsur, adanya perubahan tingkah laku, perubahan terjadi dari hasil latihan atau pengalaman, dan perubahan itu menyangkut beberapa aspek Afektif, Kognitif, dan Psikomotorik<sup>48</sup>.

Keterwujudan cita-cita bangsa yang cerdas dapat dicapai melalui proses pembelajaran di sekolah. Didalam proses pembelajaran yang berlangsung, perlu diukur dan dinilai dalam proses sejauh mana pengetahuan dan kemampuan siswa berubah menjadi nilai yang diperoleh siswa. Secara umum, nilai yang ditekankan dalam dunia pendidikan adalah pencapaian hasil belajar. Penilaian hasil belajar ini yang kemudian dijadikan patokan perilaku yang harus dicapai siswa. Oleh karena itu, dalam dunia pendidikan, prestasi belajar merupakan hal yang sangat penting dan menjadi salah satu tolak ukur keberhasilan pembelajaran. Keberhasilan dalam proses belajar mengajar ini dapat dilihat dari hasil belajar yang dicapai oleh peserta didik.

Selain lembaga pendidikan formal, di Indonesia dikenal pula banyak berdiri lembaga pendidikan non-formal seperti pondok pesantren yang tersebar di berbagai penjuru negeri. Program pembelajaran dari setiap

---

<sup>48</sup> Fitriana Mawarni and Yessi Fitriani, "Peningkatan Prestasi Belajar Bahasa Indonesia Materi Pokok Teks Eksposisi Di Kelas X IPA 2 SMA Negeri 1 Sembawa Kabupaten Banyuwasin.," *Jurnal Pembahsi (Pembelajaran Bahasa Dan Sastra Indonesia)* 9, no. 2 (2019): 133–47.

pondok pesantren pun memiliki ciri khas dan perbedaan masing-masing. Adapun focus dari Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an terletak pada hafalan Al-Qur'an disamping materi umum yang ada di sekolah. Sebagaimana dalam penelitian ini yang membahas terkait prestasi belajar santri yang notabene dituntut untuk hidup mandiri serta harus belajar lebih banyak materi dan hafalan. Pilihan meneruskan pendidikan di pondok pesantren membuat santri belajar mengatur sendiri keperluan pribadi dengan mengikuti kegiatan dan peraturan yang berlaku di pondok. Santri diminta untuk mematuhi semua peraturan dan menjalankan aktivitas sesuai dengan tata tertib. Peraturan yang diterapkan akan membantu mereka untuk membentuk kedisiplinan. Santri mengikuti peraturan yang ada di pondok yang diharapkan mampu berprestasi dan mandiri dalam kehidupan pribadi, membimbing santri untuk dapat membantu mereka yang diselenggarakan oleh pondok pesantren.

*Self-regulated learning* merupakan strategi yang dapat dilakukan santri untuk mengatur aktivitas belajar dan juga aktivitas keseharian lainnya sehingga menjadi lebih efektif. Zimmerman menjelaskan bahwa *self-regulated learning* merupakan kemampuan individu untuk berperan aktif pada proses internalisasi informasi secara sistematis dari lingkungan. Schunk dan Zimmerman menjelaskan bahwa siswa yang memiliki motivasi dalam melakukan SRL mengharuskannya mengambil tanggung jawab mandiri untuk belajar dan tidak hanya menaati tuntutan guru. Schunk, Pintrich, dan Meece menjelaskan bahwa siswa yang menerapkan SRL tidak

cukup hanya memiliki tujuan dan motivasi, namun mereka juga perlu memiliki strategi dalam mengatur kognisi, perilaku, intensi dan afek untuk mencapai tujuan yang diinginkan<sup>49</sup>.

### E. Penelitian Terdahulu

Beberapa penelitian mengenai kesejahteraan psikologi, *self regulated learning*, dan prestasi belajar telah banyak dilakukan. Penulis mengambil beberapa contoh penelitian untuk dijadikan sebagai bahan referensi atau rujukan.

Tabel 2.1  
Penelitian Terdahulu

No.	Nama	Judul Penelitian	Perbedaan	Persamaan
1.	Fatihaton Nuraniyah Karimah, Siswati (2018)	Hubungan Antara Psychological Well-Being Dengan Regulated Learning Pada Remaja Perempuan Penghafal Al-Qur'an Di Pondok Pesantren Khalafi Kabupaten Demak	Perbedaan terletak pada lokasi penelitian. Penelitian tersebut dilakukan di MA Tahfidzul Qur'an Isy Karima Karanganyar.	Sama-sama meneliti mengenai santri penghafal Al-Qur'an
2.	Ahmad Zaky Romadloni, Mahsun Jayadi (2019)	A Correlational Study Of Well-Being Psychology And Self Regulated Learning in Hafiz Student's Learning Achievement in MA	Perbedaan terletak pada lokasi penelitian. Penelitian tersebut melakukan penelitian di MA Tahfidzul Qur'an Isy Karima Karanganyar.	Penelitian mengangkat topik yang sama terkait korelasi antara <i>psychological well-being</i> dan <i>self-regulated learning</i> dengan prestasi belajar

<sup>49</sup> Nadia Shaliha and Dian Ratna Sawitri, "Hubungan Antara Kemandirian Dengan Self-Regulated Learning (Srl) Pada Santri Kelas VIII Di Pondok Pesantren Ibnu Abbas Klaten" (UNDIP, 2018).

No.	Nama	Judul Penelitian	Perbedaan	Persamaan
		Tahfidzul Qur'an Isy Karima Karangayar	Sedangkan penelitian ini meneliti PPSQ Asy Syadzili 1	santri penghafal Al-Qur'an.
3.	Randiwitya Ayu Ganis Hemasti, Nuram Mubina, Ida Herlina (2022)	Kecemasan Akademik Ditinjau Dari Self Regulated Learning Dan Student Well Being Pada Siswa SMKN 3 Karawang	Penelitian tersebut bertujuan untuk mengetahui pengaruh self regulated learning dan student well being pada kecemasan akademik siswa. Sedangkan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh SRL pada prestasi belajar santri.	Kedua penelitian ingin meneliti pengaruh dari <i>self regulated learning</i> .
4.	Nadia Shaliha, Dian Ratna Sawitri (2018)	Hubungan Antara Kemampuan Dengan Self-Regulated Learning (SRL) Pada Santri Kelas VIII Pondok Pesantren Ibnu Abbas Wlaten	Perbedaan terletak pada variabelnya. Penelitian ini diteliti dengan tujuan untuk menguji secara empiris hubungan antara kemampuan diri dengan self-regulated learning pada kelas VIII. Sedangkan penelitian ini dimaksudkan untuk menguji hubungan antara <i>psychological well-being</i> dan <i>self regulated learning</i> dengan prestasi belajar santri.	Sama-sama meneliti tentang pendidikan pada santri dan juga berkaitan dengan <i>self regulated learning</i> .
5.	Ahmad Syafi'i, Tri Marfiyanto, and Siti Kholidatur Rodiyah (2018)	Studi Tentang Prestasi Belajar Siswa Dalam Berbagai Aspek Dan Faktor Yang Mempengaruhi	Penelitian tersebut membahas secara lebih luas mengenai factor-faktor yang memengaruhi prestasi belajar siswa. Sedangkan penelitian ini hanya terfokus pada hubungan dari 2 faktor	Keduanya sama-sama meneliti terkait prestasi belajar pada peserta didik.

No.	Nama	Judul Penelitian	Perbedaan	Persamaan
			dengan prestasi belajar saja.	
6.	Putri Surya Lissandi, Imam Setyawan (2019)	Hubungan Antara <i>Self-Regulated Learning</i> Dengan Kemandirian Pada Santri Pondok Pesantren Matholi'ul Anwar Kabupaten Lamongan	Penelitian tersebut bertujuan mengetahui hubungan antara <i>self-regulated learning</i> dengan kemandirian pada santri. Sedangkan dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara <i>self-regulated learning</i> dengan prestasi belajar santri.	Persamaan dari penelitian tersebut adalah menggunakan salah satu indicator penelitian yang sama dan meneliti tentang pendidikan santri.
7.	Ahmad Falah (2017)	Faktor Internal Yang Berpengaruh Terhadap Keberhasilan Menghafal Al-Qur'an Siswa Tsanawiyah	Penelitian tersebut membahas faktor internal siswa yang berpengaruh terhadap keberhasilan siswa dalam menghafal Al-Qur'an. Sedangkan penelitian ini membahas lebih spesifik terkait factor internal kesejahteraan psikologi dan <i>self learning regulated</i> .	Persamaan kedua penelitian, yaitu terkait dengan Hafalan Al-Qur'an
8.	Novia Khoerunnisa, Euis Eti Rohaeti, Devy Sekar Ayu Ningrum (2021)	Gambaran <i>Self Regulated Learning</i> Siswa Terhadap Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid 19	Penelitian tersebut bertujuan untuk mengetahui gambaran SRL pada siswa dengan menggunakan metode penelitian kualitatif. Sedangkan penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh dari SRL terhadap prestasi belajar santri.	Sama-sama meneliti terkait <i>self regulated learning</i> .

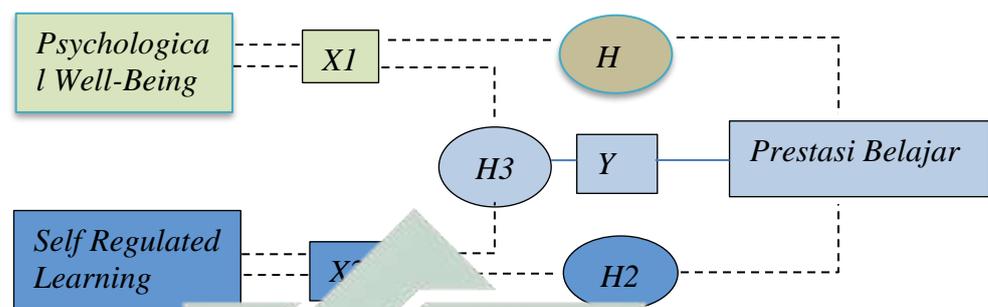
No.	Nama	Judul Penelitian	Perbedaan	Persamaan
9.	Ebi Nabilah, Bambang Samsul Arifin, Tarsono (2022)	Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja Santri (Fenomena Hafalan Di Pondok Pesantren Sukamiskin)	Penelitian tersebut hanya meneliti satu variable yaitu kesejahteraan psikologis santri kelas 0a Tsanawiyah ketika menghafal. Sedangkan Penelitian ini meneliti bagaimana hubungan kesejahteraan psikologi ( <i>self regulated learning</i> ) terhadap prestasi belajar.	Sama-sama meneliti terkait kesejahteraan psikologis pada santri.
10.	Nadzifah Fitriyani (2019)	Pengaruh Dukungan Sosial dan Psychological Well-being Terhadap Prestasi Belajar Santri Kelas X (Studi Kasus di Mbs Sleman dan Qoyyim P...)	Perbedaan pada salah satu variabel, pada penelitian tersebut meneliti tentang pengaruh dukungan sosial terhadap prestasi belajar santri kelas di dua lokasi. Sedangkan penelitian ini hanya satu lokasi.	Sama-sama meneliti dampak terhadap prestasi belajar santri dengan indikator <i>psychological well-being</i> .

Dapat disimpulkan bahwa yang membedakan penelitian terdahulu dengan penelitian ini adalah terdapat dua variabel yang hendak diteliti, yakni *psychology well-being* (X1), *self regulated learning* (X2) dengan prestasi belajar (Y)

#### F. Kerangka Teoretik

Kerangka teoritis adalah suatu model yang digunakan untuk menerangkan hubungan faktor-faktor yang penting telah diketahui dalam suatu masalah kerangka teoritis akan digunakan sebagai petunjuk, pedoman dalam membedah dan menganalisis fenomena dan dalam melakukan penelitian

selanjutnya. Dengan demikian variabel bebas (*dependent variable*) yaitu *psychology well-being* dan *self regulation learning*, sedangkan variabel terkait (*independent variable*) yaitu Prestasi Belajar.



Berdasarkan kerangka konseptual di atas maka hipotesis dalam penelitian ini adalah:

1. *Psychological well-being* berpengaruh terhadap prestasi belajar.
2. *Self regulated learning* berpengaruh terhadap prestasi belajar.
3. *Psychological well-being* dan *self regulated learning* berpengaruh terhadap prestasi belajar

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis dan Pendekatan Penelitian**

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif yang merupakan penelitian yang menekankan analisisnya pada data-data numerik dan diolah dengan metode statistika serta dilakukan pada penelitian inferensial atau dalam rangka pengujian hipotesis, sehingga dapat diuji signifikansi antar variabel yang diteliti.<sup>50</sup> Pada penelitian ini variabel terikatnya adalah psychological well being dan self regulated learning, sedangkan variabel terikatnya adalah prestasi belajar PAI bagi santri pada penghafal al-Qur'an.

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan secara deskriptif kuantitatif. Tujuannya ialah untuk memberikan gambaran terhadap hubungan psychological well being dan self regulated learning terhadap prestasi belajar PAI bagi santri pada penghafal al-Qur'an. Lokasi yang dituju pada penelitian ini ialah di PPSQ Asy-Syadzili 1 Sumber Pasir Malang.

#### **B. Sumber Data**

Sumber data yang dimaksud dalam penelitian ini adalah subjek dari mana data dapat diperoleh. Sumber data yang akan digali dan dijadikan bahan analisis berasal dari adanya sebuah penyebaran angket terhadap siswa tentang psychological well being dan self regulated learning terhadap prestasi belajar PAI

---

<sup>50</sup>Ahsin, Pembelajaran tahfidul qur'an pondok pesantren ulumul qur'an kalibeber wonosobo. *Jurnal Al-Qalam*. Vol.XIII.(2018).

bagi santri pada penghafal al-Qur'an. Adapun sumber lainnya yang dapat mendukung dalam proses analisis berdasarkan hasil dari observasi peneliti terhadap objek penelitian yaitu di PPSQ Asy-Syadzili 1 Sumber Pasir Malang.

### C. Definisi Operasional dan Variabel Penelitian

Operasionalisasi variabel diperlukan untuk menentukan jenis dan indikator variabel-variabel yang digunakan dalam penelitian. Selain itu, proses ini juga dimaksud untuk menentukan skala pengukuran dari masing-masing variabel sehingga pengujian hipotesis dengan menggunakan alat bantu statistika dapat dilakukan secara benar. Berikut adalah definisi operasional variabel dalam penelitian ini:

No	Definisi Operasional
<b>Kepercayaan Diri</b>	
1	Bahagia dengan kehidupan sekarang ini
2	Kegiatan hafalan dilakukan merupakan kewajiban yang harus dilakukan
3	Belajar PAI bagi saya merupakan kewajiban
4	Kelebihan yang saya miliki tidak ada apa-apa
<b>Hubungan positif dengan orang lain yang lain</b>	
1	Mudah percaya terhadap orang baru yang dikenal
2	Saya memilih membantu orang lain dalam menyimak hafalan dari pada kepeningannya hafalan pribadi
3	Saya kurang percaya terhadap kemampuan hafalan orang lain dalam menyimak tanpa melihat al-Qur'an
<b>Kemandirian (<i>autonomy</i>).</b>	
1	Saya melakukan hafalan sendiri tanpa bantuan orang lain.
2	Saya mudah stres dengan hafalan yang rutin
3	Saya sering kali ragu terhadap hasil belajar saya
<b>Penguasaan lingkungan (<i>environmental mastery</i>)</b>	
1	Saya mampu mengembangkan potensi yang ada di tempat tinggal saya
2	Rasa semangat dalam hafalan dipengaruhi oleh teman-teman
3	Saya mampu mengembangkan bakat selain hafalan dalam tempat tinggal ini

No	Pernyataan
<b>Tujuan hidup (<i>purpose in live</i>)</b>	
1	Saya yakin bahwa saya akan hafal al-Qur'an 30 juz
2	Saya yakin bahwa dengan hafalan Qur'an hikmah dalam kehidupan akan mudah didapatkan
3	Meskipun pernah malas dalam hafalan, penyemangat hadir menunjukkan bahwa setiap kehidupan mengalami arti yang bermakna
<b>Pengembangan pribadi (<i>personal growth</i>).</b>	
1	Saya tau kemampuan yang saya miliki
2	Saya kerap kali kesulitan untuk terus naik ketahap selanjutnya dalam mencapai kemampuan diri sendiri
3	Saya harus bisa belajar dari pengalaman

## Self Regulated Learning 2

No	Pernyataan
<b>menetapkan tujuan belajar</b>	
1	Hafalan yang dilakukan oleh santri tanpa ada perintah
2	Belajar dilakukan sebagai kewajiban sendiri
3	Metode hafalan yang digunakan santri sendiri
<b>menganalisa kebutuhan belajar</b>	
1	Belajar merupakan suatu hal yang harus dilakukan
2	Segala perlengkapan belajar sudah dipersiapkan dengan benar
3	Menjaga hafalan yang sudah dipelajari sebelumnya
<b>menetapkan tujuan belajar</b>	
1	Belajar untuk menggapai cita-cita yang diharapkan
2	Belajar untuk mengejar fadilahnya orang mencari ilmu
3	Belajar untuk mendukung dokumen resmi agar mendapatkan ijazah atau pengakuan pemerintah secara legal
<b>memonitor, mengatur dan mengontrol belajar</b>	
1	Segala aktivitas yang hendak dilakukan pada saat belajar sudah direncanakan dengan baik.
2	Segala aturan yang diberlakukan pada saat belajar dibuat sendiri.
3	Mengontrol hasil belajar santri dalam proses kenaikan kelas khususnya dibidang hafalan
<b>memandang kesulitan sebagai tantangan,</b>	
1	Belajar menghafal merupakan bagian dari tantangan

No	Pernyataan
2	Belajar hal lain merupakan tantangan yang luar biasa
3	Tidak ada yang sulit dalam menghafal al-Qur'an
<b>memanfaatkan dan mencari sumber yang relevan</b>	
1	Memanfaatkan teman dalam semak'an hafalan.
2	Memanfaatkan guru dalam semak'an hafalan.
3	Mencari sumber yang satu frekuensi
<b>Memilih dan menetapkan strategi belajar yang tepat</b>	
1	Metode belajar menghafal berdasarkan pilihan dari santri sendiri
2	Metode belajar menghafal berdasarkan pilihan dari guru sendiri
3	Santri memiliki strategi sendiri dalam mempercepat hafalan
<b>menyusun rencana proses dan hasil belajar,</b>	
1	Prestasi hafalan berdasarkan bentuk evaluasi dan melihat santri dapat menghafal dengan baik atau tidak
2	Guru langsung menegur siswa pada saat evaluasi
3	Penilaian berdasarkan bentuk evaluasi yang efektif
<b>menyusun rencana proses dan hasil belajar,</b>	
1	Santri memiliki konsistensi terhadap hasil belajar yang diinginkan
2	Semua tindakan yang dilakukan santri dan guru ditulis secara terstruktur
4	Santri membuat jadwal hafalan sendiri untuk mempermudah dalam mencapai target

Prestasi Belajar (Y)

No	Pernyataan
<b>Ranah Kognitif</b>	
1	Santri dapat menjelaskan halaman dan tataletak tulisan al-Qur'an yang sudah dihafal
2	Santri dapat menyambung ayat
3	Santri menguraikan ayat yang telah di hafal
<b>Ranah Afektif</b>	
1	Santri dapat menerima dari hasil hafalan sendiri
2	Santri mendapatkan respon yang baik jika berprestasi.

No	Pernyataan
3	Nilai yang buat acuan ialah prestasi belajar siswa yaitu raport
<b>Ranah Psikomotor</b>	
1	Jika hafalan terdapat anggota tubuh selain mulut ada yang tuna rungu maka hafalan yang digunakan maka dalam berkomunikasi menggunakan bahasa isyarat
2	Wajah perlu dilihat langsung pada saat hafalan secara keseluruhan
3	Dalam hafalan juga dibutuhkan olah raga yang sehat

#### D. Teknik Pengumpulan Data Penelitian

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini antara lain:

1. Observasi, yang dilakukan untuk menghasilkan data terkait pelaksanaan proses menghafal Quran yang sesungguhnya.
2. Angket, menggunakan angket tertutup yaitu angket yang berupa pernyataan beserta pilihan jawaban. Angket digunakan untuk mendapatkan data terkait *psychological well-being* (X1), *self-regulated learning* (X2) dengan prestasi belajar (Y).

Teknik pengumpulan data yang digunakan dengan menggunakan skala likert yaitu dengan, penyebaran angket. Angket adalah suatu alat untuk mendapatkan data yang berisi sejumlah pertanyaan secara tertulis yang dibagikan kepada responden dengan tujuan untuk mengungkapkan kondisi dalam diri subjek yang ingin diketahui. Dalam penyusunan skala ini peneliti mengadopsi dari blue print yang diambil dari definisi operasional. Skala self regulated learning dikelompokkan menjadi 3 aspek, pertama personal. Kedua perilaku, ketiga lingkungan.

## E. Uji Instrumen

### 1. Uji Validitas

Uji validitas digunakan untuk mengukur apakah instrumen yang digunakan dalam penelitian valid atau tidak. Valid berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur (Sugiyono; 2017). Uji validitas dilakukan pada hasil jawaban kuesioner yang telah diisi oleh responden. Instrumen dikatakan valid apabila nilai signifikansinya  $\leq 0,05$ . Instrumen yang sudah dibuat akan disebar pada responden uji coba sebanyak 30 orang responden di luar sampel penelitian. Selanjutnya dari tabel uji coba instrumen akan dilakukan uji lanjutan ketika hendak.

### 2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas digunakan untuk mengukur reliabilitas dari instrumen pengukuran. Instrumen dikatakan reliabel jika instrumen yang menunjukkan stabilitas dan konsistensi dari suatu skala penilaian. Tingkat reliabel dapat dilihat dari hasil uji statistik *Cronbach Alpha* ( $\alpha$ ), variabel dikatakan reliabel jika nilai Cronbach's alpha ( $\alpha$ ) lebih dari 0,6.

## F. Analisis Data

Menurut Sugiyono dalam kuantitatif, teknik analisis data yang digunakan sudah jelas, yaitu diarahkan untuk menjawab rumusan masalah atau menguji hipotesis yang telah dirumuskan dalam proposal (Sugiyono, 2017). Untuk mengolah dan menganalisis data, peneliti menggunakan bantuan program statistik, Software SPSS 25 for windows, adapun metode analisis data yang

digunakan dalam penelitian ini ialah menggunakan tahap-tahap sebagai berikut:

### 1. Pengujian asumsi Klasik

Uji asumsi klasik disebut juga dengan uji prasyarat. Uji prasyarat merupakan suatu bentuk uji pendahuluan atau syarat yang terlebih dahulu dipenuhi sebelum menggunakan dari suatu analisis yang digunakan untuk menguji dari hipotesa yang diajukan (Sugiyono, 2017). Uji asumsi klasik merupakan suatu uji pendahuluan sebelum menggunakan analisis regresi linier berganda untuk menguji hipotesis dalam penelitian.

Uji asumsi klasik bertujuan untuk mengetahui apakah data yang digunakan telah memenuhi ketentuan dalam model regresi. Hasil dari uji asumsi klasik akan menentukan analisis selanjutnya yaitu analisis regresi linier berganda. Analisis regresi linier berganda hanya dianggap baik dan memenuhi syarat apabila telah memenuhi asumsi klasik, yaitu: uji *normalitas*, uji *multikolinearitas*, dan uji *heteroskedastisitas* uji *autokorelasi*.

#### a. Uji *Normalitas*

Uji *normalitas* bertujuan untuk mengetahui apakah distribusi sebuah data mengikuti atau mendekati distribusi normal. Data yang baik adalah data yang mempunyai pola seperti distribusi normal, yaitu tidak miring ke kanan atau ke kiri. Menurut Ghozali bahwa pada prinsipnya uji *normalitas* dapat dideteksi dengan melihat penyebaran data (titik) pada sumbu diagonal dari grafik (Ghozali, 2018). Apabila data menyebar

sekitar garis diagonal dan mengikuti arah garis diagonalnya, maka model regresi memenuhi asumsi normalitas.

#### **b. Uji *Multikolinieritas***

Uji *multikolinieritas* digunakan untuk menguji apakah dalam model regresi ditemukan adanya korelasi antara variabel independen. Untuk menguji ada tidaknya uji *multikolinieritas* didalam model regresi berganda ialah dengan melihat nilai *Variance Inflation Factor* (VIP) dan toleransi (Ghozali, 2018). Apabila nilai toleransi kurang dari 1 (<1) atau VIF lebih besar dari 10, hal tersebut menunjukkan adanya *multikolinieritas* (Ghozali, 2018).

#### **c. Uji *Heteroskedastisitas***

Uji *heteroskedastisitas* bertujuan untuk melihat apakah dalam model regresi terjadi ketidaksamaan nilai dari residual satu pengamatan ke pengamatan lain (Ghozali, 2015). Apabila varian residual dari satu pengamatan ke pengamatan lain tetap, maka disebut *homoskedastisitas*, apabila berbeda maka disebut *heteroskedastisitas*. Untuk mengetahui ada tidaknya *heteroskedastisitas* pada suatu model maka dapat dilihat dari pola gambar *scatterplot*.

Apabila ada pola tertentu, seperti titik-titik yang ada membentuk pola tertentu yang teratur, maka terjadi *heteroskedastisitas* dan apabila tidak ada pola yang jelas atau titik menyebar diatas dan dibawah angka nol pada sumbu Y, maka tidak terjadi *heteroskedastisitas*.

#### **d. Uji *Autokorelasi***

Uji *autokorelasi* bertujuan menguji apakah dalam satu model regresi linier ada korelasi antara kesalahan pengganggu pada periode  $t$  dengan kesalahan pada periode  $t-1$  atau sebelumnya (Ghozali, 2018). Untuk mengambil keputusan apakah ada atau tidaknya *autokorelasi* adalah dengan cara melihat besaran Durbin-Watson (D-W) seperti halnya berikut:

- 1) Angka D-W di bawah 2, berarti *ada autokorelasi positif*
- 2) Angka D-W di bawah 2, dan di atas 2 berarti *tidak ada autokorelasi*
- 3) Angka D-W di atas 2 berarti *ada autokorelasi negative*.

## 2. Analisis Regresi Linier Berganda

Analisis yang digunakan ialah analisis regresi linier berganda. Analisis regresi linier berganda digunakan untuk mengetahui hubungan antara dua atau lebih variabel independen ( $X_1, X_2, \dots, X_n$ ) terhadap variabel dependen ( $Y$ ) secara serentak atau simultan (Ghozali, 2009). Analisis regresi linier berganda digunakan untuk mengetahui hubungan Psychology Well-Being dan Self Regulated Learning dengan Prestasi Belajar PAI Satri Penghafal Al-Qur'an Di FPSQ Asy-Syadzili 1 Sumber Pasir Malang. Analisis regresi linier berganda dinyatakan dengan formula sebagai berikut:

$$Y = a + b_1X_1 + b_2X_2 + b_3X_3 + e$$

Keterangan:

Y : Prestasi Belajar

a : Konstanta

- $b$  : Koefisien Regresi
- $X_1$  : Psychological Well-Being
- $X_2$  : Self Regulated Learning
- $e$  : *Standart error*

### 3. Uji Koefisien Determinasi ( $R^2$ )

Uji koefisien determinasi  $R^2$  menjelaskan proporsi variasi dalam variabel terikat (Y) yang dijelaskan oleh variabel bebas (lebih dari satu variabel) secara bersama-sama. Uji koefisien determinasi menjelaskan seberapa besar pengaruh yang ditimbulkan oleh variabel independen yang diteliti terhadap variabel dependen. Performa regresi linier berganda semakin baik apabila nilai koefisien determinasi  $R^2$  semakin besar atau mendekati 1 dan cenderung meningkat sejalan dengan peningkatan jumlah variabel bebas.

### 4. Uji Hipotesis

Untuk menguji hipotesis regresi analisis regresi melalui uji statistic t. Analisis regresi ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh variabel independen terhadap dependen secara parsial atau simultan serta untuk mengetahui presentase dominasi variabel independen terhadap variabel dependen.

#### 1) Uji t

Uji t dilakukan mengetahui signifikan sebesar 0,05 ( $\alpha = 5\%$ ). Adapun langkah-langkah dalam pengujian hipotesis adalah sebagai berikut :

##### a. Merumuskan hipotesis

$H_0$  :  $X_1$ , dan  $X_2$  secara parsial tidak berpengaruh terhadap (Y).

$H_a$  :  $X_1$ , dan  $X_2$  secara parsial berpengaruh terhadap (Y).

b. Menentukan t hitung

c. Kriteria pengujian

(1) Jika nilai signifikan uji t  $< 0,05$  maka  $H_0$  diterima.

(2) Jika nilai signifikan uji t  $> 0,05$  maka  $H_0$  ditolak

2) Uji F

Uji F digunakan untuk menguji pengaruh signifikansi variabel independen secara simultan terhadap variabel dependen. Uji F dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

d. Merumuskan hipotesis

$H_0$  :  $X_1$ , dan  $X_2$  secara simultan tidak berpengaruh terhadap (Y).

$H_a$  :  $X_1$ , dan  $X_2$  secara simultan berpengaruh terhadap (Y).

e. Menentukan F hitung

f. Kriteria pengujian

(1) Jika nilai signifikan uji F  $< 0,05$  maka  $H_0$  diterima.

(2) Jika nilai signifikan uji F  $> 0,05$  maka  $H_0$  ditolak

g. Membuat hipotesis dalam uraian kalimat dan dalam model statistic

h. Menentukan taraf signifikan 0,05

i. Menentukan kriteria keputusan:

a.  $H_0$  diterima apabila nilai signifikan (sig)  $> 0,05$

b.  $H_0$  ditolak apabila nilai signifikan (sig)  $< 0,05$

## BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil Penelitian

#### 1. Deskripsi Penelitian

Data hasil penelitian terdiri dari dua variabel *independen* yaitu *Psychological Well-Being* (X1) dan *Self Regulated Learning* (X2) serta Prestasi Belajar (Y) sebagai variabel *dependen*. Pada bagian ini akan dijabarkan data dari masing-masing variabel yang telah di olah. Berikut ini merupakan hasil pengolahan data yang telah dilakukan menggunakan aplikasi SPSS versi 20.

##### a. *Psychological Well-Being* (71)

Data variabel *psychological well-being* diperoleh melalui angket yang terdiri dari 19 item dengan jumlah 30 responden. Ada 5 alternatif jawaban dimana 5 adalah skor tertinggi dan 1 skor terendah. Berdasarkan data variabel *psychological well-being*, nilai skor tertinggi sebesar 80,00 dan skor terendah 41,00. Hasil analisis karga *Mean* sebesar 64,1, *Median* 64,00, *Moaus* 73 dan *Standar Deviasi* (SD) sebesar 44,3.

Cara menentukan kelas interval menggunakan rumus: jumlah kelas =  $1 + (3,3) \log (N)$ , dimana N adalah jumlah responden. Dari data diketahui bahwa  $N = 30$ , sehingga diperoleh banyak kelas  $1 + (3,3) \log (30) = 5,87$  (dibulatkan menjadi 6) kelas interval. Rentang data dihitung dengan cara skor maksimal – skor minimal, sehingga

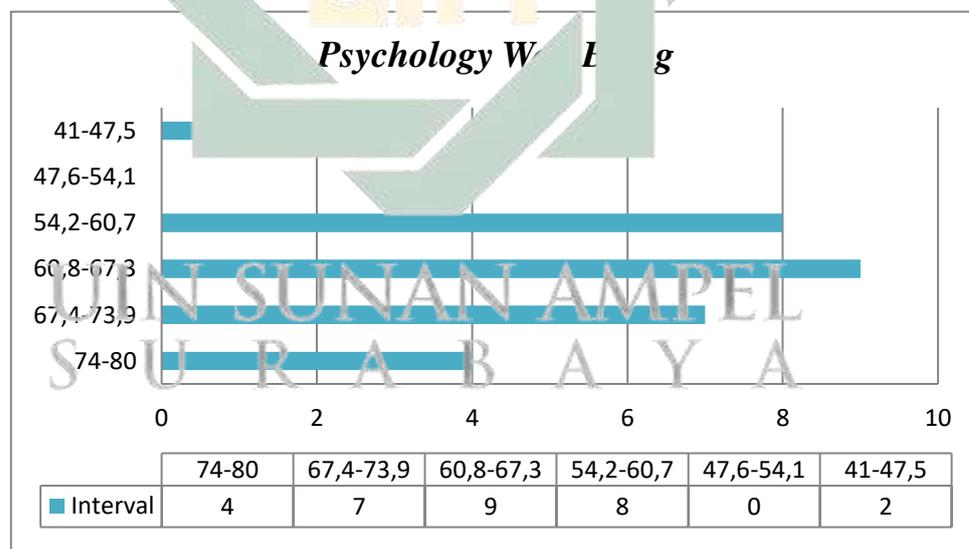
diperoleh rentang data sebesar  $80 - 41 = 39$ . Sedangkan panjang kelas diperoleh nilai dari  $\text{Rentang}/K = 39/6 = 6,5$ .

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Variabel *Psychological Well-Being*

No	Interval		f	f (%)	
1	74	-	80	4	13,3%
2	67,4	-	73,9	7	23,3%
3	60,8	-	67,3	9	30,0%
4	54,2	-	60,7	8	26,7%
5	47,6	-		0	0,0%
6	41	-	47,5	2	6,7%
Jumlah					100,0%

Sumber: Hasil penelitian tahun 2022

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi variabel *psychological well-being* di atas, disajikan diagram batang sebagai berikut:



Gambar 1. Diagram Batang Distribusi Frekuensi *psychological well-being*

Berdasarkan tabel dan diagram di atas, mayoritas frekuensi variabel *psychological well-being* terletak pada interval 60,8-67,3 yaitu sebanyak 9 siswa (30,0%) dan paling sedikit terletak pada

interval 47,6-54,1 sebanyak 0 siswa (0%). Artinya kecenderungan *psychological well-being* para santri berkelompok di tengah antara nilai rendah dengan kelompok nilai tinggi, hasil ini menunjukkan bahwa *psychological well-being* santri tidak terlalu rendah maupun terlalu tinggi.

Penentuan kecenderungan variabel *psychological well-being*, setelah nilai maksimum ( $X_{max}$ ) dan minimum ( $X_{min}$ ) diketahui, maka selanjutnya yang dicari adalah nilai rata-rata ideal ( $M_i$ ) dengan rumus  $M_i = \frac{1}{2}(X_{max} + X_{min})$ . Selanjutnya mencari standar deviasi ideal ( $S_{di}$ ) dengan rumus  $S_{di} = \frac{1}{2}(X_{max} - X_{min})$ . Berdasarkan rumus di atas maka  $M_i$  variabel *psychology well-being* adalah 52,7 dan  $S_{di}$  adalah 2,7. Dari perhitungan di atas dapat dikategorikan menjadi 3 kelas:

Tabel 2. Kategorisasi Distribusi

Tinggi	$X \geq M + SD$
Sedang	$M - SD \leq X < M + SD$
Rendah	$X \leq M - SD$

Berikut ini merupakan tabel distribusi kecenderungan variabel *psychological well-being*.

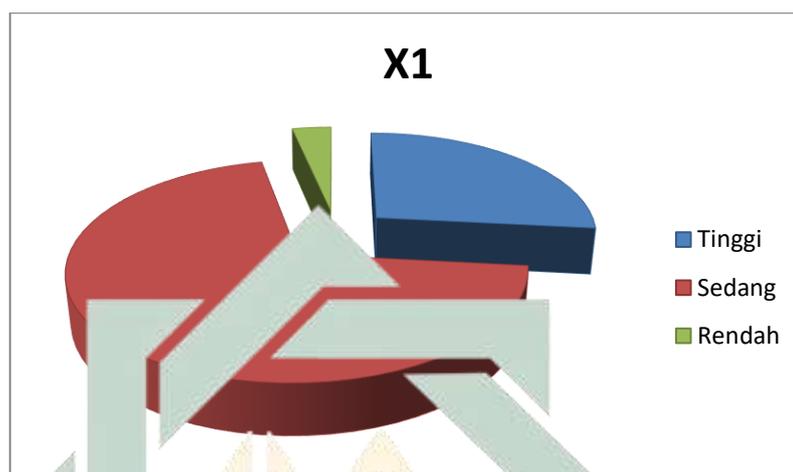
Tabel 3. Distribusi Kategorisasi Variabel *psychological well-being*.

No	Skor	Frekuensi		Kategori
		F	%	
1	$X \geq 69,7$	8	26,7	Tinggi
2	$44,3 \leq X < 69,7$	21	70,0	Sedang

3	$X < 44,3$	1	3,3	Rendah
---	------------	---	-----	--------

Sumber: olah data 2022

Berdasarkan tabel di atas dapat digambarkan dengan diagram *pie chart* seperti di bawah ini:



Gambar 1. Diagram *Pie Chart Psychological Well-being*

Berdasarkan tabel dan diagram *pie chart* di atas, frekuensi variabel  $X_1$  berada pada kategori tinggi sebanyak 8 siswa (26,7%), kategori sedang sebanyak 21 siswa (70,0%), dan rendah sebanyak 1 siswa (3,3%). Dapat disimpulkan bahwa variabel *psychological well-being* berada pada kategori sedang yaitu sebanyak 70,0%.

#### b. *Self Regulated Learning (X2)*

Data variabel *self regulated learning* diperoleh melalui angket yang terdiri dari 27 item dengan jumlah 30 responden. Ada 5 alternatif jawaban dimana 5 adalah skor tertinggi dan 1 skor terendah. Berdasarkan data variabel *self regulated learning*, nilai skor tertinggi sebesar 121 dan skor terendah 64. Hasil analisis harga *Mean* sebesar

96,93 (dibulatkan menjadi 97), *Median* 97, *Modus* 94 dan *Standar Deviasi* (SD) sebesar 18.

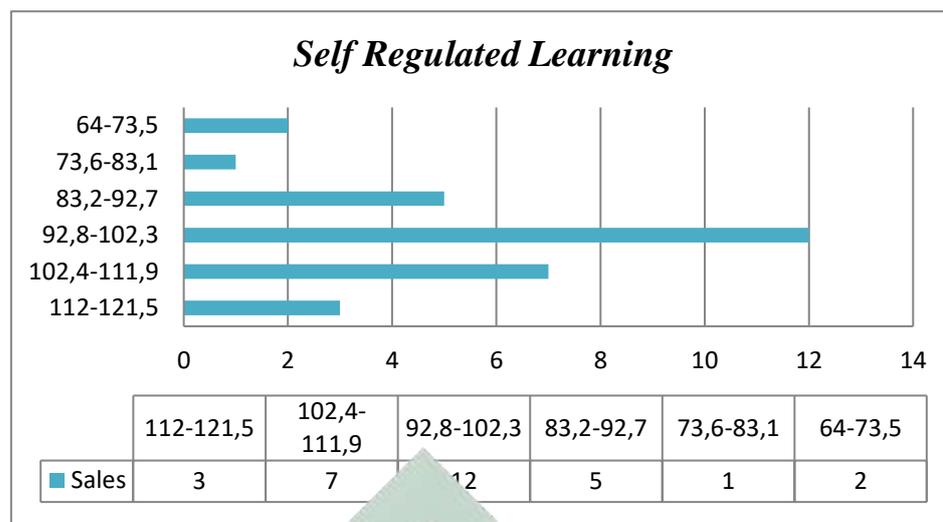
Cara menentukan kelas interval menggunakan rumus: jumlah kelas =  $1 + (3,3) \log (N)$ , dimana N adalah jumlah responden. Dari data diketahui bahwa  $N = 30$ , sehingga diperoleh banyak kelas  $1 + (3,3) \log (30) = 5,87$  (dibulatkan menjadi 6) kelas interval. Rentang data dihitung dengan cara skor maksimal – skor minimal, sehingga diperoleh rentang data sebesar  $121,64 - 57$ . Sedangkan panjang kelas diperoleh nilai  $\text{Panjang}/K = 57/6 = 9,5$ .

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Variabel *Self Regulated Learning*.

No	Interval	f	(%)
1	111,64 - 121,64	3	10,0
2	102,14 - 111,64	7	23,3
3	92,64 - 102,14	12	40,0
4	83,14 - 92,64	5	16,7
5	73,64 - 83,14	1	3,3
6	64,14 - 73,64	2	6,7
<b>Jumlah</b>		<b>30</b>	<b>100</b>

Sumber: Olah Data 2022

Berdasarkan distribusi frekuensi variabel *self regulated learning* di atas, dapat digambarkan dalam diagram batang sebagai berikut:



Gambar 3. Diagram dan frekuensi Variabel *Self Regulated Learning*

Berdasarkan tabel di atas, mayoritas frekuensi variabel *self regulated learning* terdapat pada interval 92,8-102,3 sebanyak 12 siswa (100%) dan yang paling sedikit terletak pada interval 73,6-83,1 sebanyak 1 siswa (8,33%). Hal ini menunjukkan kecenderungan *self regulated learning* santri pada al-qur'an di PPSQ Asy-syadzili berada pada kategori sedang.

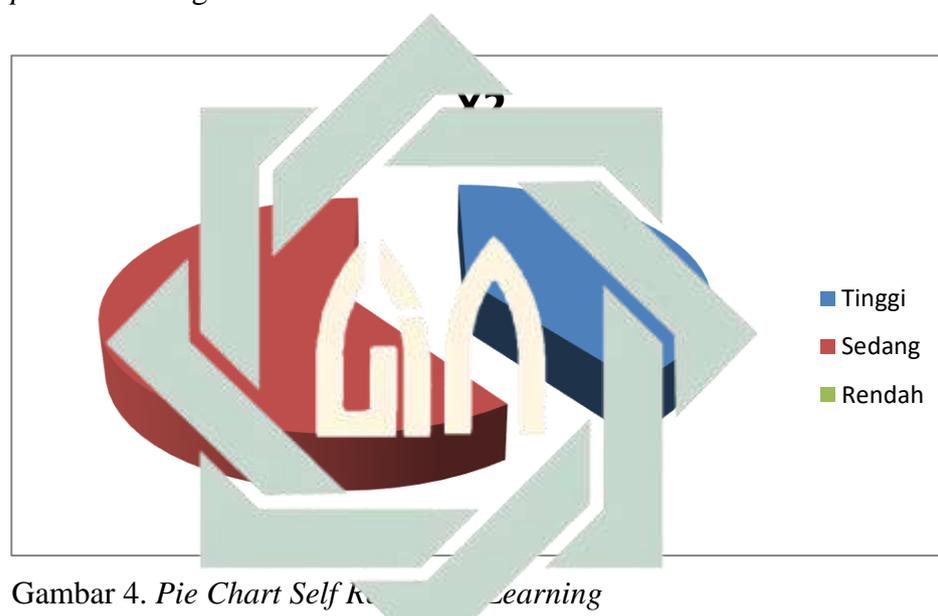
Cara menentukan kecenderungan variabel *self regulated learning* setelah mengetahui  $X_{max}$  dan  $X_{min}$ , maka selanjutnya yang dicari adalah nilai rata-rata ideal ( $M_i$ ) dan standar deviasi ideal ( $S_{di}$ ). Diketahui nilai  $M_i$  adalah 81 dan  $S_{di}$  adalah 18. Berdasarkan perhitungan di atas dapat dikategorikan ke dalam tiga kelas seperti tabel di bawah ini:

Tabel 5. Distribusi Kategorisasi Variabel *Self Regulated Learning*

No	Skor	Frekuensi		Kategori
		F	%	
1	$X \geq 99$	12	40	Tinggi
2	$63 \leq X < 99$	18	60	Sedang
3	$X < 63$	0	0	Rendah

Sumber: Olah Data 2022

Berdasarkan tabel di atas dapat digambarkan melalui diagram *pie chart* sebagai berikut:



Gambar 4. *Pie Chart Self Regulated Learning*

Berdasarkan tabel *pie chart* di atas frekuensi variabel *self regulated learning* pada kategori tinggi sebanyak 12 siswa (40%) dan kategori sedang sebanyak 18 siswa (60%), dan dalam kategori rendah sebanyak 0 siswa. Jadi dapat disimpulkan bahwa variabel *self regulated learning* santri penghafal al-qur'an di PPSQ Asy-syadzili 1 berada pada kategori sedang.

### c. Prestasi Belajar (Y)

Data variabel prestasi belajar diperoleh melalui angket yang terdiri dari 9 item dengan jumlah 30 responden. Ada 5 alternatif jawaban dimana 5 adalah skor tertinggi dan 1 skor terendah. Berdasarkan data variabel prestasi belajar, nilai skor tertinggi sebesar 45 dan skor terendah 22. Hasil analisis harga *Mean* sebesar 32,4 (dibulatkan menjadi 32), *Median* 33, *Modus* 33 dan *Standar Deviasi* (SD) sebesar 6.

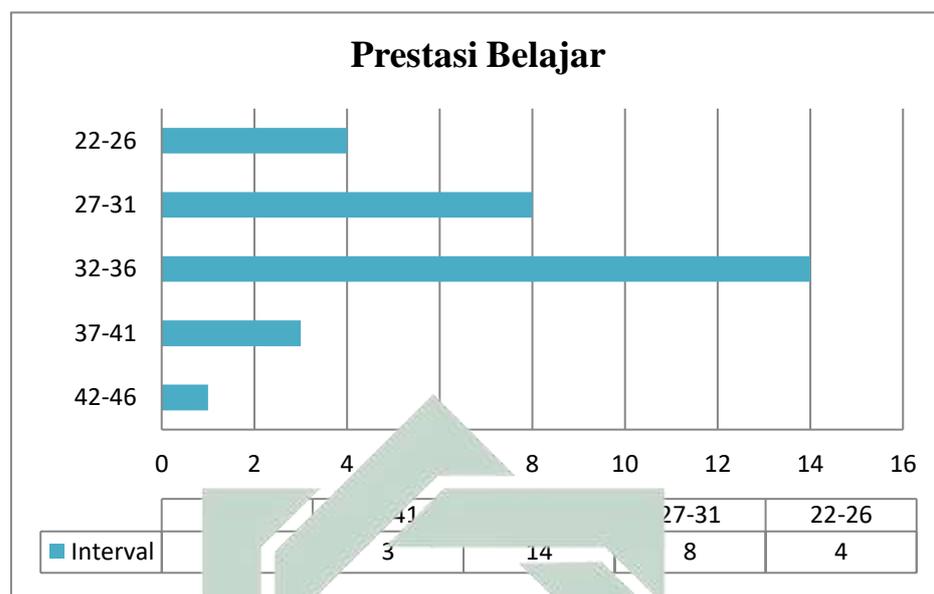
Cara menentukan kelas interval menggunakan rumus: jumlah kelas =  $1 + (3,3 \log (N))$  dimana N adalah jumlah responden. Dari data diketahui bahwa  $N = 30$  sehingga diperoleh banyak kelas  $1 + (3,3) \log (30) = 5,87$  (dibulatkan menjadi 6) sebagai interval. Rentang data dihitung dengan cara skor maksimum – skor minimal, sehingga diperoleh rentang  $45 - 22 = 23$ . Untuk menentukan panjang kelas diperoleh nilai dari Rentang / banyak kelas =  $23 / 6 = 3,833$  (dibulatkan menjadi 4).

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Variabel Prestasi Belajar

No	Interval			f	f (%)
1	42	-	46	1	3
2	37	-	41	3	10
3	32	-	36	14	47
4	27	-	31	8	27
5	22	-	26	4	13
<b>Jumlah</b>				<b>30</b>	<b>100</b>

Sumber: Olah Data 2022

Berdasarkan distribusi frekuensi variabel prestasi belajar di atas, dapat digambarkan dalam diagram batang sebagai berikut:



Gambar 5. Diagram Batang Distribusi Frekuensi Variabel Prestasi Belajar

Berdasarkan tabel 1 dan diagram batang di atas, mayoritas frekuensi variabel prestasi belajar terletak pada interval 32-36 sebanyak 14 siswa (47%). Siswa yang prestasinya terletak pada interval 42-46 sebanyak 1 siswa (3%) yang menunjukkan kecenderungan prestasi belajar santri penghafal al-qur'an di PPSQ Asy-syadzili 1 berada pada kategori sedang.

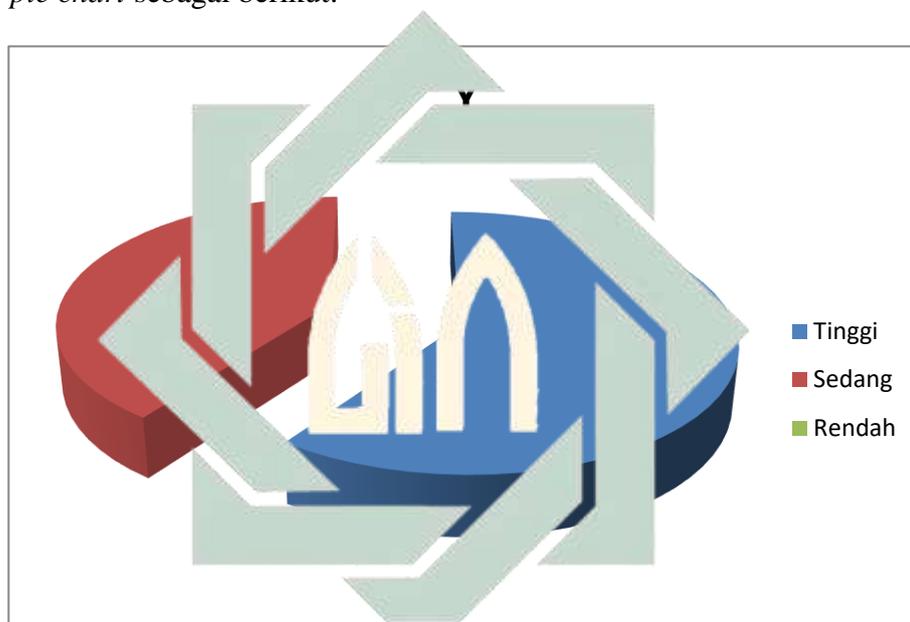
Berdasarkan data yang telah di olah, diketahui nilai *mean* sebesar 32,4 (dibulatkan menjadi 32) dan *Standar Deviasi* (SD) = 6. Berdasarkan perhitungan di atas dapat dikategorikan ke dalam tiga kelas seperti tabel di bawah ini:

Tabel 5. Distribusi Kategorisasi Variabel *Self Regulated Learning*

No	Skor	Frekuensi		Kategori
		F	%	
1	$X \geq 33$	18	60	Tinggi
2	$21 \leq X < 33$	12	40	Sedang
3	$X < 21$	0	0	Rendah

Sumber: Olah Data 2022

Berdasarkan tabel di atas dapat digambarkan melalui diagram *pie chart* sebagai berikut:



Gambar 6. *Pie Chart* Prestasi Belajar

Berdasarkan tabel *pie chart* di atas frekuensi variabel prestasi belajar pada kategori tinggi sebanyak 18 siswa (60%) dan kategori sedang sebanyak 12 siswa (40%), dan dalam kategori rendah sebanyak 0 siswa. Jadi dapat disimpulkan bahwa kecenderungan variabel prestasi belajar santri penghafal al-qur'an di PPSQ Asy-syadzili 1 berada pada kategori tinggi.

## 2. Hasil Uji Asumsi Klasik

### a. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah salah satu persyaratan dalam uji asumsi klasik. Sebelum kita melakukan analisis statistik untuk uji hipotesis maka kita harus melakukan uji normalitas terlebih dahulu untuk mengetahui apakah data tersebut berdistribusi normal.

Dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas One-Sample Kolmogorov-Smirnov adalah:

- Jika nilai signifikansi ( $p$ )  $> 0,05$  maka data penelitian berdistribusi normal.
- Sebaliknya jika nilai  $\text{Sig.} < 0,05$  maka data penelitian tidak berdistribusi normal.

Jika uji normalitas dilakukan dengan program SPSS 22.0 for windows. Berikut merujuk ke prosesnya:

Ho: data berdistribusi tidak normal

Ha: data berdistribusi normal

Table 6. Hasil Uji Normalitas One-Sample Kolmogorov-Smirnov  
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		30
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	,0000000
	Std. Deviation	4,53920489
Most Extreme Differences	Absolute	,113
	Positive	,113
	Negative	-,100
Test Statistic		,113
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200 <sup>c,d</sup>

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa nilai signifikansi Asymp.Sig (2-tailed) sebesar  $0,200 > 0,05$ . Maka sesuai dengan dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas Kolmogorov-smirnov di atas, dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Jadi dapat disimpulkan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak.

#### b. Uji Linieritas

Uji linieritas digunakan untuk mengetahui apakah dua variabel memiliki hubungan yang linier secara signifikan atau sebaliknya. Dasar pengambilan keputusan dalam uji linieritas adalah sebagai berikut:

- Jika nilai *Deviation from Linearity Sig.*  $> 0,05$  maka ada hubungan yang linier secara signifikan antara variabel independent dengan variabel dependent.
- Sebaliknya, jika nilai *Deviation from Linearity Sig.*  $< 0,05$  maka tidak ada hubungan yang linier secara signifikan antara variabel independent dengan variabel dependent.

Tabel 7. Hasil Uji Linieritas

Variabel	F	Sig.	Keterangan
<i>Psychological Well-Being</i>	0,566	0,855	Linier
<i>Self Regulated Learning</i>	1,857	0,230	Linier

Sumber: Olah Data 2022

Dari tabel di atas, diperoleh nilai *Deviation from Linearity Sig.* variabel *psychological well-being* adalah  $0,855 > 0,05$ . Nilai F hitung  $0,566 < F$  tabel  $2,53$ . Karena nilai F hitung lebih kecil dari nilai F tabel maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan linear secara signifikan antara variabel Psychological Well-Being (X1) terhadap Prestasi Belajar (Y).

Sedangkan dari tabel *Self-regulated learning*, diperoleh nilai *Deviation from Linearity Sig.* adalah  $0,220 > 0,05$ . Nilai F hitung adalah  $1,587 < F$  tabel  $4,1$ . Karena nilai F hitung lebih kecil dari nilai F tabel maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan linear secara signifikan antara variabel Self-regulated learning (X2) terhadap Prestasi Belajar (Y).

### c. Uji Multikolinier

Uji multikolinieritas adalah salah satu bagian dari uji asumsi klasik. Tujuan menggunakan uji multikolinieritas dalam penelitian adalah untuk menguji apakah ada korelasi kuat antar variabel bebas dan terikat. Model regresi yang baik seharusnya tidak terjadi korelasi diantara variabel bebas/tidak terjadi gejala multikolinieritas.

Dasar pengambilan keputusan dalam uji multikolinieritas (Tolerance dan VIF) adalah:

- Jika nilai Tolerance  $> 0,10$  maka tidak terjadi multikolinieritas dalam model regresi.

- Sebaliknya, jika nilai Tolerance  $< 0,10$  maka artinya terjadi multikolinearitas dalam regresi.
- Jika nilai VIF  $< 10,00$  maka artinya tidak terjadi gejala multikolinearitas.
- Jika nilai VIF  $> 10,00$  maka terjadi multikolinearitas dalam model regresi.

Tabel 8. Hasil Uji Multikolinearitas

Variabel	Tolerance	VIF	Keterangan
<i>Psychological Well-Being</i>	0,905	1,106	Tidak terjadi gejala
<i>Self Regulated Learning</i>	0,905	1,105	Tidak terjadi gejala

Berdasarkan tabel output *Coefficient Statistics* pada bagian *Collinearity Statistics* diketahui nilai *Tolerance* untuk variabel *Psychological Well-Being* (X1) dan *Self Regulated Learning* (X2) adalah  $0,905 > 0,10$ . Sementara nilai VIF untuk variabel *Psychological Well-Being* (X1) dan *Self Regulated Learning* (X2) adalah  $1,106 < 10,00$ . Maka mengacu pada dasar pengambilan keputusan dalam uji multikolinearitas dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi gejala multikolinearitas dalam model regresi.

### 3. Hasil Uji Hipotesis

Dalam penelitian ini uji hipotesis menggunakan teknik analisis korelasi *Product Moment Karl Pearson* untuk hipotesis 1 dan 2.

Sedangkan untuk menguji hipotesis ketiga menggunakan analisis korelasi ganda dengan dua variabel bebas.

#### a. Uji Hipotesis 1

Hipotesis pertama dalam penelitian ini adalah “terdapat hubungan yang signifikan antara *psychological well-being* terhadap prestasi belajar”. Dasar pengambilan keputusan uji hipotesis:

- Jika nilai Sig. (2-tailed)  $\leq 0,05$  maka terdapat korelasi antar variabel yang signifikan. Sebaliknya jika nilai Sig. (2-tailed)  $> 0,05$  maka tidak terdapat korelasi antar variabel.
- Jika nilai  $r_{hitung} > r_{tabel}$  maka terdapat korelasi antar variabel dan sebaliknya.

Tabel 9. Hasil Uji Hipotesis 1 (X1 dan Y)

Variabel	R	Sig.	Keterangan
<i>Psychological Well-Being</i> dengan Hasil Belajar	0,218	0,247	Tidak terdapat korelasi yang signifikan.

Sumber: Olah Data 2022

Dari tabel di atas, diketahui nilai Sig. (2-tailed) antara variabel X1 dengan Y adalah  $0,247 > 0,05$ . Selanjutnya diketahui nilai  $r$  hitung adalah  $0,218 < 0,349$  yang artinya tidak terdapat korelasi yang signifikan antara variabel X1 dengan variabel Y. Berdasarkan hasil analisis tersebut maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis pertama dalam penelitian ini **ditolak**. Hasil analisis korelasi *product moment* menunjukkan bahwa tidak terdapat korelasi yang signifikan antara

*psychological well-being* terhadap prestasi belajar santri penghafal al-qur'an di PPSQ Asy-syadzili 1 Sumber Pasir malang.

## b. Uji Hipotesis 2

Hipotesis kedua dalam penelitian ini adalah “terdapat korelasi yang signifikan antara variabel *self regulated learning* terhadap prestasi belajar. Dasar pengambilan keputusan uji hipotesis:

- Jika nilai Sig. (2-tailed)  $< 0,05$  maka terdapat korelasi antar variabel yang signifikan. Sebaliknya jika nilai Sig. (2-tailed)  $> 0,05$  maka tidak terdapat korelasi antar variabel.
- Jika nilai  $r_{hitung} > r_{tabel}$  maka terdapat korelasi antar variabel dan sebaliknya.

Tabel 10. Hasil Uji Hipotesis X2-Y

Variabel	$r_{hitung}$	$r_{tabel}$	Keterangan
<i>Self Regulated Learning</i> dengan Hasil Belajar	0,315	0,90	Tidak terdapat korelasi yang signifikan.

Dari tabel di atas, diketahui nilai Sig. (2-tailed) antara variabel X2 dengan Y adalah  $0,90 > 0,05$ . Selanjutnya diketahui nilai  $r$  hitung adalah  $0,315 < 0,349$  yang artinya tidak terdapat korelasi yang signifikan antara variabel X2 dengan variabel Y. Berdasarkan hasil analisis tersebut maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis kedua dalam penelitian ini **ditolak**. Hasil analisis korelasi *product moment*

menunjukkan bahwa tidak terdapat korelasi yang signifikan antara *self regulated learning* terhadap prestasi belajar santri penghafal al-qur'an di PPSQ Asy-syadzili 1 Sumber Pasir malang.

### c. Uji Hipotesis 3

Hipotesis ketiga dalam penelitian ini adalah “terdapat korelasi yang signifikan antara *psychology well-being* dan *self regulated learning* terhadap prestasi belajar”. Analisis ketiga ini menggunakan analisis korelasi berganda.

Dasar pengambilan keputusan menggunakan koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ). Jika koefisien korelasi bernilai positif maka dapat dilihat adanya hubungan yang positif antara variabel bebas dan variabel terikat. Sedangkan untuk uji signifikansi analisis berganda membandingkan nilai F hitung dengan nilai kritis  $F_{hitung} > \text{nilai } F \text{ tabel}$  maka hipotesis diterima dan sebaliknya. Untuk menguji hipotesis tersebut maka digunakan analisis korelasi *Product Moment Karl Person*. Rangkuman hasil analisis korelasi berganda dalam penelitian ini dapat dilihat dalam tabel berikut:

Tabel 11. Hasil Uji Hipotesis X1 dan X2 terhadap Y

<b>F hitung</b>	<b>F tabel</b>	<b>Sig.</b>	<b>r square</b>
2,92	2,664	0,088	0,165

### 1) Signifikansi Korelasi Ganda

Berdasarkan tabel di atas, diketahui nilai  $F_{hitung}$  lebih kecil dari  $F_{tabel}$  ( $2,664 < 2,92$ ), artinya *psychological well-being* dan *self regulated learning* secara simultan tidak berpengaruh terhadap prestasi belajar. Cara lain dengan melihat nilai Sig. apabila nilai Sig.  $< 0,05$  maka ada hubungan dan sebaliknya. Dari data di atas diketahui Sig.  $0,88 > 0,05$ . Berdasarkan hasil tersebut, maka hipotesis ketiga dalam penelitian ini ditolak. Hasil analisis korelasi ini dapat disimpulkan tidak terdapat korelasi yang signifikan antara *psychological well-being* dan *self regulated learning* terhadap prestasi belajar. Santiaji, Pengantar Pembelajaran Psikologi, Asy-syadzili 1

Sumber: Santiaji, Pengantar Pembelajaran Psikologi, Asy-syadzili 1

### 2) Koefisien Determinasi

Berdasarkan analisis menggunakan SPSS 22.0 diketahui nilai *r square* sebesar 0,165 yang berarti hubungan variabel  $X_1$  dan  $X_2$  terhadap  $Y$  sebesar 16,5%, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh variabel lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

### 3) Sumbangan Efektif dan Relatif

Sumbangan efektif dan relatif bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat. Besarnya nilai sumbangan efektif dan relatif untuk masing-masing variabel bebas dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 12. Sumbangan Efektif dan Sumbangan Relatif

Variabel Penelitian	Efektif (%)	Relatif (%)
<i>Psychological Well-Being</i>	6,23	0,37
<i>Self Regulated Learning</i>	6,70	0,40
Total	12,93	0,77

Berdasarkan data di atas dapat disimpulkan bahwa sumbangan efektif (SE) variabel *psychological well-being* (X1) terhadap prestasi belajar (Y) sebesar 6,23%. Sedangkan SE variabel *self regulated learning* (X2) terhadap prestasi belajar (Y) sebesar 6,70%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa variabel X2 lebih berpengaruh terhadap variabel Y daripada variabel X1. Untuk total SE selanjutnya dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Sedangkan untuk sumbangan relatif (SR) diketahui bahwa SR variabel *psychological well-being* (X1) terhadap prestasi belajar (Y) sebesar 0,37%, dan variabel *self regulated learning* (X2) terhadap prestasi belajar (Y) sebesar 0,40%. Untuk total SR adalah 0,77%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa variabel X2 lebih berpengaruh terhadap variabel Y daripada variabel X1.

## B. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk menguji “Hubungan antara *psychological well-being* terhadap prestasi belajar, *self regulated learning* terhadap prestasi belajar, serta hubungan *psychological well-being* dan *self regulated learning* terhadap prestasi belajar santri penghafal al-qur'an di PPSQ Asy-syadzili 1 Sumber Pasir Malang”. Berikut merupakan pembahasan dari masing-masing hipotesis.

### 1. Hubungan *Psychological Well-being* dengan prestasi belajar Santri Penghafal Al-Qur'an di PPSQ Asy-syadzili 1 Sumber Pasir Malang

Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh tingkat *psychological well-being* santri penghafal al-Qur'an di PPSQ Asy-syadzili 1 Sumber Pasir Malang terbagi menjadi tiga kategori, 3 subjek dengan kategori tinggi (20,7%), 7 subjek dengan kategori sedang (70%), dan 1 subjek dengan kategori rendah (3,3%). Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas subjek memiliki *psychological well-being* dalam kategori sedang. Dengan hasil korelasi positif ini dapat dinyatakan bahwa semakin tinggi tingkat *psychological well-being* santri maka semakin tinggi pula prestasi belajarnya. Demikian pula sebaliknya, semakin rendah tingkat *psychological well-being* santri maka semakin rendah pula prestasi belajar.

Dalam poin *psychological well-being* yang sudah dibahas di atas, suatu keadaan seseorang berada di atas tingkat kebahagiaan, tentunya keadaan ini akan memunculkan energi positif dari diri seseorang. Adanya energi positif ini dapat merangsang motivasi dan semangat dalam

beraktifitas, khususnya pembelajaran yang berpotensi meningkatkan prestasi akademik.

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa tidak terdapat korelasi yang signifikan antara *psychological well-being* terhadap prestasi belajar. Hal ini ditunjukkan dari nilai *r square* sebesar 0,218 lebih kecil dari *r* tabel yaitu 0,349 ( $0,218 < 0,349$ ) dan dari nilai signifikansi sebesar  $0,247 > 0,05$ . Artinya, *psychological well-being* memberikan sumbangsan sebanyak 21,8% terhadap prestasi belajar para santri, sisanya 78,2% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Berdasarkan penjabaran tersebut dapat disimpulkan bahwa *psychological well-being* sedikit sekali pengaruhnya terhadap prestasi belajar para santri, jadi hipotesis penelitian ini ditolak.

*Psychological well-being* merupakan hal positif di mana seseorang mengalami rasa pemenuhan atau kesejahteraan. Dalam konteks pendidikan, sangat penting bagi santri untuk memiliki kesehatan mental agar berhasil dalam bidang akademik maupun non akademik. Meski dalam perjalanannya, tentu banyak tanggung jawab dan tantangan yang mungkin membuat mereka cemas atau stres. Suasana seperti itu meningkatkan tekanan psikologis yang berujung pada penurunan kinerja mereka.

## 2. Hubungan *Self Regulated Learning* dengan Prestasi Belajar Santri Penghafal Al-Qur'an di PPSQ Asy-syadzili 1 Sumber Pasir Malang

Pada uji hipotesis hubungan X1 dengan Y, *self regulated learning* tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan prestasi belajar. Hal ini dapat diketahui dari hasil penelitian yang menunjukkan nilai Sig. (2-tailed) antara variabel X2 dengan Y adalah  $0,90 > 0,05$ . Selanjutnya diketahui nilai r hitung adalah  $0,315 < 0,34$  yang artinya *self regulated learning* memberikan sumbangan sebesar 21,5% terhadap prestasi belajar para santri, sisanya 68,5% dipengaruhi oleh faktor lain. Dari penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa *self regulated learning* lemah pengaruhnya terhadap prestasi belajar para santri, jadi hipotesis alternatif ( $H_a$ ) ditolak.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh tingkat *self regulated learning* santri penghafal Al-Qur'an di PPSQ Asy-syadzili 1 Sumber Pasir Malang terbagi menjadi tiga kategori, yaitu kategori tinggi pada kategori tinggi sebanyak 12 siswa (40%) dan kategori sedang sebanyak 18 siswa (60%), dan dalam kategori rendah sebanyak 0 siswa. Jadi dapat disimpulkan bahwa variabel *self regulated learning* santri penghafal al-qur'an di PPSQ Asy-syadzili 1 berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas subjek memiliki *self regulated learning* dalam kategori sedang. Dengan hasil korelasi positif ini dapat dinyatakan bahwa semakin tinggi tingkat *self regulated learning* santri maka semakin tinggi pula prestasi belajarnya. Demikian pula sebaliknya, semakin rendah tingkat *self regulated learning* santri maka semakin rendah pula prestasi belajar.

Schunk dan Zimmerman menjelaskan bahwa siswa yang termotivasi untuk terlibat dalam *self regulated learning* menuntut mereka untuk mengambil tanggung jawab mandiri atas pembelajarannya dan tidak hanya menuruti tuntutan guru. Schunk, Pintrich, dan Meece menjelaskan bahwa siswa yang menerapkan *self regulated learning* tidak cukup hanya memiliki tujuan dan motivasi, mereka juga perlu memiliki strategi untuk mengelola kognisi, perilaku, niat, dan pengaruh untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

### 3. Hubungan *Psychological Well-Being* dan *Self Regulated Learning* dengan Prestasi Belajar Santri Penghafal Al-Quran di PPSQ Asy-syadzili 1 Sumbersari Malang

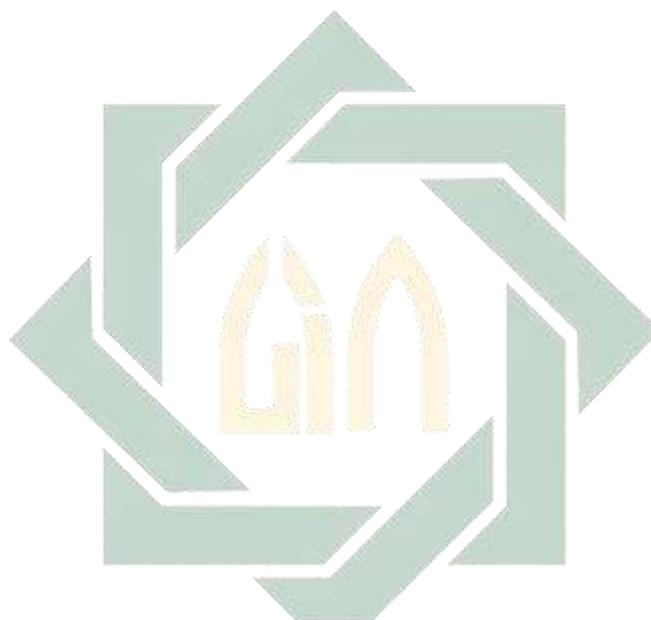
Berdasarkan hasil kategorisasi frekuensi variabel prestasi belajar pada kategori tinggi sebanyak 12 siswa (40%), dan dalam kategori sedang sebanyak 12 siswa (40%), dan dalam kategori rendah sebanyak 0 siswa. Jadi dapat disimpulkan bahwa kecenderungan variabel prestasi belajar santri penghafal al-quran di PPSQ Asy-syadzili 1 berada pada kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas subjek memiliki prestasi belajar dalam kategori tinggi. Dengan hasil korelasi positif ini dapat dinyatakan bahwa semakin tinggi tingkat *psychological well-being* dan *self regulated learning* santri maka semakin tinggi pula prestasi belajarnya. Demikian pula sebaliknya, semakin rendah tingkat *psychological well-*

*being* dan *self regulated learning* santri maka semakin rendah pula prestasi belajar.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai  $F_{hitung}$  lebih kecil dari  $F_{tabel}$  ( $2,664 < 2,92$ ), artinya *psychological well-being* dan *self regulated learning* secara simultan tidak berpengaruh terhadap prestasi belajar. Cara lain dengan melihat nilai Sig. apabila nilai Sig.  $< 0,05$  maka ada hubungan dan sebaliknya. Dari data di atas diketahui Sig.  $0,88 > 0,05$ . Hasil analisis korelasi ini dapat diketahui terdapat korelasi yang signifikan antara *psychological well-being* dan *self regulated learning* terhadap prestasi belajar santri pengaji al-qur'an di PTQ Asy-Syifa'ili 1 Sumber Pasir Malang. Berdasarkan hasil analisis menggunakan SPSS 22.0 diketahui nilai *r square* sebesar  $0,16$  yang berarti bahwa variabel X1 dan X2 terhadap Y sebesar  $16\%$  sedangkan  $83\%$  dipengaruhi oleh variabel lainnya yang tidak tercantum. Dari penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa *psychological well-being* dan *self regulated learning* sangat lemah pengaruhnya terhadap prestasi belajar para santri, jadi hipotesis penelitian ( $H_a$ ) ditolak.

Prestasi tidak terlepas dari praktek belajar, karena belajar adalah suatu siklus, dan prestasi belajar adalah efek samping dari suatu sistem, sebagaimana dikemukakan Oeman, belajar adalah pengalaman, sumber informasi dan kemampuan, sekolah, pendidikan dan pengalaman yang gigih dan gigih. cerdas. Winkle berpendapat prestasi akademik adalah bukti hasil yang bermanfaat, sistem pembelajaran yang dialami siswa yang

membawa perubahan dalam bidang informasi atau pemahaman dan pola pikir.



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang hubungan *psychological well-being* dan *self regulated learning* dengan prestasi belajar pendidikan agama islam santri penghafal al-Qur'an di PPSQ Asy-syadzili 1 Sumber Pasir Malang, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh *psychological well-being* santri penghafal al-Qur'an di PPSQ Asy-syadzili 1 Sumber Pasir Malang terbagi menjadi 3 kategori dari 3 subjek diperoleh 8 subjek dengan kategori tinggi (26,7%), 1 subjek dengan kategori sedang (33,3%), dan 1 subjek dengan kategori rendah (3,3%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas subjek memiliki *psychological well-being* pada kategori sedang. Berdasarkan hasil analisis data setelah dilakukan dapat diketahui bahwa tidak terdapat korelasi yang signifikan antara *psychological well-being* terhadap prestasi belajar. Hal ini ditunjukkan dari nilai  $r$  *square* sebesar 0,218 lebih kecil dari  $r$  tabel yaitu 0,349 ( $0,218 < 0,349$ ) dan dari nilai signifikansi sebesar  $0,247 > 0,05$ . Artinya, *psychological well-being* memberikan sumbangan sebanyak 21,8% terhadap prestasi belajar para santri, sisanya 78,2% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Berdasarkan penjabaran di atas, dapat disimpulkan bahwa kontribusi *psychological well-being* sedikit sekali pengaruhnya terhadap prestasi belajar para santri, jadi hipotesis penelitian ( $H_a$ ) ditolak.

2. Pada uji hipotesis hubungan X1 dengan Y, *self regulated learning* tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan prestasi belajar. Hal ini dapat diketahui dari hasil penelitian yang menunjukkan nilai Sig. (2-tailed) antara variabel X2 dengan Y adalah  $0,90 > 0,05$ . Selanjutnya diketahui nilai  $r$  hitung adalah  $0,315 < 0,349$  yang artinya *self regulated learning* memberikan sumbangan sebanyak 31,5% terhadap prestasi belajar para santri, sisanya 68,5% dipengaruhi oleh faktor lainnya. Dari penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa *self regulated learning* lemah pengaruhnya terhadap prestasi belajar santri, jadi hipotesis penelitian ( $H_a$ ) ditolak.
3. Hubungan antara *psychological well-being* dan *self regulated learning* dengan prestasi belajar PAI santri menghafal al-qur'an di PPSQ asy-syadzili 1 sumber pasir malang menunjukkan bahwa nilai  $F_{hitung}$  lebih kecil dari  $F_{tabel}$  ( $0,00 < 2,92$ ), artinya *psychological well-being* dan *self regulated learning* tidak berpengaruh terhadap prestasi belajar. Cara lain dengan melihat nilai Sig. apabila nilai Sig.  $< 0,05$  maka ada hubungan dan sebaliknya. Dari data di atas diketahui Sig.  $0,88 > 0,05$ . Hasil analisis korelasi ini dapat diketahui tidak terdapat korelasi yang signifikan antara *psychological well-being* dan *self regulated learning* terhadap prestasi belajar santri menghafal al-qur'an di PPSQ Asy-syadzili 1 Sumber Pasir Malang. Berdasarkan hasil analisis menggunakan SPSS 22.0 diketahui nilai  $r^2$  sebesar 0,165 yang berarti hubungan variabel X1 dan X2 terhadap Y sebesar 16,5%, sedangkan 83,5% dipengaruhi oleh variabel lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Dari penjelasan di

atas, dapat disimpulkan bahwa *psychological well-being* dan *self regulated learning* sangat lemah pengaruhnya terhadap prestasi belajar para santri, jadi hipotesis penelitian ( $H_a$ ) ditolak.

## B. Saran

Berdasarkan pada kesimpulan diatas, saran yang disampaikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi Subjek penelitian dan peneliti lain yang melakukan penelitian ini, diharapkan bagi subjek penelitian lebih bisa untuk mengali potensi diri dan meningkatkan efektivitasnya secara keseluruhan agar dapat mencapai kesuksesan yang diinginkan demennya.
2. Kepada peneliti selanjutnya yang akan datang diharapkan bisa membuat pengembangan hasil penelitian ini pada ranah yang lebih luas. Harapannya pada penelitian selanjutnya bisa memberikan pengembangan penelitian ini pada beberapa jenis variabel yang lebih inovatif sehingga dapat terungkap faktor-faktor lain yang mempengaruhi *psychological well-being* dan *self regulated learning*, seperti makna hidup maupun kepercayaan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Afifudin Alfarisi, Muhamad, (2015). Studi Perbandingan Psikologi Menurut Ibrahim Elfiky Dan Mario Teguh, *Jurnal Teknologi Pendidikan*, Vol.2.No.12, 42.
- Agustina. (2016). Hubungan Motivasi Belajar Dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling 2016 UNNES. *Indonesia Journal of Guidance and Counseling*. 4(3).
- Ahmad Ramadhan, Yoga, (2017). Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja Santri Penghafal Al-Qur'an, *Jurnal At-Tarbiyah*, II, no. 1: 13–26.
- Ahsin. (2018). Pembelajaran tahfidz Al-Qur'an di pondok pesantren ulumul qur'an kalibeber wonosobo. *Jurnal Tadris*.
- Aki, Sudjana, (2016). Bagaimana membentuk Perilaku dan Kepribadian Anak : Perspektif Psikologi dan Pengembangan Islam, *Jurnal Kependidikan Islam* 26: 91–118.
- Ali, Y. (2012). Faktor-faktor Psikologi Manusia dan Perannya dalam Perspektif Tasawuf. *Jurnal Tasawuf* 1.
- Azmi, Shofiyatul. (2016). Self-regulated learning sebagai modal kesuksesan belajar dan mengajarnya. *Jurnal Seminar Asean*.
- Carr, A, (2019). Positive Psychology, Well-being, Happiness and human strengths. *America journal Studies* 53.No.01.
- Cholid, Nurviyanti, (2018). Konsep Kepribadian Al-Ghozali Untuk Mencapai Hasil Konseling Yang Maksimal, *Jurnal Psikologi Islam*, Vol.5. no. 1: 55–75.
- De Groot, (2019). Motivation And Self Regulated Learning Components Of Classroom Academic Perfomance. *Journal educational psychology*.
- Falah, Ahmad, (2021). Faktor-Faktor Internal Yang Berpengaruh Terhadap Keberhasilan Menghafal al-Qur'an Siswa Madrasah Tsanawiyah, *Jurnal Tarbawiyah*, Vol 5 No 1.
- Fatimah Azzahrah, Siti, (2016), Studi Deskriptif Mengenai Self Regulation Pada Mahasiswa Penghafal Al-Qur'an 30 Juz (Hafidz) Di Fakultas Dirosah Islamiyyah Unisba, *Jurnal Prosiding Psikolog* Vol 2, No 2.
- Fitriyah, Lailatul, (2017). Hubungan Antara Self Regulated Learning Dengan Prestasi Belajar Pada Siswa Program IPS di SMA Assaadah Bungah Gresik, *Jurnal Kependidikan Islam*, XI, no. 1: 11–22.

- Hani'ah, (2018). Pengaruh Self Regulated Learning Siswa Terhadap Prestasi Belajar Fisika Kelas X MA Matholi'ul Huda Troso Pecangaan Jepara, *Jurnal Zawwiyah*, XII, no. 3: 120–132.
- Hasanah, (2019). Dinamika Kepribadian Menurut Psikologi Islami, *Jurnal At-Tarbiyah*, Vol.5.No.4, 20-23.
- Karina Bancin, Ika, (2019). Pengembangan modul bimbingan dan konseling tentang pengaturan diri siswa dalam hubungan sosial, *Journal Of Counselin And Educational Techoloy*, Vol, No 1.
- Kauchak, (2017). Hubungan antara self-regulated learning dengan self efficacy pada siswa akselerasi sekolah menengah pertama di jawa timur. *Jurnal INSAN*. Vol.12 No 12.
- Kusnadi, (2016). Hubungan Antara Kemampuan Kecerdasan Dengan Kecepatan Menghafal Al-Qur'an Di Pondok Pesantren Krapyak, *Jurnal Teknologi Pendidikan*, Vol.1 No.1.
- Leonardi, (2014). Perbedaan Self Regulated Learning Siswa SMA Ditinjau dari Persepsi Terhadap Aspek Orangtua. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan*, Vol.1 No.3.
- Linda Miftahul, Husna, (2017). Hubungan Antara Self Regulated Learning Dengan Prestasi Akademik Pada Mahasiswa Penghafal Al-Qur'an Di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, *Jurnal Psikologi Islam*, Vol.01.No.2.
- Muhana S. U. (2018). Resiliensi Psikologis dan Well-Being pada korban gempa. *Jurnal psikologl*. Vol. 5 No. 2: 164-176.
- Nabavi Ekhlhas, Nasrin. (2013), The relationship between determinant factors of self-regulation strategies and main language skills and overall proficiency, *Social and Behavioral Sciences* 70: 137 – 147.
- Nalendra. (2017). Happiness Is Everting, or is it? Exploration on the Meaning Of Psychological Well-being. *Journal of personality and social psychology*, Vol. 57, No. 6:1069-1081.
- Nuroniayah Karimah, Fatihatun, (2016) Hubungan Antara Psychological Well Being Dengan Self Regulated Learning Pada Remaja Putri Penghafal Al-Qur'an Di Pondok Pesantren Khalafi Kabupaten Demak, *Jurnal Empati*, Vol.5, No. 4.
- Paulina, Melisa. (2021). Regulasi Diri dan Makna Hidup pada Mahasiswa Penghafal Al Qur'an di Rumah Tahfidz Yatim Dhuafa Palembang, *TAZKIYA (Journal of Psychology)*, 9(1).

- Ryff, C. D. (2017). Know Thyself And Become What You Are : A Eudaimonic Approach To Psychology Well-Being. *Journal Of Happiness Studies*,9: 13-39.
- Saputra, Anri, (2019). Mela Rospita, and Vivik Shofiah, Qalbu Dalam Kajian Psikologi Islam, *Jurnal Tazkiyah*, Vol.18, no. 1: 37–51.
- Schunk, D. H. (2012). Teori-teori pembelajaran: Perspektif pendidikan. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Suparlan, (2012). Dimensi Spiritual dalam Psikologi Modern (Psikologi Transpersonal sebagai Pola Baru Psikologi Spiritual), *Jurnal International sConference on Islamic Studies*, Vol 3 No.14, 33.
- Ulfa, Khoiriyah, (2015). Tipologi Manusia dalam Kepribadian Psikologi Islam. *TAZKIYA Journal*, Vol. 1, No. 1, 1-10.
- Wells, I.E. (2015). Psychological well being. *Journal of Science*.Vol.01.No.01.
- Zaky Romadlony, Ahmadi (2019). Correlational Study of Well-Being Psychology and Self-Regulated Learning in Higher Education Student's Learning Achievement. M. Fahfah, dan Fahfah, Jurnal Psikologi Pendidikan dan Pembelajaran, No. 1.
- Zimmerman, B. J. A, (2015). Social Cognitive View of Self-Regulated Academic Learning. *Journal of Education Psychology*

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A