

BAB II

KAJIAN TEORITIK

A. Kajian tentang Self-Regulated Learning

1. Pengertian Self-Regulated Learning

Self-regulated merupakan kata yang berbahasa Inggris mempunyai arti meregulasi diri sendiri sedangkan regulated adalah terkelola yang bila di gabungkan mempunyai makna mengelola diri sendiri.

Pendapat Zimmerman tentang Self-regulated Learning yang dikutip oleh Hefer dalam bukunya bahwa;

Self-Regulation of learning refers to students' self-generated thoughts, feelings, and actions that are systematically designed to affect learning of knowledge and skills (Zimmerman 2000). Zimmerman construes self-regulated learners as individuals who are cognitively, motivationally, and behaviorally active participants in their own learning process. During the last few decades, self-regulation of learning has acquired a pivotal role in all areas of learning including sport and academic learning; medical and music fields; and mathematics, sciences, and technological disciplines (Acevedo Et al. 2007; Bembenutty et al.2013).

Self-Regulation Learning menurut Zimmermen mengacu pada pikiran, perasaan, dan tindakan siswa yang dihasilkan sendiriyang secara sistematis dirancang untuk mempengaruhi pembelajaran pengetahuan dan keterampilan(Zimmerman 2000). Zimmerman menafsirkan pembelajar mandiri sebagai individuyang secara kognitif, motivasi, dan perilaku peserta aktif dalamproses belajar sendiri. Selama beberapa dekade terakhir, self-regulation of learningtelah memperoleh peran penting dalam semua bidang pembelajaran termasuk olahraga dan

akademik sedang belajar; bidang medis dan musik; dan matematika, sains, dan teknologi disiplin ilmu.¹

Zimmerman (Woolfolk, 2004) menyatakan bahwa *self-regulation* merupakan proses peserta didik dalam mengaktifkan kognisi, perilaku, dan perasaannya secara sistematis yang berorientasi pada pencapaian sebuah tujuan. Siswa yang meregulasi diri dalam kegiatan pembelajaran akan menggunakan strategi *self-regulated learning* sebagai sarana untuk mencapai hasil akademik yang diharapkan berdasarkan pada keefektifan belajar (Zimmerman, 1990).

Self regulated learning adalah pengetahuan tentang strategi pembelajaran yang efektif dan bagaimana sertakapan menggunakannya. *Self regulated learning* adalah pengaturan diri pembelajaran pada siswa yang mempunyai ketiga fase yaitu tujuan, perencanaan strategi, dan pemahaman. Strategi pembelajaran yang efektif maupun motivasi serta kegigihan menerapkan strategi ini hingga tugas terselesaikan dengan memuaskan mereka, kemungkinan mereka adalah pembelajar yang efektif.

Self regulated learning adalah Penetapan tujuan dan perencanaan strategis terjadi ketika siswa menganalisis tugas belajar, menetapkan spesifik tujuan, dan merencanakan atau menyempurnakan strategi untuk mencapai tujuan.² *Self regulated learning* merupakan suatu kondisi dimana individu mengembangkan suatu pemahaman mengenai respon-respon mana yang sesuai dan mana yang tidak sesuai, serta mengontrol dan memonitor perilaku individu sendiri.

¹Héfer Bembenutty, Marie C. White, and Miriam R. Vélez, *Developing Selfregulation of Learning and Teaching Skills Among Teacher Candidates* (New York London: Springer Dordrecht Heidelberg, 2015). 9-10

²Helena Seli and Myron H. Dembo, *Motivation and Learning Strategies for College Success*, sixth (New York and London: Routledge, Taylor & Francis Group, 2020). 35

Berdasarkan uraian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa *self regulated learning* adalah bagaimana seorang pelajar mampu mengatur diri mereka sendiri, mengacu pada proses yang digunakan siswa untuk memfokuskan pikiran, perasaan, dan tindakan secara sistematis.

Self-regulated learning yang diterapkan dalam diri mewajibkan para siswa untuk fokus pada proses pengaturan diri guna memperoleh kemampuan yang maksimal di bidang akademisnya. Menurut Pintrich (1999) yang dikutip oleh Maria berpendapat bahwa ada tiga kategori strategi yang harus dimiliki siswa: (1) strategi pembelajaran kognitif yang membantu siswa untuk memperhatikan, memilih, menguraikan, dan mengatur informasi untuk mempromosikan pembelajaran yang mendalam; (2) metakognitif dan strategi regulasi yang mencerminkan niat untuk merencanakan, memantau, dan mengatur strategi kognitif, dan (3) strategi pengelolaan sumber daya untuk mencapai tujuan.³

2. Self Regulated Learning dalam Pandangan Islam

Ada beberapa keterangan regulasi diri baik itu berupa Kalamullah, hadis atau perkataan ulama yang menjelaskan hal tersebut, di antaranya yaitu Surat ArRa'du ayat 1 yaitu:

لَهُ مُعَقَّبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا
مَا بِأَنفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ وَمَا لَهُمْ مِّنْ دُونِهِ مِنْ وَالٍ

Artinya: "Bagi manusia ada malaikat-malaikat yang selalu mengikutinya bergiliran, di muka dan dibelakangnya, 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 terhadap sesuatu kaum, maka tak ada yang

³Maria K. DiBenedetto, *Connecting Self-Regulated Learning and Performance with Instruction Across High School Content Areas* (USA: Springer, n.d.). 44

dapat menolaknya; dan sekali-kali tidak adapelindung bagi merekaselain Dia”.

Pada ayat di atas memberikan penjelasan bahwa Manusia pada dasarnya memiliki andil dalam mengontrol pada dirinya sendiri, mereka berhak melakukan apa saja yang mereka ingin lakukan. pengaruh terkuat bagi diri sendiri adalah motivasi bagi diri mereka sendiri, yang mampu mempengaruhi perilakunya, sehingga banyak orang yang merasakan kekurangan di saat mereka merenungi akan kehidupannya, meyesali apa yang telah mereka perbuat yang berupa keburukan.

Dalam hadis Rasulullah pernah bersabda

إذا لم تستحي ، فاصنع ما شئت. رواه البخاري

Artinya: “Jika engkau tidak malu, perbuatlah sesukamu.” (HR. Bukhari).

Dalam Syarah Kitab Arba’in an-Nawai disebutkan bahwa makna hadis tersebut adalah jika seseorang tidak memiliki rasa malu, maka lakukanlah sekehendakmu, dan Allah akan memberimu siksa yang pedih. Menjadi seorang muslim berhak untuk melakukan apa saja sesuai kehendaknya serta siap berserah diri terhadap segala ketentuan yang ada dalam agama Islam, menerima apa yang telah Allah SWT tetapkan. Sebagaimana arti Islam itu sendiri adalah “berserah diri kepada Allah SWT.

Ada juga dari penuturan ulamak tentang Self-Regulated yaitu, Menurut Syekh Muhammad A’Tiyah tentang SRL yaitu;⁴

⁴Muhammad A’tiyah al-Ibrasyi, *At-Tarbiyah al-Islamiyah Wa Falasifatuha*, ke Tiga (Mesir: l’sa al-Ba’i al-Halabi, n.d.).
207

كان نظام التعليم فرديا في التربية الاسلامية . فالطالب يتمتع بقسط كبير من الحرية , يختارون من المواد الدراسية ميوله الفطرية , واستعداده العقلي ويختار العالم الذي يتلقى به العلم , ويحضر ما يلقيه من المحاضرات , ويقراء المادة ويدرسها ويعدها قبل الدرس حتى يفهمها , ويساءل استاذة فيما صعب عليه منها

Artinya; Sistem pendidikannya bersifat individual dalam pendidikan Islam. Siswa menikmati banyak kebebasan, memilih dari mata pelajaran akademik kecenderungan bawaannya, kesiapan mentalnya dan memilih dunia di mana dia menerima pengetahuan, menghadiri kuliah yang dia berikan, membaca dan mempelajari materi dan mempersiapkannya sebelum pelajaran sehingga dia memahaminya, dan bertanya kepada gurunya tentang apa yang sulit baginya.

Pendapat ulamak tersebut menekankan adanya pembelajaran individual yang baik dalam diri manusia atas segala tindakannya, sehingga ia akan mendapat keselamatan diakhirat nanti. Manusia sepanjang hidupnya harus introspeksi memperhatikan apa-apa yang telah diperbuatnya untuk kebaikan masa depan dan pada akhirnya mereka akan mampu menjadi pribadi yang mandiri.

3. Area Self Regulated Learning

Self regulated learning merupakan contoh pembelajaran didalamnya terdapat teknik dan perencanaan sebagaimana yang di ungkapkan oleh Linda dalam bukunya;

Self-regulation encompasses the monitoring and managing of one's cognitive processes as well as the awareness of and control over one's emotions, motivations, behavior, and environment as related to learning. Behavior includes self-discipline; effort; time management; and when deemed necessary, help seeking from the instructor or some other more knowledgeable party (Karabenick & Dembo, 2011).

Jadi ada beberapa Area dalam *self regulated learning* yang sedikitnya terdiridari empat areayaitu:⁵

a. Kognisi (*Cognition*)

Metakognitif merupakan kemampuan untuk merefleksikan, memahami, dan mengontrol perilaku belajar seseorang (Schraw & Sperling-Dennison, 1994). Metakognitif memiliki dua komponen utama, yaitu pengetahuan tentang kognisi dan regulasi kognisi. Pengetahuan metakognitif merupakan bagian dari pengetahuan mengenai kesadaran seseorang, yang dapat dibagi dalam tiga kategori, yaitu pengetahuan tentang diri siswa sendiri, tugas, dan pengetahuan tentang strategi. Metakognitif merupakan sebuah kemampuan dalam merencanakan, menginstruksi diri, memonitor, mengorganisasi dan mengevaluasi pada dirinya dalam proses belajar.⁶ Pengetahuan tentang kognisi meliputi tiga subproses yang memfasilitasi aspek reflektif dari metakognitif, yaitu pengetahuan deklaratif (seperti: pengetahuan tentang diri dan tentang strategi), pengetahuan prosedur (seperti: pengetahuan tentang bagaimana menggunakan strategi), dan pengetahuan pengkondisian (seperti: pengetahuan tentang kapan dan mengapa menggunakan suatu strategi).⁷

Dengan artian, seorang santri terlibat dalam pembuatan rencana, memonitor, dan mengatur kognisi, perencanaan dan kegiatan berpikir mencakup penetapan target secara spesifik atau tujuan kognitif dalam pembelajaran. Mengaktifkan pengetahuan metakognitif siswa mungkin tentang tugas atau mungkin diri mereka sendiri. Aspek penting dari regulasi kognisi adalah pemantauan kognisi, siswa harus menyadari dan memantau kemajuannya

⁵Linda B. Nilson, *Creating Self-Regulated Learners_ Strategies to Strengthen Students' Self-Awareness and Learning Skills*. 5.

⁶Veliya Septa Jayanti et al., "ANALISIS SELF REGULATED LEARNING DI MASA PANDEMI COVID 19 SISWA KELAS VI SD MUHAMMADIYAH SAMBISARI" 3, no. 3 (2020): 6. 211

⁷Titik Kristiyani, *Self-Regulated Learning Konsep, Implikasi dan Tantangannya bagi Siswa di Indonesia*. 18.

terhadap tujuan memonitor belajarnya dan pemahaman terhadap materi agar dapat membuat perubahan adaptif dalam pembelajaran.

b. Motivasi dan afeksi (*Motivation/Affect*)

Upaya untuk mengendalikan *self efficacy* melalui penggunaan positif *self-talk* (misal, aku tahu bisa melakukan tugas ini) siswa dapat mencoba untuk mengendalikan afeksi dan emosi melalui penggunaan berbagai strategi coping yang membantu mengatasi afeksi negatif seperti ketakutan dan kecemasan, siswa berusaha mengubah atau mengendalikan motivasi dalam rangka untuk menyelesaikan tugas yang mungkin membosankan atau sulit.

c. Perilaku (*Behavior*)

Regulasi perilaku merupakan aspek regulasi diri yang melibatkan upaya individu untuk mengendalikan perilaku, seperti perencanaan yang disengaja dan perilaku yang direncanakan. Siswa berupaya untuk mengendalikan usaha agar melaksanakannya dengan baik membuat manajemen waktu dimana melibatkan pembuatan jadwal untuk belajar dan mengalokasikan waktu untuk kegiatan berbeda.

d. Lingkungan (*Environment*)

Proses regulasi melibatkan upaya dengan mengontrol atau menyusun lingkungan dengan cara yang memfasilitasi tujuan dan penyelesaian tugas dalam *self regulated learning*, banyak permodalan yang termasuk strategi untuk membantu atau mengontrol menyusun lingkungan belajar sebagai strategi penting untuk pengaturan diri, mengatur lingkungan secara fisik supaya proses belajar menjadi lebih mudah. Lingkungan belajar merupakan hal yang penting dalam memengaruhi proses dan hasil belajar. Lingkungan yang kondusif akan mendukung proses belajar, dan ini dapat diciptakan oleh siswa sendiri.

4. Strategi SelfRegulated Learning

Learning strategies can be taught successfully from the elementary-school to the collegiate level as long as they are integrated within a larger framework of self-regulatory training (Pressley& Woloshyn, 1995; Zimmerman, 1989).⁸

Proses *SelfRegulated Learning* padadasarnyabersifat metakognitif, ada Empat Set Strategi Metakognitif dan Contoh Strategi yang Dipilih, Di bawah ini adalah empat set strategi meta-afektif dan contoh strategi di setiap set diantaranya adalahsebagiaiberikut,⁹.

a) **Planning for Affect** (Perencanaan)

Merencanakan bagaimana cara berbicara, menghafal, mendengarkan dan merencanakan bagaimana menerapkan informasi. Merencanakan cara untuk bersantai dan menikmati belajar . Menemukan cara untuk merasa baik tentang diri dalam pembelajaran dan berencana untuk menggunakannya. Merencanakan bagaimana menemukan hal-hal menarik tentang sesuatu yang digelutinya seperti menghafal al-Qur'an. Berencana untuk lebih tenang menghadapi tugas berikutnya dengan menyadari bagaimana dia akan menyelesaikanya dengan tugas-tugas yang telah dilakukan sebelumnya. Merencanakan langkah-langkah khusus untuk menurunkan kecemasan saya dan meningkatkan kesenangan. Berencana untuk menggunakan pengingat belajar sehingga akan melakukan apa yang perlukan untuk merasa percaya diri dan senang dengan hafalanya. Pembelajar mengatur dari sebelumnya dan sudah menentukan bagaimana baiknya menggunakan waktudan sumberdaya yangtersediauntuktugas-tugasbelajar.

⁸Barry J. Zimman, Sebastian Booner, Robert Kovach, *Developing Self-Regulated Learners_ Beyond Achievement to Self-Efficacy*. 10

⁹Rebecca L. Oxford, *Teaching and Researching Language Learning Strategies Self-Regulation in Context*, Kedua (New York: Routledge 711 Third Avenue, 2017). 226

b) Paying Attention (*Memberikan perhatian penuh*)

Mengawasi tanda-tanda fisik stres atau kecemasan terkait pelajaran, sehingga saya dapat mengatasi situasi. Memikirkan bagaimana perasaan saya sebelum memulai pekerjaan seperti senang, puas, tertarik, cemas, marah. Memikirkan bagaimana emosi memengaruhi motivasi untuk belajar saat ini. Mempertimbangkan faktor-faktor yang membuat saya merasa dengan cara tertentu. Mempertimbangkan beban emosional dari tugas ini, sehingga Pembelajar yang mengatur diri berusaha memfokuskan perhatian mereka pada pelajaran yang sedang berlangsung dan menghilangkan dari pikiran mereka hal-hal yang mengganggu.

c) Organizing Learning and Obtaining Resources (Mengorganisir Pembelajaran dan Memperoleh Sumber Daya)

Mengorganisir Pembelajaran dan Memperoleh Sumber Daya untuk Mempengaruhi. Contoh strategi: Menemukan blog dan situs web untuk mempelajari lebih lanjut tentang mengurangi kecemasan saya dalam belajar. Mencari sesuatu hal yang menarik untuk membangkitkan semangat. Menemukan buku tentang bagaimana menjadi pembelajar yang lebih percaya diri dan kompeten. Mendapatkan bantuan keluarga ketika perlu belajar. Mengatur cara untuk meminimalkan gangguan sehingga akan merasa kurang cemas. Pembelajar yang mengatur diri memiliki strategi belajar yang berbeda tergantung tujuan-tujuan spesifik yang ingin mereka capai.

d) Monitoring and Evaluating (Monitor/ Pemantauan dan Evaluasi)

Memantau bagaimana perasaan ketika pikiran mengembara. Apakah dalam keadaan bosan, Apakah dalam keadaan lelah secara fisik, Apakah sedang merasa

kewalahan, kesal, atau cemas, Apakah depresi tentang sesuatu yang tidak ada hubungannya dengan pembelajaran. Maka Bertanya-tanya apakah pikiran yang mengembara berarti perlu istirahat untuk bersantai. Memantau strategi afektif untuk tetap tenang dan terlibat saat melakukan tugas yang sulit. Pembelajar yang mengatur diri terus memonitor kemajuan mereka dalam kerangka tujuan yang ditetapkan, dan mereka mengubah strategi belajar atau memodifikasi tujuan bila dibutuhkan. Menyadari bahwa harus mengubah strategi afektif jika mereka tidak berhasil dalam tugas yang sulit ini. Menilai seberapa yakin tentang jawaban yang berikan pada tes. Pembelajar menggunakan evaluasi diri untuk menyesuaikan penggunaan berbagai strategi belajar dalam kesempatan-kesempatan dikemudian hari.

Sedangkan menurut Titik Sebagai suatu kemampuan untuk mengontrol dan mengatur belajar sendiri, SRL terdiri dari beberapa strategi yang dilakukan ketika siswa berhadapan dengan tugas tertentu. Menurut Titik yang mengutip pendapat Zimmerman (1989) mendeskripsikan strategi - strategi dalam SRL sebagai berikut:

1) self-evaluating, yaitu inisiatif untuk mengevaluasi kualitas atau kemajuan dalam belajar secara mandiri. Strategi ini umumnya digunakan ketika siswa telah selesai mengerjakan tugas tertentu dan mendapat umpan balik dari guru. Siswa yang memiliki SRL tinggi akan mempelajari umpan balik yang diberikan guru untuk 38 Self-Regulated Learning: Konsep, Implikasi, dan Tantangannya bagi Siswa di Indonesia mengidentifikasi apa saja materi yang telah dipahami dan yang belum dipahami.

2) organizing and transforming, yaitu inisiatif untuk mengorganisasikan materi pelajaran. Ketika menerima materi, siswa dengan SRL tinggi akan membuat klasifikasi materi terlebih dahulu. Hal ini akan membantunya dalam mempelajari materi.

3) goal-setting and planning, yaitu penetapan tujuan belajar beserta perencanaan terkait konsekuensi, waktu, dan penyelesaian aktivitas yang terkait tujuan yang telah ditetapkan. Sebelum proses belajar dimulai, perlu ditetapkan terlebih dahulu tujuan beserta targettarget untuk mencapainya.

4) seeking information, yaitu usaha untuk mencari informasi lebih lanjut terkait dengan tugas-tugas belajarnya melalui sumber-sumber non sosial. Pencarian informasi ini dilakukan dengan asumsi siswa sudah mempelajari materi tertentu dan membutuhkan pendalaman terhadap materi tertentu atau penjelasan terhadap materi yang belum dipahami. Berbagai sumber dapat digunakan, seperti buku, internet, dan sebagainya.

5) keeping records and monitoring, yaitu usaha untuk mencatat kejadiankejadian dan hasil-hasil belajar. Proses belajar pada siswa dengan SRL tinggi tidak lepas dari pantauan. Siswa mencatat setiap kejadian yang muncul sehingga kemajuan belajar dapat diketahui.

6) environmental structuring, yaitu usaha untuk mengatur lingkungan secara fisik supaya proses belajar menjadi lebih mudah. Lingkungan belajar merupakan hal yang penting dalam memengaruhi proses dan hasil belajar. Lingkungan yang kondusif akan mendukung proses belajar, dan ini dapat diciptakan oleh siswa sendiri.

7) self-consequating, yaitu upaya menyusun atau membayangkan hadiah dan hukuman atas keberhasilan dan kegagalan yang dialami 39 Konsep Dasar Self-Regulated Learning (SRL) dalam belajar. Supaya menjadi pengalaman mengesankan sehingga terus dapat diingat, setiap hasil belajar perlu diberi konsekuensi. Pemberian konsekuensi ini akan memudahkan siswa mengingat apa yang sudah baik dalam dirinya dan apa yang masih perlu diperbaiki.

8) rehearsing and memorizing, yaitu usaha untuk mengingat materi dengan mempraktekkan, baik dalam bentuk perilaku terbuka maupun tertutup. Agar dapat dipanggil

kembali jika diperlukan, materi pelajaran perlu disimpan baik-baik dalam ingatan siswa. Terdapat banyak sekali metode mengingat materi, dan siswa dapat mengenali metode manakah yang paling sesuai untuk pelajaran tertentu dan sesuai dengan karakteristik pribadinya.

9) seeking social assistance, yaitu usaha untuk mendapatkan bantuan dari teman sebaya, guru, atau orang dewasa lainnya. Bertanya merupakan hal yang tidak pantang dilakukan oleh siswa dengan SRL tinggi. Jika mengalami kesulitan, siswa tidak sungkan mencari bantuan dari orang-orang di sekitarnya.

10) reviewing records, yaitu usaha untuk membaca kembali catatan, hasilhasil ujian, atau textbook untuk menyiapkan ujian berikutnya.

B. Kajian tentang Hafalan Al-Qur'an

1. Pengertian hafalan atau Hafadho

Hafalan dalam bahasa Arabnya diambil dari kata **حفظ , حفظ** yang mempunyai arti Menjaga, memelihara dan melindungi, sedangkan isim failnya berupa **حافظ** yang jamaknya berupa kata **حفاظ** yang mempunyai arti melindungi, menjaga, hafal, memelihara.¹⁰ Sedangkan dalam kamus besar bahasa Indonesia (KBBI) kata Hafalan diambil dari kata “*hafal*” yang artinya telah masuk ingatan.¹¹ Jadi, hafalan berarti dapat mengucapkan tanpa melihat catatan. Seorang belum dikatakan hafal apabila ia tidak mampu mengucap kembali suatu materi yang sudah dipelajari dengan bantuan alat lain, semisal buku, catatan kecil, dan lain sebagainya.

Menghafal bukanlah sesuatu yang mudah. Menghafal merupakan kemampuan memadukan cara kerja kedua otak yang dimiliki manusia, yakni otak kanan dan otak kiri. Menghafal adalah suatu aktivitas untuk menanamkan suatu materi verbal didalam ingatan,

¹⁰Amad Warson Munawwir, *Al-Munawwir Kamus Arab-Indonesia*,. 279

¹¹<https://Kbbi.Kemdikbud.Go.Id/Entri/Hafalan>, n.d.

sehingga dapat diproduksi (di ingat) kembali secara harfiah sesuai materi yang asli. Menghafal sejalan langsung dengan proses mengingat. Pada garis besarnya proses ini dimulai dengan penerimaan atas sejumlah perangsang dari luar oleh alat-alat indera kita kemudian disimpan dalam ingatan kita.

Al-Qur'an menurut bahasa adalah bentuk masdar dari qara'a (قرأ) yang berarti bacaan. Sedangkan menurut istilah sebagaimana yang di ungkapkan oleh Said Muhammad yaitu;

الكلام المنزل على سيدنا محمد المعجز بسورة منه , وزاد بعضهم المتعبد بتلاوته.

Firman Allah Swt yang diturunkan kepada Nabi Muhammad Saw yang memiliki kemukjizatan lafal, sebagian ulama' menambahi dengan "membacanya bernilai ibadah".¹²

Sedangkan menurut Syaikh Musthofa mendefinisikan al-Qur'an dengan

اللفظ العربي المعجز الموحى به الى نبي محمد بواسط الجبريل , المنقول بالمتواتر , المكتوب في المصحف , المتعبد بتلاوته , المبدوء به بسور الفاتحة والمختوم بسورة الناس.

Lafadz yang berbahasa Arab, memiliki mukjizat, yang di wahyukan kepada nabi Muhammad dengan pelantara malaikat Jibril, yang tertulis dalam Mushaf, diriwayatkan secara mutawatir, yang tertulis dalam mushaf, membacanya bernilai ibadah, dimulai dengan surat al-Fatihah dan diakhiri dengan surah al-Nas.¹³

Hal ini menunjukkan bahwa al-Qur'an itu adalah merupakan salah satu mukjizat di antara mukjizat-mukjizat yang diberikan kepada Nabi Muhammad Saw dan sebagai mukjizat terbesar yang diberikan kepada Nabi Muhammad Saw, karena mukjizat-mukjizatnya semua sudah tidak kelihatan lagi fisiknya, kecuali kisah dan riwayatnya saja, tetapi al-Qur'an sebagai kitab suci

¹²Sayyid Muhammad bin Alawi al-maliki al-hasani, *Dzudatul Itqon Fi Ulumil Qur'an*, Ketiga (Jiddah: Darus-Syuruk, 1987). 10

¹³Dr. Musthofa Dibil Bagha wa Muhyiddin dib Mustawa, *Al-Wadih Fi Ulumil Qur'an*, Kedua (Damisqha: Darul Qutub al-Insyanayah, 1992). 15

yang menjadi pedoman utama umat Islam itu tetap ada dilihat, dibaca, dihafal dan dijadikan pedoman dalam hidup dan kehidupan, yang mendatangkan kebahagiaan dunia dan akhirat, sebagai wahyu Allah Swt yang akan selalu terjaga keasliannya hingga akhir zaman tidak akan berubah sedikitpun walaupun banyak usaha dari musuh-musuh al-Qur'an untuk mengubahnya.

2. Konsep Dasar Menghafal

Secara teori dapat kita bedakan adanya tiga aspek dalam fungsinya menghafal itu, yaitu:

a) Proses encoding

memasukkan informasi ke dalam memori. Dalam bahasa sehari-hari, encoding banyak kemiripan dengan atensi dan pembelajaran. Saat murid mendengarkan guru berbicara, menonton film, mendengarkan musik, atau bicara dengan kawan, dia sedang menyandikan informasi ke dalam memori. Ada enam konsep yang berhubungan dengan encoding, yakni atensi, pengulangan, pemrosesan mendalam, elaborasi, mengkonstruksi citra (imaji), dan penataan

(organisasi).¹⁴

b) Proses Penyimpanan

Penyimpanan (*storage*) adalah retensi informasi dari waktu ke waktu. Setelah murid menyandikan informasi, mereka perlu mempertahankan atau menyimpan informasi. Diantara aspek paling menonjol dari penyimpanan memori adalah tiga simpanan utama, yang berhubungan dengan tiga kerangka waktu yang berbeda, memori sensoris, *working memori* (atau memori jangka pendek), dan memori jangka panjang.¹⁵ Memori sensoris atau *sensory memory* mempertahankan informasi dari dunia dalam bentuk sensoris aslinya hanya selama

¹⁴Jhon W. Santrock, *Psikologi Pendidikan*, (Jakarta: Kencana, 2007), . 312

¹⁵Jhon W. Santrock, *Psikologi Pendidikan*, (Jakarta: Kencana, 2007), . 319

beberapa saat, tidak lebih lama ketimbang waktu murid menerima sensasi visual, suara, dan sesasi lainnya. Murid punya memori sensoris untuk suara selama beberapa detik, kurang lebih seperti lamanya suatu gema suara.

Pandangan Baddeley tentang *working memory* ada tiga komponennya:

1) *Phonological loop* dikhususkan untuk menyimpan suara bahasa dari informasi pembicaraan. Bagian ini memuat dua komponen terpisah, kode akustik (suara) yang menghilang

setelah beberapa detik, dan pengulangan (*rehearsal*) yang membuat individu dapat mengulangi kata dalam gudang fonologi ini.

2) *Visual-spatial working memory* menyimpan informasi visual dan spesial, termasuk imaji visual. Seperti *phonological loop*, memori visual-spasial ini berkapasitas terbatas kedua memori ini berfungsi secara terpisah (*independen*).

3) *Central executive* bukan hanya mengintegrasikan informasi dari *phonological loop* dan *visual-spatial working memory*, tapi juga dari memori jangka panjang.¹⁶

Memori jangka panjang adalah tipe memori yang menyimpan banyak informasi selama periode waktu yang lama secara relatif permanen. Kapasitas memori jangka panjang manusia sungguh mengherankan. Isi memori jangka panjang, sebagai mana tipe memori dapat dibedakan berdasarkan berapa lama memori itu disimpan, demikian pula memori dapat dibedakan berdasarkan isinya. Dalam hirerki ini, memori jangka panjang dibagi menjadi sub tipe memori deklaratif dan memori prosedural.

c) Proses Pengambilan

¹⁶Jhon W. Santrock, *Psikologi Pendidikan*, (Jakarta: Kencana, 2007), . 322

Setelah murid menyandikan atau menyimpan informasi dan mempresentasikannya dalam memor, mereka mungkin mampu mengambil kembali beberapa informasi tetapi mungkin juga melupakan beberapa diantaranya.¹⁷

3. Tips-tips cepat dalam menghafal Al Quran yang bisa dilakukan ini.

Hafal Al-Qur'an merupakan anugrah yang harus disyukuri, maka butuh tips supaya cepat dalam menghafalnya, Berikut ini kami uraikan beberapa tips-tips menghafal hafalan Al-Qur'an yang sangat berguna:¹⁸

a. Selalu Diperdengarkan Al Quran

Hal ini bertujuan agar ayat-ayat Al Quran menjadi tidak asing saat didengarkan. Bukan hanya dari aplikasi suara, namun alangkah lebih baiknya jika anak mendengar lantunan ayat tersebut dari mulut orang tuanya.

Sama seperti saat anak berbicara, anak akan lebih mudah menyerap berbagai hal yang ada di sekitarnya yang dilakukan secara berulang-ulang. Jadi, perdengarkanlah lantunan ayat Al Quran di manapun dan kapanpun.

b. Perdengarkan Sejak Usia Dini

Anak yang masih berada dalam kandungan pun memiliki kemampuan untuk mendengarkan lingkungan yang ada di sekitarnya. Dengan sering mendengarkan lantunan ayat Al Quran sejak dalam kandungan, maka akan mempermudah anak dalam mengingat setiap ayatnya.

c. Gunakan Cara yang Unik

¹⁷Jhon W. Santrock, *Psikologi Pendidikan*, (Jakarta: Kencana, 2007), . 327

¹⁸<https://www.Oracle.Co.Id/Magazine/Cara-Cepat-Menghafal-al-Quran/#:~:Text=Ketahui%20cara%20cepat,Dalam%20benak%20anak.>, n.d.

Memakai cara yang unik dapat disesuaikan dengan karakter anak. Misalnya jika anak cukup aktif, orang tua bisa menempelkan potongan ayat Al Quran di dinding. Sehingga saat bergerak kesana kemari, anak masih bisa menghafal Al Quran tanpa merasa terpaksa.

d. Bijaksana saat Mengajarkan Al Quran

Orang tua dapat memberikan penghargaan atas kerja keras anak saat menghafal Al Quran. Diharapkan, anak akan lebih termotivasi untuk terus menambahkan hafalannya. Namun saat anak malas menghafal, tidak memarahi dan tetap memberikan kasih sayang dan dorongan yang tulus.

e. Istiqamah

Konsisten atau istiqamah dibutuhkan sebagai salah satu cara cepat menghafal Al Quran yang utama. Kadang, malas adalah sesuatu yang wajar. Berdasarkan hadis dari Aisyah RA, bahwa Rasulullah SAW bersabda:

مَثَلُ الَّذِي يَقْرَأُ الْقُرْآنَ وَهُوَ حَافِظٌ لَهُ مَعَ السَّفَرَةِ الْكِرَامِ ، وَمَثَلُ الَّذِي يَقْرَأُ الْقُرْآنَ
وَهُوَ يَتَعَاهَدُهُ وَهُوَ عَلَيْهِ شَدِيدٌ ، فَلَهُ أَجْرَانِ

Artinya: “Orang yang membaca dan menghafal Al Quran, dia bersama para malaikat yang mulia. Sementara orang yang [membaca Al Quran](#), dia berusaha menghafalnya, dan itu menjadi beban baginya, maka dia mendapat dua pahala.” (HR Bukhari)

f. Talqin atau Tasmi'

Talqin adalah saat seorang Ustadz membacakan Al Quran untuk diikuti oleh para muridnya. Selain didengarkan, bacaan juga akan dikoreksi jika terjadi kesalahan saat

menjalankan Tasmi' dari para muridnya. Jika tidak memiliki Ustadz yang dapat membacakan Al Quran, mendengarkan dari rekaman juga dapat menjadi alternatif karena bisa mengoreksi sendiri.

g. Tafahhum

Tafahhum artinya memahami arti dari bacaan yang akan dihafal. Diharapkan dengan memahami artinya, seseorang akan lebih cepat untuk menghafalkannya.

h. Tikrar

Tikrar berarti mengulang-ulangi bacaan al-Qur'an sampai orang tersebut benar-benar hafal pada al-Qur'an yang mereka hafalin .

i. Muraja'ah

Setelah hafal, ulangi kembali bacaan tersebut. Inilah yang dimaksud dengan muraja'ah. Ini merupakan sesuatu yang sangat penting, karena muraja'ah inilah yang akan melekatkan hafalan secara lebih kuat ke dalam benak anak.

Mengulang-ulang hafalan bisa dilakukan sendiri dan bisa juga dengan orang lain atau teman. Mengulang-ulang hafalan mempunyai fungsi sebagai proses pembiasaan bagi indera yang lain yaitu lisan atau bibir, telinga, dan apabila bibir atau lisan sudah biasa membaca sesuatu lafadz dan pada suatu saat membaca lafadz yang tidak bisa diingat maka bisa menggunakan sistem reflek (langsung). Yaitu dengan mengikuti gerak bibir atau lisan sebagaimana kebiasaannya tanpa mengingat-ingat hafalan.¹⁹

¹⁹ Mahbub Junaidi Al Hafidz, *Menghafal Al-Qur'an itu Mudah*, (Lamongan: CV Angkasa Solo, 2006), hal. 145