STRATEGI REGULASI DIRI DALAM BELAJAR (SELF-REGULATED LEARNING) DALAM PENDIDIKAN ISLAM

Jumal Ahmad

STIT Maskumambang, Gresik, Indonesia

Email : ahmadbinhanbal@gmail.com

Abstract:

This paper examines the concept of self-regulated learning strategies and elucidates the fundamental principles underlying their implementation by referring to three self-regulation models: Pintrich's Four-Phase Model, Winne and Hadwin's Information Processing Model, and Zimmerman's Social Cognitive Model. These models are subsequently integrated into an Islamic educational perspective, particularly al-Ghazali's thought and Quranic tadabbur strategies within the Self-Regulated Learning (SRL) framework.

Keywords: self-regulation, self-regulated learning, islamic education

Abstrak:

Makalah ini mengkaji konsep strategi regulasi diri dalam pembelajaran serta menguraikan prinsip-prinsip yang mendasari penerapannya dengan merujuk pada tiga model regulasi diri: Model Empat Fase Pintrich, Model Pemrosesan Informasi Winne dan Hadwin, serta Model Kognitif Sosial Zimmerman.. Model-model tersebut kemudian diintegrasikan ke dalam perspektif pendidikan Islam, khususnya pemikiran al-Ghazali, serta strategi tadabbur Qurani dalam kerangka Self-Regulated Learning (SRL).

Kata Kunci: regulasi diri, regulasi diri dalam belajar, pendidikan agama Islam

A. Pendahuluan

Dunia saat ini membutuhkan individu yang proaktif dan berbakat untuk berusaha demi kemajuan umat manusia. Pengaturan diri/ *self regulation* dan pendekatan strategis terhadap berbagai aspek kehidupan manusia, semakin menjadi tuntutan untuk menghadapi dunia yang semakin kompleks dan penuh tantangan, termasuk dalam proses belajar (Karlen et al., 2025; Zimmerman, 2002a).

Seorang siswa yang proaktif harus mampu mengatur proses belajarnya sendiri yang melibatkan kognisi, motivasi, emosi, dan perilaku untuk meningkatkan proses belajar. Siswa tersebut harus mampu menggunakan keterampilan kognitifnya dalam proses belajar, memotivasi diri sendiri untuk berusaha mencapai tujuannya, melibatkan emosi untuk secara psikologis terlibat dalam proses belajar, dan berperilaku sesuai dengan strategi belajar yang dipilih untuk mencapai tujuannya (Ahmad, 2023).

Para peneliti telah membuktikan pentingnya mengembangkan rasa percaya diri (*self-efficacy*) dalam regulasi diri di berbagai bidang studi seperti musik (G. E. & Barry J., 2002). Siswa belajar cara mengatur diri mereka sendiri dalam hypermedia, matematika, dan menulis (Efriyadi & Nurhanurawati, 2021; Johnson et al., 2011), baik dalam kondisi belajar di kelas tradisional maupun kelas mandiri, mereka memantau kemajuan sendiri, dan menilai kinerja mereka sendiri (Farajollahi & Moenikia, 2010) (Graham et al., 2014).

Pembahasan juga menyoroti pengaruh regulasi diri dalam belajar (*self-regulated learning/SRL*) terhadap siswa dan guru. Keterlibatan dalam SRL secara positif berkaitan dengan sejumlah manfaat pembelajaran bagi siswa (Klug et al., 2011; Perels et al., 2009; Wirth & Leutner, 2008). Selain itu, pentingnya kesadaran dan kepedulian terhadap kualitas pengetahuan strategi yang dimiliki oleh siswa juga menjadi faktor kunci (ALEXANDER et al., 2009; Askell-Williams et al., 2012), pendekatan pengajaran SRL yang menggabungkan otonomi siswa dan instruksi strategi terbukti dapat meningkatkan kemampuan SRL (Gutierrez & Schraw, 2015). Di samping itu, guru juga perlu mengembangkan kualitas pengetahuan mereka mengenai SRL agar dapat mendukung proses pembelajaran secara efektif (Karlen et al., 2025).

Studi mengenai regulasi diri dalam proses pembelajaran telah menjadi topik penting yang perlu mendapat perhatian guna mendukung keterlibatan aktif siswa serta meningkatkan peluang keberhasilan belajar. Namun, kajian yang menghubungkan regulasi diri dengan konsep dalam Islam serta strategi penerapannya masih sangat terbatas. Makalah ini bertujuan untuk mengisi kekosongan tersebut dengan mengkaji keterkaitan regulasi diri dalam belajar berdasarkan perspektif Islam dan mengembangkan strategi implementasinya.

B. Self-regulated learning

Di dalam bahasa Indonesia, istilah *Self-regulated learning* mendapatkan beberapa padanan kata seperti kemandirian belajar, regulasi diri pembelajaran, dan pengelolaan diri dalam pembelajaran. Di bahasa Arab, istilah *self-regulated learning* mendapatkan padanan dengan kata التعلم المنظم ذاتيا (*al-ta'allum al-munadham zaatiyan*) (Ahmad, 2023).

Pengertian dari *self-regulated learning* (SRL) telah banyak diberikan oleh para ahli dengan berbagai macam penekanannya, beberapa pengertian SRL antara lain: Barry. J. Zimmerman mendefinisikan *Self-regulated learning* sebagai suatu kemampuan, dalam hal ini seseorang dapat mengaktifkan dan mendorong pemikiran (kognisi), perasaan (afeksi), dan tindakan (aksi) yang telah direncanakan secara sistematis dan berulang yang berorientasi untuk mencapai suatu tujuan dalam belajarnya (Zimmerman, 2002b). Paul R. Pintrich mendefinisikan *self-regulated learning* sebagai suatu proses yang aktif, konstruktif, yang pembelajar menetapkan tujuan belajar mereka dan kemudian memonitor, mengatur, dan mengontrol kognisi, motivasi, dan perilaku mereka, yang dipandu oleh tujuan mereka dan segi kontekstual terhadap lingkungan (Pintrich, 1999, 2000). Lyn Corno mendefinisikan *self-regulated learning* sebagai internalisasi strategi pembelajaran dan manajemen tugas, ditambah dengan kemampuan untuk memobilisasi dan mempertahankannya ketika situasi menuntut (Corno, 2001). Dan Haris Mudjiman menyatakan bahwa kemandirian merupakan kemampuan individu yang mampu mengatasi masalah, mempunyai rasa percaya diri dan bertanggung jawab dalam melakukan sesuatu tanpa mengharapkan bantuan dari orang lain'. Kemandirian belajar atau *Self-Regulated Learning* diartikan sebagai 'sifat serta kemampuan yang dimiliki siswa untuk melakukan belajar aktif, yang didorong oleh motif untuk mengatasi kasus dan dibangun menggunakan bekal pengetahuan atau kompetensi yang telah dimiliki (Mujiman, 2011).

C. Model Regulasi Diri dalam Belajar

Saat ini, penelitian tentang strategi regulasi diri dalam pembelajaran (*self-regulated learning*/SRL) telah berkembang, dan jumlah model yang diusulkan semakin bertambah sebagai hasil dari penelitian yang dilakukan oleh para peneliti sebelumnya. Peneliti dari berbagai perspektif mengembangkan model-model yang berbeda terkait dengan strategi pembelajaran yang diatur sendiri. Beberapa model SRL dan kerangka teoritis menekankan bahwa SRL melibatkan keterlibatan aktif dalam berbagai aktivitas metakognitif, motivasional, dan kognitif untuk memperoleh kendali atas proses pembelajaran, misalnya (Boekaerts, 1997; Efklides, 2011; Pintrich, 2000).

Ada tiga model pembelajaran mandiri yang digunakan di makalah ini, yaitu Model Empat Fase Pintrich, Model Kognitif Sosial Zimmerman, dan Model

Pemrosesan Informasi Winne dan Hadwin.

Model Empat Fase Pintrich

Paul Pintrich memiliki pengaruh besar dalam pengembangan teori dan model self-regulated learning, dialah yang pertama kali menghubungkan self-regulated learning dan motivasi (Pintrich, 1999; Pintrich & De Groot, 1990) .

Menurut Pintrich (Pintrich, 2000), proses self-regulated learning terjadi melalui empat tahapan, yaitu 1) Perencanaan (*forethought, planning and activation phase*), fase dimana pelajar menyusun rencana studi mereka dan mengaktifkan pengetahuan dan persepsi tentang tugas dan konteks pembelajaran. Pelajar terlibat dalam perencanaan dengan memilih strategi pembelajaran yang akan digunakan dalam rangka mencapai tujuan pembelajarannya. 2) Monitoring diri (monitoring phase), fase yang membantu pelajar memantau diri sendiri, motivasi, tugas dan kondisi kontekstualnya. Pemantauan diri membantu pelajar untuk mengevaluasi sendiri kemajuan proses belajar dan pencapaian mereka. 3) Kontrol (control phase), fase aktivitas kontrol meliputi pemilihan dan penggunaan strategi kognitif dan metakognitif, waktu dan usaha untuk mencapai tujuan belajar. 4) Refleksi (reaction and reflection phase), fase dimana pelajar melakukan reaksi dan refleksi diri berkenaan tugas dan membandingkannya dengan kriteria dari diri atau dari guru.

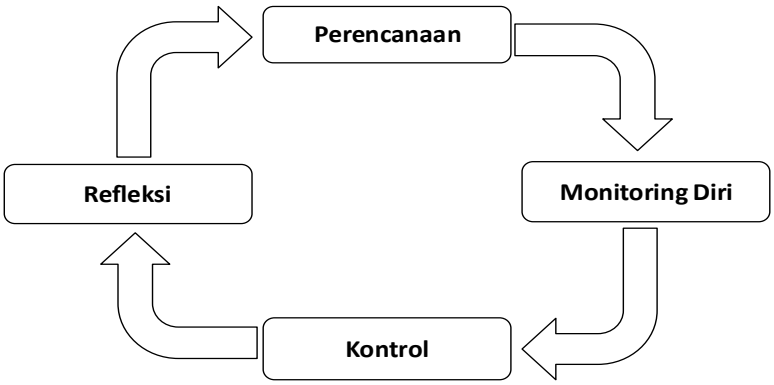


Figure 1 4 Tahapan SRL dari Pintrich

Setiap tahapan di atas memiliki empat area, yaitu Kognitif yang merupakan aktivitas dari kognitif dan metakognitif, Motivasi/Afektif yang mencakup upaya untuk mengatur berbagai keyakinan motivasi. Perilaku yang melibatkan upaya individu dalam mengontrol perilaku sendiri. Dan Kontekstual yaitu upaya untuk mengontrol konteks dalam menghadapi situasi dan kondisi (Panadero, 2017).

Fase-fase di atas menggambarkan rangkaian umum pelajar melangkah untuk menyelesaikan tugas, tetapi tidak mereka susun secara hirarki atau linear. Fase tersebut dapat terjadi secara simultan atau dinamis.

Menurut Elena Grigorenko dkk, model SRL menurut perspektif ini dicirikan dengan empat asumsi umum. Dua asumsi pertama didasarkan pada isi, sedangkan asumsi tiga dan empat didasarkan pada proses. Ke-empat asumsi tersebut adalah 1) Siswa merupakan partisipan aktif dalam proses belajar. Karenanya, tidak ada proses belajar yang terjadi tanpa pengaruh karakteristik pembelajar, dan tidak ada lingkungan yang dapat 'membuat' semua orang belajar; 2) Setiap siswa memiliki kemampuan, setidaknya potensi, untuk memonitor, mengontrol, dan meregulasi kognisi, motivasi, dan perilaku mereka. Siswa dapat mempengaruhi, setidaknya sebagian, lingkungan di mana mereka belajar; 3) Siswa dapat menetapkan standar atau tujuan untuk mencapai tujuan belajar mereka, ketika menyadari tujuan tersebut, siswa dapat memonitor perkembangannya dan meregulasi kognisi, motivasi, dan perilaku mereka; dan 4) Lingkungan belajar, karakteristik individual, serta tujuan siswa berinteraksi secara dinamis (Kristiyani, 2016; Panadero, 2017)

Model Pemrosesan Informasi Winne dan Hadwin

Philip Winne dan Alyson Hadwin mendasarkan modelnya pada perspektif bahwa metakognisi memiliki pengaruh yang kuat pada SRL pelajar sambil menegaskan pentingnya *goal* dan *planning* dan pengaruh motivasi pada regulasi diri (Winne, 1995, 1996, 1997).

Winne dan Hadwin memberikan empat fase SRL yang teratur dan berjalan secara rekursif fleksibel yaitu: 1) Fase Mendefinisikan Tugas *(Task Definition)*. membantu pelajar mengetahui hal penting yang harus dikerjakan. 2) Fase membuat goal setting dan rencana *(Goal Setting and Planning)*. membantu pelajar membuat seting tujuan dan rencana untuk merealisasikannya. 3) Fase menetapkan taktik dan strategi belajar *(Enacting Study Tactics and Strategies).* menggunakan teknik teknik yang mesti dilakukan untuk sampai ke tujuan. 4) Fase adopsi proses metakognitif *(Metacognitively Adapting)*. setelah semua proses selesai, siswa membuat keputusan untuk membuat perubahan jangka panjang dalam hal motivasi, kepercayaan dan strateginya untuk masa depan.

Winne dan Hadwin kemudian membuat lima faktor berbeda yang ada dalam setiap empat fase di atas, disingkat menjadi COPES, yaitu: *Conditions*; yaitu sumber daya yang dimiliki siswa dan kendala yang ada dalam tugas atau lingkungan, misal terkait konteks dan waktu. *Operations*; yang mengacu pada proses kognitif, taktik dan strategi yang digunakan siswa, misal merencanakan bagaimana melakukan tugas. *Produtcs*; yaitu informasi yang dihasilkan oleh sebuah proses, misal pengetahuan baru. *Evaluations*; yaitu umpan balik tentang kesesuaian hasil dan standar yang dihasilkan secara internal oleh siswa atau dari sumber eksternal, misal catatan guru atau teman sebaya. *Standards*; yaitu kriteria dari output yang dipantau, misal kriteria evaluasi (Winne, 1998).

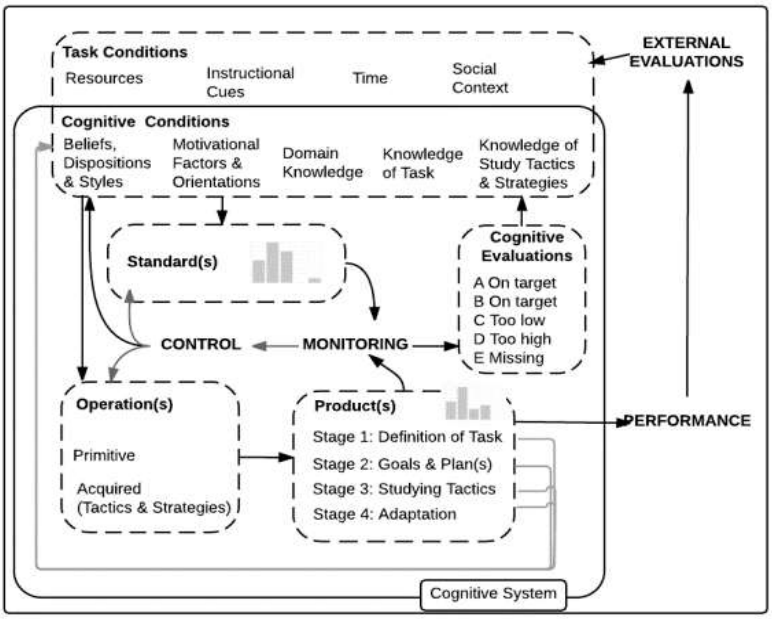


Figure 2. Model SRL dari Winne dan Hadwin

Pada fase pertama, pelajar mengidentifikasi kondisi yang menentukan tugas yang diberikan. Kondisi ini terbagi dalam dua kategori: 1) Kondisi tugas yaitu bagian dari tugas yang diberikan seperti tujuan yang ditetapkan guru atau buku teks, waktu yang tersedia, apakah teman sebaya terlibat, struktur sosial (misalnya kooperatif, kompetitif atau apakah tugas tanggung jawab adalah individu atau bersama), sumber daya yang tersedia untuk memulai dan kemudian mendukung pekerjaan pada tugas, dan bimbingan atau perancah (*scaffolding*). 2) Kondisi kognitif yang bersifat internal. Termasuk didalamnya ruang lingkup dan relevansi pengetahuan sebelumnya, orientasi motivasi, keyakinan epistemologis, taktik belajar yang diketahui dan lainnya.

Pada fase kedua, pelajar membangun persepsi tentang apa tugasnya dan menetapkan tujuannya sendiri. Pada fase ketiga, pelajar mulai terlibat dengan tugas, mengambil langkah-langkah untuk mencapai tujuan. Dan pada fase keempat, berupa upaya perubahan dari sebelumnya yang dapat dilakukan, seperti mengubah pengetahuan metakognitif, kepercayaan dan strateginya untuk meningkatkan keberhasilan di masa sekarang dan untuk tugas masa depan.

Dalam setiap fase, Winne dan Hadwin berhipotesis bahwa pelajar terlibat dalam pemantauan metakognitif. Misalnya, dalam fase pertama, pelajar dapat memeriksa kembali sumber daya eksternal atau apa yang mereka ketahui tentang tugas untuk merevisi deskripsi tugas mereka. Ketika pemantauan metakognitif pada fase selanjutnya terdapat kesenjangan yang dirasakan terlalu besar, dia bisa mundur ke fase sebelumnya untuk melakukan penyesuaian - ini adalah sifat rekursif dari model ini (Panadero, 2017; Winne, 1998).

Model Kognitif Sosial Zimmerman

Dalam perspektif sosial kognitif, Barry Zimmerman adalah orang yang paling banyak menulis dan mengenalkan *self-regulated learning (Zimmerman, 2002b)*. Zimmerman membuat dua model SRL yaitu 1) Analisis Triadik dari self-regulated learning (*Triadic Analysis of self-regulated learning*), dan 2) Model fase siklik dari self-regulated learning (*The Cyclical phases model of self-regulated learning*) (Panadero, 2017).

Model Analisis Triadik dibuat pada tahun 1989 (Zimmerman, 1989).yang dikenal dengan *Triadic Analysis of SRL* yaitu interaksi timbal balik antara personal, lingkungan, dan perilaku. Model ini dikembangkan dari *triadic model of social-cognition* atau *resciprocal determinism* dari Albert Bandura.

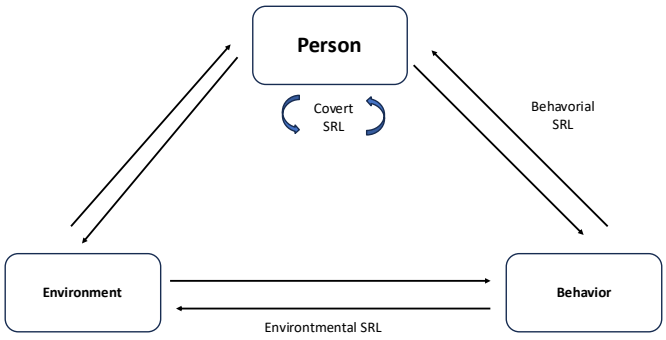


Figure 3. Model Analisis Triadik SRL dari Zimmerman

Teori kognitif sosial berasumsi bahwa regulasi diri terdiri dari tiga determinan yang saling berkaitan satu sama lain yaitu personal misalnya pandangannya tentang sebuah kesuksesan, perilaku misalnya dengan memilih yang paling prioritas dan lingkungan misalnya dengan umpan balik dari guru.

Model siklik (*Cyclical model)* dari Zimmerman dikenalkan di *book chapter*-nya pada tahun 2000 dan dikenal dengan model Zimmerman (*Zimmerman's model*). Model ini mengungkapkan tiga fase self-regulated learning yaitu *Forethought Phase* (fase perencanaan), *Performance Phase* (fase kinerja), dan *Self Reflection Phase* (fase refleksi diri) yang berkaitan dengan proses metakognitif dan motivasi. Tahun 2003, Zimmerman memasukkan tiga tiga sub proses (*Subprocess in self regulation*) dalam fase yang saling berinteraksi satu sama lain yaitu: 1) Observasi diri (*self-observation*) yang melibatkan pengamatan terhadap tindakan seseorang. 2) Penilaian diri (*self-judgment*) yang analisisnya dapat mengevaluasi kerja dan kinerja, dan 3) Reaksi diri (*self-reactions*) yang melibatkan reaksi terhadap akibat dari suatu tindakan.

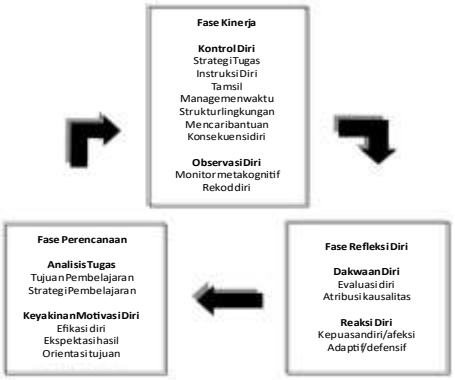


Figure 4 Model Fase Siklik SRL dari Zimmerman

Pada fase perencanaan (*Forethought Phase*), pelajar melakukan dua kegiatan utama yaitu menganalisis tugas dan mengidentifikasi apa saja teknik optimal untuk menyelesaikan tugas dengan baik. Mensurvei keyakinan dan motivasi dirinya, khususnya efikasi diri, harapan yang atas hasil dari tugasnya, minat intrinsik dalam tugasnya dan nilai (*value*) tugas tersebut baginya.

Pada fase kinerja (*Performance Phase*), pelajar terlibat dalam tugas dan secara bersamaan menerapkan proses kontrol untuk tetap berada di jalur menuju tujuan. Pada fase ini terdapat dua komponen yaitu: 1) Kontrol diri yang terdiri dari empat elemen yaitu: (1) instruksi diri (self-instruction) dimana pelajar mendeskripsikan secara jelas atau diam-diam apa yang akan mereka lakukan. (2) imajinasi, dimana pelajar membayangkan apa yang mereka lakukan. (3) fokus, dimana pelajar mengubah lingkungan dan kognitif untuk menghilangkan ganguan, dan (4) Menerapkan strategi yang bisa membuat tugas kompleks menjadi bagian-bagian yang bisa diatur. 2) Observasi diri, dimana pelajar mengatur diri untuk menerapkan kontrol, seperti mencatat secara mental atau material (misal di buku catatan) apa yang dilakukan dan seberapa baik kerjanya, dan terus mencoba untuk mengeksplorasi pendekatan lain yang lebih dapat mengarahkannya kepada kesuksesan.

Fase ketiga dan terakhir, fase refleksi diri (*Self Reflection Phase*), fase ini memiliki dua komponen yaitu (1) Penilaian diri (*self-judgment*) dimana pelajar menentukan sejauh mana tujuan tercapai dan (2) Evaluasi diri (*self-evaluation*), di mana pelajar membandingkan prestasi mereka dengan standar. Standar memiliki empat bentuk: penguasaan (*mastery*), kinerja sebelumnya, harapan normatif dan lingkungan tugas kolaboratif, manakah dari keempat tersebut berhasil dipenuhi.

Regulasi Diri dalam Belajar dalam Konsep Imam al Ghazali

Pada bagian model *self-regulated learning* telah dikemukakan teori dan model dari para peneliti tentang SRL seperti Zimmerman, Winne & Hadwin dan Pintrich yang mengembangkan proses belajar secara lebih baik. Al-Ghazali sendiri

adalah ulama Islam terkenal yang banyak membuat reformasi proses belajar umat Islam. Dia banyak memberikan arahan untuk membuat proses belajar yang efektif dan produktif (Liu & Paramalingam, 2025). Meskipun cara pandang keduanya berbeda, dalam beberapa hal keduanya saling berkorelasi (Shahzadi et al., 2021).

Proses belajar hanya bagian kecil dari teori pendidikan al-Ghazali namun memiliki signifikansi yang tinggi. Al-Ghazali mengklasifikasikan ilmu berdasarkan sifat dan asalnya yang membantu siswa memahami ilmu-ilmu teoretis, praktis, wahyu dan rasional. Al-Ghazali juga membagi kurikulum menjadi fardhu ain, kurikulum pendidikan esensial atau wajib dan fardhu kifayah, kurikulum pendidikan pilihan. Ia juga menyebutkan kode etik untuk siswa ideal yang membantu mengembangkan iklim belajar yang lebih baik di Maktab. Inilah beberapa aspek yang relevan dari teori al-Ghazali yang dapat dimasukkan dalam proses *Self-Regulated Learning* (Ahmad, 2023).

D. . Al-Ghazali dan Teori SRL dari Zimmerman

Dampak masyarakat terhadap siswa dan proses pembelajaran menjadi sebuah perhatian. Kognisi diri yang dikemukakan oleh Zimmerman membahas interaksi triadik antara seseorang, perilaku dan lingkungannya sehingga ada akibat timbal balik dari faktor yang mempengaruhi SRL yaitu personal, lingkungan, dan perilaku. SRL tidak hanya ditentukan oleh faktor proses dalam diri siswa, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor lingkungan dan perilaku yang terjadi secara timbal balik. Pengaruh timbal balik tidak selalu terjadi secara simetris dalam kekuatan dan pola waktunya. Pengaruh lingkungan bisa jadi lebih kuat dibanding perilaku atau personal dalam beberapa konteks (Kristiyani, 2016).

Al-Ghazali secara intuitif menyadari dampak masyarakat terhadap kemampuan kognitif seseorang. Filsafat pendidikannya didasarkan pada pemikiran Islam tingkat tertinggi. Dia menyarankan integrasi ilmu pengetahuan, hal ini dia praktikkan dalam karyanya, ia berupaya membangun konsepsi ilmu dari berbagai pendekatan disiplin ilmu. Al-Ghazali juga mendukung debat yang sehat di antara individu karena dapat memoles tingkat kecerdasan peserta didik.

Al-Ghazali menganjurkan untuk mendidik para siswa dari Maktab (sekolah dasar) tentang tokoh-tokoh yang baik dan buruk serta praktik-praktik di masyarakat. Al-Ghazali menganjurkan untuk melatih mereka mempelajari perilaku yang baik seperti menghormati orang yang lebih tua, guru, dan orang tua. Seorang murid harus berhati-hati, bersyukur dan berperilaku baik terhadap teman sekelasnya. Teman sebaya yang sombong harus dihindari dan belajar dengan kecerdasan dan karakter moral yang baik harus berteman.

Al-Ghazali dan Teori SRL dari Winne & Hadwin

Dalam beberapa aspek, pendekatan al Ghazali dengan Philip Winne dan Alyson Hadwin saling bersesuaian. Winne dan Hadwin memberikan empat fase SRL yaitu 1) Definisi Tugas (*task definition*), 2) Setting tujuan dan rencana (*goal setting and planning*), 3) Menetapkan taktik dan strategi belajar (*enacting study tactics and strategies*), dan 4) Adopsi proses metakognitif (*metacognitively adapting*).

Tahap pertama dari urutan adalah pengumpulan data dan fakta tentang suatu hal. Persepsi/definisi tugas membantu menentukan fakta tentang lingkungan sekitar. Pada fase berikutnya, murid mengerjakan target yang perlu dicapai. Fase ini juga melibatkan rencana yang digunakan untuk mencapainya. Jumlah tujuan tidak dapat dibatasi pada satu saja, tergantung pada motivasi dan keterlibatan kognitif. Taktik yang berguna diadopsi sebagai strategi pembelajaran yang efektif. Fase terakhir dari urutan pembelajaran ini adalah adaptasi yang berarti melakukan dan melaksanakan rencana. Hasil tindakan ini menentukan apakah strategi perlu diubah. Ini fase penilaian yang menentukan sejauh mana tujuan tertentu praktis dan dapat dicapai. Winnie & Hadwin mengklaim keempat fase ini menjadi bagian dari setiap tugas akademik.

Di sisi lain, al-Ghazali juga menegaskan untuk mempertimbangkan situasi dan kondisi untuk mengadaptasi strategi terbaik dalam pengajaran maupun pembelajaran. Al-Ghazali mengklaim bahwa tidak semua strategi sama efektifnya di setiap iklim belajar. Filosofi pembelajaran Ghazali didasarkan pada orientasi praktik (Amal), yang berarti mempraktikkan sesuatu. Menurutnya, pembelajaran menjadi produktif jika dipraktikkan. Dengan kata lain, teori dan perencanaan tidak berguna sampai praktiknya diketahui.

Pandangan dunia belajar dan mengajar (*teaching and learning*) al-Ghazali cukup dekat dengan model pendidikan kecakapan. Model al-Ghazali cenderung pada fakta bahwa seorang pelajar dan guru tidak boleh berpindah dari satu mata pelajaran tertentu ke mata pelajaran lainnya. Pelajar tidak boleh berpindah ke subjek berikutnya sebelum menyelesaikan proses pembelajaran sebelumnya.

Al-Ghazali dan Teori Pemrosesan Informasi

Teori pemrosesan informasi (TPI) adalah pendekatan perkembangan kognitif yang menjelaskan bagaimana informasi dikodekan ke dalam memori. Hal ini didasarkan pada gagasan bahwa manusia tidak hanya menanggapi rangsangan dari lingkungan. Sebaliknya, manusia memproses informasi yang mereka terima.

Perspektif teori ini menggambarkan pembelajaran sebagai transfer informasi dari memori jangka pendek ke penyimpanan permanen, memori jangka panjang. Untuk melakukan ini secara efektif, individu perlu menghubungkan

informasi baru dengan pengetahuan sebelumnya, dan melakukan pengelompokan informasi sebagai unit yang lebih mudah diingat. Selain itu, individu perlu melakukan evaluasi dan membuat strategi kognitif yang secara efektif akan mentransfer informasi ke memori jangka panjang, sehingga individu mempertahankan kesadaran metakognitif, untuk mencapai tujuan pembelajaran yang diinginkan. Proses ini membantu membuat pelajar menjadi self-regulated learner. TPI membantu mengambil informasi dari memori yang paling relevan dengan masalah yang dihadapi untuk pembelajaran secara mandiri.

Pendekatan ini sangat identik dengan apa yang dilakukan al-Ghazali semasa hidupnya, ketika dia dihadang oleh sekawanan penyamun yang merampoknya termasuk buku catatan (*at-Ta'liqah*)-nya, dia meminta mereka mengembalikan catatannya, karena catatan itu tidak akan berguna bagi para perampok dan berisi pengetahuan yang sudah menghabiskan banyak usahanya. Sampai akhirnya si penyamun mengembalikan catatannya dan sejak itu al-Ghazali mengulang, memahami dan menghafal apa yang dia pelajari (Al-Ghazali, 2025). Dari kisah Al-Ghazali diketahui pentingnya pengulangan (repetisi) dan hafalan. Pengulangan adalah dasar dari menghafal. Pengulangan terus menerus dari konsep tersebut memindahkannya dari memori sementara ke memori permanen. Dari sini dapat diketahui prinsip pendidikan Al-Ghazali, dimulai dari menghafal dan memahami kemudian berpindah kepada keyakinan dan penalaran.

E. Strategi Self Regulated Learning dalam Pendidikan Islam

Ada interaksi timbal balik antara regulasi diri dan agama (A Shukor et al., 2013; Ahmad, 2006, 2023; Marcus & McCullough, 2021). Siswa yang mampu mengatur diri dalam pendidikan Islam lebih menghargai pelajaran dan menginternalisasi perilaku moral dalam kehidupan mereka daripada siswa yang tidak mampu. Agama juga memberikan ruang yang nyaman bagi perkembangan regulasi diri. Praktik dan stimulus agama, mendorong regulasi diri yang implisit, terutama bagi orang-orang yang sepenuhnya menginternalisasi norma agama mereka. Standar yang tinggi dan kesejahteraan emosional yang baik dihasilkan dari interaksi timbal balik ini.

Kerangka konseptual dalam makalah ini mengadopsi Model Sosial-Kognitif Zimmerman tentang regulasi diri. Oleh karena itu, menjelaskan konsep penelitian ini berdasarkan model tersebut sangat penting. Dalam studi Islam, proses siklikal adalah fokus utama diskusi awal tentang regulasi diri (Ahmad, 2023). Tabel 1 menunjukkan proses regulasi diri dalam konsep tadabbur qurani sebagai proses strategi self regulated learning dalam studi Islam.

Fase	Sub Proses	Regulasi diri dalam Studi Islam
Perencanaan	Tujuan pembelajaran	Siswa menetapkan tujuan belajar dan merumuskan secara operasional tujuan belajar yang akan dicapai.
	Model sosial	Melakukan pengecekan dan penilaian mandiri terhadap persiapan dan lingkungannya untuk membantu mencapai tujuan pembelajaran.
	Motivasi	Memperkuat keyakinan motivasional
	Perencanaan	Perencanaan dan pemilihan strategi pembelajaran
Kinerja	Komparasi sosial Umpan balik atribusi Penerapan Strategi dan Verbalisasi Diri Interaksi timbal balik	Siswa terlibat dalam strategi belajar yang meliputi: i. *Sima'ah* (pembacaan dan pengulangan (*tasmi'*)) ii. *Tajawwub* (menanggapi) iii. *Tafakkur* dan *Tadzakkur* (Berpikir dan mengingat - *hafazan*) iv. *Tadzawwuq* (mengorganisir) Siswa terlibat dalam strategi belajar melalui *talaqqi* dan *musyafahah* dengan intervensi sosial di sekitar mereka
Refleksi diri	Umpan balik kemajuan Evaluasi diri Kepuasan diri	- Siswa melakukan tes mandiri dan evaluasi mandiri terhadap kemajuan mereka serta melakukan tindak lanjut. - Mereka mengubah tujuan pembelajaran dan strategi pembelajaran untuk mencapai tingkat yang lebih tinggi.

Table 1. Proses regulasi diri di model sosial kognitif dalam studi Islam

Pada fase pertama, siswa menetapkan tujuan belajar mereka sendiri. Model sosial seperti guru atau tutor, teman sebaya, rekan kerja, atau teman sekelas, dan orang dewasa lain seperti orang tua, sangat penting. Guru memainkan peran penting

dalam membangun siswa yang mampu mengatur diri sendiri di kelas. Oleh karena itu, guru harus belajar cara mengatur diri sendiri terlebih dahulu sebelum mengembangkan kemampuan mengatur diri di antara siswa.

Pada fase kedua, yaitu fase kinerja, siswa mulai membandingkan proses belajar mereka dengan entitas di dalam kelas. Mereka menerima umpan balik atribusi dari guru dan teman-teman. Tantangan utama dalam menghasilkan kualitas diri yang tinggi dari faktor manusia positif adalah kurangnya penghargaan dan dukungan. Selama fase ini, mereka juga menggunakan instruksi strategi dan verbalisasi diri untuk memfasilitasi kemajuan belajar. Pada fase akhir, yaitu fase refleksi diri, siswa menerima umpan balik kemajuan dan mengevaluasi kinerja mereka sendiri. Mereka juga memantau kemajuan mereka sendiri dan memberi penghargaan atas yang mereka capai.

Fase-fase dalam studi Islam memiliki tahapan yang mirip dengan tahapan regulasi diri yang dibahas oleh Zimmerman (Zimmerman, 2002a). Mereka memulai dengan menetapkan tujuan belajar dan mempersiapkan diri untuk mencapai tujuan belajar tersebut. Siswa mengadopsi strategi tadabbur qurani yang terdiri dari empat strategi; *Sima'ah* (pembacaan dan pengulangan), *Tajawwub* (menanggapi), *Tafakkur* dan *Tadzakkur* (berpikir dan mengingat), serta *Tadzawwuq* (organisasi) (A Shukor & Noor, 2014).

Pada titik akhir proses pembelajaran, siswa melakukan evaluasi diri terhadap kemajuan mereka dan melakukan tindak lanjut berdasarkan umpan balik yang diterima dari penilaian.

F. Kesimpulan

Proses regulasi diri dalam belajar (self regulated learning) bertujuan untuk mengubah kemampuan seseorang menjadi keterampilan yang berorientasi pada tujuan. Strategi ini mendorong peserta didik untuk menerima tantangan. Proses ini melibatkan berbagai fase seperti pengamatan, perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Al-Ghazali dalam konsep pendidikannya menekankan pentingnya analisis mendalam terhadap materi sebelum merumuskan suatu rencana. Ia menambahkan bahwa dalam menerapkan strategi, perlu mempertimbangkan konteks dan situasi, karena tidak semua strategi sama efektifnya dalam setiap situasi. Ia menekankan pentingnya pengaruh masyarakat terhadap pembelajar. Oleh karena itu, kami menyimpulkan terdapat kesesuaian yang signifikan antara proses SRL dalam teori Barat dengan konsep regulasi diri dalam Islam. Al-Ghazali secara intuitif menyadari pentingnya adaptasi strategi pembelajaran berdasarkan situasi dan kondisi, yang sejalan dengan model SRL modern

Selain itu, berdasarkan strategi tadabbur Qurani dalam kerangka Self-Regulated Learning (SRL), terdapat hubungan timbal balik yang positif antara regulasi diri dan agama, di mana siswa yang mampu mengatur diri dalam pendidikan Islam lebih menghargai pelajaran dan menginternalisasi perilaku moral. Oleh karena itu, penting bagi siswa studi Islam untuk dapat mengadopsi dan memanfaatkan strategi-strategi dalam belajar mereka untuk mencapai prestasi yang lebih tinggi dalam akademik maupun praktik keagamaan.

Daftar Pustaka

A Shukor, K., Jasmi, K. A., & Safar, A. (2013, June 23). Impact of Akhlaq Self-Regulation and Self-Regulated Learning on Performance in Islamic Education Course Among Premier Polytechnic Students. *Prosiding Seminar Pasca Siswazah Pertama, Fakulti Tamadun Islam (Proceedings of the First Postgraduate Seminar, Faculty of Islamic Civilization)*.

A Shukor, K., & Noor, A. F. M. (2014). Self-regulated Learning Strategies in Islamic Education. *World Journal of Islamic History and Civilization*, *4*(1), 25–31.

Ahmad, A. (2006). *Strategi Pembelajaran Pengaturan Kendiri Pendidikan Akidah Islam dan Penghayatan Akhlak pelajar Sekolah Menengah di Sarawak* [Tesis PhD]. Universiti Kebangsaan Malaysia.

Ahmad, J. (2023). *Self-Regulation dan Self-Regulated Learning dalam Pendidikan Islam*. Islamic Character Development.

ALEXANDER, P. A., SCHALLERT, D. L., & REYNOLDS, R. E. (2009). What Is Learning Anyway? A Topographical Perspective Considered. *Educational Psychologist*, *44*(3), 176–192. https://doi.org/10.1080/00461520903029006

Al-Ghazali, I. (2025). *Minhajul Muta'allim: Pedoman Jalan Para Penuntut Ilmu* (M. bin I. al-Azhari, Ed.). Pustaka Dzerwa Indonesia.

Askell-Williams, H., Lawson, M. J., & Skrzypiec, G. (2012). Scaffolding cognitive and metacognitive strategy instruction in regular class lessons. *Instructional Science*, *40*(2), 413–443. https://doi.org/10.1007/s11251-011-9182-5

Boekaerts, M. (1997). Self-regulated learning: A new concept embraced by researchers, policy makers, educators, teachers, and students. *Learning and Instruction*, *7*(2), 161–186. https://doi.org/10.1016/S0959-4752(96)00015-1

Corno, L. (2001). Volitional aspects of self-regulated learning. In *Self-regulated learning and academic achievement: Theoretical perspectives, 2nd ed.* (pp. 191–225). Lawrence

Erlbaum Associates Publishers.

Efklides, A. (2011). Interactions of Metacognition With Motivation and Affect in Self-Regulated Learning: The MASRL Model. *Educational Psychologist*, *46*(1), 6–25. https://doi.org/10.1080/00461520.2011.538645

Efriyadi, D., & Nurhanurawati, N. (2021). Learning Motivation, Self-Regulated Learning, And Mathematical Communication Skills Verbal And Written By Students' In Learning Mathematics During The Covid-19 Pandemic. *Kreano, Jurnal Matematika Kreatif-Inovatif*, *12*(2), 264–275. https://doi.org/10.15294/kreano.v12i2.31550

Farajollahi, M., & Moenikia, M. (2010). The compare of self regulated learning strategies between computer - based and print - based learning students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, *2*(2), 3687–3692. https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.03.573

G. E., M., & Barry J., Z. (2002). Self-regulation of musical learning. In R. Colwell & C. Richardson (Eds.), *The new handbook of research on music teaching and learning* (Vol. 2, pp. 327–347). Oxford University Press.

Gutierrez, A. P., & Schraw, G. (2015). Effects of Strategy Training and Incentives on Students' Performance, Confidence, and Calibration. *The Journal of Experimental Education*, *83*(3), 386–404. https://doi.org/10.1080/00220973.2014.907230

Johnson, A. M., Azevedo, R., & D'Mello, S. K. (2011). The Temporal and Dynamic Nature of Self-Regulatory Processes During Independent and Externally Assisted Hypermedia Learning. *Cognition and Instruction*, *29*(4), 471–504. https://doi.org/10.1080/07370008.2011.610244

Karlen, Y., Hertel, S., Grob, U., Jud, J., & Hirt, C. N. (2025). Teachers matter: linking teachers and students' self-regulated learning. *Research Papers in Education*, *40*(3), 414–441. https://doi.org/10.1080/02671522.2024.2394059

Klug, J., Ogrin, S., Keller, S., Ihringer, A., & Schmitz, B. (2011). A plea for self-regulated learning as a process: Modelling, measuring and intervening. *Psychological Test and Assessment Modeling*, *53*(1), 51–72.

Kristiyani, T. (2016). *Self-Regulated Learning: Konsep, Implikasi dan Tantangannya Bagi Siswa di Indonesia*. SANATA DHARMA UNIVERSITY PRESS.

Liu, H., & Paramalingam, M. (2025). Revisiting Al-Ghazali's Pedagogy: A Conceptual Analysis of His Educational Principles. *International Journal of Research and Innovation in Social Science*, *IX*(IV), 1731–1735. https://doi.org/10.47772/IJRISS.2025.90400130

Marcus, Z. J., & McCullough, M. E. (2021). Does religion make people more self-controlled? A review of research from the lab and life. *Current Opinion in Psychology*, *40*, 167–170.

https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2020.12.001

Mujiman, H. (2011). *Manajemen Pelatihan Berbasis Belajar Mandiri*. Pustaka Pelajar.

Panadero, E. (2017). A Review of Self-regulated Learning: Six Models and Four Directions for Research. *Frontiers in Psychology*, *8*. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00422

Perels, F., Dignath, C., & Schmitz, B. (2009). Is it possible to improve mathematical achievement by means of self-regulation strategies? Evaluation of an intervention in regular math classes. *European Journal of Psychology of Education*, *24*(1), 17–31. https://doi.org/10.1007/BF03173472

Pintrich, P. R. (1999). The role of motivation in promoting and sustaining self-regulated learning. *International Journal of Educational Research*, *31*(6), 459–470. https://doi.org/10.1016/S0883-0355(99)00015-4

Pintrich, P. R. (2000). The Role of Goal Orientation in Self-Regulated Learning. In *Handbook of Self-Regulation* (pp. 451–502). Elsevier. https://doi.org/10.1016/B978-012109890-2/50043-3

Pintrich, P. R., & De Groot, E. V. (1990). Motivational and self-regulated learning components of classroom academic performance. *Journal of Educational Psychology*, *82*(1), 33–40. https://doi.org/10.1037/0022-0663.82.1.33

Shahzadi, M., Awan, T. H., & Irfan, F. (2021). Self-Regulate Learning and Al-Ghazali's Theory of Education. *South Asian Journal of Social Sciences and Humanities*, *2*(2), 172–180.

Winne, P. H. (1995). Inherent details in self-regulated learning. *Educational Psychologist*, *30*(4), 173–187. https://doi.org/10.1207/s15326985ep3004_2

Winne, P. H. (1996). A metacognitive view of individual differences in self-regulated learning. *Learning and Individual Differences*, *8*(4), 327–353. https://doi.org/10.1016/S1041-6080(96)90022-9

Winne, P. H. (1997). Experimenting to bootstrap self-regulated learning. *Journal of Educational Psychology*, *89*(3), 397–410. https://doi.org/10.1037/0022-0663.89.3.397

Winne, P. H. , and H. A. F. (1998). Studying as self-regulated engagement in learning. In J. D. D. Hacker & A. Graesser (Eds.), *Metacognition in Educational Theory and Practice* (pp. 277–304). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.

Wirth, J., & Leutner, D. (2008). Self-regulated learning as a competence: Implications of theoretical models for assessment methods. *Zeitschrift Für Psychologie/Journal of Psychology*, *216*(2), 102–110. https://doi.org/10.1027/0044-3409.216.2.102

Zimmerman, B. J. (1989). A social cognitive view of self-regulated academic learning. *Journal of Educational Psychology*, *81*(3), 329–339. https://doi.org/10.1037/0022-0663.81.3.329

Zimmerman, B. J. (2002a). Becoming a Self-Regulated Learner: An Overview. *Theory Into Practice*, *41*(2), 64–70. https://doi.org/10.1207/s15430421tip4102_2

Zimmerman, B. J. (2002b). Becoming a Self-Regulated Learner: An Overview. *Theory Into Practice*, *41*(2), 64–70. https://doi.org/10.1207/s15430421tip4102_2