

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Deskripsi Teori

1. Kontrol Diri

a. Pengertian Kontrol Diri

Kontrol diri merupakan kemampuan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya. J. Chaplin mendefinisikan kontrol diri sebagai kemampuan untuk membimbing tingkah laku diri, serta kemampuan untuk menekan atau merintangai impuls atau tingkah laku impulsif.¹

Goldfried dan Merbaum dalam M. Nur Ghufon mengartikan kontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif. Kontrol diri menggambarkan keputusan seseorang melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu sesuai yang diinginkan.²

Calhoun dan Acocella dalam M. Nur Ghufon dan Rini Risnawati menyatakan dua alasan yang mengharuskan

¹ J. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, (Jakarta: Rajagrafindo Persada, 2011), hal. 451

² M. Nur Ghufon dan Rini Risnawati, *Teori-Teori Psikologi*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2010), hal. 22

seseorang mengontrol dirinya. Pertama, individu merupakan makhluk sosial yang hidup bersama kelompok dan membutuhkan bantuan orang lain, sehingga individu harus mengontrol diri dan perilakunya agar tidak mengganggu orang lain dalam memuaskan keinginannya. Kedua, masyarakat mendorong individu untuk selalu konsisten dalam menyusun standar yang lebih baik bagi dirinya. Untuk memenuhi standar tersebut dibutuhkan kontrol diri supaya dalam proses pencapaian standar tersebut individu tidak melakukan hal-hal yang menyimpang.³

Mengontrol diri berarti individu berusaha dengan sekuat tenaga mengarahkan dirinya terhadap sesuatu yang bermanfaat dan dapat diterima secara sosial.⁴ Terbentuknya kontrol diri tidak terlepas dari kesadaran diri tiap individu. Kemampuan kontrol diri ditentukan oleh seberapa besar dan sejauh mana individu tersebut berusaha mengontrol dirinya, sehingga dapat mengarahkan keinginannya dengan tujuan terarah. Melalui kemampuan ini, individu dapat membedakan perilaku yang dapat diterima dan tidak dapat diterima sebagai standar perilaku untuk membimbing perilakunya ke arah yang baik.

Dari pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk mengarahkan

³ *Ibid.*, hal. 23

⁴ Zulva Pujawati, *Hubungan Kontrol Diri dan Dukungan Orang Tua dan Perilaku Disiplin Pada Santri*, Jurnal Psikoborneo, Vol. 3 No. 3, 2015, hal. 325

tingkah lakunya sesuai situasi dan kondisi sehingga dapat mengurangi atau menghindari tingkah laku yang merugikan dirinya serta memiliki tingkah laku yang sesuai dengan norma sosial yang berlaku.

b. Aspek-Aspek Kontrol Diri

Menurut Averill, secara umum kontrol diri (*self control*) terdiri dari tiga aspek yaitu kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), dan kontrol keputusan (*decisional control*).⁵

1) Kontrol Perilaku (*Behavior Control*)

Kontrol perilaku merupakan kesiapan tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung memengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini diperinci menjadi dua komponen yaitu, mengatur pelaksanaan dan kemampuan memodifikasi stimulus. Kemampuan mengontrol pelaksanaan merupakan kemampuan individu menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan dirinya sendiri atau sesuatu diluar dirinya. Individu dengan kemampuan kontrol diri yang baik akan mampu mengatur dan

⁵ M. Nur Ghufon dan Rini Risnawati, *Teori-Teori...*, hal. 29

mengontrol dirinya dan apabila tidak mampu, individu akan menggunakan sumber eksternal.

Kemampuan memodifikasi stimulus merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi. Ada beberapa cara yang dapat digunakan yaitu mencegah atau menjauhi stimulus, menempatkan tenggang waktu antara rangkaian stimulus yang sedang berlangsung, menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir dan membatasi intensitasnya.

2) Kontrol Kognitif (*Cognitive Control*)

Kontrol kognitif merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis untuk mengurangi tekanan. Aspek ini terdiri dari dua komponen, yaitu memperoleh informasi dan melakukan penilaian. Dengan informasi yang dimiliki oleh individu mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan, individu dapat mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan. Dengan melakukan penilaian berarti individu berusaha menilai dan menafsirkan suatu

keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subyektif.

3) Kontrol Keputusan (*Decisional Control*)

Kontrol keputusan merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. Kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan, akan tetapi masih memikirkan risiko yang akan diterima baik risiko kecil ataupun risiko besar yang menjadi dampak dari keputusan tersebut.

Berdasarkan pemaparan aspek-aspek kontrol diri di atas, dapat disimpulkan bahwa aspek dalam kontrol diri terdiri dari kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), dan kontrol keputusan (*decisional control*). Ketiga aspek tersebut berperan dalam manifestasi perilaku yang akan ditimbulkan setelah adanya stimulus yang diterima.

c. Fungsi Kontrol Diri

Kontrol diri sangat diperlukan oleh tiap individu untuk mengontrol dan membatasi perilakunya dari tingkah laku negatif termasuk melanggar aturan yang berlaku serta

membantu individu dalam mengatasi berbagai hal yang merugikan dirinya.

Messina & Messina yang dikutip Gunarsa menyatakan bahwa *self control* atau kontrol diri memiliki beberapa fungsi, yaitu:⁶

1) Membatasi perhatian individu kepada orang lain.

Dengan adanya kontrol diri, individu akan memberikan perhatian pada kebutuhan pribadinya, tidak hanya terfokus pada kebutuhan dan kepentingan orang lain di lingkungannya. Perhatian yang berlebihan pada kebutuhan dan kepentingan orang lain cenderung akan menyebabkan individu mengabaikan kebutuhan pribadinya.

2) Membatasi keinginan individu untuk mengendalikan orang lain di lingkungannya.

Dengan adanya kontrol diri, individu dapat membatasi ruang bagi aspirasi dan keinginannya dan memberikan ruang bagi aspirasi dan keinginan orang lain agar dapat terakomodasi secara bersama-sama.

3) Membatasi individu untuk bertingkah laku negatif.

Individu dengan kontrol diri yang baik akan terhindar dari berbagai tingkah laku negatif. Kontrol diri ini akan membantu individu dalam menahan dirinya dari dorongan

⁶ Singgih D. Gunarsa, *Dari Anak sampai Usia Lanjut: Bunga Rampai Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2004), hal. 255-256

atau keinginan untuk bertingkah laku negatif yang tidak sesuai dengan norma sosial.

- 4) Membantu individu untuk memenuhi kebutuhan hidup secara seimbang.

Individu dengan kontrol diri yang baik akan berusaha memenuhi kebutuhan hidupnya secara seimbang sesuai takaran kebutuhannya. Pemenuhan kebutuhan hidup menjadi motif bagi tiap individu dalam bertingkah laku. Pada saat individu bertingkah laku untuk memenuhi kebutuhannya, individu mungkin bertindak berlebihan melebihi kebutuhan yang harus dipenuhi, maka kontrol diri akan membantu individu dalam menyeimbangkan pemenuhan kebutuhan hidupnya.

d. Jenis-Jenis Kontrol Diri

Block dan Block mengemukakan tiga jenis kontrol diri yaitu:⁷

- 1) *Over control*, merupakan kontrol diri yang dilakukan secara berlebihan yang menyebabkan individu banyak menahan diri dalam bereaksi terhadap suatu stimulus. Individu dengan *over control* cenderung kesulitan mengekspresikan dirinya dalam menghadapi segala situasi yang sedang dihadapi.

⁷ M. Nur Ghufro dan Rini Risnawati, *Teori-Teori...*, hal. 31

- 2) *Under control*, merupakan kecenderungan individu untuk melepaskan impuls dengan bebas tanpa perhitungan yang matang. *Under control* pada diri individu akan sangat rentan menyebabkan dirinya lepas kendali dalam menghadapi berbagai hal dan menyebabkan dirinya kesulitan untuk mempertimbangkan pengambilan keputusan secara bijaksana.
- 3) *Appropriate control*, merupakan kontrol individu dalam upaya mengendalikan impuls secara tepat. *Appropriate control* ini sangat dibutuhkan individu agar mampu berhubungan secara tepat dengan diri dan lingkungannya. Jenis kontrol diri ini akan memberikan manfaat bagi individu karena kemampuan mengendalikan impuls dapat menimbulkan dampak negatif yang relatif lebih kecil.

e. Faktor-faktor yang Memengaruhi Kontrol Diri

Kontrol diri dipengaruhi oleh beberapa faktor. Namun secara garis besar, kontrol dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal.

1) Faktor Internal

Faktor internal yang memengaruhi kontrol diri seseorang adalah faktor usia. Semakin bertambah usia

seseorang, maka akan semakin baik kemampuan kontrol dirinya. Selain usia, kontrol diri juga dipengaruhi kematangan psikologis seseorang, individu yang matang secara psikologis akan mampu mengontrol perilakunya karena telah mampu mempertimbangkan baik dan buruk sesuatu bagi dirinya.

2) Faktor Eksternal

Faktor eksternal yang memengaruhi kontrol diri diantaranya adalah lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga terutama orang tua menentukan bagaimana kemampuan kontrol diri seseorang. Penerapan disiplin orang tua kepada anaknya sejak dini secara intens dan tetap konsisten terhadap semua konsekuensi yang dilakukan anak bila ia menyimpang dari yang sudah ditetapkan, maka sikap ini akan diinternalisasi oleh sang anak dan kemudian akan menjadi kontrol diri baginya. Teladan dan contoh dari orang tua ini sangat penting bagi anak. Orang tua yang tidak mampu mengontrol emosinya akan berdampak buruk bagi anak di kemudian hari.⁸

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa kontrol diri dipengaruhi faktor internal yaitu usia dan

⁸ *Ibid.*, hal. 32

kematangan psikologi seseorang dan faktor eksternal yaitu lingkungan keluarga terutama orang tua. Faktor-faktor tersebut akan membentuk kontrol diri individu tersebut.

2. Kedisiplinan

a. Pengertian Kedisiplinan

Kedisiplinan berasal dari kata dasar disiplin yang berarti ketaatan kepada tata tertib atau sebagainya.⁹ J. Chaplin menjelaskan bahwa disiplin merupakan kontrol penguasaan diri dengan tujuan menahan impuls yang tidak diinginkan.¹⁰ Rachman dalam Tu'u yang dikutip Lidya N. Gunawan mengartikan disiplin sebagai upaya mengendalikan diri dan sikap mental individu atau masyarakat dalam mengembangkan kepatuhan dan ketaatan terhadap peraturan dan tata tertib berdasarkan dorongan dan kesadaran yang muncul dari dalam hatinya.¹¹ Sedangkan Nitisemito mengartikan kedisiplinan sebagai suatu sikap, tingkah laku dan perbuatan yang sesuai dengan peraturan baik peraturan tertulis ataupun tidak tertulis.¹²

Disiplin adalah sesuatu yang berkenaan dengan pengendalian diri seseorang terhadap bentuk-bentuk aturan, dimana aturan tersebut diterapkan oleh orang yang

⁹ Kamus Besar Bahasa Indonesia, <https://kbbi.web.id/disiplin>, diakses 27/08/2021 pukul 08.49

¹⁰ J. Chaplin, *Kamus Lengkap...*, hal. 139

¹¹ Lidya Natalia Gunawan, *Kontrol Diri...*, hal. 17

¹² Alex S. Nitisemito, *Manajemen Personalia*, (Jakarta: Ghalia Indonesia, 2018), hal. 19

bersangkutan maupun berasal dari luar.¹³ Dalam arti luas, disiplin mencakup setiap macam pengaruh yang ditujukan untuk membantu peserta didik agar mereka dapat memahami dan menyesuaikan diri dengan tuntutan yang mungkin ingin ditujukan peserta didik terhadap lingkungannya. Dengan adanya penanaman kedisiplinan dalam proses belajar, peserta didik diharapkan dapat berperilaku sesuai dengan norma dan aturan yang berlaku, serta dapat menumbuhkan kebiasaan memanfaatkan waktu sebaik mungkin.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa kedisiplinan merupakan suatu sikap yang mencerminkan ketaatan terhadap peraturan, tata tertib, norma yang berlaku, baik tertulis maupun yang tidak tertulis dan dilaksanakan dengan penuh rasa tanggung jawab. Setiap peserta didik diharapkan memiliki perilaku disiplin supaya dapat mengikuti kegiatan pembelajaran dengan tertib.

b. Fungsi Kedisiplinan

Disiplin menjadi prasyarat dalam pembentukan sikap, perilaku peserta didik yang akan menentukan keberhasilan dalam belajar.

¹³ Suharsimi Arikunto, *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2009), hal. 80

Adapun fungsi disiplin menurut Tulus Tu'u adalah:¹⁴

1) Menata kehidupan bersama

Manusia sebagai makhluk sosial selalu berinteraksi dan berhubungan dengan orang lain demi memenuhi kebutuhannya. Dalam hubungan tersebut, diperlukan norma, nilai, peraturan untuk mengatur agar kehidupan dan kegiatan antar individu. Disiplin berguna untuk menyadarkan seseorang bahwa dirinya perlu menghargai orang lain dengan cara mentaati peraturan yang berlaku, sehingga hubungan antar individu menjadi baik dan lancar.

2) Membangun kepribadian

Pertumbuhan kepribadian seseorang biasanya dipengaruhi oleh faktor lingkungan baik lingkungan keluarga, pergaulan, masyarakat dan lingkungan sekolah. Disiplin yang diterapkan di masing-masing lingkungan tersebut memberi dampak bagi pertumbuhan kepribadian seseorang. Lingkungan yang berdisiplin baik sangat berpengaruh terhadap kepribadian seseorang terlebih seorang peserta didik yang sedang tumbuh kepribadiannya, tentu lingkungan sekolah yang tertib,

¹⁴ Tulus Tu'u, *Peran Disiplin pada Perilaku dan Prestasi Belajar Siswa*, (Jakarta: PT Grasindo, 2006), hal. 38-43

teratur, tenang, tentram, sangat berperan dalam membangun kepribadian yang baik.

Oleh karena itu, dengan disiplin seseorang akan dibiasakan mengikuti dan mematuhi aturan yang berlaku. Dan kebiasaan itu, lama-kelamaan akan masuk ke dalam dirinya serta berperan dalam membangun kepribadiannya.

3) Melatih kepribadian

Sikap, perilaku dan pola kehidupan yang baik dan berdisiplin terbentuk melalui proses latihan dalam waktu yang tidak singkat.

4) Pemaksaan

Disiplin dapat terjadi karena dorongan dari kesadaran diri. Disiplin juga terjadi karena adanya paksaan atau tekanan dari luar. Misalnya, ketika seorang peserta didik yang masuk ke sekolah dengan peraturan disiplin yang ketat, maka siswa tersebut dituntut untuk mentaati peraturan yang ada di sekolah. Dikatakan terpaksa karena melakukannya bukan berdasarkan atas kemauannya sendiri.

5) Hukuman

Tata tertib sekolah biasanya berisi hal-hal yang positif yang harus dilakukan oleh peserta didik. Sisi lainnya berisi sanksi atau hukuman bagi yang melanggar

tata tertib tersebut. Tanpa adanya hukuman, motivasi untuk hidup mengikuti aturan yang berlaku menjadi lemah. Sanksi/ hukuman diharapkan memiliki nilai pendidikan, bukan hanya bersifat untuk menakut-nakuti saja. Artinya siswa menyadari bahwa perbuatan yang salah akan membawa akibat tidak menyenangkan yang harus dilakukannya.

6) Menciptakan lingkungan yang kondusif

Sekolah sebagai ruang lingkup pendidikan perlu menjamin proses pendidikan berjalan dengan baik. Kondisi yang baik bagi proses tersebut yaitu kondisi aman, tenteram, tenang, tertib dan teratur, saling menghargai, dan hubungan pergaulan yang baik. Apabila kondisi ini terwujud, sekolah akan menjadi lingkungan kondusif bagi kegiatan pembelajaran.

c. Macam-Macam Disiplin

Ali Imron dalam bukunya menguraikan tiga macam disiplin yaitu:¹⁵

1) Disiplin otoritarian

Pandangan dalam disiplin ini menyatakan bahwa peserta didik dinyatakan mempunyai disiplin tinggi apabila peserta didik tersebut mau dan patuh terhadap

¹⁵ Ali Imron, *Manajemen Peserta Didik Berbasis Sekolah*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2011), hal. 172-174

perintah dan anjuran guru. Guru membangun sikap disiplin anak dengan tekanan dan peserta didik diharuskan mengiyakan semua kehendak guru tanpa adanya keberatan atau bantahan. Dengan demikian, peserta didik takut dan terpaksa dalam mengikuti perintah sehingga kedisiplinan peserta didik tidak terwujud dengan baik.

2) Disiplin permisif

Konsep disiplin permisif bertentangan dengan konsep disiplin otoritarian. Pandangan dalam konsep ini memberikan kebebasan seluas-luasnya kepada peserta didik selama berada di kelas dan lingkungan belajar atau sekolah. Aturan-aturan di sekolah dilonggarkan dan tidak mengikat peserta didik. Dengan demikian, peserta didik dibiarkan berbuat sesuka hatinya yang menurutnya baik dan tidak sedikit dari peserta didik yang akhirnya tergiur untuk berperilaku menyimpang yang tidak sesuai dengan norma dan aturan.

3) Disiplin kebebasan terkendali

Pandangan dalam konsep ini menyatakan bahwa peserta didik diberikan kebebasan, tetapi tidak boleh menyalahgunakan kebebasan yang telah diberikan. Sebab dalam melaksanakan kebebasan, ada batasan-

batasan yang wajib diikuti. Disiplin dengan kebebasan terkendali disebut juga dengan kebebasan terbimbing. Hal ini dikarenakan semua yang dilakukan peserta didik ada konsekuensi yang harus dipertanggungjawabkan.

Selain ketiga macam disiplin di atas, Hurlock mengemukakan adanya dua konsep mengenai disiplin, yaitu disiplin positif dan disiplin negatif. Disiplin positif sama artinya dengan pendidikan dan bimbingan karena menekankan pertumbuhan di dalam diri (*inner growth*) yang mencakup disiplin diri (*self discipline*) dan pengendalian diri (*self control*). Disiplin positif ini mengarahkan kepada motivasi dari dalam diri sendiri. Sedangkan disiplin negatif artinya pengendalian dengan kekuasaan luar yang biasanya dilakukan secara terpaksa dan dengan cara yang kurang menyenangkan atau dilakukan karena takut hukuman (*punishment*).¹⁶

d. Aspek-Aspek dalam Disiplin

S. Prijodarminto mengemukakan bahwa terdapat tiga aspek dalam disiplin, yaitu:¹⁷

- 1) Sikap mental, merupakan sikap tata dan tertib. Hal ini sebagai hasil latihan dari pengendalian pikiran dan watak.

¹⁶ Elizabeth B. Hurlock, *Perkembangan Anak*, Edisi Keenam, terj. Meitasari Tjandrasa, (Jakarta: Erlangga, 2013), hal. 82

¹⁷ Soegeng Prijodarminto, *Disiplin Kiat Menuju Sukses*, (Jakarta: Pradnya Paramita, 1994), hal. 23-24

- 2) Pemahaman yang baik mengenai sistem aturan tingkah laku, norma sehingga pemahaman tersebut dapat menumbuhkan kesadaran untuk memahami disiplin sebagai suatu aturan yang membimbing tingkah laku.
- 3) Sikap dan tingkah laku yang secara wajar menunjukkan kesungguhan hati untuk mentaati segala hal secara cermat.

Dalam hal ini, kedisiplinan memiliki tiga aspek penting yaitu sikap mental, pemahaman yang baik mengenai aturan perilaku, dan sikap yang menunjukkan kesungguhan hati untuk mematuhi peraturan yang berlaku.

e. Faktor-faktor Disiplin

Secara garis besar, faktor yang mempengaruhi kedisiplinan terbagi menjadi dua faktor yaitu faktor internal (faktor dari dalam diri individu) dan faktor eksternal (faktor yang berasal dari luar individu) meliputi lingkungan keluarga, sekolah dan lingkungan lainnya yang berpengaruh terhadap tingkat kedisiplinan siswa. Tulus Tu'u menyebutkan ada beberapa faktor disiplin yaitu:¹⁸

1) Kesadaran diri

Kesadaran diri adalah faktor dimana seseorang memahami dan mengerti bahwa disiplin penting bagi

¹⁸ Tulus Tu'u, *Peran Disiplin...*, hal 48

kebaikan dan keberhasilan dirinya. Ketika seseorang atau peserta didik menyadari bahwa disiplin penting maka peserta didik akan selalu senantiasa berdisiplin yang nantinya akan berpengaruh terhadap hasil belajarnya.

2) Pengikutan dan ketaatan

Pengikutan dan ketaatan merupakan kelanjutan dari kesadaran diri sebagai langkah penerapan dan praktik atas peraturan-peraturan yang mengatur individu. Setelah peserta didik telah memiliki kesadaran diri bahwa disiplin penting, maka peserta didik akan melakukan sikap atau perilaku yang taat akan aturan. Hal ini merupakan pengikutan atau ketaatan, artinya peserta didik mengikuti atau menaati peraturan-peraturan yang berlaku.

3) Alat pendidikan

Alat pendidikan dimaksudkan untuk mempengaruhi, mengubah, membina serta membentuk perilaku yang sesuai dengan nilai-nilai yang ditentukan atau diajarkan. Dengan alat pendidikan, disiplin peserta didik dapat dibentuk dan dilatih sehingga peserta didik mempunyai kedisiplinan yang baik. Alat pendidikan biasanya diikuti dengan hukuman.

4) Hukuman

Hukuman digunakan sebagai upaya menyadarkan, mengoreksi dan meluruskan yang salah sehingga peserta

didik dapat kembali pada perilaku yang sesuai dengan harapan.

Keempat faktor tersebut sangat berpengaruh dan memberikan dampak besar terhadap peningkatan kedisiplinan peserta didik. Namun, faktor paling utama yaitu adanya kesadaran diri dan pengikutan atau ketaatan terhadap aturan yang berlaku. Jika individu khususnya peserta didik telah memiliki kesadaran diri maka ia akan berusaha untuk menaati peraturan yang berlaku dan menjalankan kehidupan dengan teratur dan seimbang.

3. Program *Tahfidz* Al-Qur'an

a. Pengertian Program *Tahfidz* Al-Qur'an

Program merupakan suatu kegiatan yang dilaksanakan berdasarkan rencana yang telah ditentukan. Berdasarkan pendapat Suharsimi dan Cepi, program merupakan rangkaian kegiatan yang direncanakan dan dilaksanakan secara seksama berkesinambungan yang melibatkan banyak orang dalam suatu organisasi untuk dapat mencapai tujuan yang telah ditentukan.¹⁹

Tahfidz berasal dari bahasa Arab yang *hafidza – yahfadzu – hifdzan* yang berarti menghafal. Menghafal adalah proses

¹⁹ Suharsimi Arikunto dan Cepi Saefudin, *Evaluasi Program Pendidikan*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2010), hal. 4

mengulang sesuatu, baik dengan membaca atau mendengar.²⁰ Al-Qur'an merupakan kalamullah yang diturunkan kepada Nabi Muhammad SAW dengan perantara malaikat Jibril yang diriwayatkan kepada kita dengan cara mutawatir dan membacanya terhitung ibadah.²¹ Al-Qur'an merupakan kitab suci umat Islam yang dijamin keasliannya oleh Allah SWT sejak diturunkan kepada Nabi Muhammad SAW hingga sekarang bahkan sampai hari kemudian. Dan menjadi kewajiban bagi setiap umat muslim untuk mempelajari, mengamalkan dan menjaga kemurnian Al-Qur'an.

Tahfidz Al-Qur'an merupakan proses mengulang ayat-ayat Al-Qur'an baik dengan membaca atau mendengar yang bertujuan untuk menjaga, memelihara dan melestarikan kemurnian Al-Qur'an sehingga tidak terjadi perubahan atau pemalsuan Al-Qur'an. *Tahfidz* Al-Qur'an tidak hanya menghafal Al-Qur'an saja, tetapi juga memahami setiap lafadz dan maknanya sehingga diharapkan dapat mengamalkan isi kandungan Al-Qur'an dalam kehidupan sehari-hari.

Khalid mengemukakan program *tahfidz* Al-Qur'an atau menghafal Al-Qur'an yang mutqin terhadap lafadz dan maknanya akan memudahkan seseorang dalam menghadapi berbagai masalah kehidupan, dimana Al-Qur'an selalu ada

²⁰ Sucipto, *Tahfidz Al-Qur'an Melejitkan Prestasi*, (Jakarta: Guepedia, 2020), hal. 13

²¹ Ahsin Wijaya, *Bimbingan Praktis Menghafal Al-Qur'an*, (Jakarta: Amzah, 2008), hal.

dalam hatinya dan mengamalkan isinya dalam kehidupan.²² Program *tahfidz* Al-Qur'an tidak hanya menyalurkan minat peserta didik dalam menghafal Al-Qur'an, tetapi juga memberikan manfaat yang sangat besar kepada peserta didik terutama dalam mengajarkan membaca Al-Qur'an dengan baik sesuai tajwidnya serta mengajak peserta didik untuk selalu menyenangi dan mencintai Al-Qur'an.

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa program *tahfidz* Al-Qur'an merupakan kegiatan membaca ayat Al-Qur'an secara berulang-ulang sampai hafal yang kemudian diperdengarkan kepada orang lain, memahami maknanya dan senantiasa menghidupkan Al-Qur'an dalam hatinya sehingga dapat menyelesaikan permasalahan dalam kehidupan.

b. Tujuan Program *Tahfidz*

Tujuan diadakan program *tahfidz* di sekolah menurut Ahmad Lutfi yaitu:²³

- 1) Peserta didik dapat memahami dan mengetahui arti penting dari kemampuan menghafal Al-Qur'an.
- 2) Peserta didik dapat terampil dalam menghafal ayat-ayat dari surat-surat tertentu yang menjadi materi pelajaran.

²² Khalid bin Abdul Karim al-Lahim, *Mengapa Saya Menghafal Al-Qur'an: Metode Mutakhir dan Cepat Menghafal Al-Qur'an*, (Surakarta: Daar An-Naba, 2008), hal. 19

²³ Lutfi Ahmad, *Pembelajaran Al-Qur'an dan Hadist*, (Jakarta: Direktorat Pendidikan Islam, 2009), hal. 168-169

- 3) Peserta didik dapat menghafal Al-Qur'an dalam berbagai kesempatan dan melafalkan ayat-ayat Al-Qur'an.

c. Syarat Menghafal Al-Qur'an

Seseorang yang memiliki tekad dan keinginan menghafal Al-Qur'an harus memiliki beberapa hal yang harus dipenuhi dalam dirinya, diantaranya:²⁴

- 1) Memiliki niat kuat dan ikhlas. Niat kuat dan bersungguh-sungguh dalam menghafal akan mengantarkan seseorang ke tujuannya dan membentengi dirinya dari hal-hal yang akan merintanginya dalam proses menghafal.
- 2) Mampu mengosongkan hati dan pikiran dari permasalahan-permasalahan yang sekiranya dapat mengganggu konsentrasinya.
- 3) Memiliki keteguhan dan kesabaran. Keteguhan dan kesabaran merupakan faktor penting dalam proses menghafal Al-Qur'an, karena dalam prosesnya banyak kendala yang akan ditemui, seperti gangguan batin, jenuh ketika menghafal dan gangguan lainnya.
- 4) Istiqomah. Istiqomah atau konsisten dalam menghafal dan menjaga hafalan merupakan hal yang dianggap berat bagi para penghafal Al-Qur'an, karena seorang penghafal Al-

²⁴ Ahsin Wijaya, *Bimbingan Praktis...*, hal. 48-55

Qur'an harus senantiasa menjaga kontinuitas dan efisiensi waktu, begitunya berharganya waktu bagi mereka. Disiplin waktu sangat dibutuhkan bagi penghafal Al-Qur'an agar membentuk dirinya menjadi orang yang konsekuen dan bertanggung jawab atas segala keputusannya.

- 5) Menjauhkan diri dari maksiat dan sifat tercela. Seseorang yang sedang menghafal Al-Qur'an harus menghindari perbuatan maksiat karena hal ini akan berpengaruh pada ketenangan jiwa dan konsentrasinya dalam menghafal. Orang yang menghafal Al-Qur'an memiliki tanggung jawab yang besar, mereka berkewajiban menghafal, mengulang hafalannya serta memiliki jiwa Qur'ani yaitu berusaha mengamalkan isi yang sudah dijelaskan dalam Al-Qur'an.
- 6) Mampu membaca dengan baik. Sebelum seseorang menghafal Al-Qur'an, terlebih dahulu ia harus sudah lancar bacaannya. Biasanya, para guru akan memerintahkan anak didiknya untuk mengkhatamkan Al-Qur'an *binnadhhor* terlebih dahulu, hal ini dimaksudkan agar calon penghafal Al-Qur'an sudah fasih bacaannya dan lisannya terbiasa melafalkan ayat-ayat Al-Qur'an.

d. Faedah Menghafal Al-Qur'an

Menurut para ulama, beberapa faedah menghafal Al-Qur'an yaitu:²⁵

- 1) Merupakan kemenangan dan kebahagiaan dunia akhirat jika disertai dengan amal shalih dan keikhlasan.
- 2) Para penghafal Al-Qur'an akan mendapat anugerah dari Allah berupa ingatan yang tajam, pemikiran cemerlang dan kuat intuisinya.
- 3) Seorang penghafal Al-Qur'an akan mendapat bahtera ilmu.
- 4) Penghafal Al-Qur'an memiliki identitas yang baik dan perilaku yang baik dan jujur.
- 5) Seorang penghafal Al-Qur'an mendapat kefasihan dalam berbicara.

Dalam menghafal Al-Qur'an, terdapat kata-kata bijak atau hikmah yang sangat bermanfaat bagi kehidupan. Orang yang terbiasa membaca Al-Qur'an terlebih para penghafal Al-Qur'an akan selalu mengulang ayat-ayat Al-Qur'an dan hal itu akan membentuk kefasihan dan ketepatan dalam berbicara.

4. Hubungan Kontrol Diri dengan Kedisiplinan Peserta Didik

Kedisiplinan pada hakikatnya bukan hanya mengenai kepatuhan pada norma atau aturan secara dipaksakan, melainkan

²⁵ Sa'dullah, *9 Cara Praktis Menghafal Al-Qur'an*, (Jakarta: Gema Insani, 2008), hal. 56

kemampuan mengendalikan diri yang didasarkan pada tujuan untuk menciptakan keteraturan serta ketertiban dalam kehidupan. Perilaku disiplin akan lebih mudah tumbuh dan berkembang apabila muncul dari kesadaran dalam diri seseorang.

Hal tersebut mengisyaratkan bahwa kontrol diri (*self control*) disinyalir memiliki kontribusi dalam membentuk perilaku disiplin. Kontrol diri yang positif akan memberikan dampak perilaku yang positif pula yaitu kedisiplinan, dalam arti disiplin dengan adanya ketaatan atau kepatuhan terhadap aturan dan norma yang timbul atau terbentuk karena adanya dorongan dari dalam dirinya sendiri.

Perilaku kedisiplinan peserta didik dapat diprediksi melalui kontrol diri, hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan Zulva Pujawati yang menunjukkan hasil bahwa ada hubungan antara kontrol diri dengan perilaku disiplin, dimana semakin tinggi kontrol diri maka semakin tinggi tingkat disiplin seseorang, begitupun sebaliknya.²⁶ Selaras dengan hal tersebut, penelitian lain dilakukan oleh Ruly Ningsih menunjukkan bahwa kontribusi kontrol diri terhadap tingkat kedisiplinan remaja sebesar 46,5%.²⁷

Menurut penjelasan Tu'u yang dikutip Fachrurrozi, kontrol diri yang dimiliki oleh peserta didik berhubungan erat dengan kedisiplinan peserta didik. Peserta didik yang memiliki kontrol diri

²⁶ Zulva Pujawati, *Hubungan Kontrol...*, hal. 328

²⁷ Ruly Ningsih, *Pengaruh Kontrol Diri terhadap Perilaku Disiplin Remaja*, Jurnal Psikoedukasi dan Konseling, Vol. 2 No. 2, 2018, hal. 51

yang tinggi akan mampu menginterpretasikan setiap stimulus yang diberikan, mempertimbangkannya dan memilih tindakan yang akan dilakukan dengan meminimalkan dampak yang tidak diinginkan. Peserta didik yang mempunyai kontrol diri yang tinggi juga sangat memperhatikan cara yang tepat untuk berperilaku dalam setiap situasi, bertanggung jawab sesuai dengan tata tertib yang ada.²⁸

Sebaliknya, peserta didik yang memiliki kontrol diri yang rendah, mereka akan kesulitan dalam mengarahkan dan mengatur perilaku sehingga mereka akan cenderung menunda tuntutan tugas serta kewajibannya sebagai peserta didik, dan mengalihkannya kepada kegiatan yang lebih menyenangkan. Peserta didik dengan kontrol diri yang rendah perilakunya juga cenderung menyimpang dari aturan-aturan yang ada. Sehingga dapat dikatakan peserta didik yang memiliki kontrol diri yang rendah akan berperilaku dan bertindak kepada hal-hal yang lebih menyenangkan dirinya meskipun tidak mematuhi aturan yang berlaku di sekolah. Dengan demikian, salah satu cara untuk menghindari ketidakmampuan dalam bersikap disiplin ialah dengan meningkatkan kontrol diri yang terdapat pada diri setiap peserta didik.²⁹

Dalam sebuah penelitian oleh Atika Alfi Suroyya diperoleh hasil bahwa semakin tinggi pengelolaan diri seorang penghafal Al-Qur'an, maka akan semakin tinggi kemampuannya dalam

²⁸ Fachrurrozi dkk, *Hubungan Kontrol Diri dengan Disiplin Siswa dalam Belajar*, Jurnal Neo Konseling Vol. 1 No. 1, 2018, hal. 4

²⁹ *Ibid.*, hal. 5

menghafal Al-Qur'an. Peserta didik yang sejak awal sudah pandai dalam mengatur dan mengontrol dirinya termasuk dalam kegiatan menghafal Al-Qur'an, mereka akan melakukan kegiatan secara terstruktur dan disiplin dalam menjalani hidup sesuai rencana yang telah mereka buat. Ketika menemui kesulitan dalam menghafal Al-Qur'an mereka akan lebih mudah untuk merencanakan target, memotivasi diri sendiri dan merubah perilakunya.³⁰

Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Lidya Natalia Gunawan memperoleh hasil adanya hubungan antara kontrol diri dengan kedisiplinan. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian oleh Fani Alin Khalinda yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan erat antara kontrol diri dengan kedisiplinan santri dengan nilai korelasi kisaran angka 0,061 s/d 0,080 sehingga dikatakan berkorelasi kuat.

B. Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu merupakan penelusuran pustaka yang berupa hasil penelitian, karya ilmiah, ataupun sumber lain yang digunakan peneliti sebagai perbandingan terhadap penelitian yang dilakukan. Adapun hasil-hasil penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Fatin Halimah, tahun 2017 dengan judul “Hubungan *Self Management* dengan Kemampuan

³⁰ Atika Ali Suroyya dkk, *Hubungan Pengelolaan Diri dengan Kemampuan Menghafal Al-Qur'an Siswa Kelas VIII di Ma'had Al-Azhar MTsN 2 Kota Kediri*, Jurnal Happiness Vol. 3 No. 2, 2019, hal. 94

Menghafal Al-Qur'an Santri di Pondok *Tahfidz Syifa'ul Qur'an* FTIK IAIN Surakarta Tahun Akademik 2016/2017".³¹

Hasil Penelitian ini memperoleh kesimpulan yaitu *Self management* santri Pondok *Tahfidz Syifa'ul Qur'an* FITK IAIN Surakarta tahun 2016/2017 berdasarkan 30 data santri Pondok *Tahfidz Syifa'ul Qur'an* menunjukkan sebanyak 6 atau 20,00% santri berada dalam kategori rendah karena memperoleh persentase 13 atau 43,33 % sedang dan 11 atau 36,66% dalam kategori tinggi. *Self management* santri sedang bermakna telah terdapat motivasi, metode, hasil kinerja, dan lingkungan. Kemampuan menghafal Al-Qur'an berdasarkan 30 data santri menunjukkan bahwa dalam kategori sedang yaitu 15 atau 50,005. Hal tersebut menunjukkan bahwa kemampuan menghafal Al-Qur'an akibat dari *self management* yang baik sehingga kemampuan menghafal Al-Qur'an juga baik.

2. Penelitian oleh Lidya Natalia Gunawan, tahun 2017 dengan judul "Kontrol Diri dan Penyesuaian Diri dengan Kedisiplinan Siswa".³²

Hasil Penelitian ini menunjukkan ada korelasi antara kontrol diri dengan disiplin, nilainya adalah Nilai $T_v > T_{tabel}$ (Nilai $T_v = 2,830 > T_{tabel} = 1,984$) dan $p = 0,005 < 0,050$. Hasil analisis kedua menunjukkan ada korelasi antara penyesuaian diri dengan

³¹ Fatin Halimah, *Hubungan Self Management dengan Kemampuan Menghafal Al-Qur'an Santri di Pondok Tahfidz Syifa'ul Qur'an FTIK IAIN Surakarta Tahun Akademik 2016/2017*, (Surakarta: Skripsi tidak diterbitkan, 2017)

³² Lidya Natalia Gunawan, *Kontrol Diri dan Penyesuaian dengan Kedisiplinan Siswa*, Jurnal Psikoborneo, Vol. 5 No. 1, 2017

disiplin, nilainya adalah Nilai $T_v > T_{tabel}$ (Nilai $T_v = 8,730 > t_{tabel}$ 1,984) dan $p = 0,000 < 0,050$. Hasil analisis ketiga menunjukkan ada korelasi antara kontrol diri dan penyesuaian diri dengan disiplin, nilainya adalah $F_{value} > F_{table}$ ($F_{value} = 112,398 > F_{table} = 3,07$), *Adjusted R square* = 0,805, dan $p = 0,000 < 0,050$.

3. Penelitian oleh Mohamad Ibrahim Bawazir, tahun 2018 dengan judul “Hubungan Antara Hasil Belajar PAI dengan *Self Control* Siswa di SMA Al Irsyad Cilacap”.³³

Hasil penelitian ini yaitu adanya hubungan yang positif dan signifikan antara hasil belajar PAI dengan self control siswa di SMA Al Irsyad Cilacap yang memiliki nilai korelasi sebesar 0,643. Hal ini sesuai dengan teori yang diungkapkan Goldfried dan Merbaum dalam Lazarus yang menyatakan bahwa kontrol diri (*self control*) dapat meningkatkan dan menyatukan perilaku tertentu untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan.

4. Penelitian oleh Atika Alfi Suroyya, Rini Risnawita Suminta, dan Novi Wahyu Winastuti, tahun 2019 dengan judul “Hubungan Pengelolaan Diri dengan Kemampuan Menghafal Al-Qur’an Siswa Kelas VIII di Ma’had Al-Azhar MTsN 2 Kota Kediri”.³⁴

³³ Mohamad Ibrahim Bawazir, *Hubungan antara Hasil Belajar PAI dengan Self Control Siswa di SMA Al Irsyad Cilacap*, (Purwokerto: Skripsi tidak diterbitkan, 2018)

³⁴ Atika Alfi Suroyya, Rini Risnawita Suminta, Novi Wahyu Winastuti, *Hubungan Pengelolaan Diri dengan Kemampuan Menghafal Al-Qur’an Siswa Kelas VIII di Ma’had Al-Azhar MTsN 2 Kota Kediri*, Jurnal Happiness Vol. 3 No. 2, 2019

Hasil Penelitian ini yaitu Tingkat pengelolaan diri pada siswa kelas VIII di Ma'had Al-Azhar MTsN 2 Kota Kediri tergolong dalam kategori sedang yaitu sebanyak 22 siswa dengan persentase 44%. Tingkat kemampuan menghafal Al-Qur'an pada siswa kelas VIII di Ma'had Al-Azhar MTsN 2 Kota Kediri dalam kategori sedang yaitu sebanyak 19 siswa dengan persentase 38%. Dan Terdapat hubungan positif antara pengelolaan diri dengan kemampuan menghafal Al-Qur'an siswa kelas VIII di Ma'had Al-Azhar MTsN 2 Kota Kediri sebesar 0,982. Artinya semakin tinggi tingkat pengelolaan diri maka kemampuan menghafal Al-Qur'an akan semakin tinggi pula.

5. Penelitian oleh Fani Alfin Karinda, tahun 2020 dengan judul "Hubungan Kontrol Diri dengan Kedisiplinan pada Santri di Pondok Pesantren Al Hayatul Islamiyah Malang".³⁵

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara kontrol diri dengan kedisiplinan dengan nilai *Pearson correlation* sebesar 0,0781 maka korelasi antara kontrol diri dan kedisiplinan adalah korelasi kuat, karena berada pada kisaran angka 0,061 s/d 0,080. Kemudian, diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar $0,0000 < 0,005$ maka H_1 diterima dan H_0 ditolak yang berarti terdapat hubungan yang positif terhadap kontrol diri dengan kedisiplinan.

³⁵ Fani Alin Karinda, *Hubungan Kontrol Diri dan Kedisiplinan Pada Santri di Pondok Pesantren Al Hayatul Islamiyah Malang*, (Malang: Skripsi tidak diterbitkan, 2020)

Tabel 2.1
Persamaan dan Perbedaan Penelitian terdahulu

No.	Nama Peneliti	Judul	Persamaan	Perbedaan
1.	Fatin Halimah	Hubungan <i>Self Management</i> dengan Kemampuan Menghafal Al-Qur'an Santri di Pondok <i>Tahfidz Syifa'ul Qur'an</i> FTIK IAIN Surakarta Tahun Akademik 2016/2017	Membahas tentang <i>Tahfidz</i> Qur'an dan menggunakan metode kuantitatif korelasional	Variabel dan lokasi yang diambil berbeda, jika penelitian terdahulu membahas tentang <i>self management</i> dan kemampuan menghafal, sedangkan pada penelitian ini membahas tentang <i>self control</i> dan kedisiplinan siswa.
2.	Lidya Natalia Gunawan	Kontrol Diri dan Penyesuaian Diri dengan Kedisiplinan Siswa	Membahas tentang kontrol diri dengan kedisiplinan siswa dan menggunakan metode kuantitatif.	Lokasi yang diambil dan permasalahan yang diteliti juga berbeda. Jika penelitian terdahulu meneliti tentang pelanggaran peraturan siswa, penelitian ini membahas tentang permasalahan siswa dalam mengikuti program kelas <i>tahfidz</i> .
3.	Penelitian oleh Mohamad Ibrahim Bawazir	Hubungan Antara Hasil Belajar PAI dengan <i>Self Control</i> Siswa di SMA Al Irsyad Cilacap	Membahas tentang hubungan kontrol diri pada siswa	Penelitian terdahulu menggunakan metode kuantitatif jenis <i>ex post facto</i> sedangkan pada penelitian ini menggunakan metode kuantitatif jenis korelatif.
4.	Atika Alfi Suroyya, Rini Risnawita Suminta, dan Novi Wahyu Winastuti	Hubungan Pengelolaan Diri dengan Kemampuan Menghafal Al-Qur'an Siswa Kelas VIII di Ma'had Al-Azhar MTsN 2 Kota Kediri	Variabel bebas yang diambil sama yakni pengelolaan diri/ <i>self control</i> dan menggunakan metode kuantitatif	Penelitian terdahulu mengambil variabel terikat kemampuan menghafal Al-Qur'an sedangkan penelitian ini mengambil variabel terikat kedisiplinan peserta didik.

No.	Nama Peneliti	Judul	Persamaan	Perbedaan
5.	Fani Alfin Karinda	Hubungan Kontrol Diri dengan Kedisiplinan pada Santri di Pondok Pesantren Al Hayatul Islamiyah Malang	Variabel yang diambil sama yakni kontrol diri dan kedisiplinan. Dan menggunakan metode kuantitatif-korelatif.	Penelitian terdahulu membahas tentang kontrol diri dan kedisiplinan santri secara umum di pondok pesantren Al Hayatul Islamiyah Malang, sedangkan penelitian ini tentang kontrol diri dan kedisiplinan siswa kelas <i>tahfidz</i> di SMP IT Sunan Kalijaga Blitar.

Dari tabel penelitian-penelitian terdahulu di atas dapat disimpulkan bahwa penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti memiliki kesamaan dan perbedaan dengan penelitian-penelitian terdahulu yang sudah dilakukan. Hasil dari penelitian dan saran-saran dari penelitian terdahulu dapat dijadikan dasar dalam melakukan penelitian. Meskipun terdapat persamaan penelitian mengenai variabel terikat dan variabel bebasnya, namun terdapat perbedaan dalam lokasi, tahun ajaran dan latar belakang permasalahan yang diteliti. Oleh karena itu, penelitian yang berjudul “Hubungan Kontrol Diri dengan Kedisiplinan Peserta Didik Program *Tahfidz* di SMP Islam Terpadu Sunan Kalijaga Rejosari Wonodadi Blitar” dapat dilakukan karena masalah yang akan diteliti bukan duplikasi dari penelitian-penelitian sebelumnya.

C. Kerangka Berpikir

Kerangka berpikir dibuat untuk mempermudah dalam mengetahui hubungan antar variabel. Dalam penelitian ini terdiri dari dua variabel, satu variabel bebas (X) yaitu kontrol diri peserta didik dan satu variabel terikat (Y) yaitu kedisiplinan peserta didik. Penelitian ini didesain untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan kedisiplinan peserta didik program *tahfidz* di SMP IT Sunan Kalijaga Blitar.

Untuk lebih jelasnya kerangka konsep dalam penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut:

Bagan 2.2
Kerangka Berpikir

