

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Deskripsi Teori

1. Konsep Kemampuan Metakognisi

a. Pengertian Metakognisi

Metakognisi berakar dari dua kata yakni meta dan kognisi. Meta dalam bahasa Yunani artinya di atas, melampaui, atau setelah. Sedangkan kognisi berarti proses berpikir atau memahami. Pada dasarnya aktivitas berpikir manusia ada kaitannya dengan kognisi dan metakognisi. Kognisi memungkinkan seseorang memperoleh, mengolah, dan menggunakan pengetahuannya. Sementara, metakognisi berperan dalam memonitoring bagaimana proses kognitif berlangsung. Dengan demikian, kognisi dan metakognisi merupakan rangkaian yang saling melengkapi, di mana keduanya saling mendukung efektivitas berpikir dan belajar seseorang.¹⁸

Istilah metakognisi pertama kali dipopulerkan oleh John Flavel pada tahun 1976. Flavel mendefinisikan metakognisi sebagai pengetahuan tentang cara berpikir (kognitif) individu, di mana individu secara sadar mengontrol dan memantau proses kognitif dirinya. Pernyataan Flavel ini menekankan bahwa metakognisi tidak hanya tentang pengetahuan awal individu, tetapi

¹⁸ Ilham Putri Handayani and Deni Irawan, "Keterampilan Metakognitif Ditinjau Dari Perspektif Taksonomi Bloom Edisi Revisi Dalam Pembelajaran PAI," *Jurnal Pemikiran Dan Pendidikan Islam* 6, no. 2 (2022): 175–189.

juga bagaimana individu menggunakan pengetahuannya tersebut dalam proses berpikirnya.¹⁹

Senada dengan pernyataan Khun dalam Esi Febriana dan Mukhidin, metakognisi didefinisikan sebagai kesadaran dan kemampuan mengelola proses dan hasil dari aktivitas kognitifnya. Secara sederhananya, metakognisi berarti berpikir tentang berpikir. Dari definisi ini menunjukkan bahwa kesadaran individu sangat dibutuhkan selama aktivitas berpikir, sebab individu yang sadar proses kognitifnya akan lebih mampu mengatur dan mengevaluasi cara berpikirnya untuk mencapai tujuan pembelajaran secara optimal.²⁰

Didukung pernyataan oleh Brown, metakognisi mengacu pada tiga aspek yang saling berhubungan. Ketiga aspek tersebut adalah kesadaran reflektif individu terhadap proses berpikirnya, strategi yang digunakan untuk mengoptimalkan proses kognitifnya, serta bagaimana individu tersebut mengatur, merencanakan, dan memonitoring aktivitas berpikirnya. Inti daripada pendapat Brown ini terletak pada pemahaman bahwa metakognisi bukan hanya mengetahui isi pikirannya secara pasif, tetapi lebih kepada bagaimana individu secara sadar menjadi pengendali atas alur pemikirannya sendiri.

Secara umum, metakognisi berkaitan dengan dua dimensi utama proses berpikir, yakni *self awareness of cognition* yang berarti kesadaran diri

¹⁹ Raihanah, Dwi Nur Rachmah, and Meydisa Utami Tanau, "Metakognisi Pada Mahasiswa : Menguji Peranan Grit Pada Mahasiswa Profesi Ners," *Jurnal Ecopsy* 11, no. April (2024): 53–61, <https://doi.org/10.20527/ecopsy.2024.04.005>.

²⁰ Esi Febrina and Mukhidin, "Metakognitif Sebagai Keterampilan Berpikir Tingkat Tinggi Pada Pembelajaran Abad 21," *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Pengajaran* 6, no. 1 (2019): 25–32.

terhadap proses kognitifnya dan *self regulation of cognition* yang berarti pengaturan diri dalam mengontrol dan mengevaluasi efektivitas berpikirnya. Kedua dimensi ini memiliki keterkaitan satu sama lain, sebab kesadaran individu terhadap proses berpikir adalah pondasi awal bagi kemampuan seseorang untuk memperbaiki cara berpikirnya. Kesadaran ini akan terwujud jika individu memulai berpikirnya dengan melakukan perencanaan, memonitoring dan mengevaluasi aktivitas kognitifnya.²¹

Pada konteks pendidikan, kemampuan metakognisi berperan penting pada keberhasilan proses pembelajaran. Pembelajar yang memiliki kesadaran metakognitif akan mampu memahami cara belajarnya, mengatasi kesulitannya, serta menentukan strategi yang tepat untuk mencapai tujuan belajarnya. Dengan kata lain, kemampuan metakognisi dapat membantu pembelajar mengelola sumber daya yang dimilikinya serta mendorong kemandirian belajarnya.

b. Komponen-Komponen Metakognisi

Pada komponen metakognisi, Flavell dan Brown berbeda dalam mengkategorikannya. Menurut Flavell, komponen metakognisi terbagi menjadi tiga macam, yaitu:²²

²¹ Fajar Arianto and Muhammad Hanif, "Evaluating Metacognitive Strategies and Self-Regulated Learning to Predict Primary School Students' Self-Efficacy and Problem-Solving Skills in Science Learning," *Journal of Pedagogical Research* 8, no. 3 (2024): 301–19.

²² Ridwan Daud Mahamde, Fitrah Asma Darmawan, and Jasruddin Daud Malago, "Metacognitive Skill Assessment Model through the Blended Learning Management System in Vocational Education," *Jurnal Pendidikan Vokasi* 11, no. 1 (2021): 1–13.

1) *Person variable* (pengetahuan personal)

Pengetahuan personal merujuk pada pemahaman terkait mekanisme kognitif manusia serta pemahaman tentang proses pembelajaran diri sendiri. Dalam variabel ini, seseorang tidak hanya sadar akan proses berpikirnya sendiri, akan tetapi juga memahami bahwa orang lain menggunakan cara belajar yang berbeda. Pengetahuan individu sebagai pembelajar membantu seseorang mengetahui kelemahan dan kelebihan dirinya, gaya belajarnya, maupun faktor apa saja yang mendukung serta penghambat proses belajarnya.

2) *Task variable* (pengetahuan tentang tugas)

Pengetahuan tentang tugas berarti seseorang memiliki pemahaman terkait sifat, karakteristik, serta tuntutan dari tugas yang diperoleh. Pengetahuan ini berfungsi sebagai acuan untuk memprediksi tingkat kesulitan dari tugas yang diperoleh, sehingga pembelajar dapat mengoptimalkan sumber daya kognitifnya.

3) *Strategy variable* (pengetahuan tentang strategi)

Pengetahuan strategi mengacu pada pemahaman individu terkait strategi kognitif yang dimiliki, cara menggunakan strategi, serta kapan waktu yang tepat untuk menggunakan strategi tersebut dalam proses pembelajaran. Pemahaman ini dapat membantu individu dalam mengaplikasikan strategi yang tepat untuk mencapai hasil belajar yang optimal.

Sedangkan Brown membagi metakognisi menjadi dua model, yakni:

1) Pengetahuan metakognisi

Pengetahuan metakognisi merujuk pada kesadaran dan pengetahuan individu selama proses berpikirnya. Pada aspek pengetahuan kognisi dikategorikan menjadi tiga jenis yaitu:

a) Pengetahuan deklaratif

Pengetahuan deklaratif adalah pengetahuan tentang diri sendiri sebagai seorang pembelajar, faktor-faktor yang memengaruhi proses belajar, sumber daya yang dibutuhkan saat belajar, serta strategi yang digunakan selama proses pembelajaran.

b) Pengetahuan prosedural

Pengetahuan prosedural didefinisikan sebagai pengetahuan tentang bagaimana prosedur dapat diterapkan dalam aktivitas kognitifnya. Pada tahap ini, individu tidak hanya mengetahui saja tetapi bisa menggunakan langkah-langkah yang tepat untuk menyelesaikan suatu tugas.

c) Pengetahuan kondisional

Pengetahuan kondisional berkaitan dengan pemahaman seorang dalam menerapkan strategi tertentu. Pada tahap ini, seseorang mampu memutuskan strategi mana yang paling tepat untuk mencapai tujuan pembelajaran.

2) Regulasi metakognisi

Regulasi metakognisi merujuk pada serangkaian aktivitas mengelola dan memantau proses kognitif seseorang. Regulasi

metakognisi erat kaitannya dengan strategi metakognisi. Strategi metakognisi didefinisikan sebagai proses yang digunakan dalam mengontrol aktivitas berpikir untuk memastikan bahwa tujuan kognitif sudah tercapai.

Dalam regulasi metakognisi terdapat tiga proses, sebagai berikut:

a) Perencanaan

Perencanaan atau *planning* merupakan tahapan awal dalam metakognisi. Perencanaan mengacu pada upaya yang dilakukan seseorang sebelum menyelesaikan tugas. Pada tahap ini, seseorang merumuskan permasalahannya terlebih dahulu, kemudian menentukan *goals* atau tujuan yang ingin dicapai, strategi apa saja yang digunakan, serta memperkirakan hambatan-hambatan yang muncul.

b) Monitoring

Monitoring mengacu pada kegiatan memantau dan mengontrol progres yang sedang berjalan. Pada tahap ini, individu memastikan pemahamannya terkait tugas yang diperoleh, efektivitas strategi yang digunakan serta ketercapaian dari target yang telah ditetapkan.

c) Penilaian

Penilaian atau evaluasi adalah tahapan terakhir dari metakognisi. Pada tahap ini, seseorang dapat menilai hasil belajar dan strategi yang telah digunakan. Tujuan daripada evaluasi adalah untuk menilai sejauh mana ketercapaian tujuan pembelajaran yang telah

ditetapkan sebelumnya, sehingga seseorang dapat melakukan perbaikan di masa mendatang.

c. Level Kemampuan Metakognisi

Menurut Swartz dan Perkins, metakognisi memiliki empat level kemampuan sebagai berikut:²³

1) *Tacit use*

Level yang paling mendasar dari metakognisi adalah *tacit use*. *Tacit use* merujuk pada penggunaan metakognisi yang tidak memerlukan kesadaran khusus. Maksudnya, seseorang secara tidak sadar mampu mengambil keputusan dalam menyelesaikan permasalahan, namun sebenarnya mereka telah menggunakan strategi berpikirnya. Kemampuan ini berasal dari naluri atau kebiasaan yang diperoleh dari pengalaman sebelumnya.

2) *Aware use*

Aware use mengacu pada penggunaan kognisi dengan kesadaran. Artinya seseorang secara sadar menggunakan tahapan-tahapan untuk menyelesaikan persoalan yang terjadi dan memberikan alasan mengapa memilih langkah tersebut. Namun, pada tahapan ini, individu belum optimal dalam mengarahkan alur pemikirannya. Ketika individu memperoleh permasalahan, mereka masih merasa kesulitan dalam menentukan strategi yang tepat. Sehingga dapat dikatakan bahwasanya

²³ Aisyah and Muhamad Sofian Hadi, "Identifikasi Level Metakognisi Peserta Didik Dalam Memecahkan Masalah Matematika," *Jurnal Pembelajaran Dan Matematika Sigma* 9, no. 2 (2022): 177–186.

aware use merupakan tahap awal kesadaran individu tentang aktivitas berpikirnya.

3) *Strategic use*

Pemikiran yang berkaitan dengan strategi yang digunakan individu dalam menyelesaikan suatu permasalahan merupakan definisi dari *strategic use*. Individu pada tahapan ini cenderung mampu membuat *planning*, menetapkan *goals*, dan mengontrol strategi pemecahan masalahnya. Pada level ini, individu sudah memiliki pemikiran yang matang serta pengendali penuh atas alur berpikirnya.

4) *Reflective use*

Reflective use berarti seseorang meninjau atau mengevaluasi kembali hasil pemikiran yang telah dilakukan, baik sebelum, selama, maupun setelah aktivitas berpikirnya. Pada tahap ini, seseorang memperbaiki beberapa strategi yang kurang efektif dan membuat perencanaan yang matang untuk ke depannya.

2. Capaian Menghafal al-Qur'an

a. Pengertian Capaian Hafalan al-Qur'an

Dalam penelitian ini, capaian mengacu pada output atau perolehan yang didapatkan santri atas hasil dari penerapan strategi atau metode yang telah ditetapkan. Mengacu pada teori hasil belajar, Suprijono mengemukakan bahwa capaian belajar merupakan bentuk perubahan perilaku yang dialami individu, meliputi aspek pemahaman, nilai, sikap, serta keterampilan yang

didapatkan setelah menempuh proses pembelajaran.²⁴ Pada konteks menghafal al-Qur'an, capaian dapat diartikan sebagai tingkat keberhasilan santri dalam menguasai hafalannya yang ditunjukkan dengan kemampuan menghafal, memahami, dan melafalkan kembali ayat al-Qur'an secara tartil.

Berdasarkan teori taksonomi Bloom, hasil belajar mencakup aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik.²⁵ Dalam kaitannya dengan hafalan al-Qur'an, capaian hafalan santri dapat ditinjau dan diukur dari ranah psikomotor verbal yang dimiliki santri. Hal ini dikarenakan keberhasilan menghafal al-Qur'an tidak hanya diukur dari sejauh mana ayat-ayat tersebut tersimpan dalam ingatan, akan tetapi juga kemampuan santri dalam melafalkan kembali ayat-ayat al-Qur'an secara fasih dan tartil.

Keberhasilan para penghafal al-Qur'an dalam memelihara Kalam Allah tidak luput dari target yang telah ditetapkan sebelumnya. Adanya target berfungsi sebagai panduan santri untuk tetap fokus menghafal meskipun sedang dihadapkan dengan hambatan. Apabila penghafal al-Qur'an memiliki target yang jelas, mereka akan lebih terarah ketika mengatur waktu hafalannya, merancang strategi, serta merefleksi hafalannya.²⁶

Di lingkup pesantren, capaian hafalan al-Qur'an santri dinilai dari hasil evaluasi program tahfidz yang dilakukan secara berkala. Hasil evaluasi dapat dilihat dari setoran harian hingga ketika ujian syahadah. Selama proses

²⁴ Dwi Pangastuti Utami, dkk, "Meningkatkan Hasil Belajar Peserta Didik Pada Materi Kegiatan Ekonomi Melalui Media Pembelajaran Crossword Labs Pada Kelas X . 11 SMA N 3 Pekanbaru," *Jurnal Perspektif Pendidikan Dan Keguruan* 16, no. 1 (2025): 93–101.

²⁵ Dewi Amaliah Nafiati, "Revisi Taksonomi Bloom : Kognitif , Afektif , dan Psikomotorik" 21, no. 2 (2021): 151–72.

²⁶ Fekty Echiza, "Pengaruh Program Pembelajaran Tahfiz Terhadap Pencapaian Target Hafalan Peserta Didik Di SMA IT Al Fityan School Gowa" (UIN Alauddin Makassar, 2023).

ini, ustadz atau ustadzahnya dapat memantau perkembangan hafalan santrinya dan mengetahui apa saja hambatan yang dihadapi santri selama proses menghafal al-Qur'an. Dengan demikian, lembaga pesantren dapat memastikan kualitas hafalan para santrinya.

b. Pengertian Menghafal al-Qur'an

Menghafal dalam bahasa arab berakar dari kata *hafidzo, yahfadzu, hifdzon* yang artinya mengingat, menjaga, memelihara, dan menghafal. Secara terminologi, menghafal adalah aktivitas mengulang suatu informasi secara terus-menerus agar tertanam kuat dalam ingatan. Menghafal al-Qur'an berarti usaha sadar yang dilakukan hafidz al-Qur'an untuk dapat melafalkan dan menghafalkan ayat-ayat al-Qur'an. Bukan hanya menghafal, akan tetapi juga dapat menjaga hafalannya.²⁷

Aktivitas menghafal al-Qur'an pada dasarnya adalah proses kognitif yang melibatkan penerimaan, pemrosesan dan penyimpanan informasi. Seorang penghafal al-Qur'an menerima informasi berupa bacaan atau tulisan ayat-ayat al-Qur'an melalui panca indera. Informasi tersebut kemudian diproses oleh otak dan disimpan ke dalam memori.

Mengutip dari pendapat John W. Santrock, memori merupakan ranah perkembangan kognitif yang berfungsi sebagai gudang penyimpanan informasi yang diterima dan dipertahankan oleh individu sepanjang waktu. Melalui memori, individu tidak sekadar menampung informasi yang

²⁷ Harun Ma'arif Teguh Saputra and Abdul Muhid, "Metode Hafalan Di Pondok Pesantren Dalam Perspektif Psikologi," *Risalah: Jurnal Pendidikan Dan Studi Islam* 8, no. 2 (2022): 851–64, <https://doi.org/10.5281/zenodo.3553865>.Ris.

diterima, akan tetapi juga memiliki kapasitas untuk mengakses kembali informasi tersebut ketika sedang diperlukan.²⁸

Atkinson membagi tahapan kerja memori menjadi tiga unsur utama, yakni:²⁹

1) *Encoding*

Tahap awal dalam pemrosesan informasi adalah *encoding*. Pada tahap ini, stimulus yang diterima inderawi, seperti indera penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa, dan sentuhan dikonversi menjadi kode yang diproses oleh otak. Sederhananya, *encoding* adalah kegiatan menginput informasi yang diterima panca indera ke dalam ingatan.

2) *Storage*

Menyimpan informasi yang diterima dari proses *encoding* merupakan definisi dari *storage*. Informasi tersebut kemudian disimpan dalam memori jangka pendek ataupun dialihkan ke memori jangka panjang. Informasi dapat bertahan lama di ingatan apabila individu sering melakukan latihan dan mengulang-ulang materi secara konsisten. Proses pengulangan ini membuat ingatan semakin kuat, sehingga apa yang dihafal tidak mudah hilang meskipun sudah lama tersimpan.

3) *Retrieval*

Retrieval adalah tahap di mana individu mengakses atau mengambil kembali informasi yang telah tersimpan dalam memori.

²⁸ John W. Santrock, "Educational Psychology," Third (New York: Beth Meija, 2008), 270–278.

²⁹ Muhammad Polem, Afrilia Dwi Cahya, dkk, "Analisis Kemampuan Mengingat Hafalan Juz 'Amma Siswa Sekolah Dasar," *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling* 9, no. 2 (2023): 235.

Mengacu pada pendapat Richard Atkinson dan Richard Shiffrin, individu dapat mengakses informasi dari tiga jenis ingatan, yakni:

a) Ingatan sensorik

Ingatan sensorik mencatat stimulus yang masuk dari alat inderawi, misalnya seperti menerka bau melalui indera penciuman. Apabila stimulus yang masuk diperhatikan dengan seksama, maka informasi tersebut dialihkan ke ingatan jangka pendek.

b) Ingatan jangka pendek

Informasi yang diterima pada ingatan jangka pendek sifatnya sementara. Artinya, jika informasi tidak diolah lebih lanjut melalui proses pengulangan, maka informasi tersebut akan bertahan hanya beberapa menit sebelum menghilang dari ingatan.

c) Ingatan jangka panjang

Memori jangka panjang merupakan sistem informasi yang memiliki penyimpanan tidak terbatas. Menurut Santrock, informasi dari jangka pendek dapat dipindah ke memori jangka panjang secara otomatis ataupun melalui proses yang diupayakan. Proses yang sifatnya otomatis merupakan informasi yang didapat dari pengalaman berkesan, emosional, ataupun traumatik. Sedangkan proses diupayakan didapat dari informasi yang sebenarnya tidak terlalu berkesan, tetapi dianggap penting untuk disimpan.³⁰

³⁰ Din Muhammad Zakariya, "Metode Mudah Menghafal Al-Qur'an Menurut DR. Ahmad Salim," *Tadarus: Jurnal Pendidikan Islam* 8, no. 2 (2019): 70–85.

Sistem memori jangka panjang sangat dibutuhkan dalam proses menghafal al-Qur'an, sebab hafalan menuntut penyimpanan informasi secara permanen. Apabila proses pengulangan hafalan dan murajaah dilakukan secara konsisten, maka ayat-ayat yang dihafal dapat menetap di dalam memori jangka panjang.

c. Aspek capaian hafalan al-Qur'an

Mengacu pada teori hasil belajar Bloom yang dikembangkan oleh Dave, capaian hafalan al-Qur'an dapat dilihat dari ranah psikomotorik. Hal ini dikarenakan aktivitas menghafal al-Qur'an banyak tercermin pada keterampilan psikomotorik verbal, di mana santri tidak hanya mampu mengingat ayat yang dihafalkannya, akan tetapi juga mampu melafalkan kembali ayat al-Qur'an secara benar dan tartil.³¹

Kemampuan ini dapat diamati dan diukur secara langsung melalui tes hafalan al-Qur'an. Adapun indikator capaian hafalan dalam penelitian ini dapat ditinjau dari 3 aspek sebagai berikut:³²

a) Kelancaran bacaan

Kelancaran bacaan merupakan indikator capaian yang mencerminkan level *naturalization* dalam taksonomi Dave, yaitu tahap di mana santri telah menguasai hafalannya secara otomatis, sehingga mereka mampu melafalkan ayat al-Qur'an dengan fasih, tartil, dan tanpa bergantung pada mushaf. Kelancaran dalam

³¹ Syarif Maulidin and Siti Wardatul Janah, "Pengaruh Kemampuan Membaca Al- Qur'an Terhadap Psikomotorik Peserta Didik Pada Mata Pelajaran Al- Qur'an Hadis (Studi Di MTs Miftahul ' Ulum Kotabaru)" 2, no. 1 (2025).

³² Athiyah, "Analisis Kualitas Hafalan Al-Qur'an Santri Pondok Pesantren As-Salam."

menghafalkan ini tidak terlepas dari proses latihan yang intensif dan berulang. Santri yang terbiasa mengulang atau memurajaah hafalannya cenderung lebih lancar dalam melafalkan ayat yang telah dihafal, sebab proses pengulangan tersebut memperkuat daya ingat dan mempermudah proses reproduksi ayat yang telah dihafal.

Seorang penghafal al-Qur'an dapat dikatakan memiliki hafalan yang baik ketika ia mampu membacakan ayat al-Qur'an dengan lancar tanpa kesalahan dalam mengingat ayat selanjutnya. Kelancaran bacaan ini tidak hanya saat menambah hafalan baru, melainkan juga saat mengulang hafalan yang sudah dikuasai sebelumnya. Kelancaran selama proses melafalkan ayat al-Quran dapat mengindikasikan tingkat kekuatan memori individu dalam mengingat dan mempertahankan hafalannya.

b) Ketepatan *makharijul* huruf

Ketepatan *makharijul* huruf merupakan indikator capaian hafalan yang berada pada level *precision* dalam taksonomi Dave. *Makharijul* huruf merujuk pada kemampuan seorang tahfidz dalam melafalkan ayat al-Qur'an sesuai tempat keluarnya huruf-huruf hijaiyah sesuai sifat hurufnya. Pada dasarnya, *makharijul* huruf terbagi ke beberapa bagian, yaitu *al-jauf* (rongga mulut dan tenggorokan), *al-halq* (tenggorokan), *al-lisan* (lidah), *asy-syafatain* (dua bibir), dan *al-khaisyum* (rongga hidung).

Seorang tahfidz harus mampu membedakan tempat keluarnya makhraj dan sifat hurufnya, sebab ketidaktepatan dalam melafalkan

huruf dapat mengakibatkan perubahan makna al-Qur'an dan berdampak pada kualitas seluruh bacaan.

c) Ketepatan tajwid

Ketepatan tajwid merupakan indikator capaian hafalan yang mencerminkan level *articulation* dalam taksonomi Dave, di mana santri mampu mengoordinasikan berbagai kaidah tajwid dalam satu rangkaian bacaan yang benar. Kaidah tajwid meliputi hukum bacaan nun sukun dan tanwin (idzhar, ikhfa', iklab, dan idgham), hukum bacaan mim sukun dan tanwin, hukum mad, serta waqaf ibtida'.

d. Faktor yang mempengaruhi capaian hafalan al-Qur'an

Faktor-faktor ketercapaian hafalan al-Qur'an pada dasarnya adalah cara untuk memahami bagaimana individu dapat mencapai target hafalannya secara optimal. Menurut Zimmerman dalam teorinya *self regulated learning*, hasil belajar seseorang dipengaruhi oleh kemampuan individu dalam meregulasi dirinya sendiri selama proses belajar, mencakup aspek kognitif, motivasi, dan perilaku. Adapun penjabarannya sebagai berikut:³³

1) Kognitif

Menurut Zimmerman, kognisi merupakan seluruh proses mental yang digunakan individu untuk memproses, menyimpan, dan mengambil kembali informasi dalam pembelajaran. Pada proses ini, individu menggunakan strategi kognitifnya untuk memahami sesuatu secara

³³ Dini Pramesti and Bambang Suryadi, "Literature Review : Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Self-Regulated Learning Pada Siswa," *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan Systematic* 7, no. 2 (2025): 520–30.

mendalam, seperti menghubungkan informasi baru dengan pengetahuan yang dimiliki ataupun aktivitas dalam merencanakan dan menetapkan tujuan, memantau proses dan kemajuan belajarnya, serta mengevaluasi hasil belajarnya.

2) Motivasi

Motivasi merupakan suatu proses di mana pemikiran, tindakan, atau perilaku individu mendorong mereka untuk melakukan sesuatu. Pada dasarnya, motivasi terbagi menjadi dua jenis, yakni motivasi intrinsik yang berasal dari diri sendiri serta motivasi ekstrinsik yang berasal dari luar individu. Individu yang memiliki motivasi kuat dan memiliki *self efficacy* yang baik akan menunjukkan keuletan dan ketekunan dalam mencapai hasil yang diinginkan.

3) Perilaku

Perilaku merupakan sekumpulan tindakan nyata yang dilakukan individu untuk mencapai tujuan belajarnya. Perilaku yang dimaksudkan contohnya seperti manajemen waktu belajar, penataan lingkungan belajar, ataupun perilaku mencari bantuan ketika memiliki keterbatasan pengetahuan.

Didukung pernyataan Bandura dalam Ardianyah, setidaknya ada tiga faktor yang berpengaruh terhadap proses belajar seseorang, yaitu faktor personal, faktor perilaku, dan faktor lingkungan.

Adapun faktor-faktor yang memengaruhi ketercapaian hafalan dijabarkan sebagai berikut:³⁴

1) Faktor pelaku atau personal

Faktor personal merupakan faktor yang ada di dalam diri individu yang sifatnya dapat dikendalikan dan dimodifikasi sendiri, meliputi:³⁵

a) Kecerdasan intelektual

Salah satu faktor penentu keberhasilan menghafalkan al-Qur'an adalah tingkat kecerdasan. Kecerdasan atau inteligensi merupakan kemampuan kognitif yang berperan dalam proses berpikir, mengolah informasi, memecahkan masalah, serta menyesuaikan diri dalam berbagai kondisi. Namun, tidak semua manusia memiliki kecerdasan yang sama. Ada individu dengan tingkat kecerdasan rendah, sedang, dan tinggi. Perbedaan ini dikarenakan akibat faktor genetik yang diwariskan orang tua dan faktor lingkungan tempat individu tumbuh.

Salah satu bentuk kecerdasan adalah kecerdasan intelektual. Kecerdasan intelektual merujuk pada kemampuan individu dalam memahami informasi yang diperoleh, mengolah pemikiran abstrak secara efektif, serta menyesuaikan diri dengan berbagai tuntutan. Individu dengan tingkat intelegensi tinggi akan lebih cepat

³⁴ Ardiansyah and Mujiono Sang Putra, "Analisis Teori Pendidikan Sosial Kognitif Albert Bandura Dan Implikasinya Pada Pendidikan Sekolah Dasar," *Jurnal Pendidikan Sosial Dan Lingkungan* 3, no. 1 (2024): 63–70.

³⁵ Siti Farida Rumadaul, Surahman Amin, and Bambang Sunatar, "Faktor Yang Mempengaruhi Penguatan Hafalan Al-Qur'an Di Madrasah Ibtidaiyah Lukman El-Hakim Yapis Kabupaten Raja Ampat," *Al-Fikr: Jurnal Pendidikan Islam* 9, no. 2 (2023): 61–74.

beradaptasi pada situasi baru dibanding dengan individu yang IQ nya rendah.³⁶

b) Proses kognitif

Proses kognitif adalah kemampuan individu dalam mencapai tujuan, memperkirakan akibat dari tindakan yang dilakukan, serta menggunakan pikiran sebagai panduan dalam bertindak. Menurut Bandura, manusia memiliki kemampuan memprediksi dan mengantisipasi segala konsekuensi sebagai dasar dalam motivasi diri dan mengarahkan tindakan yang akan dilakukan.

c) Kondisi emosional

Kondisi emosional merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap keberlanjutan proses menghafal al-Qur'an. Ketika seseorang berada dalam kondisi emosional tenang dan stabil, maka kognitifnya akan bekerja lebih optimal. Sebaliknya, jika seseorang berada pada kondisi emosional yang buruk, akan menghambat konsentrasi berpikirnya. Emosi yang tidak terkelola dengan baik bisa berdampak pada menurunnya keinginan atau motivasi untuk melanjutkan target tertentu.

d) Manajemen diri

Manajemen diri merujuk pada keterampilan individu dalam mengelola perilaku, waktu, serta strategi untuk mencapai tujuan tertentu. Keberhasilan dalam menghafalkan al-Qur'an sangat

³⁶ Himmatin Nur Fadila, "Hubungan Antara Tingkat Intelligence Quotient (IQ) Dan Capaian Hafalan Al-Qur'an Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa Kelas IV MI Wahid Hasyim Yogyakarta," *Jurnal Psikologi Wijaya Putra* 2, no. 2 (2021): 1–9.

bergantung pada ketekunan dan pengendalian diri yang kuat. Santri dengan kemampuan regulasi diri yang baik, akan mampu membuat *planning* yang jelas, strategi yang digunakan, serta mengontrol setiap distraksi yang muncul selama proses menghafal.³⁷

2) Faktor Lingkungan

Salah satu faktor eksternal yang berpengaruh dalam ketercapaian tujuan adalah lingkungan sosial. Lingkungan sosial merupakan wadah bagi segala aktivitas sosial yang ada di sekitar individu dan berpengaruh terhadap perkembangan sikap, perilaku, dan kepribadian seseorang.³⁸

Lingkungan sosial berpotensi menjadi pendukung proses perkembangan individu, jika lingkungan yang ditinggalinya positif. Lingkungan positif dicirikan dengan adanya rasa penerimaan, interaksi yang sehat, empati, serta dukungan yang membangun. Menurut Dewantara dalam Indah Pakaya dkk, lingkungan sosial dibagi menjadi tiga kategori, sebagai berikut:³⁹

a) Lingkungan keluarga

Lingkungan keluarga adalah unit sosial pertama yang menjadi wadah individu menerima pembelajaran hidup. Di ranah keluarga, individu belajar mengenai aturan dan norma yang berlaku di

³⁷ Rahmatul Ulya, Safuwani, and Yara Andita Anastasya, "Gambaran Regulasi Diri Mahasiswa Penghafal Al- Qur'an," *Jurnal Penelitian Psikologi* 2, no. 3 (2024): 500–511.

³⁸ Raihan Saputra, Gevan Naufal Wala, and Adi Muliawan, "Pengaruh Media Sosial Dan Lingkungan Terhadap Berperilaku Remaja (Study Literature Review)," *Jurnal Greenation Sosial Dan Politik* 1, no. 4 (2023): 153–164.

³⁹ Indah Pakaya, Johnny H. Posumah, and Salmin Dengo, "Pengaruh Lingkungan Sosial Terhadap Pendidikan Masyarakat Di Desa Biontong I Kecamatan Bolangitang Timur Kabupaten Bolaang Mongondow Utara," *JAP* VII, no. 104 (2021): 11–18.

lingkungan masyarakat. Pengajaran ini dimaksudkan untuk membentuk karakter dan perilaku individu di masa depan.

b) Lingkungan sekolah

Sekolah merupakan tempat sosialisasi kedua setelah lingkungan keluarga. Di lingkungan sekolah individu tidak hanya bergaul dengan teman sebayanya saja, melainkan juga dengan *stakeholder* yang terlibat di dalamnya.

c) Lingkungan masyarakat

Lingkungan masyarakat merupakan wadah individu berinteraksi dengan berbagai kelompok sosial yang berbeda. Di dalam lingkungan masyarakat memuat beberapa norma tertulis dan tidak tertulis yang sifatnya mengikat. Ketika individu hidup di lingkungan yang positif, mereka akan cenderung memiliki karakter baik dan pola pikir yang sehat.

3) Faktor Perilaku

a) *Persistence* (kegigihan) merupakan kemampuan individu untuk tetap bertahan dan pantang menyerah ketika dihadapkan dengan tekanan selama proses belajar. Individu dengan *persistence* tinggi akan lebih mampu dalam menjaga konsistensi belajarnya, sehingga tujuan yang ingin dicapai akan lebih optimal.

b) *Effort* (upaya diri) tercermin dari tingkat usaha dan kesungguhan individu dalam mencapai tujuan yang diinginkan. Upaya tersebut dapat dilihat dari inisiatif individu dan seberapa lama individu dapat

bertahan menghabiskan waktu, tenaga, dan pikirannya untuk melakukan suatu pekerjaan.

3. Hubungan Metakognisi Terhadap Capaian Hafalan Al-Qur'an

Berdasarkan teori oleh Zimmerman, *self regulated learning* merupakan suatu proses di mana individu sebagai pembelajar secara aktif mengarahkan kognisi, perilaku, dan perasaan untuk mencapai tujuan belajar. Teori ini tidak menempatkan pembelajar sebagai penerima informasi secara pasif, melainkan sebagai pembelajar yang aktif dalam merencanakan, memantau, dan mengevaluasi seluruh proses belajarnya.⁴⁰

Zimmerman membagi regulasi diri menjadi tiga komponen yang menjadi determinan hasil belajar. Pertama, komponen metakognisi atau kognitif, yaitu kemampuan individu dalam merencanakan, memantau pemahaman, dan memonitoring serta mengevaluasi kemajuan dalam belajar. Komponen ini erat kaitannya dengan variabel metakognisi yang diteliti.

Metakognisi berkontribusi terhadap capaian hafalan al-Qur'an karena berkaitan dengan cara individu mengelola proses belajarnya secara terarah, mulai dari perencanaan hingga evaluasi. Pada proses menghafalkan al-Qur'an, santri yang aktif memantau kemajuan hafalan dan mengevaluasi hafalannya cenderung capaian hafalannya lebih cepat dan stabil.

Komponen kedua adalah motivasi. Motivasi merupakan dorongan dalam diri seseorang yang membantu mengarahkan dan mengorganisasikan kegiatan

⁴⁰ Natania Alfega Aripin, Jane Savitri, and Maria Yuni Megarini, "Pelatihan Strategi Self-Regulated Learning Fase Forethought Untuk Student Engagement Siswa Smp" 15 (2023): 37–54.

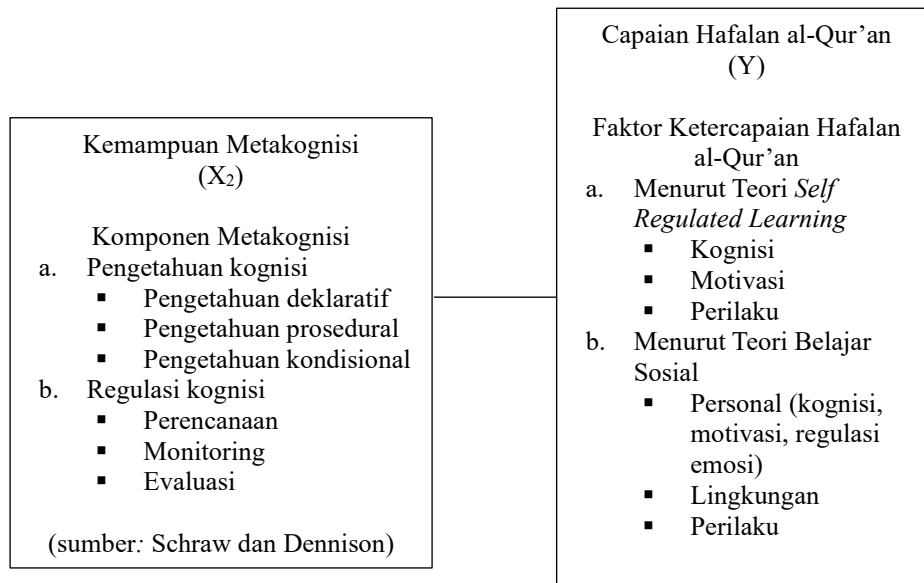
belajarnya. Kepercayaan diri, memiliki orientasi tujuan, minat, dan ketahanan dalam melakukan aktivitas merupakan ciri-ciri perilaku yang dipengaruhi oleh motivasi. Komponen ketiga adalah perilaku atau behavioral. Perilaku adalah usaha individu dalam memilih dan mengatur strategi belajarnya, serta manajemen lingkungan belajarnya untuk mendukung aktivitas belajarnya.

Berdasarkan teori *self regulated learning* ini, dapat disimpulkan bahwasanya kemampuan metakognisi memiliki hubungan yang erat dengan capaian hafalan al-Qur'an. Ketika santri memiliki kemampuan metakognisi buruk, capaian atau hasil belajarnya tidak akan optimal. Sebaliknya, ketika santri mempunyai metakognisi yang baik, capaian atau hasil belajarnya akan lebih optimal. Hal ini dikarenakan metakognisi dapat menyediakan strategi belajar yang efektif untuk memastikan proses hafalan berlangsung secara terarah.

B. Kerangka Berpikir

Guna memberikan gambaran yang komprehensif mengenai arah penelitian, peneliti menyusun kerangka berpikir untuk memaparkan keterkaitan kemampuan metakognisi terhadap keberhasilan hafalan al-Qur'an yang dicapai oleh para santri Pondok Pesantren Qur'an 'Arobiyya Kota Kediri.

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir



Keterangan pada gambar kerangka berpikir yaitu:

X₁ : Kemampuan metakognisi

Y : Capaian hafalan al-Qur'an

—————> : Pengaruh variabel X terhadap variabel Y

C. Hipotesis Penelitian

Hipotesis didefinisikan sebagai jawaban sementara yang bersifat spekulatif terhadap masalah penelitian. Oleh karena itu, diperlukan serangkaian uji empiris untuk memastikan apakah asumsi tersebut sejalan dengan kenyataan di lapangan atau tidak. Pernyataan ini sesuai dengan pendapat Sugiono dalam Syafrida, di mana hipotesis adalah praduga sementara yang berdasar dari teori dan belum terbukti secara empiris.⁴¹

⁴¹ Syafrida Hafni Sahir, *Metodologi Penelitian* (Yogyakarta: Penerbit KBM Indonesia, 2021).

Adapun pada penelitian ini peneliti mengajukan hipotesis sebagai berikut:

1. Ha: Metakognisi berpengaruh signifikan terhadap capaian hafalan Qur'an pada santri Pondok Pesantren Qur'an Arobiyya Kota Kediri.

Ho: Metakognisi tidak berpengaruh signifikan terhadap capaian hafalan Qur'an pada santri Pondok Pesantren Qur'an Arobiyya Kota Kediri.