

Hubungan Manajemen Waktu dengan *Self- Regulated Learning* Pada Santri Penghafal Al-Qur'an Di Pondok Pesantren X

The Relationship Between Time Management and Self-Regulated Learning In Students Memorizing The Qur'an at Islamic Boarding School X

Salsabila Hudaya^{1*}, Yoko Jimmy Panjaitan¹

¹Program Studi Psikologi, Fakultas Sosial, Universitas Bhakti Kencana, Bandung, Indonesia

*Email Korespondensi: 221fs02006@bku.ac.id

ABSTRAK

Kompleksitas aktivitas santri penghafal Al-Qur'an menuntut kemampuan manajemen waktu dan *self-regulated learning* yang seimbang. Penelitian ini bertujuan mengkaji hubungan antara manajemen waktu dan *self-regulated learning* pada santri penghafal Al-Qur'an di Pondok Pesantren X. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan desain korelasional, dengan subjek penelitian sebanyak 62 santri yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen penelitian berupa skala manajemen waktu dan skala *self-regulated learning*, sedangkan analisis data dilakukan menggunakan teknik korelasi *pearson product moment*. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara manajemen waktu dan *self-regulated learning* pada santri ($r = 0.808$; $p < 0.001$). Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa manajemen waktu yang lebih baik berkaitan dengan tingkat *self-regulated learning* yang lebih baik pada santri.

Kata kunci: Manajemen Waktu, *Self-regulated learning*, Santri Penghafal Al-Qur'an

ABSTRACT

The complexity of the activities of students memorizing the Qur'an requires a balance of time management and self-regulated learning skills. This study aims to examine the relationship between time management and self-regulated learning in students memorizing the Qur'an at Islamic Boarding School X. The research method used is a quantitative method with a correlational design, with 62 students selected using a purposive sampling technique as research subjects. The research instruments were a time management scale and a self-regulated learning scale, while data analysis was carried out using the Pearson product moment correlation technique. The results of the study showed a significant positive relationship between time management and self-regulated learning in students ($r = 0.808$; $p < 0.001$). Based on the results of the study, it can be concluded that better time management is related to a better level of self-regulated learning in students.

Keywords: Time Management, *Self-regulated learning*, Student memorizing the Qur'an.

PENDAHULUAN

Santri penghafal Al-Qur'an di lingkungan pesantren menghadapi berbagai aktivitas yang kompleks, mulai dari kewajiban akademik formal, kegiatan kepesantrenan, hingga target hafalan yang harus dicapai secara berkelanjutan. Kompleksitas tersebut menuntut santri untuk mampu mengelola waktu secara efektif agar seluruh aktivitas dapat dijalani secara seimbang dan terarah. Keterbatasan waktu yang dimiliki santri perlu disesuaikan dengan banyaknya tuntutan belajar dan aktivitas nonakademik yang berlangsung secara terjadwal, sehingga kemampuan manajemen waktu menjadi hal penting dalam menunjang keberhasilan belajar santri. Hasil asesmen awal melalui observasi dan wawancara menunjukkan bahwa sebagian santri belum mampu mengelola waktu secara optimal dalam menjalani aktivitas pesantren yang padat. Kondisi tersebut ditandai dengan keterlambatan dan ketidakteraturan dalam menyetorkan hafalan Al-Qur'an, belum mampunya santri dalam menentukan prioritas tugas serta belum tercapainya target hafalan yang telah ditetapkan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kepadatan aktivitas dan tuntutan belajar yang dihadapi santri penghafal Al-Qur'an memerlukan kemampuan manajemen waktu yang baik agar seluruh kegiatan dapat dijalani secara efektif.

Manajemen waktu merupakan kemampuan individu dalam merencanakan, mengorganisasi, dan mengontrol penggunaan waktu secara efektif untuk mencapai tujuan tertentu (Anastasya et al., 2021; Macan, 1994). Manajemen waktu mencakup empat aspek utama, yaitu: (1) penetapan tujuan dan prioritas, yakni kemampuan individu menentukan aktivitas yang penting untuk diselesaikan, baik tujuan jangka pendek maupun jangka panjang, sehingga pencapaian target belajar menjadi lebih terarah; (2) teknik atau perencanaan penjadwalan, berupa cara mengatur waktu melalui daftar tugas, penyusunan jadwal, dan strategi pengelolaan aktivitas; (3) kontrol terhadap waktu, yaitu keyakinan individu bahwa dirinya mampu mengendalikan penggunaan waktu secara efektif; dan (4) preferensi untuk terorganisasi, yaitu kecenderungan individu untuk menjalankan aktivitas secara terstruktur, rapi, dan terorganisasi, sehingga memudahkan evaluasi terhadap penggunaan waktu (Asmariani, 2018).

Manajemen waktu juga dipengaruhi oleh faktor-faktor internal dan eksternal (Zebua & Santosa, 2023). Faktor internal mencakup kesehatan, minat dan bakat, serta kemampuan perencanaan, sedangkan faktor eksternal meliputi lingkungan belajar, dukungan sosial, dan peran guru atau pembimbing. Kemampuan perencanaan sebagai salah satu faktor internal, menjadi kunci dalam menentukan efektivitas pengelolaan waktu, karena kemampuan ini memungkinkan Santri Menyusun strategi belajar yang realistis, terstruktur dan selaras dengan tujuan yang ingin di capai. Dalam konteks penelitian ini, manajemen waktu diprediksi berhubungan dengan kemampuan perencanaan yang dikenal dengan istilah *self-regulated learning*, karena hal ini memungkinkan santri menyusun strategi belajar dan menghafal yang realistis, terstruktur, dan selaras dengan tujuan yang ingin dicapai. Temuan sebelumnya juga menunjukkan bahwa semakin baik manajemen waktu seseorang, semakin tinggi kemampuan *self-regulated learning* yang dimilikinya (Usroh et al., 2022; Wolters & Brady, 2021).

Self-regulated learning adalah proses aktif di mana individu secara sadar mengatur pikiran, perasaan, dan perilakunya untuk mencapai tujuan tertentu melalui perencanaan, pengawasan, pengendalian, dan evaluasi terhadap strategi belajar yang digunakan (Mukhid, 2008; Pintrich, 2000; Zimmerman, 2000). Proses ini mencakup empat dimensi utama, yaitu: (1) perencanaan belajar, yang meliputi penetapan tujuan dan strategi belajar; (2) monitoring atau pengawasan diri, yang berfokus pada pemantauan pemahaman, motivasi, dan penggunaan waktu; (3) aktivitas pengendalian, terkait pemilihan dan penerapan strategi kognitif, motivasional, dan perilaku; dan (4) refleksi atau evaluasi, yang mencakup penilaian terhadap pelaksanaan tugas dan hasil belajar untuk memperbaiki strategi di masa mendatang. Setiap dimensi tersebut melibatkan aspek kognitif, motivasional/afektif, perilaku, dan kontekstual yang memungkinkan individu belajar secara efektif dan mandiri.

Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa manajemen waktu yang baik, khususnya kemampuan perencanaan dan preferensi keteraturan, memiliki keterkaitan dengan kemampuan *self-regulated learning* (Claessens et al., 2007; Usroh et al., 2022; Zimmermann, 2000). Individu yang mampu mengatur waktunya secara efektif cenderung lebih terarah dalam merencanakan aktivitas belajar, memantau pelaksanaan belajar, serta mengevaluasi strategi belajar yang digunakan. Namun, penelitian yang mengkaji hubungan manajemen waktu dan *self-regulated learning* secara khusus pada santri penghafal Al-Qur'an masih relatif terbatas. Dengan demikian, berdasarkan uraian di atas penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara manajemen waktu dan *self-regulated learning* pada santri di Pondok Pesantren X. Penelitian ini diharapkan memberikan pemahaman empiris mengenai peran manajemen waktu, khususnya aspek kemampuan perencanaan dan preferensi keteraturan, dalam mendukung pelaksanaan dimensi-dimensi *self-regulated learning*. Dengan demikian, hipotesis yang diajukan adalah terdapat hubungan antara manajemen waktu dengan *self-regulated learning* pada santri penghafal Al-Qur'an di Pondok Pesantren X.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara manajemen waktu dan *self-regulated learning* pada santri di Pondok Pesantren X. Pendekatan kuantitatif dipilih karena memungkinkan pengukuran variabel secara objektif melalui data numerik serta analisis statistik untuk menguji hubungan antarvariabel (Sugiyono, 2013). Subjek penelitian adalah santri aktif penghafal Al-Qur'an di Pondok Pesantren X. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah populasi sebanyak 62 santri. Penentuan jumlah sampel dilakukan menggunakan rumus Slovin sehingga diperoleh 59 responden yang sesuai dengan karakteristik dan tujuan penelitian.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala manajemen waktu dan skala *self-regulated learning* dengan model skala *likert* yang disusun oleh peneliti berdasarkan empat aspek dari teori manajemen waktu (Macan, 1994) dan empat dimensi dari teori *self-regulated learning* (Pintrich, 2000) dengan 5 alternatif jawaban dari sangat tidak setuju hingga setuju. Validitas instrumen di uji menggunakan uji validitas isi aiken's V dengan mayoritas item pada kedua variabel berada pada kelompok sangat tinggi ($0.80 < V \leq 1.00$). Nilai reliabilitas diuji dengan koefisien Cronbach's Alpha, menghasilkan $\alpha=0.930$ untuk skala manajemen waktu dan $\alpha=0.905$ untuk skala *self-regulated learning*, keduanya menunjukkan bahwa instrumen konsisten dan dapat digunakan.

Pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan skala kepada responden secara langsung dalam pantauan peneliti. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan bantuan program statistik JASP dengan melakukan dua tahap, pertama melakukan uji deksriptif dan uji normalitas, selanjutnya pada tahap kedua yaitu uji hipotesis menggunakan analisis korelasi, yaitu uji korelasi *Pearson Product Moment*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis korelasi Pearson, penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara manajemen waktu dan *self-regulated learning* pada santri penghafal Al-Qur'an di Pondok Pesantren X. Nilai koefisien korelasi yang tinggi ($r=0.808$) dengan nilai signifikansi $p<0.001$ menunjukkan bahwa semakin baik kemampuan santri dalam mengelola waktu, maka semakin tinggi pula kemampuan *self-regulated learning* yang dimilikinya. Hasil ini menjawab rumusan masalah penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara manajemen waktu dan *self-regulated learning*, serta menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut saling berhubungan secara signifikan. Secara konseptual, temuan ini dapat dijelaskan melalui teori *self-regulated learning* yang menyatakan

bahwa pengelolaan sumber daya belajar, termasuk waktu, merupakan bagian penting dalam mendukung proses perencanaan, pengawasan, pengendalian, dan evaluasi belajar. Dalam konteks santri penghafal Al-Qur'an, kemampuan mengatur waktu menjadi krusial mengingat padatnya aktivitas pesantren yang menuntut kedisiplinan dan konsistensi dalam menjalankan target hafalan (Pintrich, 2000).

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara manajemen waktu dan *self-regulated learning* pada santri penghafal Al-Qur'an. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Usroh, Laily, dan Munir (2022) yang menunjukkan bahwa siswa dengan manajemen waktu yang baik akan diikuti dengan memiliki *self-regulated learning* yang lebih tinggi (Usroh et al., 2022). Hasil serupa juga dilaporkan oleh (Simaremare, 2020), yang menemukan hubungan positif antara manajemen waktu dan regulasi diri pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati. Namun demikian, hasil penelitian ini tidak sepenuhnya sejalan dengan penelitian yang dilakukan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura, yang menunjukkan bahwa waktu belajar tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan *self-regulated learning*. Hal ini disebabkan karena waktu belajar yang tinggi tidak selalu mencerminkan pengelolaan waktu yang efektif. Individu dapat menghabiskan waktu belajar yang lama, namun tidak disertai dengan perencanaan, pemantauan, dan evaluasi belajar yang baik. Dengan demikian, perbedaan konsep pengukuran waktu belajar dan manajemen waktu dapat memengaruhi hasil hubungan dengan *self-regulated learning* (Tuahatu et al., 2025).

Berdasarkan hasil kategorisasi, mayoritas santri berada pada kategori tinggi untuk manajemen waktu (95.16%) dan SRL (90.3%). Fenomena ini dapat dijelaskan oleh beberapa faktor khas di Pesantren X, yaitu budaya pesantren yang terstruktur dan disiplin, monitoring dan evaluasi progres hafalan secara rutin, pendampingan dari guru dan senior, serta motivasi internal dan lingkungan kompetitif sehat (Yani, 2025). Kondisi ini membuat santri terbiasa mengatur waktu, memantau progres belajar, mengendalikan perilaku, dan melakukan evaluasi diri secara konsisten. Dengan demikian, hasil ini menunjukkan bahwa kemampuan manajemen waktu yang baik memungkinkan santri untuk menerapkan dimensi-dimensi *self-regulated learning* secara konsisten. Guna memperoleh gambaran yang lebih rinci, analisis selanjutnya dilakukan berdasarkan dimensi yang ada pada variabel *self-regulated learning* yang dihubungkan dengan variabel manajemen waktu. Hasil uji korelasi per dimensi menunjukkan bahwa manajemen waktu memiliki hubungan yang signifikan dengan dimensi perencanaan belajar dalam *self-regulated learning* dengan koefisien korelasi sebesar 0,721. Temuan ini mengindikasikan bahwa santri yang mampu mengelola waktu dengan baik cenderung lebih terarah dalam menetapkan tujuan belajar, menyusun target hafalan, serta merancang strategi belajar yang sesuai dengan kebutuhan dan kemampuan diri. Secara teoritis, Pintrich (2000) menjelaskan bahwa perencanaan belajar merupakan tahap awal dalam proses *self-regulated learning* yang melibatkan penetapan tujuan, aktivasi pengetahuan awal, dan pemilihan strategi belajar. Kemampuan manajemen waktu, khususnya dalam menetapkan tujuan dan prioritas, menjadi landasan penting bagi individu untuk menyusun rencana belajar yang realistis dan terstruktur. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Fitriyani & Sugoyi, 2022), yang menunjukkan bahwa kemampuan manajemen waktu berkaitan dengan kemampuan regulasi diri belajar, terutama pada aspek perencanaan. Selain itu, temuan ini konsisten dengan hasil penelitian Usroh et al (2022) serta Rachma Tsanya et al (2025), yang menemukan bahwa individu dengan manajemen waktu yang baik memiliki *self-regulated learning* yang lebih tinggi, tercermin dalam kemampuan menyusun rencana belajar secara terarah. Di Pesantren X, santri menghadapi jadwal kegiatan yang padat dan terstruktur, dimulai sejak subuh dengan shalat berjamaah dan tahajud, dilanjutkan belajar formal dan mengaji hingga sore, kemudian aktivitas tambahan seperti pengajian atau ekstrakurikuler di malam hari. Kondisi ini menuntut santri untuk mampu menyusun jadwal harian secara efektif, menetapkan prioritas belajar, serta menyesuaikan strategi belajar dengan waktu yang tersedia (Yani, 2025). Berdasarkan temuan dan fenomena nyata tersebut, peneliti berasumsi bahwa santri yang mampu mengelola waktu dengan baik akan lebih mudah menyusun perencanaan belajar, termasuk

dalam menetapkan target hafalan dan strategi belajar yang sesuai dengan tuntutan kehidupan pesantren, sehingga mendukung tercapainya proses *self-regulated learning* yang optimal.

Hasil uji per dimensi yang kedua menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara manajemen waktu dan dimensi pengawasan diri dalam *self-regulated learning* dengan koefisien korelasi sebesar 0,644. Temuan ini menunjukkan bahwa santri yang mampu mengatur waktu belajar dengan baik cenderung lebih efektif dalam memantau proses belajar dan hafalan, mengevaluasi progres harian, serta menyesuaikan strategi belajar bila target tidak tercapai.

Secara teoritis, Pintrich (2000) menjelaskan bahwa pengawasan diri merupakan proses monitoring terhadap kognisi, motivasi, dan perilaku belajar. Kemampuan manajemen waktu berperan penting dalam proses ini karena membantu individu membandingkan rencana belajar dengan realisasi aktivitas yang dijalani, sehingga memungkinkan perbaikan strategi bila diperlukan. Temuan ini sejalan dengan penelitian Usroh et al (2022), yang menunjukkan bahwa siswa dengan manajemen waktu yang baik lebih konsisten dalam memantau aktivitas belajarnya. Penelitian Simaremare (2020) juga menemukan hubungan positif antara manajemen waktu dan regulasi diri, khususnya kemampuan monitoring terhadap proses belajar. Di Pesantren X, santri secara rutin membuat catatan harian progres hafalan, memantau jumlah ayat yang berhasil dihafal, serta mengevaluasi apakah strategi belajar yang diterapkan efektif. Contohnya, seorang santri meninjau target hafalan harian setiap malam dan menyesuaikan strategi belajar besoknya jika target sebelumnya belum tercapai. Kegiatan ini menuntut kemampuan manajemen waktu yang baik agar monitoring bisa dilakukan secara konsisten tanpa mengganggu kegiatan formal atau ibadah (Yani, 2025). Berdasarkan temuan dan fenomena nyata tersebut, peneliti berasumsi bahwa santri yang mampu mengelola waktu dengan baik akan lebih efektif dalam melakukan pengawasan diri, termasuk mengevaluasi progres hafalan dan menyesuaikan strategi belajar, sehingga mendukung tercapainya proses *self-regulated learning* yang optimal.

Hasil uji per dimensi berikutnya menunjukkan bahwa manajemen waktu memiliki hubungan yang signifikan dengan dimensi pengendalian diri dalam *self-regulated learning* dengan koefisien korelasi sebesar 0,790, menjadikannya salah satu hubungan yang paling kuat dalam penelitian ini. Temuan ini menunjukkan bahwa santri yang mampu mengelola waktu dengan baik lebih mampu mengontrol perilaku belajar harian, termasuk menahan keinginan menunda hafalan, menjaga konsistensi belajar, serta mematuhi jadwal yang telah ditetapkan.

Secara teoritis, Pintrich (2000) menjelaskan bahwa pengendalian diri mencakup kemampuan mengatur usaha, mengelola gangguan, dan mempertahankan fokus terhadap tujuan belajar. Kemampuan manajemen waktu membantu individu dalam mengalokasikan energi dan perhatian secara optimal, sehingga proses pengendalian diri dapat berjalan secara efektif. Temuan ini sejalan dengan penelitian Simaremare (2020) yang menunjukkan bahwa individu dengan manajemen waktu yang baik memiliki kemampuan regulasi diri yang lebih tinggi dalam mengontrol perilaku belajar. Penelitian Masduki (2018) juga menemukan bahwa keteraturan dan pengelolaan aktivitas belajar berkontribusi terhadap peningkatan kontrol diri dan fokus belajar. Di Pesantren X, pengendalian diri terlihat dari bagaimana santri menjalankan jadwal harian secara disiplin, misalnya menahan diri dari menunda hafalan meskipun lelah setelah belajar formal, menjaga konsistensi mengulang ayat yang belum dikuasai, dan tetap mengikuti kegiatan pengajian malam sesuai jadwal. Kemampuan ini memungkinkan santri mempertahankan fokus belajar meskipun terdapat gangguan seperti kegiatan sosial atau istirahat terbatas, sehingga proses pengendalian diri berjalan efektif dan target hafalan dapat tercapai (Yani, 2025). Berdasarkan temuan dan fenomena nyata tersebut, peneliti berasumsi bahwa santri yang mampu mengatur waktu dengan baik akan lebih efektif dalam mengendalikan perilaku belajar, termasuk menahan godaan untuk menunda hafalan dan mematuhi jadwal yang telah dibuat, sehingga mendukung tercapainya proses *self-regulated learning* yang optimal.

Hasil uji per dimensi yang terakhir menunjukkan bahwa manajemen waktu memiliki hubungan yang signifikan dengan dimensi evaluasi diri dalam *self-regulated learning* dengan koefisien korelasi sebesar 0,704. Temuan ini menunjukkan bahwa santri yang mampu mengendalikan penggunaan waktunya cenderung lebih reflektif dalam menilai keberhasilan atau kekurangan strategi belajar dan hafalan yang telah diterapkan.

Secara teoritis, Pintrich (2000) menyatakan bahwa evaluasi diri merupakan tahap akhir dalam *self-regulated learning* yang melibatkan refleksi terhadap hasil belajar dan efektivitas strategi yang digunakan. Individu yang memiliki kontrol terhadap waktu akan lebih mudah mengaitkan hasil belajar dengan usaha, strategi, dan pengelolaan waktu yang telah dilakukan. Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan Usroh et al (2022), yang menunjukkan bahwa manajemen waktu berkaitan dengan kemampuan refleksi dan evaluasi belajar siswa, serta kemampuan menyesuaikan strategi bila hasil belum sesuai target. Di Pesantren X, evaluasi diri dilakukan santri dengan cara mereview hafalan harian atau mingguan, menilai jumlah ayat yang sudah dikuasai, dan menyesuaikan strategi belajar keesokan harinya bila target belum tercapai. Misalnya, santri yang menyadari waktu belajar yang terlalu singkat untuk mengulang hafalan akan menambah sesi belajar tambahan atau mengatur ulang prioritas hafalan. Aktivitas ini menuntut kemampuan manajemen waktu yang baik agar refleksi dapat dilakukan secara konsisten tanpa mengganggu kegiatan belajar formal, ibadah, atau aktivitas ekstrakurikuler lainnya (Yani, 2025). Berdasarkan temuan dan fenomena nyata tersebut, peneliti berasumsi bahwa santri yang mampu mengatur waktu dengan baik akan lebih efektif dalam melakukan evaluasi diri, termasuk menilai keberhasilan strategi belajar dan menyesuaikan langkah-langkah selanjutnya, sehingga mendukung tercapainya proses *self-regulated learning* yang optimal.

Berdasarkan hasil uji hipotesis dan uji per dimensi, dapat disimpulkan bahwa seluruh aspek manajemen waktu memiliki hubungan yang signifikan dengan dimensi-dimensi *self-regulated learning*. Manajemen waktu berperan dalam mendukung perencanaan belajar, pengawasan diri, pengendalian diri, serta evaluasi diri. Temuan ini memperkuat kerangka berpikir penelitian serta mendukung teori *self-regulated learning* dari Pintrich, sekaligus konsisten dengan berbagai penelitian terdahulu. Dengan demikian, manajemen waktu yang baik berperan penting dalam mendukung perencanaan belajar, pengawasan diri, pengendalian diri, dan evaluasi diri santri, sehingga menunjang efektivitas *self-regulated learning*.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara manajemen waktu dan *self-regulated learning* pada santri penghafal Al-Qur'an di Pondok Pesantren X. Nilai p-value yang dihasilkan adalah sebesar 0,808 atau 80,8%, hal ini menunjukkan bahwa *self-regulated learning* memberikan kontribusi sebesar 80,8% dalam menjelaskan variable manajemen waktu. Hasil uji per dimensi menunjukkan bahwa manajemen waktu berhubungan dengan seluruh dimensi *self-regulated learning*, yaitu perencanaan belajar, pengawasan diri, pengendalian diri, dan evaluasi diri. Di antara dimensi tersebut, pengendalian diri merupakan dimensi yang memiliki hubungan paling kuat dengan manajemen waktu. Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas santri di Pesantren X memiliki kemampuan manajemen waktu yang baik dan berkontribusi dalam mendukung penerapan dimensi-dimensi *self-regulated learning* secara konsisten dalam proses belajar hafalan Al-Qur'an.

DAFTAR PUSTAKA

- Anastasya, Y. A., Safarina, N. A., & Safuwan, S. (2021). Hubungan antara Manajemen Waktu dengan Kecenderungan FoMO selama Pandemi COVID-19 pada Ibu Bekerja. *Jurnal Diversita*, 7(1), 36–42. <https://doi.org/10.31289/diversita.v7i1.4530>
- Asmariyani, A. (2018). Hubungan Manajemen Waktu Terhadap Hasil Belajar. *Al-Afkar: Manajemen Pendidikan Islam*, 6(2), 67–88. <https://doi.org/10.32520/al-afkar.v6i2.237>
- Claessens, B. J. C., Van Eerde, W., Rutte, C. G., & Roe, R. A. (2007). A review of the time management literature. *Personnel Review*, 36(2), 255–276.
- Fitriyani, R., & Sugoyi. (2022). Hubungan antara Self-efficacy dan Goal orientation dengan *Self-regulated learning* pada Siswa. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Indonesia*, 7(1), 1–07. https://ejournal2.undiksha.ac.id/index.php/jurnal_bk
- Macan, T. H. (1994). Time management: Test of a process model. *Journal of Applied Psychology*, 79(3), 381–391.
- Masduki, Y. (2018). *Implikasi Psikologis Bagi Penghafal Al-Qur'an*. 18, 1–2.
- Mukhid, A. (2008). *Strategi Self-regulated learning (Perspektif Teoritik)*. 3.
- Pintrich, P. R. (2000). The role of goal orientation in *self-regulated learning*. In *Handbook of self-regulation* (pp. 451–502). Academic Press.
- Rachma Tsanya, Syukriadi Syukriadi, & Pasyamei Rembune Kala. (2025). Hubungan Manajemen Waktu dengan Self Regulated Learning pada Mahasiswa Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Universitas Abulyatama. *Inovasi Kesehatan Global*, 2(4), 24–37. <https://doi.org/10.62383/ikg.v2i4.2344>
- Simaremare, E. Y. (2020). Hubungan manajemen waktu dengan regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Malahayati. *Consilia: Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling*, 3(2), 136–145. https://ejournal.unib.ac.id/j_consilia/article/view/10594
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif kualitatif dan R&D*.
- Tuahatu, I., Huwae, L., Wahyuni, S., Titaley, C., Saija, A., Silalahi, P., & Bension, J. (2025). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Self Regulated Learning Mahasiswa Kepaniteraan Klinik Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura. *Molucca Medica*, 18(1). <https://doi.org/10.30598/molmed.2025.v18.i1.72>
- Usroh, L., Laily, N., & Munir, F. (2022). Manajemen Waktu dan Self Regulated Learning pada Siswa. *Jurnal Psikologi: Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 9(1), 47–63. <https://doi.org/10.35891/jip.v9i1.2762>
- Wolters, C. A., & Brady, A. C. (2021). College Students' Time Management: a *Self-regulated learning* Perspective. *Educational Psychology Review*, 33(4), 1319–1351. <https://doi.org/10.1007/s10648-020-09519-z>

- Yani, A. (2025). *Manajemen Waktu dan Risiko Ketimpangan antara Ngaji dan Sekolah Formal di Dayah Jamiah Al-Aziziyah Batee Iliék Samalanga*.
- Zebua, E. K., & Santosa, M. (2023). Pentingnya Manajemen Waktu Dalam Meningkatkan Kualitas Belajar Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 5.
- Zimmerman, B. J. (2000). Attaining self-regulation: A social cognitive perspective. In *Handbook of self-regulation* (pp. 13–39). Academic Press.