

REGULASI DIRI DALAM PEMANFAATAN GADGET DIGITAL: STRATEGI SISWA TAHFIDZUL QUR'AN UNTUK MENJAGA FOKUS DAN MENINGKATKAN HAFALAN

Labib Azmy,¹ Ana Rahmawati,²

^{1,2}Universitas Islam Nahdlatul Ulama Jepara, Jawa Tengah, Indonesia

¹Afiliasi ²Afiliasi ³Afiliasi

ABSTRAK

Penggunaan gadget di kalangan siswa jurusan Tahfidzul Qur'an menimbulkan permasalahan ganda, yakni sebagai media pendukung hafalan Al-Qur'an sekaligus sebagai sumber distraksi yang berpotensi mengganggu konsentrasi dan kedisiplinan belajar. Kondisi ini menuntut adanya kemampuan regulasi diri agar gadget dapat dimanfaatkan secara optimal tanpa mengurangi kualitas hafalan. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji strategi regulasi diri siswa dalam penggunaan gadget, mengidentifikasi kendala yang dihadapi, serta menganalisis pengaruh regulasi diri terhadap peningkatan kualitas hafalan Al-Qur'an. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus pada siswa kelas VIII A MTs Masalikil Huda. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi, kemudian dianalisis secara deskriptif-analitis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa regulasi diri siswa tercermin dalam pengelolaan waktu penggunaan gadget, pemilihan aplikasi Al-Qur'an digital dan audio murattal yang relevan, serta adanya evaluasi hafalan secara berkala bersama guru. Namun demikian, penelitian ini juga menemukan sejumlah kendala, seperti rendahnya disiplin waktu, kebiasaan multitasking, dan gangguan dari media sosial. Penelitian ini berimplikasi pada pentingnya penguatan regulasi diri siswa melalui pendampingan guru dan orang tua, serta perlunya kebijakan lembaga pendidikan dalam mengarahkan penggunaan gadget secara terkontrol dan edukatif untuk mendukung pembelajaran tahfidz di era digital.

Kata Kunci: Regulasi diri, Gadget, Tahfidzul Qur'an.

ABSTRACT

The use of gadgets among students in Tahfidzul Qur'an programs presents a dual problem: while gadgets can function as effective tools to support Qur'anic memorization through digital applications and murattal audio, they also pose significant distractions that may reduce students' focus, discipline, and memorization quality. This condition highlights the importance of self-regulation in ensuring that gadget use remains supportive rather than disruptive. This study aims to examine students' self-regulation strategies in utilizing gadgets, identify the challenges they encounter, and analyze the extent to which self-regulation contributes to improving the quality of Qur'anic memorization. The research employs a qualitative approach using a case study design involving eighth-grade students of class VIII A at MTs Masalikil Huda. Data were collected through observation, in-depth interviews, and documentation, and subsequently analyzed using descriptive-analytical techniques. The findings indicate that students' self-regulation is reflected in their ability to manage gadget usage time, selectively choose appropriate digital Qur'an and murattal applications, and engage in periodic memorization evaluations with teachers. However, several obstacles remain, including weak time discipline, multitasking habits, and interference from social media. This study implies that strengthening students' self-regulation through consistent guidance from teachers and parents, as well as institutional policies that promote controlled and pedagogical gadget use, is crucial for supporting Qur'anic memorization in the digital era.

Kata Kunci: Self-regulation, Gadget, Qur'an Memorization.

A. Pendahuluan

Rendahnya kemampuan siswa dalam mengendalikan perilaku belajar, mengatur waktu, dan mengelola distraksi menjadi masalah mendasar yang kerap menghambat keberhasilan proses pembelajaran, khususnya pada siswa jurusan Tahfidzul Qur'an.



azmylabib3@gmail.com



Jl. Taman Siswa, Pekeng, Tahunan, Kec. Jepara,
Kabupaten Jepara, Jawa Tengah 59427

Kondisi ini menunjukkan pentingnya regulasi diri sebagai keterampilan yang memungkinkan individu mengelola pikiran, emosi, dan perilakunya agar selaras dengan tujuan yang telah ditetapkan.¹ Menurut Ainul Hayati, keterampilan regulasi diri dalam dunia pendidikan memberikan pengaruh signifikan terhadap keberhasilan siswa karena membantu menjaga konsistensi belajar, mengatur waktu secara efektif, serta mengendalikan diri dari berbagai distraksi.² Bagi siswa jurusan Tahfidzul Qur'an, regulasi diri menjadi kunci utama dalam keberhasilan hafalan.³ Proses menghafal Al-Qur'an bukan hanya memerlukan daya ingat yang kuat, tetapi juga ketekunan, kedisiplinan, serta kemampuan mengelola motivasi agar tidak mudah goyah.⁴ Tanpa adanya regulasi diri yang kuat, hafalan yang diusahakan akan mudah terhenti atau terhambat oleh godaan dari dalam maupun luar diri siswa.

Perkembangan teknologi digital memberikan pengaruh yang cukup besar terhadap praktik menghafal Al-Qur'an di lingkungan pendidikan.⁵ Gadget tidak lagi sekadar alat komunikasi, tetapi berfungsi sebagai media pembelajaran yang menyediakan berbagai fasilitas pendukung, seperti aplikasi Al-Qur'an digital, rekaman murattal, dan fitur pengingat untuk membantu siswa menjaga keteraturan dalam murojaah.⁶ Fasilitas tersebut membuka peluang bagi siswa untuk meningkatkan kemandirian belajar. Namun demikian, penggunaan gadget juga berpotensi memunculkan hambatan karena keberadaan media sosial, permainan daring, dan konten hiburan lainnya mudah mengalihkan perhatian dari kegiatan inti hafalan. Dalam konteks ini, kemampuan regulasi diri menjadi aspek yang sangat menentukan agar teknologi dapat dimanfaatkan secara produktif dan tidak mengganggu konsentrasi siswa. Kondisi lapangan menunjukkan bahwa kemampuan mengelola penggunaan gadget berbeda-beda di antara siswa. Ada yang memanfaatkannya secara positif sebagai pendukung hafalan, sementara sebagian lainnya mengalami penurunan ritme hafalan akibat kecenderungan menggunakan gadget untuk kegiatan yang tidak berkaitan dengan pembelajaran.

¹ Amalia Anis Kusumawati, "Self Regulation Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik," *Jurnal EMPATI* 13, no. 3 (2024): 47-52, <https://doi.org/10.14710/empati.2024.45013>.

² Ainul Hayatika, Arief Ardiansyah, And Moh Muslim, "Pengaruh Time-Management And Self-Regulated Learning Dengan Konsistensi Muroja'ah Al-Qur'an Mahasiswa Ukm Jam'iyyatul Qurro' Wal Huffadz Universitas Islam Malang," *VICRATINA: Jurnal Pendidikan Islam* 10, no. 3 (2025): 10.

³ Gadis Deslinda, *Tahfidz Qur'an Dan Kecerdasan Emosional: Peran Regulasi Diri Dalam Menggapai Hidayah*, vol. 4 (CV Tahta Media Group, 2025).

⁴ Ermis Suryana et al., "Exploring Memorization Patterns in the Tahfidz and Tarjamah Qur'an Programs," *Jurnal Pendidikan Islam* 10, no. 2 (2024): 375-86, <https://doi.org/10.15575/jpi.v10i2.29969>.

⁵ Sopiyah Apandi et al., "Pengaruh Teknologi Digital Terhadap Kebiasaan Dan Pola Perkembangan Generasi Alpha," *Journal on Education* 7, no. 2 (2025): 9471-80, <https://doi.org/10.31004/joe.v7i2.7916>.

⁶ Samantha A. Wilson et al., "A Systematic Review of Smartphone and Tablet Use by Older Adults With and Without Cognitive Impairment," *Innovation in Aging* 6, no. 2 (2022): 1-19, <https://doi.org/10.1093/geroni/igac002>.

Penelitian ini dilaksanakan di MTs Masalikil Huda dengan fokus pada siswa kelas VIII A yang mengikuti program tahfidz dengan target hafalan yang terstruktur. Kelas ini dipilih karena memiliki dinamika pemanfaatan gadget yang cukup beragam, beberapa siswa mampu mengatur penggunaan gadget secara efektif untuk menunjang hafalan, sedangkan yang lain masih menghadapi kesulitan sehingga penyelesaian target hafalannya sering tertunda. Selain itu, pembelajaran tahfidz ditempatkan pada jam-jam akhir sekolah ketika tingkat kelelahan siswa biasanya meningkat setelah mengikuti pelajaran sebelumnya. Situasi tersebut menunjukkan bahwa regulasi diri merupakan kemampuan yang sangat diperlukan agar siswa tetap dapat menjaga kualitas hafalan meskipun menghadapi keterbatasan waktu, energi, dan distraksi digital. Oleh karena itu, pemilihan judul penelitian ini dilatarbelakangi oleh kebutuhan untuk menelaah strategi regulasi diri siswa tahfidz dalam memanfaatkan gadget. Temuan penelitian diharapkan dapat memperluas pemahaman akademik mengenai regulasi diri sekaligus memberikan masukan praktis bagi guru dan sekolah dalam merancang pendampingan yang lebih efektif. Bagi siswa, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dorongan untuk memperbaiki pengelolaan diri sehingga proses hafalan Al-Qur'an dapat berlangsung lebih optimal di tengah perkembangan teknologi digital.⁷

Berbagai penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa strategi pembelajaran tahfidz serta pemanfaatan teknologi digital memiliki pengaruh penting terhadap peningkatan kualitas hafalan Al-Qur'an. Kajian yang dilakukan oleh Syarif Abdurrahman dan Suparti menegaskan bahwa efektivitas hafalan berkaitan erat dengan pengaturan waktu muraja'ah dan pemilihan metode hafalan yang sesuai dengan karakter peserta didik.⁸ Temuan serupa disampaikan oleh Ahmad Aseery, yang menunjukkan bahwa penggunaan aplikasi audio tilawah membantu meningkatkan ketepatan tajwid dan memperkuat proses pengulangan hafalan.⁹ Selain itu, studi oleh Irfa'i Alfian Mubaiddilla dan Rafika Hafiza, menekankan manfaat aplikasi Al-Qur'an digital dalam menjaga konsistensi membaca harian.¹⁰ Meskipun demikian, penelitian-penelitian tersebut belum menyinggung secara mendalam bagaimana faktor regulasi

⁷ Joachim Wirth et al., "An Interactive Layers Model of Self-Regulated Learning and Cognitive Load," *Educational Psychology Review* 32, no. 4 (2020): 1127-49, <https://doi.org/10.1007/s10648-020-09568-4>.

⁸ Syarif Abdurrahman and Suparti, "Strategi Pembelajaran Tahfidz Al-Qur'an Dalam Meningkatkan Kualitas Hafalan Peserta Didik (Studi Kasus Di SDIT Ar-Ruhul Jadid Jombang)," *Hamalatul Qur'an: Jurnal Ilmu-Ilmu Al-Qur'an* 4, no. 1 (2023): 41-52, <https://www.jogoroto.org/index.php/hq/article/view/26%0Ahttps://www.jogoroto.org/index.php/hq/article/download/26/31>.

⁹ Ahmad Aseery, "Enhancing Learners' Motivation and Engagement in Religious Education Classes at Elementary Levels," *British Journal of Religious Education* 46, no. 1 (2024): 43-58, <https://doi.org/10.1080/01416200.2023.2256487>.

¹⁰ Irfa'i Alfian Mubaiddilla and Rafika Hafiza, "Dari Teks Ke Teknologi: Inovasi Media Pembelajaran Al-Qur'an Di Era Pendidikan Islam Digital," *Tarunaedu: Journal of Education and Learning* 3, no. 2 (2025): 49-59, <https://doi.org/10.54298/tarunaedu.v3i2.546>.

diri berperan dalam mengarahkan siswa memanfaatkan gadget secara efektif selama proses tahfidz.

Kajian mengenai regulasi diri yang dilakukan oleh Lina Farah Intan Sari menunjukkan bahwa kemampuan mengatur waktu, menjaga fokus, dan mempertahankan motivasi berperan besar dalam keberhasilan hafalan, terutama dalam pembelajaran daring. Sementara itu, Moh. Akib Imam Sofii menguraikan bahwa teknologi digital dapat mempercepat hafalan apabila pengguna mampu mengendalikan berbagai distraksi yang muncul dari gadget.¹¹ Beberapa penelitian tersebut memperlihatkan bahwa teknologi memiliki potensi signifikan dalam mendukung hafalan, namun keberhasilannya bergantung pada kualitas regulasi diri suatu aspek yang belum banyak dikaji secara komprehensif. Kondisi ini mengungkap adanya kekosongan teoretis tentang bagaimana regulasi diri membentuk pola penggunaan gadget dalam pembelajaran tahfidz. Kebaruan penelitian ini terletak pada upaya menjembatani celah tersebut melalui penelaahan hubungan antara regulasi diri dan praktik penggunaan gadget dalam konteks sekolah formal.

Celah penelitian tersebut mengarah pada penyusunan rumusan masalah yang lebih terarah. Sampai saat ini belum tersedia kajian yang secara khusus menggambarkan bagaimana regulasi diri memengaruhi cara siswa tahfidz memanfaatkan gadget sebagai sarana pendukung hafalan. Belum ada pula penelitian yang mendokumentasikan hambatan-hambatan khusus yang muncul dari penggunaan gadget, seperti kecenderungan multitasking, distraksi media sosial, atau ketidakteraturan ritme muraja'ah. Dengan mempertimbangkan hal tersebut, penelitian ini merumuskan tiga pertanyaan utama: (1) bagaimana regulasi diri memengaruhi pemanfaatan gadget oleh siswa tahfidz di MTs Masalikil Huda; (2) hambatan apa saja yang muncul dalam penggunaan gadget untuk mendukung hafalan; dan (3) bagaimana regulasi diri berkontribusi terhadap kualitas hafalan, baik dari aspek kelancaran, ketepatan bacaan, maupun ketahanan hafalan.

Penelitian ini bertujuan memberikan pemahaman menyeluruh mengenai hubungan antara regulasi diri dan pemanfaatan gadget dalam kegiatan tahfidz siswa MTs Masalikil Huda. Secara teoretis, penelitian ini berkontribusi pada pengembangan literatur pendidikan tahfidz melalui pemaparan keterkaitan antara aspek psikologis dan penggunaan teknologi digital. Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi pedoman bagi guru dan lembaga pendidikan dalam merancang strategi

¹¹ Moh. Akib Imam Sofii, "Menghafal Al Qur'an Di Era Digital: Problematis Dan Metodologis.," *Al Furqan: Jurnal Ilmu Al Quran Dan Tafsir* 7, no. 1 (2024): 1-17, <https://doi.org/10.58518/alfurqon.v7i1.2436>.

pendampingan yang memungkinkan siswa mengoptimalkan penggunaan gadget secara produktif, sekaligus mengurangi potensi distraksi yang dapat melemahkan konsentrasi hafalan. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi yang relevan dan aplikatif bagi penguatan praktik tahfidz di tengah perkembangan teknologi digital.

B. Metode Penelitian

Pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus digunakan untuk memperoleh pemahaman yang lebih menyeluruh mengenai bagaimana siswa jurusan Tahfidzul Qur'an mengatur diri saat memanfaatkan gadget sebagai media pendukung hafalan. Prosedur penelitian disusun secara operasional dengan memadukan beberapa teknik pengumpulan data, yakni observasi terarah selama kegiatan belajar dan muraja'ah untuk melihat pola penggunaan gadget secara faktual, wawancara semi-terstruktur guna menggali pengalaman subjektif para informan, serta dokumentasi berupa catatan kegiatan tahfidz dan rekaman penggunaan aplikasi yang relevan. Pemilihan subjek dilakukan secara purposif dengan mempertimbangkan siswa yang menggunakan gadget secara konsisten dalam proses hafalan, sementara guru tahfidz dan wali kelas dilibatkan sebagai informan tambahan untuk memberikan pandangan mengenai kedisiplinan belajar serta perkembangan kualitas hafalan.¹²

Observasi dilakukan di MTs Masalikil Huda, khususnya di kelas VIII A, dengan melibatkan enam siswa dan dua guru sebagai informan. Prosedur penelitian dimulai dengan tahap perencanaan, yang meliputi penentuan fokus penelitian, pemilihan informan, serta persiapan instrumen pendukung.¹³ Tahap pengumpulan data dilakukan dengan membangun komunikasi yang baik bersama pihak sekolah dan siswa agar suasana penelitian kondusif dan nyaman bagi informan. Pengumpulan data dilakukan secara bertahap dengan memperhatikan etika penelitian, seperti menjaga kerahasiaan informasi dan menghormati privasi setiap informan.¹⁴ Seluruh kegiatan, mulai dari persiapan, pengumpulan, analisis, hingga penyusunan laporan akhir, dirancang agar penelitian berlangsung sistematis dan dapat dipertanggungjawabkan.

Instrumen utama dalam penelitian ini adalah peneliti, yang berperan langsung dalam proses pengumpulan, pengamatan, dan analisis data. Keterlibatan ini memungkinkan peneliti menyesuaikan langkah penelitian dengan kondisi yang muncul

¹² Weng Marc Lim, "What Is Qualitative Research? An Overview and Guidelines," *Australasian Marketing Journal* 33, no. 2 (2024): 199-129, <https://doi.org/10.1177/14413582241264619>.

¹³ Elaine Denny and Annalise Weckesser, "Bagaimana Melakukan Penelitian Kualitatif?," *Bjog* 129, no. 7 (2022): 1166-67, <https://doi.org/10.1111/1471-0528.17150>.

¹⁴ Mitchell Nicmanis, "Reflexive Content Analysis: An Approach to Qualitative Data Analysis, Reduction, and Description," *International Journal of Qualitative Methods* 23 (2024): 1-12, <https://doi.org/10.1177/16094069241236603>.

di lapangan, sehingga data yang diperoleh benar-benar mencerminkan situasi nyata. Untuk mendukung proses tersebut, digunakan instrumen tambahan berupa pedoman wawancara semi-terstruktur, lembar observasi, dan catatan dokumentasi yang membantu menjaga ketertiban serta konsistensi prosedur penelitian. Bahan penelitian terdiri atas pengalaman dan penjelasan yang disampaikan siswa, catatan perkembangan hafalan, serta bukti penggunaan aplikasi digital yang terkait dengan kegiatan tahfidz. Kolaborasi antara peran peneliti sebagai instrumen utama dan pemanfaatan instrumen pendukung memberikan peluang untuk menggali informasi yang lebih luas dan mendalam, sehingga data yang diperoleh tetap akurat, terarah, dan memenuhi kebutuhan penelitian secara komprehensif.¹⁵

Proses pengumpulan data dilaksanakan dengan menggunakan tiga teknik pokok, yaitu wawancara, observasi, serta dokumentasi.¹⁶ Wawancara mendalam bertujuan untuk mengetahui strategi regulasi diri siswa dalam menggunakan gadget, termasuk bagaimana mereka membagi waktu antara kegiatan hafalan dan hiburan. Pengamatan dilaksanakan baik di dalam kelas maupun di lingkungan luar kelas untuk melihat konsistensi perilaku yang ditunjukkan oleh siswa selama proses pembelajaran. Dokumentasi berupa catatan hafalan, jadwal kegiatan, dan bukti penggunaan aplikasi digital digunakan untuk memperkuat temuan hasil wawancara dan pengamatan. Dengan memadukan ketiga teknik ini, data yang diperoleh menjadi lebih lengkap, valid, dan dapat diverifikasi.

Analisis data berlangsung secara interaktif melalui tiga tahapan, yakni reduksi data, penyajian data, serta penarikan makna akhir.¹⁷ Reduksi data mencakup proses menyeleksi informasi penting dan menyaring temuan yang relevan dengan fokus penelitian. Data kemudian disajikan dalam bentuk uraian naratif agar pola dan hubungan antar informasi dapat terlihat dengan jelas. Kesimpulan ditarik dengan mengaitkan temuan lapangan dengan tujuan penelitian dan dilakukan verifikasi untuk menjaga validitas hasil. Keabsahan data dijamin melalui penerapan triangulasi sumber dan metode, serta verifikasi ulang dengan melakukan member check kepada informan. Dengan prosedur ini, penelitian kualitatif ini mampu memberikan gambaran yang komprehensif mengenai strategi regulasi diri siswa tahfidz dalam memanfaatkan gadget di MTs Masalikil Huda.

¹⁵ Melissa A Johnson and Kelly Norris Martin, "Accepted for Publication In," *Research Methods in Applied Linguistics.*, 2022, 1-31.

¹⁶ M Nafisatur, "Metode Pengumpulan Data Penelitian," *Metode Pengumpulan Data Penelitian* 3, no. 5 (2024): 5423-43.

¹⁷ Qomaruddin and Halimah Sa'diyah, "Kajian Teoritis Tentang Teknik Analisis Data Dalam Penelitian Kualitatif: Perspektif Spradley, Miles Dan Huberman," *Journal of Management, Accounting and Administration* 1, no. 2 (2024): 77-84, <https://doi.org/10.52620/jomaa.v1i2.93>.

C. Hasil dan Diskusi

1. Strategi Regulasi Diri Siswa Tahfidzul Qur'an dalam Pemanfaatan Gadget di MTs Masalikil Huda

Perkembangan teknologi digital dewasa ini menyumbang dampak yang luas pada berbagai sisi kehidupan, terutama dalam ranah pendidikan keagamaan.¹⁸ Gadget yang sebelumnya kerap dipandang sebagai sumber gangguan, kini mulai diarahkan menjadi sarana yang mendukung kegiatan belajar mengajar, khususnya dalam program tahfidz Al-Qur'an.¹⁹ Hal ini menuntut adanya kemampuan regulasi diri dari siswa agar penggunaan teknologi benar-benar selaras dengan tujuan pembelajaran. Tanpa adanya pengendalian diri, gadget justru berpotensi menurunkan fokus hafalan. Di MTs Masalikil Huda, siswa jurusan Tahfidzul Qur'an memperlihatkan kemampuan untuk menempatkan teknologi secara tepat, yakni sebagai instrumen penunjang hafalan dan bukan sebagai distraksi.

Bentuk regulasi diri yang tampak di lingkungan siswa tahfidz antara lain terlihat dalam kesadaran mereka mengatur kebiasaan serta memprioritaskan pemakaian gadget. Regulasi diri ini bukan sekadar menahan diri dari hal-hal yang bersifat mengganggu, tetapi juga mencakup kemampuan merefleksikan tujuan sehingga teknologi benar-benar digunakan sesuai kebutuhan akademik dan spiritual.²⁰ Hasil wawancara menunjukkan bahwa beberapa siswa menganggap gadget sebagai "mushaf tambahan" karena dapat dipakai mendengarkan bacaan murattal kapan saja, bahkan di luar jam belajar formal. Gambaran ini memperlihatkan bahwa siswa memiliki kesadaran untuk menjadikan gadget sebagai sarana ibadah.²¹ Dengan demikian, penggunaan teknologi tetap berada dalam kendali yang positif.

Salah satu strategi yang dominan adalah pengaturan waktu pemakaian gadget secara disiplin.²² Beberapa siswa membuat jadwal tetap, misalnya menggunakan gadget setelah Subuh untuk mendengarkan murattal dan setelah Isya

¹⁸ Ade Maulia Alfi, Amara Febrisari, and Jihan Nur Azka, "Transformasi Pendidikan Agama Islam Melalui Teknologi," *Jurnal Religion: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya* 1, no. 4 (2023): 511-22, <https://maryamsejahtera.com/index.php/Religion/index>.

¹⁹ M. Yudo Agresi Akbari et al., "Typology and Effectiveness of Al-Quran Memorization Applications," *Tafkir: Interdisciplinary Journal of Islamic Education* 5, no. 4 (2024): 584-97, <https://doi.org/10.31538/tijie.v5i4.1158>.

²⁰ Herlina, Muhammad Alif, and Syaefulloh, "SELF-CONTROL DALAM PANDANGAN AL-QUR'AN, STUDI ALQUR'AN TEMATIK DENGAN PENDEKATAN GROUNDED THEORY," *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dan Keislaman* 5, no. 2 (2025): 286-300.

²¹ Amelia Rumbiak, "Teologi Ibadah Dan Spiritualitas Generasi Milenial," *Jurnal Teologi Amreta (ISSN: 2599-3100)* 3, no. 2 (2021): 64-100, <https://doi.org/10.54345/jta.v3i2.32>.

²² Faisal Bin Husen Ismail et al., "Control of Gadget Addiction Among Children: Analysis from an Islamic Perspective in the Digital Age," *Fenomena* 22, no. 2 (2022): 215-26, <https://doi.org/10.35719/fenomena.v22i2.154>.

untuk mengulang hafalan. Ada pula siswa yang secara khusus menyalakan alarm dini hari agar tidak melewatkkan kesempatan murojaah dengan aplikasi Al-Qur'an digital. Praktik semacam ini memperlihatkan bahwa manajemen waktu tidak berhenti pada tataran konsep, tetapi benar-benar dijalankan dalam aktivitas harian. Hal ini, sependapat dengan Muhammad Khoiruddin dan Ahmad Faiz bahwa kedisiplinan dapat membatasi potensi gadget untuk hal yang kurang bermanfaat, sekaligus memastikan teknologi mendukung kegiatan tahfidz secara konsisten.²³

Pengaturan waktu penggunaan gadget merupakan salah satu strategi regulasi diri yang paling menonjol dalam aktivitas siswa tahfidz di MTs Masalikil Huda. Strategi ini tidak sekadar membatasi durasi pemakaian, melainkan juga menempatkan penggunaan gadget pada waktu-waktu tertentu yang dianggap paling efektif untuk mengoptimalkan hafalan. Temuan Ratnadewi et al., mengemukakan bahwa gadget diposisikan bukan sebagai alat yang mendominasi keseharian, melainkan sebagai sarana pendukung yang berfungsi pada momen spesifik, seperti saat pagi hari untuk memulai hafalan baru atau pada malam hari untuk melakukan pengulangan.²⁴ Penerapan disiplin waktu tersebut menunjukkan adanya kesadaran siswa bahwa manajemen diri merupakan faktor penting dalam menjaga konsistensi dan kualitas hafalan Al-Qur'an.²⁵ Dengan demikian, regulasi diri dalam aspek waktu menjadi fondasi yang meminimalisasi potensi distraksi sekaligus memastikan gadget benar-benar digunakan secara produktif.

Penerapan regulasi diri dalam penggunaan gadget oleh siswa tahfidz di MTs Masalikil Huda menunjukkan keterpaduan yang kuat dengan kerangka *self-regulated learning* sebagaimana dipaparkan oleh Santos Urbina, Sofía Villatoro, dan Jesús Salinas.²⁶ Dari segi epistemologi, para siswa memandang teknologi sebagai medium yang membantu membangun pengetahuan melalui pengaturan waktu belajar, pemilihan aplikasi digital yang relevan, serta pengulangan hafalan berbasis audio. Praktik tersebut sejalan dengan konsep pendidikan modern yang menempatkan teknologi sebagai bagian integral dari proses pembelajaran mandiri.²⁷ Meskipun

²³ Muhammad Khoiruddin and Ahmad Faiz, "Optimalizatin The Role Of Gadgets As A Medium Learning Tahfidzul Qur'an," *An-Nawa : Jurnal Studi Islam* 3, no. 2 (2021): 67-75, <https://doi.org/10.37758/annawa.v3i2.342>.

²⁴ Ratnadewi Ratnadewi et al., "Wise Education in the Use of Gadgets," *Community Empowerment* 8, no. 6 (2023): 814-22, <https://doi.org/10.31603/ce.8354>.

²⁵ Ade Afriansyah and Ali Rif'an, "Motivasi Santri Dalam Menghafal Al-Qur'an Berdasarkan Teori Abraham Maslow Di Pondok Pesantren Nurul Furqon 3 Malang," *Journal Islamic Studies* 1, no. 02 (2022): 71-82.

²⁶ Santos Urbina, Sofía Villatoro, and Jesús Salinas, "Self-Regulated Learning and Technology-Enhanced Learning Environments in Higher Education: A Scoping Review," *Sustainability (Switzerland)* 13, no. 13 (2021): 1-12, <https://doi.org/10.3390/su13137281>.

²⁷ Achmad Faqihuddin, Mokh Iman Firmansyah, and Abdillah Muflih, "Multisensory Approach in Memorizing the Al-Quran for Early Childhood: Integration of the Tradition of Memorizing the Al-Quran with Digital Technology," *AL-ISHLAH: Jurnal Pendidikan* 16, no. 2 (2024): 1289-1302, <https://doi.org/10.35445/alishlah.v16i2.5326>.

demikian, ditemukan jarak antara teori ideal regulasi diri yang menekankan kemandirian penuh dalam pengelolaan belajar dengan kenyataan di lapangan, di mana sebagian siswa masih sangat bergantung pada evaluasi langsung dari guru dalam memastikan kualitas hafalan mereka.

Ditinjau dari ranah ontologis, pola belajar yang ditunjukkan oleh Fatimah, Dian, Safira, dan Akbar memperlihatkan bahwa pengalaman belajar siswa bersifat kontekstual dan dipengaruhi oleh kondisi masing-masing individu. Fatimah memanfaatkan ketenangan pagi hari untuk menguatkan hafalan baru, sementara Dian menggunakan waktu malam hari yang relatif lebih longgar untuk melakukan murojaah melalui aplikasi Al-Qur'an digital. Safira mengatur alarm dini hari untuk memastikan kedisiplinan dalam memulai aktivitas belajar pada waktu yang dianggap paling kondusif. Di sisi lain, Akbar memanfaatkan aplikasi Tarteel untuk mengidentifikasi kesalahan bacaannya melalui fitur koreksi otomatis. Variasi strategi ini mencerminkan karakteristik pembelajaran abad ke-21 yang menekankan fleksibilitas, personalisasi, dan kemampuan memanfaatkan ruang belajar digital secara optimal.²⁸ Dengan demikian, teknologi tidak hanya berfungsi sebagai alat bantu, tetapi turut membentuk pola belajar yang lebih otonom dan responsif terhadap kebutuhan siswa.

Dari sudut pandang aksiologi, pemanfaatan aplikasi Al-Qur'an digital memberikan nilai guna yang signifikan dalam meningkatkan kualitas hafalan serta ketepatan pelafalan ayat-ayat Al-Qur'an. Fitur seperti tajwid berwarna, penanda ayat terakhir, audio murattal, dan catatan perkembangan hafalan sangat membantu siswa dalam memperbaiki bacaan dan menjaga keteraturan proses murojaah.²⁹ Manfaat tersebut sejalan dengan tuntutan pendidikan kontemporer yang menekankan pentingnya literasi digital, kemandirian belajar, serta kesadaran metakognitif.³⁰ Meski demikian, belum seluruh siswa memanfaatkan teknologi secara optimal. Sebagian masih lebih mengandalkan koreksi guru dibandingkan evaluasi mandiri melalui aplikasi, sehingga penguatan keterampilan literasi digital masih diperlukan agar seluruh siswa mampu memaksimalkan fungsi teknologi dalam mendukung pembelajaran tahfidz.

²⁸ Eva Latipah, "Motives, Self-Regulation, and Spiritual Experiences of Hafizh (the Qur'an Memorizer) in Indonesia," *International Journal of Instruction* 15, no. 1 (2022): 653-72, <https://doi.org/10.29333/iji.2022.15137a>.

²⁹ Latifatu Zuhriyah, "Peran Gadget Dalam Pembelajaran Tahfidz Di Pesantren Putri An Nuriyah Surabaya," *Tajdid* 9, no. 2 (2025): 214-24, <https://doi.org/10.52266/tadjid.v9i2.5081>.

³⁰ Febriani Safitri et al., *Literasi Digital Dalam Dunia Pendidikan* (Jambi: PT. Sonpedia Publishing Indonesia, 2025).

Relevansi regulasi diri dalam konteks pembelajaran tahfidz dapat dirangkum ke dalam empat tahap utama: perencanaan, yakni penentuan waktu belajar yang paling efektif sesuai kondisi personal; pelaksanaan, berupa pemanfaatan aplikasi digital yang menyediakan fitur pendukung hafalan; evaluasi, melalui koreksi otomatis dalam aplikasi maupun setoran formal kepada guru; serta refleksi, yaitu penyesuaian strategi berdasarkan perkembangan hafalan dan umpan balik yang diterima. Tahapan ini mencerminkan siklus regulasi diri sebagaimana dijelaskan Yowelna Tarumasely, yang menekankan integrasi antara perencanaan, monitoring, dan penilaian diri sebagai proses berkelanjutan.³¹ Dengan demikian, penggunaan gadget oleh siswa tahfidz di MTs Masalikil Huda bukan hanya meningkatkan kemandirian belajar, tetapi juga memperkuat kompetensi abad ke-21, seperti literasi digital, kemampuan evaluasi diri, dan tanggung jawab personal dalam pengelolaan hafalan Al-Qur'an.

2. Kendala yang Dihadapi Siswa dalam Menjaga Konsistensi Hafalan di Tengah Distraksi Gadget

Dalam kegiatan menghafal Al-Qur'an, konsistensi merupakan faktor yang sangat menentukan keberhasilan seorang siswa dalam menjaga kualitas hafalan. Kehadiran gadget memang membawa kemudahan, namun juga melahirkan tantangan yang tidak dapat diabaikan. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan di kelas VIII A MTs Masalikil Huda, ditemukan adanya sejumlah hambatan yang kerap dialami siswa dalam upaya mempertahankan konsistensi hafalan. Hambatan tersebut tidak hanya bersumber dari aspek teknis penggunaan gadget, tetapi juga melibatkan faktor psikologis, kebiasaan, serta pengaruh lingkungan sekolah.³² Guru tahfidz, Pak Muchlis, menegaskan bahwa hambatan-hambatan ini sering terlihat dalam proses setoran hafalan, di mana beberapa siswa menunjukkan penurunan fokus, motivasi, dan ketekunan.

Salah satu hambatan yang cukup menonjol dalam menjaga konsistensi hafalan siswa jurusan Tahfidzul Qur'an di MTs Masalikil Huda adalah faktor psikologis, terutama yang berkaitan dengan rasa lelah dan kejemuhan. Proses menghafal Al-Qur'an menuntut fokus tinggi serta pengulangan secara berkesinambungan, sehingga tidak jarang menimbulkan kebosanan pada siswa. Kondisi ini semakin terasa berat karena mata pelajaran tahfidz dijadwalkan pada

³¹ Yowelna Tarumasely, *Meningkatkan Kemampuan Belajar Mandiri* (Lamongan: Academia Publication, 2024).

³² Hanif Umar and Eli Masnawati, "Peran Lingkungan Sekolah Dalam Pembentukan Identitas Remaja," *Jurnal Kajian Pendidikan Islam* 3, no. Fadillah 2017 (2024): 191-204, <https://doi.org/10.58561/jkpi.v3i2.137>.

jam terakhir setelah siswa menempuh serangkaian pelajaran umum sejak pagi. Berdasarkan hasil pengamatan, penempatan jadwal ini membuat sebagian siswa terlihat kehilangan tenaga, baik secara fisik maupun mental. Mereka sering tampak kurang antusias, menunda untuk menyertorkan hafalan, bahkan ada yang hadir tanpa persiapan yang matang. Hal tersebut juga ditegaskan oleh Pak Muchlis selaku guru tahfidz, yang menyatakan bahwa banyak siswa tampak sulit berkonsentrasi ketika murojaah berlangsung. Tanda-tanda kejemuhan terlihat dari perilaku menunduk, melamun, atau mengulang kesalahan bacaan yang sama.³³ Situasi ini menunjukkan bahwa kelelahan dan tekanan psikologis memiliki peran besar dalam menurunkan konsistensi hafalan siswa.

Hambatan *kedua* yang sering muncul adalah kebiasaan multitasking dengan gadget ketika siswa berada di rumah saat melaksanakan kegiatan hafalan.³⁴ Dalam situasi ini, sebagian siswa membuka aplikasi Al-Qur'an digital bersamaan dengan aplikasi lain seperti media sosial, pemutar musik, atau game ringan. Kebiasaan tersebut dilakukan untuk mengurangi rasa bosan yang muncul selama proses murojaah, namun kenyataannya justru mengganggu kelancaran hafalan. Nabil, salah seorang siswa, mengungkapkan bahwa multitasking membuat hafalan yang sudah dipelajari menjadi kurang stabil, mudah terlupakan, dan membutuhkan pengulangan lebih banyak agar dapat kembali kuat. Selain itu, perhatian siswa terpecah antara ayat yang sedang dihafalkan dengan aktivitas lain di gadget, sehingga konsentrasi penuh yang seharusnya menjadi syarat utama dalam menghafal tidak tercapai. Hal ini membuktikan bahwa multitasking saat menggunakan gadget di rumah melemahkan efektivitas teknologi sebagai sarana pendukung hafalan, bahkan berpotensi menurunkan kualitas capaian siswa dalam menjaga konsistensi hafalannya.³⁵

Hambatan *ketiga* yang muncul adalah lemahnya kemampuan siswa dalam mengatur waktu untuk menjaga konsistensi hafalan.³⁶ Sebagian siswa sebenarnya telah memiliki jadwal hafalan yang dirancang dengan baik, tetapi pelaksanaannya tidak dijalankan secara teratur sehingga tujuan hafalan tidak tercapai dengan

³³ Nadila Gustian Saptama and Eny Munisah, "FAKTOR INTERNAL PENGHAMBAT MEMBACA PERMULAAN SISWA KELAS II SEKOLAH DASAR NEGERI 4 TANJUNG AMAN TAHUN PELAJARAN 2024/2025," *Jurnal Griya Cendikia* 8, no. 1 (2025): 46-55.

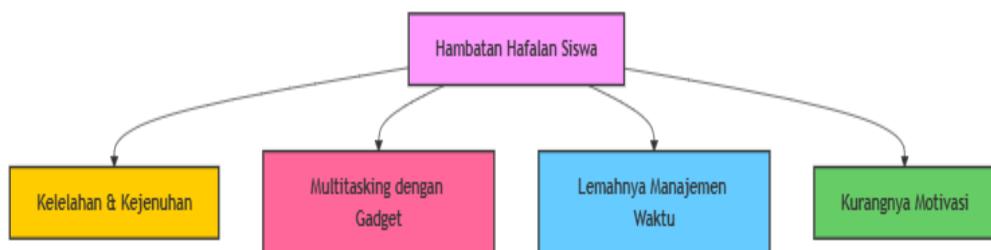
³⁴ Natasha Matthews, J. B. Mattingley, and P. E. Dux, "Media-Multitasking and Cognitive Control across the Lifespan," *Scientific Reports* 12, no. 1 (2022): 1-10, <https://doi.org/10.1038/s41598-022-07777-1>.

³⁵ Karen Murphy and Olivia Creux, "Examining the Association between Media Multitasking, and Performance on Working Memory and Inhibition Tasks," *Computers in Human Behavior* 114 (2021): 1-42, <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106532>.

³⁶ Yunita Ardila Putri et al., "IMPLEMENTASI METODE MURAJA 'AH SEBAGAI KARAKTERISASI DISIPLIN SISWA MELALUI HAFALAN KITAB ALFIYYAH IBNU MALIK DI," *Al 'Ulum Jurnal Pendidikan Islam* 5, no. 2 (2025): 265-84.

maksimal. Rizki menuturkan bahwa ia sering menunda hafalan pada malam hari karena lebih tertarik menggunakan gadget untuk menonton video atau bermain game, sehingga waktu yang seharusnya digunakan untuk mengulang hafalan menjadi terabaikan. Menurut penjelasan Pak Muchlis, sebagian siswa baru benar-benar serius mengulang hafalan menjelang setoran, sehingga proses pengulangan dilakukan dengan terburu-buru dan kurang mendalam. Selain itu, ada siswa yang sudah menuliskan target hafalan pada catatan, tetapi tidak disiplin dalam melaksanakannya, sehingga rencana tersebut tidak berjalan sebagaimana mestinya. Situasi ini menunjukkan bahwa kelemahan dalam manajemen waktu menjadikan gadget lebih banyak digunakan sebagai pengalih perhatian daripada sarana pendukung hafalan.

Hambatan *keempat* berkaitan dengan berkurangnya motivasi siswa disebabkan oleh pemanfaatan gadget secara berlebihan untuk hiburan, terutama ketika digunakan untuk membuka platform media sosial atau menikmati tayangan video dalam durasi yang panjang.³⁷ Kebiasaan ini membuat sebagian siswa lebih ter dorong untuk menghabiskan waktu bersama gadget dibandingkan membuka aplikasi Al-Qur'an digital yang mendukung kegiatan murojaah. Nabil menyampaikan bahwa setelah terlalu lama menonton video, dirinya sering merasa enggan mengulang hafalan karena tubuh sudah lelah dan pikiran menjadi sulit berkonsentrasi. Dampaknya, hafalan yang semestinya ditambah atau diperkuat sering tertunda hingga banyak ayat yang tidak sempat diulang. Kondisi tersebut memperlihatkan bahwa penggunaan gadget tanpa kontrol yang jelas dapat mengurangi semangat siswa dan mengganggu konsistensi dalam menjaga hafalan.³⁸



Gambar 1. Diagram Faktor Penghambat Hafalan

³⁷ Lenggogeni Arreza Sago et al., "Dampak Penggunaan Gadget Secara Berlebihan Terhadap Motivasi Belajar Siswa SDN 01 Banda Dalam," *Katalis Pendidikan: Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Matematika* 2, no. 2 (2025): 256-64, <https://doi.org/10.62383/katalis.v2i2.1700>.

³⁸ Lutfiana Dwi Mayasari, "Internalisasi Nilai Kesetaraan Gender Dalam Pendidikan Di Pondok Pesantren Al Iman Ponorogo," *Tarbawi Ngabar: Jurnal of Education* 4, no. 2 (July 31, 2023): 115-38, <https://doi.org/10.55380/tarbawi.v4i2.438>.

Berdasarkan uraian mengenai berbagai hambatan yang dihadapi siswa, terlihat bahwa menjaga konsistensi hafalan di tengah penggunaan gadget bukanlah hal yang mudah. Faktor psikologis, kebiasaan multitasking, lemahnya manajemen waktu, serta menurunnya motivasi akibat penggunaan gadget secara berlebihan terbukti memberikan pengaruh signifikan terhadap kualitas hafalan siswa. Kondisi tersebut memperlihatkan bahwa keberadaan gadget membawa dua sisi, yakni dapat menjadi sarana pendukung hafalan apabila diatur dengan baik, namun juga berpotensi besar menjadi distraksi yang melemahkan fokus dan semangat belajar. Oleh karena itu, regulasi diri yang kuat dari siswa serta pendampingan intensif dari guru dan orang tua sangat dibutuhkan agar penggunaan gadget tetap sejalan dengan tujuan pendidikan tahfidz. Dengan pengelolaan yang tepat, gadget akan lebih berfungsi sebagai alat bantu yang memperkuat hafalan, bukan sebagai penghalang dalam proses pembelajaran.

3. Kontribusi Regulasi Diri terhadap Peningkatan Kualitas Hafalan Siswa Tahfidzul Qur'an

Proses menghafal Al-Qur'an merupakan aktivitas yang membutuhkan kesungguhan, konsentrasi, dan upaya berkelanjutan agar hafalan tetap terjaga dengan baik. Tantangan yang dihadapi siswa tidak hanya terletak pada banyaknya ayat yang harus diingat, tetapi juga pada bagaimana mereka mampu mempertahankan hafalan tersebut secara konsisten. Dalam konteks ini, regulasi diri memiliki peran yang sangat menentukan. Regulasi diri dapat dimaknai sebagai kemampuan individu untuk mengendalikan kebiasaan, mengatur perilaku, dan menjaga konsistensi dalam kegiatan mengulang hafalan.³⁹ Peran tersebut tidak terbatas pada pengaturan jadwal belajar, melainkan juga mencakup kedisiplinan, ketepatan bacaan, keteraturan dalam murojaah, serta motivasi yang menjaga semangat belajar. Oleh karena itu, kontribusi regulasi diri dalam kegiatan menghafal Al-Qur'an dapat ditinjau melalui bagaimana siswa menata seluruh aktivitas mereka agar hafalan yang diperoleh tidak hanya lancar, tetapi juga memiliki kualitas yang baik.

Aspek pertama yang menunjukkan kontribusi regulasi diri terhadap peningkatan kualitas hafalan adalah kedisiplinan.⁴⁰ Siswa yang memiliki regulasi diri cenderung mampu mengatur dan menepati jadwal hafalan secara konsisten, baik

³⁹ Zaenol Hasan, "Perspektif Maqashid Al-Syariah Tentang Pendayagunaan Dana Zakat Untuk Membangun Infrastruktur," *Istidlal: Jurnal Ekonomi Dan Hukum Islam* 6, no. 2 (2022): 101-17, <https://doi.org/10.35316/istidlal.v6i2.441>.

⁴⁰ Yudi Hanafi, "Tafsir Maudhu'i: Pendekatan Dalam Menjawab Tantangan Zaman," *Jurnal Ulumul Qur'an* 18, no. 2 (2021): 23-39.

pada pada waktu pagi sebelum menjalani berbagai aktivitas maupun saat malam setelah menyelesaikan pembelajaran lainnya. Pola pengaturan waktu yang terencana ini memungkinkan proses menghafal dilakukan dalam kondisi yang lebih siap, sehingga tidak berlangsung tergesa-gesa ataupun sekadar untuk memenuhi kewajiban setoran.⁴¹ Hasil wawancara dengan guru tahfidz, Pak Muchlis, memperkuat temuan ini, bahwa siswa yang lebih cepat dalam menguasai hafalan pada umumnya adalah mereka yang mampu mengatur waktu dengan baik. Hal tersebut menunjukkan bahwa kedisiplinan yang dibangun melalui regulasi diri berperan penting dalam meningkatkan kelancaran setoran hafalan, menumbuhkan rasa percaya diri, serta meminimalisasi kesalahan bacaan.

Aspek kedua dari kontribusi regulasi diri terlihat pada ketepatan bacaan, khususnya dalam penerapan tajwid dan makhraj. Hafalan Al-Qur'an tidak hanya menuntut kelancaran pengucapan, tetapi juga kesesuaian dengan aturan membaca yang benar. Siswa yang menerapkan regulasi diri secara konsisten membiasakan diri untuk melakukan evaluasi bacaan, baik dengan mendengarkan rekaman suara sendiri maupun memanfaatkan aplikasi Al-Qur'an digital yang menyediakan fitur audio. Praktik ini memungkinkan kesalahan bacaan segera dikenali dan diperbaiki sehingga tidak menjadi kebiasaan. Hasil wawancara menunjukkan bahwa siswa yang rajin melakukan evaluasi mandiri, seperti Safira, memiliki tingkat ketepatan bacaan yang lebih baik saat setoran hafalan. Dengan demikian, regulasi diri memainkan peran penting dalam menjaga kualitas hafalan, menjadikan bacaan tidak hanya lancar tetapi juga benar secara kaidah.

Ketiga, regulasi diri membantu siswa menjaga konsistensi hafalan. Hafalan Al-Qur'an menuntut pengulangan secara berkesinambungan agar tetap melekat dalam ingatan. Siswa yang memiliki regulasi diri tinggi terbiasa melakukan murojaah harian, bukan hanya menjelang setoran hafalan. Konsistensi ini membuat hafalan lebih terjaga dan tidak mudah hilang, berbeda dengan siswa yang kurang teratur dalam mengulang hafalan.

Selain itu, regulasi diri memberikan kontribusi yang signifikan dalam mempertahankan motivasi belajar siswa.⁴² Proses hafalan yang intensif sering menimbulkan rasa lelah dan kejemuhan, terutama ketika siswa juga dihadapkan pada tugas akademik lainnya. Dengan kemampuan regulasi diri, siswa mampu

⁴¹ Irwan Irwan, Jufri Agus, and Jeki Saputra, "Penanaman Sikap Tanggung Jawab Dan Kepedulian Melalui Pembelajaran PKn Di Sekolah Dasar," *Jurnal Basicedu* 6, no. 6 (2022): 9264-73, <https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i6.3722>.

⁴² I Komang Adil Subagio and Asnah Marlina N. Limbong, "Dampak Teknologi Informasi Dan Komunikasi Terhadap Aktivitas Pendidikan," *Journal of Learning and Technology* 2, no. 1 (2023): 43-52, <https://doi.org/10.33830/jlt.v2i1.5844>.

mengatur waktu secara bijak, sehingga terdapat keseimbangan antara kegiatan belajar, murojaah, dan waktu untuk istirahat atau hiburan yang tetap bermanfaat.⁴³ Safira menyatakan bahwa dengan membuat jadwal yang terstruktur dan disiplin dalam menjalankannya, motivasinya untuk menambah hafalan tetap terjaga meskipun hari-hari terasa padat. Praktik ini menunjukkan bahwa regulasi diri tidak hanya membantu dalam pengaturan waktu, tetapi juga berperan dalam menjaga energi, fokus, dan ketekunan sehingga proses hafalan dapat dilakukan secara berkelanjutan dan hasilnya lebih optimal.⁴⁴

Temuan penelitian memperlihatkan bahwa regulasi diri memiliki peranan yang sangat signifikan dalam meningkatkan kualitas hafalan siswa Tahfidzul Qur'an. Berbagai strategi yang dijalankan, seperti mengatur waktu belajar, memilih media yang tepat, melakukan evaluasi mandiri, dan menjaga motivasi, membentuk cara belajar yang lebih tertata dan efektif. Dengan regulasi diri, siswa mampu memanfaatkan gadget sebagai alat bantu hafalan yang berguna, bukan sekadar untuk hiburan. Selain itu, regulasi diri mendukung kedisiplinan, ketepatan bacaan, konsistensi murojaah, serta motivasi belajar yang berkelanjutan. Dengan penerapan yang konsisten, regulasi diri terbukti membantu siswa meningkatkan kualitas hafalan sekaligus menjaga kelangsungan proses belajar mereka.

D. Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa regulasi diri memegang peran sentral dalam menentukan keberhasilan siswa tahfidz ketika memanfaatkan gadget sebagai media pendukung hafalan. Hasil temuan memperlihatkan bahwa kemampuan mengatur waktu, menjaga fokus, dan mengendalikan diri memiliki hubungan langsung dengan kelancaran, ketepatan, dan ketahanan hafalan Al-Qur'an. Di sisi lain, distraksi digital seperti multitasking, hiburan daring, serta kelelahan akibat jadwal pembelajaran berkontribusi menurunkan stabilitas hafalan. Secara teoretis, penelitian ini memberikan sumbangsih penting terhadap kajian mengenai integrasi aspek psikologis dan literasi digital dalam pembelajaran tahfidz. Kontribusinya praktisnya tampak pada rekomendasi bagi guru dan lembaga pendidikan untuk

⁴³ R Anggraeni and A Effane, "Peranan Guru Dalam Manajemen Peserta Didik," *Karimah Tauhid* 1, no. 2 (2022): 234-39, <https://doi.org/10.30997/karimahtauhid.v1i2.7701>.

⁴⁴ Mariani and Rezki Mawaddah, "Filantropi Dalam Islam Dan Implikasinya Terhadap Kondisi Sosial-Ekonomi Masyarakat (Perspektif Hukum Ekonomi Syariah)," *Journal of Islamic Economic and Law (JIEL)* 2, no. 1 (2025): 36-42, <https://doi.org/10.59966/jiel.v2i1.1666>.

mengembangkan pendampingan yang lebih terstruktur melalui penguatan disiplin belajar dan pemanfaatan teknologi secara terarah.

Implikasi pendidikan dari penelitian ini menegaskan perlunya memasukkan keterampilan regulasi diri sebagai bagian dari strategi pembelajaran tahlid agar siswa mampu memanfaatkan teknologi secara bijaksana di tengah derasnya arus distraksi digital. Penelitian ini memiliki keterbatasan karena ruang lingkupnya hanya mencakup satu kelas dengan jumlah informan terbatas, sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasikan secara luas. Keterbatasan lainnya terletak pada penggunaan data kualitatif yang masih bergantung pada subjektivitas informan serta konteks lapangan. Oleh karena itu, penelitian lanjutan dapat diarahkan pada kajian komparatif antar lembaga, penerapan pendekatan mixed-methods, atau pengembangan model intervensi untuk meningkatkan regulasi diri dan konsistensi hafalan. Dengan demikian, peluang untuk memperluas pemahaman tentang hubungan antara teknologi, regulasi diri, dan praktik tahlid dapat terbuka lebih luas.

E. Daftar Pustaka

- Abdurrahman, Syarif, and Suparti. "Strategi Pembelajaran Tahfidz Al-Qur'an Dalam Meningkatkan Kualitas Hafalan Peserta Didik (Studi Kasus Di SDIT Ar-Ruhul Jadid Jombang)." *Hamalatul Qur'an: Jurnal Ilmu-Ilmu Al-Qur'an* 4, no. 1 (2023): 41-52.
<https://www.jogoroto.org/index.php/hq/article/view/26%0Ahttps://www.jogoroto.org/index.php/hq/article/download/26/31>.
- Afriansyah, Ade, and Ali Rif'an. "Motivasi Santri Dalam Menghafal Al-Qur'an Berdasarkan Teori Abraham Maslow Di Pondok Pesantren Nurul Furqon 3 Malang." *Journal Islamic Studies* 1, no. 02 (2022): 71-82.
- Akbari, M. Yudo Agresi, Kusaeri, Yunus Abu Bakar, and Evi Fatimatur Rusydiyah. "Typology and Effectiveness of Al-Quran Memorization Applications." *Tafkir: Interdisciplinary Journal of Islamic Education* 5, no. 4 (2024): 584-97.
<https://doi.org/10.31538/tijie.v5i4.1158>.
- Alfi, Ade Maulia, Amara Febrisari, and Jihan Nur Azka. "Transformasi Pendidikan Agama Islam Melalui Teknologi." *Jurnal Religion: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya* 1, no. 4 (2023): 511-22.
<https://maryamsejahtera.com/index.php/Religion/index>.
- Anggraeni, R, and A Effane. "Peranan Guru Dalam Manajemen Peserta Didik." *Karimah Tauhid* 1, no. 2 (2022): 234-39.
<https://doi.org/10.30997/karimahtauhid.v1i2.7701>.
- Apandi, Sopian, Ayu Talenta Lumbantoruan, Medina Fikanti, Kartika Nazawa Sri Utami, and Siti Fatul Zahrani. "Pengaruh Teknologi Digital Terhadap Kebiasaan Dan Pola Perkembangan Generasi Alpha." *Journal on Education* 7, no. 2 (2025): 9471-80. <https://doi.org/10.31004/joe.v7i2.7916>.
- Aseery, Ahmad. "Enhancing Learners' Motivation and Engagement in Religious Education Classes at Elementary Levels." *British Journal of Religious Education* 46, no. 1 (2024): 43-58.

- [https://doi.org/10.1080/01416200.2023.2256487.](https://doi.org/10.1080/01416200.2023.2256487)
- Denny, Elaine, and Annalise Weckesser. "Bagaimana Melakukan Penelitian Kualitatif?" *Bjog* 129, no. 7 (2022): 1166-67. <https://doi.org/10.1111/1471-0528.17150>.
- Deslinda, Gadis. *Tahfidz Qur'an Dan Kecerdasan Emosional: Peran Regulasi Diri Dalam Menggapai Hidayah*. Vol. 4. CV Tahta Media Group, 2025.
- Faqihuddin, Achmad, Mokh Iman Firmansyah, and Abdillah Muflih. "Multisensory Approach in Memorizing the Al-Quran for Early Childhood: Integration of the Tradition of Memorizing the Al-Quran with Digital Technology." *AL-ISHLAH: Jurnal Pendidikan* 16, no. 2 (2024): 1289-1302. <https://doi.org/10.35445/alishlah.v16i2.5326>.
- Hanafi, Yudi. "Tafsir Maudhu'i: Pendekatan Dalam Menjawab Tantangan Zaman." *Jurnal Ulumul Qur'an* 18, no. 2 (2021): 23-39.
- Hayatika, Ainul, Arief Ardiansyah, and Moh Muslim. "Pengaruh Time-Management And Self-Regulated Learning Dengan Konsistensi Muroja'ah Al-Qur'an Mahasiswa Ukm Jam'iyyatul Qurro' Wal Huffadz Universitas Islam Malang." *Vicratina: Jurnal Pendidikan Islam* 10, NO. 3 (2025): 10.
- Herlina, Muhammad Alif, and Syaefulloh. "SELF-CONTROL DALAM PANDANGAN AL-QUR'AN, STUDI ALQUR'AN TEMATIK DENGAN PENDEKATAN GROUNDED THEORY." *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dan Keislaman* 5, no. 2 (2025): 286-300.
- Imam Sofii, Moh. Akib. "Menghafal Al Qur'an Di Era Digital: Problematis Dan Metodologis." *Al Furqan: Jurnal Ilmu Al Quran Dan Tafsir* 7, no. 1 (2024): 1-17. <https://doi.org/10.58518/alfurqon.v7i1.2436>.
- Irwan, Irwan, Jufri Agus, and Jeki Saputra. "Penanaman Sikap Tanggung Jawab Dan Kepedulian Melalui Pembelajaran PKn Di Sekolah Dasar." *Jurnal Basicedu* 6, no. 6 (2022): 9264-73. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i6.3722>.
- Ismail, Faisal Bin Husen, Dina Destari, Shakila Binti Ahmad, Halimi Binti Mohd Khalid, and Sharifah Khadijah Binti Syed Abu Bakar. "Control of Gadget Addiction Among Children: Analysis from an Islamic Perspective in the Digital Age." *Fenomena* 22, no. 2 (2022): 215-26. <https://doi.org/10.35719/fenomena.v22i2.154>.
- Johnson, Melissa A, and Kelly Norris Martin. "Accepted for Publication In." *Research Methods in Applied Linguistics.*, 2022, 1-31.
- Khoiruddin, Muhammad, and Ahmad Faiz. "Optimalizatin The Role Of Gadgets As A Medium Learning Tahfidzul Qur'an." *An-Nawa : Jurnal Studi Islam* 3, no. 2 (2021): 67-75. <https://doi.org/10.37758/annawa.v3i2.342>.
- Kusumawati, Amalia Anis. "Self Regulation Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik." *Jurnal EMPATI* 13, no. 3 (2024): 47-52. <https://doi.org/10.14710/empati.2024.45013>.
- Latipah, Eva. "Motives, Self-Regulation, and Spiritual Experiences of Hafizh (the Qur'an Memorizer) in Indonesia." *International Journal of Instruction* 15, no. 1 (2022): 653-72. <https://doi.org/10.29333/iji.2022.15137a>.
- Lenggogeni Arrefa Sago, Suci Wulandari, Adrias Adrias, and Fadilla Suciana. "Dampak Penggunaan Gadget Secara Berlebihan Terhadap Motivasi Belajar Siswa SDN 01 Banda Dalam." *Katalis Pendidikan : Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Matematika* 2, no. 2 (2025): 256-64. <https://doi.org/10.62383/katalis.v2i2.1700>.
- Lim, Weng Marc. "What Is Qualitative Research? An Overview and Guidelines." *Australasian Marketing Journal* 33, no. 2 (2024): 199-129. <https://doi.org/10.1177/14413582241264619>.
- Mariani, and Rezki Mawaddah. "Filantropi Dalam Islam Dan Implikasinya Terhadap

- Kondisi Sosial-Ekonomi Masyarakat (Perspektif Hukum Ekonomi Syariah)." *Journal of Islamic Economic and Law (JIEL)* 2, no. 1 (2025): 36-42. <https://doi.org/10.59966/jiel.v2i1.1666>.
- Matthews, Natasha, J. B. Mattingley, and P. E. Dux. "Media-Multitasking and Cognitive Control across the Lifespan." *Scientific Reports* 12, no. 1 (2022): 1-10. <https://doi.org/10.1038/s41598-022-07777-1>.
- Mayasari, Lutfiana Dwi. "Internalisasi Nilai Kesetaraan Gender Dalam Pendidikan Di Pondok Pesantren Al Iman Ponorogo." *Tarbawi Ngabar: Jurnal of Education* 4, no. 2 (July 31, 2023): 115-38. <https://doi.org/10.55380/tarbawi.v4i2.438>.
- Mubaidilla, Irfa'i Alfian, and Rafika Hafiza. "Dari Teks Ke Teknologi: Inovasi Media Pembelajaran Al-Qur'an Di Era Pendidikan Islam Digital." *Tarunaedu: Journal of Education and Learning* 3, no. 2 (2025): 49-59. <https://doi.org/10.54298/tarunaedu.v3i2.546>.
- Murphy, Karen, and Olivia Creux. "Examining the Association between Media Multitasking, and Performance on Working Memory and Inhibition Tasks." *Computers in Human Behavior* 114 (2021): 1-42. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106532>.
- Nafisatur, M. "Metode Pengumpulan Data Penelitian." *Metode Pengumpulan Data Penelitian* 3, no. 5 (2024): 5423-43.
- Nicmanis, Mitchell. "Reflexive Content Analysis: An Approach to Qualitative Data Analysis, Reduction, and Description." *International Journal of Qualitative Methods* 23 (2024): 1-12. <https://doi.org/10.1177/16094069241236603>.
- Putri, Yunita Ardila, Adri Efferi, Universitas Islam, and Negeri Sunan. "IMPLEMENTASI METODE MURAJA 'AH SEBAGAI KARAKTERISASI DISIPLIN SISWA MELALUI HAFALAN KITAB ALFIYYAH IBNU MALIK DI." *Al 'Ulum Jurnal Pendidikan Islam* 5, no. 2 (2025): 265-84.
- Qomaruddin, and Halimah Sa'diyah. "Kajian Teoritis Tentang Teknik Analisis Data Dalam Penelitian Kualitatif: Perspektif Spradley, Miles Dan Huberman." *Journal of Management, Accounting and Administration* 1, no. 2 (2024): 77-84. <https://doi.org/10.52620/jomaa.v1i2.93>.
- Ratnadewi, Ratnadewi, Olga Catherina Pattipawaej, Ria Wardani, Ida Ida, and Ariesa Pandanwangi. "Wise Education in the Use of Gadgets." *Community Empowerment* 8, no. 6 (2023): 814-22. <https://doi.org/10.31603/ce.8354>.
- Rumbiak, Amelia. "Teologi Ibadah Dan Spiritualitas Generasi Milenial." *Jurnal Teologi Amreta (ISSN: 2599-3100)* 3, no. 2 (2021): 64-100. <https://doi.org/10.54345/jta.v3i2.32>.
- Safitri, Febriani, Ramlah, William Sandy, and Alda Cendekia Siregar. *Literasi Digital Dalam Dunia Pendidikan*. Jambi: PT. Sonpedia Publishing Indonesia, 2025.
- Saptama, Nadila Gustian, and Eny Munisah. "FAKTOR INTERNAL PENGHAMBAT MEMBACA PERMULAAN SISWA KELAS II SEKOLAH DASAR NEGERI 4 TANJUNG AMAN TAHUN PELAJARAN 2024/2025." *Jurnal Griya Cendikia* 8, No. 1 (2025): 46-55.
- Subagio, I Komang Adil, And Asnah Marlina N. Limbong. "Dampak Teknologi Informasi Dan Komunikasi Terhadap Aktivitas Pendidikan." *Journal of Learning and Technology* 2, no. 1 (2023): 43-52. <https://doi.org/10.33830/jlt.v2i1.5844>.
- Suryana, Ermis, Udin Supriadi, Miftahul Fikri, Arvin Efriani, and Sukree Langputeh. "Exploring Memorization Patterns in the Tahfidz and Tarjamah Qur'an Programs." *Jurnal Pendidikan Islam* 10, no. 2 (2024): 375-86. <https://doi.org/10.15575/jpi.v10i2.29969>.

- Tarumasely, Yowelna. *Meningkatkan Kemampuan Belajar Mandiri*. Lamongan: Academia Publication, 2024.
- Umar, Hanif, and Eli Masnawati. "Peran Lingkungan Sekolah Dalam Pembentukan Identitas Remaja." *Jurnal Kajian Pendidikan Islam* 3, no. Fadlillah 2017 (2024): 191-204. <https://doi.org/10.58561/jkpi.v3i2.137>.
- Urbina, Santos, Sofía Villatoro, and Jesús Salinas. "Self-Regulated Learning and Technology-Enhanced Learning Environments in Higher Education: A Scoping Review." *Sustainability (Switzerland)* 13, no. 13 (2021): 1-12. <https://doi.org/10.3390/su13137281>.
- Wilson, Samantha A., Paula Byrne, Sarah E. Rodgers, and Michelle Maden. "A Systematic Review of Smartphone and Tablet Use by Older Adults With and Without Cognitive Impairment." *Innovation in Aging* 6, no. 2 (2022): 1-19. <https://doi.org/10.1093/geroni/igac002>.
- Wirth, Joachim, Ferdinand Stebner, Melanie Trypke, Corinna Schuster, and Detlev Leutner. "An Interactive Layers Model of Self-Regulated Learning and Cognitive Load." *Educational Psychology Review* 32, no. 4 (2020): 1127-49. <https://doi.org/10.1007/s10648-020-09568-4>.
- Zaenol Hasan. "Perspektif Maqashid Al-Syariah Tentang Pendayagunaan Dana Zakat Untuk Membangun Infrastruktur." *Istidlal: Jurnal Ekonomi Dan Hukum Islam* 6, no. 2 (2022): 101-17. <https://doi.org/10.35316/istidlal.v6i2.441>.
- Zuhriyah, Latifatu. "Peran Gadget Dalam Pembelajaran Tahfidz Di Pesantren Putri An Nuriyah Surabaya." *Tajdid* 9, no. 2 (2025): 214-24. <https://doi.org/10.52266/tadjid.v9i2.5081>.