

**Model Regulasi Diri Dalam Pengembangan Sikap Spiritual MIN 1 Jombang**  
**Self Regulation Model in the Development of Spiritual Attitudes MIN 1 Jombang**

**Ni'matul Izza**

email: [nimatulizza@gmail.com](mailto:nimatulizza@gmail.com)

Abstract: Spiritual attitude development as a conscious effort designed to assist individuals in developing knowledge, skills, and personality in spiritual attitudes. Four values in the implementation are applied in primary schools that must be developed, namely, observance of worship, gratitude behavior, praying before and after doing activities, tolerance in worship. Based on this value there is a human relationship with God, humans with humans, and humans with the universe. In a relationship with God, human beings are obliged to perform compulsory worship, even though maintaining their terminology, everyone is not necessarily capable. Good self-regulation by regulating itself affects the process of spiritual attitude done in life. This study aims to describe the development of spiritual attitudes in MIN 1 Jombang. As well as describing the regulation model of MIN 1 Jombang students in carrying out compulsory worship. The research method used in this research is descriptive qualitative which intends to understand the main phenomena in developing spiritual attitudes in MIN 1 Jombang and describing the regulatory models of MIN 1 Jombang students. The findings that can be explained are, the self-regulation model of students in MIN 1 Jombang in maintaining the term of worship to perform compulsory worship tends to be from the external regulation model, the model that is influenced by others to run it, and the existence of these influences which then encourages students to carry out each when and continuously and become a habit, so that without being instructed by others students will do it themselves, the model of self-regulation changes into an intrinsically motivated behavior model in which he feels that worship is a very valuable activity that needs to be done.

**Keywords:** *Self-regulation, Self Regulatory Model, Spiritual attitude*

Abstrak: Pengembangan sikap spiritual sebagai upaya sadar yang dirancang untuk membantu individu dalam mengembangkan pengetahuan, keterampilan, dan kepribadian dalam sikap spiritual. Ada empat nilai dalam pelaksanaan yang diterapkan di sekolah dasar yang wajib dikembangkan yaitu, ketaatan beribadah, perilaku syukur, berdoa sebelum dan sesudah melakukan kegiatan, toleransi dalam beribadah. Berdasarkan nilai tersebut terdapat hubungan

manusia dengan Tuhan, manusia dengan manusia, dan manusia dengan alam semesta. Dalam hubungan dengan Tuhan manusia wajib melakukan ibadah wajib walaupun menjaga keistiqomahannya semua orang belum tentu mampu. Regulasi diri yang baik dengan mengatur dirinya sendiri berpengaruh terhadap proses sikap spiritual yang dilakukan dalam kehidupan. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pengembangan sikap spiritual di MIN 1 Jombang. Serta mendeskripsikan model regulasi siswa MIN 1 Jombang dalam menjalankan ibadah wajib. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif deskriptif yang bermaksud untuk memahami fenomena utama dalam pengembangan sikap spiritual di MIN 1 Jombang serta mendeskripsikan model regulasi para siswa MIN 1 Jombang. Hasil temuan yang dapat dipaparkan yakni, model regulasi diri para siswa di MIN 1 Jombang dalam menjaga keistiqomahan untuk melakukan ibadah wajib cenderung dari model *external regulation*, yaitu model yang dipengaruhi oleh orang lain untuk menjalankannya, dan adanya pengaruh tersebut yang kemudian mendorong siswa untuk menjalankan setiap saat dan terus menerus dan menjadi kebiasaan, sehingga tanpa di perintah orang lain siswa akan mengerjakannya sendiri, model regulasi diri berubah menjadi model *intrinsically motivated behavior* yang dimana ia merasa bahwa ibadah merupakan aktivitas yang sangat berharga yang perlu dikerjakan.

**Kata kunci :** *Regulasi diri, Model Regulasi diri, Sikap spiritual*

## A. Pendahuluan

Pendidikan bukan sekedar persoalan teknik pengolahan informasi, bahkan bukan penerapan 'teori belajar' di kelas atau menggunakan ujian prestasi yang berpusat pada mata pelajaran. Pendidikan merupakan usaha yang kompleks untuk menyesuaikan kebudayaan dengan kebutuhan anggotanya, dan menyesuaikan anggotanya dengan cara mereka mengetahui kebutuhan kebudayaan (Bruner Jerome, 1960).

Salah satu bentuk budaya yang perlu diperhatikan adalah budaya spiritual. Budaya spiritual sekolah merupakan cara berfikir dan cara bertindak warga sekolah yang didasarkan atas nilai-nilai keberagaman. Oleh karena itu, dalam pelaksanaannya nilai-nilai keberagaman dapat dilakukan dengan berbagai cara, antara lain melalui, kebijakan pimpinan sekolah, pelaksanaan kegiatan belajar

mengajar di kelas, kegiatan ekstrakurikuler di luar kelas serta tradisi dan Perilaku warga sekolah secara kontinyu dan konsisten sehingga tercipta tradisi tersebut dalam lingkungan sekolah.

Nilai spiritual adalah nilai-nilai kehidupan yang mencerminkan tumbuh kembangnya kehidupan beragama yang terdiri dari tiga unsur pokok yaitu aqidah, ibadah, dan akhlak yang menjadi pedoman perilaku sesuai dengan aturan-aturan atau untuk mencapai kesejahteraan serta kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat. Bila nilai-nilai tersebut telah tertanam dalam diri siswa dan dipupuk dengan baik, maka mereka dengan sendirinya akan tumbuh menjadi jiwa yang agamis.

Ibadah merupakan salah satu aktivitas atau kegiatan yang ada disetiap agama yang ada diseluruh dunia, terdapat banyak ibadah yang harus dilaksanakan dan dipatuhi oleh setiap umatnya kepada Tuhan

Yang Maha Esa. Meskipun dalam keadaan apapun dan dimana pun berada terutama ibadah wajib harus tetap dilaksanakan karena bila tidak menjalankan perintah Tuhan ganjarannya adalah dosa. Generasi kita, anak-anak usia dini merupakan calon pemimpin di negeri ini, baik buruknya negeri ini nantinya tergantung pada baik buruknya anak-anak kita saat ini. Oleh karena itu mempersiapkan calon pemimpin bangsa hendaknya dilakukan semenjak usia dini. Salah satu upaya untuk anak-anak yang mempunyai akhlak yang baik yaitu menanamkan ketaatan beribadah sejak dini. Sehingga dengan memahami ibadah dari usia dini inilah jati diri dan kepribadian anak-anak akan mulai terlihat bahkan akan terus melekat sampai tua kelak.

Di era globalisasi dan peradaban dunia yang semakin maju ini, anak-anak usia dini dihadapkan pada pilihan antara kesenangan duniawi yang semakin menarik dan canggih yang memerlukan waktu banyak untuk melakukan kegiatannya dibandingkan kesenangan akhirat yang salah satu ibadah utamanya yang tidak memerlukan waktu banyak untuk melakukannya. Di samping itu lingkungan anak juga yang banyak mempengaruhi jati diri identitas seorang anak sehingga lingkungan yang baik dan religius sangat diperlukan sekali untuk mendukung dan membangun kepribadian anak. Kedudukan agama dalam pendidikan nasional, Agama memiliki kedudukan yang penting dalam pendidikan nasional, yaitu tujuan pendidikan nasional, pengembangan kurikulum, dan kelembagaan pendidikan agama.

Kedudukan Agama Dalam Pendidikan Nasional, Agama memiliki kedudukan yang penting dalam pendidikan nasional. Pertama, tujuan pendidikan nasional:

"Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa bertujuan

untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab (UUD 20, 2003)."

Kedua, pengembangan kurikulum: Kurikulum disusun sesuai dengan jenjang pendidikan dalam kerangka Negara Kesatuan Republik Indonesia dengan memperhatikan: (a) peningkatan iman dan takwa, (b) peningkatan akhlak mulia, (c) peningkatan potensi, kecerdasan, dan minat peserta didik, (d) keragaman potensi daerah dan lingkungan, (e) tuntutan pengembangan daerah dan nasional, (f) perkembangan ilmu pengetahuan, teknologi dan seni, (g) agama, (h) dinamika perkembangan global, (i) persatuan nasional dan nilai-nilai kebangsaan. Ketiga, pendidikan agama merupakan bagian tak terpisahkan dari pembaharuan dan pembangunan pendidikan nasional: "Pembaharuan sistem pendidikan nasional memerlukan strategi tertentu. Strategi pembangunan pendidikan nasional dalam undang-undang ini meliputi: (1) pelaksanaan pendidikan agama serta akhlak mulia, (2)...( Penjelasan umum UU 20,2003)"

Pelaksanaan nilai tersebut khususnya ibadah wajib di sekolah dasar. Tidak semua siswa sekolah dasar mampu melaksanakan ibadah wajib secara rutin. Meskipun begitu, terdapat beberapa siswa sekolah dasar yang mampu melaksanakan ibadah wajib dengan rutin (Kepala Sekolah MIN 1 Jombang, 2019). Terdapat banyak faktor yang mempengaruhi anak dalam melakukan hal tersebut. Siswa yang mampu melakukan ibadah wajib secara rutin tidak lepas dari pengaturan diri yang baik. Pengaturan diri yang baik ini dalam psikologi disebut dengan regulasi diri.

Salah satu upaya menanamkan ketaatan beribadah yaitu dengan pengelolaan diri atau lebih dikenal dengan

istilah *self regulation*, regulasi diri merupakan proses seseorang dalam berpikir, mengatur, dan bertindak sesuai dengan tujuan yang telah di rencanakan. Sehingga, seseorang dapat memberikan nilai pada keberhasilan atas pencapaian dan memberikan suatu penghargaan pada diri sendiri yang telah mencapai target tersebut (Agus Sofyandi Kahfi, 2013). Regulasi diri yang baik akan membantu seseorang untuk menjalankan peran dalam kehidupan sehari-hari dengan baik, dan sebaliknya ketika seseorang belum dapat meregulasikan diri dengan baik maka peran yang sedang dilakukan akan mengganggu peran yang lainnya. Pelaksanaan nilai tersebut khususnya ibadah wajib di sekolah dasar. Tidak semua siswa sekolah dasar mampu melaksanakan ibadah wajib secara rutin. Meskipun begitu, terdapat beberapa siswa sekolah dasar yang mampu melaksanakan ibadah wajib dengan rutin. Terdapat banyak faktor yang mempengaruhi anak dalam melakukan hal tersebut. Siswa yang mampu melakukan ibadah wajib secara rutin tidak lepas dari pengaturan diri yang baik. Pengaturan diri yang baik ini dalam psikologi disebut dengan regulasi diri. Untuk itu diharapkan semua siswa dapat mengatur diri dengan baik.

## B. Kajian Teori

Regulasi diri adalah bagaimana manusia mampu mengatur dirinya sendiri, mempengaruhi tingkah lakunya sendiri dengan cara mengatur lingkungan, menciptakan dukungan kognitif, serta mengadakan konsekuensi bagitingkah lakunya sendiri (A. Bandura, 1986).

Regulasi diri berkaitan dengan perbangkitan semangat diri baik pikiran, perasaan, dan tindakan yang direncanakan serta adanya timbal balik yang disesuaikan pada pencapaian tujuan personal. Yang artinya bahwa regulasi ini berkaitan dengan metakognisi, motivasi, dan perilaku yang berpartisipasi aktif untuk menvapai tujuan

personal (Lisy Chairani dan M.A Subandi, 2010).

Berdasarkan kesimpulan di atas dapat disimpulkan bahwa regulasi diri adalah kemampuan seseorang mengontrol, mengatur, merencanakan, mengarahkan, dan memonitor perilaku dalam melakukan kegiatan untuk dapat mencapai tujuan dengan menggunakan strategi tertentu meliputi metakognitif, motivasi dan perilaku agar apa yang dilakukan sesuai dengan tujuan.

Adapun bentuk model regulasi diri berdasarkan pada teori *negative loop feedback* diri yaitu (Brown dan Ryan, 2010):

- a. *Amotivation regulation* adalah menunjukkan ketiadaan motivasi terhadap sebuah aktifitas.
- b. *External regulation* perilaku dipengaruhi oleh orang lain atau faktor eksternal (keluarga, guru, teman dll).
- c. *Introjected regulation* ketika sebuah perilaku ditentukan oleh tekanan yang dibebankan pada diri sendiri dikarenakan menghindari perasaan bersalah.
- d. *Identified regulation* menggambarkan situasi dimana seseorang menerima suatu nilai dari sebuah perilaku dan terjadi ketika perilaku dimotivasi oleh *personal goals*.
- e. *Intrinsically motivated behavior* muncul secara sukarela tanpa ada keterkaitan dengan faktor eksternal karena individu merasa suatu aktivitas bernilai. Motivasi ini menjadi dasar munculnya rasa berkompeten, mandiri dan terhubung (*related*).

Adapun tahap pengaturan diri di berbagai tingkatan kelas dapat dilihat pada tabel berikut (Jeanne Ellis Ormrod, 2009).

Tingkatan Kelas	Karakteristik Sesuai Usia
K-2	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Adanya internalisasi tertentu terhadap standar perilaku orang dewasa</li> <li>2. Munculnya kemampuan untuk menetapkan tujuan-tujuan yang dipilih sendiri terkait pembelajaran dan pencapaian/prestasi</li> <li>3. Evaluasi mandiri terhadap keefektifan dan kelayakan tindakan, adanya perasaan bersalah terhadap kesalahan berperilaku</li> <li>4. Adanya perbedaan individual dalam hal kemampuan mengontrol impuls-impuls, emosi, dan atensi, hubungan dengan teman sebaya dan performa di kelas di pengaruhi oleh seberapa besar kontrol diri dalam wilayah-wilayah ini</li> </ol>
3-5	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kemampuan yang terus berkembang untuk menilai performa dan kemajuan sendiri</li> <li>2. Perasaan bersalah dan malu atas performa yang tidak memuaskan dan pelanggaran moral</li> <li>3. Munculnya strategi-strategi belajar yang diatur sendiri (self-regulated)</li> <li>4. Kesulitan mengendalikan diri terlihat terutama pada siswa-siswa yang mengalami hambatan kognitif dan perilaku</li> </ol>
6-8	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Meningkatnya kemampuan untuk merencanakan tindakan di masa yang akan datang, sebagian karena meningkatnya kemampuan berpikir abstrak</li> <li>2. Meningkatnya penguasaan atas beberapa strategibelajar yang bersifat self-regulating, khususnya strategi-stretegi yang melibatkan perilaku-perilaku terbuka/tampak (overt behaviour)</li> <li>3. Munculnya strategi-strategi motivasi diri (meminimalkan distraksi, mencari cara-cara membuat tugas yang membosankan menjadi menarik dan menyenangkan, mengingatkan diri sendiri mengenai pentingnya bekerja dengan baik)</li> </ol>
9-12	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penetapan tujuan dengan rentang yang lebih panjang</li> <li>2. Meningkatnya penguasaan atas strategi-strategi belajar (kognitif) internal</li> <li>3. Adanya variasi yang besar dalam hal kemampuan mengatur sendiri pembelajaran, khususnya dalam aktivitas-aktivitas belajar mandiri</li> </ol>

Tabel 3.1 Pengaturan Diri di Berbagai Tingkatan Kelas

Sikap berasal dari kata latin *aptus* yang berarti dalam keadaan sehat dan siap melakukan suatu tindakan. Secara harfah, sikap dipandang sebagai kesiapan raga yang dapat diamati (Sarlit. W. Sarwono & Eko A. Meinarno, 2015). Sikap yaitu suatu kecenderungan untuk bereaksi dengan cara tertentu terhadap suatu perangsang atau situasi yang dihadapi. Bagaimana reaksi

sesorang apabila ia terkena suatu rangsangan baik mengenai orang, benda-benda, ataupun situasi yang mengenai dirinya.

Sikap merupakan kosep yang kompleks, sikap sebagai reaksi positif dan negatif seseorang, dan objek. Sebagai tingkah laku sebagai reaksi terhadap suatu rangsangan, yang disertai dengan perasaan

(senang- tidak senang, suka- tidak suka) reaksi terhadap suatu yang datang dari luar (E. Mulyasa, 2013).

Sikap adalah kecenderungan individu untuk bereaksi terhadap suatu obyek, mendekati atau menjauh. Sikap seseorang akan dipengaruhi oleh kadar pendidikannya dan terbawa dalam pembawaan sejak lahir karena pendapat atau keyakinan bisa ditanamkan dalam pendidikan. Sehingga melalui pendidikan formal maupun nonformal sikap seseorang akan dapat terbentuk (Agusnawar, 2002).

Dalam studi kepustakaan mengenai sikap diuraikan bahwa sikap merupakan produk dari proses sosialisasi dimana seseorang bereaksi sesuai dengan rangsang yang diterimanya. Jika sikap mengarah pada objek tertentu, berarti bahwa penyesuaian diri terhadap obyek tersebut dipengaruhi oleh lingkungan sosial dan kesediaan untuk bereaksi dari seseorang tersebut kepada obyek (Mar'at, 1981).

Dari berbagai definisi dan pengertian tersebut, pada umumnya dapat dimasukkan pada pemikiran terhadap pengertian sikap. Sikap adalah pencerminan rasa senang atau tidak senangnya seseorang atau bisa juga ras biasa-biasa saja dari seseorang terhadap sesuatu. Sikap siswa dalam pembelajaran mempunyai peran yang sangat penting dalam menentukan keberhasilan belajar dimana hal itu dipengaruhi oleh pengetahuan kebiasaan, lingkungan, keyakinan, dan kondisi oleh karena itu sikap dapat berubah-ubah.

Echols dan Shadily mengatakan bahwa menurut bahasa kata spiritualitas berasal dari bahasa Inggris yaitu "*spirituality*" kata dasarnya "*spirit*" yang berarti roh, jiwa, semangat. Ingresoll menjelaskan kata "*spirit*" sendiri berasal dari bahasa latin yang berarti luas atau dalam, keteguhan atau keyakinan, energi atau semangat, dan kehidupan. Kata spiritual berasal dari bahasa latin yang berarti "*of the spirit*" atau kerohanian.

Ingressol juga berpendapat bahwa kata spiritualitas sebagai wujud dari karakter spiritual, kualitas dasar atau sifat

dasar. Belakangan definisi spiritualitas yaitu komunikasi dengan Tuhan, dan upaya seseorang bersatu dengan Tuhan. Witmer mendefinisikan bahwa spiritual adalah suatu kepercayaan akan adanya suatu kekuatan atau sesuatu terhadap sesuatu yang lebih agung dari dirinya sendiri (Desmita, 2009). Karakteristik perkembangan spiritual anak usia dasar adalah tahap *mythic literal faith*, yang di mulai usia 7-11 tahun. Menurut Fowler dalam Desmita, berpendapat bahwa tahap ini, sesuai dengan tahap kognitifnya, anak mulai berfikir secara logis dan mengatur dunia dengan kategori- kategori baru. Pada tahap ini anak secara sistematis mulai mengambil makna dari tradisi masyarakat dan secara khusus menemukan maknanya.

Sebagai anak yang berada dalam tahap operasional konkret, maka anak usia sekolah dasar akan memahami segala sesuatu yang abstrak dengan interpretasi secara konkret. Hal ini juga berpengaruh terhadap pemahaman mengenai konsep-konsep keagamaan. Dengan itu, gagasan yang tadinya bersifat abstrak yang tadinya dipahami secara konkret, seperti Tuhan itu Satu, Tuhan itu amat dekat, Tuhan ada dimana-mana, mulai dapat dipahami secara abstrak (Desmita, 2009).

Sikap spiritual terkait dengan pembentukan seseorang menjadi orang yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa. Sikap spiritual adalah kecenderungan merespon secara konsisten baik menyukai atau tidak menyukai suatu objek yang meliputi aspek keyakinan, peribadatan, penghayatan, pengetahuan, dan pengalaman ajaran agama yang dianut oleh peserta didik.

Untuk mewujudkan sikap spiritual dapat dilakukan dengan melalui pendekatan pembiasaan, keteladanan, dan pendekatan persuasif atau mengajak kepada warga sekolah dengan cara yang halus, dengan memberikan alasan dan prospek baik yang bisa meyakinkan mereka. Menurut Muhaimin dalam Asmaun sahlam, untuk mewujudkan sikap yang baik di

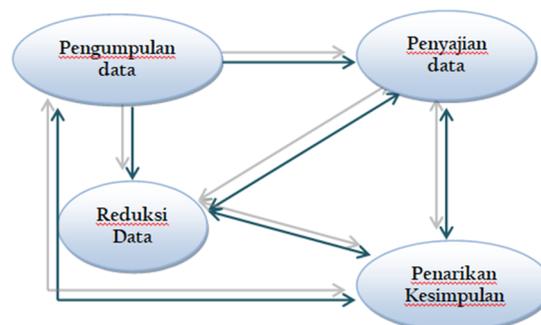
sekolah dapat dilakukan melalui beberapa pendekatan diantaranya yaitu Pendekatan struktural, yaitu melalui komitmen dan kebijakan pimpinan sekolah, sehingga lahirnya berbagai peraturan atau kebijakan yang mendukung terhadap lahirnya berbagai kegiatan keagamaan di sekolah beserta berbagai sarana dan prasarana pendukungnya termasuk dari sisi pembiayaan. Dengan demikian pendekatan ini lebih bersifat “top down” yakni kegiatan keagamaan yang dibuat atas prakarsa atau instruksi dari pejabat atau pimpinan sekolah. Pendekatan formal, sekolah melalui pengoptimalan kegiatan belajar mengajar (KBM) mata pelajaran agama di sekolah yang setiap minggu untuk sekolah negeri ditetapkan dua jam pelajaran.

### C. Metode penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif kualitatif. Penelitian deskriptif kualitatif, yaitu penelitian yang mencoba untuk memberikan gambaran secara sistematis tentang situasi, permasalahan, fenomena ataupun menyediakan informasi (Restu Kartiko Widi, 2010). Peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pertimbangan karena peneliti akan meneliti secara mendalam mengenai regulasi diri dalam pengembangan sikap spiritual. Oleh karena itu, penelitian kualitatif ini menggunakan teknik pengumpulan data berupa, observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi sehingga memudahkan proses penelitian. Melalui observasi di lapangan, peneliti akan mengetahui secara langsung bagaimana regulasi diri anak dalam pendidikan spiritual di sekolah, dan kegiatan apa saja yang dilakukan oleh orang tua ketika siswa di rumah.

Penelitian ini dilakukan di MIN 1 Kota Jombang, yang beralamatkan di Kec. Jombang Kab Jombang, Jawa Timur. Sekolah dasar tersebut adalah terhitung sebagai sekolah unggulan di kota Jombang yang sudah memiliki berbagai penghargaan. Disamping itu sekolah tersebut memiliki

program pendidikan dalam penanaman keagamaan yang bagus.



Tabel 2.1 Metode penelitian

### D. Pembahasan

Bahwa *self-regulated* merupakan kemampuan peserta didik dalam menghadapi situasi belajar yang meliputi beberapa aspek, diantaranya adalah aspek metakognitif, yaitu peserta didik yang meregulasi diri mampu merencanakan dan menetapkan tujuan belajar, memonitor dan mengevaluasi kemajuan mereka dalam belajar. Aspek motivasi, yaitu peserta didik yang meregulasi diri memiliki keyakinan diri yang tinggi dan mampu memotivasi diri sendiri. Aspek perilaku, yaitu peserta didik yang meregulasi diri mampu memilih, menyusun, dan menciptakan lingkungan belajar yang kondusif sehingga mendukung proses belajar yang optimal.

Ketiga aspek di atas jika digunakan secara tepat sesuai dengan kebutuhan dan kondisi akan menunjang kemampuan pengelolaan diri yang optimal. Berdasarkan uraian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa aspek regulasi diri yang terdiri dari metakognisi yaitu bagaimana individu mengorganisasi, merencanakan dan mengukur diri dalam beraktivitas. Motivasi mencakup strategi apa yang digunakan untuk menjaga diri atas rasa kecil hati. Perilaku bagaimana individu menyeleksi, menyusun, dan memanfaatkan lingkungan sosial dalam kegiatannya.

Sikap individu dapat dipengaruhi oleh orang lain, khususnya oleh informasi yang beredar silih berganti dalam ruang

pribadi dari berbagai macam sumber. Melimpahnya komunikasi dalam kehidupan membawa dampak pada ledakan informasi yang terus menerus dibawa media keruang kehidupan pribadi seseorang (Inge Hutagalung, 2015).

Sebagai sistem yang menyeluruh, Islam mendorong pemeluknya untuk beragama secara menyeluruh pula, baik dalam berpikir, bersikap maupun bertindak, harus didasarkan pada prinsip penyerahan diri dan pengabdian secara total kepada Allah, kapan, dimana dan dalam keadaan bagaimanapun. Karena itu, hanya konsep yang mampu memberi penjelasan tentang kemenyeluruhan yang mampu memahami keberagaman umat Islam. hal ini sebagaimana yang terdapat dalam QS. Al-Baqarah ayat 208

"Hai orang-orang yang beriman, masuklah kamu ke dalam Islam keseluruhan, dan janganlah kamu turut langkah-langkah syaitan. Sesungguhnya syaitan itu musuh yang nyata bagimu (Kementerian Agama, 2008).

Keberagaman seseorang diwujudkan dalam berbagai sisi kehidupannya. Aktivitas beragama bukan hanya terjadi ketika seseorang melakukan perilaku ritual (beribadah) tetapi juga ketika melakukan aktivitas lain yang didorong oleh kekuatan supranatural. Bukan hanya berkaitan dengan aktivitas yang tampak dan dapat dilihat dengan mata, tetapi juga aktivitas yang tidak tampak dan terjadi dalam hati seseorang.

Berdasarkan jabaran di atas dapat dipahami bahwa sikap spiritual adalah nilai-nilai kehidupan yang mencerminkan tumbuh kembangnya kehidupan beragama yang terdiri dari tiga unsur pokok yaitu aqidah, ibadah, dan akhlak yang menjadi pedoman perilaku sesuai dengan aturan-aturan atau untuk mencapai kesejahteraan serta kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat.

Bila sikap tersebut telah tertanam dalam diri siswa dan dipupuk dengan baik, maka mereka dengan sendirinya akan

tumbuh menjadi jiwa yang baik. Dalam hal ini jiwa agama merupakan suatu kekuatan batin, daya dan kesanggupan dalam jasad manusia yang menurut para ahli ilmu jiwa agama, kekuatan tersebut bersarang pada akal, kemauan, dan perasaan. Selanjutnya jiwa tersebut dituntun dan dibimbing oleh peraturan atau undang-undang Ilahi yang disampaikan melalui para nabi dan rasul-Nya, untuk mengatur hidup dan kehidupan sehingga mencapai kesejahteraan baik kehidupan di dunia maupun di akhirat kelak.

Sikap belajar siswa akan berwujud dalam bentuk perasaan senang atau tidak senang, setuju atau tidak setuju, suka atau tidak suka terhadap hal-hal tersebut. Sikap tersebut akan berpengaruh terhadap proses dan hasil belajar yang dicapainya. Sesuatu yang menimbulkan rasa senang akan cenderung untuk diulang, demikian menurut hukum belajar yang dikemukakan oleh Thorndike.

Bila jiwa agama telah tumbuh dengan subur dalam diri siswa, maka tugas pendidik selanjutnya adalah menjadikan nilai-nilai agama sebagai sikap beragama siswa. Sikap beragama merupakan suatu keadaan yang ada dalam diri seseorang yang mendorongnya untuk bertingkah laku sesuai dengan kadar ketaantannya kepada agama. Sikap keagamaan tersebut karena adanya konstitusi antara kepercayaan terhadap agama sebagai unsur kognitif dan perilaku terhadap agama sebagai unsur kognitif/psikomotorik. Jadi sikap keagamaan pada anak sangat berhubungan erat dengan gejala kejiwaan anak yang terdiri dari tiga aspek tersebut.

Untuk mewujudkan sikap spiritual dapat dilakukan dengan melalui pendekatan pembiasaan, keteladanan, dan pendekatan persuasif atau mengajak kepada warga sekolah dengan cara yang halus, dengan memberikan alasan dan prospek baik yang bisa meyakinkan mereka. Menurut Muhaimin dalam Asmaun sahan, untuk mewujudkan sikap yang baik di

sekolah dapat dilakukan melalui beberapa pendekatan yaitu:

- a) Pendekatan struktural, yaitu melalui komitmen dan kebijakan pimpinan sekolah, sehingga lahirnya berbagai peraturan atau kebijakan yang mendukung terhadap lahirnya berbagai kegiatan keagamaan di sekolah beserta berbagai sarana dan prasarana pendukungnya termasuk dari sisi pembiayaan. Dengan demikian pendekatan ini lebih bersifat "top down" yakni kegiatan keagamaan yang dibuat atas prakarsa atau instruksi dari pejabat atau pimpinan sekolah.
- b) Pendekatan formal, sekolah melalui pengoptimalan kegiatan belajar mengajar (KBM) mata pelajaran agama di sekolah yang setiap minggu untuk sekolah negeri ditetapkan dua jam pelajaran.

Pendekatan mekanik, sekolah yang didasari oleh pemahaman bahwa kehidupan terdiri atas berbagai aspek, dan pendidikan dipandang sebagai penanaman dan pengembangan seperangkat nilai kehidupan, yang masing-masing bergerak dan berjalan menurut fungsinya. Pendekatan mekanik ini di sekolah dapat diwujudkan dengan meningkatkan kuantitas dan kualitas kegiatan ekstrakurikuler bidang agama.

Menanamkan sikap spiritual pada peserta didik merupakan hal yang paling krusial dalam implementasi kurikulum 2013. Hal tersebut dikarenakan sikap spiritual merupakan bagian mendasar dalam kompetensi inti, yaitu kompetensi inti-1 (KI-1). Kompetensi inti tersebut harus direalisasikan dalam setiap pribadi peserta didik. Hal tersebut sejalan dengan tema dari kurikulum 2013, yaitu menghasilkan lulusan yang produktif, kreatif, inovatif, dan efektif atau berkarakter, melalui pengutan sikap, keterampilan, dan pengetahuan secara integrative (E.Mulyasa, 2015).

Setelah lebih jauh dilakukan proses observasi dan interview terlibat, banyak

dijumpai kebiasaan yang menunjukkan pengembangan sikap spiritual yang khas dan menarik. Daya tarik dan nilai kekhasan pelaksanaan pengembangan sikap spiritual itu terlihat ketika Ibu Lilik berusaha menjelaskan secara mendalam tentang pengembangan sikap spiritual di MIN 1 Jombang. Berdasarkan pengamatan langsung di lapangan penjelasan Ibu Lilik Nasfiatin tersebut dilakukan melalui beberapa kegiatan yaitu: 1) Shalat berjamaah, 2) Mengaji 3) Membaca dan menghafal surat dan hadits pilihan serta doa sehari-hari 4) Peringatan hari besar Islam 5) Pembiasaan 9S dan 6) Terintegrasi dalam kegiatan belajar mengajar setiap hari. Hal ini sebagaimana disampaikan oleh Ibu Lilik Nasfiatin.

Penanaman nilai bisa diterapkan dalam pembelajaran. Salah satunya adalah pada pembelajaran terpadu. Pada kurikulum 2013 ini, untuk sekolah dasar memang lebih ditekankan untuk pembelajaran terpadu. Pembelajaran terpadu merupakan kegiatan belajar yang terorganisasikan secara lebih terstruktur yang bertolak pada tema-tema tertentu atau pelajaran tertentu sebagai titik pusatnya (Zaim El Mubarak, 2018).

Pada dasarnya salah satu ibadah yang wajib dilakukan oleh seorang umat Islam ialah ibadah Shalat. Perintah shalat banyak dimuat dalam al-Quran salah satunya dalam Q.S Al-Baqarah ayat 43:

"Dan dirikanlah shalat, tunaikan zakat dan ruku'lah beserta orang-orang yang ruku'" (Q.S Al-Baqarah: 43)

Dalam pelaksanaan ibadah mudah dilakukan, hanya saja menjaganya agar tetap istiqomah itulah yang sulit. Oleh karena itu, dibutuhkan niat yang lurus serta pengaturan diri yang ketat dalam menjaga keistiqomahan ibadah shalat. Pengaturan diri yang ketat inilah dalam istilah psikologi disebut sebagai regulasi diri atau *self regulation*.

Berawal dari hasil observasi mengenai beberapa siswa yang terlihat begitu rajin, istiqomah dalam menjalankan

ibadah, santun, memiliki nilai yang bagus, maka hal tersebut menjadi objek yang ingin digali lebih dalam penelitian ini. Seperti yang diketahui bahwa menurut Muhaimin penciptaan budaya religius di sekolah digolongkan menjadi dua, salah satunya yaitu bersifat vertical yang diwujudkan dalam bentuk meningkatkan hubungan dengan Allah SWT melalui kegiatan shalat (Muhaimin dalam Asmaun sahan, 2010). Dengan adanya budaya religius tersebut akan terbentuknya sikap spiritual anak menjadi beriman dan bertakwa kepada Tuhan. Berdasarkan penelitian akan menganalisis dengan membandingkan dengan teori model-model regulasi diri. Diharapkan dengan ditemukannya model-model regulasi pada diri siswa ini nantinya dapat dijadikan pertimbangan bagi para pengembang pendidikan dalam mewujudkan sikap spiritual pada diri siswa.

Berdasarkan hasil observasi dan interview terlibat, peneliti menemukan beberapa siswa yang rajin dalam mengerjakan shalat lima waktu. Pada dasarnya siswa yang mengerjakan sholat lima waktu menyadari pentingnya ibadah shalat karena merupakan kewajiban mereka sebagai umat muslim.

Regulasi diri atau *Self regulation* merupakan kemampuan seseorang untuk mengatur diri, mempengaruhi tingkah laku dengan cara mengatur lingkungan, menciptakan dukungan kognitif, dan membuat konsekuensi atas tingkah laku, agar semuanya dapat bergerak sinergis menuju tujuan yang ingin dicapai (Lisya Chairani dan M.A Subandi, 2010). Menurut Baumister dan Heatherto menjelaskan bahwa regulasi diri tidak sekedar kemunculan respon, akan tetapi bagaimana upaya seseorang untuk mencegahnya agar tidak melenceng dan kembali pada standar normal yang memberi hasil sama. Pada proses ini untuk menumbuhkan motivasi dalam diri siswa utamanya pada pelaksanaan ibadah ditemukan beberapa

upaya sekolah, yaitu melalui buku monitoring ibadah dan buku tatib.

Dalam regulasi diri siswa ditemukan berbagai faktor yang membuat siswa melakukan ibadah dengan sukarela tanpa dorongan apapun atau karena kesadaran diri mereka. Menurut Zimmerman ada tiga faktor yang mempengaruhi yaitu, individu, perilaku dan lingkungan (Ghufron & Risnawita, 2011). Namun dalam penelitian ini ditemukan faktor-faktor lain yaitu sekolah, keluarga, pengalaman, motivasi.

Berdasarkan paparan data di atas diketahui bahwa beberapa alasan yang mendasari para siswa di MIN 1 Jombang dalam menjaga sikap spiritual dan keistiqomahan beribadah yang berhasil diwawancarai mengaku mereka mengerjakan ibadah awalnya karena tuntutan dari orang tua. Adanya perintah orang tua terhadap anak untuk mengerjakan ibadah adalah sebagai upaya orang tua untuk melatih siswa menjalankan perintah Tuhan, hal ini sebagaimana yang disampaikan oleh Muhyani bahwa, kesadaran religius dalam sikap spiritual dalam diri anak tidak akan muncul begitu saja tanpa usaha kuat dari orang tua, peran guru di sekolah serta masyarakat disekitarnya (Muhyani, 2012). Senada dengan hal tersebut berdasarkan prinsip timbulnya jiwa keagamaan pada seorang anak yaitu dimana jasmani dan rohani manusia akan berfungsi secara sempurna jika dipelihara dan dilatih, sehingga anak sejak lahir baik jasmani maupun rohaninya memerlukan pengembangan melalui pemeliharaan dan latihan yang berlangsung secara bertahap, demikian juga perkembangan agama pada diri anak (Mansur, 2005).

Disamping peran orang tua juga ditemukan beberapa peran usaha para guru di MIN 1 Jombang dalam upaya pengembangan para siswa dalam sikap spiritual melalui penerapan buku monitoring ibadah di MIN 1 Jombang. Mengamati beberapa alasan yang mendasari para siswa dalam menjaga keistiqomahan

ibadah dan sikap spiritual, secara garis besar bentuk regulasi diri yang ada pada masing-masing siswa cenderung mengarah pada teori determinasi pada bentuk *External regulation* yang diusung oleh Brown dan Ryan, model regulasi ini menyatakan bahwa ketika perilaku diregulasi oleh faktor eksternal seperti adanya panggilan orang terdekat maka motivasinya diluar aktivitas itu sendiri (Brown dan Ryan, 2010). Perilaku yang ditampilkan juga bukan atas dasar pilihan individu melainkan karena merasa sebagai kewajiban, tekanan untuk berperilaku dengan cara tertentu dan merasa dikontrol oleh sumber luar.

Meskipun regulasinya berawal dari adanya tuntutan orang tua dan guru maka lama kelamaan perilakunya berubah menjadi sebuah pembiasaan yang akan selalu dia kerjakan. Dari kebiasaan inilah kemudian akan memunculkan perasaan menyesal, takut, hingga merasa berdosa jika tidak mengerjakan ibadah. Mereka juga menganggap bahwa ibadah merupakan aktivitas yang bernilai sehingga tanpa diminta atau diperingatkan pun, keinginan mengerjakan shalat akan tumbuh sendiri dalam dirinya. Model regulasi diri seperti ini mengarah model *Intrinsically motivated behavior* yaitu regulasi diri yang muncul secara sukarela tanpa adanya keterkaitan dengan faktor eksternal karena individu merasa aktivitas beribadah merupakan kewajiban. Motivasi ini menjadi dasar munculnya rasa berkompeten, mandiri dan terhubung (*related*) (Brown dan Ryan, 2010). Dengan diketahuinya model- model regulasi diri siswa khususnya pada usia sekolah dasar ini diharapkan dapat membantu para orang tua serta lembaga pendidikan dalam pengembangan sikap spiritual pada diri anak.

### E. Kesimpulan

Pengembangan sikap spiritual di MIN 1 Jombang terlihat dari visi dan misi lembaga sekolah yang kemudian diwujudkan dalam kegiatan atau program-program lembaga sekolah yang merupakan

tujuan dan cita-cita lembaga sekolah. Secara umum model regulasi diri siswa sekolah dasar dalam pengembangan sikap spiritualnya bermula dari dorongan external regulasi yaitu karena adanya dorongan dari orang terdekat sehingga memotivasi siswa diluar aktifitasnya sendiri, selain itu perilaku yang ditampilkan bukan atas dasar pilihan individu melainkan karena merasa sebagai kewajiban, tekanan untuk berperilaku dengan cara tertentu dan merasa dikontrol oleh sumber luar. Bentuk pengaruh eksternal yang mengontrol siswa dalam pengembangan sikap spiritual berupa perhatian dari kedua orang tua, lingkungan, dan guru. Bentuk perhatian tersebut dapat dilakukan dengan cara mengingatkan anak setiap waktu dan memberi hukuman jika tidak mengerjakan.

Adanya perhatian yang diberikan oleh orang terdekat tersebut kemudian memunculkan sikap kebiasaan siswa dalam mengerjakan kewajiban tanpa harus didorong. Karena sudah menjadi kebiasaan menjalankan maka ia merasa bahwa aktivitas itu merupakan aktifitas yang berharga, siswa akan merasa menyesal dan berdosa jika tidak melakukan kewajiban tersebut. Berdasarkan hal tersebut perilaku menjalankan kewajiban siswa akan muncul secara sukarela dan tanpa ada pengaruh dari orang lain. Sehingga model regulasi dirinya bukan lagi karena dipengaruhi orang lain atau faktor eksternal melainkan perilakunya muncul atas dasar sukarela, model seperti ini dikenal sebagai model *intrinsically motivated behavior* dimana perilaku muncul secara sukarela tanpa ada keterkaitan dengan faktor eksternal karena siswa merasa suatu aktivitas bernilai. Dan motivasi tersebut menjadi dasar munculnya rasa berkompeten, mandiri, terhubung, dan tanggung jawab pada diri siswa.

### Daftar Rujukan

- A. Bandura, 1986. Social Foundations Of Thought And Action: A Sosial Cognitive Theory. New jwesey: Prentice- hall
- Agusnawar, 2002. Psikologi Pelayanan. Bandung: alfabeta
- Agus Sofyandi Kahfi. 2013. Religiousness Islami dan Self Regulation Para Pengguna Narkoba, dalam jurnal Mimbar: Vol.29, No.1
- Bruner Jerome, 1960. The Process Of Education. Cambridge, Massachusetts: Harvard University Press
- Brown dan Ryan dalam Lisy Chairani dan M.A Subandi. 2010. Psikologi Santri Penghafal Al- Quran Peranan Regulasi Diri. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- E.Mulyasa, 2013. Guru dalam implementasi kurikulum. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Desmita, 2009. Psikologi Perkembangan Peserta Didik. Remaja Rosdakarya: Bandung
- Ghufron & Risnawita. 2011. Teori-teori Psikologi. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media
- Inge Hutagalung, 2015. Teori-teori Komunikasi dalam Pengaruh Psikologi. Jakarta: Indeks
- Jeanne Ellis Ormrod, 2009. Psikologi Pendidikan Membantu Siswa Tumbuh dan Berkembang, Berkembang, Jilid 2, terj. Amitya Kumara. Jakarta: Erlangga
- Lisy Chairani dan M.A Subandi. 2010 Psikologi Santri Penghafal Al-Quran Peranan Regulasi Diri Yogyakarta: Pustaka pelajar
- Kementerian Agama, 2008. Al-Quran dan Terjemahannya Jakarta: Jumunatul Ali Art
- Mansur. 2005. Pendidikan Anak Usia Dini Dalam Islam. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Mar'at, 1981. Sikap Manusia Perubahan Serta Pengukurannya. Bandung: Ghalia Indonesia.
- Muhaimin dalam Asmaun sahan. 2010. Mewujudkan Budaya Religius di Sekolah. Malang: UIN- Maliki Press
- Muhyani. 2012. Pengaruh Pengasuhan Orang Tua dan Peran Guru Di Sekolah Menurut Persepsi Murid Terhadap Kesadaran Religius dan Kesehatan Mental. Jakarta: Kementerian Agama Republik Indonesia
- Restu Kartiko Widi, 2010 Asas Metodologi Penelitian. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Sarliti. W. Sarwono & Eko A. Meinarno, 2015, Psikologi Soaial. Jakarta: Salemba Humanika