

**DINAMIKA *SELF REGULATION* SANTRI  
PENGAMAL QASIDAH BURDAH: STUDI  
KASUS DI PONDOK PESANTREN MAULANA  
RUMI YOGYAKARTA**



Oleh :

**Fikri Hailal**

**NIM: 21200011014**

**TESIS**

**Diajukan kepada Program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga**

**Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat guna Memperoleh**

**Gelar Master of Arts (M.A.)**

**Program Studi *Interdisciplinary Islamic Studies***

**Konsentrasi Psikologi Pendidikan Islam**

**YOGYAKARTA**

**2024**

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fikri Hailal  
Nim : 21200011014  
Jenjang : Magister (S2)  
Program Studi : *Interdisciplinary Islamic Studies*  
Konsentrasi : Psikologi Pendidikan Islam

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/ karya saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Yogyakarta, 02 Mei 2024

Saya yang menyatakan,



Fikri Hailal

NIM. 21200011014

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fikri Hailal  
Nim : 21200011014  
Jenjang : Magister (S2)  
Program Studi : *Interdisciplinary Islamic Studies*  
Konsentrasi : Psikologi Pendidikan Islam

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan benar-benar bebas dari plagiasi. Jika dikemudian hari terbukti bahwa terdapat plagiasi di dalam naskah tesis ini, maka saya siap ditindak sesuai dengan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 02 Mei 2024

Saya yang menyatakan,



Fikri Hailal

NIM. 21200011014

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
PASCASARJANA

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 519709 Fax. (0274) 557978 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-467/Un.02/DPPs/PP.00.9/06/2024

Tugas Akhir dengan judul : *Dinamika Self Regulation Santri Pengamal Qasidah Burdah: Studi Kasus di Pondok Pesantren Maulana Rumi Yogyakarta*

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : FIKRI HAILAL, S.Ag  
Nomor Induk Mahasiswa : 21200011014  
Telah diujikan pada : Senin, 27 Mei 2024  
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Valid ID: 667948e9f2dd7

Ketua Sidang/Penguji I

Dr. Ahmad Fauzi, M.S.I  
SIGNED



Valid ID: 665eb9226901

Penguji II

Dr. Raden Rachmy Diana, S.Psi., M.A., Psi.  
SIGNED



Valid ID: 66790e49ef9c

Penguji III

Dr. H. Muhsin, S.Ag., M.A., M.Pd.  
SIGNED



Valid ID: 667a6303f7672

Yogyakarta, 27 Mei 2024  
UIN Sunan Kalijaga  
Direktur Pascasarjana

Prof. Dr. H. Abdul Mustaqim, S.Ag., M.Ag.  
SIGNED

## NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth,  
Direktur Pascasarjana  
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

*Assalamu'alaikum Wr. Wb*

Setelah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi terhadap penulisan tesis yang berjudul: **DINAMIKA SELF REGULATION SANTRI PENGAMAL QASIDAH BURDAH: STUDI KASUS DI PONDOK PESANTREN MAULANA RUMI YOGYAKARTA**

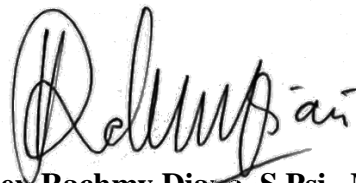
Yang ditulis oleh:

Nama : Fikri Hailal  
Nim : 21200011014  
Jenjang : Magister (S2)  
Program Studi : *Interdisciplinary Islamic Studies*  
Konsentrasi : Psikologi Pendidikan Islam

Saya berpendapat bahwa tesis tersebut sudah dapat diajukan kepada Program Studi Magister (S2) *Interdisciplinary Islamic Studies* Fakultas Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga untuk diujikan dalam rangka memperoleh gelar *Master of Art*.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb*

Yogyakarta, 15 Mei 2024  
Pembimbing



**Dr. Raden Rachmy Diana, S.Psi., M.A., Psi**  
NIP. 21200011014

## ABSTRAK

Regulasi diri merupakan rangkaian proses dari tindakan manusia dalam memposisikan diri untuk bersikap, kemudian diikuti tahap evaluasi terhadap diri sendiri sebagai bentuk penilaian tercapai atau tidaknya indikator kesuksesan yang telah ditentukan oleh subjektivitas manusia. Tujuan dari penelitian ini adalah agar para santri pengamal Burdah mempunyai idealitas regulasi diri yang berkualitas dalam mengontrol hawa nafsu yang ada dalam diri. Sebagai pemantik diskusi adalah 1- bagaimana proses dinamika regulasi diri para santri pengamal qasidah Burdah?, 2- bagaimana dampak qasidah Burdah terhadap regulasi diri santri pondok pesantren Maulana Rumi Yogyakarta?, 3- apa saja faktor penghambat dan pendukung kualitas regulasi diri santri pengamal qasidah Burdah pondok pesantren Maulana Rumi Yogyakarta?. Penelitian ini memakai pendekatan kualitatif menggunakan perspektif fenomenologi. Prosedur pengambilan data menggunakan observasi, wawancara dan dokumentasi. Data dianalisis melalui langkah reduksi data, penyajian data, penarikan kesimpulan dan verifikasi. Hasil penelitian ini, yaitu: 1) Pembentukan regulasi diri dikalangan santri pengamal qasidah Burdah: proses membangun habitus yang positif, menghindari kegiatan destruktif dan sia-sia, dan mengalami proses spiritual. 2) Dampaknya berupa: aktif mengikuti rutinan Burdah, mengamalkan nilai-nilai kandungannya, dan menambah intensitas jam belajar untuk mengkaji qasidah Burdah. 3) Faktor penghambat dan pendukungnya yaitu: a) Faktor penghambat ada dua: 1- Faktor internal: a. Mengalami rasa kantuk, males, *bad mood*, pikiran kemana-mana. b. Masih begitu awam dan masih kurang kaya akan kosakata bahasa Arab. c. Merasakan kejenuhan dan kebosanan saat menjalankan rutinitas pembacaan Burdah. d. Naik turunnya semangat dalam mengerjakan rutinan Burdah, pemahaman agama yang minim dan faktor bahasa. e. Merasa ada dorongan spiritual yang kuat saat bersama-sama melantunkan qasidah Burdah dan merasa berada di fase orang yang qanaah dan legowo. dan 2- Faktor eksternal: masih senang ikut-ikutan teman dalam perbuatan yang kurang pas, seperti rasa malas ikut rutinan Burdah. b) Faktor pendukung membuat daftar rutinitas harian, membangun motivasi yang kuat, dan menanamkan semangat *fastabiqul khairat*.

**Kata Kunci:** Regulasi Diri, Santri, Qasidah Burdah

## KATA PENGANTAR

بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله رب العالمين وبه نستعين على أمور الدنيا والدين والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء وإمام المرسلين سيدنا ومولانا محمد وعلى آله وأصحابه وأزواجه وذريته وبارك وسلم أجمعين. رب اشرح لي صدري ويسرلي أمري واحلل عقدة من لساني يفقهوا قولي وأقتدأ بكلام شيعي نور المشفع الحج تحصنت نفسي بالحي الذي لا يموت ودفعت نفسي بألف ألف لاحول ولاقوة إلا بالله العلي العظيم. أما بعد.

Tesis yang berjudul **“Dinamika Self Regulation Santri Pengamal Qasidah Burdah: Studi Kasus di Pondok Pesantren Maulana Rumi Yogyakarta”** ini telah disusun dengan sungguh-sungguh untuk memenuhi tugas akhir sebagai syarat kelulusan dari Program Studi Magister (S2) *Interdisciplinary Islamic Studies* Fakultas Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga.

Dalam penyusunan tesis ini; penulis banyak mendapatkan pengetahuan, pengarahan dan saran-saran dari berbagai pihak. Sehingga penyusunan tesis ini dapat terrealisasikan. Untuk itu penulis mengucapkan terima kasih dengan penuh rasa *ta'dzim* kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. Phil. Al Makin M.A., selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Prof. Dr. KH. Abdul Mustaqim, S.Ag., M.Ag., selaku Direktur Program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Dr. Nina Mariani Noor, S.S., M.A., selaku Kepala Prodi *Interdisciplinary Islamic Studies* Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.



4. Dr. Raden Rachmy Diana, S.Psi., M.A., Psi, yang telah berkenan menjadi dosen pembimbing tesis dan telah sabar mengarahkan, membimbing, dan memberikan saran kepada penulis dalam penyusunan tesis ini.
5. Dosen penguji: Dr. Ahmad Fauzi, M.S.I.; Dr. Raden Rachmy Diana, S.Psi., M.A., Psi.; dan Dr. H. Muhsin, S. Ag., M.A., M.Pd., jajaran dosen lainnya serta bagian administrasi Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah membekali berbagai macam kajian keilmuan sehingga penulis mampu menyelesaikan tesis ini.
6. Kedua orang tua penulis; Ibu Rofi'ah dan Bapak Hanafi, yang kami cintai, sayangi, dan harap-harapkan ridlanya. Lantaran beliau-beliau yang selama ini telah menbiayai secara materi maupun non materi, mendidik, mencurahkan segenap jiwa raganya, kasih sayang dan perhatiannya, dan juga rangkaian doa yang senantiasa dipanjatkan kepada-Nya untuk penulis.
7. Adik-adik penulis; Bikhar Anugrah dan Ana Hijriyah Zakiya Widuri, serta segenap keluarga besar penulis, yang telah memberikan dukungan dan pelipur duka dikala penulis merasa sepi.
8. Seluruh keluarga besar Pondok Pesantren LSQ Ar-Rahmah; *wabil khusus* Prof. Dr. KH. Abdul Mustaqim, S.Ag., M.Ag., dan Ibu nyai Hj. Jujuk Najibah, S.Psi., yang telah memberikan bimbingan secara dzahir bathin dan doa restu kepada penulis
9. Keluarga besar Pondok Pesantren Maulana Rumi; Bantul, beserta sanak famili sekitarnya yang telah mengizinkan dan



berkenan menjadi partisipan penelitian serta senantiasa penulis harapkan barokah dan ridhanya.

10. Kepada engkau yang *insyaAllah* bakal ketemu disuatu *raudhah* yang amat sangat megah, kuharap engkau baik-baik saja dan tunggulah penulis untuk menjemputmu dimahligai yang *insyaAllah* barakah. Penulis belum kuasa berkata-kata lagi untuk melanjutkan kepada mu serta untuk anak-anak, para cucu serta generasiku kelak:

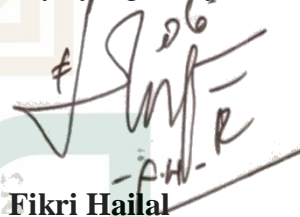
***“Semangat selalu, jangan cengeng dan jangan lupa bahagia, ‘Isy kariiman au mut syahiidan’. Jadilah manusia yang bermanfaat bagi sesama dan jangan mudah terganggu dengan perkataan buruk manusia”.***

11. Teman-teman keluarga Pasca/ IIS/ Psi.P.I. TH. 2021. Meski pun pertemuan dengan kalian, dirasa penulis begitu cukup singkat. Jujur, kalian begitu luar biasa dan cukup memikat dihati penulis. Banyak sekali pelajaran kehidupan dan pertemanan yang penulis ambil dari kalian. Semoga ikatan pertemanan diantara kita semua bisa sampai *until jannah* dan bisa menjadi salah satu *washilah* penolong datangnya syafa’at kelak di hari kebangkitan mahsyar, *aamiinnn*.
12. Kepada segenap pembaca yang budiman dan semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian tesis ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu. Semoga amal baik yang telah kalian berikan kepada penulis mendapatkan balasan yang setimpal dan dicatat sebagai amal shalih di sisi Allah SWT dengan iringan doa *jazaakumullah ahsanal jazaa’ jazaakumullah khairan katsiiran*.

Akhir kata, akhirnya penulis mampu menyelesaikan tesis yang amat jauh dari kesempurnaan. Akan tetapi penulis saat mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi kemashlahatan tesis ini. Semoga tesis ini mampu membawa keberkahan serta kemanfaatan dalam dunia literasi, edukasi, *wabil khusus* dalam pengembangan kajian *Interdisciplinary Islamic Studies* khususnya konsentrasi Psikologi Pendidikan Islam, *aamiin birahmatika yaa arhama ar-Rahimiin wa bijahi an-Nabiyyi al-Musthofa Muhammadin shallallahu 'alaihi wa sallam aamiin.*

Yogyakarta, 15 Mei 2024

Saya yang menyatakan,

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Fikri Hailal', with a stylized flourish at the end.

**Fikri Hailal**

NIM. 21200011014

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## PERSEMBAHAN

بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله رب العالمين وبه نستعين على أمور الدنيا والدين والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء وإمام المرسلين سيدنا ومولنا محمد وعلى آله وأصحابه وأزواجه وذريته وبارك وسلم أجمعين. رب اشرح لي صدري ويسرلي أمري واحلل عقدة من لساني يفقهوا قولي وأقتدأ بكلام شيعي نور المشفع الحج تحصنت نفسي بالحي الذي لا يموت ودفعت نفسي بألف ألف لا حول ولا قوة إلا بالله العلي العظيم. أما بعد.

Dengan hati yang tunduk pasrah serta selalu mengharap ridha dan inayah Allah SWT. Tiada daya dan upaya kuat menjalankan ibadah, serta tiada daya dan upaya mampu menghindar dari kemaksiatan kecuali dari pertolongan-Nya, sebaik-baik Dzat yang mencukupi dan dijadikan perwakilan, penulis persembahkan karya yang amat sederhana ini kepada:

1. Kedua orang tua penulis; Ibu Rofi'ah dan Bapak Hanafi, yang kami cintai, sayangi, dan harap-harapkan ridlanya. Lantaran beliau-beliau yang selama ini telah menbiayai secara materi maupun non materi, mendidik, mencurahkan segenap jiwa raganya, kasih sayang dan perhatiannya, dan juga rangkaian doa yang senantiasa dipanjatkan kepada-Nya untuk penulis. Kasih sayang dan perjuangan beliau berdua, bagai sang surya menyinari dunia. Andai kata, penulis diberikan seribu nyawa untuk berkhidmat kepada beliau berdua, niscaya tidak akan cukup untuk membalas jasa-jasa beliau berdua. Meskipun kebaikan itu sebesar biji *dharrah*, niscaya tidak akan bisa menebus kebaikan beliau berdua.

2. Adik-adik penulis; Bikhar Anugrah dan Ana Hijriyah Zakiya Widuri, serta segenap keluarga besar penulis, yang telah memberikan dukungan dan pelipur duka dikala penulis merasa sepi. Kalian luar biasa.
3. Seluruh keluarga besar Pondok Pesantren LSQ Ar-Rahmah; *wabil khusus* Prof. Dr. KH. Abdul Mustaqim, S.Ag., M.Ag., dan Ibu nyai Hj. Jujuk Najibah, S.Psi., yang telah memberikan bimbingan secara dzahir bathin dan doa restu kepada penulis
4. Keluarga besar Pondok Pesantren Maulana Rumi; Bantul, beserta sanak famili sekitarnya yang telah mengizinkan dan berkenan menjadi partisipan penelitian serta senantiasa penulis harapkan barokah dan ridhanya.
5. Kepada engkau yang *insyaAllah* bakal ketemu di suatu *raudhah* yang amat sangat megah. Penulis harap engkau baik-baik saja dan tunggulah penulis untuk menjemputmu di mahligai yang *insyaAllah* barakah. Penulis belum kuasa berkata-kata lagi untuk melanjutkannya kepadamu. Untuk anak-anak, para cucu beserta para generasiku kelak:

***“Semangat selalu, jangan cengeng dan jangan lupa bahagia,  
‘Isy kariiman au mut syahiidan’.***

***Jadilah manusia yang bermanfaat bagi sesama dan jangan  
mudah terganggu dengan perkataan buruk manusia”.***

Tiada kata yang dapat terucap lagi dari penulis, selain ucapan *hamdalah wasyukrulillah* dan ucapan terima kasih atas bantuan serta doa kepada seluruh pihak. Tiada perjuangan yang sia-sia karena-Nya, tiada beban yang melebihi kapasitas kemampuan hamba-Nya, *sir walaa taqif*. Semoga tesis dari penulis, mampu menjadi buah berkah keilmuan

dan menjadi literatur yang *nafi*’ serta *muta’adi min ad-Dunya hatta al-Akhirat*, *aamiin birahmatika yaa arhama ar-Rahimiin wa bijahi an-Nabiyyi al-Musthofa Muhammadin shallallahu ‘alaihi wa sallam aamiin*.



## MOTTO

**“Loe Harus Gerak 100X  
*You Have To Move 100X*”**

**(Serat Mas Karebet)**



## DAFTAR ISI

<b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI .....</b>	<b>iii</b>
<b>PENGESAHAN TUGAS AKHIR .....</b>	<b>iv</b>
<b>NOTA DINAS PEMBIMBING .....</b>	<b>v</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>vii</b>
<b>PERSEMBAHAN .....</b>	<b>xi</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>xvii</b>
<b>BAB I: PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	8
C. Tujuan dan Signifikansi Penelitian .....	8
D. Kajian Pustaka .....	9
E. Kerangka Teori .....	14
F. Metode Penelitian .....	34
G. Sistematika Pembahasan .....	43
<b>BAB II: PEMBENTUKAN REGULASI DIRI</b>	
<b>DIKALANGAN SANTRI PENGAMAL QASIDAH</b>	
<b>BURDAH YANG BERADA DI PONDOK PESANTREN</b>	
<b>MAULANA RUMI YOGYAKARTA .....</b>	<b>46</b>
A. Gambaran Umum Profil Santri Pengamal Qasidah	
Burdah di Pondok Pesantren Maulana Rumi	
Yogyakarta .....	46



B. Gambaran Umum Dinamika Regulasi Diri Santri Pengamal Qasidah Burdah .....	47
C. Pembentukan Regulasi Diri dikalangan Santri Pengamal Burdah yang Berada di Pondok Pesantren Maulana Rumi Yogyakarta .....	52
<b>BAB III: DAMPAK, FAKTOR PENGHAMBAT DAN PENDUKUNG KUALITAS REGULASI DIRI SANTRI PENGAMAL QASIDAH BURDAH PONDOK PESANTREN MAULANA RUMI YOGYAKARTA .....</b>	<b>89</b>
A. Dampak Qasidah Burdah Terhadap Regulasi Diri Santri Pondok Pesantren Maulana Rumi Yogyakarta .....	89
B. Faktor Penghambat dan Pendukung Kualitas Regulasi Diri Santri Pengamal Qasidah Burdah Pondok Pesantren Maulana Rumi Yogyakarta .....	105
C. Kesimpulan .....	118
<b>BAB IV: PENUTUP .....</b>	<b>122</b>
A. Kesimpulan .....	122
B. Saran .....	124
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>128</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN .....</b>	<b>137</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>182</b>

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Ky. Kuswadi Memimpin Rutinan Acara Burdah .....	51
Gambar 2.2 Dinamika Regulasi Diri Santri MU sebagai Pengamal Burdah .....	81
Gambar 2.3 Saudara FA Menjadi Vocal Rutinan Amaliah Burdah .....	82
Gambar 2.4 Dinamika Regulasi Diri Santri FA sebagai Pengamal Burdah .....	83
Gambar 2.5 Dinamika Regulasi Diri Santri HM sebagai Pengamal Burdah .....	84
Gambar 2.6 Wawancara Saudara FR sebagai Pengamal Burdah .....	86
Gambar 2.7 Dinamika Regulasi Diri Santri FR sebagai Pengamal Burdah .....	86
Gambar 2.8 Wawancara Saudara SK sebagai Pengamal Burdah .....	88
Gambar 2.9 Dinamika Regulasi Diri Santri SK sebagai Pengamal Burdah .....	88

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Qasidah Burdah merupakan karya sastra dari syaikh Imam Al-Bushiri yang berisi bait-bait syair sanjungan yang ditujukan kepada baginda nabi Muhammad SAW. Qasidah ini begitu masyhur di kalangan para pecinta syair-syair, khususnya yang mempunyai mahabbah kepada baginda nabi Muhammad SAW. Lantaran *washilah* maha karyanya yang ditujukan kepada baginda nabi Muhammad SAW ini, yaitu qasidah Burdah. Syaikh Al-Bushiri mampu sembuh dan terhindar dari masa kritis penyakit yang dialaminya sekian lama.

Di lingkup luar negeri seperti wilayah Hadhramaut dan Yaman, qasidah Burdah biasa dilantunkan pada waktu subuh *fi yaumil jum'ah au bakdal ashri fi yaumi tsulasa*. Di kota Mesir, para ulama al-Azhar membuat rutinan dan kajian secara khusus pada hari kamis. *Fi masjidil a'dhom fi mishri* juga sering diadakan pembacaan qasidah burdah, seperti di masjid Imam al-Husain, masjid As-Sayyidah Zainab. Pada wilayah Syiria (*Syam*), rutinan burdahan biasa diselenggarakan dirumah-rumah warga dan masjid-masjid, dan para ulama sekitar juga ikut hadir didalamnya. Wilayah Maroko, majlis qasidah burdah dalam pelaksanaannya sering ditampilkan menggunakan nada-nada lagu yang berbeda pada setiap pasal.<sup>1</sup> Adapun dalam lingkup dalam negeri; semisal di

---

<sup>1</sup> “Mengenang Dan Mengenal Imam Al-Bushiri Lewat Sebuah Karya Sholawat Burdahnya,” diakses 13 Juni 2022, <https://www.almunawwar.or.id/mengenang-dan-mengenal-imam-al-bushiri-lewat-sebuah-karya-sholawat-burdahnya/>.”

kalangan pondok pesantren, masyarakat, dan warga *ahlussunnah wal jama'ah*. Kehadiran syair qasidah Burdah yang bertajukkan sastra telah mendarah daging dikalangan masyarakat Nusantara ini. Karena hampir dalam kurun waktu delapan abad, *amaliah* pembacaan burdah diwariskan turun temurun melalui orang-orang dahulu dan diteruskan sampai sekarang.<sup>2</sup> Seperti contoh di pondok pesantren Maulana Rumi,<sup>3</sup> wadhifah pembacaan burdah biasa dilaksanakan pada bakda Maghrib, jam 03.00 WIB sampai selesai dan setiap malam sabtu bakda shalat Isya'.

Akan tetapi, diluar harapan bahwasanya keakraban masyarakat terhadap qasidah Burdah yang fenomenal berhenti pada aspek eksternal. Dalam artian hanya mengamalkan *bil lisan*. Sebab, ketika para jama'ah melantunkan bait-bait Burdah. Kebanyakan dari mereka, belum mengetahui bahkan ada yang tidak mengetahui maksud esensi dari bait-bait Burdah tersebut, khususnya para jama'ah Burdah dari Indonesia yang statusnya masih minim paham bahasa Arab. Seperti contoh pada kumpulan jama'ah santri (mukim maupun kalong) yang terbiasa dengan *amaliah* Burdahan di pondok pesantren Maulana Rumi. Secara esensial, kebanyakan dari pengamalnya belum begitu mengenali *maqasid* syair secara *mujmal*. Baik esensi nilai yang terkandung dari segi moral maupun spiritual. Seiring berjalannya waktu, kebanyakan para santri hanya berhenti menikmati syair Burdah pada tahap teks dan jarang sekali yang memahami sampai ranah konteks dari bait-bait qasidah

---

<sup>2</sup> “Mengenang Dan Mengenal Imam Al-Bushiri Lewat Sebuah Karya Sholawat Burdahnya,” diakses 13 Juni 2022, <https://www.almunawwar.or.id/mengenang-dan-mengenal-imam-al-bushiri-lewat-sebuah-karya-sholawat-burdahnya/>.

<sup>3</sup> “Pondok Pesantren Maulana Rumi,” *Jagad Budaya* (blog), diakses 14 Februari 2024, <https://www.jagadbudaya.com/komunitas/pondok-pesantren-maulana-rumi/>.

Burdah. Dengan fenomena seperti ini, mengindikasikan bahwa aspek-aspek kemistikan qasidah Burdah yang diamalkan para pembacanya, hanya teraktualisasi secara fantasi dan teraktualisasi secara kognisi sosial.<sup>4</sup>

Semisal pada bab mengatur nafsu dalam diri seseorang, yaitu fasal kedua “*At-Tahdhir Min Hawa an-Nafsi*”. Secara praktik, aspek bab ini hanya dipandang dan diamalkan secara fisik atau kulit luarnya saja.<sup>5</sup> Beberapa dari santri Maulana Rumi pengamal qasidah Burdah, ternyata masih ada yang belum begitu mengenali dengan baik maksud dan tujuan dari terciptanya fasal ini. Sebab, umumnya pada fasal ini hanya dipahami sebagai kumpulan *nadhaman* atau bait-bait syair dari Burdah yang berisi tentang sanjungan dan kisah *syirah* nabi agung Muhammad SAW. Sehingga beberapa dari mereka (para santri yang belum begitu mengenali *maqasid* Burdah) yang berniat untuk menjaga dan menjinakkan nafsu, disaat sampai pada titik tertentu akan mengalami kejenuhan atas apa yang dikerjakan (*wadhifah* pembacaan Burdah).<sup>6</sup> Padahal pada fasal ini, Imam al-Bushiri menerangkan perangai keadaan nafsu seorang hamba yang tidak digembalakan dan sebab-sebab yang menjadikan nafsu itu bisa menjadi lebih kuat dan berkuasa. Seperti halnya rasa malas, senang

---

<sup>4</sup> Pemikiran orang-orang awam, “Jika mengamalkan qasidah burdah secara rutin, akan mendapatkan khasiat seperti ini dan masih banyak iming-iming cerita mitos yang belum banyak di empiriskan”. Artinya aspek mistik yang dikultuskan oleh pengamal qasidah burdah, belum mampu mencapai taraf secara empiris. Atau proses pengolahan informasi dari teks burdah yang mencakup latar belakang lingkungan dan perilaku sosial lahirnya qasidah burdah, belum terealisasi secara maksimal.

<sup>5</sup> Di sisi ini, pengamalan qasidah burdah hanya dilakukan secara aspek kognitif atau dikerjakan secara amaliyah tanpa adanya penghayatan pemakaian terhadap bacaan-bacaan burdah.

<sup>6</sup> MU, Wawancara, 8 Januari 2024.

tidur, senang makan minum, berselancar di dunia maya dan kesenangan hawa nafsu lainnya.

Melalui teorinya Albert Bandura; yaitu regulasi diri, penulis tergerak melakukan penelitian terkait dinamika regulasi diri para santri pengamal qasidah Burdah di pondok pesantren Maulana Rumi. Sebab di dalam teori *self regulation*, Bandura menjelaskan bahwa teori ini berkaitan dengan serangkaian tindakan manusia dalam memposisikan diri untuk bersikap, kemudian diikuti tahap evaluasi terhadap diri sendiri sebagai bentuk penilaian tercapai atau tidaknya indikator kesuksesan yang telah ditentukan oleh subjektivitas manusia. Wujud penilaian kesuksesan dalam mengatur diri sendiri meliputi: proses pengolahan ide dalam pikiran yang kemudian diaplikasikan melalui aspek psikomotorik, sebagai wujud keselarasan dan keteraturan saat berperilaku.<sup>7</sup> Maka dari itu penulis melihat, bahwa posisi hawa nafsu pada diri manusia yang telah digambarkan melalui beberapa bait karangan Imam Al-Bushiri yang termaktub dalam qasidah Burdah perlu adanya proses regulasi diri agar lebih baik. Berikut beberapa kutipan syair Burdah:

مَنْ لِي بِرَدِّ جِمَاحٍ مِنْ غَوَايَتِهَا × كَمَا يُرَدُّ جِمَاحُ الْخَيْلِ بِاللُّجْمِ  
سیفakah غیراعان؟ ساعغوف مع کندالیکان نفس کوا داری کاسساتان.  
سیاغیمانا کودا لیار یع ترکندالیکان دعان تالی ککاعان.

“Siapakah gerangan? Sanggup mengendalikan nafsuku dari kesesatan # Sebagaimana kuda liar yang terkendalikan dengan tali kekangan”.

---

<sup>7</sup> Barry J. Zimmerman, Dale H. Schunk, *Self-regulated learning and academic achievement: Theory, research, and practice*, Self-regulated learning and academic achievement: Theory, research, and practice (New York, NY, US: Springer-Verlag Publishing, 1989), 16, <https://doi.org/10.1007/978-1-4612-3618-4>.

فَلَا تَرُمْ بِالْمَعَاصِي كَسَرَ شَهْوَتِهَا × إِنَّ الطَّعَامَ يُقَوِّي شَهْوَةَ النَّهْمِ

جعان كوا برهراف، دافات مماته كان نفس دعان معصية.

كرنا مكانان جوستروا بيسا فرقوات باغي سي راكوس مكانان ليزات.

“Jangan kau berharap, dapat mematahkan nafsu dengan maksiat # Karena makanan justru bisa perkuat bagi si rakus makanan lezat”.

وَالنَّفْسُ كَالطُّفْلِ إِنْ تُهْمِلَهُ شَبَّ عَلَى × حُبِّ الرِّضَاعِ وَإِنْ تَقْطُمَهُ يَنْفَطِمِ

نفس باغيكان بايي، بيلا كاموا بياركان أكان تنف سوكا من يوسوا.

نامون بيلا كموا سافيه، مكا بايي أكان برهيني سينديري.

“Nafsu bagaikan bayi, bila kamu biarkan akan tetap suka menyusui # Namun bila kamu sapih, maka bayi akan berhenti sendiri”.

فَاصْرِفْ هَوَاهَا وَحَازِرْ أَنْ تُؤَلِّيَهُ × إِنَّ الْهَوَى مَا تَوَلَّى يُصِمُّ أَوْ يَصِمُّ

مكا فاليعكان لاه نفس مؤا، تاكوئلا جاعان سامفي ديا معواساهيا.

سسوغهيا نفس، جيكالو بركواسا مكا أكان مموئوهموا دان ممبوائموا ترجيلا.

“Maka palingkan lah nafsumu, takutlah jangan sampai dia menguasainya # Sesungguhnya nafsu, jikalau berkuasa maka akan membunuhmu dan membuatmu tercela”.

وَرَاعِهَا وَهِيَ فِي الْأَعْمَالِ سَائِمَةٌ × وَإِنْ هِيَ اسْتَحَلَّتِ الْمَرْعَى فَلَا تُسِمِ

دان غمبلاكان لاه نفس، كرنا دالام عمل نفس باغيكان حيوان ترناك.

جيكا نفس مراسا يمان دالام كابئيكان، مكا تنف جاغا دان جعان كموا لعا.

“Dan gembalakan lah nafsu, karena dalam amal nafsu bagaikan hewan ternak # Jika nafsu merasa nyaman dalam kebaikan, maka tetap jaga dan jangan kamu lengah”.<sup>8</sup>

Pada beberapa syair qasidah Burdah ini, Imam Bushiri menjelaskan bahwa nafsu bagaikan kuda liar dalam kekangan dan disisi lain juga disebut seperti anak kecil yang masih menyusui. *Mafhum*-nya; melalui teori *self regulation*, idealnya nafsu haruslah dikontrol (diregulasi) bagaimana pun caranya. Sebab, jika nafsu

<sup>8</sup> Hilmy Muhammad, *Terjemahan Kasidah Burdah Imam Al-Bushiri*, 1 ed. (Yogyakarta: Pustaka Tamansantri, 2020), 13–15.



pada diri manusia (santri) dibiarkan begitu saja. Seperti ketika ingin maksiat, dituruti keinginannya. Setiap kali ingin makan enak, selalu dituruti nafsu makannya. Maka dikhawatirkan, lambat laun diri manusia akan terbunuh dan terjerumus dalam lembah kehinaan.

Dari beberapa kutipan syair Burdah diatas, penulis melihat bahwa kesadaran Imam Bushiri dalam menggembalikan nafsunya merupakan bentuk idealitas regulasi diri dalam dirinya. Sebab lewat maha karya beliau, yaitu Burdah. Beliau mampu meng-cover aspek-aspek yang ada dalam teorinya Bandura regulasi diri yaitu sisi aspek observasi diri (metakognitif), proses penilaian (motivasi) dan reaksi diri (tindakan positif). Jelasnya yang pertama dari sisi metakognitif, Imam Bushiri menyadari bahwa nafsu adalah dorongan kuat yang ada pada pribadi setiap manusia dan membahayakannya. Kedua dari sisi monitoring, atas kesadaran tersebut, Imam Bushiri mempunyai motivasi atau inisiatif yang kuat bahwa nafsu harus digembalikan atau disapih. Karena beliau menyadari, bahwa nafsu dalam amal perbuatan diibaratkan seperti hewan gembala. Langkah ketiga yaitu sisi reaksi diri, Imam Bushiri memberikan berupa meskipun nafsu telah merasa nyaman dan taat dalam kebaikan. Maka alangkah baiknya, agar tetap selalu waspada dan jangan cepat berbangga diri.

Singkatnya, melalui tulisan dinamika regulasi diri santri pengamal qasidah Burdah di pondok pesantren Maulana Rumi. Penulis menawarkan kepada khalayak umum; khususnya para santri Maulana Rumi yang mengamalkan qasidah Burdah, agar mampu memahami amaliah yang telah menjadi *wadhifah* di kehidupan sehari-hari. Tujuannya adalah agar para santri pengamal Burdah dapat mempunyai idealitas regulasi diri yang berkualitas. Sehingga

para santri pengamal Burdah mampu dengan sadar mengatur dan menghindari segala hawa nafsu yang sifatnya negatif, seperti: sikap malas, terlena dalam menggunakan *gadget*, terlalu banyak mengkonsumsi makanan dan minuman yang berujung menimbulkan rasa kantuk (senang tidur), dan keburukan-keburukan perilaku lainnya yang ditimbulkan oleh nafsu yang negatif. Selanjutnya perlu kita perhatikan bersama, bahwa balasan bagi orang-orang yang berkenan menahan diri dari keinginan hawa nafsunya adalah surga. Termaktub dalam surat An-Naazi'aat: 40-41, yang bunyinya:

وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ، وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَىٰ. فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَىٰ.

Artinya: “Dan adapun orang-orang yang takut kepada kebesaran Tuhannya dan menahan diri dari (keinginan) hawa nafsunya. Maka sungguh, surgalah tempat tinggal(nya)”. (Q.S. An-Naazi'aat: 40-41)

Penulis melihat, bahwa balasan bagi orang-orang yang berkenan menahan diri dari keinginan hawa nafsunya dalam redaksi ayat An-Naazi'aat: 40-41; adalah surga. Untuk itu, lantaran kutipan ayat ini. Para santri Maulana Rumi selaku pengamal qasidah Burdah dapat termotivasi agar selalu *fafirruu ilallah* ‘segera kembali kepada Allah’ dan selalu *fastabiqul khairat* ‘berlomba-lomba dalam meraih kebaikan’. Sehingga kedepannya, melalui media amaliah Burdah mampu mempunyai idealitas regulasi diri yang tinggi seperti Imam Al-Bushiri saat menjinakkan hawa nafsu beliau.

## **B. Rumusan Masalah**

Melihat ulasan dari latar belakang di atas, yang menjadi titik fokus pada penelitian ini adalah:

1. Bagaimana pembentukan regulasi diri dikalangan santri pengamal qasidah burdah yang berada di pondok pesantren Maulana Rumi Yogyakarta?
2. Bagaimana dampak qasidah burdah terhadap regulasi diri santri pondok pesantren Maulana Rumi Yogyakarta?
3. Apa saja faktor penghambat dan pendukung kualitas regulasi diri santri pengamal qasidah burdah pondok pesantren Maulana Rumi Yogyakarta?

## **C. Tujuan dan Signifikansi Penelitian**

Adapun orientasi yang diharapkan penulis untuk pelaksanaan penelitian adalah sebagai berikut:

1. Mendeskripsikan pembentukan regulasi diri dikalangan santri pengamal qasidah burdah yang berada di pondok pesantren Maulana Rumi Yogyakarta.
2. Mengetahui dampak qasidah burdah terhadap regulasi diri santri pondok pesantren Maulana Rumi Yogyakarta.
3. Mengungkap faktor penghambat dan pendukung kualitas regulasi diri santri pengamal qasidah burdah pondok pesantren Maulana Rumi Yogyakarta.

Dari perspektif keilmuan, penelitian ini memiliki signifikansi sumbangsih yang dapat menjadi bahan rujukan ilmu pengetahuan studi psikologi pendidikan Islam, sumbangsih keilmuan terkhusus dibidang kajian teori *self regulation*, dan menjadi sumber rujukan keilmuan pada diskursus psikologi yang berkaitan dengan teori *self*

*regulation* yang berbasis integrasi interkoneksi. Serta mampu menjadi batu pijakan bagi para penulis teori regulasi diri maupun qasidah Burdah yang mencari sumber rujukan terkait penelitian yang sedang dilakukan.

#### **D. Kajian Pustaka**

Pada bagian sub bab ini, tinjauan atau telaah pustaka (kajian pustaka) berisikan telaah penelitian sebelumnya yang masih berkesinambungan dengan penelitian yang sedang dilakukan, kesamaan telaah pustaka biasanya ada persamaan pada bagian masalah maupun tema yang sedang diangkat.<sup>9</sup> Telaah pustaka sangatlah penting untuk dipaparkan peneliti, karena asumsinya melalui telaah pustaka bisa menjadi pemantik untuk mendapatkan benang merah dalam penelitian, menjadi bahan evaluasi, bahkan bahan inovasi temuan terbaru dalam sebuah penelitian. Di satu sisi, adanya telaah pustaka diharapkan bisa menjadi rambu-rambu seorang peneliti agar terhindar dari unsur plagiasi dari karya orang lain. Penelitian terkait dinamika *self regulation* santri pengamal qasidah Burdah, tidaklah menjadi penelitian yang pertama kali dilakukan. Karena dinamika *self regulation* dan qasidah Burdah, sudah banyak diteliti dan dikaji oleh para kaum akademik dalam sebuah tugas akhir perkuliahan, sebagai wujud karya ilmiah atau sejenisnya. Berikut beberapa kutipan penelitian terdahulu sebagai batu pijakan penulis untuk bahan diskusi akademik pada penelitian dinamika regulasi diri santri pengamal qasidah Burdah di pondok pesantren Maulana Rumi, yaitu:

---

<sup>9</sup> Moh. Soehadha, *Metode Penelitian Sosial Kualitatif Untuk Studi Agama* (Yogyakarta: Suka Press, 2012), 143.

- 1- Dalam sebuah karya ilmiah yang menelaah qasidah Burdah dengan topik *Konsep Seni Qasidah Burdah Imam Al Bushiri Sebagai Alternatif Menumbuhkan Kesehatan Mental* oleh Ulin Nihayah. Jurnal ini menjelaskan mengenai qasidah Burdah yang dipandang menjadi alternative solusi sebagai obat kesehatan mental (obat non medis). Karena pada dasarnya, sumber obat kesehatan manusia tidak selalu bersumber dari obat-obatan medis. Melainkan juga bersumber dari obat-obatan non medis, seperti beribadah; bimbingan dzikir; dan juga mendengarkan qasidah Burdah.<sup>10</sup>
- 2- Selanjutnya ada jurnal berjudul *Qasidah Burdah Imam Al-Bushiri; Model Alternatif Dakwah Pesantren* oleh Ulin Nihayah. Kajian ilmiah ini, lebih menspesifikasikan pada aspek pengulangan dari segi pembacaan qasidah Burdah, syair-syair burdah sengaja dipakai sebagai media dakwah untuk menyampaikan pesan-pesan mutiara yang ada didalamnya.<sup>11</sup>
- 3- Ada pula jurnal yang berjudul *Nilai-Nilai Religiusitas Dalam Shalawat Burdah Karya Imam Syarafuddin Abu 'Abdillah Muhammad Bin Zaid Al-Bushiri Dan Relevansinya Terhadap Pendidikan Akhlak* oleh Kartika. Hasil dari artikelnya menjelaskan bahwa qasidah Burdah, selain dipandang sebagai syair-syair pujian kepada Kanjeng Nabi dan juga pesan-pesan moral. Syair didalamnya ternyata terdapat relevansi yang

---

<sup>10</sup> Ulin Ulin Nihaya, "Konsep Seni Qasidah Burdah Imam Al-Bushiri Sebagai Alternatif Menumbuhkan Kesehatan Mental," *Jurnal Ilmu Dakwah* 34, no. 2 (24 Desember 2014): 295–308, <https://doi.org/10.21580/jid.v34.2.488>.

<sup>11</sup> Ulin Nihayah, "Qasidah Burdah Imam Al-Bushiri; Model Alternatif Dakwah Pesantren," *An-Nida : Jurnal Komunikasi Islam* 7, no. 1 (1 Juni 2015): 289, <https://doi.org/10.34001/an.v7i1.289>.

mengajarkan pendidikan kehidupan moral kepada anak agar mampu mencintai Kanjeng Nabi serta mengaplikasikan poin-poin moral yang ada pada qasidah Burdah di kehidupan sehari-hari.<sup>12</sup>

- 4- Dari jurnal yang lain yang berjudul “*Interpersonal and Metapersonal Self-Regulation of Al-Quran Memorizer Santri at Elementary School Level*” oleh Muh. Shaleh, Kharis Sulaiman Hasri, Faizah Binti Awad. Dari artikelnya menjelaskan bahwa regulasi diri interpersonal santri dilakukan dengan melakukan dakwah kepada teman sebaya dengan cara menegur teman atau adiknya. Mereka berusaha meregulasi diri untuk dapat menyasikan antara pikiran, perkataan, serta perbuatan dalam bentuk sikap sopan. Mereka juga berupaya untuk mengelola lingkungan yang ada agar dapat mendukung pencapaian tujuan yang telah ditetapkan. Pengelolaan lingkungan tersebut yakni upaya untuk mengajak teman lainnya memanfaatkan waktu luang untuk digunakan *murāja’ah* hafalan. Adapun regulasi diri metapersonal dilakukan dengan mencari ridha Allah. Meskipun demikian, santri penghafal Al-Qur’an tingkat sekolah dasar di Rumah *Tadabbur* Al-Qur’an belum mampu merasakan aktivitas batin tertentu yang dapat memudahkan proses menghafal Al-Qur’an. Di antara aktifitas batin yang dilakukan yaitu dengan doa tertentu, khususnya untuk mendapatkan pertolongan di akhirat

---

<sup>12</sup> Kartika Kartika, “Nilai-Nilai Religiusitas Dalam Shalawat Burdah Karya Imam Syarafuddin Abu ’Abdillah Muhammad Bin Zaid Al-Bushiri Dan Relevansinya Terhadap Pendidikan Akhlak” (doctoral, IAIN Ponorogo, 2020), ii, <http://etheses.iainponorogo.ac.id/11477/>.



kelak. Implikasi penelitian juga didiskusikan di bagian akhir artikel ini.<sup>13</sup>

5- Artikel selanjutnya yang berjudul “Pengaruh Spiritual *Intelligence* Dan *Religious Faith* Terhadap *Self Regulation* Santri Tahfiz Kota Surabaya” oleh Sandi Marahhul Mingtio. Menerangkan bahwa Spiritual *intelligence* dan *religious faith* secara signifikan memprediksi regulasi diri. Dengan kata lain, baik Spiritual *intelligence* maupun *religious faith* berpengaruh positif terhadap regulasi diri. Selain itu, *spiritual intelligence* juga berpengaruh positif terhadap regulasi diri. Semakin positif siswa menilai Spiritual *intelligence*-nya, maka semakin tinggi *self regulation* yang dimilikinya. Sebaliknya, semakin negatif mereka menilai Spiritual *intelligence*, semakin rendah *self regulation* yang mereka miliki.<sup>14</sup>

6- Selanjutnya artikel yang berjudul “*Self Regulation* Santriwati Penghafal Qur`an (Studi Kasus di Asrama Putri Pondok Pesantren Al Islam Joresan)” oleh Ulin Nuriyatul Fitroti. Menyampaikan bahwa diketahui *self regulation* santriwati penghafal Qur`an yang meliputi: 1) Aspek metakognisi para santriwati berupaya untuk menghafal atau *murojaah* hafalan dengan berusaha berkonsentrasi dan menyamankan diri dengan kondisi. Selain itu, memahami prioritas antara akademik dengan menghafal atau berusaha menyeimbangkan

---

<sup>13</sup> Muh Shaleh, Kharis Sulaiman Hasri, dan Faizah Binti Awad, “Interpersonal and Metapersonal Self-Regulation of Al-Quran Memorizer Santri at Elementary School Level,” *AL-Ishlah: Jurnal Pendidikan* 13, no. 3 (21 Desember 2021): 2072, <https://doi.org/10.35445/alishlah.v13i3.1229>.

<sup>14</sup> Sandi Marahhul Mingtio, “Pengaruh Spiritual Intelligence Dan Religious Faith Terhadap Self Regulation Santri Tahfiz Kota Surabaya” (undergraduate, UIN Sunan Ampel Surabaya, 2022), ix, <http://digilib.uinsby.ac.id/56400/>.



keduanya. Pada aspek metakognisi, strategi dalam menghafal yakni dengan mengulang-ulang bacaan, melakukan halaqoh, dan telaten melakukan *murojaah*. 2) Pada aspek motivasi, para santriwati penghafal Qur'an menjadikan sosok orangtua sebagai penyemangat dalam menghafal. Selain itu, tuntutan dalam bidang akademik yang saat ini tengah para penghafal Qur'an jalani adalah harapan untuk melanjutkan ke jenjang perguruan tinggi. 3) Aspek perilaku, para penghafal Qur'an menghindari beberapa hal yakni mengurangi mengobrol, mempersedikit tidur, serta tidak berlama-lama di kamar. Sedangkan dalam pengaturan waktu hafalan para penghafal Qur'an memilih waktu dhuhur atau sebelum tidur untuk menambah menghafal atau *murojaah* serta *halaqoh*. Sedangkan faktor-faktor yang mempengaruhi *self regulation* santriwati penghafal Qur'an yakni faktor penghambat diantaranya: rasa malas dan pengaruh teman. Sedangkan faktor pendorong bagi santriwati penghafal Qur'an adalah fasilitas yang diberikan kepada santriwati penghafal Qur'an, motivasi dari para ustadz, *support* dari keluarga, dan kemampuan para santriwati untuk tetap mempertahankan motivasi.<sup>15</sup>

Merujuk dari kajian pustaka yang telah penulis lakukan, dipandang bahwa penelitian santri pengamal qasidah Burdah belum ada yang mencoba mengangkat dari aspek teori psikologi berupa *self regulation*. Meskipun dari sisi tema banyak yang mengangkat qasidah Burdah dan regulasi diri para santri penghafal al-Qur'an.

---

<sup>15</sup> Ulin Nuriyatul Fitroti, "Self Regulation Santriwati Penghafal Qur'an (Studi Kasus Di Asrama Putri Pondok Pesantren Al Islam Joresan)" (diploma, IAIN Ponorogo, 2022), 1, <http://etheses.iainponorogo.ac.id/18397/>.

Maka dari itu, disajikan dinamika konsep *self regulation* pada santri pengamal qasidah Burdah. Harapannya, guna menambah cakrawala pengetahuan, khususnya dalam diskursus keilmuan psikologi pendidikan Islam dan menjadi solusi *problem solving* yang berkenaan dengan kejiwaan manusia, khususnya pada kajian regulasi diri pada hawa nafsu manusia.

## **E. Kerangka Teori**

### **1. Regulasi Diri**

#### **a. Pengertian Regulasi Diri**

Penelitian yang dilakukan penulis, menggunakan teori *self regulation* dari tokoh Albert Bandura. Beliau menuturkan bahwa, *self regulation* merupakan rangkaian tindakan manusia dalam memposisikan diri untuk bersikap, kemudian diikuti tahap evaluasi terhadap diri sendiri sebagai bentuk penilaian tercapai atau tidaknya indikator kesuksesan yang telah ditentukan oleh subjektivitas manusia. Wujud penilaian kesuksesan dalam mengatur diri sendiri meliputi: proses pengolahan ide dalam pikiran yang kemudian diaplikasikan melalui aspek psikomotorik, sebagai wujud keselarasan dan keteraturan saat berperilaku.<sup>16</sup> Manusia dibekali daya nalar pikiran untuk mengatur kehidupan lingkungan sekitarnya, secara tidak langsung lingkungan akan ikut merespon tindakan manusia yang telah dilakukan. Dalam teori *self regulation*, aspek yang dikaji adalah proses seseorang dalam belajar mengatur, merubah, dan menjaga kegiatan belajar secara

---

<sup>16</sup> Barry J. Zimmerman, Dale H. Schunk, *Self-regulated learning and academic achievement*, 16.

mandiri maupun secara sosial yang masuk kedalam keadaan instruksional informal dan formal.<sup>17</sup>

Regulasi diri (*Self Regulation*) adalah proses seseorang untuk dapat mengatur pencapaian dan aksi mereka sendiri. Menentukan target untuk mereka, mengevaluasi kesuksesan mereka saat mencapai target tersebut dan memberikan penghargaan pada diri mereka sendiri karena telah mencapai tujuan tersebut.

Regulasi diri berkaitan dengan seorang individu yang hendak mengaktualisasikan dirinya dengan menampilkan serangkaian tindakan yang ditujukan pada pencapaian target. Menurut Bandura regulasi diri merupakan kemampuan mengatur tingkah laku dan menjalankan tingkah laku tersebut sebagai strategi yang berpengaruh terhadap performansi seseorang mencapai tujuan atau prestasi sebagai bukti peningkatan.<sup>18</sup> Bandura menyampaikan bahwa dalam konsep regulasi diri akan memunculkan aspek strategi reaktif dan proaktif. Dalam regulasi diri ada 3 aspek yang perlu diperhatikan, yaitu: Faktor eksternal (metakognitif), *monitoring* (motivasi) dan proses evaluasi tingkah laku internal (tindakan positif). Detailnya adalah regulasi diri berarti juga ketahanan diri terhadap rangsangan dari lingkungan yang memaksa individu untuk melakukan tindakan baik itu tindakan yang positif ataupun negatif.

---

<sup>17</sup> Barry J. Zimmerman, Dale H. Schunk, *Self-regulated learning and academic achievement*.

<sup>18</sup> Chairani, Lisy dan Subandi, *Psikologi (Peranan Regulasi Diri)* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), 14.

Galinsky mengungkapkan:

*“Regulating one’s thinking, emotions, and behavior is critical for success in school, work, and life”*.<sup>19</sup>

Regulasi diri yaitu dengan adanya regulasi diri, seseorang akan mampu untuk mengatur pikiran, emosinya dan perilaku seseorang untuk menuju kesuksesan di lingkungan sekolah, pekerjaan dan kehidupannya.

Pendapat Alfred Adler mengenai regulasi diri juga sangat berkaitan bahwa setiap orang memiliki kekuatan untuk bebas menciptakan gaya hidupnya sendiri-sendiri. Manusia itu sendiri yang bertanggung jawab tentang entitas dirinya dan rutinitas pergerakan tingkahlakunya. Manusia mempunyai kekuatan kreatif untuk mengontrol kehidupan dirinya, bertanggung jawab mengenai tujuan akhirnya. Menentukan cara untuk memperjuangkan dan mencapai tujuan itu, serta menyumbang pengembangan minat sosial. Kekuatan diri kreatif itu membuat manusia menjadi manusia bebas bergerak menuju tujuan terarah.<sup>20</sup> Dari pendapat Adler tersebut, dapat diketahui bahwa setiap individu memiliki kemampuan dasar untuk mengontrol dirinya, sesuai dengan kemampuan yang ada pada dirinya untuk bertanggung jawab sesuai dengan tujuan hidupnya.

Zimmerman mengungkapkan bahwa regulasi diri merujuk pada pikiran, perasaan dan tindakan yang terencana oleh diri dan terjadi secara berkesinambungan sesuai dengan

---

<sup>19</sup> Rose, Florez, Ida, *Developing Young Children’s Self-Regulation Through Everyday Experience* (Young Children, 2011), 46.

<sup>20</sup> Alwisol, *Psikologi Kepribadian Edisi Revisi* (Malang: UMM Press, 2007), 74.

upaya pencapaian tujuan.<sup>21</sup> Siswa yang aktif tentunya harus memiliki perilaku yang direncanakan secara terus menerus. Untuk mendapatkan prestasi yang sesuai dengan keinginannya. Penelitian yang dilakukan Raffaeli dkk mengungkapkan ketidak mampuan seseorang untuk meregulasi diri mampu menyebabkan seseorang menjadi kecanduan alkohol dan obat-obatan terlarang, membuat seseorang mengalami gangguan makan, tidak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan dan juga membuat anak-anak rentan terhadap berbagai resiko meskipun tidak berada dalam lingkungan yang beresiko memicu munculnya penyakit psikologis.<sup>22</sup>

Dari beberapa pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa regulasi diri adalah kemampuan seseorang dalam mengontrol, mengatur, merencanakan, mengarahkan, dan memonitor perilaku dalam melakukan kegiatan untuk dapat mencapai tujuan dengan menggunakan strategi tertentu. Strategi tersebut meliputi metakognitif, motivasi dan perilaku yang hendak dilakukan mampu sesuai dengan tujuannya.

#### **b. Faktor-faktor Pembentuk Regulasi Diri**

Menurut Zimmerman dan Pons, ada tiga faktor yang mempengaruhi regulasi diri. Berikut ini adalah ketiga faktor tersebut:

##### **1) Individu**

Faktor individu ini meliputi hal-hal dibawah ini:

---

<sup>21</sup> Chairani, Lisya dan Subandi, *Psikologi (Peranan Regulasi Diri)*, 14.

<sup>22</sup> Chairani, Lisya dan Subandi, 20.

- a) Pengetahuan individu, semakin banyak dan beragam pengetahuan yang dimiliki individu, maka akan semakin membantu individu dalam melakukan regulasi.
- b) Tingkat kemampuan metakognisi yang dimiliki individu yang semakin tinggi akan membantu pelaksanaan regulasi diri dalam diri individu.
- c) Tujuan yang ingin dicapai, semakin banyak dan kompleks tujuan yang ingin diraih, semakin besar kemungkinan individu melakukan regulasi diri. Akan tetapi sebaliknya, semakin minim tingkat kompleksitas tujuan yang hendak diraih, maka semakin kecil pula intensitas regulasi diri yang dimiliki.

## 2) Perilaku

Perilaku mengacu pada upaya individu menggunakan kemampuan yang dimiliki. Semakin besar dan optimal upaya yang dikerahkan individu dalam mengorganisasi suatu aktivitas akan meningkatkan regulasi pada diri individu.

## 3) Lingkungan

Teori sosial kognitif mencurahkan perhatian khusus pada pengaruh sosial dan pengalaman pada fungsi manusia. Hal ini tergantung pada lingkungan itu mendukung atau tidak mendukung.<sup>23</sup> Karena pada dasarnya, proses pembentukan regulasi diri juga amat ditentukan dari faktor eksternal seorang individu, yaitu berupa lingkungan sekitarnya.

---

<sup>23</sup> M.N. Ghufroon, *Teori-Teori Psikologi* (Yogyakarta: Ar-ruzz Media, 2011), 62.

### c. Proses Pembentukan Regulasi Diri

Albert Bandura menyebutkan tiga kebutuhan internal dalam proses melakukan regulasi diri yang terus menerus sebagai berikut:

#### 1) Observasi Diri

Kita harus dapat memonitor performa kita walaupun perhatian yang kita berikan padanya belum tentu tuntas ataupun akurat. Kita harus memberikan perhatian secara selektif terhadap beberapa aspek dari perilaku kita dan melupakan yang lainnya dengan sepenuhnya. *Final*-nya, kegiatan observasi tergantung pada minat dan konsepsi diri yang mempunyai keterkaitan dengan proses sebelumnya (memonitor diri dan perhatian diri).

#### 2) Proses Penilaian

Observasi diri sendiri tidak memberikan dasar yang cukup untuk dapat meregulasi perilaku. Proses kedua, proses penilaian, membantu kita meregulasi perilaku kita melalui proses mediasi kognitif. Kita tidak hanya mampu untuk menyadari diri kita secara reflektif, tetapi juga menilai seberapa berharga tindakan kita berdasarkan tujuan yang telah kita perbuat untuk diri kita. Lebih spesifiknya lagi, proses penilaian bergantung pada standar pribadi. Performa rujukan, pemberian nilai pada kegiatan, dan atribusi performa (apabila kita percaya bahwa keberhasilan yang kita capai karena usaha kita sendiri, maka kita akan menjadi bangga dengan pencapaian kita dan cenderung akan bekerja lebih keras untuk mencapai tujuan kita.



Kebalikannya, apabila kita percaya bahwa kita bertanggung jawab atas kegagalan atau performa yang tidak maksimal, maka kita akan lebih siap bekerja kearah regulasi diri daripada apabila kita meyakini bahwa kegagalan dan ketakutan kita diakibatkan oleh faktor-faktor diluar kendali kita).

### 3) Reaksi Diri

Manusia merespon secara positif dan negatif terhadap perilaku mereka, sebagai upaya yang tergantung pada perilaku yang memenuhi standar personal yang mereka buat. Manusia menciptakan insentif untuk tindakan mereka melalui penguatan diri atau hukuman diri. Sebagai contoh, seorang murid yang rajin yang telah menyelesaikan suatu tugas bacaan, dapat memberikan penghargaan pada dirinya sendiri dengan menonton program televisi favoritnya.<sup>24</sup>

Menurut Zimmerman regulasi diri merujuk pada pikiran, perasaan dan tindakan terencana dan secara siklus disesuaikan dengan upaya pencapaian tujuan pribadi.<sup>25</sup> Menurutnya regulasi diri mencakup tiga aspek yang diaplikasikan dalam belajar, yaitu meta kognitif, motivasi dan perilaku.<sup>26</sup> Paparan lengkapnya sebagai berikut:

#### 1) Metakognisi

Menurut Zimmerman dan pons, bahwa poin metakognitif bagi individu yang melakukan regulasi diri adalah individu yang merencanakan, mengorganisasi,

---

<sup>24</sup> J. Feiss, Feiss, dan J. George, *Teori Kepribadian* (Jakarta: Salemba Humanika, 2010), 220.

<sup>25</sup> Chairani, Lisyia dan Subandi, *Psikologi (Peranan Regulasi Diri)*, 28.

<sup>26</sup> M.N. Ghufroon, *Teori-Teori Psikologi*, 59.

mengukur diri, dan menginstruksikan diri sebagai kebutuhan selama proses perilakunya. Matlin menambahkan metakognisi adalah pemahaman dan kesadaran tentang proses kognitif atau pikiran tentang berpikir. Selanjutnya, ia mengatakan bahwa metakognisi merupakan suatu proses penting. Hal ini dikarenakan pengetahuan seseorang tentang kognisinya dapat membimbing dirinya untuk mengatur atau menata peristiwa yang akan dihadapi dan memilih strategi yang sesuai agar dapat meningkatkan kinerja kognitifnya kedepan.<sup>27</sup> Artinya, pada proses ini seseorang semacam membuat peta konsep untuk dikerjakan pada kehidupan nyata sebagai bentuk respon positif terhadap kesadaran alam pikirannya.

## 2) Motivasi

Devi dan Ryan mengemukakan bahwa, motivasi adalah fungsi dari kebutuhan dasar untuk mengontrol dan berkaitan dengan kemampuan yang ada pada setiap diri individu. Ditambahkan juga oleh Zimmerman dan Pons bahwa keuntungan motivasi ini adalah individu memiliki motivasi intrinsik, otonomi, dan kepercayaan diri tinggi terhadap kemampuan dalam melakukan sesuatu.<sup>28</sup>

Menurut Pintrich motivasi merupakan komponen yang paling penting dari pembelajaran dalam lingkungan pendidikan. Hal ini dianggap sebagai salah satu faktor

---

<sup>27</sup> M.N. Ghufon, 59.

<sup>28</sup> M.N. Ghufon, 60.

penentu keberhasilan.<sup>29</sup> Maka dari itu, motivasi yang ada dalam diri seseorang amat sangat menentukan proses langkah yang akan diambil seseorang dikala sedang mengalami proses *down* dalam diri.

### 3) Perilaku

Perilaku menurut Zimmerman dan Schank, merupakan upaya untuk mengatur diri, menyeleksi dan memanfaatkan lingkungan maupun menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitas belajarnya.<sup>30</sup> Artinya pada proses perilaku, seseorang semacam membuat tindakan respon positif untuk memilih dan memilah upaya-upaya yang mampu menunjang proses regulasi diri agar lebih baik lagi sesuai dengan harapan yang dibuat.

#### d. Disfungsi Regulasi Diri

Beberapa faktor yang dapat menyebabkan seseorang kurang mampu untuk mengembangkan *self regulation*, diantaranya: a). Kurangnya pengalaman belajar dari lingkungan sosial adalah faktor yang pertama yang menyebabkan kegagalan seorang siswa dalam mengembangkan *self regulation*. Disebabkan mereka tumbuh di rumah atau di lingkungan yang tidak mengajarkan mereka untuk melakukan *self regulation*, tidak diberikan contoh, atau

---

<sup>29</sup> Al-Khatib, Ahmed, Saleh, "Meta-cognitive Self-regulated Learning And Motivational Beliefs As Predictors Of College Students' Performance" (Al-Ain University Of Science And Technology, 2010), 58.

<sup>30</sup> Barry J. Zimmerman, "Investigating Self-regulation And Motivation: Historical Background, Methodological Developments, And Future Prospects," *Graduate Center Of The City University Of New York*, 2008, 167–68.

reward.<sup>31</sup> b). Batasan ke dua yang menghambat seseorang dalam mengembangkan kemampuan *self regulation* bersumber dari dalam dirinya yaitu adanya sikap apatis (*disinterest*). Hal ini disebabkan dalam menggunakan teknik-teknik *self regulation* yang efektif dibutuhkan antisipasi, konsentrasi, usaha, *self* refleksi yang cermat, sebagai contohnya, kebanyakan guru akan melaporkan bahwa siswa yang tidak aktif dikelas akan menunjukkan prestasi yang kurang dan jarang mengumpulkan tugas-tugas yang diterimanya.<sup>32</sup> c). Gangguan suasana hati, seperti mania atau depresi, kurang gairah tidak dapat memotivasi diri adalah batasan ketiga yang dapat menyebabkan disfungsi *self regulation*. Sebagai contoh seseorang yang mengalami depresi cenderung menunjukkan perilaku menyalahkan diri sendiri, salah dalam mempresepsikan hasil perilaku mereka, bersikap negatif.<sup>33</sup> d). Batasan yang keempat yang sering dihubungkan dengan disfungsi *self regulation* adalah adanya *learning disabilities*, seperti masalah kurang mampu konsentrasi, mengingat, membaca dan

---

<sup>31</sup> G. H. Brody, Z. Stoneman, D. Flor, "Parental Religiosity, Family Process, And Youth Competence In Rural, Two-Parent, African-American Families," *Developmental Psychology* 32 (1996): 696–706; M. Boekaerts, P. Pintrich, & M. Zeidner, *Handbook Of Self-Regulation* (M. Boekaerts, P. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.)) (Academic Press, 2000).

<sup>32</sup> L. D. Steinberg, B. B. Brown, & S. M. Dornbusch, *Beyond the Classroom: Why School Reform Has Failed And What Parents Need To Do* (New York: NY: Simon & Schuster, 1996); M. Boekaerts, P. Pintrich, & M. Zeidner, *Handbook Of Self-Regulation* (M. Boekaerts, P. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.)).

<sup>33</sup> Bandura, "Social Cognitive Theory Of Self Regulation," *Organizational Behavior And Human Decision Processes* 50 (1991): 248–87, <https://doi.org/10.1111/J.1468-5957.1988.Tb00115.X>; M. Boekaerts, P. Pintrich, & M. Zeidner, *Handbook Of Self-Regulation* (M. Boekaerts, P. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.)).

menulis.<sup>34</sup> Sebagai contoh, seorang siswa dengan *learning disabilities* menetapkan *goal academic* yang lebih rendah dibandingkan siswa yang normal, memiliki masalah dalam mengontrol dorongannya, dan kurang akurat dalam menilai kemampuan mereka miliki.

Hasil berbagai studi terdahulu yang dilakukan oleh Pintrich & De Groot,<sup>35</sup> Schunk & Zimmermant<sup>36</sup> mengungkapkan bahwa siswa yang lebih sadar dan menerapkan kontrol yang lebih besar terhadap proses kognitifnya, cenderung lebih sukses untuk menciptakan motivasi terhadap diri sendiri dan lebih mampu berlomba-lomba untuk meraih prestasinya dalam belajar. Ketimbang seorang siswa yang mempunyai kontrol kognitif yang rendah terhadap dirinya.

#### **e. Pembentukan Regulasi Diri dalam Psikologi Pendidikan**

##### **Islam**

Menghadirkan media perantara yang berbasis religi untuk mengatur regulasi diri pada diri seseorang, tidak jarang diterapkan dalam dunia psikologi Islam. Seperti contoh tokoh psikologi Islam; Imam Abu Hamid Muhammad bin Muhammad bin Muhammad al-Ghazali, beliau menghadirkan

---

<sup>34</sup> J. Borkowski & P. Thorpe, "Life Span Perspective on Underachievement in Self Regulation of Learning and Performance.," *In Dale Schunk and Barry Zimmerman (Eds.). NJ: Lawrence Erlbaum Associates, 1994; M. Boekaerts, P. Pintrich, & M. Zeidner, Handbook Of Self-Regulation (M. Boekaerts, P. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.)).*

<sup>35</sup> P.R. Pintrich & E. V. De Groot, "Motivational and self-regulated learning components of classroom academic performance," *Journal of Educational Psychology* 82 (1) (1990): 33–40.

<sup>36</sup> D. Schunk & B. Zimmerman, "Self Regulation of Learning and Performance," *NJ: Lawrence Erlbaum Associates, 1994.*

metode *muhasabah* diri sebagai perantara media regulasi diri untuk melakukan perubahan pola tingkah laku dari yang kurang sesuai menjadi pribadi yang lebih baik dalam menjalankan kehidupan dunia sebagai bekal menuju kehidupan abadi kelak di akhirat.<sup>37</sup>

Metode *muhasabah* merupakan metode mawas diri, dimana metode ini lebih mengedepankan hati nurani untuk mengetahui baik buruknya perilaku dan juga sebagai bentuk tanggung jawab perilaku.<sup>38</sup> Secara teknis bisa dikatakan sebagai metode introspeksi diri, dimana individu menela'ah apa yang sudah dilakukan, kalau perbuatannya ada yang kurang baik maka introspeksi diri ini merupakan latihan dengan keteguhan hati untuk menjadi manusia yang lebih baik lagi.<sup>39</sup>

Ada enam tahapan dalam melakukan *muhasabah* menurut al-Ghazali, antara lain: (1) *Musyarathah* (penetapan syarat). Melakukan segala sesuatu dengan menetapkan berbagai syarat dengan pemikiran mendalam dengan mengukur manfaat dan keuntungan yang diperoleh baik duniawi maupun ukhrowi, (2) *Muraqabah* (mengawasi), mawas diri dengan menyakini bahwa Allah selalu mengawasi perilaku kita sehingga menimbulkan kehati-hatian dalam berperilaku.<sup>40</sup> Karena dalam kehidupan manusia bersifat

---

<sup>37</sup> M. Abdul Mujieb, *Ensiklopedia Tasawuf Imam Al-Ghazali* (Jakarta Selatan: PT. Mizan Publika, 2009), 300.

<sup>38</sup> P. Permadi, "Mawas Diri," *Majalah Mawas Diri*, 1995, Jakarta.

<sup>39</sup> Abdullah Hadziq, "Pendidikan Implikasi Ilmu Bagi Kesalihan Tingkah Laku: Analisis Terhadap Psikologi Sufistik Al-Ghazali," *Jurnal Teologia* 16 (2005): 02.

<sup>40</sup> Imam Al-Ghazali, *Mukasyafat Al-Qulub* (Bairut: Dar Al-Fikr, 1996).



dinamis dalam berinteraksi dengan lingkungannya.<sup>41</sup> (3) *Muhasabah* (introspeksi diri), berusaha menela'ah apa yang sudah dilakukan dan berusaha memperbaiki kesalahan dengan tidak mengulangnya kembali.<sup>42</sup> (4) *Mu'aqabah* (menghitung diri atas segala kekurangan), dengan menghitung kesalahan manusia menjadi tau perbuatannya merugikan diri sendiri dan orang lain, sehingga ada usaha untuk memberi hukuman pada diri sendiri untuk tidak melakukan perbuatan yang dilarang oleh Allah.<sup>43</sup>

Menurut Nurbaksh dalam buku yang berjudul “dunia spiritual kaum sufi”, menyatakan bahwa dengan menimbang untung dan rugi perbuatan yang dilakukan sehingga lebih waspada untuk melakukan perbuatan yang melanggar ajaran Islam.<sup>44</sup> Oleh karena itu betapa pentingnya untuk menganalisa keuntungan dan kerugian dari setiap perbuatan yang dilakukan dengan upaya ini menjadikan individu lebih berhati-hati dalam berperilaku. (5) *Mujahadah* (bersungguh-sungguh), bersungguh-sungguh dalam setiap introspeksi diri sebagai bahan pertimbangan dalam melakukan perbuatan yang tidak diridhoi Allah. Kesungguhan dalam berintrospeksi merupakan salah satu kunci keberhasilan dalam *muhasabah*, karena besungguh-sungguh merupakan betuk tanggung jawab kita pada Allah pada semua amal perbuatan yang kita lakukan (6)

---

<sup>41</sup> Imam Al-Ghazali, *Raudat Al-Talibin Wa 'Umdat Al-Salikin*, dalam *Majmu'at At Rasail Imam Al-Ghazali* (Bairut: Dar Al-Fikr, 1996).

<sup>42</sup> Shalih Al-Ulyawi, *Muhasabah (Intropeksi Diri)*, Terj. Abu Ziyad (TT: Maktab Dakwa dan Bimbingan Jaliyat Rabwah, TT).

<sup>43</sup> Imam Al-Ghazali, *Mukasyafat Al-Qulub*.

<sup>44</sup> Ian Ricard, *Dunia Spiritual Kaum Sufi (Harmonisasi antara Dunia Mikro dan Makro)*, 01 ed. (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada cet. 1, 2001).



*Mu'atabah* (mencela diri), tahapan ini merupakan tahapan untuk mengajarkan diri untuk selalu rendah diri dengan menasehati diri sendiri untuk selalu melakukan semua perintah Allah dan menjadui larangan Allah.<sup>45</sup> Penting bagi individu untuk memberikan sanksi dan menasehati diri sendiri dengan terus melatih diri dengan selalu rendah diri dan membiasakan sikap *tawadhu'* dalam kehidupan sehari-hari.

Enam tahapan yang dilakukan oleh individu sebagai tahapan-tahapan untuk melakukan *muhasabah*, merupakan sebuah tahapan yang saling terkait dan terintegrasi. Tujuannya adalah supaya proses *muhasabah* yang dilakukan memiliki hasil yang maksimal dan mampu memiliki implikasi dalam melakukan perubahan dalam diri individu menjadi pribadi yang lebih baik dalam menjalankan kehidupan dunia sebagai bekal menuju untuk kehidupan abadi diakhirat nanti. Oleh karena itu, sangat penting bagi setiap individu selalu ber-*muhasabah* diri dengan *istiqomah*. Tujuan tidak adalah agar dalam menjalani kehidupan mampu lebih terarah dan konsisten.

## 2. Historiografi Qasidah Burdah

Selanjutnya, mengenai maha karya qasidah Burdah sendiri merupakan karangan dari syaikh Imam al-Bushiri. Qasidah Burdah, berisikan syair-syair yang menceritakan tentang sejarah kehidupan nabi Muhammad SAW, *akhlak al-Karimah* dan *knowledge* moral yang dapat difungsikan *fi kulli yaumin*. Qasidah Burdah, terdapat 163 bait dan diklasifikasikan menjadi

---

<sup>45</sup> Imam Al-Ghazali, *Mukasyafat Al-Qulub*.

beberapa bab.<sup>46</sup>

Secara etimologi, *al-Burdah* diartikan sebagai pakaian (jubah) *elite* seorang khalifah yang merupakan simbol pakaian kekhalifahan. Melalui pakaian Burdah ini, seorang pemimpin akan lebih mudah dikenal diantara para pejabat-pejabat pemerintahan, kawan, maupun diantara masyarakat sekitar. Nama burdah juga dipakai oleh sastrawan bernama Ka'ab bin Zuhair bin Abi Salma saat menamai karya sastranya yang dihaturkan kepada nabi Muhammad SAW.<sup>47</sup>

Dibalik terlahirnya maha karyanya qasidah Burdah, secara epistemologi Imam Al-Bushiri mampu menjadi salah satu sosok tokoh pujangga yang karyanya digandrungi oleh setiap orang dari berbagai sudut bumi. Adalah sebab berkah kecintaan Imam Al-Bushiri kepada baginda agung nabi Muhammad SAW. Beliau bisa sembuh total lantaran hasil karangan syair-syair Burdah yang dikarangnya. Beliau mampu bertemu dengan baginda nabi Muhammad SAW didalam mimpinya dan lambat laun, karya beliau banyak digandrungi dan banyak dialih bahasakan. Seiring berkembangnya waktu, qasidah Burdah dimodifikasi secara kentara dari aspek nada-nada, alunan syair, dan cengkok nadanya. Sehingga melahirkan nilai estetik tersendiri bagi pendengar yang gemar akan syair-syair pujian dan memberi kesan poin tersendiri bagi penikmatnya. Berikut beberapa kutipan syair qasidah Burdah:

---

<sup>46</sup> Muhammad Adib, *Burdah: Antara Kasidah, Mistis, dan Sejarah* (Yogyakarta: Pustaka Pesantren dan LKiS, 2019), xiii-ix.

<sup>47</sup> "Burdah."

## الفصل الثاني: في التحذير من هوى النفس

باغيان كي ٢: من جاغا هوى نفس

“Bagian kedua: Menjaga Hawa Nafsu”

فَإِنَّ أَمَارَتِي بِالسُّوءِ مَا اتَّعَظْتُ × مِنْ جَهْلَهَا بِنَذِيرِ الشَّيْبِ وَالْهَرَمِ

سوعغوه نفس امرأة كوا فدا ناصحة تيداء تريما، كرانا براعكات داري كاتيداء  
تهوانيا.

أدايا فريعاتان بروف اوبان دي كافلا دان كاتيداء بردايان توبوه أكيات عمور  
سينجا.

“Sungguh nafsu amarahku pada nasehat tak terima, karena berangkat dari ketidaktahuannya # Adanya peringatan berupa uban di kepala dan ketidakberdayaan tubuh akibat umur senja”.

وَلَا أَعَدَّتْ مِنَ الْفِعْلِ الْجَمِيلِ قَرَى × ضَيْفٍ أَلَمْ بِرَأْسِي غَيْرَ مُحْتَشِمٍ

نفس أمراه كوا تيداء ممفوا برسياف-سياف ديري، دعان معكرجاكان عمل  
بئيك يع برنيلائي.

أونثو من يمبوت كداتاعان تاموا يع فاسطي، تاموا يع سيعغاه دي كافلا نان  
تيادی مالوا لاغي.

“Nafsu amarahku tak mampu bersiap-siap diri, dengan mengerjakan amal baik yang bernilai # Untuk menyambut kedatangan tamu yang pasti, tamu yang singgah di kepala nan tiada malu lagi”.

لَوْ كُنْتُ أَعْلَمُ أَنِّي مَا أُوقِرُهُ × كَتَمْتُ سِرًّا بَدَالِي مِنْهُ بِالْكُتْمِ

جيكالوا أكو تاهوا باهوى تيداء ممفوا مع حورمات تاموا.

مكا ليهه بائيك كوا سمبوننيكان ديريكوا دعان جارا مينيمير أوبان دي كافلا  
كوا.

“Jika aku tahu bahwa diriku tak mampu menghormat tamu # Maka lebih baik kusembunyikan diriku dengan cara menyemir uban dikepalku”.

مَنْ لِي بِرَدِّ جِمَاحٍ مِنْ غَوَايَتِهَا × كَمَا يُرَدُّ جِمَاحُ الْخَيْلِ بِالْجُمِّ

Siapa kaha ngiraan? Saengof me kndalikan nfas kua dari kasasatan.

Siabagimana kua liar me terkndalikan dcan tali kkaan.

“Siapakah gerangan? Sanggup mengendalikan nafsuku dari kesesatan # Sebagaimana kuda liar yang terkendalkan dengan tali kekangan”.

فَلَا تَرُمْ بِالْمَعَاصِي كَسَرَ شَهْوَتِهَا × إِنَّ الطَّعَامَ يُقْوِي شَهْوَةَ النَّهْمِ

Jaan kua brrhaf, dafat mmathe kan nfas dcan meevie.

kna mkanan jostrowa bisaf frkuat bagfi si rakus mkanan lizat.

“Jangan kau berharap, dapat mematahkan nafsu dengan maksiat # Karena makanan justru bisa perkuat bagi si rakus makanan lezat”.

وَالنَّفْسُ كَالطُّفْلِ إِنْ تُهْمِلَهُ شَبَّ عَلَى × حُبِّ الرِّضَاعِ وَإِنْ تَقْطُمَهُ يَنْفَطِمَ

nfas bagikan bayi, bila kamao biarkan akan ttf suka mn yosua.

namon bila kmao safie, ma bayi akan brhnti sendiri.

“Nafsu bagaikan bayi, bila kau biarkan akan tetap suka menyusui # Namun bila kau sapih, maka bayi akan berhenti sendiri”.

فَاصْرِفْ هَوَاهَا وَحَازِرْ أَنْ تُؤْلِيَهُ × إِنَّ الْهَوَى مَا تَوَلَّى يُصِمُّ أَوْ يَصِمُّ

ma faliekan lae nfas mu, takuatae jaan samfi dia meuasahia.

ssuuehfa nfas, jikalo brkuaa ma akan mbuuehmoa dan mbuuehmoa  
SUNAN KALIJAGA  
terjila.

“Maka palingkanlah nafsumu, takutlah jangan sampai ia menguasai-nya # Sesungguhnya nafsu, jikalau berkuasa maka akan membunuhmu dan membuatmu tercela”.

وَرَاعِهَا وَهِيَ فِي الْأَعْمَالِ سَائِمَةٌ × وَإِنْ هِيَ اسْتَحَلَّتِ الْمَرْعَى فَلَا تُسِمُ

dan gmbilakan lae nfas, kna dalam eml nfas bagikan huan trnak.

jika nfas mraa yman dalam kabikan, maka ttf jaaga dan jaan kma  
leae.

“Dan gembalakanlah nafsu, karena dalam amal nafsu bagaikan hewan ternak # Jika nafsu merasa nyaman dalam kebaikan, maka tetap jaga dan jangan kau lengah”.

كَمْ حَسَنْتَ لَذَّةَ لِلْمَرْءِ قَاتِلَةً × مِنْ حَيْثُ لَمْ يَذْرِ أَنَّ السَّمَّ فِي الدَّسَمِ  
بتافی بنیایک کالزاتان، جوستروا باغی سساعوراع ممباوی کماتیان.  
کرانا تنفا دی کتهوی، ادایا راجون ترسمفان دالام مکنان.

“Betapa banyak kelezatan, justru bagi seseorang membawa kematian # Karena tanpa diketahui, adanya racun tersimpan dalam makanan”.

وَاخْشَ الدَّسَائِسَ مِنْ جُوعٍ وَمِنْ شَبَعٍ × قُرْبَ مَخْمَصَةٍ شَرٌّ مِنَ التَّخَمِ  
تکوئلا ترهاداف تیفو دایایا لافار دان کنیاع.  
سبب سریع ترجادی راسا لافار لیبیه داری فدا کنیاع.

“Takutlah terhadap tipu dayanya lapar dan kenyang # Sebab sering terjadi rasa lapar lebih daripada kenyang”.

وَاسْتَفْرِغِ الدَّمْعَ مِنْ عَيْنٍ قَدْ امْتَلَأَتْ × مِنَ الْمَحَارِمِ وَالزَّمِ حِمِيَةَ النَّدَمِ  
دیریکان لآه ائیر ماتی، داری فلو فوک ماتی یع فئوه نودی دوصا.  
فلیهارالآه راسا سسل دان کاجیوی کرانا دوصا.

“Deraikanlah air mata, dari pelupuk mata yang penuh noda dosa # Peliharalah rasa sesal dan kecewa karena dosa”.

وَخَالَفِ النَّفْسَ وَالشَّيْطَانَ وَأَعْصِهِمَا × وَإِنْ هُمَا مَحْضَاكَ النَّصْحَ فَاتَّهِمِ  
لاوان لآه هوی نفس دان شیطان دورهکا، دان جعآلآه فدا کدوآیا.  
جیکا مریکا تلوس ماناصحاتی مکا اینکو هاروس من جوریغاهی.

“Lawanlah hawa nafsu dan setan durhaka, dan jagalah pada keduanya # Jika mereka tulus menasehati maka engkau harus mencurigai”.

وَلَا تُطِيعْ مِنْهُمَا خَصْمًا وَلَا حَكَمًا × فَاتَّ تَعْرِفُ كَيْدَ الْخَصْمِ وَالْحَكَمِ  
جغان لآه اینکو طاعة کفادی مریکا نفس دان شیطان، بائیک سلاکوا  
موصوة اتو سلاکوا حاکم.

سَبَبِ إِيْنَكُوْا سَوْدَاةٌ تَاهُوْا دَغَانِ يَّتَا، بَعِيْمَانَا تَيْفُوْا دَايَّيَا دِلَامِ مُوسُوْه دَامِ مَعَ حَكُوْمِي.

“Janganlah engkau taat kepada mereka nafsu dan setan, baik selaku musuh atau selaku hakim # Sebab engkau sudah tahu dengan nyata, bagaimana tipu dayanya dalam musuh dan menghukumi”.

أَسْتَغْفِرُ اللهَ مِنْ قَوْلٍ بِلَا عَمَلٍ × لَقَدْ نَسَبْتُ بِهِ نَسْلًا لِّذِي عُقْمٍ  
كوْ مُهَوْنُ فَعَمَفُوْنَانِ كِفَادَى اللهِ، أَتَأْسُ أَوْجَفَانِ يَعْ تَنْفَا مَعْمَلُ كَانِ.  
سَوَعُوْةٌ هَلْ إِيْتُوْا لَا كَسْنَا أَوْرَاعِ مَنْدُولِ تِيْدَاكَ بَرَكْتُوْرُوْنَانِ.

“Kumohon pengampunan kepada Allah, atas ucapan yang tanpa mengamalkan # Sungguh... Hal itu laksana orang mandul tak berketurunan”.

أَمَرْتُكَ الْخَيْرَ لَكِنْ مَا أَتَمَرْتُ بِهِ × وَمَا اسْتَقَمْتُ فَمَا قَوْلِي لَكَ اسْتَقِمِ  
إِيْنَكُوْا كُوْا فَرِيْتَّةٌ لَا كُوْكَانِ عَمَلِ كِبَائِيْكَانِ، نَمُوْنُ أَكُوْا سَنْدِيْرِيْ إِيْعَانِ  
مَعْرَجَكَانَ.

مَكَاتِيَادَى بَرَعُوْنَا أَوْجَفَانَ كُوْا أَغَارَ إِيْنَكُوْا بَرَلَا كُوْا بَنَرِ، سَدَاْعَكَانَ دِيْرِيْكَوْا  
سَنْدِيْرِيْ دِلَامِ كَلَلِيَّانِ.

“Engkau ku perintah lakukan amal kebaikan, namun aku sendiri enggan mengerjakan # Maka tiada berguna ucapanku agar kau berlaku benar, sedangkan diriku sendiri dalam kelalaian”.

وَلَا تَزُوْدْتُ قَبْلَ الْمَوْتِ نَافِلَةً × وَلَمْ أَصَلِّ سِوَى فَرَضٍ وَلَمْ أَصُمْ  
دَانِ دِيْرِيْكَوْا تِيَادَى مَنَامِيَّةٌ عَمَلِ كِبَائِيْكَانِ دَالِمِ كَاسُوْهُنَانَ، سَبَلُوْمِ كَمَاتِيَانِ  
دَاتَعِ.

دَانِ تِيَادَى أَكُوْا صَلَاةٌ دَانِ فَوَاصَا، كَجُوَالِيْ هَانِيَا عِبَادَةُ يَعْ دِيْ وَاجِبَكَانَ.

“Dan diriku tiada menambah amal kebaikan dalam kesunahan, sebelum kematian datang # Dan tiada aku shalat dan puasa, kecuali hanya ibadah yang wajibkan”.<sup>48</sup>

<sup>48</sup> Hilmy Muhammad, *Terjemahan Kasidah Burdah Imam Al-Bushiri*, 13–20.

Dari ulasan singkat mengenai konsep regulasi diri dan historiografi singkat qasidah Burdah. Pada penelitian ini, penulis bermaksud mengungkapkan dinamika regulasi diri para santri pondok pesantren Maulana Rumi selaku pengamal qasidah Burdah karangan dari Imam al-Bushiri. Penulis berasumsi bahwa pada bagian bab-bab tertentu di dalam qasidah Burdah seperti pada fasal dua bab *at-Tahdhiir min Hawa an-Nafsi*. Mampu menjadi media *self regulation* bagi para santri Maulana Rumi pengamal qasidah Burdah yang hendak berusaha menjaga hawa nafsu dalam dirinya; seperti rasa malas, senang tidur, bermain *gadget* atau handphone, dan bentuk-bentuk hawa nafsu negatif lainnya. Sebab di dalam qasidah burdah ini, beliau Imam al-Bushiri menerangkan bahwa nafsu yang ada dalam diri manusia hendaklah disapih (diatur/ diregulasi) agar taat dan taqwa kepada Allah SWT. Asumsi yang beliau sampaikan dalam syair burdahnya, berbunyi:

“nafsu itu seperti anak kecil yang menyusu. Jika dibiarkan dirinya akan senang menyusu. Dan jika anak kecil tersebut disapih, maka dirinya akan berhenti untuk menyusu”.<sup>49</sup>

Melalui konsep *at-Tahdhiir min Hawa an-Nafsi* yang Imam al-Bushiri tawarkan. Beliau hendak mengajak kita semua, khususnya para santri Maulana Rumi selaku pengamal qasidah Burdah. Agar tidak lelah dalam menggembala dan mengatur hawa nafsu dalam diri masing-masing.

Selanjutnya, penulis memperhatikan signifikansi syair-syair dengan melihat kategori bab yang mempunyai korelasi dengan

---

<sup>49</sup> “Syair Burdah Dan Terjemahan Bahasa Indonesia | PDF,” Scribd, 3, diakses 14 Juni 2022, <https://id.scribd.com/doc/126188325/Syair-Burdah-Dan-Terjemahan-Bahasa-Indonesia>.



konsep *self regulation*; Albert Bandura, seperti pada fasal dua. Kemudian proses berikutnya adalah menyampaikan dinamika santri Maulana Rumi yang mengamalkan qasidah Burdah, dampak dan faktor-faktor pembangun regulasi diri melalui amaliah Burdah.

## **F- Metode Penelitian**

### **1. Jenis Penelitian**

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kualitatif menggunakan pendekatan fenomenologi. Menurut pendapat dari J.W. Creswell, penelitian kualitatif adalah suatu proses penelitian untuk memahami masalah-masalah manusia atau sosial dengan menciptakan gambaran menyeluruh dan kompleks yang disajikan dengan kata-kata, melaporkan pandangan terinci yang diperoleh dari para sumber informasi, serta dilakukan dalam latar (*setting*) yang alamiah.<sup>50</sup> Maka dari itu, peneliti dapat mengenali subjek, merasakan apa yang dialami subjek dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini akan sangat membantu peneliti nantinya untuk mendapatkan data yang dibutuhkan. Setara dengan tujuan dari penelitian kualitatif yaitu untuk memahami suatu konteks atau kondisi dengan mengarahkan pada pendeskripsian secara rinci dan mendalam mengenai fenomena atau potret kondisi dalam konteks yang alami, tentang yang sebenarnya terjadi berdasarkan potret yang ada di lapangan studi.<sup>51</sup>

---

<sup>50</sup> J. W. Creswell, *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010).

<sup>51</sup> Muhammad Rijal Fadli, "Memahami Desain Metode Penelitian Kualitatif," *Jurnal Humanika*, 1, 21 (2021).

Menurut Alase dikutip dari Helaludin, fenomenologi adalah sebuah metodologi kualitatif yang mengizinkan peneliti menerapkan dan mengaplikasikan kemampuan subjektivitas dan interpersonalnya dalam proses penelitian eksplorasi.<sup>52</sup> Alasan penulis menggunakan metode fenomenologi adalah supaya mampu membantu penulis untuk memahami bagaimana rasanya mengalami suatu situasi atau peristiwa kehidupan tertentu, seperti contoh halnya proses dinamika regulasi diri para santri Maulana Rumi pengamal Burdah yang menggunakan media qasidah Burdah sebagai *washilah* untuk mengontrol hawa nafsu yang ada dalam diri mereka. Selanjutnya yang kedua, definisi yang dikemukakan oleh Creswell menyatakan bahwa penelitian kualitatif adalah sebuah penelitian yang tertarik untuk menganalisis dan mendeskripsikan pengalaman sebuah fenomena individu dalam dunia sehari-hari.<sup>53</sup> Penelitian kualitatif menghasilkan data deskriptif berupa lisan dari objek yang diamati, serta tertuang dalam bentuk bahasa tertulis. Sehingga dalam sebuah penelitian, data yang diperoleh mampu ditelaah secara ulang oleh penulis.

## 2. Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah orang yang merespon atau menjawab pertanyaan-pertanyaan penulis, baik pertanyaan tertulis maupun tidak tertulis (lisan) dengan kata lain yang biasa

---

<sup>52</sup> Helaluddin, "Mengenal Lebih Dekat dengan Pendekatan Fenomenologi Sebuah Penelitian Kualitatif," [https://www.researchgate.net/publication/323600431\\_Mengenai\\_Lebih\\_Dekat\\_dengan\\_Pendekatan\\_Fenomenologi\\_Sebuah\\_Penelitian\\_Kualitatif](https://www.researchgate.net/publication/323600431_Mengenai_Lebih_Dekat_dengan_Pendekatan_Fenomenologi_Sebuah_Penelitian_Kualitatif), diakses 28 Maret 2024, [https://www.researchgate.net/publication/323600431\\_Mengenai\\_Lebih\\_Dekat\\_dengan\\_Pendekatan\\_Fenomenologi\\_Sebuah\\_Penelitian\\_Kualitatif](https://www.researchgate.net/publication/323600431_Mengenai_Lebih_Dekat_dengan_Pendekatan_Fenomenologi_Sebuah_Penelitian_Kualitatif).

<sup>53</sup> Helaluddin.

disebut responden.<sup>54</sup> Subjek dalam penelitian ini didapat melalui metode *purposive sampling* dimana subjek penelitian dipilih karena kesesuaian kriteria partisipan dengan tujuan penelitian.<sup>55</sup> Alasan menggunakan teknik *purposive sampling* adalah karena tidak semua sampel memiliki kriteria yang sesuai dengan fenomena yang diteliti. Oleh karena itu, penulis memilih teknik *purposive sampling* yang menetapkan pertimbangan-pertimbangan atau kriteria-kriteria tertentu yang harus dipenuhi oleh sampel-sampel yang digunakan dalam penelitian ini.

Partisipan dalam penelitian ini terdiri dari para santri pengamal burdah yang berada di Pondok Pesantren Maulana Rumi, Yogyakarta dan memenuhi standar kriteria penelitian dinamika regulasi diri. Pada penelitian ini, standar kriteria yang menjadi partisipan penelitian adalah

1. Santri yang ditunjuk oleh Ky. Kuswadi Syafi'i dan atau oleh ketua pesantren.
2. Santri yang sudah mengamalkan qasidah burdah minimal dalam kurun waktu 1 tahun.
3. Santri yang paling rutin hadir mengikuti pembacaan amaliah qasidah burdah, min. Mengikuti rutinan burdah mingguan 3 pertemuan/ bulan.

Selanjutnya partisipan dalam penelitian ini adalah:

1. MU, santri mukim PP. Maulana Rumi dari tahun 2019.
2. FA, santri mukim PP. Maulana Rumi dari tahun 2020.

---

<sup>54</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2007), 335.

<sup>55</sup> Maria Dwindita, "Penerapan Teknik Self Monitoring untuk Meningkatkan Perilaku On-Task pada Anak Underachiever: Sebuah Studi Kasus," *Jurnal Psikologi Unsyiah*, 2, 2 (2019).

3. HM, santri mukim PP. Maulana Rumi dari tahun 2022.
4. FR, santri kalong PP. Maulana Rumi dari tahun 2019.
5. SK, santri kalong PP. Maulana Rumi dari tahun 2019.

Pemilihan subjek penelitian dipilih langsung oleh pengampu atau lurah pondok pesantren Maulana Rumi. Maka dari itu, subjek penelitian tidak ada intervensi apapun dari peneliti. Karena subjek penelitian dipilih langsung oleh lurah pesantren dan sebelum penelitian antara peneliti dengan subjek belum saling mengenal satu sama lain.

### **3. Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di pondok pesantren Maulana Rumi, dusun Sewon RT 07, Timbulharjo, Sewon, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta, Indonesia. Pondok pesantren ini, berfokus pada ilmu amaliah dan hikmah dalam kehidupan sehari-hari. Seperti contoh praktik amaliah burdah yang dikerjakan di pondok pesantren Maulana Rumi; Yogyakarta, dilakukan menjadi tiga bagian: harian, mingguan dan *selapanan*. Harian dikerjakan setiap bakda maghrib sampai selesai dan setiap jam 03.00 WIB sampai menjelang shubuh. Adapun praktik kegiatan burdah mingguan, dikerjakan setiap malam sabtu bakda isya'. Selanjutnya pada praktik kegiatan burdah selapanan, dikerjakan setiap minggu Kliwon (malam minggu bakda isya'). Atas dasar intensitas pembacaan qasidah burdah yang rutin dan tinggi, penulis tertarik melakukan penelitian pengamalan qasidah burdah terhadap santri di pondok pesantren Maulana Rumi.

#### 4. Teknik Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan dua strategi pengumpulan data yang digunakan, yaitu wawancara dan dokumentasi:

- a) Wawancara adalah alat pengumpul informasi penting yang dibutuhkan di mana pertanyaan diajukan secara lisan dan dijawab secara lisan, serta interaksi tatap muka secara langsung.<sup>56</sup> Wawancara dalam penelitian fenomenologi menggunakan pertanyaan-pertanyaan terbuka untuk menggali informasi dan bersifat informal berdasarkan pedoman wawancara yang sebelumnya telah disusun oleh peneliti sehingga partisipan dapat leluasa dalam menceritakan pengalamannya. Wawancara ini dilakukan dengan dengan mengajukan pertanyaan yang telah disusun berdasarkan komponen-komponen dalam teori pengalaman spiritual mengacu pada aspek pengalaman spiritual. Pengumpulan data melalui wawancara bertujuan untuk mengambil data serta menguatkan data yang ada di lapangan. Sebelum peneliti melakukan wawancara, peneliti meminta persetujuan partisipan yang tertera dalam surat pernyataan (*informed consent*).

Pada praktiknya, langkah yang diambil penulis adalah dengan cara mewawancarai dari masing-masing santri yang telah ditetapkan sebagai subjek penelitian dan mengafirmasi setiap ungkapan dari para subjek penelitian kepada ky. Kuswadi selaku pengasuh dan pemimpin kegiatan amaliah burdahan.

---

<sup>56</sup> John W. Creswell, *Research Design* (Sage Publications Thousand Oaks, CA, 2003), 247.

- b) Observasi didefinisikan sebagai pengamatan dan pencatatan yang dilaksanakan secara sistematis terhadap gejala yang tampak pada suatu obyek penelitian. Pada penelitian ini, penulis menggunakan observasi langsung, yakni observer berada bersama dengan subyek yang diteliti sehingga dapat melakukan pengamatan dan pencatatan di tempat terjadinya peristiwa.<sup>57</sup> Jenis observasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah non-partisipan, yakni penulis tidak turut ambil bagian dalam kegiatan yang diteliti. Yang menjadi sasaran observasi yaitu kegiatan mahasiswa dalam mengevaluasi diri, upaya pencarian informasi, pengaturan lingkungan belajar yang nyaman, pengulangan catatan sebelum ujian, dan upaya mahasiswa dalam pencarian dukungan sosial.
- c) Dokumentasi adalah proses pengumpulan informasi dari sumber tertulis seperti arsip, buku tentang teori, argument dan artikel penelitian.<sup>58</sup> Dokumentasi dalam penelitian ini dimaksudkan untuk menggali bagaimana proses pengalaman spiritual partisipan yang diambil langsung oleh partisipan dan dijadikan data pendukung dalam proses analisis.

## **5. Analisis Data**

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi sehingga mudah di pahami oleh diri sendiri maupun orang lain.<sup>59</sup> Dalam penelitian kualitatif, analisis data

---

<sup>57</sup> Amirul Hadi dan Haryono, *Metodologi Penelitian Pendidikan* (Bandung: Pustaka Setia, 1998), 129.

<sup>58</sup> Rukin, *Metodoogi Penelitian Kualitatif* (Takalar: Ahmad Cendekia Indonesia, 2019).

<sup>59</sup> Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif* (Bandung: Alfabeta, 2008), 88.

lebih difokuskan selama proses di lapangan bersamaan dengan pengumpulan data. Dalam pendekatan kualitatif sangat berbeda dengan pendekatan kuantitatif, terutama dalam menyajikan data.

Data telah dikumpulkan dalam aneka macam cara yaitu pengamatan, wawancara, observasi dan selanjutnya diproses melalui perekaman, pencatatan, pengetikan, tetapi analisis kualitatif tetap menggunakan kata-kata yang biasanya disusun ke dalam teks yang diperluas. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis menurut Miles dan Huberman yang terdiri dari:<sup>60</sup>

a. Reduksi Data

Mereduksi data yakni merangkum, memilih hal-hal pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, mencari tema dan polanya. Dengan demikian data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas dan mempermudah penulis dalam mengelompokkan hasil penelitian agar tersusun dengan bahasa maupun kalimat yang baik dan tersusun secara sistematis. Adapun data-data yang penulis reduksi dari penelitian ini adalah hasil wawancara dari masing-masing santri Maulana Rumi yang menjadi subjek penelitian dinamika regulasi diri dalam menjaga atau mengatur hawa nafsu.

b. Penyajian Data

Penyajian yang dimaksud Miles dan Huberman, sekumpulan informasi tersusun yang memberi kemungkinan adanya penarikan simpulan dan pengambilan tindakan.

---

<sup>60</sup> Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*.



Penyajian yang paling sering digunakan pada data kualitatif pada masa yang lalu adalah bentuk teks naratif.

Setelah data direduksi, maka langkah selanjutnya yang diambil penulis dalam penelitian ini adalah menyajikan data. Dalam penelitian kualitatif, penyajian data bisa dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, *flowchart* dan sejenisnya. Adapun data-data yang penulis sajikan adalah gambaran dinamika *self regulation* para santri pengamal qasidah burdah dalam menjaga atau mengontrol hawa nafsu mereka dikehidupan sehari-hari. Kemudian dampak dan faktor-faktor pembangun regulasi diri melalui amaliah Burdah.

c. Penarikan Kesimpulan dan Verifikasi

Langkah terakhir dalam analisis data kualitatif adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara, dan akan berubah jika tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat untuk mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Tetapi apabila kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal, didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten saat penulis ke lapangan mengumpulkan data. Maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang kredibel.<sup>61</sup> Penarikan kesimpulan dilakukan dengan mengumpulkan seluruh data mengenai dinamika *self regulation* para santri pengamal qasidah burdah dalam menjaga atau mengontrol hawa nafsu mereka.

---

<sup>61</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2011), 341.

Sedangkan verifikasi dimaksudkan untuk menghasilkan kesimpulan yang valid. Oleh karena itu, sebelum dilakukan penarikan kesimpulan, terlebih dahulu data mengenai strategi dinamika regulasi diri dalam mengontrol atau menjaga hawa nafsu yang telah didapat melalui wawancara dan dokumentasi. Kemudian ditelaah dan ditinjau kembali dengan cara membandingkan data-data yang telah diperoleh dengan teori-teori yang ada. Kemudian, data-data yang didapatkan selama penelitian tersebut dicari pola, tema, model, hubungan dan persamaannya untuk diambil sebuah kesimpulan. Kesimpulan yang didapatkan pada penelitian kualitatif tersebut merupakan temuan baru yang sebelumnya belum pernah ada.

Dalam analisis data, Miles dan Huberman memperkenalkan dua model. Model yang dimaksud adalah model alir dan model interaktif. Pada model alir yang menjadi perhatian peneliti adalah pengaturan waktu, penyusunan proposal penelitian, pengumpulan data dan analisis data, dan pasca pengumpulan data. Pada model alir ini, peneliti melakukan ketiga kegiatan analisis secara bersamaan antara reduksi data, penyajian data, dan penarikan simpulan.

Sedangkan pada model interaktif, reduksi data dan penyajian data memperhatikan hasil data yang dikumpulkan. Kemudian dilanjutkan pada proses penarikan simpulan dan

verifikasi hasil data yang telah dikumpulkan.<sup>62</sup> Pada penelitian ini, peneliti menggunakan model interaktif. Data pada penelitian ini juga di analisis memakai metode untuk menganalisis data. Kemudian data akan dianalisis dengan menggunakan teknik analisis data *Interpretive Phenomenological Analysis* (IPA),<sup>63</sup> yaitu berupa penjabaran pengalaman dari subjek penelitian, selanjutnya peneliti akan: (a) Menelaah setiap pernyataan, (b) Perekaman dan pencatatan informasi yang didapat, dan (c) Mengolah respon dalam bentuk daftar untuk menghindari adanya pengulangan pertanyaan (d) Mengelompokkan dalam bentuk tema dan membuat kesimpulan dari data yang didapat.<sup>64</sup>

## **G- Sistematika Pembahasan**

Untuk memudahkan pembaca dalam memahami konten dan alur penelitian, sistematika pada penulisan penelitian ini sebagai berikut:

### **Bab I: Pendahuluan**

Bab pertama berisikan latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan signifikansi penelitian, kajian pustaka, kerangka teoritis, pertanyaan penelitian, metode penelitian, dan sistematika pembahasan.

---

<sup>62</sup> Hardani, dkk, *Buku Penelitian Metode Kualitatif & Kuantitatif* (TT: Pustaka Ilmu Grup, 2020), 163.

<sup>63</sup> Shidqi Ahyani, "Kajian Fenomenologi terhadap Perubahan Budaya Sayatratif di Sumenep Madura," *Jurnal Keislaman dan Humaniora*, 1, 7 (2021).

<sup>64</sup> C. Moustakas, *Phenomenological Research Methods* (London: Sage Publication, 1994).

## Bab II: Dinamika Regulasi Diri Santri Pengamal Qasidah Burdah

Bab kedua akan menyajikan hasil penelitian yang diawali pendahuluan, latar belakang profil santri yang mengamalkan qasidah burdah, proses pembentukan regulasi diri dikalangan santri pengamal qasidah burdah sebagai *wadhifah* untuk menjaga hawa nafsu dikehidupan sehari-hari, dan kesimpulan.

## Bab III: Dampak dan Faktor Pembangun Regulasi Diri Santri Pengamal Qasidah Burdah

Pada bagian bab ketiga, merupakan lanjutan pembahasan dari bab kedua yang berisi pendahuluan dan kemudian dilanjutkan dengan pembahasan dari hasil analisis penelitian yang ditemukan terkait dampak qasidah burdah terhadap regulasi diri santri dan penyajian faktor penghambat serta pendukung kualitas regulasi diri santri pengamal qasidah burdah.

## Bab IV: Penutup

Pada bab terakhir, berisi tentang kesimpulan dan saran terhadap hasil penelitian terkait dinamika regulasi diri pada santri pengamal qasidah burdah

Bagian terakhir dari bab keempat adalah kesimpulan dan saran dari penelitian penulis, yaitu dinamika regulasi diri pada santri pengamal qasidah burdah. Kesimpulan ini berisi rangkaian jawaban dari problematika yang diangkat penulis dalam penelitian tesis, sebagaimana yang telah disampaikan pada lembar rumusan masalah. Adapun saran merupakan negosiasi alternatif yang bersifat teoritis dan sumber acuan guna penelitian berikutnya.

## Daftar Pustaka

Bagian daftar pustaka berisi rujukan atau acuan sumber pemikiran yang diambil dari buku, jurnal, media masa, sumber daring dan atau sumber rujukan yang dikutip penulis sebagai pelengkap argumen dalam tesis.



## **BAB IV**

### **PENUTUP**

Pada bab ini, berisi tentang hasil kesimpulan dan saran dari penelitian penulis yang berjudul “**Dinamika *Self Regulation* Santri Pengamal Qasidah Burdah: Studi Kasus di Pondok Pesantren Maulana Rumi Yogyakarta**”. Kesimpulan pada bagian bab ini merupakan hasil konklusi daripada bagian bab dua dan tiga yang berisi seputar dinamika regulasi diri para santri pondok pesantren Maulana Rumi yang mengamalkan Qasidah Burdah sebagai wadah *washilah* untuk menjaga hawa nafsu yang ada pada diri mereka masing-masing. Kemudian sub bab berikutnya merupakan saran yang berisikan rekomendasi bagi khalayak umum dan peneliti berikutnya seputar kajian psikologi regulasi diri atau *self regulation* yang hendak melanjutkan kembali penelitian ini yang dirasa perlu adanya pendalaman kajian dan penambahan kekurangan-kekurangan yang ada pada penelitian ini.

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan penulis mengenai “Dinamika *Self Regulation* Santri Pengamal Qasidah Burdah: Studi Kasus di Pondok Pesantren Maulana Rumi Yogyakarta”, dapat dipahami bahwa regulasi diri atau *self regulation* merupakan bentuk respon internal seseorang terhadap lingkungan eksternalnya, untuk melakukan serangkaian tindakan positif ataupun negatif yang dilakukan secara sadar. Dalam mengusahakan proses idealitas diri untuk mencapai suatu target atau tujuan tertentu. Dari hasil temuan penelitian yang penulis ambil dari bab II dan bab III, mengenai

dinamika regulasi diri yang telah dilakukan para santri pengamal amaliah qasidah Burdah di pondok pesantren Maulana Rumi agar mampu mengontrol hawa nafsu yang ada dalam diri para santri. Dapat diklasifikasikan menjadi tiga bagian:

- 1) Pembentukan regulasi diri kalangan santri pengamal qasidah Burdah, berupa: proses membangun habitus yang positif, menghindari kegiatan destruktif dan sia-sia, dan mengalami proses spiritual.
- 2) Dampak qasidah Burdah terhadap regulasi diri santri, berupa: aktif mengikuti rutinan Burdah, mengamalkan nilai-nilai kandungannya, dan menambah intensitas jam belajar untuk mengkaji qasidah Burdah.
- 3) Faktor penghambat dan pendukung kualitas regulasi diri adalah:
  - a) Faktor penghambat ada dua, yaitu: 1- Faktor internal, berupa:
    - a. Mengalami rasa kantuk, males, *bad mood*, pikiran kemana-mana.
    - b. Masih begitu awam dan masih kurang kaya akan kosakata bahasa Arab.
    - c. Merasakan kejenuhan dan kebosanan saat menjalankan rutinitas pembacaan Burdah.
    - d. Naik turunnya semangat dalam mengerjakan rutinan Burdah, pemahaman agama yang minim dan faktor bahasa.
    - e. Merasa ada dorongan spiritual yang kuat saat bersama-sama melantunkan qasidah Burdah dan merasa berada di fase orang yang qanaah dan legowo.
  - 2- Faktor eksternal, berupa: masih senang ikut-ikutan teman dalam perbuatan yang kurang pas, seperti rasa malas ikut rutinan Burdah.
  - b) Faktor pendukung berupa membuat daftar rutinitas harian, membangun motivasi yang kuat, dan menanamkan semangat berlomba-lomba meraih kebaikan "*fastabiqul khairat*".



Meskipun begitu, tujuan atau target keberhasilan dapat terwujud atau tidaknya dari proses dinamika regulasi diri para santri pengamal qasidah Burdah dalam menjaga hawa nafsunya. Sangatlah dipengaruhi oleh seberapa sadar dan seringnya menerapkan kontrol yang lebih besar terhadap proses kognitif dari masing-masing pengamal. Seberapa besar motivasi yang ada pada pribadi masing-masing santri pengamal Burdah untuk menjaga atau mengontrol hawa nafsunya. Maka sebesar itu pula kesuksesan yang akan diraih oleh para santri didalam menjaga atau mengontrol hawa nafsunya, *al-ajru biqadri ta'ab wallahu a'lam*.

## **B. Saran**

Saran praktis bagi khalayak umum atau pribadi para santri yang mengamalkan qasidah Burdah, baik santri mukim maupun santri kalong. Jika melihat teori regulasi diri atau *self regulation* dan dikontekstualkan dalam amaliah rutinitas sehari-hari, *wabil khusus* saat melaksanakan amaliah Burdahan. Seyogyanya kita semua, hendaklah mempunyai semangat motivasi yang kuat dan tinggi, “*fafirru ilallah au fastabiqul khoirat*, bergegaslah menuju (rahmat) Allah atau berlomba-lomba meraih kebaikan”. Tujuannya adalah supaya target, hajat, cita-cita maupun harapan yang kita inginkan segera lekas tercapai dan terlaksana, khususnya dalam hal meregulasi hawa nafsu yang ada pada pribadi diri masing-masing.

Adapun apabila stabilitas target, hajat, cita-cita maupun harapan telah terlaksana. Maka jangan mudah pribadi diri untuk berbangga diri dan jangan sampai lupa diri. Karena dalam syair burdahnya, Imam Al-Bushiri berpesan:

وَرَاعَهَا وَهِيَ فِي الْأَعْمَالِ سَائِمَةٌ × وَإِنْ هِيَ اسْتَحَلَّتِ الْمَرْعَى فَلَا تُسَمِّ

“Dan gembalakan lah nafsu, karena dalam amal nafsu bagaikan hewan ternak # Jika nafsu merasa nyaman dalam kebaikan, maka tetap jaga dan jangan kamu lengah”.

Melalui bait tersebut, pribadi kita semua perlu menyadari bahwa perlunya mempunyai kesadaran sebagai barometer tersendiri untuk selalu bangkit dan bangkit kembali dalam meraih kebaikan. Hal ini ditujukan agar hawa nafsu yang ada dalam pribadi kita, tidak mudah mensabotase kesadaran diri untuk cepat merasa puas atas segala pencapaian yang telah didapatkan. *Final*-nya, selama hayat masih dikandung badan semangat *tajdidu an-Niat* dalam meraih kebaikan dan ridho Allah serta rasulullah harus senantiasa diperbarui.

Selanjutnya pada penelitian ini, penulis menyadari bahwa masih banyak terdapat kekurangan diantaranya adalah keterbatasan data dan sumber literatur yang mendukung untuk mengkaji penelitian ini lebih dalam. Sehingga penulis merasa bahwa pada penelitian ini masih perlu ditelaah dan digali lagi oleh peneliti berikutnya. Karena penulis menyadari, bahwa penelitian ini hanya menyajikan dinamika regulasi diri para santri ponpes Maulana Rumi yang mengamalkan qasidah Burdah secara umum dan belum dikaji secara mendalam.

Akhir kata dengan mengucapkan syukur *alhamdulillah* kepada Tuhan Yang Maha Esa, Tuhan semesta alam pemberi kehidupan serta pencipta kematian, yang telah melimpahkan rahmat keberkahan, *fadhal*, hidayah serta inayah-Nya kepada diri penulis. Beribu-ribu shalawat serta salam, penulis haturkan kepada junjungan kita, panutan kita, *sayyidina rasulillah Muhammad Ibni Abdilllah shallallahu ‘alaihi wasallam*, yang menjadi *uswatun hasanah* sepanjang masa. Semoga di

*yaumul qiyamah* kelak. Kita semua mendapatkan syafa'at beliau serta diakui sebagai ummat beliau dan dikumpulkan bersama beliau di *yaumul qiyamah* nanti, *aamiin yaa rabbal 'aalamiin*.

Atas berkah karunia pertolongan dari Allah SWT, Tuhan segala alam, Tuhan segala pencipta dan yang dicipta, Tuhan seluruh partikel dari yang terkecil sampai yang paling amat sangat kecil, dan Tuhan yang maha pantas menjadi tujuan dimana tiada tambatan yang menjadi labuhan. Berkah mahabbah yang kering kerontang ini kepada *sayyidul musthofa wa sayyidul anbiyak wal mursalin*, yang begitu mewangi hanya karena menyebut namanya, yang begitu semilir damai hanya karena mengingat senyum damainya, yang begitu sepoi-sepoi nan menawan karena perangai anggun langkah syirohnya, yang menjadi obat segala obat atas segala penyakit candu karena rindu yang tiada belum kunjung sua, yang menjadi panutan serta suri tauladan sepanjang zaman dari awal penciptaan hingga nanti awal kebangkitan atas sebuah perjumpaan. Engkaulah insan yang dimulyakan oleh-Nya dan menjadi kekasih-Nya diantara para kekasih, yaitu *sayyidul 'Arab wal 'ajam Muhammad Shallallahu 'alaihi wa sallam*. Dan berkah washilah kepada kekasihmu *shohibil burdah* yang begitu gemulai nan elok lenggak-lenggok setiap alunan nadanya dari setiap huruf ke huruf, lafadz ke lafadz, kalimat ke kalimat, bait ke bait, dan fashal ke fashal. Beliaulah syaikh Syarifuddin Abu Abdillah Muhammad bin Sa'id al-Bushiri, semoga lantaran kecintaan dan kerinduan beliau kepadamu melalui lantunan burdah. Kami semua mampu mendapatkan berkah dan fadhal curahan cinta yang begitu deras lantaran rasa mahabbah darinya. Dan tidak lupa tanpa mengurangi rasa *madah* kehormatan yang penulis haturkan. Berkah dukungan, ikhlas doa yang tiada pernah henti dan beserta *support system* dari para *masyayikh* dan guru-guru yang penulis

hormati dan *ta'dzimi*, orang tua dan adik-adik yang penulis cintai, dan teman-teman sekalian yang penulis banggakan.

*Alhamdulillah tsumma alhamdulillah allahumma sholli 'ala sayyidina Muhammad wa 'ala ali sayyidina Muhammad*, penulis yang fakir ini dimampukan untuk menyelesaikan tesis dengan judul: **“Dinamika Self Regulation Santri Pengamal Qasidah Burdah: Studi Kasus di Pondok Pesantren Maulana Rumi Yogyakarta”**. Penulis menyadari dengan penuh kesadaran, bahwa tesis ini masih sangat banyak kekurangan dan amat sangat jauh dari kesempurnaan. Hal ini disebabkan karena minimnya dan keterbatasan pengetahuan penulis, kurangnya pengalaman maupun pengamalan. Oleh karena itu dengan penuh kerendahan hati dan menadah berkah serta mengharapkan *ridla Ilahi* dan *hubbunnabi*. Penulis mengharapkan kritik dan saran yang bermanfaat dan membangun dari semua pihak yang rupawan dan budiman; terutama kepada pembaca, demi kemanfaatan dan keberkahan tesis ini.

Tiada habis kata untuk melukiskan rasa syukur penulis kepada Tuhan Yang Maha Esa dan kepada kekasih-Nya; Al-Musthofa, yang telah memenuhi perasaan hati penulis dengan cahaya beserta pemahaman atas ilmu dari-Nya. Akhir kata, semoga Tuhan Yang Maha Esa senantiasa melimpahkan dan menambahkan ilmu beserta pemahaman; kesehatan; kasih sayang; rahmat; *fadhal*; inayah; hidayah; rizki; dan kemaslahatan yang *anfa'uhum linnas*, kepada para hamba-Nya yang terkasih. Dan semoga tesis ini mendapat keberkahan *fadhal* serta keridhaan dari Tuhan Yang Maha Esa dan menjadi salah satu ladang jariyah bagi penulis beserta anak cucu generasi penulis kelak, *aamiin yaa rabbal 'aalamiin birahmatika yaa arhamarrahimiin wa bijahinnabiyyil musthofa Muhammadin shallallahu 'alaihi wa sallam*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah Hadziq. "Pendidikan Implikasi Ilmu Bagi Kesalihan Tingkah Laku: Analisis Terhadap Psikologi Sufistik Al-Ghazali." *Jurnal Teologia* 16 (2005): 02.
- Al-Khatib, Ahmed, Saleh. "Meta-cognitive Self-regulated Learning And Motivational Beliefs As Predictors Of College Students' Performance." Al-Ain University Of Science And Technology, 2010.
- Alwisol. *Psikologi Kepribadian Edisi Revisi*. Malang: UMM Press, 2007.
- . *Psikologi Kepribadian (Edisi Revisi)*. Malang: UMM Press, 2016.
- Amirul Hadi dan Haryono. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Bandung: Pustaka Setia, 1998.
- Apollo & Ancok. "Hubungan Antara Menonton Tayangan Televisi Berisi Kekerasan, Persepsi terhadap keharmonisan Keluarga. Jenis Kelamin dan Tahap Perkembangan dengan Kecenderungan Agresivitas Remaja." *Jurnal Sosiohumanika*, 2003. [Http://books.google.co.id](http://books.google.co.id). Diakses pada tanggal 26 November 2021.
- Arina H.R & Yohaniz F.L.K. "Makna Pengalaman Spiritual Pada Rohaniwan Islam." *Journal Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang*, t.t.
- Armai Arif. *Pengantar Ilmu dan Metodologi Pendidikan Islam*. Jakarta: Ciputat Pers, 2002.
- Arsal, Z. "The effect of diaries on self regulation strategies of preservice sciennce teachers.International Journal of Environmental and Science Education" 5 (2009): 85–103.
- Ashari M. Hafi. *Kamus Psychology*. Surabaya: Usaha Nasional, 1996.

- Asnawi,Sahlan. “Semangat Kerja dan Gaya Kepemimpinan.” *Jurnal Psikologi Universitas Persada Indonesia* 2 (2010): 87.
- asy-Syaikh Ibrahim al-Bajuri. *kitab al-Burdah lil imam al-Bushiri syarah syaikh al-Islam asy-Syaikh Ibrahim al-Bajuri*. Medan Al-Azhar: Maktabah Ash-Shofa, 1431.
- Awaliya Frisnawati. “Hubungan Antara Intensitas Menonton Reality Show Dengan Kecenderungan Prilaku Prososial Pada Remaja.” *E-Jurnal Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, 2012.
- Bandura. “Social Cognitive Theory Of Self Regulation.” *Organizational Behavior And Human Decision Processes* 50 (1991): 248–87. <https://doi.org/10.1111/J.1468-5957.1988.Tb00115.X>.
- Barry J. Zimmerman. “Investigating Self-regulation And Motivation: Historical Background, Methodological Developments, And Future Prospects.” *Graduate Center Of The City University Of New York*, 2008.
- Bauer, I., & Baumeister, R. *Handbook of self regulation, research, theory, and application*. (2nd ed). New York: The Guilford Press, 2011.
- “Burdah.” Dalam *Wikipedia bahasa Indonesia, ensiklopedia bebas*, 6 Maret 2022. <https://id.wikipedia.org/w/index.php?title=Burdah&oldid=20796420>.
- C. Moustakas. *Phenomenological Research Methods*. London: Sage Publication, 1994.
- Cervone, Daniel & Lawrence, A. Pervin. *Kepribadian: teori dan penelitian*. Jakarta: Salemba Empat, 2012.
- Chairani, Lisyah dan Subandi. *Psikologi (Peranan Regulasi Diri)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010.
- Chaplin J. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Rajawali Pers, 2009.



- D. F. Kilimanca. "Hubungan antara Kebutuhan Afiliasi dan Keterbukaan Diri dengan Intensitas Mengakses Situs Jejaring Sosial pada Remaja." *Jurnal Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta*, 2006.
- D. Schunk & B. Zimmerman. "Self Regulation of Learning and Performance." *NJ: Lawrence Erlbaum Associates*, 1994.
- Della Vannia. "5 Perilaku Destruktif Ini Tanpa Kita Sadari Dapat Mengganggu Kesehatan Mental Seseorang," 11 Juni 2020. <https://www.hipwee.com/list/5-perilaku-destruktif-ini-tanpa-kita-sadari-dapat-mengganggu-kesehatan-mental-seseorang/>.
- Enggar Amretacahya. "Kemrungsung." <https://enggaramretacahya.wordpress.com/2013/02/20/kemrungsung/>, t.t. <https://enggaramretacahya.wordpress.com/2013/02/20/kemrungsung/>.
- Ernanda, D., & Sugiyono, S. "Pengaruh Store Atmosphere, Hedonic Motive Dan Service Quality Terhadap Keputusan Pembelian." *Jurnal Ilmu dan Riset Manajemen (JIRM)* 6 (2017): 10.
- Fitroti, Ulin Nuriyatul. "Self Regulation Santriwati Penghafal Qur'an (Studi Kasus Di Asrama Putri Pondok Pesantren Al Islam Joresan)." Diploma, IAIN Ponorogo, 2022. <http://etheses.iainponorogo.ac.id/18397/>.
- G. H. Brody, Z. Stoneman, D. Flor. "Parental Religiosity, Family Process, And Youth Competence In Rural, Two-Parent, African-American Families." *Developmental Psychology* 32 (1996): 696–706.
- George Ritzer & Douglas J, Goodman. *Teori Sosiologi: Dari Sosiologi Klasik Sampai Perkembangan Mutakhir Teori Sosial Postmodern*. Yogyakarta: Kreasi Wacana, 2009.
- Hardani, dkk. *Buku Penelitian Metode Kualitatif & Kuantitatif*. TT: Pustaka Ilmu Grup, 2020.
- Helaluddin. "Mengenal Lebih Dekat dengan Pendekatan Fenomenologi Sebuah Penelitian Kualitatif."



[https://www.researchgate.net/publication/323600431\\_Mengenai\\_Lebih\\_Dekat\\_dengan\\_Pendekatan\\_Fenomenologi\\_Sebuah\\_Penelitian\\_Kualitatif](https://www.researchgate.net/publication/323600431_Mengenai_Lebih_Dekat_dengan_Pendekatan_Fenomenologi_Sebuah_Penelitian_Kualitatif). Diakses 28 Maret 2024.  
[https://www.researchgate.net/publication/323600431\\_Mengenai\\_Lebih\\_Dekat\\_dengan\\_Pendekatan\\_Fenomenologi\\_Sebuah\\_Penelitian\\_Kualitatif](https://www.researchgate.net/publication/323600431_Mengenai_Lebih_Dekat_dengan_Pendekatan_Fenomenologi_Sebuah_Penelitian_Kualitatif).

Hilmy Muhammad. *Terjemahan Kasidah Burdah Imam Al-Bushiri*. 1 ed. Yogyakarta: Pustaka Tamansantri, 2020.

Ian Ricard. *Dunia Spiritual Kaum Sufi (Harmonisasi antara Dunia Mikro dan Makro)*. 01 ed. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada cet. 1, 2001.

Imam Al-Ghazali. *Mukasyafat Al-Qulub*. Bairut: Dar Al-Fikr, 1996.

———. *Raudat Al-Talibin Wa 'Umdat Al-Salikin, dalam Majmu'at At Rasail Imam Al-Ghazali*. Bairut: Dar Al-Fikr, 1996.

J. Borkowski & P. Thorpe. "Life Span Perspective on Underachievement in Self Regulation of Learning and Performance." In Dale Schunk and Barry Zimmerman (Eds.). *NJ: Lawrence Erlbaum Associates*, 1994.

J. Feiss, Feiss, dan J. George. *Teori Kepribadian*. Jakarta: Salemba Humanika, 2010.

J. W. Cresswell. *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010.

J. Winardi. *Motivasi dan Pemotivasian Dalam Manajemen*. Bandung: PT. Rajagrafindo Persada, 2011.

Jagad Budaya. "Pondok Pesantren Maulana Rumi." Diakses 14 Februari 2024. <https://www.jagadbudaya.com/komunitas/pondok-pesantren-maulana-rumi/>.

John W. Creswell. *Research Design*. Sage Publications Thousand Oaks, CA, 2003.

Kartika, Kartika. "Nilai-Nilai Religiusitas Dalam Shalawat Burdah Karya Imam Syarafuddin Abu 'Abdillah Muhammad Bin Zaid

- Al-Bushiri Dan Relevansinya Terhadap Pendidikan Akhlak.” Doctoral, IAIN Ponorogo, 2020. <http://etheses.iainponorogo.ac.id/11477/>.
- KBBI. “KBBI (Kamus Besar Bahasa Indonesia). Kamus versi online/daring (Dalam Jaringan).” *KBBI (Kamus Besar Bahasa Indonesia). Kamus versi online/daring (Dalam Jaringan)* (blog), 2024. <https://kbbi.web.id/didik>.
- Ky. Kuswadi. Wawancara Kedua, 3 Maret 2024.
- . Wawancara Ketiga, 18 Maret 2024.
- . Wawancara Pertama, 23 Februari 2024.
- L. D. Steinberg, B. B. Brown, & S. M. Dornbusch. *Beyond the Classroom: Why School Reform Has Failed And What Parents Need To Do*. New York: NY: Simon & Schuster, 1996.
- LTN NU Jabar. “Syarah Qasidah Burdah.” *ltnnujabarorid*, 14 April 2024. <https://ltnnujabar.or.id/terjemah-dan-penjelasan-tentang-syair-syair-al-burdah/11/>.
- M. Abdul Mujieb. *Ensiklopedia Tasawuf Imam Imam Al-Ghazali*. Jakarta Selatan: PT. Mizan Publika, 2009.
- M. Boekaerts, P. Pintrich, & M. Zeidner. *Handbook Of Self-Regulation (M. Boekaerts, P. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.))*. Academic Press, 2000.
- M. Ulin Nuha. Wawancara. Telp. WhatsUp, 8 Januari 2024.
- Malayu Hasibuan. *Dasar-Dasar Perbankan*. Jakarta: Bumi Aksara, 2008.
- Malayu S.P. Hasibuan. *Organisasi dan Motivasi*. Jakarta: Bumi Aksara, 2008.
- Maria Dwindita. “Penerapan Teknik Self Monitoring untuk Meningkatkan Perilaku On-Task pada Anak Underachiever: Sebuah Studi Kasus.” *Jurnal Psikologi Unsyiah*, 2, 2 (2019).

Marihot Manullang. *Manajemen Personalia Edisi ke- 3*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 2008.

“Mengenang Dan Mengenal Imam Al-Bushiri Lewat Sebuah Karya Sholawat Burdahnya.” Diakses 13 Juni 2022. <https://www.almunawwar.or.id/mengenang-dan-mengenal-imam-al-bushiri-lewat-sebuah-karya-sholawat-burdahnya/>.

Mingtio, Sandi Marahhul. “Pengaruh Spiritual Intelligence Dan Religious Faith Terhadap Self Regulation Santri Tahfiz Kota Surabaya.” Undergraduate, UIN Sunan Ampel Surabaya, 2022. <http://digilib.uinsby.ac.id/56400/>.

M.N. Ghufron. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-ruzz Media, 2011.

Moh. Soehadha. *Metode Penelitian Sosial Kualitatif Untuk Studi Agama*. Yogyakarta: Suka Press, 2012.

Muhammad Adib. *Burdah: Antara Kasidah, Mistis, dan Sejarah*. Yogyakarta: Pustaka Pesantren dan LKiS, 2019.

Muhammad Arif Hidayat. ““Hubungan Kebiasaan Membaca Al-Qur’an dengan Pembentukan Karakter Agama Islam Siswa Kelas XI Madrasah Aliyah Negeri 2 Model Medan,”” 2017, 54–55.

Muhammad Rijal Fadli. “Memahami Desain Metode Penelitian Kualitatif.” *Jurnal Humanika*, 1, 21 (2021).

Nihayah, Ulin. “Qasidah Burdah Imam Al-Bushiri; Model Alternatif Dakwah Pesantren.” *An-Nida : Jurnal Komunikasi Islam* 7, no. 1 (1 Juni 2015). <https://doi.org/10.34001/an.v7i1.289>.

NS Development. “Pengertian Regulasi Diri dan Memahami Lebih Dalam Tentang Regulasi Diri.” *NS Development* (blog), 6 April 2024. <https://nsd.co.id/posts/pengertian-regulasi-diri.html>.

P. Permadi. “Mawas Diri.” *Majalah Mawas Diri*, 1995. Jakarta.

Partanto, dkk. *Kamus Ilmiah Populer*. Surabaya: Penerbit Arloka, TT.

- Pooc.org. “Rutinitas.” <https://www.pooc.org/rutinitas-adalah/>. *Rutinitas* (blog), 23 April 2024. <https://www.pooc.org/rutinitas-adalah/>.
- P.R. Pintrich & E. V. De Groot. “Motivational and self-regulated learning components of classroom academic performance.” *Journal of Educational Psychology* 82 (1) (1990): 33–40.
- Rose, Florez, Ida. *Developing Young Children’s Self-Regulation Through Everyday Experience*. Young Children, 2011.
- Rukin. *Metodoogi Penelitian Kualitatif*. Takalar: Ahmad Cendekia Indonesia, 2019.
- Saudara FA. Wawancara Kedua, 13 Maret 2024.
- . Wawancara Ketiga, 14 Maret 2024.
- . Wawancara Pertama, 23 Februari 2024.
- Saudara FR. Wawancara Kedua, 2 Maret 2024.
- . Wawancara Ketiga, 4 Maret 2024.
- . Wawancara Pertama, 26 Februari 2024.
- Saudara HM. Wawancara Ketiga, 5 Maret 2024.
- . Wawancara Pertama, 23 Februari 2024.
- Saudara MU. Wawancara kedua, 10 Maret 2024.
- . Wawancara Ketiga, 12 Maret 2024.
- . Wawancara Pertama, 21 Februari 2024.
- Saudara SK. Wawancara Ketiga, 16 Maret 2024.
- . Wawancara Pertama, 26 Februari 2024.
- Scribd. “Syair Burdah Dan Terjemahan Bahasa Indonesia | PDF.” Diakses 14 Juni 2022.

<https://id.scribd.com/doc/126188325/Syair-Burdah-Dan-Terjemahan-Bahasa-Indonesia>.

*Self-regulated learning and academic achievement: Theory, research, and practice*. Self-regulated learning and academic achievement: Theory, research, and practice. New York, NY, US: Springer-Verlag Publishing, 1989. <https://doi.org/10.1007/978-1-4612-3618-4>.

Shaleh, Muh, Kharis Sulaiman Hasri, dan Faizah Binti Awad. "Interpersonal and Metapersonal Self-Regulation of Al-Quran Memorizer Santri at Elementary School Level." *AL-Ishlah: Jurnal Pendidikan* 13, no. 3 (21 Desember 2021): 2072–82. <https://doi.org/10.35445/alishlah.v13i3.1229>.

Shalih Al-Ulyawi. *Muhasabah (Intropeksi Diri)*, Terj. Abu Ziyad. TT: Maktab Dakwa dan Bimbingan Jaliyat Rabwah, TT.

Shidqi Ahyani. "Kajian Fenomenologi terhadap Perubahan Budaya Sayalturatif di Sumenep Madura." *Jurnal Keislaman dan Humaniora*, 1, 7 (2021).

S.P Hasibuan, Malayu. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta: Bumi Aksara, 2012.

Sugiyono. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta, 2008.

———. *Metode Penelitian Kuanitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2011.

———. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuanitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2007.

Surbhi Khanna and Bruce Greyson. *Near-Death Experiences and Spiritual Well-Being*. 53 ed. TT: J Relig Health, 2014.

Trianto Safari dan Nofrans Eka Saputra. *Manajemen Emosi Sebuah panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif dalam Hidup Anda*. Jakarta: Bumi Aksara, 2009.

Ulin Nihaya, Ulin. "Konsep Seni Qasidah Burdah Imam Al-Bushiri Sebagai Alternatif Menumbuhkan Kesehatan Mental." *Jurnal*

*Ilmu Dakwah* 34, no. 2 (24 Desember 2014): 295–308.  
<https://doi.org/10.21580/jid.v34.2.488>.

Wikipedia Ensiklopedia Bebas. “Albert Bandura.” Wikipedia, 1 April 2024. [https://id.wikipedia.org/wiki/Albert\\_Bandura](https://id.wikipedia.org/wiki/Albert_Bandura).

———. “Qasidah Burdah,” 1 April 2024.  
<https://id.wikipedia.org/wiki/Burdah>.

William James. “*The Varieties of Religious experience*” *Pengalaman-pengalaman Religiu*. Yogyakarta: IRCiSod, 2015.

Yahya, Harun. *Zeal and Enthusiasm Described in the Qur'an*. Surabaya: Risalah Gusti, 2003.

Zohar, Danah, dan Marshall, Ian. SQ. *Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual Dalam Berfikir Integralistik Dan Holistik Untuk Memaknai Kehidupan*. Jakarta: Pustaka Mizan, 2001.

