



**PENGARUH *TIME-MANAGEMENT AND SELF-REGULATED LEARNING* DENGAN
KONSISTENSI MUROJA'AH AL-QUR'AN MAHASISWA UKM JAM'IYYATUL
QURRO' WAL HUFFADZ UNIVERSITAS ISLAM MALANG**

Ainul Hayatika¹, Arief Ardiansyah², Moh. Muslim³

Pendidikan Agama Islam, Universitas Islam Malang

e-mail: ¹22101011051@gmail.com ²moh.muslim@unisma.ac.id

³arief.ardiansyah@unisma.ac.id

Abstract

This study aims to examine the effect of time management and self-regulated learning on the consistency of muroja'ah Al-Qur'an in student members of UKM Jam'iyatul Qurro' wal Huffadz Universitas Islam Malang. This study uses a quantitative approach with a correlational design. The population in this study was 45 students who memorized Al-Qur'an and the entire population was sampled using a saturated sampling technique. Data were collected through a questionnaire with a Likert scale, then analyzed using multiple linear regression analysis to determine the simultaneous and partial effects of the independent variables on the dependent variables. The results showed that time management had a positive and significant effect on the consistency of muroja'ah Al-Qur'an. Likewise, self-regulated learning had a significant effect on the consistency of muroja'ah. Simultaneously, both independent variables contribute positively to improving the regularity and quality of students' muroja'ah. This finding confirms that students who are able to manage time effectively and have good learning regulations are more consistent in maintaining memorization of the Qur'an. Based on the data analysis that has been carried out in accordance with the formulation of the problem, it can be concluded that there is time management and self-regulated learning that have a significant influence on the consistency of muroja'ah al-Qur'an in students who memorize the Qur'an at UKM Jam'iyatul Qurro' Wal Huffadz, Universitas Islam Malang.

Keywords: *Time management, self-regulated learning, muroja'ah, al-qur'an*

A. Pendahuluan

Muroja'ah Al-Qur'an merupakan kegiatan yang sangat penting bagi mahasiswa yang ingin menjaga hafalan Al-Qur'annya. Muroja'ah Al-Qur'an adalah aktivitas mengulang hafalan Al-Qur'an yang menuntut komitmen tinggi dan fokus konsisten (Sopyan & Hanafiah, 2022). Dalam konteks mahasiswa Fakultas Agama Islam (FAI) Universitas Islam Malang merupakan wujud integrasi nilai-nilai spiritual ke dalam kehidupan akademik. Akan tetapi, menjaga konsistensi dalam muroja'ah Al-Qur'an sering kali menjadi tantangan tersendiri bagi mahasiswa,

terutama karena berbagai tuntutan akademik, kegiatan organisasi, dan aktivitas lainnya (Faishol et al., 2021).

Murojaah adalah aktivitas penting untuk mempertahankan hafalan Al-Qur'an dan memerlukan konsistensi, kedisiplinan, serta kemampuan mengelola diri yang baik (Syaifullah et al., 2022). Kemampuan untuk mempertahankan konsistensi dalam aktivitas seperti murojaah tidak terpisah dari dua elemen utama, yaitu manajemen waktu (*time management*) dan regulasi dalam belajar mandiri (*self-regulated learning*). Manajemen waktu (*time-management*) menjadi salah satu faktor utama yang memengaruhi konsistensi dalam aktivitas harian, termasuk muroja'ah Al-Qur'an (Mufidah, 2023a). Kemampuan mengelola waktu dengan baik membantu mahasiswa untuk memprioritaskan tugas-tugas penting dan mengalokasikan waktu yang cukup untuk aktivitas religius seperti muroja'ah Al-Qur'an. Manajemen waktu (*time-management*) merupakan salah satu kemampuan penting yang diperlukan mahasiswa untuk mengelola berbagai aktivitas sehari-hari (Sakinah & Hasan, 2024).

Time-management mencakup kemampuan untuk merencanakan, memprioritaskan, dan mengatur waktu secara efektif agar tugas-tugas yang dihadapi dapat diselesaikan dengan optimal (Mufidah, 2023b). Mahasiswa yang memiliki manajemen waktu yang baik dapat menentukan prioritas dan merencanakan kegiatan mereka secara seimbang, sehingga memungkinkan mereka tetap konsisten dalam melakukan murojaah meskipun menghadapi jadwal yang padat. Sebaliknya, ketidakmampuan mengatur waktu dapat menyebabkan kurangnya prioritas terhadap kegiatan religius seperti muroja'ah Al-Qur'an (Sulastri et al., 2022).

Self-regulated learning, atau kemampuan mengatur diri dalam proses belajar, juga berperan penting dalam mendukung konsistensi muroja'ah Al-Qur'an. Self regulation merupakan kemampuan seseorang dalam mengelola penguasaan materi yang telah diperoleh, pengelolaan emosi yang matang, dan keterampilan dalam melaksanakan suatu kegiatan atau tugas yang diberikan (Latipah, 2022). Menurut Zimmerman dalam buku Chairani, menyatakan bahwa regulasi diri merujuk pada pikiran, perasaan dan tindakan yang terencana oleh diri dan secara siklis disesuaikan dengan upaya pencapaian tujuan pribadi. Kemudian Zimmerman menambahkan bahwa kunci utama dalam regulasi diri ini adalah penentuan tujuan dan perencanaan strategis. Dengan tahapan yaitu tahap permulaan (*forethought*), tahap kinerja (*performance*) dan tahap refleksi diri (*self reflection*) (Chairani, 2010).

Self-regulated learning mencakup kemampuan untuk merencanakan tujuan belajar, memonitor kemajuan, serta mengevaluasi hasil yang dicapai secara

mandiri. Mahasiswa dengan *self-regulated learning* yang baik cenderung memiliki komitmen yang lebih kuat untuk mempertahankan kebiasaan positif, termasuk menjaga hafalan Al-Qur'an. Di sisi lain, *self-regulated learning* atau regulasi dalam belajar secara mandiri merujuk pada kemampuan individu untuk merancang, memantau, dan menilai proses belajarnya secara mandiri (Ningsih, 2024). Mahasiswa yang memiliki regulasi diri yang baik umumnya dapat memotivasi diri, menetapkan tujuan, serta memilih strategi belajar yang mendukung kesuksesan mereka, termasuk dalam kegiatan religius seperti murojaah. Dengan regulasi diri yang kuat, mahasiswa dapat mengatasi hambatan baik dari dalam maupun luar yang mengganggu konsistensi mereka (Intan Sari Lina Farah, 2023).

Ditinjau pada penelitian terdahulu dalam tulisan yang berjudul "Manajemen Waktu Maha Santri dalam Menghafal Al-Qur'an di PPTQ Griya Qur'an 7 Surakarta" menerangkan tentang bagaimana mahasantri di PPTQ Griya Qur'an 7 Surakarta dapat terampil dalam membagi waktu antara menghafal Al-Qur'an, belajar akademik, dan kegiatan lainnya, sehingga ketiga aspek tersebut dapat berjalan beriringan. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi manajemen waktu yang efektif yang diterapkan oleh santri dalam konteks tersebut. Metode penelitian yang digunakan dalam studi ini adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa subjek penelitian dapat mengelola waktu dengan baik antara menghafal Al-Qur'an, belajar akademik, dan bersosialisasi (Sulastri et al., 2022b)

Skripsi yang berjudul "Hubungan antara *Self Regulated Learning* dengan Kemampuan Menghafal Al Qur'an", yang disusun oleh Hannatul Malihah, mahasiswa UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta Jurusan Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, 2015. Hasil penelitian dan analisis data dalam skripsi ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif antara *self regulated learning* dengan kemampuan menghafal Al Qur'an siswa program tahfidz di Madrasah Aliyah Al Muayyad Surakarta. Nilai koefisien korelasi yang ditemukan sebesar 0,387 dengan p-value = 0,003. Ini berarti bahwa semakin baik *self regulated learning* siswa, semakin meningkat pula kemampuan mereka dalam menghafal Al Qur'an. Hipotesis yang diajukan, yang menyatakan bahwa terdapat hubungan positif tersebut, diterima (Malihah, 2015).

Penelitian terdahulu yang berjudul "Strategi *Self-Regulated Learning* (Perspektif Teoritik)", yang disusun oleh Abd. Mukhid, seorang peneliti atau akademisi yang membahas tentang strategi belajar dan motivasi dalam konteks pendidikan, khususnya terkait dengan *self-regulated learning*. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan dan mengupas secara mendalam tentang konsep, proses, dan strategi dalam *self-regulated learning* (pembelajaran mandiri). Metode

yang digunakan dalam penelitian ini bersifat deskriptif dan analitik dengan fokus pada studi pustaka dan analisis teori-teori yang relevan untuk memahami dan mengembangkan pemahaman tentang strategi self-regulated learning dalam konteks pendidikan. Hasil penelitian ini yaitu menunjukkan bahwa pengembangan dan penerapan strategi self-regulation yang tepat dapat meningkatkan efektivitas belajar siswa dan sangat penting untuk diterapkan dalam konteks pembelajaran formal dan informal (Mukhid, n.d.).

Unit Kreativitas Mahasiswa (UKM) Jam'iyatul Qurro' Wal Huffadz memiliki ciri khas dalam mengajarkan Pendidikan Agama Islam, khususnya hafalan Al-Qur'an, sebagai bagian penting dari program studi. Dalam konteks mahasiswa FAI Universitas Islam Malang, tekanan akademik, kegiatan organisasi, dan tanggung jawab personal sering kali menjadi kendala yang memengaruhi kemampuan mereka dalam mengatur waktu dan menjaga hafalan Al-Qur'an. Situasi ini berpotensi menurunkan konsistensi dalam muroja'ah, yang pada akhirnya dapat berdampak pada kualitas hafalan Al-Qur'an mereka. Kondisi di lapangan menunjukkan bahwa tidak semua mahasiswa dapat menjaga konsistensi dalam murojaah Al-Qur'an. Jadwal kuliah yang padat, tugas akademik yang menumpuk, serta keterlibatan dalam organisasi sering menjadi alasan utamanya. Selain itu, kurangnya kemampuan dalam mengatur waktu dan regulasi diri juga berfungsi sebagai penghalang. Hal ini menimbulkan pertanyaan tentang sejauh mana kemampuan mahasiswa untuk mengatur waktu dan mengendalikan diri mereka berdampak pada konsistensi muroja'ah Al-Qur'an.

Dari latar belakang yang telah diuraikan tersebut maka penyusun ingin mengangkat judul penelitian "Pengaruh *Time-Management* and *Self-Regulated Learning* dengan konsistensi muroja'ah Al-Qur'an pada Mahasiswa Unit Kreativitas Mahasiswa (UKM) Jam'iyatul Qurro' Wal Huffadz Universitas Islam Malang". Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara kuantitatif hubungan antara time-management, *self-regulated learning*, dan konsistensi muroja'ah Al-Qur'an pada mahasiswa Unit Kreativitas Mahasiswa (UKM) Jam'iyatul Qurro' Wal Huffadz. Penelitian kuantitatif ini akan memberikan gambaran tentang hubungan antara variabel-variabel tersebut dan menawarkan saran bagi mahasiswa dan fakultas tentang cara meningkatkan metode pembelajaran mereka.

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan akan terdapat bukti empiris yang menunjukkan betapa pentingnya manajemen waktu dan regulasi diri untuk mendukung konsistensi muroja'ah dan konsentrasi belajar siswa. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi pengembangan program pelatihan yang membantu mahasiswa Unit Kreativitas Mahasiswa (UKM)

Jam'iyatul Qurro' Wal Huffadz dalam meningkatkan keterampilan manajemen waktu dan regulasi diri. Penelitian ini menjadi penting untuk mengeksplorasi hubungan antara *time-management* dan *self-regulated learning* dengan konsistensi muroja'ah Al-Qur'an. Dengan memahami korelasi di antara variabel-variabel ini, hasil penelitian diharapkan dapat memberikan rekomendasi yang relevan untuk mendukung mahasiswa dalam meningkatkan pengelolaan waktu dan keterampilan belajar mandiri guna mempertahankan konsistensi muroja'ah Al-Qur'an bagi mahasiswa penghafal Al-Qur'an Unit Kreativitas Mahasiswa (UKM) Jam'iyatul Qurro' Wal Huffadz Universitas Islam Malang.

B. Metode

Ketik teks Anda di sini memakai font Cambria 12pt, spasi 1,15 dan dalam satu kolom. Metode berisi jenis penelitian, waktu dan tempat penelitian, target/sasaran, subjek penelitian, prosedur, instrumen dan teknik analisis data serta hal-hal lain yang terkait dengan cara penelitiannya. target/sasaran, subjek penelitian, prosedur, data dan instrumen, dan teknik pengumpulan data, serta teknik analisis data serta hal-hal lain yang berkaitan dengan metode penelitiannya. Jika artikel berupa kajian, maka penulis dapat menjelaskan metode yang digunakan untuk memperoleh bahan kajian dan cara menganalisisnya. Dalam subbab ini tidak perlu dijelaskan secara rinci metode yang digunakan, cukup dijelaskan metode ringkas sehingga metode yang digunakan mudah dipahami.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Pendekatan ini digunakan untuk mengukur hubungan antara variabel manajemen waktu (*time-management*) dan regulasi diri dalam pembelajaran (*self-regulated learning*) dengan konsistensi muroja'ah Al-Qur'an pada mahasiswa penghafal Al-Qur'an di Fakultas Agama Islam, Universitas Islam Malang. Metode korelasional dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk mengetahui derajat hubungan atau korelasi antara variabel-variabel tersebut. Peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif, yaitu menggambarkan atau mendeskripsikan data menggunakan angka-angka dengan perhitungan statistik. Proses penelitian bersifat deduktif, di mana untuk menjawab rumusan masalah digunakan konsep atau teori sehingga dapat merumuskan hipotesis.

Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Islam Malang yang mengikuti Unit Kreativitas Mahasiswa (UKM) Jam'iyatul Qurro' Wal Huffadz dalam bidang *tahfidz* yang berjumlah 45 mahasiswa. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *sampling jenuh*. Populasi yang ditentukan untuk menjadi sampel penelitian adalah mahasiswa Universitas Islam Malang yang mengikuti Unit Kreativitas Mahasiswa (UKM) Jam'iyatul Qurro' Wal Huffadz dalam bidang *tahfidz*

yang berjumlah 45 mahasiswa, maka semua anggota dijadikan sampel. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi linier berganda. Untuk mengetahui prosedur analisis data dalam penelitian ini yang akan dilakukan dengan menggunakan asumsi bahwa penggunaan model regresi linier berganda memenuhi asumsi uji normalitas, multikolinearitas, autokorelasi, dan heteroskedastisitas.

C. Hasil dan Pembahasan

Dalam pembahasan ini, peneliti akan memaparkan beberapa hal penting dari hasil analisis pada bab IV dan akan mendeskripsikan hasil analisis tersebut yang akan dikaitkan dengan kajian teori pada bab II yang mana terdapat beberapa teori yang harus dikaitkan dengan hasil analisis tersebut. Pembahasan ini dilakukan untuk menginterpretasikan hasil analisis data, mengaitkannya dengan teori-teori yang relevan, dan menjawab rumusan masalah yang telah diajukan. Pembahasan mencakup interpretasi pengaruh manajemen waktu dan self-regulated learning terhadap konsistensi muroja'ah Al-Qur'an pada mahasiswa penghafal Al-Qur'an di UKM Jam'iyatul Qurro' Wal Huffadz. Dari berbagai pengujian yang sudah dilakukan, maka dapat diperoleh jawaban untuk setiap rumusan masalah dan dapat diuji hipotesis penelitian yang telah dibuat sebelumnya sebagai berikut:

1. *Pengaruh Time-Management terhadap Konsistensi Muroja'ah Al-Qur'an Mahasiswa UKM Jam'iyatul Qurro' Wal Huffadz Universitas Islam Malang*

Setelah mengambil data manajemen waktu pada mahasiswa penghafal al-qur'an UKM jam'iyatul qurro' wal huffadz berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa manajemen waktu berpengaruh secara positif terhadap konsistensi muroja'ah Al-Qur'an. Temuan ini menguatkan teori (Forsyth, 2010) yang menyatakan bahwa manajemen waktu merupakan strategi yang memungkinkan seseorang mengendalikan dan memanfaatkan waktu secara efektif dan efisien. Dalam konteks mahasiswa penghafal Al-Qur'an, kemampuan dalam menetapkan prioritas, menyusun jadwal harian, serta mengevaluasi penggunaan waktu menjadi elemen krusial dalam memastikan rutinitas muroja'ah tetap berjalan secara teratur.

Hal ini diperkuat dengan teori (Istriana et al., 2023) yang menekankan pentingnya alokasi waktu tertentu untuk kegiatan keagamaan seperti menghafal dan muroja'ah Al-Qur'an. Waktu-waktu strategis seperti setelah salat subuh atau malam hari terbukti mendukung efektivitas hafalan. Dalam praktiknya, mahasiswa yang mampu menetapkan waktu khusus untuk muroja'ah lebih konsisten dalam menjaga kualitas hafalannya dibandingkan dengan mereka yang tidak memiliki

perencanaan waktu yang jelas. Selain itu, teori pembiasaan atau habit theory dalam psikologi belajar juga memperkuat temuan ini. Rutinitas muroja'ah yang dilakukan secara terjadwal memperkuat memori jangka panjang dan membentuk kebiasaan positif. Maka, keterampilan manajemen waktu yang dimiliki mahasiswa terbukti berkontribusi langsung terhadap kemampuan mereka dalam menjaga konsistensi muroja'ah Al-Qur'an.

Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kemampuan mahasiswa dalam mengelola waktu, semakin tinggi pula tingkat konsistensinya dalam melakukan muroja'ah hafalan. Mahasiswa yang memiliki keterampilan merencanakan aktivitas, menetapkan prioritas, dan mengevaluasi penggunaan waktunya akan lebih terstruktur dalam menjalankan rutinitas keagamaan, termasuk muroja'ah. Hasil ini juga menunjukkan bahwa kemampuan mengatur waktu secara efektif, termasuk dalam menyusun jadwal, menentukan prioritas, dan mengevaluasi waktu yang digunakan, sangat penting bagi mahasiswa penghafal Al-Qur'an untuk menjaga keteraturan dalam mengulang hafalan al-qur'an. Pengelolaan waktu yang efektif membantu individu merancang prioritas hidupnya secara efisien. Dalam konteks mahasiswa penghafal Al-Qur'an, waktu menjadi aset penting untuk membagi fokus antara akademik, organisasi, dan tanggung jawab hafalan.

Dari hasil kuisioner, mayoritas responden (lebih dari 95%) menyatakan setuju atau sangat setuju bahwa mereka memiliki jadwal harian untuk muroja'ah. Hal ini membuktikan bahwa kemampuan membuat perencanaan waktu dan disiplin dalam menjalaninya adalah faktor kunci dalam mempertahankan konsistensi mengulang hafalan Al-Qur'an. Dari data kuantitatif yang diperoleh, mayoritas mahasiswa menyatakan setuju dan sangat setuju bahwa mereka melakukan perencanaan waktu dan berusaha mematuhi jadwal muroja'ah yang telah disusun. Ini menjadi bukti bahwa keterampilan mengelola waktu yang baik berkorelasi positif dengan keberhasilan dalam mempertahankan hafalan yaitu dengan konsisten dalam muroja'ah al-qur'an.

2. Pengaruh *Self-Regulated Learning* (Regulasi Belajar Mandiri) terhadap Mahasiswa UKM Jam'iyyatul Qurro' Wal Huffadz Universitas Islam Malang

Setelah mengambil data *Self-Regulated Learning* pada mahasiswa penghafal al-qur'an UKM jam'iyyatul qurro' wal huffadz berdasarkan hasil analisis regresi linier sederhana diperoleh bahwa *Self-Regulated Learning* (Regulasi Belajar Mandiri) berpengaruh secara signifikan terhadap konsistensi muroja'ah al-qur'an pada mahasiswa penghafal al-qur'an UKM jam'iyyatul qurro' wal huffadz. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa *self-regulated learning* (SRL) memberikan

pengaruh positif terhadap konsistensi muroja'ah. Temuan ini selaras dengan teori (Zimmerman, 1990) yang menjelaskan bahwa SRL merupakan proses aktif di mana individu secara sadar merencanakan, mengontrol, dan mengevaluasi pembelajarannya untuk mencapai tujuan tertentu. Dalam konteks ini, mahasiswa yang menguasai SRL mampu mengatur strategi muroja'ah secara mandiri, menjaga motivasi internal, serta mengevaluasi sejauh mana kemajuan hafalan mereka.

Sebagaimana dijelaskan dalam teori pada BAB II, SRL tidak hanya menyangkut kemampuan intelektual, tetapi juga komitmen pribadi, kesadaran diri, dan kemampuan mengelola emosi saat belajar. Mahasiswa yang menerapkan prinsip-prinsip SRL dalam aktivitas tahfidz cenderung mampu menetapkan tujuan muroja'ah, menyusun jadwal sendiri, dan melakukan evaluasi rutin terhadap pencapaian hafalannya. Mereka juga cenderung tidak bergantung pada dorongan eksternal, karena memiliki motivasi dan tujuan spiritual yang kuat. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang mampu mengatur belajarnya secara mandiri memiliki kecenderungan lebih tinggi untuk mempertahankan rutinitas dalam mengulang hafalan. Kemampuan untuk menetapkan tujuan belajar, menjaga motivasi, memonitor kemajuan, dan mengevaluasi hasil secara aktif menjadi faktor penting dalam menjaga konsistensi muroja'ah.

Temuan ini memperkuat teori (Zimmerman, 1990) mengenai self-regulated learning, di mana individu yang dapat mengatur proses belajarnya secara sadar dan terarah cenderung menunjukkan hasil akademik dan spiritual yang lebih baik. Mahasiswa dengan regulasi diri yang tinggi akan lebih mampu mengatasi distraksi serta memiliki rasa tanggung jawab yang besar terhadap tugas-tugas religius seperti muroja'ah. Teori (Zimmerman, 1995) tentang self regulated learning berpendapat bahwa regulasi diri merujuk pada pikiran, perasaan dan tindakan yang terencana oleh diri dan secara siklis disesuaikan dengan upaya pencapaian tujuan pribadi.

Dengan kata lain teori ini menganggap bahwa seseorang yang mampu meregulasi dirinya dengan baik seperti mampu merencanakan tujuan, membuat strategi dalam mencapai tujuan, memantau dan mengevaluasi setiap kegiatannya, membagi waktu, dll secara otomatis maka ia akan mengarah pada pencapaian tujuannya seperti dalam hal muroja'ah Al-Qur'an. Dalam konteks muroja'ah Al-Qur'an, penerapan strategi SRL seperti refleksi diri, pemantauan fokus belajar, dan manajemen hambatan belajar menjadikan mahasiswa lebih tangguh menghadapi gangguan baik dari luar maupun dari dalam. Temuan ini mendukung teori bahwa self-regulation dapat membantu pelajar mengembangkan kebiasaan belajar jangka panjang dan mendalam, termasuk dalam hal menjaga hafalan Al-Qur'an.

3. Pengaruh Manajemen Waktu dan Regulasi Belajar Mandiri Terhadap Konsistensi Muroja'ah Al-Qur'an Mahasiswa UKM Jam'iyatul Qurro' Wal Huffadz Universitas Islam Malang

Berdasarkan hasil analisis regresi linier berganda diperoleh bahwa pengaruh manajemen waktu (Time-Management) dan regulasi belajar mandiri (Self-Regulated Learning) berpengaruh secara signifikan terhadap konsistensi muroja'ah Al-Qur'an mahasiswa UKM Jam'iyatul Qurro' Wal Huffadz Universitas Islam Malang. Temuan dalam penelitian ini mengungkap bahwa time-management dan self-regulated learning secara bersama-sama memberikan pengaruh yang sangat kuat terhadap konsistensi muroja'ah. Hal ini menunjukkan bahwa efektivitas dalam menjaga hafalan Al-Qur'an tidak hanya bergantung pada pengaturan waktu, tetapi juga pada kemampuan untuk mengarahkan diri secara internal dalam proses belajar.

Teori habit dan konsistensi dalam Islam, sebagaimana disampaikan oleh (Sopyan & Hanafiah, 2022) menyatakan bahwa konsistensi dalam mengulang hafalan adalah bentuk amal yang paling dicintai Allah, sebagaimana ditegaskan dalam hadis Nabi: "Amal yang paling dicintai Allah adalah yang dilakukan terus-menerus walau sedikit." Dalam kerangka ini, konsistensi muroja'ah tidak hanya berorientasi pada prestasi kognitif, tetapi juga pada nilai spiritual dan kesungguhan menjaga hubungan dengan Al-Qur'an. Integrasi antara teori manajemen waktu dan teori SRL membentuk kerangka praktik yang kuat bagi mahasiswa tahfidz. Manajemen waktu memungkinkan mahasiswa merancang kapan dan berapa lama mereka akan muroja'ah, sementara SRL membantu mereka tetap termotivasi, fokus, dan disiplin untuk menjalankan jadwal tersebut. Kombinasi kedua variabel ini juga berkontribusi terhadap pembentukan karakter tangguh, bertanggung jawab, dan religius dalam diri mahasiswa.

Temuan ini juga diperkuat oleh hadis Nabi Muhammad SAW: "Amal yang paling dicintai oleh Allah adalah yang dilakukan secara terus-menerus meskipun sedikit"(HR.Muslim). Hal ini mempertegas nilai spiritual dan psikologis dari konsistensi dalam muroja'ah yang dapat dicapai melalui dua kemampuan utama: mengatur waktu dan mengatur diri sendiri. Dengan adanya sinergi antara keterampilan mengatur waktu dan kemampuan belajar mandiri, mahasiswa dapat membentuk rutinitas muroja'ah yang berkelanjutan, tidak mudah terputus, dan tetap berjalan meskipun terdapat berbagai tantangan dalam kehidupan perkuliahan. Hal ini juga sejalan dengan teori konsistensi muroja'ah berdasarkan habit theory dan spaced repetition: semakin teratur suatu kebiasaan dilakukan, semakin kuat memori hafalan yang terbentuk.

Oleh karena itu, upaya peningkatan kualitas hafalan tidak cukup hanya dengan menambah jumlah ayat yang dihafal, tetapi juga harus diiringi dengan penguatan dua faktor penting ini: keterampilan mengatur waktu dan pengelolaan proses belajar secara mandiri. Hal ini penting untuk membentuk karakter mahasiswa penghafal Al-Qur'an yang bukan hanya kuat dalam hafalan, tetapi juga konsisten, disiplin, dan tangguh secara spiritual maupun intelektual. Implikasi dari hasil ini sangat penting, terutama dalam konteks pendidikan Islam, di mana menjaga hafalan Al-Qur'an memerlukan usaha berkelanjutan yang terstruktur.

Institusi pendidikan dan organisasi keagamaan perlu merancang program pelatihan yang dapat mengasah kedua kemampuan ini, agar mahasiswa tidak hanya unggul dalam hafalan, tetapi juga dalam pengelolaan diri secara keseluruhan. Pelatihan dan pengembangan keterampilan manajemen waktu serta regulasi belajar secara mandiri dapat menjadi strategi efektif untuk meningkatkan kualitas hafalan di kalangan mahasiswa penghafal Al-Qur'an. Dengan demikian, penelitian ini menguatkan pentingnya integrasi antara soft skills (manajemen waktu dan regulasi belajar mandiri) dengan program-program pembinaan tahfidz di lingkungan kampus, agar konsistensi muroja'ah dapat terjaga secara optimal. Secara keseluruhan, pembahasan ini menunjukkan bahwa mahasiswa penghafal Al-Qur'an yang memiliki keterampilan manajemen waktu dan pembelajaran mandiri lebih mampu menjaga konsistensi dalam muroja'ah. Keduanya saling berkaitan dan menjadi pilar penting dalam menjaga keberlangsungan dan kualitas hafalan Al-Qur'an secara berkelanjutan.

D. Simpulan

Berdasarkan pada hasil penelitian dan pembahasan mengenai "Pengaruh Time-Management and Self-Regulated Learning terhadap Konsistensi Muroja'ah Al-Qur'an pada Mahasiswa Penghafal Al-Qur'an di UKM Jam'iyyatul Qurro' Wal Huffadz Universitas Islam Malang", maka dapat ditarik kesimpulan bahwa variabel time-management (X1) secara parsial, menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan terhadap konsistensi muroja'ah al-qur'an (Y) pada mahasiswa penghafal al-qur'an di UKM jam'iyyatul qurro' wal huffadz. Mahasiswa yang memiliki kemampuan dalam merencanakan, mengatur, dan mengevaluasi penggunaan waktunya secara efektif, lebih mampu mempertahankan rutinitas muroja'ah secara konsisten. Manajemen waktu yang baik membantu mahasiswa menyeimbangkan antara kegiatan akademik, sosial, dan ibadah dengan tetap menjaga hafalan Al-Qur'an.

Variabel self-regulated learning (X2) secara parsial, menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan terhadap konsistensi muroja'ah al-qur'an (Y) pada

mahasiswa penghafal al-qur'an di UKM jam'iyatul qurro' wal huffadz. Mahasiswa yang memiliki keterampilan pengaturan belajar mandiri, seperti kemampuan merencanakan pembelajaran, menjaga motivasi internal, memonitor dan mengevaluasi hasil belajarnya secara aktif, terbukti lebih konsisten dalam menjaga hafalan Al-Qur'an. Kedua variabel independen yaitu time-management (manajemen waktu) (X1) dan self-regulated learning (regulasi belajar mandiri) (X2) secara bersama-sama (simultan) berpengaruh signifikan terhadap konsistensi muroja'ah al-qur'an (Y) pada mahasiswa penghafal al-qur'an di UKM jam'iyatul qurro' wal huffadz. edua variabel ini saling melengkapi dalam membentuk sikap disiplin, tanggung jawab, dan komitmen spiritual mahasiswa penghafal Al-Qur'an. Mahasiswa yang mampu mengelola waktu sekaligus memiliki kontrol terhadap proses belajarnya sendiri cenderung lebih konsisten dalam menjalankan aktivitas muroja'ah.

Daftar Rujukan

- Chairani, L. (2010). *Psikologi santri penghafal al-Qur'an: peranan regulasi diri*.
- Faishol, R., Warsah, I., Mashuri, I., & Sari, N. (2021). EFEKTIVITAS METODE MUROJA'AH DALAM MENGHAFAL AL-QURAN PADA SISWA DI SEKOLAH ARUNSAT VITTAYA SCHOOL PATTANI THAILAND. *International Journal of Educational Resources*.
- Forsyth, Patrick. (2010). *Successful time management*. Kogan Page.
- Idayu, H. (2020). *MANAJEMEN WAKTU PENGHAFAL AL-QUR'AN DALAM MERAIH PRESTASI AKADEMIK*. <http://e-journal.iain-palangkaraya.ac.id/index.php/TF>
- Intan Sari Lina Farah. (2023). REGULASI DIRI MAHASISWA PENGHAFAL AL-QUR'AN DALAM MENJAGA KUALITAS HAFALAN AL-QUR'AN DI FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN UIN K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN. : : *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*.
- Istriana, S., Sadih, D., Sesep rustandia, S. sri wahyuni, Suhaemia, F., & Maulanaa, I. (2023). Prespektif Al Qur'an Dalam Manajemen Waktu Penghafal Al Quran. *Diversity: Jurnal Ilmiah Pascasarjana*, 3(2), 93–100. <https://doi.org/10.32832/djip-uika.v3i2.8622>
- Latipah, E. (2022). Motives, self-regulation, and spiritual experiences of hafizh (the qur'an memorizer) in indonesia. *International Journal of Instruction*, 15(1), 653–672. <https://doi.org/10.29333/iji.2022.15137a>
- Malihah, H. (2015). *HUBUNGAN ANTARA SELF REGULATED LEARNING DENGAN KEMAMPUAN MENGHAFAL AL-QUR'AN*.

- Mufidah, H. (2023a). *EDUKASIA: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Implementasi Manajemen Waktu dalam Membangun Habiutas Siswi di MA Nurul Jadid Program IPA Tahfidz*. 4(2), 2605–2614. <http://jurnaledukasia.org>
- Mufidah, H. (2023b). *EDUKASIA: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Implementasi Manajemen Waktu dalam Membangun Habiutas Siswi di MA Nurul Jadid Program IPA Tahfidz*. 4(2), 2605–2614. <http://jurnaledukasia.org>
- Mukhid, A. (n.d.). *STRATEGI SELF-REGULATED LEARNING (Perspektif Teoritik)*.
- Ningsih, N. (2024). *HUBUNGAN SELF REGULATION DENGAN AKTIVITAS MENGHAFAH AL-QUR'AN MAHASANTRI PUTRI OLEH NOVITAMI NINGSIH*.
- Sakinah, Y., & Hasan, I. (2024). Manajemen Waktu Program Pembelajaran Tahfidz Al-Quran di Pondok Pesantren Tahfidz Maskanul Huffadz Medan. *EDUKASIA: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 5, 1763–1772. <https://jurnaledukasia.org>
- Sopyan, A., & Hanafiah, N. (2022). *Indonesian Journal of Education and Social Science Pembiasaan Muroja'ah Untuk Meningkatkan Hafalan Al-Qur'an*. 1(2), 100–105. <https://ejournal.papanda.org/index.php/ijess>
- Sulastri, D., Makruf, I., Kunci, K., Waktu, M., & Qur, M. (2022a). Manajemen Waktu Maha Santri dalam Menghafal Al Qur'an di PPTQ Griya Qur'an 7 Surakarta. *Fikrah: Journal of Islamic Education*, 6(1).
- Sulastri, D., Makruf, I., Kunci, K., Waktu, M., & Qur, M. (2022b). Manajemen Waktu Maha Santri dalam Menghafal Al Qur'an di PPTQ Griya Qur'an 7 Surakarta. *Fikrah: Journal of Islamic Education*, 6(1).
- Syaifullah, M., Yus Nasution, A., Adek, A., Arianto, P., Srirahmayani, E., Widiya, I., Pasaribu, N. S., Arfiandini, T., Studi, P., Guru, P., Ibtidaiyah, M., & Ilmu, F. (2022). *Upaya Meningkatkan Konsistensi Muraja'ah dalam Menghafal Al-Quran*.
- Zimmerman, B. J. (1990). Self-Regulated Learning and Academic Achievement: An Overview. *Educational Psychologist*, 25(1), 3–17. https://doi.org/10.1207/s15326985ep2501_2
- Zimmerman, B. J. (1995). *self-regulation-involves-more-than-metacognition-a-social-cognitive-perspective*.