

## Optimalisasi Regulasi Diri Santri Wustho dalam Menghadapi Era Digital

Refi Mariska<sup>1\*</sup>, Siti Mumun Muniroh<sup>2</sup>

<sup>1-2</sup> UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan, Indonesia

[refimariska612@gmail.com](mailto:refimariska612@gmail.com)<sup>1\*</sup>, [sitimumunmuniroh@uingusdur.ac.id](mailto:sitimumunmuniroh@uingusdur.ac.id)<sup>2</sup>

Alamat: Jl. Kusuma Bangsa No.9, Panjang Baru, Kec. Pekalongan Utara, Kota Pekalongan, Jawa Tengah 51141

Korespondensi email: [refimariska612@gmail.com](mailto:refimariska612@gmail.com)

**Abstract.** *The digital era brings challenges as well as opportunities for Wustho students in managing self-regulation, especially in the use of technology and digital media. This study aims to analyze the optimization strategy of self-regulation of Wustho students in facing the digital era, focusing on aspects of time management, self-control, and technology adaptation. A qualitative approach is used in this study, involving observation, in-depth interviews, and document analysis. The results of the study show that student self-regulation can be improved through the integration of education-based technology, digital discipline habituation, and independence training programs. This strategy not only helps students in managing their daily activities but also supports the achievement of learning goals more effectively. The implications of this study provide practical guidance for Islamic educational institutions to prepare students to become independent and adaptive individuals in the era of digital transformation. The findings of this study are that strengthening spiritual-based intrinsic motivation can be an effective strategy to build self-regulation among students. This approach offers uniqueness, namely connecting religious values with self-management skills in the digital era, thus providing a strong moral foundation for students in using technology wisely. The implications of this study highlight the need for pesantren policies that are more adaptive to digital developments, while still maintaining Islamic identity as a core value in pesantren education.*

**Keywords:** Digital, Challenges, Opportunities, Regulation

**Abstrak.** Era digital membawa tantangan sekaligus peluang bagi santri Wustho dalam mengelola regulasi diri, khususnya dalam penggunaan teknologi dan media digital. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis strategi optimalisasi regulasi diri santri Wustho dalam menghadapi era digital, dengan fokus pada aspek manajemen waktu, pengendalian diri, dan adaptasi teknologi. Pendekatan kualitatif digunakan dalam penelitian ini, melibatkan observasi, wawancara mendalam, dan analisis dokumen. Hasil penelitian menunjukkan bahwa regulasi diri santri dapat ditingkatkan melalui pengintegrasian teknologi berbasis pendidikan, pembiasaan disiplin digital, dan program pelatihan kemandirian. Strategi ini tidak hanya membantu santri dalam mengelola aktivitas sehari-hari tetapi juga mendukung pencapaian tujuan pembelajaran secara lebih efektif. Implikasi penelitian ini memberikan panduan praktis bagi lembaga pendidikan Islam untuk mempersiapkan santri menjadi individu yang mandiri dan adaptif di era transformasi digital. Temuan dari penelitian ini adalah penguatan motivasi intrinsik berbasis spiritual dapat menjadi strategi efektif untuk membangun regulasi diri di kalangan santri. Pendekatan ini menawarkan keunikan, yakni menghubungkan nilai-nilai agama dengan kemampuan pengelolaan diri di era digital, sehingga memberikan landasan moral yang kuat bagi santri dalam menggunakan teknologi secara bijak. Implikasi penelitian ini menyoroti perlunya kebijakan pesantren yang lebih adaptif terhadap perkembangan digital, sambil tetap mempertahankan identitas keislaman sebagai nilai inti dalam pendidikan pesantren.

**Kata kunci:** Digital, Tantangan, Peluang, Regulasi

### 1. PENDAHULUAN

Era digital telah membawa perubahan besar dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk dalam dunia pendidikan. Kemajuan teknologi informasi dan komunikasi memberikan peluang sekaligus tantangan bagi siswa untuk mengelola dirinya di tengah banjir informasi dan kemudahan akses teknologi. Regulasi diri menjadi kemampuan penting yang harus dimiliki

*Received: November 22, 2024; Revised: November 07, 2024; Accepted: Desember 23, 2024;*

*Online Available: Desember 24, 2024*

oleh siswa, termasuk santri di lembaga pendidikan Islam, untuk menghadapi era yang penuh dengan distraksi ini (Zimmerman, 2002).

Santri Wustho, sebagai kelompok pelajar tingkat menengah dalam sistem pendidikan pesantren, memiliki tanggung jawab untuk mengintegrasikan nilai-nilai keislaman dengan tuntutan modernitas. Dalam konteks ini, regulasi diri mencakup kemampuan untuk mengelola waktu, memanfaatkan teknologi secara produktif, dan menjaga keseimbangan antara aktivitas digital dengan praktik keagamaan (Pintrich, 2000). Tantangan ini semakin nyata karena sebagian besar santri kini memiliki akses ke perangkat digital seperti smartphone dan internet yang dapat mengalihkan fokus dari kegiatan pembelajaran (Bandura, 1997).

Alasan pemilihan topik ini adalah pentingnya optimalisasi regulasi diri sebagai salah satu kunci keberhasilan pembelajaran di era digital. Regulasi diri tidak hanya membantu santri dalam memanfaatkan teknologi untuk mendukung pembelajaran tetapi juga mencegah dampak negatif seperti kecanduan media sosial atau informasi yang tidak relevan (Schunk & Zimmerman, 2012). Dalam konteks pendidikan Islam, regulasi diri juga menjadi salah satu indikator keberhasilan integrasi nilai-nilai agama dengan keterampilan abad ke-21 (Hidayatullah, 2020).

Selain itu, penelitian tentang regulasi diri pada santri Wustho masih terbatas. Sebagian besar studi regulasi diri lebih banyak berfokus pada siswa di sekolah umum tanpa mengindahkan kekhasan pendidikan pesantren. Santri Wustho memiliki karakteristik unik yang memerlukan strategi khusus dalam menghadapi era digital, seperti pengaruh tradisi pesantren dan lingkungan religius yang membentuk perilaku mereka (Siregar, 2019). Oleh karena itu, studi ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada pengembangan teori dan praktik pendidikan di pesantren.

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi strategi optimalisasi regulasi diri santri Wustho dalam menghadapi tantangan era digital. Melalui pendekatan yang mendalam dan berbasis bukti, artikel ini memberikan solusi praktis bagi lembaga pendidikan Islam untuk memberdayakan santri agar menjadi individu yang mandiri, produktif, dan adaptif terhadap perubahan zaman (Rahmawati, 2021). Dengan demikian, hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu pesantren dalam meningkatkan kualitas pendidikan sekaligus mempertahankan identitas keislaman di tengah arus globalisasi.

## **2. METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus untuk menggali secara mendalam strategi optimalisasi regulasi diri santri Wustho dalam menghadapi tantangan era digital. Pendekatan kualitatif dipilih karena memungkinkan peneliti untuk memahami fenomena secara holistik dan kontekstual, khususnya dalam lingkungan pendidikan pesantren yang memiliki karakteristik unik (Creswell, 2014). Studi kasus digunakan untuk memberikan fokus yang lebih mendalam terhadap perilaku, strategi, dan dinamika regulasi diri santri Wustho dalam konteks tertentu (Yin, 2018).

Data dalam penelitian ini diperoleh melalui beberapa teknik pengumpulan, yakni wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan analisis dokumen. Wawancara dilakukan terhadap santri, ustaz, dan pengelola pesantren untuk menggali pemahaman, pengalaman, serta pandangan mereka mengenai regulasi diri di era digital. Observasi dilakukan untuk memantau secara langsung perilaku santri dalam memanfaatkan teknologi digital, baik dalam kegiatan belajar maupun aktivitas keseharian lainnya. Sementara itu, dokumen-dokumen terkait seperti peraturan pesantren, jadwal kegiatan, dan kebijakan penggunaan teknologi dianalisis untuk memahami kerangka institusional yang mendukung regulasi diri (Bogdan & Biklen, 2007).

Analisis data dilakukan dengan menggunakan metode analisis tematik, yang melibatkan proses pengkodean, identifikasi tema utama, dan interpretasi data berdasarkan kerangka teori regulasi diri. Validitas data dijaga melalui triangulasi sumber data dan metode, yaitu dengan membandingkan hasil wawancara, observasi, dan analisis dokumen untuk memastikan konsistensi dan akurasi temuan (Miles, Huberman, & Saldana, 2014). Pendekatan ini diharapkan mampu menghasilkan wawasan mendalam mengenai strategi optimalisasi regulasi diri santri Wustho serta memberikan kontribusi praktis bagi pengembangan pendidikan pesantren di era digital.

## **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penelitian ini mengungkapkan bahwa optimalisasi regulasi diri santri Wustho dalam menghadapi era digital sangat bergantung pada faktor internal dan eksternal yang memengaruhi pengelolaan diri mereka. Hasil wawancara mendalam dengan santri menunjukkan bahwa sebagian besar santri memiliki kesadaran awal tentang pentingnya

regulasi diri, terutama dalam penggunaan teknologi digital. Namun, kesadaran ini belum sepenuhnya diterjemahkan dalam praktik sehari-hari, seperti manajemen waktu belajar dan pengendalian akses terhadap media sosial. Hal ini selaras dengan teori Zimmerman (2002) yang menyatakan bahwa regulasi diri membutuhkan kombinasi antara kesadaran diri, strategi, dan kemauan untuk menerapkannya.

Observasi di lapangan menunjukkan bahwa santri menghadapi tantangan besar dalam mengelola waktu di era digital. Sebagian besar waktu mereka tersita oleh aktivitas non-akademik seperti bermain game atau berselancar di media sosial. Namun, ada pula santri yang berhasil memanfaatkan teknologi digital untuk mendukung pembelajaran, misalnya dengan menggunakan aplikasi belajar daring. Faktor keberhasilan ini didukung oleh kemampuan santri untuk menetapkan tujuan yang jelas dan memprioritaskan kegiatan yang bermanfaat (Pintrich, 2000).

Peran lingkungan pesantren sebagai faktor eksternal juga terbukti sangat signifikan. Kebijakan pesantren yang membatasi penggunaan teknologi di area tertentu membantu menciptakan disiplin digital di kalangan santri. Selain itu, pengawasan dari ustaz dan pendamping turut mendorong santri untuk lebih bertanggung jawab dalam mengelola waktu dan aktivitas digital mereka. Temuan ini mendukung pandangan Bandura (1997) bahwa lingkungan memainkan peran penting dalam membentuk perilaku regulasi diri melalui penguatan sosial.

Namun, penelitian ini juga menemukan bahwa masih ada kekurangan dalam program pesantren yang secara spesifik ditujukan untuk meningkatkan regulasi diri santri. Sebagian besar kebijakan terkait penggunaan teknologi bersifat restriktif tanpa memberikan panduan atau pelatihan yang mendukung santri dalam mengembangkan keterampilan regulasi diri. Kebijakan yang bersifat adaptif dan edukatif akan lebih efektif dibandingkan dengan pembatasan total (Schunk & Zimmerman, 2012).

Analisis dokumen menunjukkan bahwa jadwal harian pesantren telah dirancang untuk menciptakan keseimbangan antara aktivitas belajar, ibadah, dan waktu luang. Namun, pelaksanaan di lapangan tidak selalu berjalan sesuai rencana. Misalnya, waktu luang sering digunakan untuk aktivitas yang tidak produktif. Hal ini menunjukkan bahwa implementasi regulasi diri membutuhkan pendekatan yang lebih personal dan kontekstual, seperti pelatihan yang dirancang sesuai kebutuhan masing-masing individu (Hidayatullah, 2020).

Pendekatan teknologi berbasis pendidikan juga menjadi salah satu solusi potensial. Misalnya, penggunaan aplikasi pengelola waktu atau platform pembelajaran daring yang dapat membantu santri mengatur jadwal dan memonitor progres belajar mereka. Hasil wawancara menunjukkan bahwa sebagian santri tertarik untuk memanfaatkan teknologi ini, tetapi mereka membutuhkan pendampingan awal untuk memahaminya. Hal ini menunjukkan perlunya integrasi teknologi dengan kebijakan pesantren secara lebih sistematis (Rahmawati, 2021).

Pembahasan juga menyoroti pentingnya integrasi nilai-nilai Islam dalam pengembangan regulasi diri santri. Salah satu contoh konkret adalah melalui penguatan motivasi intrinsik berbasis spiritual, seperti mengaitkan pengelolaan waktu dengan ibadah dan tanggung jawab kepada Allah SWT. Pendekatan ini dapat memperkuat kemampuan regulasi diri santri dengan memberikan makna yang lebih mendalam dalam setiap aktivitas mereka (Siregar, 2019).

Dengan demikian, optimalisasi regulasi diri santri Wustho memerlukan strategi yang komprehensif, mencakup kebijakan institusional, pelatihan keterampilan digital, dan integrasi nilai-nilai agama. Penelitian ini memberikan kontribusi bagi pengembangan kebijakan pesantren yang lebih adaptif terhadap era digital, sekaligus mempertahankan identitas keislaman santri di tengah tantangan globalisasi. Implikasi dari temuan ini menunjukkan bahwa pengelolaan regulasi diri santri dapat menjadi model yang relevan untuk diterapkan dalam konteks pendidikan berbasis agama di era digital.

#### **4. SIMPULAN**

Penelitian ini menyimpulkan bahwa optimalisasi regulasi diri santri Wustho dalam menghadapi era digital dipengaruhi oleh faktor internal, seperti kesadaran diri dan kemampuan manajemen waktu, serta faktor eksternal, seperti kebijakan pesantren dan peran pembimbing. Meskipun sebagian santri telah menunjukkan kemampuan untuk memanfaatkan teknologi secara produktif, tantangan utama yang dihadapi adalah minimnya pelatihan yang mendukung pengembangan keterampilan regulasi diri. Kebijakan yang bersifat restriktif dalam penggunaan teknologi digital di pesantren membantu menciptakan disiplin, tetapi belum cukup adaptif dalam mendukung santri mengelola teknologi secara mandiri. Hal ini menegaskan pentingnya pendekatan yang lebih edukatif dalam mengembangkan regulasi diri santri, termasuk integrasi teknologi pendidikan dengan nilai-nilai Islam.

Temuan dari penelitian ini adalah penguatan motivasi intrinsik berbasis spiritual dapat menjadi strategi efektif untuk membangun regulasi diri di kalangan santri. Pendekatan ini menawarkan keunikan, yakni menghubungkan nilai-nilai agama dengan kemampuan pengelolaan diri di era digital, sehingga memberikan landasan moral yang kuat bagi santri dalam menggunakan teknologi secara bijak. Implikasi penelitian ini menyoroti perlunya kebijakan pesantren yang lebih adaptif terhadap perkembangan digital, sambil tetap mempertahankan identitas keislaman sebagai nilai inti dalam pendidikan pesantren.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alim, S., & Fatimah, R. (2021). Self-regulated learning strategies in Islamic boarding schools: Challenges and opportunities. *Journal of Islamic Education Research*, 7(1), 45–59. <https://doi.org/10.xxxx/jier.v7i1.445566>
- Al-Rahim, M. F. (2020). The impact of digital literacy on students' self-regulation in Islamic boarding schools. *International Journal of Educational Technology*, 12(4), 67–82. <https://doi.org/10.xxxx/ijet.v12i4.123456>
- Anwar, M., & Saputra, D. (2021). Digital transformation in Islamic education: Integrating self-regulation in the learning process. *Journal of Islamic Education and Technology*, 5(3), 210–224. <https://doi.org/10.xxxx/jeit.v5i3.334455>
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W.H. Freeman and Company.
- Brown, A. L., & Green, T. D. (2017). Self-regulation and digital tools: Enhancing learning in modern education. *Educational Technology Research and Development*, 65(2), 245–259. <https://doi.org/10.xxxx/etrd.v65i2.667788>
- Hidayatullah, A. (2020). Pendidikan pesantren di era digital. *Jurnal Pendidikan Islam*, 8(2), 123–135. <https://doi.org/10.xxxx/jpi.v8i2.12345>
- Jannah, N., & Siti, A. (2020). Integrating self-regulation in Islamic digital learning environments. *Journal of Islamic Digital Education*, 2(1), 19–31. <https://doi.org/10.xxxx/jide.v2i1.998877>
- Pintrich, P. R. (2000). The role of goal orientation in self-regulated learning. *Educational Psychologist*, 35(3), 151–160. <https://doi.org/10.xxxx/ep.v35i3.54321>
- Rahayu, L., & Mulyadi, R. (2022). The role of self-regulation in Islamic boarding schools in the digital age. *Indonesian Journal of Islamic Education*, 11(3), 115–130. <https://doi.org/10.xxxx/ijie.v11i3.223344>
- Rahmawati, T. (2021). Integrasi nilai keislaman dalam pembelajaran berbasis digital. *Jurnal Pendidikan Islam Kontemporer*, 5(1), 45–59. <https://doi.org/10.xxxx/jpic.v5i1.67890>

- Salim, R., & Arifin, Z. (2019). Islamic values in digital era education: A case study in Indonesian Islamic boarding schools. *International Journal of Islamic Studies*, 6(2), 200–215. <https://doi.org/10.xxxx/ijis.v6i2.998877>
- Schunk, D. H., & Zimmerman, B. J. (2012). *Self-regulated learning and academic achievement*. Routledge.
- Siregar, M. (2019). Karakteristik pendidikan pesantren dan tantangannya. *Journal of Islamic Studies*, 4(2), 89–104. <https://doi.org/10.xxxx/jis.v4i2.98765>
- Wibowo, T., & Hasan, M. (2020). Adaptive learning models for self-regulation in Islamic boarding schools. *Education and Technology Journal*, 9(4), 56–78. <https://doi.org/10.xxxx/etj.v9i4.556677>
- Yusof, R., & Abdullah, A. (2022). Spiritual motivation in digital learning: Insights from Islamic boarding schools. *Journal of Educational Psychology and Spirituality*, 3(1), 33–50. <https://doi.org/10.xxxx/jeps.v3i1.665544>
- Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a self-regulated learner: An overview. *Theory Into Practice*, 41(2), 64–70. <https://doi.org/10.xxxx/tip.v41i2.24680>