

DINAMIKA REGULASI DIRI ALUMNI PONDOK PESANTREN DALAM MEMPERTAHANKAN IDENTITAS SANTRI MELALUI PENDIDIKAN PESANTREN (Studi Kasus di Pondok Modern Darussalam Gontor)

Oleh :

Deni Anggrayani¹⁾, Mohammad Asrori²⁾, Ahmad Nurul Kawakib³⁾, Haris Furkon Hasbi Firmasnyah⁴⁾

^{1,2,3} Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

⁴ Universitas Negeri Malang

¹email: 220101210055@student.uin-malang.ac.id

²email: asrori@pai.uin-malang.ac.id

³email: akhmad.nurul@pai.uin-malang.ac.id

⁴email: haris.furkon.2502319@students.um.ac.id

Informasi Artikel

Riwayat Artikel :

Submit, 25 November 2025

Revisi, 21 Mei 2026

Diterima, 29 Mei 2026

Publish, 31 Mei 2026

Kata Kunci :

Regulasi Diri,
Identitas Santri,
Pendidikan Pesantren,
Pondok Modern Gontor.



ABSTRAK

Penelitian ini membahas fenomena terkikisnya identitas santri alumni pondok pesantren, yang diindikasikan oleh penurunan kemampuan regulasi diri (self-regulation) ketika berada di lingkungan luar pondok. Dengan mengambil studi kasus di Pondok Modern Darussalam Gontor, penelitian kualitatif berjenis studi kasus ini bertujuan mengungkap dinamika regulasi diri alumni dalam mempertahankan identitas santri. Analisis data menggunakan kerangka teoretis Regulasi Diri (model Zimmerman dan Bandura Triadic Reciprocal Causality). Hasil penelitian menunjukkan bahwa alumni Gontor mempertahankan identitas santri dengan menjadikan nilai Panca Jiwa Pondok (Ikhlas, Kesederhanaan, Berdikari, Ukhuwah Islamiyah, dan Kebebasan) sebagai standar diri yang diinternalisasi (Fase Forethought). Peran pendidikan pesantren adalah melalui sistem asrama 24 jam dan keteladanan guru (uswah) yang membentuk karakter terintegrasi. Faktor pendukung utama meliputi Ikatan Alumni (IKPM) sebagai penguat eksternal, sementara penghambatnya adalah gangguan pada fase transisi dari diatur menjadi mengatur diri sendiri, serta lingkungan luar yang permisif.

This is an open access article under the [CC BY-SA](#) license



Corresponding Author:

Nama: Deni Anggrayani

Afiliasi: Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Email: 220101210055@student.uin-malang.ac.id

1. PENDAHULUAN

Telah dibuktikan melalui penelitian bahwa pesantren Indonesia memiliki kedudukan penting dalam membentuk landasan intelektual, spiritual, dan moral masyarakat negeri. Pembelajaran yang menyeluruh di area pesantren pada dasarnya meningkatkan dedikasi yang kokoh kepada negeri serta kecintaan yang mendalam terhadap prinsip-prinsip agama. Pesantren telah memainkan kedudukan berarti dalam pembangunan moral bangsa sebab kontribusi historis dan sosiologisnya. Dinamika perubahan sosial yang kilat serta kerumitan kehidupan kontemporer,

bagaimanapun, menimbulkan hambatan yang berat, paling utama ketika Alumni seluruhnya kembali ke masyarakat luas. Kasus yang mengkhawatirkan telah diidentifikasi oleh beberapa riset serta penemuan penelitian: sebagian lulusan kehilangan nilai pendidikan pesantren (Sahati, 2021). Tantangan menyesuaikan diri kerap kali diakibatkan oleh perubahan signifikan dalam lingkungan. Menurut penelitian yang berbeda, sebagian lulusan pesantren bahkan menampilkan tanda-tanda penyimpangan sikap keagamaan. Tanda-tanda ini dapat berbentuk apa saja, mulai dari mengabaikan ataupun meninggalkan

ibadah rutin yang diwajibkan, hingga terlibat dalam perilaku bebas ataupun menjalani gaya hidup hedonistik yang bertentangan dengan etika pesantren (Irsyad et al., 2017). Isu utama fenomena ini dijumpai dalam dua zona penting yang saling terikat. Pertama, hilangnya kendali eksternal, yang sudah ditegakkan secara ketat selama bertahun-tahun oleh norma serta disiplin pesantren. Kedua, penurunan substansial dalam kapasitas pengendalian diri seseorang bersamaan mereka memasuki lingkungan yang lebih bebas serta leluasa, yang menggerogoti identitas santri (Sari, 2018). Dalam psikologi, regulasi diri merupakan kemampuan sadar guna membimbing, mengendalikan, serta mengelola pikiran, emosi, serta sikap seorang supaya memenuhi kriteria ataupun tujuan yang sudah ditetapkan sebelumnya (Zimmerman, 2000). Bagi teori ini, seseorang merupakan aktor aktif yang secara terencana mengintegrasikan, mengevaluasi, serta memodifikasi perilakunya. Bagi psikoanalisis, regulasi diri merupakan keahlian buat mengelola diri sendiri, ataupun, supaya bisa membiasakan diri serta menghadapi tuntutan dan kenyataan dunia luar (Chairani, 2010). Umur serta penumpukan pengalaman positif dalam pengendalian diri diyakini menguatkan ego selaku entitas pengatur. Oleh sebab itu, ego yang kokoh bisa mengatur dorongan internal buat menyesuaikan diri dengan tujuan dan batasan lingkungan. Agar untuk diingat kalau pengaturan diri ialah bakat yang dipelajari, bukan kualitas yang diwariskan. Perihal ini kerap kali diajarkan oleh orang tua melalui pendidikan sosial serta setelah itu diperkuat oleh norma-norma sosial ataupun prinsip-prinsip agama (McCullough & Willoughby, 2009).

Salah satu pesantren tertua di Indonesia merupakan Pesantren Modern Darussalam Gontor, juga disebut Pondok Modern Gontor. Pesantren ini sudah secara efisien mengarahkan nilai-nilai Islam lewat kurikulum yang bermacam-macam yang menekankan pengaturan diri pada para santrinya, baik di dalam ataupun di luar pesantren.

Panca Jiwa yang dicanangkan Trimurti pendiri Pondok Pesantren Gontor merupakan perwujudan prinsip-prinsip Pondok Pesantren Modern Gontor. Konsep kehidupan santri ditentukan oleh prinsip-prinsip Panca Jiwa yang kokoh. Prinsip-prinsip ini harus dihayati oleh setiap warga pondok pesantren. Hal ini tidak hanya melibatkan santri, tetapi juga para pendidik, kyai, bahkan keluarga kyai. Menurut (A. S. Zarkasyi, 2005), Panca Jiwa meliputi: keikhlasan kesederhanaan, kemandirian, persaudaraan (*ukhuwah Islamiyah*) dan kebebasan. Nilai-nilai Panca Jiwa ditanamkan melalui pendekatan sistematis dan menyeluruh yang mencakup sanksi atau hukuman edukatif, tugas-tugas yang memberikan tanggung jawab praktis, *uswah* dari guru dan kyai, serta pembiasaan melalui rutinitas dan kegiatan sehari-hari (Lathifah, 2020). Melalui disiplin yang ketat, para pembimbing santri mengawasi penanaman nilai-nilai (I. Zarkasyi & Perkenalan, 2015) Prinsip-prinsip ini

tertanam dalam diri anak-anak dan membentuk identitas mereka. "Prinsip dan semangat pesantren tidak akan pernah hilang dari jiwa mereka, di mana pun mereka berada atau apa pun bidang pekerjaan mereka (Suprayogi, 2022). Oleh karena itu, penelitian ini menjadi penting untuk menjawab bagaimana regulasi diri seorang santri dapat ditingkatkan dan dipertahankan pasca-kelulusan, agar nilai-nilai pendidikan pesantren tetap tertanam kuat di tengah tantangan zaman

Penelitian ini menempatkan dirinya sejalan dengan penelitian lain pada topik-topik berikut: perjuangan identitas keagamaan, penerapan nilai-nilai Pondok (Panca Jiwa) dalam kepemimpinan, pengaturan diri (berhubungan dengan penyesuaian diri), dan penyelesaian secara agama ketika menghadapi tekanan pekerjaan. Kontribusi penelitian ini lebih berfokus pada Dinamika Pengaturan Diri (proses kognitif dan perilaku psikologis internal yang eksplisit) alumni Pondok Modern Darussalam Gontor dalam memelihara identitas santri secara holistik, meskipun memiliki fokus yang sama dengan penelitian sebelumnya, yaitu mengkaji lulusan pesantren yang mengalami transisi lingkungan eksternal. Mengingat Gontor terkenal karena kemampuannya menanamkan nilai-nilai yang konsisten pada lulusannya, hal ini cukup signifikan. Secara khusus, penelitian ini bermaksud untuk mengklarifikasi proses pembinaan pengaturan diri alumni melalui pendidikan Pondok dan mengkaji dampaknya, suatu topik yang belum banyak dikaji dalam penelitian sebelumnya.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan studi kasus dan metodologi kualitatif. Sebagai studi kasus untuk memahami dinamika regulasi diri alumni dalam mempertahankan identitas kesantriannya, lokasi penelitian adalah Pondok Pesantren Modern Darussalam Gontor di Ponorogo. Alumni Pondok Pesantren Modern Darussalam Gontor yang sudah di masyarakat dan mempertahankan identitas kemahasiswaannya menjadi sasaran dan subjek penelitian ini.

Pengumpulan data (termasuk wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi) merupakan bagian dari proses penelitian. Dengan menggabungkan temuan lapangan ke dalam kerangka teori Regulasi Diri, pendekatan analisis data dilakukan. Gagasan mendasar Bandura tentang Keyakinan diri (*Self-Efficacy*), Harapan (*Outcome Expectations*), dan prinsip Kausalitas Timbal Balik Triad (TRC) dipadukan dengan model siklus tiga fase Zimmerman (*Forethought, Performance Control, Self-Reflection*) (Zimmerman, 2000) untuk mengetahui interaksi dinamis antara faktor perilaku, lingkungan, dan pribadi dalam mempertahankan identitas siswa (Bandura, 1997)

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Sub bab ini memaparkan hasil analisis yang berkaitan dengan bagaimana alumni pondok pesantren Modern Gontor meregulasi diri, peran pendidikan pesantren dalam dinamika tersebut, serta faktor pendukung dan penghambatnya.

1. Regulasi Diri Alumni dalam Mempertahankan Identitas Santri Alumni Pondok Modern Gontor

Faktor yang menyebabkan kesuksesan pesantren dalam membina santrinya bukan karena faktor keberuntungan semata. Melaikan ada nilai-nilai pendidikan khas yang mendasarinya. Beberapa dimensi softyang mempengaruhi kepada sistem kinerja individu dan organisasi, yaitu nilai-nilai (*values*), keyakinan (*belief*), budaya (*culture*) dan tingkah laku. Nilai-nilai adalah faktor pembentuk budaya dan merupakan dasar atau landasan bagi perubahan dalam hidup pribadi atau kelompok (Bali & Fadli, 2019). Pondok Modern Gontor menunjukkan regulasi diri yang efektif dengan menjadikan nilai-nilai Panca Jiwa Pondok (Ikhlash, Kesederhanaan, Berdikari, Ukhuwah Islamiyah, dan Kebebasan) sebagai standar diri (*Fase Forethought*). Sebagaimana ditulis oleh Nata (Nata, 2000), "Imam Zarkasyi memiliki pandangan bahwa hal yang paling penting dalam pesantren bukanlah pelajarannya semata-mata, melainkan juga jiwanya. Jiwa itulah yang akan memelihara kelangsungan kehidupan pesantren dan menentukan filsafat hidup para santrinya". Nilai-nilai ini bertransformasi dari peraturan eksternal menjadi keyakinan dan prinsip hidup yang diinternalisasi dan menjadi basis penetapan tujuan. Alumni Pondok Modern Gontor menerapkan nilai-nilai agama dan kesantrian dengan penuh keyakinan hal ini karena system pendidikan di Gontor menggunakan metode pembiasaan dengan sarana penugasan disertai keteladanan yang dibentuk baik dari Pengurus, Guru dan Kyainya (Pulungan & Saifudin, n.d.). Oleh karena itu santri memiliki pengalaman secara langsung dengan penerapan nilai-nilai tersebut ketika dipondok dan membentuk keyakinan diri ketika menjalankannya di luar pondok. Sehingga apa yang dialami oleh alumni ini membentuk konsep self efficacy yaitu keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk mengatur dan melaksanakan tindakan untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan (Indonesia, n.d.). Secara perilaku (*Fase Performance Control*), alumni secara disiplin mempertahankan rutinitas ibadah yang didapat dari pesantren (seperti salat berjamaah, tilawah, dan dzikir) tanpa memerlukan pengingat eksternal. Hal itu merupakan *self control* bagi alumni dalam menjaga konsistensi ibadah sebagai penanda identitas santri yang harus terus dilakukan. Strategi regulasi diri utama yang digunakan alumni adalah selalu mengingat kembali ajaran pondok (sebagai penguat konsistensi) dan menyadari pentingnya memilih lingkungan pergaulan yang bijak agar tidak terbawa

arus negatif di masyarakat. Oleh karena itu, observasi yang dilakukan oleh alumni sangatlah penting dalam memantau standar diri. Seseorang yang mampu mengenali dirinya akan lebih fokus dan senantiasa mengarahkan perilakunya menuju tujuan yang ingin dicapai (Lestari et al., 2024).

2. Peran Pendidikan Pesantren terhadap Dinamika Regulasi Diri Alumni

Pendidikan yang ada di Gontor menurut KH Hasan Abdullah Sahal mencakup 3 hal yaitu Pendidikan Keislaman, Pendidikan Keilmuan dan Pendidikan Kemasyarakatan Pendidikan pesantren Gontor memiliki peran krusial dalam membentuk bekal regulasi diri melalui dua aspek utama:

a. Pembentukan Karakter Terintegrasi

Sistem pondok yang dinamis, terintegrasi 24 jam, dan durasi pendidikan/pengabdian yang lama telah membentuk karakter yang melekat kuat. Pembentukan karakter ini menjadi bekal yang luar biasa dan membuat identitas santri tidak mudah dilepaskan. Proses internalisasi nilai Panca Jiwa Pondok dilakukan melalui pemberian tugas dan tanggung jawab serta pembiasaan yang menimbulkan motivasi intrinsik bagi santri untuk belajar mengatur diri dan orang lain (Mustofa, 2019). Siswa memperoleh keterampilan regulasi diri melalui pengalaman sosial yang terarah, yang mencakup pengamatan dan peniruan metode regulasi diri dari model yang ada. Sejalan dengan teori Zammermen (Vygotsky, 1978) pada awalnya, proses regulasi diri ini dimediasi secara sosial, yaitu melalui bantuan eksternal atau scaffolding. Seiring berjalannya waktu, bentuk-bentuk regulasi sosial ini diinternalisasi menjadi proses regulasi diri yang bersifat internal (*internal scaffolding*).

b. Keteladanan (Uswah) Guru

Peranan guru dan kiai sebagai contoh dan pengasuh (*uswah*) yang total dalam semua aspek kehidupan santri sangat kuat, yang merupakan metode penanaman nilai yang efektif dan menjadi sumber internalisasi nilai (Adiyatma, 2021) Keteladanan inilah yang diikuti santri secara bersamaan, membentuk pola pembiasaan, hingga nilai-nilai tersebut menjadi bagian dari hidup mereka. Alumni Gontor menjadikan panca jiwa sebagai standar diri, menurut Bandura dalam menentukan standar diri sangat dipengaruhi kepercayaan diri (Self-Efficacy) yang tinggi Bandura juga menjelaskan bahwa ada sumber utama lain dari efikasi diri (*Self-Efficacy*) yaitu *Vicarious Experiences* (Pengalaman Vikarius/Observasi). Menjelaskan bagaimana mengamati keberhasilan orang lain dapat meningkatkan keyakinan efikasi diri seseorang, terutama ketika model tersebut dianggap mirip dengan dirinya dan juga sebaliknya (Bandura, 1997).

3. Faktor yang Mendukung dan Menghambat Alumni dalam Mempertahankan Identitas Santri

a. Faktor pendukung :

1) Nilai dan Prinsip Gontor (*Panca Jiwa*) sebagai acuan hidup.

Pengalaman pendidikan di Pondok Modern Gontor, yang menanamkan Nilai Panca Jiwa, sangat memperkuat keyakinan diri (Efikasi Diri) para alumninya. Menurut Teori Bandura, Nilai Panca Jiwa ini menjadi fondasi agensi manusia, menciptakan Efikasi Diri yang Tinggi bagi alumni. Artinya, mereka yakin memiliki prinsip dan moralitas yang diperlukan untuk mencapai tujuan hidup. Keyakinan kuat ini menjadi standar internal yang jelas dan esensial untuk menjaga komitmen Tujuan jangka panjang mereka.

2) Disiplin Diri dan Konsistensi Ibadah.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa disiplin dan konsistensi ibadah para alumni sudah berjalan secara mandiri tanpa ketergantungan pada pengawasan luar, menandakan regulasi diri yang telah terinternalisasi. Dalam kerangka teori Bandura, kondisi ini mencerminkan tahap regulasi diri yang matang, di mana individu tidak lagi membutuhkan penguatan eksternal, tetapi mengandalkan penguatan diri dan pemantauan diri yang berlandaskan standar internal seperti nilai-nilai Panca Jiwa. (El Husnah et al., 2025) Menambahkan bahwa konsistensi dalam ibadah akan membantu siswa membangun perilakureligius yang melekat dalam kepribadian mereka.

3) Ikatan Alumni (IKPM) dan *Ukhuwah* yang kuat. IKPM berfungsi sebagai penguat moral dan spiritual (*recharge iman*) melalui silaturahmi dan kegiatan sosial.

b. Faktor penghambat:

1) Penghambat Internal/Perilaku: Gangguan Fasa Transisi, yaitu dari diatur menjadi mengatur diri sendiri (hilangnya *scaffolding*), yang memicu godaan dan melemahkan *Self-Control*. Adanya pola pikir yang kalah dengan pola pikir orang luar, atau gagal mewarnai dan terbawa arus, juga menjadi penghambat.

Penghambat Eksternal: Pengaruh Media Sosial dan iklan yang menyajikan hal-hal yang bertentangan dengan nilai, serta Lingkungan Kerja yang tidak mendukung atau permisif. Sub bab ini memaparkan hasil analisis yang berkaitan dengan bagaimana alumni pondok pesantren Modern Gontor meregulasi diri, peran pendidikan pesantren dalam dinamika tersebut, serta faktor pendukung dan penghambatnya.

4. Regulasi Diri Alumni dalam Mempertahankan Identitas Santri Alumni Pondok Modern Gontor

Faktor yang menyebabkan kesuksesan pesantren dalam membina santrinya bukan karena faktor keberuntungan semata. Melainkan ada nilai-nilai pendidikan khas yang mendasarinya. Beberapa dimensi soft yang mempengaruhi kepada sistem kinerja individu dan organisasi, yaitu nilai-nilai (*values*), keyakinan (*belief*), budaya (*culture*) dan tingkah laku. Nilai-nilai adalah faktor

pembentuk budaya dan merupakan dasar atau landasan bagi perubahan dalam hidup pribadi atau kelompok (Bali & Fadli, 2019). Pondok Modern Gontor menunjukkan regulasi diri yang efektif dengan menjadikan nilai-nilai Panca Jiwa Pondok (Ikhlas, Kesederhanaan, Berdikari, Ukhuwah Islamiyah, dan Kebebasan) sebagai standar diri (*Fase Forethought*). Sebagaimana ditulis oleh Nata (Nata, 2000), "Imam Zarkasyi memiliki pandangan bahwa hal yang paling penting dalam pesantren bukanlah pelajarannya semata-mata, melainkan juga jiwanya. Jiwa itulah yang akan memelihara kelangsungan kehidupan pesantren dan menentukan filsafat hidup para santrinya." Nilai-nilai ini bertransformasi dari peraturan eksternal menjadi keyakinan dan prinsip hidup yang diinternalisasi dan menjadi basis penetapan tujuan. Alumni Pondok Modern Gontor menerapkan nilai-nilai agama dan kesantunan dengan penuh keyakinan hal ini karena sistem pendidikan di Gontor menggunakan metode pembiasaan dengan sarana penugasan disertai keteledanan yang dibentuk baik dari Pengurus, Guru dan Kyainya (Pulungan & Saifudin, n.d.). Oleh karena itu santri memiliki pengalaman secara langsung dengan penerapan nilai-nilai tersebut ketika dipondok dan membentuk keyakinan diri ketika menjalankannya di luar pondok. Sehingga apa yang dialami oleh alumni ini membentuk konsep self efficacy yaitu keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk mengatur dan melaksanakan tindakan untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan (Indonesia, n.d.). Secara perilaku (*Fase Performance Control*), alumni secara disiplin mempertahankan rutinitas ibadah yang didapat dari pesantren (seperti salat berjamaah, tilawah, dan dzikir) tanpa memerlukan pengingat eksternal. Hal itu merupakan *self control* bagi alumni dalam menjaga konsistensi ibadah sebagai penanda identitas santri yang harus terus dilakukan. Strategi regulasi diri utama yang digunakan alumni adalah selalu mengingat kembali ajaran pondok (sebagai penguat konsistensi) dan menyadari pentingnya memilih lingkungan pergaulan yang bijak agar tidak terbawa arus negatif di masyarakat. Oleh karena itu, observasi yang dilakukan oleh alumni sangatlah penting dalam memantau standar diri. Seseorang yang mampu mengenali dirinya akan lebih fokus dan senantiasa mengarahkan perilakunya menuju tujuan yang ingin dicapai (Lestari et al., 2024).

5. Peran Pendidikan Pesantren terhadap Dinamika Regulasi Diri Alumni

Pendidikan yang ada di Gontor menurut KH Hasan Abdullah Sahal mencakup 3 hal yaitu Pendidikan Keislaman, Pendidikan Keilmuan dan Pendidikan Kemasyarakatan Pendidikan pesantren Gontor memiliki peran krusial dalam membentuk bekal regulasi diri melalui dua aspek utama:

a. Pembentukan Karakter Terintegrasi

Sistem pondok yang dinamis, terintegrasi 24 jam, dan durasi pendidikan/pengabdian yang lama

telah membentuk karakter yang melekat kuat. Pembentukan karakter ini menjadi bekal yang luar biasa dan membuat identitas santri tidak mudah dilepaskan. Proses internalisasi nilai Panca Jiwa Pondok dilakukan melalui pemberian tugas dan tanggung jawab serta pembiasaan yang menimbulkan motivasi intrinsik bagi santri untuk belajar mengatur diri dan orang lain (Mustofa, 2019). siswa memperoleh keterampilan regulasi diri melalui pengalaman sosial yang terarah, yang mencakup pengamatan dan peniruan metode regulasi diri dari model yang ada. Sejalan dengan teori Zammermen (Vygotsky, 1978) pada awalnya, proses regulasi diri ini dimediasi secara sosial, yaitu melalui bantuan eksternal atau scaffolding. Seiring berjalannya waktu, bentuk-bentuk regulasi sosial ini diinternalisasi menjadi proses regulasi diri yang bersifat internal (*internal scaffolding*).

b. Keteladanan (Uswah) Guru

Peranan guru dan kiai sebagai contoh dan pengasuh (*uswah*) yang total dalam semua aspek kehidupan santri sangat kuat, yang merupakan metode penanaman nilai yang efektif dan menjadi sumber internalisasi nilai. (Adiyatma, 2021) Keteladanan inilah yang diikuti santri secara bersamaan, membentuk pola pembiasaan, hingga nilai-nilai tersebut menjadi bagian dari hidup mereka. Alumni Gontor menjadikan panca jiwa sebagai standar diri, menurut Bandura dalam menentukan standar diri sangat dipengaruhi kepercayaan diri (Self-Efficacy) yang tinggi Bandura juga menjelaskan bahwa ada sumber utama lain dari efikasi diri (*Self-Efficacy*) yaitu *Vicarious Experiences* (Pengalaman Vikarius/Observas). Menjelaskan bagaimana mengamati keberhasilan orang lain dapat meningkatkan keyakinan efikasi diri seseorang, terutama ketika model tersebut dianggap mirip dengan dirinya dan juga sebaliknya (Bandura, 1997).

6. Faktor yang Mendukung dan Menghambat Alumni dalam Mempertahankan Identitas Santri

c. Faktor pendukung :

- 1) Nilai dan Prinsip Gontor (*Panca Jiwa*) sebagai acuan hidup.

Pengalaman pendidikan di Pondok Modern Gontor, yang menanamkan Nilai Panca Jiwa, sangat memperkuat keyakinan diri (Efikasi Diri) para alumninya. Menurut Teori Bandura, Nilai Panca Jiwa ini menjadi fondasi agensi manusia, menciptakan Efikasi Diri yang Tinggi bagi alumni. Artinya, mereka yakin memiliki prinsip dan moralitas yang diperlukan untuk mencapai tujuan hidup. Keyakinan kuat ini menjadi standar internal yang jelas dan esensial untuk menjaga komitmen Tujuan jangka panjang mereka.

2) Disiplin Diri dan Konsistensi Ibadah.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa disiplin dan konsistensi ibadah para alumni sudah berjalan secara mandiri tanpa ketergantungan pada

pengawasan luar, menandakan regulasi diri yang telah terinternalisasi. Dalam kerangka teori Bandura, kondisi ini mencerminkan tahap regulasi diri yang matang, di mana individu tidak lagi membutuhkan penguatan eksternal, tetapi mengandalkan penguatan diri dan pemantauan diri yang berlandaskan standar internal seperti nilai-nilai Panca Jiwa. (El Husnah et al., 2025) Menambahkan bahwa konsistensi dalam ibadah akan membantu siswa membangun perilakureligius yang melekat dalam kepribadian mereka.

3) Ikatan Alumni (IKPM) dan *Ukhuwah* yang kuat. IKPM berfungsi sebagai penguat moral dan spiritual (*recharge iman*) melalui silaturahmi dan kegiatan sosial.

d. Faktor penghambat:

- 1) Penghambat Internal/Perilaku: Gangguan Fasa Transisi, yaitu dari diatur menjadi mengatur diri sendiri (hilangnya *scaffolding*), yang memicu godaan dan melemahkan *Self-Control*. Adanya pola pikir yang kalah dengan pola pikir orang luar, atau gagal mewarnai dan terbawa arus, juga menjadi penghambat.
- 2) Penghambat Eksternal: Pengaruh Media Sosial dan iklan yang menyajikan hal-hal yang bertentangan dengan nilai, serta Lingkungan Kerja yang tidak mendukung atau permisif

4. KESIMPULAN

Simpulan dari penelitian ini adalah bahwa dinamika regulasi diri alumni Pondok Modern Gontor dalam mempertahankan identitas santri berhasil karena adanya proses internalisasi standar moral yang kuat (*Panca Jiwa*) yang berfungsi sebagai *self-standards* pada fase perencanaan (*Forethought*). Pendidikan pesantren berperan vital dalam membentuk bekal ini melalui sistem asrama 24 jam yang terintegrasi dan keteladanan total guru yang efektif dalam internalisasi nilai. Konsistensi perilaku (*Performance Control*) dipertahankan oleh alumni secara mandiri melalui disiplin ibadah dan didukung oleh ikatan alumni (IKPM). Tantangan terbesar yang mereka hadapi terletak pada fase transisi ke lingkungan yang permisif dan perlunya memperkuat *self-reflection* dan *self-judgment*. Meskipun ada hambatan, modal *self-efficacy* yang kuat memungkinkan alumni untuk bertekad mewarnai masyarakat dengan nilai santri.

Rekomendasi: Untuk proyek penelitian lebih lanjut, disarankan untuk melakukan penelitian komparatif antara alumni Gontor dengan alumni pesantren lain yang memiliki sistem pendidikan berbeda untuk mengukur dampak spesifik dari masing-masing model pendidikan terhadap ketahanan identitas santri. Selain itu, lembaga pesantren perlu meningkatkan pembinaan alumni dengan fokus pada penguatan mekanisme *Self-Reflection* dalam menghadapi kompleksitas tantangan di dunia kerja dan media sosial.

5. REFERENSI

- Adiyatma, M. N. (2021). *Internalisasi nilai-nilai panca jiwa dalam kehidupan santri: Studi kasus Pondok Modern Darussalam Gontor Ponorogo*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Bali, M. M. E. I., & Fadli, M. F. S. (2019). Implementasi Nilai-nilai Pendidikan Pesantren dalam Meningkatkan Ketahanan Mental Santri. *Palapa*, 7(1), 1–14.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control* (Vol. 11). Freeman.
- Chairani, L. (2010). *Psikologi santri penghafal al-Qur'an: peranan regulasi diri*. Pustaka Pelajar.
- El Husnah, Z., Rozi, S., & Wachidah, H. N. (2025). STRATEGI GURU PENDIDIKAN AGAMA ISLAM DALAM MENINGKATKAN SELF-REGULATION SISWA MELALUI KEGIATAN KEAGAMAAN. *Ar-Risalah Media Keislaman Pendidikan Dan Hukum Islam*, 23(2), 197–208.
- Indonesia, J. P. (n.d.). Adicondro, N., & Purnamasari, A. (2011). Efikasi diri, dukungan sosial keluarga dan self regulated learning pada siswa kelas VIII (Vol. 8). Universitas Ahmad Dahlan.
- Aini, K. (2013). Bentuk dukungan sosial untuk anak autisme studi kasus di SMP Bhakti Terpadu Malang (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri). *Jurnal Psikologi Indonesia*, 5, 1.
- Irsyad, M. H., Hufad, A., & Malihah, E. (2017). Perubahan gaya hidup alumni pondok pesantren. *Sosio Religi: Jurnal Kajian Pendidikan Umum*, 15(2).
- Lathifah, U. (2020). *Manajemen pengembangan sumber daya pendidik dalam menanamkan nilai panca jiwa peserta didik: Studi di Pondok Modern Darussalam Gontor Putra 1 Ponorogo*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Lestari, W. A., Saripah, I., & Nadhirah, N. A. (2024). Gambaran Self Regulation Pada Remaja Dengan Keluarga Broken Home. *Gudang Jurnal Multidisiplin Ilmu*, 2(6), 238–245.
- McCullough, M. E., & Willoughby, B. L. B. (2009). Religion, self-regulation, and self-control: Associations, explanations, and implications. *Psychological Bulletin*, 135(1), 69.
- Mustofa, I. (2019). Pendidikan Nilai di Pesantren: Studi tentang Internalisasi Pancajiwa di Pondok Modern Darussalam Gontor Ponorogo. *UIN Sunan Ampel Surabaya*.
- Nata, A. (2000). *Pemikiran Para Tokoh Pendidikan Islam: Kajian Filsafat Pendidikan Islam*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Pulungan, F., & Saifudin, M. A. (n.d.). *Penanaman Pendidikan Karakter Bagi Santri Baru Sighor Di Pondok Pesantren Modern Darussalam Gontor 1 Ponorogo Tahun Ajaran 2017/2018*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- SAHATI, N. I. M. (2021). *PERUBAHAN PERILAKU ALUMNI PESANTREN YANG BERSTATUS MAHASISWA DI UNIVERSITAS TEUKU UMAR*. UNIVERSITAS TEUKU UMAR.
- Sari, L. S. P. (2018). *Perubahan Perilaku Keagamaan Mahasiswa Alumni Pondok Pesantren*. TT.
- Suprayogi, M. N. (2022). Gontor dan Penerapan Pendidikan Multiple Intelligences. *Relevansi Nilai Gontor: Bagi Pengembangan Karir Profesional: Pemikiran Para Doktor & Guru Besar Alumni*, 121.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes* (Vol. 86). Harvard university press.
- Zarkasyi, A. S. (2005). *Manajemen pesantren: Pengalaman pondok modern Gontor*. trimurti press.
- Zarkasyi, I., & Perkenalan, D. P. (2015). Cara mengisi kekosongan dan Etiquette, adab sopan santun. *Gontor: Darussalam Press*, (Nd).
- Zimmerman, B. J. (2000). Attaining self-regulation: A social cognitive perspective. In *Handbook of self-regulation* (pp. 13–39). Elsevier.