

Pembelajaran Pendidikan Agama Islam dan Self-control pada Siswa Generasi Alpha

¹Agustina Kamilatun Nuha, ²Burhan Djamaluddin, ³Makhfud Makhfud

^{1,3}Universitas Islam Tribakti Lirboyo Kediri, Indonesia

²Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, Indonesia

Email: makhfud@uit-lirboyo.ac.id

Abstract

In this modern era, teenagers really need emotional intelligence training, because they are very vulnerable to unsafe conditions, both at school and outside of school. Teenagers are often easily offended, easily angered, and have difficulty controlling their emotions. One very important aspect in facing these challenges is the ability of self-control. Learning Islamic Religious Education (PAI) is one way to help them understand religious values that can be a guide in controlling themselves, responding to various external stimuli, and regulating emotions in stressful conditions in the long term. This study aims to examine the effectiveness of PAI learning on the formation of self-control of Gen Alpha students at SMPN 4 Kediri. This study uses quantitative methods. Data collection uses observation and questionnaires. Data analysis uses a simple linear regression test with IBM SPSS statistics version 29. The results of this study indicate that the condition of SMPN 4 Kediri City is classified as good, has a positive and significant impact on student self-control with an R value of 0.670 and an R Square of 0.449. This means that 44.9% of students' self-control abilities can be explained by an understanding of PAI.

Keywords: Alpha Generation, Islamic Religious Education Learning, Self-control

Abstrak

Di era modern ini, remaja sangat membutuhkan pelatihan kecerdasan emosional, karena mereka sangat rentan terhadap kondisi yang tidak aman, baik di sekolah maupun di luar sekolah. Remaja sering kali mudah tersinggung, mudah marah, dan kesulitan mengendalikan emosi. salah satu aspek yang sangat penting dalam menghadapi tantangan tersebut ialah kemampuan *self control*. Pembelajaran Pendidikan Agama Islam (PAI) menjadi salah satu cara untuk membantu mereka memahami nilai-nilai agama yang dapat menjadi panduan dalam mengendalikan diri, menanggapi berbagai stimulus eksternal, dan mengatur emosi dalam kondisi yang penuh tekanan pada jangka panjang. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji efektivitas pembelajaran PAI terhadap pembentukan *self control* Siswa Gen Alpha di SMPN 4 Kediri. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Pengumpulan datanya menggunakan observasi dan angket. Analisis data menggunakan uji regresi linier sederhana dengan IBM SPSS statistik versi 29. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kondisi SMPN 4 Kota Kediri digolongkan baik, berdampak positif dan signifikan pada *self control* siswa dengan nilai R sebesar 0,670 dan R Square sebesar 0,449. Artinya, sebesar 44,9% kemampuan pengendalian diri siswa dapat dijelaskan oleh pemahaman terhadap PAI.

Kata Kunci: Generasi Alpha, Pembelajaran Pendidikan Agama Islam, *Self-control*

A. Pendahuluan

Self-control merupakan kemampuan yang dimiliki setiap individu untuk mengontrol dan menahan dorongan, emosi, serta keinginan yang tidak sesuai dengan nilai-nilai atau tujuan

jangka panjang.¹ Masa kanak-kanak sangat rentan terhadap penggunaan emosional yang berisiko mengalami emosi, mudah marah, dan merasa sulit untuk mengendalikan diri.² *Self control* berhubungan erat dengan kemampuan untuk mencegah dorongan negatif, mengelola emosi, dan membentuk keputusan yang bijak dalam berbagai situasi.³

Pengendalian diri yang baik memiliki hubungan dengan berbagai hasil positif dalam hidup.⁴ Orang dengan pengendalian diri yang kuat memiliki kesehatan, hubungan, keuangan, dan karier yang lebih baik. Mereka juga cenderung tidak memiliki masalah dengan makan berlebihan, pengeluaran berlebihan, merokok, penyalahgunaan narkoba, dan menunda-nunda. Begitu juga menurut Li dkk., yang mengatakan bahwa pengendalian diri yang berhasil tidak hanya ditentukan oleh kemauan keras, tetapi juga oleh keyakinan orang tentang pengendalian diri.⁵ Keberhasilan seseorang dalam mengendalikan diri juga sangat dipengaruhi oleh keyakinannya sendiri terhadap kemampuannya dalam mengendalikan diri, tetapi juga soal percaya diri dan *mindset* positif.

Salah satu konsep yang bisa meregulasi keinginan yang menggebu-gebu merupakan kemampuan seseorang untuk mengatur serta mengarahkan diri dari segala tindakan atau emosi disebut sebagai *self control*.⁶ Maka dari itu penelitian ini menjelaskan lebih aktual melihat banyaknya masalah di kalangan siswa generasi alpha. Pernyataan ini sama seperti dengan penelitian yang dilakukan oleh Afwin dkk., bahwa pengendalian diri dapat berdampak cukup besar terhadap kadar religiusitas siswa, manfaat mendasar dari hal tersebut adalah meningkatnya kepatuhan siswa terhadap ajaran agama.⁷

Pada problematika kontemporer ini, untuk mendapatkan jawaban dan penyelesaiannya tentu banyak yang harus dipelajari dan diteliti, namun penelitian yang secara spesifik meneliti efektivitas pembelajaran Pendidikan Agama Islam (PAI) terhadap *Self Control* siswa Generasi Alpha masih sedikit. Oleh sebab itu, penelitian ini bertujuan untuk menyampaikan pemahaman yang lebih pada konteks bagaimana efektivitas pembelajaran PAI terhadap *self-control* secara

¹ Adi Wijaya Fadilah, "PAI Teacher's Strategy In Developing Student's Emotional Intelligence," *Journal of Contemporary Islamic Education (Journal CIE)*, July 2022, 30, Lampung, <https://journal.iaimnumetrolampung.ac.id/index.php/cie>.

² Sari Rahmadani and Ria Okfrima, "Hubungan Kontrol Diri Dengan Kenakalan Remaja: Kontrol Diri dan Kenakalan Remaja pada Siswa SMA X Padang," *Psyche 165 Journal*, May 11, 2022, 87, <https://doi.org/10.35134/jpsyl65.v15i2.164>.

³ Yulia Syafrin et al., "Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Agama Islam," *Educativo: Jurnal Pendidikan* 2, no. 1 (2023): 345, <https://doi.org/10.56248/educativo.v2i1.111>.

⁴ Denise De Ridder, "Can Self-Control Make You Happy?," *Current Opinion in Psychology* 60 (December 2024): 12, <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2024.101875>.

⁵ Jinyao Li et al., "Beliefs about Self-Control," *Current Opinion in Psychology* 60 (December 2024): 45, <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2024.101898>.

⁶ Siti Maftuhah and Irman Irman, "Konsep Self Control dalam Perspektif Al Qur'an," *At-Tajdid: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam* 7, no. 2 (2023): 437–43, <https://doi.org/10.24127/att.v7i2.2997>.

⁷ Achmad Maulana Afwin et al., *Pengelolaan Self Control Dalam Meningkatkan Religiusitas Siswa Di Sekolah Menengah Atas Islam Al-Ma'arif Singosari*, 8 (2023): 78.

aktual dan relevan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan panduan dan bermanfaat bagi pihak SMPN 4 Kota Kediri untuk meningkatkan kualitas pembelajaran dan seluruh pembaca sebagai referensi dan tambahan informasi. Dari uraian di atas maka dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut (1) Bagaimana kondisi *self-control* siswa Generasi Alpha di SMPN 4 Kediri? (2) Bagaimana Efektivitas pembelajaran PAI terhadap *self-control* siswa Generasi Alpha di SMPN 4 Kota Kediri?

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif. Metode kuantitatif memungkinkan peneliti untuk mengukur secara objektif antar variabel,⁸ Pengumpulan data melalui kuesioner memungkinkan pengumpulan data dari banyak responden dalam waktu singkat.⁹ Populasi penelitian ini ialah siswa siswi kelas 7 SMPN 4 Kota Kediri sebanyak 350 siswa Generasi Alpha. Sampel yang diambil dari peneliti adalah 89 responden menggunakan rumus Slovin dengan *error* sebanyak 10%.¹⁰

Pengumpulan data dalam penelitian ini dengan menyebar angket dan observasi, menggunakan *Google Form* yang memudahkan peneliti dalam mendapatkan data. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan aplikasi SPSS Windows 29. Proses analisis diawali dengan uji validitas untuk menguji kelayakan item pernyataan dalam instrumen,¹¹ diikuti dengan uji reliabilitas untuk mengetahui konsistensi setiap butir soal.¹² Selanjutnya dilakukan uji normalitas menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov untuk memastikan bahwa data berdistribusi normal.¹³ Uji linearitas dilakukan untuk menguji apakah hubungan antara variabel bebas dan terikat bersifat linier.¹⁴ Setelah itu, analisis dilanjutkan dengan uji regresi linier sederhana untuk melihat pengaruh variabel pembelajaran PAI terhadap *self-control*, serta uji t digunakan untuk menguji signifikansi pengaruh tersebut.¹⁵

⁸ Addini Zahra Syahputri et al., *Kerangka Berfikir Penelitian Kuantitatif*, 2 (2023): 23.

⁹ Primadi Candra Susanto et al., "Konsep Penelitian Kuantitatif: Populasi, Sampel, dan Analisis Data (Sebuah Tinjauan Pustaka)," *Jurnal Ilmu Multidisiplin* 3, no. 1 (2024): 35, <https://doi.org/10.38035/jim.v3i1.504>.

¹⁰ Budi Antoro, "Analisis Penerapan Formula Slovin Dalam Penelitian Ilmiah: Kelebihan, Kelemahan, Dan Kesalahan Dalam Perspektif Statistik," *Jurnal Multidisiplin Sosial dan Humaniora* 1, no. 2 (2024): 45, <https://doi.org/10.70585/jmsh.v1i2.38>.

¹¹ Sena Purwanza et al., *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan Kombinasi* (CV. Media Sains Indonesia, 2022).

¹² Brayen Jodi Forester et al., *Penelitian Kuantitatif: Uji Reliabilitas*, 4, no. 3 (2024): 83.

¹³ Giatma Dwijuna Ahadi and Neni Nur Laili Ersela Zain, "Pemeriksaan Uji Kenormalan dengan Kolmogorov-Smirnov, Anderson-Darling dan Shapiro-Wilk," *EIGEN MATHEMATICS JOURNAL*, June 26, 2023, 54, <https://doi.org/10.29303/emj.v6i1.131>.

¹⁴ Muh Alwy Yusuf, *Analisis Regresi Linier Sederhana dan Berganda Beserta Penerapannya*, 06, no. 02 (2024): 25.

¹⁵ Addini Zahra Syahputri et al., *Kerangka Berfikir Penelitian Kuantitatif*, 2 (2023): 89.

C. Hasil dan Pembahasan

1. Pembelajaran Pendidikan Agama Islam

Berdasarkan penuturan guru PAI, terdapat pendekatan pembelajaran unik di SMPN 4 Kota Kediri. Di mana setiap siswa mempelajari pendidikan agama sesuai dengan keyakinannya masing-masing, dan kegiatan belajar disesuaikan secara inklusif tanpa diskriminasi, pada mata pelajaran agama, siswa dikelompokkan berdasarkan agama masing-masing, dan dibimbing oleh guru agama sesuai agamanya. Hal ini menunjukkan bahwa SMPN 4 Kota Kediri telah menerapkan pembelajaran agama yang tidak hanya berbasis kognitif, tetapi juga membentuk sikap dan nilai saling memahami antar umat beragama.

Menurut Suryani, PAI merupakan suatu proses pendidikan yang dilaksanakan oleh guru kepada siswa supaya memiliki karakter yang baik sesuai dengan tujuan pendidikan agama Islam.¹⁶ Dengan mendorong siswa agar bertakwa dan mengamalkan hasil pendidikan yang diperolehnya serta berperan sebagai seseorang yang mendalami ajaran Islam seiring dengan perkembangan zaman.¹⁷ Pengendalian diri merupakan cara mengolah emosi, perasaan, hawa nafsu, dan pikiran. Dalam Islam, disebut *mujahadah an-nafs* atau sikap menahan hawa nafsu dari perilaku yang dapat merugikan dirinya sendiri atau bahkan orang lain serta perilaku terlarang, yang telah tertulis dalam syariat.¹⁸

Generasi Alpha merupakan masa setiap anak yang lahir antara tahun 2011 sampai dengan tahun 2025.¹⁹ Tahun tersebut dianggap sebagai era yang sangat dekat dengan perkembangan teknologi dibandingkan dengan generasi sebelumnya yang meliputi era Y dan generasi Z.²⁰ Hal itu dikarenakan mereka tumbuh dan berkembang seiring dengan perkembangan teknologi, sehingga mereka dapat memahami teknologi yang ada saat ini dengan cepat.²¹ Penelitian yang dilakukan oleh Daheri dkk., menginformasikan bahwa penting bagi seseorang untuk mengenal Islam khususnya bagi Generasi Alpha karena pada usia tersebut masih dianggap dini agar lebih mudah dalam membentuk akhlak yang baik. Oleh karena itu,

¹⁶ Ira Suryani, *Ilmu Pendidikan Islam* (Umsu Press, 2023), 765.

¹⁷ Nova Ardiana and Didik Himmawan, "Pengembangan Media Pembelajaran Pendidikan Agama Islam Berbasis Media Smart Spinner Di SDN 1 Kedokanbunder," *Quality : Journal Of Education, Arabic And Islamic Studies* 1, no. 1 (2023): 34, <https://doi.org/10.58355/qwt.v1i1.11>.

¹⁸ Phanny Tandy Kakauhe, "Self control leader model as an answer to overcome the questions of leadership in the era of the revolution 0.5?," *JPPI (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)* 8, no. 3 (2022): 78, <https://doi.org/10.29210/020221593>.

¹⁹ Rifqi Muhammad et al., "Al-Ghazali Adab Curriculum as a Life Guide for The Alpha Generation," *Dialogia* 20, no. 1 (2022): 67, <https://doi.org/10.21154/dialogia.v20i1.3907>.

²⁰ Jose Mario Hutajulu et al., "Special Characteristics of Alpha Generation Children Behavior in Dentistry: A Literature Review," *European Journal of Dentistry* 18, no. 03 (2024): 96, <https://doi.org/10.1055/s-0043-1776336>.

²¹ Ade Maulia Alfi et al., *Transformasi Pendidikan Agama Islam Melalui Teknologi*, 1 (2023): 76.

guru harus memberikan kesempatan pendidikan yang tidak hanya menyampaikan kepada siswa tentang teknologi dan era tetapi juga mengajarkan tentang pendidikan karakter.²²

Berdasarkan analisis dengan SPSS untuk mengetahui efektivitas pembelajaran PAI terhadap *self-control* siswa SMPN 4 kota kediri dan mengetahui validitas seluruh item pada kedua variabel, yaitu pembelajaran PAI dan *self-control* yang keduanya memiliki nilai r hitung $> r$ tabel (0,271), sehingga semua butir instrumen dinyatakan valid dan layak digunakan untuk pengumpulan data penelitian. Pembelajaran PAI memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *self-control* sebagaimana hasil uji t pada Tabel 1.:

Tabel 1. Hasil Uji T

Coefficients ^a							
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		Collinearity Statistics	
Model		B	Std. Error	Beta	T	Sig.	Tolerance VIF
1	(Constant)	38,047	4,632		8,213	<,001	
	PAI	,318	,086	,368	3,695	<,001	1,000 1,000

a. Dependent Variable: SELF CONTROL

Berdasarkan hasil uji t , nilai koefisien regresi variabel pembelajaran PAI sebesar 0,318 dengan nilai signifikansi $< 0,001$ yang berarti lebih kecil dari 0,05.²³ Hal ini menunjukkan bahwa pembelajaran PAI memiliki pengaruh yang besar dan signifikan terhadap pengendalian diri siswa. Nilai t hitung sebesar 3,695 juga lebih besar dari nilai t tabel, sehingga semakin memperkuat bahwa variabel pembelajaran PAI memiliki kontribusi terhadap *self-control* siswa.

Tabel 2. Hasil Uji Reliabel

No.	Variabel	Nilai Alpha	Nilai standar Reliabel	Keterangan
1.	Pembelajaran PAI	0,731	0,60	Reliabel
2.	<i>Self-control</i>	0,800		Reliabel

Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov dengan ketentuan nilai apabila nilai signifikansi $> 0,05$ maka data dapat dinyatakan terdistribusi dengan

²² Mirzon Daheri et al., "Transformasi Pendidikan Agama Islam Dalam Membangun Karakter Mahasiswa Generasi Alpha," *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)* 5, no. 2 (2023): 989–95, <https://doi.org/10.31004/jpdk.v5i2.13017>.

²³ Syahputri et al., *Kerangka Berfikir Penelitian Kuantitatif*, 2023, 35.

normal.²⁴ Berdasarkan data pada tabel menyatakan nilai signifikansi sebesar 0,439 yang artinya lebih besar dari 0,05. Maka dari itu, nilai residual terdistribusi dengan normal.

Tabel 3. Uji Normalitas Kormogorov-Smirnov

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			
			Unstandardized Residual
N			89
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000	
	Std. Deviation	3,65446968	
Most Extreme Differences	Absolute	,066	
	Positive	,066	
	Negative	-,046	
Test Statistic			,066
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c			,200 ^d
Monte Carlo Sig. (2-tailed) ^c	Sig.	,427	
	99% Confidence Interval	Lower Bound	,414
		Upper Bound	,439

Koefisien determinasi berfungsi untuk menjelaskan sejauh mana kemampuan variabel independen terhadap variabel dependen dengan melihat R square.²⁵ Hasil koefisien determinasi dapat dilihat pada Tabel 4.

Tabel 4. Uji Determinasi

Model Summary ^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,670 ^a	,449	,443	3,45152

Nilai ini menunjukkan koefisien korelasi antara variabel PAI dan *self-control*. Angka ini menandakan bahwa hubungan antara kedua variabel berada dalam kategori kuat dan positif, karena berada mendekati angka 1. R Square = 0,449. Hasil uji koefisien determinasi menunjukkan bahwa 44,9% variasi dalam *self-control* dapat dijelaskan oleh variabel PAI. Sisanya (55,1%) dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak dimasukkan dalam model. Dengan demikian berdasarkan uji yang telah dilakukan pendidikan agama Islam mempunyai pengaruh yang besar dalam membentuk manusia yang berkontribusi positif terhadap masyarakat dan menjaga keberlangsungan nilai-nilai agama Islam.²⁶

Guru juga memanfaatkan media pembelajaran digital, seperti film pembelajaran, kuis berbasis aplikasi interaktif, dan metode pembelajaran daring untuk meningkatkan motivasi dan

²⁴ Syahputri et al., *Kerangka Berfikir Penelitian Kuantitatif*, 2023, 72.

²⁵ Dimas Arya Soedyfa, "Koefisien Korelasi (R) Dan Koefisien Determinasi (R²)," *Jurnal Penelitian Politeknik Penerbangan*, 2022, 34, Surabaya.

²⁶ Anggi Septia Nugroho and Nia Meliyana Citra, "Penanaman Nilai-Nilai Pendidikan Karakter Pada Siswa Melalui Pembelajaran Pendidikan Agama Islam Di SMP Muhammadiyah Way Sulan Kabupaten Lampung Selatan," *Ta'lim* 6, no. 1 (2024), <https://doi.org/10.36269/tlm.v6i1.2463>.

hasil belajar siswa. Guru dapat juga memanfaatkan media pembelajaran digital, seperti video edukatif, kuis interaktif berbasis aplikasi, dan platform pembelajaran daring untuk memperkaya pengalaman belajar siswa tersebut menumbuhkan minat siswa dan menjadikan pengalaman belajar lebih aktual dan kontekstual.²⁷

Di sekolah, lingkungan ruang kelas menjadi tempat yang efektif dan terbuka untuk menggali nilai-nilai Islam yang moderat dan toleran serta dapat mengenali tanda-tanda buruk pergaulan bebas,²⁸ seperti halnya penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Prasetyo dan Nadlif bahwa Islam memiliki fungsi tersendiri dalam mengatur kehidupan seseorang, tujuan pengaturan ini adalah untuk menjaga keutuhan masyarakat dari maraknya penyimpangan dalam hal-hal yang bersifat normatif.²⁹

Penelitian ini mengungkapkan bahwa pembelajaran PAI memiliki peran penting dalam membentuk *self-control* siswa Generasi Alpha. Temuan ini didukung oleh studi terdahulu yang menunjukkan bahwa materi PAI berupa nilai pengendalian diri, motivasi, dan kegiatan keagamaan seperti pesantren kilat serta motivasi harian efektif meningkatkan kontrol diri.³⁰ Selain itu, hasil kajian Judrah menegaskan peran sentral guru PAI melalui model diskusi, teladan, edukasi nilai, dan motivasi serta kolaborasi sekolah dan orang tua dalam mengembangkan *self-control* siswa.³¹

2. Kondisi *Self-control* Siswa

Kondisi *self-control* siswa SMP Negeri 4 Kota Kediri secara umum menunjukkan perkembangan yang baik dan seimbang. Para siswa hidup di tengah kemajuan teknologi digital yang memberikan akses informasi tanpa batas, maka dari itu harus digunakan dengan sebaik dan sebijak mungkin. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Nur Wahyudi yang mengatakan bahwa penggunaan teknologi informasi dan komunikasi (TIK) dalam pembelajaran agama memiliki potensi yang besar untuk meningkatkan kualitas dan efektivitas pembelajaran.³² Penggunaan teknologi juga dapat menumbuhkan minat untuk meneliti dan para guru juga

²⁷ Syamsul Bahri, "Konsep Pembelajaran PAI di Era Society 5.0," *Edupedia : Jurnal Studi Pendidikan dan Pedagogi Islam* 6, no. 2 (2022): 133–45, <https://doi.org/10.35316/edupedia.v6i2.1592>.

²⁸ Muhammad Fauzan Khairi Mangunsong, "Efektifitas Pembelajaran Agama Islam Terhadap Pembinaan Akhlakul Karimah Siswa Di Sma Perguruan Bandung Jalan Pengabdian Bandar Setia Oleh: M. Fauzan Khairi Mangunsong," n.d., 89.

²⁹ Dwi Prasetyo R. and Aiunun Nadlif, "Efektifitas Pembelajaran Pendidikan Multi Agama pada Perubahan Perilaku Pergaulan Bebas Siswa Kelas XI SMKN 1 Negara Kabupaten Jembrana Provinsi Bali," *Academicia Globe: Inderscience Research* 2, no. 3 (2023): 83, <https://doi.org/10.47134/academicia.v2i3.3>.

³⁰ Alfi et al., *Transformasi Pendidikan Agama Islam Melalui Teknologi*.

³¹ Muh. Judrah et al., "Peran Guru Pendidikan Agama Islam Dalam Membangun Karakter Peserta Didik Upaya Penguatan Moral," *Journal of Instructional and Development Researches* 4, no. 1 (2024): 53, <https://doi.org/10.53621/jider.v4i1.282>.

³² Nur Wahyudi and C Casmini, *Efektivitas Kognitif Behavioral Therapy Dengan Teknik Self-Control Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa*, 1, no. 1 (2021): 89.

merasa lebih mudah dalam menjelaskan materi yang dipelajari. Dengan begitu, siswa merasa mudah untuk belajar dan belajar pun menjadi menyenangkan.³³

Self-control dalam penelitian ini difokuskan pada tiga aspek kontrol yaitu *behavioral control*, *cognitive control* dan *decisional control* siswa dalam memotivasi siswa untuk disiplin masuk ke sekolah dan belajar di kelas.³⁴ *Behavioral control* merupakan suatu keadaan di mana seseorang mulai menetapkan perilaku yang akan dipakai untuk mengontrol dirinya, dengan memanfaatkan kondisi eksternal untuk mendukung mengontrol perilakunya. Lalu *cognitive control* merupakan kemampuan seseorang dalam menetapkan perilaku yang dapat bermanfaat bagi siswa dan yang terakhir *decisional control*, yaitu suatu kemampuan seseorang dalam memutuskan perilaku yang dianggap dapat memberikan pengaruh baik terhadap dirinya.

Menariknya, meskipun siswa SMPN 4 Kota Kediri diperbolehkan membawa telepon genggam ke sekolah, pihak sekolah telah menerapkan aturan bijak dengan mewajibkan siswa untuk mengumpulkan HP mereka saat jam pelajaran berlangsung. Hal ini dilakukan untuk mencegah gangguan fokus selama kegiatan belajar mengajar dan membentuk kedisiplinan serta kesadaran siswa dalam menggunakan teknologi secara bertanggung jawab. Aturan ini dijalankan dengan penuh kesadaran oleh siswa, yang menunjukkan bahwa mereka telah memiliki tingkat *self-control* yang baik dan mematuhi peraturan demi kebaikan bersama.

Namun, dibandingkan dengan hasil penelitian oleh Meilani yang menyatakan bahwa Generasi Alpha umumnya memiliki tantangan dalam pengendalian diri akibat pengaruh digitalisasi dan gaya asuh permisif, siswa di SMPN 4 Kediri tampak lebih adaptif dan terkontrol, kemungkinan karena adanya dukungan lingkungan pendidikan yang konsisten dalam pembinaan karakter. Ini menunjukkan bahwa dengan pendekatan pendidikan yang tepat, potensi tantangan *self-control* pada generasi ini dapat diimbangi secara keseluruhan.

Dengan adanya bimbingan yang kuat dari pembelajaran PAI, dukungan dari lingkungan sekolah yang kondusif, serta keterlibatan aktif dalam berbagai kegiatan organisasi dan keagamaan, siswa generasi Alpha di SMP Negeri 4 Kota Kediri tumbuh menjadi pribadi yang aktif, religius, dan seimbang. Begitu juga tidak hanya mampu mengendalikan diri dalam menghadapi dinamika era digital, tetapi juga memiliki semangat tinggi untuk terus memperluas wawasan keislaman dan mengamalkannya dalam kehidupan sehari-hari.

Uraian tersebut menunjukkan bahwa penelitian ini menjelaskan lebih aktual melihat banyaknya masalah di kalangan siswa Generasi Alpha. Pernyataan ini sama seperti hasil penelitian yang menemukan bahwa *self-control* siswa dapat mengendalikan tujuan dan

³³ "Dwistia et al. - 2022 - Pemanfaatan Media Sosial Sebagai Media Pembelajaran.Pdf," n.d., 67.

³⁴ Nur Imamah et al., *Motivasi Belajar Siswa Smk Putra Bangsa Waru Pamekasan Melalui Tehnik Self Control*, 2 (2024): 786.

dorongan yang bertentangan dengan nilai-nilai spiritual, mereka menjadi lebih mampu melaksanakan tanggung jawab spiritual, serta melaksanakan ibadah secara rutin, tepat waktu dan mengaplikasikan materi agama di sekolah dalam kehidupan sehari-hari. *Self-control* juga memiliki pengaruh yang luar biasa terhadap konsistensi dalam beribadah. Siswa yang mempunyai kontrol diri dapat menghadapi situasi yang dapat menghalangi ketekunan mereka dalam beribadah.³⁵ Mereka dapat mempertahankan disiplin dalam menjalankan ritual keagamaan, seperti salat, puasa, atau ibadah lainnya, meskipun adanya cobaan dan lebih memilih mengabaikannya.

3. Efektivitas Pembelajaran PAI terhadap *Self-control*

Berdasarkan hasil uji t dalam analisis regresi linier sederhana, diperoleh temuan bahwa variabel PAI berpengaruh positif dan signifikan terhadap *self-control*. Hal ini berdasarkan nilai koefisien regresi sebesar 0,318, yang menunjukkan adanya setiap peningkatan satuan dalam nilai PAI akan diikuti oleh peningkatan *self-control* sebesar 0,318 satuan. Dengan kata lain, pemahaman terhadap ajaran agama Islam secara nyata mampu mendorong individu untuk memiliki tingkat kontrol diri yang lebih baik. Selaras dengan hasil penelitian yang menjelaskan bahwa dengan mencegah dorongan negatif dan melewati cobaan dalam menjalankan *syari'at* agama, seseorang dapat meningkatkan ketekunan dan konsistensi dalam praktik keagamaan mereka. Nilai *t hitung* yang diperoleh sebesar 3,695, jauh lebih besar dari nilai *t tabel* pada taraf signifikansi 5%, serta nilai signifikansi (Sig.) yang sangat kecil yaitu $< 0,001$, menguatkan bahwa pengaruh tersebut sangat signifikan secara statistik.

Hasil perhitungan nilai Beta standar sebesar 0,368 mengindikasikan adanya kekuatan PAI terhadap *self-control* berada dalam kategori cukup kuat atau sedang, meskipun bukan yang paling dominan apabila dibandingkan dengan faktor-faktor lain yang mungkin memengaruhi *self-control*. Baik dari sisi internal maupun eksternal. Namun demikian, ini tetap menunjukkan bahwa pemahaman agama memberikan kontribusi yang berarti dalam pembentukan dan penguatan pengendalian diri seseorang.³⁶ Dalam konteks ini, ajaran Islam seperti pentingnya sabar, menjauhi larangan, menahan hawa nafsu, dan bersikap konsisten terhadap nilai-nilai kebaikan sangat relevan dalam membentuk perilaku yang terkontrol dan bertanggung jawab.

Lebih lanjut, nilai Tolerance dan VIF masing-masing sebesar 1,000 menunjukkan bahwa tidak terdapat masalah multikolinearitas dalam model, yang artinya tidak ada hubungan antar variabel bebas yang saling memengaruhi secara berlebihan. Ini penting untuk memastikan

³⁵ Nidawati Nidawati, "Belajar Dalam Perspektif Psikologi Dan Agama," *PIONIR: Jurnal Pendidikan* 4, no. 1 (2013): 53, <https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/Pionir/article/view/153>.

³⁶ Prasetyo R. and Nadlif, "Efektifitas Pembelajaran Pendidikan Multi Agama pada Perubahan Perilaku Pergaulan Bebas Siswa Kelas XI SMKN 1 Negara Kabupaten Jembrana Provinsi Bali," 80.

bahwa estimasi koefisien regresi yang diperoleh adalah valid dan tidak bias.³⁷ Dengan memperhatikan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa pemahaman terhadap ajaran agama Islam berperan penting untuk meningkatkan kemampuan seseorang untuk mengendalikan diri. *Self-control* merupakan aspek penting dalam kehidupan sosial, pendidikan, maupun spiritual, karena individu yang mampu mengendalikan dirinya cenderung lebih mampu menghadapi tekanan, membuat keputusan yang bijak, dan menghindari perilaku negatif.³⁸ Oleh karena itu, hasil penelitian ini menegaskan bahwa penguatan nilai-nilai keagamaan, khususnya melalui pendidikan agama Islam, dapat menjadi strategi efektif dalam membentuk karakter dan kepribadian yang lebih baik, khususnya dalam hal pengendalian diri.

D. Kesimpulan

Hasil Penelitian ini menunjukkan bahwa variabel pembelajaran PAI efektif dan signifikan serta memiliki pengaruh yang positif terhadap *self-control* siswa generasi Alpha di SMPN 4 Kota Kediri. Hal ini dibuktikan melalui analisis regresi linier sederhana, di mana nilai signifikansi $< 0,05$ dan koefisien regresi menunjukkan adanya hubungan yang kuat antara efektivitas pembelajaran PAI dan peningkatan kemampuan pengendalian diri siswa. Pembelajaran PAI berperan penting dalam membentuk *self-control*. Guru perlu mengoptimalkan metode pembelajaran yang membangun karakter serta orang tua diharapkan mendukung pengembangan pengendalian diri anak di rumah. Penelitian ini memiliki keterbatasan karena hanya dilakukan di SMPN 4 Kota Kediri, sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasi secara luas. Untuk itu, penelitian selanjutnya disarankan melibatkan lebih banyak objek dengan karakteristik beragam, serta mempertimbangkan faktor eksternal seperti peran orang tua, budaya sekolah, dan pengaruh media sosial terhadap *self-control* siswa.

Referensi

- Afwin, Achmad Maulana, Atika Zuhrotus Sufiyana, and Dian Mohammad Hakim. *Pengelolaan Self Control Dalam Meningkatkan Religiusitas Siswa Di Sekolah Menengah Atas Islam Al-Ma'arif Singosari*. 8 (2023).
- Ahadi, Giatma Dwijuna, and Neni Nur Laili Ersela Zain. "Pemeriksaan Uji Kenormalan dengan Kolmogorov-Smirnov, Anderson-Darling dan Shapiro-Wilk." *EIGEN MATHEMATICS JOURNAL*, June 26, 2023, 11–19. <https://doi.org/10.29303/emj.v6i1.131>.
- Alfi, Ade Maulia, Amara Febriasari, and Jihan Nur Azka. *Transformasi Pendidikan Agama Islam Melalui Teknologi*. 1 (2023).
- Antoro, Budi. "Analisis Penerapan Formula Slovin Dalam Penelitian Ilmiah: Kelebihan, Kelemahan, Dan Kesalahan Dalam Perspektif Statistik." *Jurnal Multidisiplin Sosial dan Humaniora* 1, no. 2 (2024): 53–63. <https://doi.org/10.70585/jmsh.v1i2.38>.

³⁷ Yusuf, *Analisis Regresi Linier Sederhana dan Berganda Beserta Penerapannya*, 87.

- Arya Soedyfa, Dimas. "Koefisien Korelasi (R) Dan Koefisien Determinasi (R²).*" Jurnal Penelitian Politeknik Penerbangan*, 2022. Surabaya.
- Bahri, Syamsul. "Konsep Pembelajaran PAI di Era Society 5.0." *Edupedia : Jurnal Studi Pendidikan dan Pedagogi Islam* 6, no. 2 (2022): 133–45. <https://doi.org/10.35316/edupedia.v6i2.1592>.
- Candra Susanto, Primadi, Dewi Ulfah Arini, Lily Yuntina, Josua Panatap Soehaditama, and Nuraeni Nuraeni. "Konsep Penelitian Kuantitatif: Populasi, Sampel, dan Analisis Data (Sebuah Tinjauan Pustaka)." *Jurnal Ilmu Multidisplin* 3, no. 1 (2024): 1–12. <https://doi.org/10.38035/jim.v3i1.504>.
- Daheri, Mirzon, Nur Kholis, Ilham Syah, Muhammadong Muhammadong, and Jenuri Jenuri. "Transformasi Pendidikan Agama Islam Dalam Membangun Karakter Mahasiswa Generasi Alpha." *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)* 5, no. 2 (2023): 989–95. <https://doi.org/10.31004/jpdk.v5i2.13017>.
- De Ridder, Denise. "Can Self-Control Make You Happy?" *Current Opinion in Psychology* 60 (December 2024): 101875. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2024.101875>.
- Fadilah, Adi Wijaya. "PAI Teacher's Strategy In Developing Student's Emotional Intelligence." *Journal of Contemporary Islamic Education (Journal CIE)*, July 2022. Lampung. <https://journal.iaimnumetrolampung.ac.id/index.php/cie>.
- Forester, Brayen Jodi, Amna Idris Abdallah Khater, Muhammad Win Afgani, and Muhammad Isnaini. *Penelitian Kuantitatif: Uji Reliabilitas*. 4, no. 3 (2024).
- Hutajulu, Jose Mario, Hendriati Agustiani, and Arlette Suzy Setiawan. "Special Characteristics of Alpha Generation Children Behavior in Dentistry: A Literature Review." *European Journal of Dentistry* 18, no. 03 (2024): 743–65. <https://doi.org/10.1055/s-0043-1776336>.
- Imamah, Nur, Kamilatul Mukarromah, Dirga Ayu Lestari, and Nida Adilah. *Motivasi Belajar Siswa Smk Putra Bangsa Waru Pamekasan Melalui Tehnik Self Control*. 2 (2024).
- Ira Suryani. *Ilmu Pendidikan Islam*. Umsu Press, 2023.
- Judrah, Muh., Aso Arjum, Haeruddin Haeruddin, and Mustabsyirah Mustabsyirah. "Peran Guru Pendidikan Agama Islam Dalam Membangun Karakter Peserta Didik Upaya Penguatan Moral." *Journal of Instructional and Development Researches* 4, no. 1 (2024): 25–37. <https://doi.org/10.53621/jider.v4i1.282>.
- Kakauhe, Phanny Tandy. "Self control leader model as an answer to overcome the questions of leadership in the era of the revolution 0.5?" *JPPI (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)* 8, no. 3 (2022): 579. <https://doi.org/10.29210/020221593>.
- Li, Jinyao, Marleen Gillebaart, and Tim Van Timmeren. "Beliefs about Self-Control." *Current Opinion in Psychology* 60 (December 2024): 101898. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2024.101898>.
- Maftuhah, Siti, and Irman Irman. "Konsep Self Control dalam Perspektif Al Qur'an." *At-Tajdid: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam* 7, no. 2 (2023): 437–43. <https://doi.org/10.24127/att.v7i2.2997>.
- Muhammad, Rifqi, Manja Manja, Patriana Patriana, and Yusrain Yusrain. "Al-Ghazali Adab Curriculum as a Life Guide for The Alpha Generation." *Dialogia* 20, no. 1 (2022): 131–49. <https://doi.org/10.21154/dialogia.v20i1.3907>.
- Nidawati, Nidawati. "Belajar Dalam Perspektif Psikologi Dan Agama." *PIONIR: Jurnal Pendidikan* 4, no. 1 (2013). <https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/Pionir/article/view/153>.

- Nova Ardiana and Didik Himmawan. "Pengembangan Media Pembelajaran Pendidikan Agama Islam Berbasis Media Smart Spinner Di SDN 1 Kedokanbunder." *Quality : Journal Of Education, Arabic And Islamic Studies* 1, no. 1 (2023): 8–14. <https://doi.org/10.58355/qwt.v1i1.11>.
- Nugroho, Anggi Septia, and Nia Meliyana Citra. "Penanaman Nilai-Nilai Pendidikan Karakter Pada Siswa Melalui Pembelajaran Pendidikan Agama Islam Di SMP Muhammadiyah Way Sulan Kabupaten Lampung Selatan." *Ta'lim* 6, no. 1 (2024). <https://doi.org/10.36269/tlm.v6i1.2463>.
- Prasetyo R., Dwi, and Aiunun Nadlif. "Efektifitas Pembelajaran Pendidikan Multi Agama pada Perubahan Perilaku Pergaulan Bebas Siswa Kelas XI SMKN 1 Negara Kabupaten Jembrana Provinsi Bali." *Academicia Globe: Inderscience Research* 2, no. 3 (2023). <https://doi.org/10.47134/academicia.v2i3.3>.
- Purwanza, Sena, Aditya Wardana, Ainul Mufidah, et al. *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan Kombinasi*. CV. Media Sains Indonesia, 2022.
- Rahmadani, Sari, and Ria Okfrima. "Hubungan Kontrol Diri Dengan Kenakalan Remaja: Kontrol Diri dan Kenakalan Remaja pada Siswa SMA X Padang." *Psyche 165 Journal*, May 11, 2022, 74–79. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v15i2.164>.
- Syafrin, Yulia, Muhiddinur Kamal, Arifmiboy Arifmiboy, and Arman Husni. "Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Agama Islam." *Educativo: Jurnal Pendidikan* 2, no. 1 (2023): 72–77. <https://doi.org/10.56248/educativo.v2i1.111>.
- Syahputri, Addini Zahra, Fay Della Fallenia, and Ramadani Syafitri. *Kerangka Berfikir Penelitian Kuantitatif*. 2 (2023).
- Wahyudi, Nur, and C Casmini. *Efektivitas Cognitif Behavioral Therapy Dengan Teknik Self-Control Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa*. 1, no. 1 (2021).
- Yusuf, Muh Alwy. *Analisis Regresi Linier Sederhana dan Berganda Beserta Penerapannya*. 06, no. 02 (2024).