

INTERNALISASI NILAI-NILAI PENDIDIKAN AGAMA ISLAM DALAM MEMBENTUK *SELF CONTROL* SISWA TERHADAP DAMPAK NEGATIF MEDIA SOSIAL

Cindri Candrika

STAI Yapata Al Jawami Bandung
e-mail: cindricandrika17@gmail.com

Muhammad Saepul Ulum

STAI Yapata Al Jawami Bandung
e-mail: m.saepulum24@gmail.com

Delis Sri Maryati

STAI Yapata Al Jawami Bandung
e-mail: delissmaryati@gmail.com

ABSTRACT

The expansion of social media among adolescents has introduced complex challenges to the stability of self-control. This study aims to analyze the process of internalizing Islamic Education (PAI) values as an instrument for strengthening students' self control at SMP Negeri 3 Rancaekek in navigating the negative impacts of social media. A qualitative approach with a phenomenological method was employed. Primary data were gathered through in-depth interviews with students, complemented by participant observation and documentation studies to capture a comprehensive portrait of the subjects' lived experiences. The findings indicate that the internalization of Islamic values within the school transcends mere cognitive understanding, transforming into a spiritual consciousness that functions as a digital ethical filter. Students conceptualize Islamic teachings as a foundational framework for self-regulation in managing social media usage duration and maintaining communication etiquette in cyberspace. The efficacy of this process is significantly bolstered by the role of PAI teachers as exemplary figures (uswah hasanah) and the support of the school ecosystem through religious extracurricular activities that foster a culture of mutual moral guardianship (tashiyah). This research underscores that reinforcing religiosity through Islamic Education contributes substantially to the formation of mental resilience and digital ethics among students amidst the dynamic flow of social media information.

Keywords: Value Internalization; Islamic Education; Self-Control; Social Media.

ABSTRAK

Ekspansi media sosial di kalangan remaja telah menciptakan tantangan kompleks terhadap stabilitas kontrol diri (*self control*). Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis proses internalisasi nilai-nilai Pendidikan Agama Islam (PAI) sebagai instrumen penguatan kontrol diri siswa di SMP Negeri 3 Rancaekek dalam menghadapi dampak negatif media sosial.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi. Data primer diperoleh melalui wawancara mendalam terhadap siswa, didukung oleh observasi partisipatif dan studi dokumentasi untuk memotret realitas pengalaman subjek secara utuh. Temuan penelitian menunjukkan bahwa internalisasi nilai PAI di sekolah tersebut tidak hanya bersifat kognitif, tetapi telah bertransformasi menjadi kesadaran spiritual yang berfungsi sebagai filter etika digital. Siswa memaknai ajaran PAI sebagai basis kontrol diri dalam mengatur durasi penggunaan media sosial serta menjaga adab berkomunikasi di ruang siber. Keberhasilan proses ini didorong oleh peran guru PAI sebagai figur teladan (*uswah hasanah*) serta dukungan ekosistem sekolah melalui kegiatan ekstrakurikuler kerohanian yang menciptakan budaya saling menjaga (*tashiyah*). Penelitian ini menegaskan bahwa penguatan aspek religiusitas melalui PAI berkontribusi signifikan dalam membentuk ketahanan mental dan etika digital siswa di tengah dinamisnya arus informasi media sosial.

Kata Kunci: Internalisasi Nilai, Pendidikan Agama Islam, *Self Control*, Media Sosial.

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi informasi di era distrupsi digital telah menggeser paradigma interaksi sosial manusia secara fundamental. Media sosial tidak lagi sekadar alat komunikasi, melainkan telah menjadi “ruang kehidupan kedua” bagi remaja. Merujuk pada data Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) tahun 2024, penetrasi internet di Indonesia mencapai puncaknya pada kelompok usia remaja (13-18 tahun). Secara psikologis, fase ini adalah masa transisi di mana aspek kognitif dan emosional belum stabil, sehingga mereka menjadi kelompok yang paling rentan terhadap fenomena *Fear of Missing Out* (FoMo), perundungan siber (*cyberbullying*), hingga degradasi moral akibat paparan konten yang tidak terfilter.

Di SMP Negeri 3 Rancaekek, dengan populasi sekitar 1.300 siswa, fenomena ini terlihat nyata dalam kehidupan sehari-hari. Tingginya intensitas penggunaan gawai berkorelasi langsung dengan penurunan kedisiplinan ibadah dan krisis etika di ruang digital. Masalah utamanya bukanlah pada teknologinya, melainkan pada rapuhnya *self control* (kontrol diri) individu. Dalam perspektif Islam, kontrol diri ini paralel dengan konsep *Mujahadah An-Nafs*, yaitu perjuangan sungguh-sungguh melawan hawa nafsu. Oleh karena itu, Pendidikan Agama Islam (PAI) harus direposisi fungsinya; bukan sekadar transfer ilmu (*transfer of knowledge*), melainkan proses internalisasi nilai yang mendalam agar siswa memiliki imunitas spiritual di tengah derasnya arus informasi.

Penelitian mengenai dampak media sosial terhadap perilaku remaja telah banyak dilakukan. Studi oleh Smith et al. (2022) menekankan bahwa kecanduan media sosial berkontribusi pada peningkatan gangguan kecemasan pada siswa sekolah menengah. Di Indonesia, penelitian Syarifuddin (2021) mengeksplorasi bagaimana guru PAI menggunakan pendekatan ceramah untuk memberikan peringatan tentang bahaya internet. Namun, sebagian besar literatur yang ada masih bersifat

kuantitatif yang menguji korelasi antar variabel secara permukaan, atau hanya berfokus pada peran guru sebagai pengawas.

Pengetahuan terkini menunjukkan adanya pergeseran fokus dari “pengawasan eksternal” menuju “kekuatan internal” siswa. Teori kontrol diri dari Baumeister yang dikontekstualisasikan dengan nilai-nilai akhlak karimah mulai menjadi tren dalam studi psikologi agama. Namun, masih sedikit penelitian yang benar-benar membedah bagaimana siswa secara subjektif mengalami dan memaknai proses “internalisasi” nilai-nilai tersebut sehingga menjadi sebuah tindakan sadar di dunia digital.

Meskipun tema PAI dan media sosial sudah cukup lumrah, terdapat celah besar (*research gap*) yang belum tersentuh. Pertama, mayoritas penelitian menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif yang hanya memotret kegiatan formal di kelas, namun mengabaikan pengalaman batiniah siswa sebagai subjek yang berinteraksi langsung dengan media sosial. Kedua, belum banyak studi yang secara spesifik menggunakan pendekatan fenomenologi untuk mengungkap “hakikat pengalaman” siswa dalam menginternalisasi nilai agama di sekolah yang memiliki populasi besar seperti SMP Negeri 3 Rancaekek.

Apa yang sudah dilakukan peneliti terdahulu adalah mengidentifikasi masalah, namun apa yang perlu dilakukan saat ini adalah menyelidiki bagaimana proses internalisasi itu terjadi dalam kesadaran siswa. Mengapa ada siswa yang tetap taat beribadah dan santun di media sosial meskipun terpapar lingkungan digital yang toksik? Jawaban atas pertanyaan ini hanya bisa ditemukan melalui studi fenomenologi yang mendalam.

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi secara mendalam esensi pengalaman siswa di SMP Negeri 3 Rancaekek terkait internalisasi nilai-nilai PAI dalam membentuk kontrol diri (*self control*) terhadap dampak negatif media sosial. Kebaruan (*Novelty*) dari Penelitian ini terletak pada penggabungan konsep psikologi *self control* dengan proses internalisasi nilai spiritual melalui lensa fenomenologi.

Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang memandang siswa sebagai objek pasif dari kurikulum, penelitian ini memandang siswa sebagai subjek aktif yang mampu melakukan “negosiasi nilai” antara ajaran agama dan realitas digital. Hasil penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi teoretis bagi pengembangan model pembelajaran PAI berbasis etika digital dan kontribusi praktis bagi sekolah dalam menyusun strategi bimbingan kerohanian yang lebih kontekstual di era milenial.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain kualitatif dengan pendekatan fenomenologi interpretatif untuk mengungkap esensi pengalaman batiniah siswa dalam menginternalisasi nilai Pendidikan Agama Islam (PAI) sebagai kontrol diri digital. Berlokasi di SMP Negeri 3 Rancaekek, Kabupaten Bandung, penelitian berlangsung selama empat bulan dengan peneliti bertindak sebagai instrumen kunci (*human instrument*). Subjek penelitian dipilih melalui teknik purposive sampling dengan kriteria siswa kelas VIII dan IX yang aktif menggunakan media sosial lebih dari tiga jam per hari serta terlibat dalam kegiatan kerohanian sekolah. Selain siswa

sebagai informan utama, guru PAI dan pembina kerohanian dilibatkan sebagai informan pendukung untuk memperkuat validitas data melalui perspektif eksternal.

Teknik pengumpulan data dilakukan secara komprehensif melalui wawancara mendalam yang berfokus pada aspek noema dan noesis, observasi partisipatif untuk menangkap tacit *knowledge* perilaku siswa, serta studi dokumentasi terkait modul ajar dan catatan kedisiplinan. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan prosedur *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA) yang meliputi tahap kondensasi data, penyajian data dalam tema-tema esensial, dan penarikan kesimpulan. Guna menjamin kredibilitas hasil penelitian, peneliti menerapkan triangulasi sumber dan teknik serta melakukan member *checking* dengan mengonfirmasi kembali transkrip wawancara kepada partisipan untuk menghindari bias subjektivitas dan memastikan keabsahan data secara ilmiah.

PEMBAHASAN 1

Tipologi Pengalaman Digital dan Distraksi Spiritual

Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa SMP Negeri 3 Rancaekek berada dalam kondisi keterikatan digital yang cukup intens, dengan durasi penggunaan media sosial rata-rata mencapai 4 hingga 6 jam per hari. Fenomena ini menciptakan sebuah ruang hidup digital yang dominan melalui platform WhatsApp, Instagram, TikTok, dan YouTube. Dalam perspektif fenomenologi, penggunaan yang masif ini bukan sekadar aktivitas pengisi waktu luang, melainkan telah menjadi “dunia kehidupan” (*lebenswelt*) siswa yang menghadirkan tantangan kontrol diri. Data lapangan mengungkap bahwa intensitas tersebut berbanding lurus dengan penurunan fokus belajar dan pengabaian disiplin ibadah. Para siswa mengalami apa yang disebut sebagai distraksi akademik-spiritual, di mana dorongan impulsif untuk terus melakukan *scrolling* mengalahkan kesadaran mereka untuk menunaikan tugas sekolah dan kewajiban agama. Temuan ini mengonfirmasi argumen Akram dan Kumar (2017) yang menyatakan bahwa konsumsi media sosial yang tidak teregulasi pada remaja memicu perilaku impulsif yang secara sistematis mendegradasi konsentrasi akademik.

Tabel 1.
Dampak Penggunaan Media Sosial

PLATFORM	RATA-RATA DURASI / HARI	DAMPAK DOMINAN
WhatsApp	1 Jam	Komunikasi Berlebihan
Instagram	2 Jam	Menunda Belajar
Tiktok	1,5 Jam	Gangguan Fokus
Youtube	1 Jam	Kurang Tidur
Lainnya	0,5 Jam	Waktu Belajar Berkurang

Data Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), menunjukkan tingginya risiko digital di kalangan remaja. Oleh karena itu, dukungan guru, kebijakan sekolah, dan arahan orang tua menjadi faktor penting yang memperkuat efektivitas Pendidikan Agama Islam dalam membentuk etika digital siswa.

Internalisasi Nilai PAI sebagai Jangkar Kontrol Diri

Pendidikan Agama Islam (PAI) di SMP Negeri 3 Rancaekek berperan lebih dari sekadar transfer pengetahuan, melainkan berfungsi sebagai pedoman moral yang memediasi interaksi siswa dengan dunia digital. Temuan menunjukkan bahwa materi akhlak dan konsep ibadah yang diajarkan secara kontekstual di kelas menjadi rujukan batiniah bagi siswa dalam memfilter pengaruh negatif media sosial. Fenomena ini terlihat saat siswa mulai melakukan refleksi diri (*muhasabah*) sebelum bertindak di ruang siber, seperti menjaga etika berkomentar demi menghindari dosa dan menjaga lisan digital. Hal ini sejalan dengan penelitian Pradana dan Marisa (2019) mengenai risiko perkembangan remaja akibat kecanduan teknologi, namun penelitian ini memberikan temuan tambahan bahwa pemahaman nilai PAI yang mendalam mampu menumbuhkan *self control* yang lebih tangguh. PAI bertindak sebagai filter internal yang membentengi siswa dari perilaku menyimpang di internet, yang menurut Kusumastuti dkk. (2024) sangat relevan dalam membangun moderasi beragama dan ketahanan karakter di era disrupsi teknologi.



Gambar 1.

Kegiatan Pembelajaran Pendidikan Agama Islam di kelas VIII K
SMP Negeri 3 Rancaekek

Konstruksi Respon Emosional Spiritual melalui Keteladanan

Faktor kunci dalam keberhasilan penguatan kontrol diri siswa adalah kehadiran guru PAI sebagai *uswah hasanah* atau suri teladan spiritual. Respon emosional siswa muncul dalam bentuk perasaan malu (*haya'*) yang diinternalisasi melalui interaksi dengan guru dan budaya sekolah yang religius. Rasa malu ini bukan sekadar emosi negatif, melainkan bentuk kesadaran spiritual bahwa setiap tindakan digital senantiasa berada dalam pengawasan Tuhan (*muraqabah*). Budaya sekolah yang mendukung, ditambah dengan aktivitas ekstrakurikuler kerohanian, menciptakan ekosistem diskusi yang aktual mengenai *fiqh* bermedia sosial, termasuk pembahasan mengenai bahaya hoaks dan perundungan siber (*cyberbullying*). Sinergi antara nasihat guru dan aktivitas organisasi keagamaan sekolah ini memperkuat struktur kesadaran siswa bahwa integritas moral seorang muslim diuji melalui cara mereka menggunakan teknologi.

Transformasi Perilaku dan Etika Digital

Setelah mengalami proses pembelajaran PAI yang intensif, terjadi transformasi perilaku yang signifikan pada subjek penelitian. Perubahan ini ditandai dengan reduksi durasi penggunaan media sosial secara sukarela, peningkatan kedisiplinan waktu shalat, dan kemampuan menyaring konten (*tabayyun*) sebelum dikonsumsi atau disebarkan. Temuan ini memberikan proposisi baru bahwa individu yang memiliki keterikatan kuat dengan nilai-nilai ibadah dan disiplin waktu cenderung memiliki tingkat ketergantungan internet yang lebih rendah. Hal ini memperluas tesis Faradilla (2020) yang menyatakan bahwa kontrol diri adalah variabel utama dalam mengurangi dependensi internet. Di SMP Negeri 3 Rancaekek, kontrol diri tersebut tidak muncul secara spontan, melainkan hasil dari internalisasi nilai-nilai agama yang secara terus menerus didialogkan dengan tantangan zaman. Dengan demikian, PAI di sekolah ini tidak hanya berfungsi sebagai mata pelajaran, tetapi sebagai strategi pertahanan karakter yang mampu membentuk etika digital siswa secara berkelanjutan.

Berikut adalah tabel perbandingan yang akademis dan sistematis :

Tabel 2.

Transformasi Perilaku dan Kontrol Diri Siswa Melalui Internalisasi Nilai PAI

Dimensi Perubahan	Kondisi Sebelum Internalisasi Nilai PAI	Kondisi Sesudah Internalisasi Nilai PAI
Pola Konsumsi Digital	Penggunaan media sosial yang impulsif dengan durasi tinggi (4-6 jam/hari) tanpa tujuan jelas.	Reduksi durasi penggunaan gawai secara sadar dan prioritas pada konten edukatif/religius.
Respon Etika (Adab)	Cenderung reaktif, mudah terprovokasi, dan kurang memperhatikan etika berkomunikasi (komentar negatif).	Munculnya kesadaran <i>Haya'</i> (malu) dan menjaga lisan digital sebagai bentuk manifestasi akhlak.
Kedisiplinan Ibadah	Sering menunda waktu shalat dan kewajiban ibadah akibat distraksi konten media sosial (<i>scrolling</i>).	Meningkatnya kedisiplinan ibadah; ibadah dijadikan sebagai instrumen utama dalam melakukan jeda digital.
Literasi Informasi	Mudah menerima dan menyebarkan informasi tanpa melakukan verifikasi terlebih dahulu.	Penerapan prinsip <i>Tabayyun</i> (verifikasi) dalam merespons informasi, hoaks, maupun isu <i>cyberbullying</i> .
Mekanisme Kontrol	Bergantung pada pengawasan eksternal (guru/orang tua) yang bersifat restriktif (pelarangan).	Munculnya kontrol internal berbasis <i>Muraqabah</i> (kesadaran akan pengawasan Allah) yang bersifat otonom.

Analisis Respon Emosional Spiritual dan Konstruksi Karakter

Dalam dimensi emosional spiritual, hasil penelitian ini menegaskan bahwa penguatan kontrol diri siswa berakar pada internalisasi sifat *haya'* (rasa malu) yang dikontekstualisasikan dalam interaksi digital. Guru Pendidikan Agama Islam (PAI) di SMP Negeri 3 Rancaekek tidak hanya berperan sebagai pengajar materi, tetapi bertransformasi menjadi uswah hasanah (suri teladan). Fenomena ini dapat dianalisis melalui Teori

Keteladanan (*Social Learning Theory*) Albert Bandura, di mana efikasi diri siswa dalam mengontrol perilaku digital terbentuk melalui observasi terhadap figur otoritas yang memiliki integritas moral. Rasa malu yang muncul dalam diri siswa bukanlah bentuk intimidasi sosial, melainkan kesadaran transendental yang dalam literatur Islam disebut sebagai *muraqabah*.

Siswa merasa lebih terkontrol bukan karena pengawasan fisik (*external monitoring*), melainkan melalui mekanisme yang disebut *Michel Foucault* sebagai “pemerintahan diri” (*governmentality*), di mana individu mengadopsi nilai-nilai agama sebagai alat kontrol otonom. Kondisi ini diperkuat oleh ekosistem sekolah dan organisasi kerohanian Islam yang menyediakan ruang dialektika mengenai fiqh bermedia sosial. Melalui diskusi tersebut, norma agama yang abstrak diterjemahkan menjadi etika praktis, sehingga siswa memiliki sandaran teologis yang kuat sebuah “kompas moral” dalam istilah Thomas Lickona untuk memilah interaksi di ruang siber.

Transformasi Perilaku dan Manifestasi Self-Control

Perubahan perilaku yang dialami siswa pasca-internalisasi nilai PAI menunjukkan korelasi positif antara kedalaman pemahaman agama dengan ketahanan digital (*digital resilience*). Temuan ini memberikan validasi lapangan terhadap proposisi Faradilla (2020) bahwa individu dengan kontrol diri tinggi memiliki kemampuan lebih besar untuk mereduksi dependensi internet. Namun, secara teoretis, penelitian ini melampaui konsep kontrol diri mekanistik dengan memperkenalkan dimensi Kecerdasan Spiritual (SQ) Danah Zohar, di mana siswa mampu memberi makna pada setiap aktivitas digital mereka.

Reduksi durasi scrolling dan peningkatan disiplin ibadah menunjukkan pergeseran dari impulsive behavior menuju intentional behavior. Kebaruan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa kontrol diri tersebut dipicu oleh kesadaran *tabayyun* (verifikasi). Dalam teori literasi media digital, proses ini sejalan dengan konsep *Critical Digital Literacy*, namun dengan muatan etis-religius. Siswa tidak hanya menjadi kritis secara kognitif, tetapi juga bertanggung jawab secara moral (*moral responsibility*). Diskusi aktual mengenai *hoaks* dan *cyberbullying* telah mengubah posisi siswa dari sekadar “konsumen konten” menjadi “subjek moral” yang aktif menjaga kesucian ruang publik digital.

Inovasi Kurikulum Reorientasi PAI Menuju Era Algoritma

Harapan siswa terhadap materi PAI yang lebih adaptif menunjukkan adanya tuntutan akan Kurikulum Kontekstual (*Contextual Teaching and Learning*). Siswa SMP Negeri 3 Rancaekek secara kritis menyadari kesenjangan antara teks keagamaan klasik dengan realitas dunia maya yang penuh dengan algoritma adiktif. Harapan mereka terhadap materi manajemen waktu digital dan etika konten negatif mencerminkan kebutuhan akan “literasi agama digital”.

Hal ini menegaskan teori *Reconstructionism* dalam pendidikan, di mana kurikulum harus mampu menjadi alat rekonstruksi sosial terhadap problematika zaman. Inovasi pembelajaran PAI bukan lagi bersifat tambahan (*peripheral*), melainkan sebuah urgensi eksistensial. Kurikulum

PAI harus bertransformasi menjadi lebih diskursif, menjembatani nilai-nilai permanen (*Al-Thawabit*) dengan realitas sosial yang berubah-ubah (*Al-Mutaghayyirat*). Dengan demikian, PAI tidak hanya berfungsi sebagai mata pelajaran hafalan, tetapi sebagai sistem pertahanan mental yang dinamis dalam membentuk identitas muslim milenial yang tangguh menghadapi tantangan era informasi.

A. Pembahasan 2

Temuan penelitian di SMP Negeri 3 Rancaekek memberikan kontribusi penting bagi diskursus mengenai ketahanan digital remaja dalam perspektif pendidikan Islam. Diskusi ini akan mengeksplorasi tiga pilar utama: pergeseran paradigma kontrol diri, peran ekosistem pendidikan, dan urgensi rekontekstualisasi kurikulum PAI.

A. Pergeseran Paradigma Dari Regulasi Eksternal ke Kedaulatan Spiritual

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kontrol diri siswa terhadap media sosial mengalami transisi dari pola restriktif eksternal menuju kedaulatan internal berbasis spiritualitas. Hal ini menjawab keterbatasan teori kontrol diri konvensional yang sering kali hanya bersandar pada kekuatan kognitif individu. Sebagaimana temuan bahwa siswa menerapkan prinsip *muraqabah*, hal ini memperkuat argumen bahwa religiusitas berfungsi sebagai jangkar moral yang lebih stabil daripada sekadar literasi digital teknis. Integrasi antara *Governmentality Foucault* dan *Moral Compass Lickona* dalam temuan ini membuktikan bahwa nilai-nilai PAI mampu menciptakan “polisi internal” dalam diri siswa. Implikasi luasnya adalah pendidikan karakter di era digital tidak boleh hanya fokus pada pelarangan penggunaan gawai, melainkan pada penguatan identitas subjek moral yang merasa diawasi oleh Tuhan (*Transcendental Awareness*).

B. Sinergi Ekosistem Guru sebagai Arsitek Moral Digital

Temuan mengenai peran guru sebagai *uswah hasanah* mengonfirmasi bahwa dalam lingkungan sekolah kualitatif, figur keteladanan jauh lebih efektif dibandingkan instruksi kurikulum formal. Ketika guru mempraktikkan etika digital dan menunjukkan empati spiritual, siswa cenderung melakukan modelling perilaku (sesuai *Social Learning Theory Bandura*). Diskusi aktual mengenai *cyberbullying* dan *hoaks* di sekolah ini menunjukkan bahwa PAI telah bergerak menjadi instrumen “rekonstruksi sosial”. Implikasinya, sekolah harus dipandang sebagai ekosistem literasi agama digital di mana ruang-ruang diskusi informal, seperti kegiatan kerohanian Islam, menjadi laboratorium etika yang lebih relevan bagi siswa dibandingkan pembelajaran satu arah di kelas.

C. Novelty dan Modifikasi Teori Digital Resilience Berbasis SQ

Penelitian ini menawarkan novelty dengan memperkenalkan dimensi Kecerdasan Spiritual (SQ) sebagai katalisator *self control*. Jika Faradilla (2020) menekankan kontrol diri sebagai variabel kunci dalam

mengurangi dependensi internet, temuan ini memodifikasi tesis tersebut dengan menyatakan bahwa kontrol diri tersebut akan mencapai titik optimal jika dipicu oleh kesadaran *tabayyun dan haya'*. Hal ini menolak asumsi bahwa remaja adalah subjek pasif yang niscaya menjadi korban algoritma. Sebaliknya, remaja muslim dengan basis PAI yang kuat memiliki potensi untuk menjadi "subjek otonom" yang mampu melakukan "*Digital Zuhud*" sebuah kemampuan untuk tetap hadir di dunia digital tanpa kehilangan integritas spiritualnya.

D. Keterbatasan dan Arah Penelitian Masa Depan

Meskipun penelitian ini memberikan wawasan mendalam di SMP Negeri 3 Rancaekek, terdapat keterbatasan terkait cakupan subjek yang terbatas pada satu sekolah negeri. Karakteristik kontrol diri mungkin berbeda pada siswa di sekolah swasta atau pesantren dengan regulasi gawai yang lebih ketat. Oleh karena itu, arah penelitian di masa depan perlu mengeksplorasi perbandingan efektivitas internalisasi nilai PAI di berbagai tipologi sekolah. Selain itu, diperlukan penelitian longitudinal untuk melihat apakah transformasi perilaku "*Digital Zuhud*" ini bersifat permanen atau fluktuatif seiring dengan perubahan tren platform media sosial yang semakin kompleks di masa depan.

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa internalisasi nilai-nilai Pendidikan Agama Islam (PAI) di SMP Negeri 3 Rancaekek berperan secara signifikan sebagai instrumen penguatan kontrol diri siswa dalam menghadapi disrupsi media sosial. Secara eksplisit, penelitian ini menemukan bahwa penguatan kontrol diri digital tidak terjadi melalui pendekatan restriktif, melainkan melalui transformasi kesadaran spiritual dari pengawasan eksternal menuju kedaulatan internal berbasis nilai *Muraqabah* (Kesadaran Transendental) dan *Haya'* (Rasa Malu). Temuan ini membuktikan bahwa nilai-nilai PAI yang diinternalisasi melalui keteladanan guru (*Uswah Hasanah*) dan ekosistem sekolah mampu mengubah perilaku impulsif siswa menjadi perilaku yang terencana (*Intentional Behavior*), yang ditandai dengan kemampuan melakukan Digital Zuhud yakni kemampuan membatasi diri dari akses negatif dunia digital secara sukarela demi menjaga integritas spiritual.

Penelitian ini memberikan kontribusi teoretis berupa modifikasi terhadap teori kontrol diri konvensional dengan menyisipkan dimensi Kecerdasan Spiritual (SQ) sebagai katalisator utama ketahanan digital. Secara praktis, keberhasilan internalisasi ini didorong oleh rekontekstualisasi materi PAI yang mendialogkan teks keagamaan dengan problem kontemporer seperti *hoaks dan cyberbullying*. Dengan demikian, PAI di sekolah ini tidak hanya berfungsi sebagai mata pelajaran doktrinal, tetapi telah berevolusi menjadi strategi pertahanan karakter yang membentuk etika digital siswa secara berkelanjutan.

Rekomendasi

1. Guru PAI disarankan untuk terus mengintegrasikan literasi digital ke dalam materi akhlak dan muamalah, serta memperkuat pendekatan dialogis dalam membahas isu-isu siber terkini agar pembelajaran tetap relevan dengan *lebenswelt* (dunia kehidupan) siswa.
2. Sekolah perlu memfasilitasi ruang-ruang diskusi informal dan penguatan kegiatan ekstrakurikuler keagamaan sebagai laboratorium etika digital yang mampu mendukung budaya saling menjaga (*tashiyah*) di antara siswa.
3. Mengingat keterbatasan penelitian ini yang hanya berfokus pada satu sekolah negeri, disarankan bagi peneliti masa depan untuk melakukan studi komparatif di berbagai tipologi institusi pendidikan, seperti pesantren atau sekolah swasta berbasis agama, serta menggunakan pendekatan longitudinal untuk menguji konsistensi perilaku Digital *Zuhud* siswa dalam jangka panjang.

DAFTAR PUSTAKA

- Akram, W., & Kumar, R. (2017). *A study on positive and negative effects of social media on society*. International Journal of Computer Sciences and Engineering, 5(10), 351–354.
<https://doi.org/10.26438/ijcse/v5i10.351354>
- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. (2024). Laporan survei penetrasi internet Indonesia 2023-2024. APJII.
- Bandura, A. (1977). *Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change*. Psychological Review, 84(2), 191–215.
<https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (4th ed.). Sage Publications.
- Faradilla, A. P. (2020). *Hubungan antara self control dengan intensitas penggunaan media sosial pada remaja*. Jurnal Psikologi Terapan dan Pendidikan, 2(1), 12–21.
- Haidt, J. (2012). *The righteous mind: Why good people are divided by politics and religion*. Vintage.
- Hidayat, N., & Casmini, C. (2020). *Strategi guru PAI dalam menanamkan etika bermedia sosial berdasarkan nilai-nilai akhlakul karimah*. Jurnal Pendidikan Agama Islam, 17(2), 155–168.
<https://doi.org/10.14421/jpai.2020.172-04>.
- Kusumastuti, A. D., Martha, A. S. D., & Azizah, N. (2024). *Moderasi beragama di era disrupsi: Peran pendidikan Islam dalam membangun ketahanan karakter siswa*. Jurnal Kajian Islam Kontemporer, 5(1), 45–60.
- Lickona, T. (2012). *Educating for character: How our schools can teach respect and responsibility*. Bantam Books.
- Muna, N., & Azkia, L. (2021). *Efektivitas pembelajaran PAI dalam meningkatkan literasi digital berbasis nilai-nilai Islam*. Jurnal Pendidikan Islam Indonesia, 6(1), 88–101.
<https://doi.org/10.35316/jpii.v6i1.312>.
- Pradana, Y., & Marisa, C. (2019). *Internalization of Islamic values in developing students' digital ethics in the 4.0 industrial revolution era*. Journal of Islamic Education Research, 4(2), 115–128.
- Sari, I. P., & Syam, H. (2022). *Internalisasi nilai-nilai keagamaan dalam mengontrol perilaku menyimpang remaja di media sosial*. Jurnal Al-Hikmah, 20(1), 33–46.
- Sauri, S. (2019). *Pendidikan karakter berbasis nilai-nilai religius*. Refika Aditama.
- Syifa, L., Amir, A. S., & Azizah, N. (2019). *Dampak penggunaan media sosial terhadap gaya hidup siswa*. Jurnal Onoma: Pendidikan, Bahasa, dan Sastra, 5(1), 212–224.

- Ulum, M. S. (2020). Peranan pembimbing agama Islam dalam memberikan motivasi pentingnya belajar Al-Qur'an di Majelis Taklim Bandungan Kampung Sawah Lega Kecamatan Pasirwangi Kabupaten Garut. *Bimbingan Penyuluhan Islam*, 2 (1), 2–14. <https://doi.org/10.15575/bpi.v2i1.8490>
- Zohar, D., & Marshall, I. (2000). *SQ: Spiritual intelligence, the ultimate intelligence*. Bloomsbury Publishing.
- Zulkarnain, Z., & Helmi, J. (2023). *Peran guru PAI sebagai role model dalam membentuk kecerdasan spiritual siswa di era digital*. *Jurnal Pendidikan Islam Al-Ittihad*, 9(2), 140–155.