

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Tinjauan teori tentang Guru Pendidikan Agama islam

1. Pengertian Guru Pendidikan Agama Islam

Sebelum mengenal lebih jauh guru Pendidikan Agama Islam, alangkah baiknya kita mengetahui terlebih dahulu apa pengertian guru itu sendiri. Guru disebut juga pendidik, karena memiliki tugas selain menyampaikan ilmu pengetahuan juga bertugas mendidik dan mengarahkan siswa.

Guru atau pendidik menurut UU No 14 tahun 2005 Pasal (1) disebutkan bahwa guru adalah pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi siswa pada pendidikan anak usia dini jalur pendidikan formal, pendidikan dasar, dan pendidikan menengah.¹

Sesuai dengan UU no 14 tahun 2005 pasal (1), yang dimaksud guru profesional di jalur formal. Sedangkan di sekolah formal ada 2 istilah pelajaran, yaitu pelajaran umum dan pelajaran agama yaitu pendidikan agama islam. Jadi yang dimaksud guru Pendidikan Agama Islam adalah seseorang pendidik yang sudah profesional dalam hal mengajar dan

¹ Zakiah, dkk., *Ilmu Pendidikan ...*, hal. 42.

mendidik siswa di sekolah formal pada mata pelajaran pendidikan agama islam.

2. Kompetensi Guru Pendidikan Agama Islam

Guru sebagai pendidik tidaklah dipandang ringan karena menyangkut aspek kehidupan serta menuntut pertanggungjawaban yang berat. Guru merupakan unsur penting dalam pendidikan yang harus berperan aktif dan menempatkan kedudukannya sebagai guru professional. Oleh karena itu, guru dituntut harus memiliki dasar kompetensi keguruan.

Dalam perspektif kebijakan nasional, pemerintah telah merumuskan empat jenis kompetensi guru dalam Peraturan Pemerintah UU No. 19 Tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan, yaitu: kompetensi pedagogis, kepribadian, sosial, dan professional yang diperoleh melalui pendidikan profesi.

a. Kompetensi Pedagogik

Kemampuan pedagogis adalah kemampuan dalam mengelola pembelajaran siswa yang meliputi: (a) Pemahaman wawasan atau landasan kependidikan; (b) Pemahaman tentang siswa; (c) Pengembangan kurikulum/silabus; (d) Perancangan pembelajaran; (e) Pelaksanaan pembelajaran yang mendidik dan dialogis; (f)

Evaluasi hasil belajar; dan (g) pengembangan siswa untuk mngaktualisasikan berbagai potensi yang dimilikinya.²

Berdasarkan pengertian diatas kemampuan pedagogic adalah kemampuan pendidik yang berkaitan dengan ilmu dan seni mengajar siswa.

b. Kompetensi Kepribadian

Kepribadian terkait dengan moralitas, etika atau akhlak. Guru bukan hanya berilmu, namun juga mempunyai akhlak yang tinggi, sebab guru merupakan teladan bagi para muridnya. Menurut Zakiah Darajat:

“Kepribadian itulah yang akan menentukan apakah ia menjadi pendidik dan pembina yang baik bagi siswa, ataukah akan menjadi perusak atau penghancur bagi hari depan siswa terutama bagi siswa yang masih kecil (tingkat sekolah dasar) dan mereka yang sedang mengalami kegoncangan jiwa (tingkat menengah)”.³

Oleh karena itu, guru harus mampu menata dirinya agar menjadi panutan kapan saja, dimana saja, dan oleh siapa saja, lebih-lebih oleh guru pendidikan agama Islam yang menempatkan diri sebagai pembimbing rohani siswanya yang mengajarkan materi agama Islam, sehingga ada tanggung jawab yang penuh untuk menanamkan nilai-nilai akhlakul karimah yang dilakukan oleh Rasulullah SAW.

² Jejen Musfah, *Peningkatan Kompetensi Guru*, (Jakarta: Kencana,2011), hal. 31.

³ Muhibbin Syah, *Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru*, (Bandung:Remaja Rosda Karya, 2011). hal. 225.

Dimana Rasulullah merupakan suri tauladan bagi umatnya sebagaimana firman Allah SWT dalam surat Al-Ahzab ayat 21:⁴

لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُو اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا.

Artinya: "Sesungguhnya telah ada pada (diri) Rasulullah SAW. itu suri tauladan yang baik bagimu (yaitu) bagi orang-orang yang mengharap (rahmat) Allah dan (kedatangan) hari kiamat dan dia banyak menyebut Allah". (QS. Al-Ahzab:21)

Berdasarkan penjelasan diatas kompetensi kepribadian adalah kemampuan yang berkaitan dengan akhlaq seseorang sehingga mampu melaksanakan perbuatan-perbuatan yang bersifat kognitif, afektif, dan psikomotorik dengan baik.

c. Kompetensi Sosial

Guru, di samping sebagai pendidik ia juga sebagai anggota masyarakat. Kompetensi sosial bagi guru merupakan hal yang harus dimiliki oleh guru dalam interaksinya baik di masyarakat sekolah maupun sosial masyarakat, tidak hanya hubungan pada sesama guru, tetapi juga hubungan pada remaja, dan masyarakat.

d. Kompetensi Profesional

Sikap Guru profesional adalah suatu kepribadian atau respon yang menggambarkan kecenderungan untuk bereaksi sebagai guru yang memiliki kompetensi yang disyaratkan untuk melakukan tugas pendidikan dan pengajaran yang ahli dalam menyampaikannya.

⁴ Al Qur'an, 33:21.

Kompetensi disini meliputi pengetahuan, sikap, dan keterampilan profesional, baik yang bersifat pribadi, soial, dan akademis. Dengan kata lain guru yang professional orang yang memiliki kemampuan dan keahlian khusus dalam bidang keguruan sehingga ia mampu melakukan tugas dan fungsi sebagai guru dengan kemampuan maksimal.

Guru yang profesional akan mampu mengerjakan tugasnya sesuai dengan ketentuan yang telah ditetapkan. Kompetensi utama yang perlu dimiliki guru dalam mengajar minimal adalah kompetensi penguasaan materi pembelajaran, kompetensi pemanfaatan media pembelajaran dan kompetensi penggunaan metode pembelajaran. Jika ketiga hal tersebut telah dikuasai oleh guru maka besar kemungkinan pembelajaran akan berlangsung menarik dan peningkatan belajar remaja akan sesuai dengan yang diharapkan guru.⁵

Sedangkan dalam pendidikan Islam Kompetensi-Kompetensi guru adalah kompetensi personal-religius, social-religius, professional-religius.⁶ Kompetensi guru menurut Islam dengan kompetensi yang tertuang dalam UU No. 14 tahun 2004 Pasal 10 ayat (1) memang agak berbeda. Kata religius selalu dikait-kaikan di setiap kompetensi, karena menunjukkan adanya komitmen guru dengan ajaran Islam sebagai kriteria utama, sehingga

⁵ Zakiah, dkk., *Ilmu Pendidikan ...*, hal. 42-43.

⁶ Abdul Mujib dan Jusuf Mudzakkar, *Ilmu Pendidikan Islam*, (Jakarta: Kencana Permada Media, 2006), hal. 95.

segala permasalahan mengenai pendidikan dihadapi, dipertimbangkan, dan dipecahkan serta ditempatkan dalam perspektif Islam. Jadi, Guru harus berlandaskan ajaran Islam dalam setiap kompetensi yang dimilikinya.

3. Sifat Guru Pendidikan Agama Islam

Seiring berkembangnya pendidikan di Indonesia, Pemerintah memunculkan ketentuan tentang syarat-syarat yang harus dipenuhi untuk menjadi seorang tenaga pendidik profesional. Dengan adanya syarat-syarat tersebut pemerintah Indonesia bertekad untuk meningkatkan mutu pendidikan. Kedudukan guru sebagai tenaga profesional sebagaimana dimaksud dalam Pasal 2 ayat (1) Undang-Undang Nomor 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen, adalah berfungsi untuk meningkatkan martabat dan peran guru sebagai agen pembelajaran untuk meningkatkan mutu pendidikan nasional. Sementara itu, pada Pasal 5 UU No. 14 Tahun 2005 tersebut dinyatakan bahwa kedudukan dosen sebagai tenaga profesional berfungsi untuk meningkatkan martabat dan peran sebagai agen pembelajaran, pengembang IPTEK, serta pengabdian kepada masyarakat.⁷

Adapun beberapa sifat yang harus dimiliki oleh Guru Pendidikan Agama Islam adalah sebagai berikut:

⁷ Abudin Nata, *Ilmu Pendidikan Islam*, (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2010), hal. 165-166.

a. Zuhud

Yakni tidak mengutamakan materi dan mengajar karena mencari keridhaan Allah semata. Seorang guru menduduki tempat yang tinggi dan suci, maka ia harus tahu kewajiban yang sesuai dengan posisinya sebagai guru. Dalam arti mengajar dengan tujuan keridhaan Allah dan kemaslahatan bagi masyarakat bukan untuk tujuan material saja. Sekalipun menerima gaji itu tidak bertentangan dengan maksud mencari keridhaan-Nya tapi hanya sebagai penutup kebutuhan-kebutuhan hidup.

b. Kebersihan Guru

Seorang guru harus bersih tubuhnya, jauh dari dosa besar, sifat riya', dengki, permusuhan, perselisihan, dan lain-lain.

c. Ikhlas dalam pekerjaan

Keikhlasan dan kejujuran seorang guru dalam pekerjaannya merupakan jalan terbaik ke arah suksesnya tugas yang diembannya dan kesuksesan murid-muridnya.

d. Suka pemaaf

Seorang guru harus bersifat pemaaf terhadap muridnya, ia sanggup menahan diri, menahan kemarahan, lapang hati, banyak sabar, dan jangan pemaaf karena sebab-sebab yang kecil serta memiliki kepribadian dan harga diri.

e. Seorang guru merupakan seorang bapak bagi siswanya.

Seorang guru harus mencintai siswanya seperti cintanya terhadap anak-anaknya sendiri dan memikirkan keadaan mereka seperti seperti ia memikirkan keadaan anak-anaknya sendiri.

f. Harus mengetahui tabi'at murid

Guru harus mengetahui tabi'at pembawaan, adat kebiasaan, rasa, dan pemikiran murid agar ia tidak tersesat dalam mendidik anak-anaknya.

g. Harus menguasai mata pelajaran

Seorang guru harus sanggup menguasai mata pelajaran yang diberikannya, serta memperdalam pengetahuannya tentang hal tersebut.⁸

Karena sifat-sifat tersebut mencerminkan pribadi guru yang baik, dimana berperan dalam membentuk pribadi siswa. Maka guru harus benar-benar menjadi contoh baik bagi siswa. Dengan memiliki sifat-sifat guru Pendidikan Agama Islam tersebut, diharapkan dapat dijadikan teladan bagi siswa dalam pergaulan disekolah maupun dimasyarakat.

4. Syarat-Syarat Guru Pendidikan Agama Islam

Adapun syarat-syarat yang harus dimiliki oleh seorang Guru Pendidikan Agama Islam, yaitu:

⁸ Moh. Athiyah al-Abrasyi, *Dasar-Dasar Pokok Pendidikan Islam*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1990), hal. 137-139.

a. Penguasaan Materi Pelajaran

Materi pelajaran merupakan isi pengajaran yang dibawakan untuk mencapai suatu tujuan tertentu. Sulit dibayangkan, bila seorang guru mengajar tanpa menguasai materi pelajaran. Bahkan lebih dari itu, agar dapat mencapai hasil yang lebih baik, guru perlu menguasai bukan hanya sekedar materi tertentu yang merupakan bagian dari suatu mata pelajaran saja tetapi penguasaan yang lebih luas terhadap materi itu sendiri agar dapat mencapai hasil yang lebih baik.

b. Kemampuan Menerapkan Prinsip-Prinsip Psikologi

Mengajar pada intinya bertalian dengan proses mengubah tingkah laku. Agar memperoleh hasil yang diinginkan secara baik perlu menerapkan prinsip-prinsip psikologi, terutama yang berkaitan dengan belajar agar seorang guru dapat mengetahui keadaan siswa.

c. Kemampuan Menyelenggarakan Proses Belajar Mengajar

Kemampuan menyelenggarakan proses belajar mengajar merupakan salah satu persyaratan utama seorang guru dalam mengupayakan hasil yang lebih baik dari pengajaran yang dilaksanakan. Kemampuan ini memerlukan suatu landasan konseptual dan pengalaman praktek. Oleh sebab itu, lembaga-lembaga pendidikan lebih fokus dalam menyiapkan calon guru dengan memberikan bekal-bekal teoritis dan pengalaman praktek kependidikan.

d. Kemampuan Menyesuaikan Diri dengan Berbagai Situasi Baru

Secara formal maupun profesional tugas guru seringkali menghadapi berbagai perubahan yang terjadi di lingkungan tugas profesionalnya. Perubahan pada bidang kurikulum, pembaharuan dalam sistem pengajaran, serta anjuran-anjuran dari atas untuk menerapkan konsep-konsep baru dalam pelaksanaan tugas, seperti CBSA (Cara Belajar Siswa Aktif), sistem belajar tuntas, sistem evaluasi, dan sebagainya seringkali mengejutkan. Hal ini membawa dampak kebingungan para guru dalam melaksanakan tugas.⁹

Dengan syarat-syarat tersebut diharapkan perkembangan pendidikan di Indonesia semakin meningkat, terutama guru Pendidikan Agama Islam lebih profesional lagi dalam mendidik siswanya. Sehingga nantinya berguna untuk bangsa dan Negara.

5. Tugas Guru Pendidikan Agama Islam

Menjadi guru bukanlah hal mudah untuk dilakukan, tidak hanya sebatas menyampaikan materi ilmu pengetahuan akan tetapi lebih dari itu, ia bertanggung jawab akan keseluruhan perkembangan kepribadian murid.

Menurut S. Nasution Sebagaimana diurai Ahmad Barizi. Pertama, guru berperan sebagai orang yang mengomunikasikan pengetahuan. Sebagai konsekuensinya adalah seorang guru tidak boleh berhenti belajar karena

⁹ Muhammad Ali, *Guru Dalam Proses Belajar Mengajar*, (Bandung: Sinar Baru Algesindo, 1996), hal. 7-8.

pengetahuannya akan diberikan kepada siswa. Kedua, guru sebagai model berkaitan dengan bidang studi yang diajarkannya. hal ini khususnya bidang studi agama. Guru yang bersangkutan disarankan mampu memperlihatkan keindahan akhlak dan iman. Ketiga, guru harus menampakkan model sebagai pribadi yang berdisiplin, cermat berpikir, mencintai pelajarannya, penuh idealisme, dan luas dedikasi.¹⁰

Dari berbagai penjelasan diatas mengenai guru PAI secara singkat dapat disimpulkan bahwa tugas guru PAI adalah mendidik muridnya, dengan cara mengajar, membimbing dan dengan cara lainnya, menuju tercapainya perkembangan maksimal sesuai dengan nilai nilai islam.

6. Tanggungjawab Guru Pendidikan Agama Islam

Bagi guru pendidikan agama islam (PAI) tugas seperti yang telah di sampaikan diatas merupakan amanah yang harus diterima guru atas dasar jabatan guru sebagai pendidik. Amanat wajib dilaksanakan dengan penuh tanggungjawab. Hal ini sejalan dengan firman Allah SWT dalam Al-Qur'an surat An-Nisa; (4) : berbunyi:

إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُكُمْ أَنْ تُؤَدُّوا الْأَمَانَاتِ إِلَىٰ أَهْلِهَا وَإِذَا حَكَمْتُمْ بَيْنَ النَّاسِ أَنْ تَحْكُمُوا بِالْعَدْلِ إِنَّ اللَّهَ نِعِمَّا يَعِظُكُمْ بِهِ إِنَّ اللَّهَ كَانَ سَمِيعًا بَصِيرًا

Artinya: “Sesungguhnya Allah menyuruh kamu menyampaikan amanat kepada yang berhak menerimanya, dan (menyuruh kamu) apabila menetapkan hukum di antara manusia supaya kamu menetapkan dengan adil. Sesungguhnya Allah memberi pengajaran yang sebaik-baiknya

¹⁰ Ahmad Barizi, *Menjadi Guru-Guru Unggul*. (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2009), hal. 143-144.

kepadamu. Sesungguhnya Allah adalah Maha mendengar lagi Maha melihat".¹¹

Berdasarkan ayat di atas, mengandung makna bahwa tanggungjawab guru adalah amanah yang harus dilakukan dengan sebaik mungkin, penuh keikhlasan dan mengharapkan ridha Allah SWT. Tanggungjawab guru adalah keyakinannya bahwa segala tindakannya dalam melaksanakan tugas dan kewajiban didasarkan atas pertimbangan professional secara tepat.¹² Profesi guru menuntut tanggungjawab dalam berbagai hal dalam pendidikan. Berikut beberapa tanggungjawab guru, antara lain:

1. Guru harus menuntut murid-murid belajar.
2. Turut serta membina kurikulum sekolah.
3. Melakukan pembinaan terhadap diri siswa (kepribadian, watak, dan jasmaniah).
4. Memberikan bimbingan kepada murid.
5. Melakukan diagnose atas kesulitan-kesulitan belajar dan mengadakan penilaian atas kemajuan belajar.
6. Menyelenggarakan penelitian.
7. Mengenal masyarakat dan ikut serta aktif.

¹¹ Al Qur'an, 4:58.

¹² Hery Noer Aly dan Munzier, *Watak Pendidikan Islam*. (Jakarta: Fransiska Agung, 2000), hal. 197.

8. Menghayati, mengamalkan, dan mengamankan Pancasila.
9. Turut serta membantu terciptanya kesatuan dan persatuan bangsa dan perdamaian dunia.
10. Turut mensukseskan pembangunan.
11. Tanggung jawab meningkatkan peranan profesional guru.¹³

Maka dapat disimpulkan bahwa tanggungjawab guru pendidikan agama Islam merupakan amanah, dan amanah harus diwujudkan dalam upaya mengembangkan profesional yang dimiliki guru.

B. Tinjauan Teori Tentang *Self Control* Remaja

1. Pengertian *Self Control* Remaja

Pada saat usia remaja, individu memerlukan kontrol diri (*self control*) yang baik. Dengan memiliki kontrol diri yang baik remaja dapat mengarahkan, membimbing, memperkirakan dan memprediksi dampak dari perilaku yang mereka perbuat. Kontrol diri (*self control*) didefinisikan sebagai pengaturan proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang, dengan kata lain yaitu proses membentuk dirinya sendiri.¹⁴ Ini sesuai dengan firman Allah SWT dalam surat Al Imron ayat 134 yang berbunyi:

¹³ Moh. Uzer Usman, *Menjadi Guru Profesional*, (Jakarta: Rosdakarya, 2001), hal. 6.

¹⁴ J.F Calhoun dan J.R. Acocella, *Psikologi Penyesuaian dan Hubungan Manusia*, (Terjemahan oleh Satmoko), (Semarang : IKIP Semarang Press, 1990), hal. 158.

الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاطِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ ۗ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ

Artinya: orang-orang yang menafkahkan (hartanya), baik di waktu lapang maupun sempit, dan orang-orang yang menahan amarahnya dan memaafkan (kesalahan) orang. Allah menyukai orang-orang yang berbuat kebajikan. (Q.S. Al Imron:134)¹⁵

Dari penjelasan ayat-ayat Al Qur'an maka seseorang dituntut untuk bisa menahan amarah dan mudah memaafkan kesalahan orang lain. Apabila seseorang sedang marah maka harus bisa menahan dan meredakan amarahnya. Hal ini merupakan *self control* yang baik.

Rasulullah Shallallahu 'alaihi wa sallam mengajarkan apabila seseorang marah hendaklah ia diam, Beliau Shallallahu 'alaihi wa sallam bersabda:

إِذَا غَضِبَ أَحَدُكُمْ فَلْيَسْكُتْ.

Artinya: Apabila seorang dari kalian marah, hendaklah ia diam.¹⁶

Dari penjelasan hadis diatas, maka hal ini juga merupakan contoh mengontrol diri dari amarah, karena jika orang sedang marah maka keluarlah darinya ucapan-ucapan yang kotor, keji, melaknat, mencaci-maki dan lain-lain yang dampak negatifnya besar dan ia akan menyesal karenanya ketika marahnya hilang. Jika ia diam, maka semua keburukan itu hilang darinya.

¹⁵ Al Qur'an, 3:134.

¹⁶ Shahîh. HR Ahmad (I/239, 283, 365), al-Bukhâri dalam al-Adabul Mufrad (no. 245, 1320), al-Bazzar (no. 152- Kasyful Astâr) dari Sahabat Ibnu 'Abbas Radhiyallahu anhuma. Hadits ini dishahîhkan oleh Syaikh al-Albâni dalam Shahîh al-Jâmi'ish-Shaghîr (no. 693) dan Silsilah al-Ahâdîts ash-Shahîhah (no. 1375).

Dalam membentuk dirinya sendiri dibutuhkan kontrol tingkah laku yang baik. kontrol tingkah laku mengandung makna, yaitu melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan untuk bertindak.¹⁷ Dengan adanya pertimbangan-pertimbangan sebelum bertindak, maka individu tersebut mampu mengarahkan dirinya sendiri sesuai dengan yang mereka kehendaki. Dengan demikian, semakin tinggi kendali diri yang dimiliki seseorang, maka semakin intens kontrol terhadap tingkah laku.

Berdasarkan pengertian yang diuraikan diatas, maka kontrol diri (*self control*) remaja adalah kemampuan yang dimiliki remaja dalam mengarahkan tingkah lakunya mendekati tujuan yang diharapkan dengan jalan menunda perilaku yang menghambat pencapaian tujuan yang ditetapkan.

2. Jenis Dan Aspek *Self Control*

Setiap remaja memiliki kemampuan mengontrol diri yang berbeda-beda. Ada remaja yang pandai mengontrol dirinya sendiri, namun ada juga remaja yang kurang pandai dalam mengendalikan diri. Menurut Block dan block kualitas kendali diri dibagi menjadi tiga jenis, yaitu:

- a. *Overcontrol* merupakan kendali diri yang dilakukan oleh individu secara berlebihan yang menyebabkan individu banyak menahan diri dalam bereaksi terhadap stimulus.

¹⁷ M. Nur Ghufon dan Rini Risnawita S, *Teori-teori psikologi*, (Yogyakarta: Arr-Ruzz Media, 2011), hal. 25.

- b. *Undercontrol* merupakan suatu kecenderungan individu untuk melepaskan impuls dengan bebas tanpa perhitungan yang masak.
- c. *Appropriate control* merupakan kendali individu dalam upaya mengendalikan impuls secara tepat.¹⁸

Kemampuan individu dalam mengontrol diri memiliki tiga tingkatan yang berbeda-beda. Individu yang cenderung berlebihan dalam mengontrol diri mereka yang disebut dengan *over control*. Individu yang cenderung melakukan tindakan tanpa berpikir panjang atau melakukan segala tindakan tanpa perhitungan yang matang (*under control*). Sementara individu yang memiliki kontrol diri yang ideal, yaitu individu yang mampu mengontrol tindakan, keinginan atau dorongan yang mereka lakukan melalui proses berpikir secara tepat (*appropriate control*).

Averill mengelompokkan kontrol diri menjadi tiga jenis yaitu, “(1) mengontrol perilaku (*behavior control*), (2) mengontrol kognitif (*cognitive control*), dan (3) mengontrol keputusan (*decision control*).”

1) Kontrol Perilaku (*Behavior Control*)

Kontrol perilaku merupakan kesiapan tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Ada dua jenis control tingkah laku yaitu pertama, mengatur pelaksanaan (*regulated administrasi*), yaitu kemampuan dalam mengatur dan menentukan siapa yang

¹⁸ Zulkarnaen, *Hubungan Kontrol Diri dan Kreativitas Pekerja*, (Laporan Penelitian. Universitas Sumatera Utara, 2002), hal. 10 ([http:// library.usu.ac.id/psiko-zulkarnaen](http://library.usu.ac.id/psiko-zulkarnaen), diakses tanggal 1/10/2017, pukul 11.11 WIB.).

mengendalikan situasi dan keadaan. Kedua, kemampuan memodifikasi stimulus (*stimulus modifiabilty*), yaitu kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan stimulus yang tidak dihendaki terjadi. Langkah yang dapat digunakan dalam menghadapi kejadian yang tidak menyenangkan itu adalah sebagai berikut:¹⁹

- a. Mencegah atau menjauhi stimulus.
- b. Menempatkan tenggang waktu diantara rangkaian stimulus yang sedang berlangsung.
- c. Menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir.
- d. Membatasi intensitas dari stimulus tersebut.

2) Kontrol Kognitif (*Cognitive Control*)

Kontrol kognitif merupakan mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan. Aspek ini terdiri dari dua komponen yaitu, memperoleh informasi dan melakukan penilain. Dengan informasi yang dimiliki oleh individu mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan, individu dapat menganstisipasi keadaan tersebut dengan beberapa pertimbangan. Melakukan penilaian berarti individu berusaha menilai dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subyektif.

¹⁹ M. Nur Ghufon dan Rini Risnawita S., *Teori-teori psikologi ...*, hal. 30.

3) Kontrol Keputusan (*Decisional control*)

Kontrol keputusan merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. Keputusan tindakan yang tidak berdasarkan pertimbangan yang kurang matang akan mengakibatkan kecemasan terhadap individu.²⁰

Kemampuan kontrol diri seseorang meliputi tiga jenis di antaranya kontrol perilaku (*behavior control*) yang menuntut individu untuk mengendalikan diri dalam merespon suatu keadaan tertentu. Kontrol kognitif (*control cognitive*) merupakan kemampuan individu dalam mengendalikan diri untuk mengolah sebuah informasi sebagai media untuk mengurangi tekanan. Mengontrol keputusan (*decisional control*) adalah jenis kontrol diri yang dimiliki seseorang untuk memilih suatu tindakan tertentu yang telah mereka yakini.

Dari uraian-uraian tersebut, maka untuk mengukur *self control* digunakan aspek-aspek sebagai berikut.²¹

1) Kemampuan mengontrol perilaku

Dalam hal ini perilaku sangat penting peranannya sehingga apabila perilaku seseorang tidak terkontrol, maka dapat terjadi perilaku

²⁰ *Ibid*, hal. 29.

²¹ *Ibid*, hal. 31.

penyimpangan, meskipun kemampuan mengontrol perilaku setiap individu berbeda.

2) Kemampuan mengontrol stimulus

Kemampuan mengontrol stimulus juga menjadi salah satu aspek kontrol diri, karena dalam kehidupan seseorang menerima berbagai macam stimulus yang berbeda. Berbagai macam stimulus tersebut individu harus memiliki kemampuan untuk mengontrol stimulus-stimulus tersebut, yaitu dengan cara memilah mana stimulus yang dapat diterima dan mana stimulus yang ditolak.

3) Kemampuan menganstisipasi peristiwa

Individu dalam menghadapi masalah atau suatu peristiwa harus memiliki kemampuan menganstisipasi masalah supaya masalah tersebut tidak semakin besar dan rumit.

4) Kemampuan menafsirkan peristiwa

Individu harus memiliki kemampuan menafsirkan peristiwa, artinya individu harus bisa mengartikan semua peristiwa yang terjadi dalam kehidupannya, sehingga individu dengan mudah menjalani peristiwa tersebut dan dapat memikirkan langkah-langkah selanjutnya.

5) Kemampuan pengambilan keputusan

Dalam suatu masalah pasti ada yang harus diputuskan untuk menyelesaikan masalah tersebut. Setiap individu harus memiliki kemampuan pengambilan keputusan yang baik, dimana keputusan tersebut tidak merugikan diri sendiri maupun orang lain yang ada disekitarnya.

Kesimpulan dari aspek-aspek diatas adalah apabila individu memiliki kemampuan-kemampuan seperti aspek-aspek diatas maka individu tersebut dapat mengontrol dirinya sendiri dengan sebaik mungkin, dan individu akan terhindar dari suatu masalah yang tidak diinginkan.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi *Self Control* Remaja

Siswa yang menginjak usia remaja, yaitu masa peralihan, ketika individu tumbuh dari masa anak-anak menjadi individu yang mempunyai kematangan. Pada masa tersebut, ada dua faktor yang mempengaruhi *Self Control* remaja yaitu:

a) Factor Internal

Factor internal yang ikut andil terhadap control diri adalah usia. Semakin bertambah usia seseorang maka semakin baik pula kemampuan mengontrol diri seseorang.²²

b) Factor Ekternal (Lingkungan)

Ada dua unsur lingkungan yang sangat penting peranannya dalam mempengaruhi perkembangan kontrol diri pada siswa yaitu keluarga dan sekolah. Intervensi yang paling penting dilakukan oleh keluarga atau orang tua adalah memberikan pengalaman kepada siswa dalam berbagai bidang kehidupan, salah satu pada bidang control diri. Karena pada dasarnya anak akan menirukan perilaku orang tuanya, karena itu diusahakan

²²*Ibid*, hal. 31.

orangtua memberikan contoh perilaku yang baik pada anak. Sehingga anak dapat menanamkan sifat-sifat perilaku tersebut kepada dirinya sendiri.

Sedangkan sekolah merupakan lembaga formal yang diberi tanggungjawab untuk meningkatkan perkembangan anak termasuk perkembangan control diri.²³

Berdasarkan paparan diatas dapat disimpulkan bahwa factor yang mempengaruhi *self control* remaja adalah usia dan keluarga. Remaja yang memiliki kemampuan mengontrol diri yang baik, diharapkan mampu memprioritaskan segala sesuatu yang bermanfaat bagi dirinya serta dapat mengontrol diri dan pikirannya supaya tidak melakukan tindakan yang merugikan orang lain.

4. Strategi *Self Control*

Menurut Michele borba, Ed. D ada tiga langkah penting dalam membangun kontrol diri pada anak-anak yaitu:²⁴

- a. Beri contoh kontrol diri dan jadikan hal tersebut sebagai prioritas.
- b. Doronglah agar anak memotivasi diri.
- c. Ajarkan cara mengontrol dorongan agar berpikir sebelum bertindak

Strategi pengendalian diri yang secara konseptual didasarkan pada teori belajar social (*social learning theory*) dari bandura.²⁵ Adalah tehnik

²³ Mohammad Ali dan Mohammad Asrori, *Psikologi Remaja...*, hal. 34-35.

²⁴ Michelle Borba, *Membangun kecerdasan Moral, Tujuh Kebajikan Utama Agar Anak Bermoral Tinggi*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2006), hal. 107.

behavior self-management. Pada tehnik ini, individu belajar membentuk Tingkah laku yang diinginkannya melalui tiga tahap, yaitu tahap *self-observation*, tahap *environmental-observation* dan tahap *behavior Programming*.

a. Tahap *self-Obseration*

Tahap *self-Obseration* adalah tahap ketika individu mengamati tingkah lakunya sendiri.

b. Tahap *environmental-observation*.

Dalam penerapannya, tahap ini dibagi lagi menjadi tiga tahap yaitu:

- 1) *Observe the antecedent*, yaitu tahap pengamatan terhadap penyebab (dapat berupa orang, peristiwa, tempat, dan lain-lain) dari kondisi yang sedang dialami.
- 2) *Observe the coping strategis*, yaitu tahap pengamatan terhadap bagaimana cara orang lain mengatasi kondisi yang sedang dialaminya tersebut.
- 3) *Observe the consequences*, yaitu tahap pengamatan terhadap konsekuensi dari cara yang diterapkan oleh orang lain dalam menghadapi kondisi tersebut.

c. Tahap *Behavior Progamming*.

²⁵ Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, (Malang: Universitas Muhammadiyah, 2007), hal. 347.

Tahap *behavior programming*, yaitu tahap perencanaan perilaku ini dilakukan berdasarkan pengamatan terhadap konsekuensi negative (*punishment*) dan konsekuensi positif (*positif-reinforcement*) yang diterima orang lain dari lingkungannya.²⁶

Berdasarkan penjelasan diatas bahwa strategi *self control* ini dapat membantu mengendalikan perilaku individu khususnya remaja supaya mereka dapat menghindari konsekuensi-konsekuensi negative.

5. Manfaat *Self Control* bagi remaja

Dibalik upaya-upaya untuk mengendalikan diri (*self controlling*) ini khususnya bagi remaja, akan menuai banyak manfaat yang diperoleh. Diantara manfaat bagi remaja yang berhasil mengendalikan diri antara lain:

- 1) Melalui kontrol diri seseorang akan mampu untuk meningkatkan kesabaran. Karena jika kita sedang dalam keadaan marah, kita tidak sabar, tawakal, bersyukur dan lain-lain. Selain itu pengendalian diri juga dapat meningkatkan komunikasi positif dilingkungan masyarakat sehingga di peroleh suasana tenang.
- 2) Akan lebih dapat menimbangkan kecukupan kebutuhan hidup yang sesuai dengan kemampuan diri dan meningkatkan rasa syukur atas nikmat yang diberikan oleh Tuhan kepadanya.

²⁶ Singgih D. Gunawan, *Bunga Rampai Psikologi Perkembangan; Dari Anak Sampai Usia Lanjut*, (Jakarta: Gunung Mulia, 2006), hal. 260.

3) Dapat mengurangi rasa gelisah, cemas, iri, dan tidak puas yang dapat terjadi pada semua tingkatan.²⁷

Berdasarkan manfaat *self control* diatas, kita akan memiliki *Appropriate control* dimana mampu mengendalikan impuls secara tepat, sehingga tidak merasa cemas dan selalu bersyukur kepada Allah SWT apa yang telah diberikan kepada kita.

6. Upaya Guru Pendidikan Agama Islam Dalam Meningkatkan Self Control Aspek *Cognitive Control* Pada Remaja

Cognitive control (kontrol kognitif) adalah mengontrol informasi yang tidak diinginkan dengan menggunakan proses berpikir untuk menghadapi suatu masalah. Proses berpikir disini melibatkan hal-hal yang menyenangkan, netral, atau sesuatu sensasi yang berbeda dengan situasi yang dihadapi.

Oleh karena itu, dalam meningkatkan proses berpikir diperlukan strategi kognitif. Berdasarkan teori kognitif dan pemrosesan informasi, maka terdapat beberapa strategi belajar yang dapat digunakan dan diajarkan, yaitu: Strategi Mengulang (*Rehearsal Strategies*), Strategi Elaborasi (*Elaboration Strategies*), dan Strategi Organisasi (*Organization Strategies*).

²⁷Nuraini, “emosi, marah dan pengendalian diri” dalam <http://nuraini184.wordpress.com/2013/10/15/emosimarrah-dan-pengendalian-diri/.htm> (diakses pada tanggal 25-2-2018, pukul 10.00 WIB)

a. Strategi Mengulang (*Rehearsal Strategies*)

Agar terjadi pembelajaran, pembelajar harus melakukan tindakan pada informasi baru dan menghubungkan informasi baru tersebut dengan pengetahuan awal. Strategi yang digunakan untuk proses pengkodean ini disebut mengulang (*Rehearsal Strategies*). Strategi mengulang terdiri dari strategi mengulang sederhana (*rote rehearsal*) dengan cara mengulang-ulang dan strategi mengulang kompleks dengan cara menggaris bawahi ide-ide utama (*underline*) dan membuat catatan pinggiran (*marginal note*).

Strategi mengulang yang paling sederhana, yaitu sekedar mengulang dengan keras atau dengan pelan informasi yang ingin kita hafal disebut strategi mengulang sederhana (*rote rehearsal*). Namun, seorang pembelajar tidak dapat mengingat seluruh kata atau ide dalam sebuah buku hanya dengan membaca buku itu dengan keras-keras. Untuk itu, diperlukan yang namanya strategi mengulang kompleks dengan cara menggaris bawahi dan membuat catatan pinggir.

1) Menggaris bawahi

Menggaris bawahi membantu siswa belajar lebih banyak dari teks karena beberapa alasan. Pertama, menggaris bawahi secara fisik menemukan ide-ide kunci, oleh karena itu, pengulangan dan hafalan lebih cepat dan lebih efisien. Kedua, proses pemilihan apa yang

digaris bawah membantu dalam menghubungkan informasi dengan pengetahuan yang telah ada.

2) Membuat Catatan Pinggir

Membuat Catatan Pinggir dan catatan lain membantu dalam melengkapi pemberian garis bawah yang sudah dilakukan.

b. Strategi Elaborasi (*Elaboration Strategies*)

Elaborasi merupakan proses penambahan rincian sehingga informasi baru akan menjadi lebih bermakna. Strategi elaborasi membantu pemindahan informasi baru dari memori jangka pendek ke memori jangka panjang dengan menciptakan gabungan dan hubungan antara informasi baru dengan apa yang telah diketahui.

1) Pembuatan Catatan (*Note Taking*)

Sejumlah besar informasi diberikan kepada siswa melalui presentasi dan demonstrasi guru. Pembuatan catatan membantu siswa dalam mempelajari informasi ini secara singkat dan padat menyimpan informasi untuk ulangan dan dihafal kelak.

2) Analogi

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, analogi berarti persamaan atau persesuaian antara dua hal yang berbeda. Dalam bahasa Arab, analogi diartikan sebagai *qasa* yang berarti mengukur atau membandingkan. Jadi, dapat disimpulkan bahwa analogi

merupakan perbandingan yang dibuat untuk menunjukkan kesamaan antara ciri-ciri pokok suatu benda atau ide-ide.

3) Metode *PQ4R*

Metode *PQ4R* digunakan untuk membantu siswa mengingat apa yang mereka baca. P singkatan dari *preview* (membaca selintas dengan cepat), Q adalah *question* (bertanya), dan 4R singkatan dari *read* (membaca), *reflect* (refleksi), *recite* (tanya-jawab sendiri), *review* (mengulang secara menyeluruh). Melakukan *preview* dan mengajukan pertanyaan-pertanyaan sebelum membaca mengaktifkan pengetahuan awal dan mengawali proses pembuatan hubungan antara informasi baru dengan apa yang telah diketahui.

c. Strategi Organisasi (*Organization Strategies*)

Seperti halnya strategi elaborasi, strategi organisasi bertujuan membantu pebelajar meningkatkan kebermaknaan bahan-bahan baru, terutama dilakukan dengan mengenakan struktur-struktur pengorganisasian baru pada bahan-bahan tersebut. *Outlining*, *mapping*, dan *mnemonics* yang meliputi pemotongan, akronim, dan kata terkait merupakan strategi organisasi yang umum.

1) *Outlining*

Dalam *outlining* atau membuat kerangka garis besar, siswa belajar menghubungkan berbagai macam topik atau ide dengan beberapa ide utama. Sama dengan strategi lain, siswa jarang sebagai

pembuat kerangka yang baik pada awalnya, namun mereka dapat belajar menjadi penulis kerangka yang baik apabila diberikan pengajaran tepat dan latihan yang cukup.

2) Pemetaan Konsep (*Mapping Concept*)

Mapping Concept (peta konsep) adalah representasi visual untuk hubungan diantara ide-ide”. Menurut Martin, pemetaan konsep merupakan sebuah terobosan baru yang penting yang dapat membantu anak menghasilkan pembelajaran bermakna yang terjadi di dalam kelas. Peta konsep menyediakan bantuan visual konkret untuk membantu mengorganisasikan informasi sebelum informasi tersebut dipelajari.

3) *Mnemonics*

Mnemonics merupakan strategi untuk membantu menata informasi yang menjangkau ingatan dalam pola-pola yang dikenal, sehingga lebih mudah dicocokkan dengan pola skemata dalam memori jangka panjang. Contoh dari *mnemonics*, yaitu *chunking* (potongan), akronim (singkatan), dan *link-work* (kata berkait).²⁸

²⁸ Andi Ika Prasasti Abrar Dan Mitha Utami Amalia, “Aplikasi Strategi Kognitif Untuk Meningkatkan Kemampuan Siswa Dalam Memahami Materi Pembelajaran Logaritma Di Kelas X Matematika Dan Ilmu Alam (Mia) 5 Sma Negeri 2 Palopo”, Jurnal Matematika Dan Pembelajaran, Volume 5, Nomor 1, Juni 2017, hal. 49-50.

7. Upaya Guru Pendidikan Agama Islam Dalam Meningkatkan *Self Control* Aspek *Desicional Control* Pada Remaja

Mengontrol Keputusan (*Decision control*), merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. G. R. Terry mengemukakan bahwa pengambilan keputusan adalah sebagai pemilihan yang didasarkan kriteria tertentu atas dua atau lebih alternatif yang mungkin.²⁹

Dalam membantu meningkatkan *desicional control* pada remaja maka guru Pendidikan Agama Islam memutuskan menggunakan analisis SWOT. Analisis SWOT merupakan sebuah instrument perencanaan strategis yang klasik. Dengan menggunakan kerangka kerja kekuatan dan kelemahan internal dan kesempatan dan ancaman eksternal, instrument ini memberikan cara sederhana untuk memperkirakan cara terbaik untuk melaksanakan sebuah strategi. Instrument ini menolong para perencana apa yang dicapai dan hal-hal apa saja yang perlu diperhatikan oleh mereka.³⁰

Analisis SWOT bertujuan untuk menemukan aspek-aspek penting dari hal-hal tersebut, kekuatan, kelemahan, peluang dan ancaman. Tujuan pengujian ini adalah untuk memaksimalkan kekuatan, meminimalkan kelemahan, mereduksi ancaman dan membangun peluang. Bermanfaat untuk menganalisis situasi keadaan secara keseluruhan. Dengan analisis SWOT

²⁹ Ibnu Syamsi, *Pengambilan keputusan dan Sistem Informasi*. (Jakarta : Bumi Aksara), hal. 5.

³⁰ Etta Emaculata Hapsari, "Upaya Meningkatkan Kemampuan Pengambilan Keputusan Studi Lanjut Melalui Analisis SWOT Pada Siswa Kelas XI IPA 4 Di SMA Negeri Sleman", E-Journal Bimbingan dan konseling, edisi 10 tahun ke-5, 2016, hal. 4.

diharapkan siswa mampu menyeimbangkan antara kondisi internal yang direfresentasikan oleh kekuatan dan kelemahan dengan kesempatan dan ancaman dari lingkungan eksternal yang ada dengan teliti.³¹

Strengths (kekuatan) merupakan kondisi internal positif yang memberikan keuntungan. Kekuatan dalam individu dapat berupa kemampuan-kemampuan khusus/spesifik, SDM yang menandai, kepemimpinan yang cakap dan lain-lain.

Weaknes (kelemahan) merupakan kondisi internal negative yang dapat merendahkan penilaian terhadap individu, kelemahan dapat berupa rendahnya SDM yang dimiliki, produk yang tidak berkualitas, image yang tidak kuat, kepemimpinan yang buruk dan lain-lain.

Opportunity (peluang) adalah kondisi sekarang atau masa depan yang menguntungkan individu. Opportunity merupakan kondisi eksternal yang dapat memberikan peluang-peluang untuk kemajuan individu seperti adanya peluang kerja, menurunnya pesaing meningkatnya kelulusan siswa .

Threats (tantangan) adalah kondisi eksternal individu, sekarang dan yang akan datang yang tidak menguntungkan. Tantangan ini dapa berupa munculnya pesaing-pesaing baru, penurunan kualitas SDM siswa dan lain-lain.

³¹ *Ibid*, hal. 15.

8. Upaya guru Pendidikan Agama Islam dalam meningkatkan *Self Control* aspek *Behavior Control* pada remaja

Behavior control (kontrol tingkah laku) adalah kemampuan seseorang dalam memodifikasi perilaku untuk menghadapi keadaan yang kurang menyenangkan. Maka diperlukan teknik modifikasi perilaku supaya siswa mampu mengontrol perilakunya saat di sekolah.

Pemilihan teknik modifikasi perilaku menurut Edi Purwanta, bergantung pada jenis perilaku yang akan diubah, tujuan, dan kemampuan pelaksanaannya. Keberhasilan pelaksanaan modifikasi perilaku juga sangat dipengaruhi oleh kemampuan subyek dalam mencerna informasi (kognitif), kompleksitas kendali gerak (pada anak *cerebral palcy*), kepatuhan subyek saat program berlangsung, dan ketahanan subyek dalam melaksanakan program modifikasi perilaku.³²

Adapun perubahan perilaku pada subyek dapat dilakukan melalui beberapa teknik prosedur. Edi Purwanta menjelaskan bahwa teknik prosedur perubahan perilaku di antaranya adalah prosedur peneladanan; tabungan kepingan; pelatihan asertif; prosedur aversif; pelatihan relaksasi; pengelolaan diri; dan pelatihan keterampilan sosial.³³

1. Prosedur Peneladanan

Menurut Bandura, prosedur peneladanan merupakan teknik perubahan perilaku yang dilakukan dengan cara menunjukkan perilaku

³² Edi Purwanta, *Modifikasi Perilaku*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012), hal. 129–188.

³³ *Ibid*, hal. 128-129.

model sebagai perangsang pikiran, sikap atau perilaku agar subyek dapat meniru apa yang dilihat dan diamatinya. Perilaku yang diteladani tidak hanya tindakan, tetapi juga dapat berupa keterampilan, teknik, gaya, ucapan, bahkan sikap, emosi, pikiran, dan peran. Prosedur peneladanan dapat dilakukan melalui dua tahap, yaitu :³⁴

- 1) Tahap pemilihan, yaitu tahap subyek memperoleh dan mempelajari perilaku teladan yang diamati/ yang dicontohkan.
- 2) Tahap pelaksanaan, yaitu tahap subyek melakukan perilaku yang telah dipelajari dari teladan. Pada tahap ini penguhan dapat berperan sebagai upaya peningkatan intensitas perilaku yang diharapkan. Dalam pelaksanaannya prosedur peneladanan memerlukan langkah-langkah dasar, menurut Blackham dan Silberman langkah dasar tersebut adalah sebagai berikut:
 - a) Mengenali dan menentukan garis awal (*baseline*).
 - b) Menentukan prakiraan urutan perilaku dari yang paling sederhana ke yang kompleks.
 - c) Menentukan penguhan yang akan digunakan.
 - d) Melaksanakan rancangan prosedur yang telah dibuat.
 - e) Mengubah jadwal penguhan sebagai cara untuk memastikan perilaku yang dikuasai subyek.

³⁴ *Ibid.*, hal.129-135.

f) Mempertahankan perilaku yang telah terbentuk serta mengeneralisasikan perilaku yang telah dikuasai.

Guru sebagai figur sentral dalam dunia pendidikan, khususnya dalam proses belajar mengajar. Sehubungan dengan ini, setiap guru sangat diharapkan memiliki karakteristik (ciri khas) kepribadian yang ideal sesuai dengan persyaratan yang bersifat psikologis- pedagogis.³⁵

Guru merupakan spiritual father atau bapak rohani bagi siswa. Gurulah yang memberikan santapan jiwa dengan ilmu, pendidikan akhlak dan membenarkannya, maka menghormati guru berarti menghormati siswa kita, menghargai guru berarti memberikan penghargaan terhadap anak-anak kita, dengan guru itulah siswa hidup dan berkembang.³⁶ Untuk itu guru pendidikan Agama Islam dituntut untuk dapat menjadi suri tauladan dan pembimbing bagi siswanya, sehingga dia harus memiliki sikap yang baik dan lemah lembut. Dalam Al-Quran surat Ali Imran ayat 159 Allah SWT berfirman:

فِيمَا رَحْمَةٍ مِنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ ۗ وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانْفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ ۗ فَاعْفُ عَنْهُمْ
وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ ۗ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ ۗ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ

Artinya: Maka disebabkan rahmat dari Allah-lah kamu berlaku lemah lembut terhadap mereka. Sekiranya kamu bersikap keras lagi berhati kasar, tentulah mereka menjauhkan diri dari sekelilingmu. Karena itu maafkanlah mereka, mohonkanlah ampun bagi mereka, dan bermusyawaratlah dengan mereka dalam urusan itu. Kemudian apabila kamu telah membulatkan tekad, maka bertawakkallah kepada

³⁵ Muhibbin Syah, Psikologi Pendidikan Suatu Pendekatan Baru, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 1996), hal. 221.

³⁶ Mohd. Athiyah al Abrasyi, *Dasar-dasar Pokok Pendidikan Islam*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1991), hal. 136.

*Allah. Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertawakkal kepada-Nya.*³⁷

2. Tabungan Kepingan (*Token Economic*)

Tabungan kepingan merupakan prosedur kombinasi untuk meningkatkan, mengajar, mengurangi, dan memelihara perilaku. Teknik pengukuhan tingkah laku ini melalui target yang telah disepakati dengan menggunakan hadiah sebagai simbol penguat bila muncul perilaku yang diharapkan.³⁸

3. Pelatihan Asertif

Menurut Walter pelatihan asertif merupakan prosedur perubahan perilaku yang mengajarkan, membimbing, melatih dan mendorong subyek untuk menyatakan dan berperilaku tegas dalam suatu situasi. Perilaku asertif yang diajarkan berupa asertif penolakan, asertif pujian, dan asertif permintaan. Pelatihan asertivitas dapat dilakukan melalui permainan atau penugasan secara langsung. Ada dua bentuk permainan yang dapat digunakan yaitu bermain pura-pura (*protend play*) dan bermain peran.³⁹

4. Prosedur Aversif

Prosedur aversif menurut Cory merupakan teknik modifikasi perilaku untuk mengurangi atau menghilangkan gangguan perilaku yang

³⁷ Jamali Sahrodi et al, *Membedah Nalar Pendidikan Islam*, (Yogyakarta: Pustaka Rihlah Group, 2005), hal. 19.

³⁸ Edi Purwanta, *Modifikasi...*, hal. 149.

³⁹ *Ibid.*, hal. 165.

spesifik, dengan melibatkan pengasosiasian tingkah laku simtomatik dengan suatu stimulus yang tidak menyenangkan sampai tingkah laku yang tidak diinginkan terhambat kemunculannya. Hal tersebut dapat dilakukan dengan penarikan pengukuhan positif serta penggunaan hukuman atau hadiah yang tidak menyenangkan namun tetap secara etis dan mendidik.⁴⁰

5. Pelatihan Relaksasi

Prosedur relaksasi merupakan teknik modifikasi perilaku untuk mengurangi perasaan cemas dengan melatih subyek untuk bersikap santai dan membuat subyek merasa senang dan nyaman.

6. Pengelolaan Diri

Pengelolaan diri merupakan teknik modifikasi perilaku untuk melatih dan menyadarkan subyak untuk dapat mengarahkan atau mengatur perilaku sendiri. Dalam teknik pengelolaan diri, sasaran perilaku harus dinyatakan dengan jelas serta diperlukan perilaku alternatif sebagai *treatment* yang ditawarkan kepada subyek terlebih dahulu.⁴¹

⁴⁰*Ibid.*, hal. 170.

⁴¹ *Ibid.*, hal. 176.

C. Penelitian Terdahulu

Sebelum adanya penelitian ini, sudah ada penelitian yang dilakukan oleh beberapa peneliti yang membahas tentang *self control*. Diantaranya :

1. Aulia Rahma Widyia (mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, 2015), dengan judul “*Upaya Guru Pendidikan Agama Islam dalam Menerapkan Pendidikan Karakter untuk Meningkatkan Pengendalian Diri Siswa di MAN Gondanglegi Malang*”. Hasil penelitian menunjukkan penerapan pendidikan karakter di MAN Gondanglegi adalah 3 cara, yaitu integrasi ke dalam materi melalui penciptaan pembiasaan dan modeling, integrasi melalui kegiatan ekstrakurikuler. Langkah-langkahnya yaitu pertama kegiatan pendahuluan (apersepsi, pemberian motivasi), kedua kegiatan inti (menjelaskan materi, siswa melakukan diskusi, siswa menyusun laporan hasil diskusi yang kemudian di presentasikan), ketiga kegiatan penutup (membuat kesimpulan, refleksi, dan pemberian tugas). Adapun kegiatan yang menunjang pelaksanaan pendidikan karakter berupa membaca Al Qur’an dan asmaul husna dahulu kemudian membaca do’a bersama, melakukan sholat dhuha, shalat jama’ah dzuhur, kultum setelah sholat dzuhur, melakukan kegiatan pembiasaan berupa istigosah dan sholawat bersama, melakukan kegiatan Peringatan Hari Besar Islam (PHBI). Pemeriksaan tentang tata tertib, adanya kegiatan ekstrakulier pramuka, rebana, qiro’at dan drumband, PMR, olahraga.
2. Ahmad Khoirul Huda (mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, 2016), dengan judul “*Upaya Kepala Sekolah Dalam Peningkatan Self Control*”

Siswa melalui Budaya Religius Di Unit Pelaksana Teknis Daerah Pendidikan SMPN 1 Ngasem Bojonegoro". Hasil penelitian menunjukkan Upaya Kepala Sekolah yang dilakukan adalah membuat program pengembangan diri yang sesuai visi dan misi sekolah. Seperti halnya, program penerapan Budaya religius. Dan program tersebut sudah berjalan dan mampu mengurangi dan merubah sikap-sikap siswa yang sebelum pelaksanaan program tersebut dimana banyak pelanggaran. Hal tersebut dapat diukur dan dilihat melalui adanya pencatatan yang dilakukan oleh guru Bimbingan Konseling.

3. Rendy Tubagus Fadly (mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, 2015), "*Pengaruh Control Diri Terhadap Perilaku Merokok Pada Pengurus Pondok Pesantren Al-Amien Preduan Sumenep-Madura*". Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengurus pondok pesantren Al-Amien Preduan berada pada tingkat sedang. Yakni pengurus cukup dapat mengontrol perilaku yang dihindari, namun jika tidak dilatih secara *continu* tidak menutup kemungkinan adanya penurunan kualitas kontrol diri pengurus. Dan tingkat perilaku merokok pada pengurus pada tingkat sedang. Artinya pengurus rentan atau ada kemungkinan untuk merokok di lingkungan pondok pesantren Al-Amien Preduan.

Tabel 2.1 Perbandingan Penelitian Terdahulu

No.	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Perbedaan	Persamaan
1.	Aulia Rahma	Upaya Guru Pendidikan Agama Islam	a. Lokasi penelitian di MAN Gondanglegi Malang	Dalam penelitian ini sama-sama membahas upaya guru PAI dalam meningkatkan <i>Self</i>

	Widiya	Dalam Menerapkan Pendidikan Karakter untuk Meningkatkan Pengendalian Diri Siswa di MAN Gondanglegi Malang	<p>b. Fokus penelitian</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. bagaimana upaya-upaya guru Pendidikan Agama Islam dalam Menerapkan pendidikan karakter untuk meningkatkan pengendalian diri siswa di MAN Gondanglegi Malang? 2. Apa factor pendukung dan penghambat Guru Pendidikan Agama Islam dalam menerapkan pendidikan karakter untuk meningkatkan pengendalian diri siswa di MAN Gondanglegi Malang? 	<i>Kontrol</i> siswa. Dan juga sama-sama menggunakan pendekatan kualitatif yang berupa deskriptif dan pengembangan teori.
2.	Ahmad Khoirul Huda	Upaya Kepala Sekolah Dalam Peningkatan <i>Self Control</i> Siswa melalui Budaya Religius Di Unit Pelaksana Teknis Daerah Pendidikan SMPN 1 Ngasem Bojonegoro	<p>a. Lokasi penelitian di SMPN 1 Ngasem Bojonegoro</p> <p>b. Fokus penelitian</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Program apa yang diterapkan kepala sekolah guna meningkatkan <i>Self-control</i> siswa di lembaga UPTD Pendidikan SMPN 1 Ngasem Bojonegoro? 2. Bagaimana strategi yang diterapkan dalam pelaksanaan program yang diterapkan oleh kepala sekolah guna meningkatkan <i>Self-control</i> siswa di lembaga UPTD Pendidikan SMPN 1 Ngasem Bojonegoro? 3. Bagaimana dampak dari pelaksanaan Program yang diterapkan oleh kepala sekolah guna meningkatkan <i>Self-control</i> siswa di lembaga UPTD Pendidikan SMPN 1 Ngasem 	Dalam penelitian ini sama-sama membahas peningkatan <i>Self Kontrol</i> siswa. Dan juga sama-sama menggunakan pendekatan kualitatif yang berupa deskriptif dan pengembangan teori.

			Bojonegoro?	
3.	Rendy Tubagus Fadly	Pengaruh Control Diri Terhadap Perilaku Merokok Pada Pengurus Pondok Pesantren Al-Amien Preduan Sumenep-Madura	<p>a. Lokasi penelitian Pondok Pesantren Al-Amien Preduan Sumenep-Madura.</p> <p>b. Tujuan Penelitian</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Bagaimana tingkat kontrol diri Pengurus Pondok Pesantren Al-Amien Preduan Sumenep-Madura? 2. Bagaimana tingkat merokok Pengurus Pondok Pesantren Al-Amien Preduan Sumenep-Madura? 3. Apakah ada pengaruh kontrol diri Terhadap perilaku merokok Pengurus Pondok Pesantren Al-Amien Preduan Sumenep-Madura? <p>c. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah skala, wawancara, observasi dan dokumentasi, menggunakan pendekatan kuantitatif berupa korelasional tanpa menggunakan intervensi.</p>	Dalam penelitian ini sama-sama membahas <i>Self Control</i> .

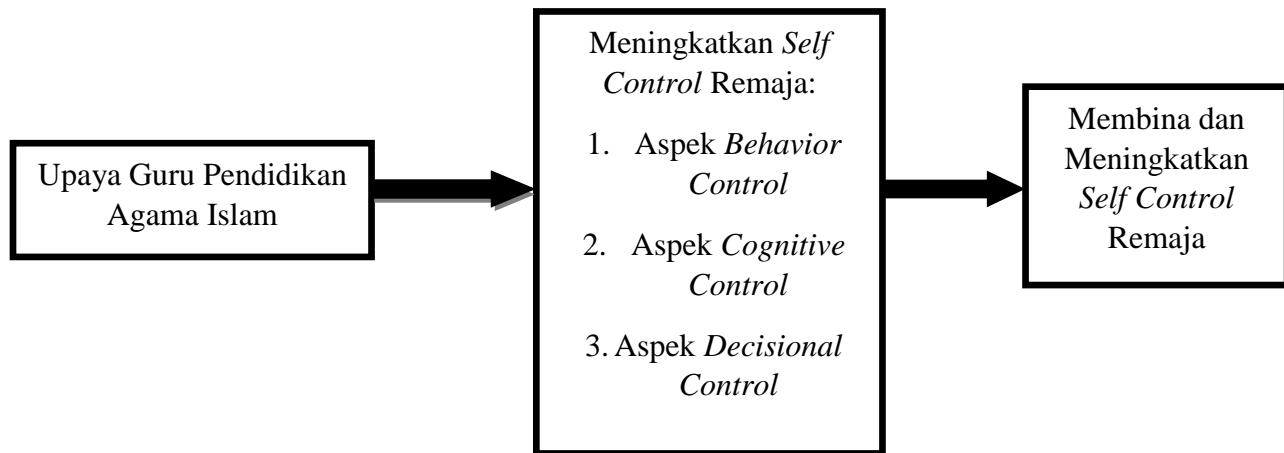
D. Paradigma Penelitian

Paradigma merupakan pola atau model tentang bagaimana sesuatu struktur (bagian dan hubungannya) atau bagaimana bagian-bagian berfungsi (berperilaku yang di dalamnya ada konteks khusus atau dimensi waktu). Harmon mendefinisikan paradigma sebagai cara mendasar untuk mempersepsi, berpikir,

menilai dan melakukan yang berkaitan dengan sesuatu secara khusus tentang visi realitas.⁴²

Dalam penelitian ini, penulis ingin mengetahui tentang upaya guru pendidikan agama islam dalam meningkatkan *self control* remaja di SMK “SORE” Tulungagung. Dalam meningkatkan *self control* remaja ini ada 3 aspek yang diperhatikan yaitu aspek *behavior control*, *cognitive control*, dan *decisional control*.

Adapun untuk lebih jelasnya, paradigma pada penelitian ini akan dikemukakan dengan sebuah gambar sebagai berikut:



Gambar 2.1 Kerangka Berpikir

⁴² Lexy J. Melong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2013), hal. 49.