



PENGELOLAAN *SELF CONTROL* DALAM MENINGKATKAN RELIGIUSITAS SISWA DI SEKOLAH MENENGAH ATAS ISLAM AL-MA'ARIF SINGOSARI

Achmad Maulana Afwin¹, Atika Zuhrotus Sufiyana², Dian Mohammad Hakim³

Pendidikan Agama Islam, Fakultas Agama Islam, Universitas Islam Malang

e-mail: 21901011061@unisma.ac.id, atika.zuhrotus@unisma.ac.id,

dian.mohammad@unisma.ac.id

Abstract

This study aims to explore the management of self-control in increasing the religiosity of students at SMA Islam Al-Ma'arif Singosari. Religiosity is an important aspect of students' lives, because it can help shape their character, moral values, and spiritual relationships. However, challenges in maintaining consistency in religious practices and dealing with negative temptations can affect students' level of religiosity. Therefore, at Al-Ma'arif Islamic High School, it manages student self-control through various activity programs. This study uses a qualitative approach with a case study type of research. Researchers obtained the data by conducting observations, interviews, and documentation at Al-Ma'arif Singosari Islamic High School. Then the researchers used data analysis methods by collecting data, condensing data, presenting data, and drawing conclusions. The results of this study are aspects of self-control possessed by students at SMA Islam Al-Ma'arif Singosari including: aspects of discipline, aspects of healthy habits, aspects of work ethics, and aspects of reliability. The school's efforts to manage students' self-control through various program activities, namely through the application of exemplary, self-development and coaching as well as religious activities. The implications of managing self-control in increasing the religiosity of students at Al-Ma'arif Singosari High School are increasing moral values, self-discipline, and the ability of students to control themselves and be responsible and have good social attitudes

Key Word: *Self Control, Religiosity*

A. Pendahuluan

Mayoritas masyarakat Indonesia adalah pemeluk agama Islam, dan mereka dikenal sebagai masyarakat yang sangat religius. Masyarakat ini terus berpegang pada nilai-nilai religiusitas dan moralitas dalam sikap, tingkah laku, dan kehidupan mereka secara umum. Religiusitas dapat diartikan sebagai sikap keagamaan yang terinternalisasi dalam diri seseorang. Ini mencerminkan komitmen individu terhadap agama atau kepercayaan yang dianutnya, yang dapat terlihat dari aktivitas dan perilaku mereka terhadap agama tersebut. Menurut pandangan Glock dan Stark, religiusitas adalah fenomena yang berkembang dalam diri manusia. Artinya, seseorang dapat memiliki tingkat religiusitas yang tinggi, menunjukkan

perkembangan yang baik, atau tingkat religiusitas yang rendah, menunjukkan perkembangan yang kurang baik (Fridayanti, 2015).

Religiusitas juga dipengaruhi oleh faktor-faktor sosial dan psikologis baik dari dalam maupun luar diri individu. Faktor internal adalah faktor-faktor yang berasal dari dalam diri individu, sementara faktor eksternal dipengaruhi oleh dorongan, pendidikan, atau lingkungan sekitarnya. Contohnya, tingkat religiusitas seseorang dapat berubah setelah berinteraksi dengan lingkungan luar. Pengetahuan yang diperoleh dari lingkungan tersebut dapat mempengaruhi perubahan perilaku, termasuk dalam praktik keagamaan yang semakin baik. Namun, lingkungan luar yang kurang mendukung juga dapat menyebabkan penurunan tingkat religiusitas seseorang. Oleh karena itu, faktor-faktor eksternal dapat memainkan peran penting dalam membentuk dan memengaruhi tingkat religiusitas individu dalam masyarakat Indonesia.

Terdapat beberapa fenomena kenakalan remaja yang terjadi pada tahun 2023, seperti kasus kehamilan di luar nikah yang melibatkan ratusan siswi di Ponorogo, pembunuhan anak kecil untuk tujuan perdagangan organ, dan tawuran remaja menjelang buka puasa Ramadhan. Dari fenomena-fenomena ini, dapat diasumsikan bahwa remaja dengan tingkat religiusitas rendah cenderung memiliki tingkat kenakalan yang tinggi, sedangkan remaja dengan tingkat religiusitas tinggi cenderung memiliki tingkat kenakalan yang rendah. Asumsi ini didasarkan pada pandangan Mahoney dan Thoresen, yang menyatakan bahwa agama mendorong individu untuk berperilaku baik dan bertanggung jawab atas tindakan mereka. Agama juga mendorong individu untuk berlomba-lomba dalam melakukan kebajikan. Jensen Kenakalan remaja dapat dibagi menjadi empat bentuk utama. Pertama, adalah kenakalan yang menyebabkan luka fisik pada orang lain, seperti perkelahian dan perampokan. Bentuk ini melibatkan kekerasan dan dapat menyebabkan luka atau bahkan kematian pada korban. Kedua, ada serangan yang menyebabkan kerugian material pada orang lain, seperti perusakan, pencurian, dan pemerasan. Tindakan-tindakan ini bertujuan untuk mendapatkan keuntungan pribadi dengan merugikan orang lain secara finansial. Ketiga, adanya kenakalan yang tidak melibatkan korban dari pihak orang lain, tetapi masih membahayakan bagi individu yang terlibat, seperti penyerangan obat-obatan terlarang dan hubungan seks bebas. Meskipun tidak ada orang lain yang langsung menjadi korban, tindakan-tindakan ini dapat berdampak negatif jangka panjang pada kesehatan dan kesejahteraan remaja yang terlibat. Terakhir, bentuk kenakalan lain adalah ketidakpatuhan terhadap norma dan aturan yang ada, seperti membolos sekolah. Kenakalan ini lebih bersifat melawan status quo dan dapat mencerminkan sikap bermasalah terhadap institusi atau otoritas.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kenakalan remaja sangat beragam, menurut Santrock (2003), termasuk identitas, faktor kontrol diri, usia, jenis kelamin, harapan terhadap pendidikan dan nilai-nilai di sekolah, proses keluarga, pengaruh orang tua, pengaruh teman sebaya, serta kualitas lingkungan sekitar tempat tinggal. Banyak faktor yang dapat menyebabkan perilaku kenakalan pada remaja. Salah satu penyebab munculnya remaja yang dikemukakan oleh Santrock (2003) adalah kegagalan remaja dalam mengembangkan kontrol diri yang memadai terkait tingkah laku mereka. Beberapa remaja gagal mengembangkan kemampuan kontrol diri yang penting selama proses pertumbuhan mereka. Meskipun mereka telah mempelajari perbedaan antara tingkah laku yang diterima dan yang tidak diterima, remaja yang terlibat dalam kenakalan seringkali tidak mengakui perbedaan tersebut. Mereka mungkin tidak mampu membedakan tingkah laku yang dapat diterima dan yang tidak, atau mungkin sebenarnya mereka menyadari perbedaan tersebut tetapi tidak berhasil mengembangkan kemampuan kontrol diri yang memadai.

Menurut Tangney et al. (2004), salah satu komponen utama dari pengendalian diri adalah kemampuan seseorang untuk mengesampingkan atau mengubah respon internal, serta mampu menahan diri dari perilaku yang tidak diinginkan. Pengendalian diri melibatkan kemampuan untuk beradaptasi dan berubah baik dalam hubungan dengan diri sendiri maupun dengan orang lain.

Pada masa remaja, ketika tingkat keimanan masih dalam proses pembentukan, mereka cenderung rentan terhadap konflik batin saat menghadapi lingkungan yang menawarkan berbagai hal yang menarik. Agama memainkan peran penting dalam kehidupan seseorang. Ketika keyakinan agama telah menjadi bagian integral dari kepribadian seseorang, keyakinan tersebut akan mengawasi tindakan, kata-kata, dan perasaannya. Meskipun pada masa kanak-kanak mereka telah mengajarkan agama oleh orang tua, namun pada masa remaja mereka mengalami perkembangan kognitif yang lebih maju, sehingga mereka mungkin akan meluruskan kebenaran dari keyakinan agama mereka sendiri (Seifert dan Hoffnung, 2010).

Moralitas pada remaja tercermin dalam pola pikir, sikap, dan tindakan mereka terhadap hubungan dengan sesama manusia. Tingkat religiusitas yang tinggi pada remaja biasanya diikuti oleh tingkat moralitas yang tinggi pula. Pemikiran yang berkaitan dengan agama memiliki korelasi positif dengan kesejahteraan mental. Agama mengajarkan individu untuk menjadi lebih baik, sehingga melalui religiusitas, seseorang akan cenderung menghindari perilaku yang tidak baik. Kontrol diri juga memainkan peran penting dalam hal ini. Individu yang memiliki kontrol diri yang baik akan lebih mampu menentukan perilaku yang harus

dijalankan dan yang harus dihindari. Mereka dapat membedakan antara perilaku yang positif dan negatif. Dengan adanya kontrol diri yang kuat, individu mampu melindungi diri mereka dari dampak negatif dan cenderung menghindari perilaku penyimpangan. Dengan demikian, tingkat religiusitas dan kontrol diri yang baik pada remaja dapat berperan sebagai benteng yang melindungi mereka dari perilaku negatif dan penyimpangan. Melalui pendekatan ini, diharapkan remaja dapat mengembangkan moralitas yang tinggi dan menghindari perilaku yang merugikan diri mereka sendiri dan orang lain.

B. Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Pendekatan kualitatif dalam penelitian ini mengacu pada tradisi tertentu dalam ilmu pengetahuan sosial yang bergantung pada pengamatan langsung terhadap objek penelitian dalam lingkungan penelitian yang relevan. Kirk dan Miller (1986) mendefinisikan kualitatif penelitian sebagai suatu pendekatan yang sangat bergantung pada pengamatan langsung terhadap objek penelitian. Selain itu, jenis penelitian yang digunakan dalam studi ini adalah studi kasus. Studi kasus melibatkan penelitian yang dilakukan terhadap suatu “kesatuan sistem” tertentu. Kesatuan sistem ini dapat berupa program, kegiatan, peristiwa, atau sekelompok individu yang terikat oleh tempat, waktu, atau ikatan lainnya. Dalam penelitian ini, tujuan utamanya adalah mengumpulkan data, mengungkapkannya, dan memperoleh pemahaman yang mendalam tentang kasus yang diteliti.

Dalam penelitian ini data dikumpulkan dengan menggunakan berbagai teknik, antara lain observasi, wawancara, dan dokumentasi. Teknik pengumpulan data ini biasanya digunakan oleh peneliti kualitatif untuk mengumpulkan informasi dan mendapatkan wawasan tentang topik penelitian. Menurut Catherine Marshall dan Gretchen B. Rossman (2014), observasi langsung, wawancara mendalam, dan telaah dokumen merupakan metode dasar yang digunakan dalam penelitian kualitatif untuk pengumpulan data.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis data induktif. Analisis data induktif melibatkan penarikan kesimpulan yang melampaui fakta spesifik dan bergerak menuju kesimpulan umum. Proses analisis data mengikuti beberapa langkah, antara lain pengumpulan data, pemadatan data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Langkah-langkah tersebut terjadi secara sirkular selama proses penelitian, seperti yang dijelaskan oleh Miles (2014). Dengan memanfaatkan teknik pengumpulan data tersebut dan menggunakan analisis data induktif, penelitian ini bertujuan untuk mengumpulkan dan menganalisis informasi yang relevan secara sistematis untuk mengungkap pola, tema, dan wawasan yang terkait

dengan topik penelitian. Pendekatan komprehensif ini memungkinkan pemeriksaan data yang ketat dan berkontribusi pada pemahaman yang lebih kuat tentang fenomena yang sedang diselidiki.

C. Hasil dan Pembahasan

1. Aspek-Aspek *Self Control* yang Dimiliki Siswa di SMA Islam Al-Ma'arif Singosari

Menurut Baumeister (2018) aspek pengendalian diri atau pengendalian diri merujuk pada kemampuan individu untuk mengatur, mengendalikan, dan mengarahkan perilaku, emosi, dan pikiran mereka sesuai dengan tujuan jangka panjang. dari penjelasan yang diungkapkan Baumeister memberikan definisi yang jelas dan komprehensif mengenai aspek pengendalian diri, yaitu kemampuan Individu untuk mengatur, mengendalikan, dan mengarahkan perilaku, emosi, dan pikiran mereka sesuai dengan tujuan jangka panjang. Definisi ini menekankan pentingnya pengendalian diri dalam mencapai tujuan yang lebih besar dan menggambarkan kerumitan yang terlibat dalam proses tersebut.

Sedangkan menurut Walter Mischel aspek-aspek *self control* merujuk pada dimensi-dimensi yang terkait dengan kemampuan individu untuk mengendalikan diri dalam mengatur perilaku, emosi, dan keputusan. Hal tersebut melibatkan berbagai elemen yang saling terkait dan saling memengaruhi. Aspek-aspek *self control* mencakup kemampuan menahan diri dari tindakan impulsif, mengendalikan emosi, mengatur perilaku, menunda gratifikasi, dan berpikir sebelum bertindak. (Mischel, 2019)

SMAl memiliki peran penting dalam membentuk aspek kontrol diri siswa. Dengan memberikan arahan, pendampingan, dan teladan yang baik, SMA Islam Al-Ma'arif Singosari membantu siswa-siswinya untuk memahami pentingnya pengendalian diri dan melaksanakannya dalam kehidupan sehari-hari. Ketika siswa memiliki *self control* yang baik, mereka mampu mengendalikan dorongan instan dan mampu menjaga fokus pada tujuan jangka panjang. Mereka dapat mengelola emosi dengan baik, membuat keputusan yang bijaksana, dan memiliki kesadaran diri yang tinggi. Dalam hal pengembangan diri, pengelolaan *self control* di SMAl juga sangat penting dalam mengembangkan aspek-aspek *self control* siswa, sehingga siswa dapat memperkuat kemampuan mereka dalam mengendalikan diri, dapat berperilaku profesional dalam bidangnya, bertanggungjawab dalam mengemban tugas dan amanah, serta menjalani kehidupan yang seimbang.

2. Pengelolaan *Self Control* Siswa di SMA Islam Al-Ma'arif Singosari

Menurut Friese pengelolaan *selfcontrol* merujuk pada kemampuan individu untuk meingatur dan mengendalikan diri mereka sendiri dalam menghadapi godaan, mengelola emosi, mengontrol perilaku impulsif, dan membuat keputusan yang bijaksana. Ini melibatkan proses kesadaran, pengendalian diri, dan pengaturan yang bertujuan untuk mencapai tujuan jangka panjang dan menjaga keseimbangan dalam berbagai aspek kehidupan. (Friese, 2017)

Sedangkan menurut Ricard M. Ryan pengelolaan *self control* juga melibatkan pengaturan lingkungan dan situasi agar sesuai dengan tujuan dan nilai-nilai yang diinginkan. Misalnya, individu dapat menghindari situasi yang memicu perilaku impulsif atau menjalankan rutinitas yang mendukung kesehatan fisik dan mental. Penting untuk diingat bahwa pengelolaan *self control* adalah proses yang terus-menerus dan dapat dikembangkan. Individu dapat belajar dan melatih diri mereka sendiri untuk meningkatkan *self control* melalui pembiasaan, refleksi, dan pengalaman hidup. Dengan pengelolaan *self control* yang efektif, individu dapat mencapai kesuksesan dalam berbagai aspek kehidupan, menjaga keseimbangan, dan menghadapi tantangan dengan lebih baik. (Ryan, 2006)

SMAI Al-Ma'arif Singosari berkomitmen untuk membina dan mengembangkan pengendalian diri di kalangan siswanya guna menanamkan perilaku keagamaan secara efektif di dalam dan di luar lingkungan sekolah. Mengingat semakin banyaknya perilaku remaja yang tidak menjunjung tinggi nilai moral dan perilaku yang baik akhir-akhir ini, penerapan sistem manajemen pengendalian diri menjadi sangat penting untuk membentuk dan menghasilkan individu yang berkualitas dan bertakwa. Program dan kegiatan sekolah dirancang berdasarkan visi, misi, dan tujuan sekolah. Sebagai lembaga yang terorganisir, sekolah memiliki tanggung jawab untuk mengupayakan dan membentuk perilaku siswanya, yang bertujuan untuk pengembangan holistik mereka, tidak hanya secara intelektual tetapi juga spiritual. Mengelola pengendalian diri siswa tidak bisa hanya mengandalkan mata pelajaran tertentu seperti pendidikan agama Islam, tetapi harus diintegrasikan ke dalam semua mata pelajaran yang diajarkan di sekolah melalui penggabungan pendidikan moral. Di SMAI Al-Ma'arif terdapat berbagai program yang mendukung penanaman pengendalian diri siswa yang baik, melalui: 1) Menerapkan keteladanan 2) Kegiatan pengembangan diri dan pemiinaan melalui kegiatan ekstrakurikuler dan pembinaan baca qur'an serta SKU (syarat kecakapan ubudiyah), 3) Adanya kegiatan keagamaan dengan melaksanakan doa sebelum melaksanakan kegiatan pembelajaran, rutinan sholat dhuha dan dhuhur

berjama'ah, pembinaan baca qur'an yang intensif serta adanya kegiatan peringatan hari besar Islam

Pengelolaan *self control* yang baik dapat memberikan manfaat yang signifikan terhadap tingkat religiusitas siswa. Salah satu manfaat utama adalah meningkatnya kepatuhan siswa terhadap ajaran agama. Dengan mengelola *self control*, siswa dapat mengendalikan keinginan dan dorongan yang bertentangan dengan nilai-nilai agama, mereka menjadi lebih mampu menjalankan kewajiban agama, seperti melaksanakan ibadah secara teratur dan mempraktikkan ajaran agama dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, pengelolaan *self control* juga memberikan dampak positif pada keteguhan dalam beribadah. Siswa yang memiliki *self control* yang baik dapat menghadapi tantangan dan godaan yang mungkin menghalangi ketekunan mereka dalam beribadah. Mereka dapat mempertahankan disiplin dalam menjalankan ritual keagamaan, seperti shalat, puasa, atau ibadah lainnya, meskipun menghadapi godaan untuk mengabaikannya. (Frieze, 2017)

Dalam upaya sekolah untuk mengelola *self control* siswa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kontrol diri siswa, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang mempengaruhi kontrol diri siswa yaitu kemampuan individu untuk disiplin dalam belajar dan memiliki kesadaran diri atau kemampuan untuk memahami diri sendiri yang dapat membantu meningkatkan kemampuan *self control* siswa. Sedangkan faktor eksternal yang mempengaruhi kontrol diri siswa, yaitu lingkungan keluarga terutama orangtua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seorang anak mulai sejak dini, Guru dan sekolah dapat mempengaruhi kemampuan *self control* siswa seperti melalui program-program pengembangan diri atau disiplin yang diterapkan di sekolah, teman sebaya juga dapat mempengaruhi kemampuan *self control* siswa seperti tekanan teman sebaya yang negatif atau merugikan diri sendiri atau orang lain.

Menurut Walter Mischel (2019) terdapat faktor yang mempengaruhi pengendalian diri individu seseorang, sebagai berikut:

a. Faktor Internal:

- 1) Kemampuan Kognitif: Kemampuan kognitif individu, seperti kemampuan pemecahan masalah, pengambilan keputusan, dan pengendalian impuls, dapat memengaruhi pengendalian diri.
- 2) Regulasi Emosi: Kemampuan individu untuk mengelola emosi mereka, termasuk mengenali dan mengatur emosi yang muncul, dapat mempengaruhi pengendalian diri.

- 3) Ketahanan Psikologis: Kemampuan individu untuk mengatasi tekanan, frustrasi, dan tantangan psikologis dapat memengaruhi pengendalian diri.

b. Faktor Eksternal:

- 1) Dukungan Sosial: Dukungan dan pengaruh dari lingkungan sosial, termasuk keluarga, teman, dan komunitas, dapat mempengaruhi pengendalian diri.
- 2) Norma Sosial: Standar dan ekspektasi yang ditetapkan oleh masyarakat atau kelompok sosial tertentu dapat mempengaruhi pengendalian diri individu.
- 3) Sumber Daya: Faktor-faktor eksternal seperti akses terhadap pendidikan, keterampilan, pekerjaan, lingkungan fisik, dan dukungan ekonomi juga dapat mempengaruhi pengendalian diri.

Berdasarkan pembahasan diatas dapat dilihat bahwa selain dari kemampuan siswa dalam mengendalikan diri, siswa juga sangat membutuhkan motivasi atau dorongan dari lingkungan, yang dimana di lingkungan sekolah guru dan teman sangat berpengaruh dalam pengelolaan *self control* individu siswa. Hal tersebut bertujuan agar siswa dapat meningkatkan kemampuan dalam mengontrol diri, baik dalam perilaku, emosi, maupun pikiran, dan meningkatkan kedisiplinan belajar siswa, sehingga siswa dapat mengatur waktu belajar, menghindari gangguan, dan memotivasi diri sendiri untuk mencegah perilaku kenakalan remaja, seperti penyalahgunaan zat, tawuran, dan tindakan kriminal lainnya serta meningkatkan kemampuan sosialisasi siswa, sehingga siswa dapat berkomunikasi dengan baik dan membangun hubungan yang sehat dengan orang lain.

3. Implikasi Pengelolaan *Self Control* dalam Meningkatkan Religiusitas Siswa di SMA Islam Al-Ma'arif Singosari

Orientasi peran seorang guru dalam mengelola kontrol diri yang baik pada peserta didik dapat mengalami perubahan yang signifikan melalui penerapan berbagai metode dalam pembelajaran, program kegiatan ataupun ragam budaya yang sudah ada di SMAI Al-Ma'arif Singosari. Gordon W. Allport dan J. Michael Ross menyampaikan beberapa implikasi pengelolaan self control dalam meningkatkan religiusitas, yaitu menyatakan bahwa pengelolaan self-control dapat membantu individu menjaga komitmen mereka terhadap praktik keagamaan. Dengan mengendalikan diri terhadap godaan dan dorongan negatif, individu lebih mampu mengikuti ajaran dan prinsip agama mereka dengan konsisten. Selain itu individu yang mampu mengendalikan dorongan negatif dan bertindak sesuai dengan nilai-nilai agama memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk mempraktikkan moralitas yang tinggi dalam kehidupan sehari-hari (Fridayanti, 2015)

Implikasi dari pengelolaan *self control* dalam meningkatkan religiusitas siswa di SMAI Singosari diantaranya: meningkatkan nilai-nilai moral, disiplin diri, dan kemampuan siswa untuk mengendalikan diri serta bertanggung jawab dan memiliki sikap sosial yang baik. Hal tersebut tercermin dari semangat siswa dalam beribadah seperti saat tiba waktu sholat duhur berjama'ah para siswa segera bersiap-siap menuju ke masjid untuk sholat duhur berjama'ah, selalu aktif dalam kegiatan keagamaan yang diselenggarakan di SMAI Al-Ma'arif Singosari, sopan santun terhadap guru dan temannya, berpartisipasi secara aktif dalam diskusi dikelas, menjaga kebersihan sekolah serta senantiasa patuh dan amanah dalam menaati peraturan yang ada di sekolah

Baumeister menjelaskan bahwa pengendalian diri memainkan peran penting dalam mengatasi godaan dan hambatan yang dapat menghalangi praktik keagamaan. Dengan mengendalikan dorongan negatif dan mengatasi rintangan dalam menjalankan tugas-tugas agama, individu dapat meningkatkan keterlibatan dan konsistensi dalam praktik keagamaan mereka. Selain itu menurut Baumeister juga menjelaskan bahwa pengelolaan *self-control* dapat memperkuat kontribusi sosial individu dalam komunitas keagamaan. Kemampuan untuk mengendalikan perilaku impulsif, mengatasi ketegangan interpersonal, dan mengelola konflik dapat membantu individu berinteraksi dengan lebih baik dalam konteks keagamaan, memperkuat hubungan sosial dan memberikan kontribusi positif kepada lingkungan. (Baumeister, 2018)

Di Lembaga pendidikan SMA Islam Al-Ma'arif Singosari, pengelolaan *self control* yang terintegrasi dengan nilai-nilai agama memberikan implikasi positif terhadap tingkat religiusitas siswa. Melalui pembinaan *self control* yang berfokus pada aspek religiusitas, siswa diberdayakan untuk mengembangkan komitmen yang kuat terhadap praktik agama, memperkuat nilai-nilai keagamaan dalam kehidupan mereka, serta menginternalisasi ajaran agama ke dalam kehidupan sehari-hari. Hal tersebut berdampak positif pada pembentukan karakter siswa yang religius, beretika, dan memiliki kesadaran moral yang tinggi.

D. Simpulan

Berdasarkan penjelasan mengenai Pengelolaan *Self Control* dalam Meningkatkan Religiusitas Siswa di SMA Islam Al-Ma'arif Singosari, maka dapat disimpulkan bahwa, aspek *self-control* yang dimiliki siswa di SMA Islam Al-Ma'arif Singosari diantaranya yaitu aspek disiplin, kebiasaan sehat, etika kerja dan keandalan.

SMA Islam Al-Ma'arif Singosari juga memiliki program kegiatan untuk mengelola *self control* siswa, diantaranya: 1) menerapkan keteladanan yang dimana

guru memberikan contoh yang baik agar peserta didik meniru perbuatan baik tersebut 2) kegiatan pengembangan diri dan pembinaan yang dimana kegiatan tersebut dilaksanakan berupa kegiatan ekstrakurikuler dan pembinaan baca Qur'an dan SKU 3) adanya kegiatan keagamaan yang meliputi berdo'a sebelum memulai kegiatan pembelajaran, rutinan sholat dhuha dan dhuhur berjamaah, pembinaan baca qur'an yang intensif serta adanya PHBI (Peringatan Hari Besar Islam) yang dilaksanakan satu tahun sekali dengan melaksanakan istighotsah dan peringatan hari besar lainnya

Implikasi dari pengelolaan *self control* dalam meningkatkan religiusitas siswa di SMA Islam Al-Ma'arif Slingosari diantaranya: meningkatkan nilai-nilai moral, disiplin diri, dan kemampuan siswa untuk mengendalikan diri serta bertanggung jawab dan memiliki sikap sosial yang baik. Hal tersebut tercermin dari semangat siswa dalam beribadah seperti saat tiba waktu solat duhur berjama'ah para siswa segera bersiap-siap menuju ke masjid untuk solat dhuhur berjama'ah, selalu aktif dalam kegiatan keagamaan yang diselenggarakan di SMA Islam Al-Ma'arif Singosari, sopan santun terhadap guru dan temannya, berpartisipasi secara aktif dalam diskusi dikelas, menjaga kebersihan sekolah serta senantiasa patuh dan amanah dalam menaati peraturan yang ada di sekolah

Daftar Rujukan

- Baumeister, R. (2018). *Self-regulation and self-control: Selected works of Roy F. Baumeister*. Routledge.
- Fridayanti, F. (2015). Religiusitas, Spiritualitas Dalam Kajian Psikologi dan Urgensi Perumusan Religiusitas Islam. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(2), 199-208.
- Friese, M., Frankenbach, J., Pekerjaan, V., & Loschelder, DD (2017). Apakah pelatihan pengendalian diri meningkatkan pengendalian diri? Sebuah meta-analisis. *Perspektif Ilmu Psikologi*, 12 (6), 1077-1099.
- Hoffnung, M., Hoffnung, R. J., Seifert, K. L., Burton Smith, R., dan Hine, A. (2010). *Childhood*.
- Kirk, J., Miller, M. L., dan Miller, M. L. (1986). *Reliability and validity in qualitative research*. Sage.
- Marshall, C., & Rossman, GB (2014). *Merancang penelitian kualitatif*. Publikasi bijak.
- Mathew B. Miles, A. Michael Hubberman, dan Johnny Saldana. (2014). *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook*. SAGE Publication: California
- Mischel, W. (2013). *Kepribadian dan penilaian*. Pers Psikologi.
- Ryan, RM, & Deci, EL (2006). *Pengaturan diri dan masalah otonomi manusia: Apakah*

psikologi membutuhkan pilihan, penentuan nasib sendiri, dan kemauan? Jurnal kepribadian, 74 (6), 1557-1586.

Santrock, John W. (2003). *Adolescence Perkembangan Remaja*. Jakarta: ERLANGGA

Sarwono, W. S. (2012). *Psikologi remaja: Definisi remaja*. Jakarta: Rajagrafindo Persada.

Tangney, J. P., Baumeister, R. F., dan Boone, A. L. (2004). Self-control scale. *Current Psychology: A Journal for Diverse Perspectives on Diverse Psychological Issues*.