Al-Afkar : Jurnal Pemikiran dan Pendidikan Islam ISSN : 3109-7634
Volume 02, No. 3, September 2026 : 610-626
DOI : 10.0111

Peran Pendidikan Agama Islam dalam Membentuk Kontrol Diri Siswa Terhadap Penggunaan Media Sosial

Mutiara Salsabil[1], Mona Ramadhani[2], Alya Zahira[3], Yudelnilastia[4]
[1] Universitas Islam Negeri Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi, Indonesia
Email: salsabilamutiara218@gmail.com
[2] Universitas Islam Negeri Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi, Indonesia
Email: ramadanimona009@gmail.com
[3] Universitas Islam Negeri Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi, Indonesia
Email: alyazahira301@gmail.com
[4] Universitas Islam Negeri Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi, Indonesia
Email: yudelnilastia@uinbukittinggi.ac.id

Abstrak
Penggunaan media sosial yang semakin meluas di kalangan siswa membawa manfaat sekaligus tantangan, terutama berkaitan dengan lemahnya kemampuan mengendalikan diri. Penelitian ini bertujuan menguraikan peran Pendidikan Agama Islam (PAI) dalam membentuk kontrol diri siswa terhadap penggunaan media sosial. Pendekatan yang digunakan adalah kualitatif deskriptif dengan metode studi kepustakaan, yaitu menelaah buku, artikel jurnal, dan hasil penelitian terdahulu yang relevan. Data dianalisis melalui tahap reduksi, penyajian, dan penarikan kesimpulan. Hasil kajian menunjukkan bahwa PAI berperan melalui penanaman nilai akidah, akhlak, dan ibadah yang menumbuhkan kesadaran diri, kejujuran, tanggung jawab, serta sikap menahan diri. Peran tersebut semakin kuat apabila didukung keteladanan guru, pembiasaan yang konsisten, dan keterlibatan keluarga. Implikasinya, guru PAI perlu mengintegrasikan literasi digital berbasis nilai-nilai Islam ke dalam pembelajaran agar siswa mampu menggunakan media sosial secara bijak dan terarah.

Kata Kunci: Pendidikan Agama Islam; Kontrol Diri; Media Sosial; Siswa; Akhlak

Abstract
The growing use of social media among students brings both benefits and challenges, particularly concerning weak self-control. This study aims to describe the role of Islamic Religious Education (IRE) in shaping students' self-control in their use of social media. It employs a descriptive qualitative approach with a library research method, reviewing relevant books, journal articles, and previous studies. The data were analyzed through reduction, presentation, and conclusion drawing. The findings show that IRE contributes by instilling the values of faith, morality, and worship, which foster self-awareness, honesty, responsibility, and restraint. This role is strengthened by teachers' role modeling, consistent habituation, and family involvement. The implication is that IRE teachers need to integrate digital literacy grounded in Islamic values into their teaching so that students can use social media wisely and purposefully.

Keywords*: Islamic Religious Education; Self-Control; Social Media; Students; Morality*

Al-Afkar : Jurnal Pemikiran dan Pendidikan Islam
Volume 02, No. 3, September 2026 : 610-626
DOI : 10.0111

Pendahuluan

Perkembangan teknologi komunikasi telah mengubah cara siswa memperoleh informasi, berinteraksi, belajar, dan menampilkan identitas dirinya. Media sosial memungkinkan siswa berkomunikasi dengan teman dan keluarga, menemukan bahan belajar, mengikuti perkembangan pengetahuan, serta menyampaikan gagasan secara cepat. Di sisi lain, penggunaan yang tidak terarah dapat mengganggu konsentrasi belajar, mengurangi waktu istirahat, memunculkan konflik antarteman, dan membuka peluang penyebaran informasi yang belum terverifikasi. Karena itu, persoalan utama bukan sekadar apakah siswa menggunakan media sosial, melainkan bagaimana mereka mengelola pilihan dan perilakunya ketika berada di ruang digital. (Livingstone & Helsper, 2010; Valkenburg et al., 2022).

Media sosial memiliki karakter yang dapat menarik perhatian secara terus-menerus. Aliran konten, pemberitahuan, komentar, tanda suka, dan rekomendasi personal dapat mendorong pengguna memeriksa layar berulang kali. Pada siswa, situasi ini berpotensi berbenturan dengan kewajiban belajar, kegiatan keluarga, ibadah, tidur, dan interaksi langsung. Namun, dampak tersebut tidak terjadi secara seragam pada setiap orang. Pengaruh media sosial dipengaruhi tujuan penggunaan, jenis konten, lingkungan pergaulan, kemampuan mengatur waktu, serta dukungan orang dewasa. Oleh sebab itu, pembahasan yang seimbang perlu mengakui manfaat media sosial sekaligus mengkaji kondisi yang membuat penggunaannya kurang sehat atau kurang bertanggung jawab. (Valkenburg et al., 2022).

Salah satu kemampuan yang relevan untuk menghadapi situasi tersebut adalah kontrol diri. Secara umum, kontrol diri dapat dipahami sebagai kemampuan mengarahkan perhatian, mengelola dorongan, mempertimbangkan akibat, dan memilih tindakan yang sesuai dengan tujuan atau nilai yang diyakini. Dalam konteks media sosial, kontrol diri terlihat ketika siswa mampu menunda membuka aplikasi saat belajar, memeriksa kebenaran informasi sebelum membagikannya, tidak membalas komentar dengan kata-kata kasar, menghormati privasi orang lain, dan berhenti menggunakan perangkat ketika waktu yang disepakati telah habis. Kontrol diri bukan berarti menolak teknologi sepenuhnya, tetapi menggunakan teknologi secara sadar dan proporsional. (Baumeister et al., 2007; Hidayah & Surawan, 2026; Puspita & Wulandari, 2025; Pratiwi et al., 2024).

Pendidikan Agama Islam (PAI) memiliki ruang penting dalam pembentukan kontrol diri karena tidak hanya membahas pengetahuan keagamaan, tetapi juga

mengarahkan peserta didik untuk menghayati nilai dan menerapkannya dalam perilaku sehari-hari. Nilai akidah membangun kesadaran bahwa tindakan manusia memiliki tanggung jawab moral; akhlak mengajarkan kejujuran, kesantunan, kehati-hatian, dan penghormatan terhadap orang lain; sedangkan ibadah dapat membantu membentuk disiplin dan keteraturan. Nilai-nilai ini relevan dengan aktivitas digital, sebab perilaku di media sosial tetap merupakan bagian dari tindakan manusia yang memiliki konsekuensi bagi diri sendiri maupun orang lain. (Candrika et al., 2026; Faizudin & Wasehudin, 2025).

Dalam pendidikan karakter, pengetahuan tentang perilaku baik perlu disertai latihan dan lingkungan yang mendukung. Siswa mungkin mengetahui bahwa menyebarkan kabar bohong merupakan tindakan yang tidak tepat, tetapi tetap membutuhkan kebiasaan untuk memeriksa sumber, keberanian untuk tidak ikut menyebarkan, serta teladan dari orang dewasa. Hal serupa berlaku untuk pengelolaan waktu. Nasihat agar tidak berlebihan menggunakan media sosial akan lebih bermakna jika disertai kesepakatan yang realistis, contoh nyata dari guru dan keluarga, dan aktivitas belajar yang mengajak siswa mempraktikkan keputusan digital yang bertanggung jawab. (Candrika et al., 2026; Faizudin & Wasehudin, 2025).

Sejumlah kajian terdahulu telah menghubungkan pendidikan Islam, nilai religius, dan perilaku siswa di ruang digital. Penelitian tentang internalisasi nilai PAI dan kontrol diri terhadap dampak negatif media sosial, misalnya, menunjukkan bahwa tema ini telah menjadi perhatian dalam kajian pendidikan. Kajian lain membahas hubungan pembelajaran akidah akhlak dengan kontrol diri dalam penggunaan media sosial serta kaitan religiositas dengan perilaku daring. Keberadaan kajian tersebut menunjukkan relevansi topik, tetapi juga menuntut artikel ini untuk menyatakan kontribusinya secara hati-hati. Artikel ini tidak mengklaim sebagai penelitian lapangan baru; fokusnya adalah menyusun sintesis konseptual mengenai jalur pendidikan yang dapat menghubungkan nilai PAI dengan kebiasaan bermedia sosial yang bertanggung jawab. (Candrika et al., 2026; Ervina, 2026; Faizudin & Wasehudin, 2025; Herawati et al., 2026; Risnawati & Ansharuddin, 2026).

Berdasarkan latar belakang tersebut, masalah yang dibahas dalam artikel ini adalah bagaimana kontrol diri dalam penggunaan media sosial dapat dipahami dalam konteks siswa; nilai-nilai PAI apa yang relevan untuk mengembangkan kontrol diri; bagaimana guru PAI, keluarga, dan lingkungan sekolah dapat memperkuat penerapan nilai tersebut; serta apa saja tantangan dan implikasi pembelajaran PAI pada era digital. Tujuan artikel adalah menguraikan peran PAI dalam membentuk kontrol diri siswa ketika menggunakan media sosial dan merumuskan implikasi praktis bagi pembelajaran.

Al-Afkar : Jurnal Pemikiran dan Pendidikan Islam
Volume 02, No. 3, September 2026 : 610-626
DOI : 10.0111

Kajian ini penting karena penguatan karakter tidak cukup berhenti pada pemahaman materi pelajaran. Pendidikan perlu menjembatani ajaran dengan keputusan nyata yang dihadapi siswa, termasuk ketika menerima pesan provokatif, melihat konten yang merendahkan orang lain, tergoda menunda tugas, atau menghadapi tekanan untuk mengikuti tren. Dengan mengaitkan nilai agama dan literasi digital, PAI dapat membantu siswa menilai bukan hanya apakah suatu tindakan mudah dilakukan, melainkan apakah tindakan tersebut benar, bermanfaat, aman, dan bertanggung jawab.

Metode

Artikel ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan metode studi kepustakaan. Studi kepustakaan dilakukan melalui penelaahan sumber tertulis yang relevan dengan pendidikan agama Islam, kontrol diri, pendidikan karakter, literasi digital, penggunaan media sosial oleh siswa, serta etika komunikasi dalam perspektif Islam. Sumber yang dipertimbangkan mencakup buku metodologi penelitian, buku pendidikan dan psikologi, artikel jurnal ilmiah, serta dokumen atau pedoman yang memiliki keterkaitan langsung dengan topik. Literatur umum tentang kontrol diri dan perkembangan remaja digunakan sebagai landasan konseptual, sedangkan sumber tentang etika Islam membantu menjelaskan nilai yang dapat diterapkan dalam interaksi digital. (Creswell & Poth, 2018; Zed, 2014).

Pemilihan sumber dilakukan berdasarkan relevansi tema, kejelasan identitas penulis dan penerbit, keterkaitan isi dengan rumusan masalah, serta ketersediaan informasi bibliografis yang dapat diperiksa. Artikel yang secara khusus membahas pendidikan agama Islam, pembentukan karakter, kontrol diri, penggunaan media sosial, dan literasi digital diprioritaskan. Literatur umum tentang kontrol diri digunakan untuk memperjelas konsep, sedangkan kajian yang membahas praktik pembelajaran digunakan untuk menyusun implikasi. Karena kajian ini berbasis pustaka, sumber-sumber tersebut diperlakukan sebagai bahan analisis, bukan sebagai data lapangan dari siswa tertentu. (Zed, 2014).

Analisis dilakukan secara deskriptif melalui tiga tahap. Pertama, reduksi data, yaitu memilih gagasan yang berkaitan langsung dengan tujuan kajian dan mengesampingkan informasi yang tidak relevan. Kedua, penyajian data, yaitu mengelompokkan temuan literatur ke dalam tema kontrol diri, nilai PAI, strategi pedagogis, peran keluarga dan sekolah, serta tantangan penerapan. Ketiga, penarikan kesimpulan, yaitu menyusun hubungan antartema untuk menjawab rumusan masalah dan menguraikan implikasi bagi pembelajaran PAI. Proses ini dilakukan dengan

membandingkan kesamaan dan perbedaan gagasan antarsumber agar pembahasan tidak bertumpu pada satu pandangan saja. (Creswell & Poth, 2018; Zed, 2014).

Untuk menjaga kehati-hatian akademik, artikel ini membedakan antara gagasan yang didukung oleh literatur dan rekomendasi yang disusun berdasarkan sintesis penulis. Artikel ini tidak menggunakan kuesioner, wawancara, observasi, ataupun pengukuran langsung terhadap siswa. Oleh karena itu, hasilnya berupa pemetaan konseptual dan rekomendasi pendidikan, bukan klaim tentang besaran pengaruh PAI atau bukti hubungan sebab-akibat pada populasi tertentu. Batasan tersebut penting agar metode, hasil, dan kesimpulan tetap konsisten.

Hasil dan Pembahasan

Kontrol diri siswa dalam penggunaan media sosial. Kontrol diri merupakan kemampuan mengarahkan perilaku agar tidak semata-mata mengikuti dorongan sesaat. Dalam kajian psikologi, pengendalian diri berhubungan dengan kemampuan menahan impuls, menyesuaikan tindakan dengan tujuan jangka panjang, serta mempertimbangkan konsekuensi sebelum bertindak (Baumeister et al., 2007). Konsep ini relevan dengan kehidupan digital karena media sosial menghadirkan rangsangan yang cepat dan berulang. Siswa dapat menerima banyak notifikasi, melihat unggahan yang memancing emosi, atau terdorong membandingkan dirinya dengan orang lain. Kemampuan untuk berhenti sejenak, mengenali dorongan, dan memilih respons merupakan bagian penting dari kontrol diri. (Baumeister et al., 2007; Hidayah & Surawan, 2026; Puspita & Wulandari, 2025; Pratiwi et al., 2024).

Dalam penggunaan media sosial, kontrol diri dapat dikenali melalui beberapa indikator perilaku. Pertama, pengaturan waktu, yakni kemampuan menentukan kapan media sosial digunakan dan kapan aktivitas tersebut perlu dihentikan. Kedua, pengelolaan emosi, misalnya tidak langsung membalas komentar yang menyinggung dan memilih respons yang lebih tenang. Ketiga, pengendalian informasi, yaitu tidak menyebarkan kabar sebelum memeriksa sumbernya. Keempat, tanggung jawab sosial, yakni menjaga bahasa, tidak mempermalukan orang lain, dan tidak membagikan data pribadi tanpa izin. Kelima, pengelolaan tujuan, yaitu menggunakan media sosial untuk kebutuhan belajar, komunikasi, dan hiburan secara seimbang.

Indikator tersebut merupakan kategori praktis untuk menjelaskan bentuk kontrol diri dalam konteks pendidikan, bukan alat ukur psikologis yang telah divalidasi dalam artikel ini. Kontrol diri tidak dapat dinilai hanya dari lamanya seseorang berada di media sosial. Seorang siswa mungkin menggunakan media sosial cukup lama untuk mengikuti kelas atau mencari materi, sedangkan penggunaan yang lebih singkat dapat tetap bermasalah jika dipenuhi perundungan, penyebaran informasi palsu, atau

Al-Afkar : Jurnal Pemikiran dan Pendidikan Islam
Volume 02, No. 3, September 2026 : 610-626
DOI : 10.0111

pelanggaran privasi. Penilaian perlu mempertimbangkan tujuan, konteks, dampak, dan kemampuan pengguna mengatur tindakannya.

Temuan penelitian Safira dan Dasalinda (2024) juga menunjukkan adanya hubungan antara penggunaan media sosial Instagram dan kontrol diri remaja, meskipun hubungan yang ditemukan tergolong lemah. Hal ini mengingatkan bahwa perilaku digital tidak cukup dijelaskan hanya oleh intensitas penggunaan; kemampuan mengendalikan respons dan konteks penggunaan juga perlu diperhatikan.

Untuk memperjelas hubungan antara nilai Pendidikan Agama Islam dan perilaku digital siswa, Tabel 1 merangkum hasil sintesis konseptual yang dibahas dalam artikel ini.

Tabel 1. Sintesis Peran Nilai Pendidikan Agama Islam dalam Membentuk Kontrol Diri Digital Siswa

Dimensi PAI	Nilai utama	Bentuk kontrol diri	Contoh penerapan di media sosial
Akidah	Kesadaran dan tanggung jawab moral	Mempertimbangkan akibat sebelum mengunggah atau membagikan konten	Memeriksa apakah unggahan benar, bermanfaat, dan tidak merugikan orang lain.
Akhlak	Jujur, santun, menghormati orang lain	Mengendalikan komentar dan memeriksa informasi	Tidak menyebarkan kabar yang belum terverifikasi; menyampaikan kritik tanpa menghina.
Ibadah dan disiplin	Keteraturan dan pengelolaan waktu	Mengatur waktu penggunaan serta memprioritaskan kewajiban	Menentukan waktu belajar tanpa gangguan notifikasi dan berhenti menggunakan aplikasi sesuai rencana.
Keteladanan dan pembiasaan	Konsistensi perilaku dan tanggung jawab	Menerapkan kebiasaan digital yang sehat secara berulang	Guru dan keluarga memberi contoh komunikasi sopan, menjaga privasi, dan membahas aturan digital bersama siswa.
Literasi digital berbasis nilai	Tabayyun, kehati-hatian, kemaslahatan	Menilai sumber, tujuan, dan dampak informasi	Memeriksa sumber berita, tanggal, dan konfirmasi sebelum

Islam	membagikannya.

Catatan. Tabel ini merupakan sintesis konseptual penulis berdasarkan pembahasan artikel, bukan hasil pengukuran atau data lapangan.

Kontrol diri juga tidak seharusnya dimaknai sebagai tanggung jawab siswa seorang diri. Rancangan aplikasi, norma kelompok sebaya, ketersediaan perangkat, pola komunikasi keluarga, dan tuntutan sekolah turut membentuk kebiasaan digital. Karena itu, pendidikan yang berorientasi pada kontrol diri perlu menghindari sikap menyalahkan siswa secara berlebihan. Siswa membutuhkan pengetahuan, keterampilan praktis, pendampingan, dan lingkungan yang membantu mereka membuat pilihan sehat. Pendekatan ini memungkinkan PAI bekerja bersama pendidikan keluarga dan literasi digital, bukan menggantikan peran keduanya. (Du & Wang, 2024; Herawati et al., 2026).

Nilai akidah sebagai dasar kesadaran dan tanggung jawab. Akidah dapat menjadi landasan batin bagi pembentukan perilaku karena mengarahkan peserta didik untuk memahami bahwa tindakan manusia tidak hanya dinilai dari reaksi orang lain, tetapi juga dari tanggung jawab moral di hadapan Allah. Kesadaran ini dapat dibawa ke ruang digital, tempat sebagian tindakan dilakukan tanpa tatap muka dan terkadang dengan identitas yang tidak sepenuhnya terlihat. Siswa perlu memahami bahwa ketiadaan pengawasan langsung bukan alasan untuk mengabaikan kejujuran, kesantunan, dan hak orang lain.

Dalam pembelajaran, guru dapat mengajak siswa mendiskusikan contoh situasi yang dekat dengan kehidupan mereka. Misalnya, seorang siswa menerima tangkapan layar percakapan pribadi temannya dan diminta meneruskannya ke grup kelas. Diskusi dapat diarahkan pada pertanyaan: apakah informasi itu layak dibagikan, siapa yang dapat dirugikan, apakah pemilik percakapan memberikan izin, dan nilai apa yang seharusnya menjadi pedoman keputusan? Melalui proses tersebut, nilai keimanan tidak hanya disampaikan sebagai definisi, tetapi dihubungkan dengan pertimbangan nyata sebelum bertindak.

Kesadaran akan pertanggungjawaban juga relevan ketika siswa membuat unggahan, komentar, atau konten. Guru dapat menjelaskan bahwa tindakan digital memiliki jejak dan dampak sosial. Unggahan yang dianggap lucu oleh pembuatnya dapat mempermalukan orang lain atau menyebarkan informasi yang keliru. Dengan memahami tanggung jawab, siswa diharapkan tidak hanya bertanya apakah suatu konten akan memperoleh banyak tanda suka, tetapi juga apakah konten tersebut benar, bermanfaat, dan tidak melanggar hak orang lain.

Akhlak sebagai pedoman etika digital. Akhlak merupakan unsur utama yang menghubungkan pendidikan agama dengan perilaku yang dapat diamati. Dalam

Al-Afkar : Jurnal Pemikiran dan Pendidikan Islam
Volume 02, No. 3, September 2026 : 610-626
DOI : 10.0111

komunikasi digital, akhlak dapat diwujudkan melalui kejujuran, kesantunan, penghormatan, kepedulian, dan keadilan. Kejujuran berarti tidak membuat atau menyebarkan informasi palsu. Kesantunan berarti menyampaikan kritik tanpa penghinaan. Penghormatan berarti tidak menyebarkan foto, rekaman, atau pesan pribadi orang lain tanpa persetujuan. Kepedulian berarti mempertimbangkan perasaan dan keselamatan pihak yang mungkin terdampak oleh suatu unggahan.

Prinsip tabayyun atau memeriksa informasi sebelum mempercayai dan menyebarkannya sangat relevan dengan arus informasi digital. Siswa dapat dilatih memeriksa siapa penerbit informasi, kapan informasi diterbitkan, apakah ada sumber tepercaya lain yang mengonfirmasi, dan apakah judul sesuai dengan isi. Latihan ini menggabungkan nilai kehati-hatian dalam ajaran Islam dengan keterampilan literasi informasi. Dengan demikian, PAI dapat berkontribusi pada pembentukan pengguna media sosial yang tidak mudah terpancing oleh kabar sensasional. (Ervina, 2026; Faizudin & Wasehudin, 2025; Herawati et al., 2026).

Akhlak digital juga mencakup pengendalian lisan yang dalam konteks daring berarti mengendalikan tulisan, komentar, simbol, dan konten yang dibagikan. Ketika menghadapi perbedaan pendapat, siswa dapat dibiasakan menyampaikan alasan tanpa menyerang pribadi. Jika emosi sedang tinggi, siswa dapat menunda respons, membaca ulang tulisannya, atau meminta bantuan orang dewasa. Kebiasaan ini membantu mengubah kontrol diri dari gagasan abstrak menjadi strategi yang dapat dipraktikkan. Siswa juga perlu memahami bahwa diam, melaporkan konten berbahaya, atau meninggalkan percakapan yang merendahkan orang lain dapat menjadi pilihan yang bertanggung jawab.

Penerapan akhlak digital perlu dilakukan tanpa mempermalukan siswa yang melakukan kesalahan. Jika siswa menyebarkan informasi yang keliru, guru dapat mengarahkan mereka untuk mengoreksi unggahan, meminta maaf bila ada pihak yang dirugikan, dan memahami proses verifikasi. Pendekatan pembelajaran yang memulihkan tanggung jawab lebih mendidik daripada hanya memberi label buruk. Tujuannya bukan membenarkan kesalahan, melainkan membantu siswa memahami dampak tindakannya dan belajar membuat keputusan yang lebih baik pada kesempatan berikutnya.

Ibadah, disiplin, dan pengelolaan waktu. Ibadah dapat mendukung pembentukan disiplin melalui rutinitas, keteraturan, dan kesadaran untuk mengutamakan kewajiban. Dalam kaitannya dengan media sosial, siswa dapat diajak menyusun jadwal yang

realistis agar aktivitas digital tidak menggeser waktu belajar, istirahat, interaksi keluarga, dan ibadah. Pesan utamanya bukan bahwa penggunaan media sosial selalu bertentangan dengan ibadah, melainkan bahwa setiap kegiatan perlu ditempatkan secara seimbang sesuai tujuan dan tanggung jawab.

Guru PAI dapat meminta siswa menyusun rencana penggunaan perangkat selama satu hari, kemudian merefleksikan apakah rencana tersebut sesuai dengan prioritas mereka. Siswa dapat menentukan waktu khusus untuk mengerjakan tugas tanpa notifikasi, menempatkan telepon genggam di luar jangkauan ketika perlu berkonsentrasi, atau menggunakan fitur pengingat sebagai alat bantu. Strategi tersebut merupakan contoh pengaturan lingkungan dan kebiasaan; keberhasilannya perlu dievaluasi sesuai kebutuhan siswa dan tidak harus diterapkan dengan cara yang sama kepada semua orang.

Pembiasaan ibadah juga dapat menjadi ruang refleksi untuk menilai hubungan antara niat dan tindakan. Siswa dapat diajak bertanya apakah penggunaan media sosialnya membawa manfaat, menghabiskan waktu secara tidak disadari, atau membuatnya mengabaikan tanggung jawab. Refleksi tidak dimaksudkan untuk mengukur kesalehan berdasarkan jumlah waktu daring, tetapi untuk membangun kesadaran bahwa pengelolaan waktu merupakan bagian dari tanggung jawab pribadi. Dengan demikian, nilai ibadah dihubungkan dengan kemampuan merencanakan dan mengevaluasi perilaku sehari-hari.

Keteladanan guru dan pembelajaran PAI yang kontekstual. Guru memiliki peran penting sebagai model perilaku. Pesan tentang kesantunan digital akan lebih kuat apabila guru juga menggunakan bahasa yang menghormati siswa, memeriksa informasi sebelum membagikannya, dan menjaga privasi peserta didik. Keteladanan tidak menuntut guru menjadi pengguna teknologi yang sempurna; yang penting ialah menunjukkan sikap bertanggung jawab, bersedia mengakui kesalahan, dan memperbaiki tindakan ketika terjadi kekeliruan. (Candrika et al., 2026; Faizudin & Wasehudin, 2025).

Pembelajaran PAI dapat dirancang dengan mengangkat kasus yang dekat dengan pengalaman siswa, seperti komentar kasar, berita yang belum terverifikasi, perundungan daring, penyebaran foto tanpa izin, atau gangguan konsentrasi akibat notifikasi. Siswa dapat bekerja dalam kelompok untuk mengidentifikasi masalah, nilai agama yang relevan, pihak yang terdampak, pilihan respons, serta konsekuensi masing-masing pilihan. Guru kemudian membantu menghubungkan hasil diskusi dengan konsep akidah, akhlak, tanggung jawab, dan pengendalian diri. Pembelajaran berbasis teknologi juga membuka peluang untuk mengembangkan materi PAI yang lebih

inovatif, selama teknologi digunakan untuk mendukung tujuan pembelajaran dan pemahaman nilai agama (Akrima, 2024).

Pentingnya pendampingan guru juga sejalan dengan penelitian Royzali, Suhartono, dan Ikhsanudin (2025), yang membahas strategi guru PAI dalam menangani penyalahgunaan media sosial pada siswa. Temuan tersebut dapat menjadi penguat bahwa pembelajaran nilai agama perlu disertai bimbingan konkret, pembiasaan, serta penanganan yang mendidik ketika siswa menghadapi konten negatif atau penggunaan yang berlebihan.

Metode refleksi juga dapat digunakan. Setelah menyelesaikan suatu kegiatan, siswa menulis secara singkat kebiasaan digital yang ingin diperbaiki, alasan perubahan tersebut, hambatan yang mungkin muncul, dan dukungan yang dibutuhkan. Refleksi sebaiknya bersifat pribadi dan tidak memaksa siswa membuka informasi akun atau percakapan pribadinya. Guru dapat menilai kualitas penalaran, pemahaman nilai, dan rencana tindakan, bukan menuntut siswa mengungkap data personal. Perlindungan privasi perlu menjadi prinsip utama dalam setiap kegiatan literasi digital di sekolah.

Pembelajaran yang kontekstual sebaiknya tidak hanya menonjolkan bahaya media sosial. Siswa juga perlu mempelajari cara memanfaatkan platform untuk mencari materi pelajaran, menyebarkan informasi bermanfaat, berkolaborasi, dan mengikuti kegiatan positif. Pendekatan seimbang membantu siswa memahami bahwa kontrol diri berarti mengelola penggunaan teknologi berdasarkan tujuan dan nilai, bukan menghindari semua bentuk teknologi. Dengan cara ini, PAI dapat berperan sebagai pedoman etis yang mendorong pemanfaatan media sosial secara produktif. Kajian mengenai penggunaan media digital dalam pembelajaran Fikih juga relevan sebagai contoh bahwa teknologi dapat dimanfaatkan dalam pembelajaran agama dengan tujuan dan arahan yang jelas (Azwar et al., 2026).

Media sosial juga dapat dimanfaatkan sebagai sarana belajar apabila penggunaannya diarahkan dengan tepat. Manumpu, Mustafa, dan Pamessangi (2025) membahas potensi media sosial untuk mendukung akses terhadap materi PAI, sekaligus mencatat bahwa konten yang tidak sesuai dan penggunaan berlebihan dapat mengganggu konsentrasi belajar. Karena itu, pembelajaran PAI perlu mengembangkan sikap selektif agar siswa mampu mengambil manfaat media sosial tanpa mengabaikan tanggung jawabnya.

Pembiasaan dan penguatan kontrol diri di sekolah. Nilai yang diajarkan perlu diperkuat melalui pembiasaan yang konsisten. Sekolah dapat menyusun kesepakatan penggunaan perangkat yang jelas, proporsional, dan sesuai kebutuhan pembelajaran. Aturan tersebut sebaiknya menjelaskan kapan perangkat boleh digunakan, bagaimana menjaga privasi, bagaimana menanggapi konflik digital, dan ke mana siswa dapat melapor jika mengalami perundungan atau menerima konten yang mengganggu. Aturan yang transparan akan lebih mudah dipahami daripada larangan umum yang tidak menjelaskan alasan dan penerapannya.

Pembiasaan dapat diwujudkan melalui kegiatan sederhana, seperti memulai tugas dengan menetapkan tujuan, menonaktifkan notifikasi yang tidak diperlukan selama kegiatan belajar, memeriksa sumber informasi, serta melakukan refleksi setelah diskusi daring. Guru juga dapat membangun norma kelas yang menolak penghinaan dan mendorong siswa meminta klarifikasi sebelum menuduh. Praktik ini perlu diterapkan secara konsisten oleh semua pihak di sekolah agar siswa tidak menerima pesan yang saling bertentangan.

Penanganan pelanggaran perlu mempertimbangkan tingkat kesalahan, dampak terhadap pihak lain, dan kebutuhan pembelajaran. Kesalahan yang dilakukan karena kurang memahami privasi dapat ditangani dengan edukasi dan perbaikan tindakan. Perilaku yang berulang atau merugikan orang lain memerlukan tindak lanjut yang lebih terstruktur, dengan melibatkan pihak sekolah dan keluarga sesuai kebijakan perlindungan siswa. Prinsipnya, sekolah perlu menjaga keselamatan dan martabat semua pihak sambil tetap memberi kesempatan bagi siswa untuk belajar bertanggung jawab.

Peran keluarga dan kolaborasi dengan sekolah. Keluarga merupakan lingkungan awal tempat siswa belajar tentang batasan, tanggung jawab, komunikasi, dan pengelolaan waktu. Dukungan keluarga dapat berupa kesepakatan yang disusun bersama, percakapan terbuka tentang pengalaman daring, contoh penggunaan perangkat yang sehat, serta perhatian terhadap perubahan perilaku yang memerlukan bantuan. Pendampingan yang efektif tidak semata-mata berupa pengawasan ketat, tetapi juga membangun kepercayaan agar siswa bersedia menceritakan masalah yang dihadapi di media sosial. (Faizudin & Wasehudin, 2025; Herawati et al., 2026; Valkenburg et al., 2022).

Orang tua dan wali dapat mengajak anak membahas alasan suatu aturan, misalnya mengapa perangkat disimpan saat belajar atau mengapa foto orang lain tidak boleh dibagikan tanpa izin. Ketika aturan dibuat bersama dan diterapkan secara konsisten, siswa memiliki kesempatan memahami tujuan di balik batasan tersebut. Sebaliknya, aturan yang berubah-ubah atau contoh orang dewasa yang bertentangan dengan

nasihatnya dapat melemahkan pesan pendidikan. Karena itu, komunikasi dan keteladanan perlu berjalan berdampingan.

Kolaborasi sekolah dan keluarga dapat dilakukan melalui pertemuan orang tua, bahan literasi digital, kesepakatan komunikasi, serta jalur pelaporan yang jelas. Guru PAI dapat menyampaikan prinsip etika digital, sedangkan keluarga membantu menerapkannya dalam rutinitas di rumah. Namun, kerja sama ini perlu menghormati kondisi keluarga yang beragam, termasuk ketersediaan perangkat, akses internet, waktu pendampingan, dan kebutuhan belajar. Rekomendasi harus cukup fleksibel agar tidak membebani keluarga dengan tuntutan yang tidak realistis.

Literasi digital berbasis nilai Islam. Literasi digital mencakup kemampuan mencari, menilai, memahami, membuat, dan membagikan informasi secara bertanggung jawab. Jika dipadukan dengan nilai Islam, literasi digital tidak berhenti pada keterampilan teknis menggunakan aplikasi, tetapi juga mempertimbangkan kebenaran, kemaslahatan, kesopanan, keadilan, dan perlindungan hak orang lain. Penggabungan ini relevan karena keputusan digital sering kali melibatkan persoalan moral, misalnya apakah suatu informasi pantas disebarkan atau bagaimana menanggapi perbedaan pendapat. (Ervina, 2026; Herawati et al., 2026; Risnawati & Ansharuddin, 2026).

Integrasi dapat dilakukan melalui tugas analisis unggahan. Siswa diminta menilai sumber, tujuan, ketepatan informasi, kemungkinan bias, dan dampak sosial suatu konten. Mereka kemudian menjelaskan prinsip akhlak yang relevan dan merumuskan tindakan yang paling bertanggung jawab. Guru perlu memilih contoh yang aman, tidak mengandung paparan yang merugikan, dan tidak meminta siswa mengakses akun atau konten pribadi orang lain. Aktivitas semacam ini mengembangkan penalaran sekaligus menghindari pendekatan yang hanya memberi larangan.

Literasi digital berbasis nilai Islam juga perlu mengajarkan bahwa jejak digital dapat bertahan dan menyebar di luar kendali pembuatnya. Sebelum mengunggah sesuatu, siswa dapat membiasakan diri menanyakan tiga hal: apakah informasi ini benar, apakah cara penyampaiannya baik, dan apakah membagikannya membawa manfaat atau justru merugikan orang lain. Pertanyaan sederhana tersebut bukan pengganti seluruh kebijakan keamanan digital, tetapi dapat menjadi jeda reflektif yang membantu siswa mengendalikan respons impulsif.

Tantangan pelaksanaan dan strategi mengatasinya. Penerapan nilai PAI dalam penggunaan media sosial menghadapi beberapa tantangan. Pertama, terdapat jarak antara mengetahui nilai dan menerapkannya saat menghadapi tekanan emosional atau pengaruh teman sebaya. Kedua, perubahan platform dan tren digital berlangsung cepat, sehingga contoh pembelajaran dapat segera terasa tidak relevan jika hanya berpusat pada satu aplikasi. Ketiga, guru dan orang tua memiliki tingkat literasi digital yang berbeda. Keempat, siswa mungkin merasa aturan sekolah tidak adil jika aturan tidak dijelaskan atau diterapkan secara tidak konsisten. (Faizudin & Wasehudin, 2025; Herawati et al., 2026; Livingstone & Helsper, 2010).

Tantangan berikutnya adalah kecenderungan menilai perilaku digital secara terlalu sederhana. Jumlah waktu penggunaan tidak selalu menjelaskan kualitas kegiatan, sementara pembatasan yang berlebihan tanpa dialog dapat mendorong siswa menyembunyikan masalah. Di sisi lain, kebebasan tanpa panduan juga dapat membuat siswa kesulitan mengenali risiko privasi, manipulasi informasi, dan tekanan sosial. Karena itu, strategi yang lebih tepat adalah menggabungkan pengetahuan, latihan keterampilan, dialog, aturan yang jelas, dan dukungan ketika siswa mengalami masalah. Perhatian terhadap kesehatan mental dalam kurikulum pendidikan Islam juga penting agar pembelajaran merespons tantangan peserta didik secara menyeluruh, termasuk tekanan yang dapat muncul dalam kehidupan digital (Yudelnilastia et al., 2025).

Untuk meningkatkan kesiapan guru, sekolah dapat mengadakan diskusi atau pelatihan singkat mengenai verifikasi informasi, privasi, perundungan daring, dan penggunaan media sosial dalam pembelajaran. Bahan ajar PAI dapat diperbarui secara berkala dengan contoh yang sesuai usia siswa. Guru juga dapat bertukar praktik baik dengan guru mata pelajaran lain sehingga literasi digital tidak dibebankan kepada satu mata pelajaran saja. Kolaborasi lintas mata pelajaran memungkinkan siswa melihat bahwa tanggung jawab digital mencakup aspek etika, bahasa, informasi, dan keselamatan.

Evaluasi program sebaiknya dilakukan secara realistis. Guru dapat menilai pemahaman siswa melalui analisis kasus, refleksi, atau tugas menyusun pedoman etika digital. Sekolah dapat memantau apakah siswa mengetahui prosedur pelaporan dan apakah aturan penggunaan perangkat dipahami. Akan tetapi, perubahan perilaku jangka panjang tidak boleh disimpulkan hanya dari satu tugas. Jika sekolah ingin mengukur dampak suatu program secara ilmiah, diperlukan rancangan penelitian tersendiri, instrumen yang sesuai, persetujuan yang relevan, serta analisis data yang transparan.

Sintesis temuan dan implikasi bagi pembelajaran. Berdasarkan sintesis literatur, peran PAI dalam membentuk kontrol diri dapat dipahami melalui beberapa jalur yang

saling mendukung. Akidah menyediakan landasan kesadaran dan tanggung jawab; akhlak memberikan pedoman untuk berinteraksi secara jujur, santun, dan menghormati hak orang lain; ibadah membantu membangun disiplin dan pengaturan waktu; sedangkan guru, sekolah, dan keluarga menyediakan contoh, latihan, serta lingkungan yang memungkinkan nilai tersebut diterapkan. Tidak satu pun unsur ini sebaiknya berdiri sendiri. Pengetahuan tanpa pembiasaan berisiko berhenti sebagai hafalan, sedangkan aturan tanpa pemahaman dapat terasa sebagai paksaan. (Candrika et al., 2026; Herawati et al., 2026; Najamudin et al., 2025; Risnawati & Ansharuddin, 2026).

Implikasi pertama ialah perlunya menghubungkan materi PAI dengan situasi digital yang benar-benar dihadapi siswa. Pembahasan tentang kejujuran dapat dihubungkan dengan penyebaran informasi, materi tentang menjaga lisan dengan komentar daring, dan materi tentang tanggung jawab dengan perlindungan privasi. Hubungan tersebut membuat pembelajaran lebih kontekstual sekaligus memperlihatkan bahwa nilai agama relevan dalam kehidupan sehari-hari.

Implikasi kedua ialah penggunaan strategi belajar yang melibatkan siswa secara aktif. Analisis kasus, diskusi kelompok, refleksi pribadi, dan penyusunan kesepakatan kelas dapat membantu siswa melatih penilaian moral. Guru perlu memberi ruang bagi siswa untuk menjelaskan alasan, membandingkan alternatif, dan mempertimbangkan dampak terhadap pihak lain. Dengan demikian, siswa tidak hanya menerima perintah, tetapi belajar membangun pertimbangan yang dapat digunakan saat menghadapi situasi baru.

Implikasi ketiga ialah penguatan kerja sama antara sekolah dan keluarga. Pesan tentang pengelolaan waktu, kesantunan, dan keamanan akan lebih konsisten jika didukung oleh aturan yang jelas dan komunikasi terbuka. Sekolah juga perlu menyediakan ruang aman agar siswa dapat meminta bantuan ketika mengalami perundungan, tekanan sosial, atau persoalan privasi. Dalam hal ini, kontrol diri tidak dimaksudkan untuk membuat siswa menghadapi semua masalah sendirian, melainkan membantu mereka mengambil keputusan yang bertanggung jawab dan mengetahui kapan perlu mencari bantuan.

Kajian ini memiliki keterbatasan. Karena menggunakan studi kepustakaan, artikel tidak mengukur perubahan kontrol diri pada kelompok siswa tertentu dan tidak dapat menetapkan besarnya pengaruh PAI secara empiris. Kajian berikutnya dapat menguji rancangan pembelajaran literasi digital berbasis nilai Islam melalui penelitian lapangan yang etis dan terencana. Penelitian juga dapat membandingkan perspektif siswa, guru,

dan orang tua, serta mengamati bagaimana kebiasaan digital terbentuk dalam konteks sekolah yang berbeda. Arah tersebut dapat memperkuat dasar bukti bagi pengembangan pembelajaran PAI pada era digital.

Kesimpulan

Pendidikan Agama Islam berpotensi berperan penting dalam membentuk kontrol diri siswa terhadap penggunaan media sosial karena menyediakan landasan nilai dan pedoman perilaku yang dapat diterapkan di ruang digital. Nilai akidah menumbuhkan kesadaran tentang tanggung jawab, nilai akhlak mengarahkan siswa untuk jujur, santun, berhati-hati, dan menghormati orang lain, sedangkan pembiasaan ibadah dapat mendukung disiplin serta pengelolaan waktu. Nilai-nilai tersebut menjadi lebih bermakna apabila diterapkan melalui contoh dan latihan yang dekat dengan pengalaman siswa.

Peran PAI perlu didukung oleh keteladanan guru, pembelajaran kontekstual, pembiasaan di sekolah, keterlibatan keluarga, dan literasi digital yang mengajarkan verifikasi informasi, perlindungan privasi, pengelolaan emosi, serta komunikasi yang bertanggung jawab. Dengan pendekatan ini, kontrol diri tidak dimaknai sebagai penolakan terhadap media sosial, melainkan kemampuan memanfaatkan teknologi secara sadar, seimbang, dan sesuai nilai yang diyakini.

Karena artikel ini merupakan studi kepustakaan, simpulan yang disampaikan bersifat konseptual dan tidak dapat dianggap sebagai bukti pengaruh kausal pada siswa tertentu. Penelitian selanjutnya perlu menguji penerapan strategi yang diusulkan melalui data lapangan yang valid. Meskipun demikian, sintesis ini menegaskan bahwa penguatan karakter digital dapat menjadi bagian penting dari pembelajaran PAI yang relevan dengan kebutuhan siswa pada masa kini.

Daftar Rujukan

Azwar, M. N., Medika, G. H., & Mardeti. (2026). Peran media digital dalam pembelajaran Fiqih di MAN 2 Agam. *SURAU: Journal of Islamic Education, 4*(1), 86–98. https://doi.org/10.30983/surau.v4i1.10594

Baumeister, R. F., Vohs, K. D., & Tice, D. M. (2007). The strength model of self-control. *Current Directions in Psychological Science, 16*(6), 351–355. https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2007.00534.x

Candrika, C., Ulum, M. S., & Maryati, D. S. (2026). Internalisasi nilai-nilai Pendidikan Agama Islam dalam membentuk self-control siswa terhadap dampak negatif media sosial: Studi fenomenologi di SMP Negeri 3 Rancaekek. *Tarbiya Islamica, 14*(1), 14–26. https://doi.org/10.37567/ti.v14i01.5040

Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (4th ed.). SAGE Publications.

Du, J., & Wang, Y. (2024). High school students' social media use predicts school engagement and burnout: The moderating role of social media self-control. *Frontiers in Child and Adolescent Psychiatry, 3*.

https://doi.org/10.3389/frcha.2024.1269606

Ervina, V. (2026). Social media and Islamic youth character among Indonesian students. *Journal of Indonesian Islamic Studies, 6*(1), 82–94. https://doi.org/10.24256/jiis.v6i1.11561

Faizudin, & Wasehudin. (2025). The role of Islamic Religious Education in overcoming negative behavior of Generation Z on social media. *TADRIS: Jurnal Pendidikan Islam, 20*(1). https://doi.org/10.19105/tjpi.v20i1.15974

Herawati, I., Fahmi Zuher, Y., & Anita, S. (2026). Literasi digital dalam pendidikan agama Islam: Studi pustaka tantangan dan strategi implementasi di era media sosial. *SURAU: Journal of Islamic Education, 4*(1), 18–36. https://doi.org/10.30983/surau.v4i1.11373

Hidayah, N., & Surawan. (2026). Self-control and religiosity of students on deviant online behavior in the perspective of Islamic education. *Psikologi Prima, 9*(1), 49–59. https://doi.org/10.34012/psychoprima.v9i1.8198

Livingstone, S., & Helsper, E. J. (2010). Balancing opportunities and risks in teenagers' use of the internet: The role of online skills and internet self-efficacy. *New Media & Society, 12*(2), 309–329. https://doi.org/10.1177/1461444809342697

Manumpu, F. F., Mustafa, & Pamessangi, A. A. (2025). Dampak penggunaan media sosial terhadap peningkatan prestasi belajar siswa pada pembelajaran Pendidikan Agama Islam di kelas VI SDN 364 Labokke Kabupaten Luwu. *Journal of Teaching dan Learning Research, 7*(2). https://doi.org/10.24256/jtlr.v7i2.7987

Najamudin, N., Muliati, D., Fitriani, Z. N., Rahmah, S., & Bilqis, N. F. (2025). Pengaruh pembelajaran Aqidah Akhlak terhadap self-control mahasiswa dalam penggunaan media sosial. *Akhlak: Jurnal Pendidikan Agama Islam dan Filsafat, 2*(4). https://doi.org/10.61132/akhlak.v2i4.1964

Pratiwi, C., Jannah, A. M., Dewita, E., Sari, M. K., & Maiseptian, F. (2024). Pengaruh self control terhadap kecanduan media sosial pada remaja Kota Padang. *Indonesian Journal of Educational Counseling, 8*(2). https://doi.org/10.30653/001.202482.409

Puspita, A., & Wulandari, M. T. A. (2025). Self-awareness and self-control: Protective factors against social media addiction tendency among adolescents. *KONSELOR, 14*(3), 267–279. https://doi.org/10.24036/02025143143-0-86

Risnawati, & Ansharuddin, M. (2026). Cultivating Islamic digital ethics: Islamic Religious Education teachers' strategies for addressing social media distractions in Madrasah Ibtidaiyah. *Ilmuna: Jurnal Studi Pendidikan Agama Islam, 8*(2). https://doi.org/10.54437/ilmuna.v8i2.3804

Royzali, Suhartono, & Ikhsanudin, M. (2025). Strategi guru Pendidikan Agama Islam dalam mengatasi penyalahgunaan media sosial pada siswa MAN 01 OKU Timur. *Al-I'tibar: Jurnal Pendidikan Islam, 12*(1), 23–32. https://doi.org/10.30599/kn7hwq36

Safira, H. N., & Dasalinda, D. (2024). Pengaruh penggunaan media sosial Instagram

terhadap kontrol diri remaja di SMPN 254 Jakarta. *JIIP: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan, 7*(8), 8387–8392. https://doi.org/10.54371/jiip.v7i8.4985

Valkenburg, P. M., Meier, A., & Beyens, I. (2022). Social media use and its impact on adolescent mental health: An umbrella review of the evidence. *Current Opinion in Psychology, 44*, 58–68. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.08.017

Yudelnilastia, Y., Rahmanita, R., Susanti, W., & Wardiantoni, W. (2025). Mental health in Islamic education curriculum: Challenges and future prospects. *Al-Hashif: Jurnal Pendidikan dan Pendidikan Islam, 3*(1), 25–32.

Zed, M. (2014). *Metode penelitian kepustakaan* (Edisi ketiga). Yayasan Pustaka Obor Indonesia.