



Proses Menumbuhkan *Self Control* dalam Mengerjakan Shalat Wajib

Annisa Amalia*

Prodi Pendidikan Agama Islam, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Bandung, Indonesia.

ARTICLE INFO

Article history :

Received : 04/10/2023

Revised : 08/12/2023

Published : 25/12/2023



Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License.

Volume : 3

No. : 2

Halaman : 95 - 102

Terbitan : **Desember 2023**

ABSTRAK

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengidentifikasi faktor yang mempengaruhi tingkat *self control* remaja dalam melaksanakan shalat serta proses *self-control* di bentuk dalam mengerjakan shalat wajib pada remaja A, remaja B dan remaja C. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Dalam mengumpulkan data, penelitian ini menggunakan teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi. Analisis data dilakukan dengan menerapkan model Miles and Huberman, yang terdiri dari tahap reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian mengindikasikan bahwa faktor yang mempengaruhi tingkat *self control* pada remaja yaitu motivasi internal, lingkungan keluarga dan teman sebaya. Proses menumbuhkan *self control* dalam melaksanakan shalat dapat dilakukan dengan membangun motivasi internal dalam melaksanakan shalat. Dengan melaksanakan shalat secara teratur dapat melatih seseorang untung meningkatkan kontrol diri, karena akan timbul perasaan selalu di awasi oleh Allah.

Kata Kunci : *Remaja; Self-Control; Shalat.*

ABSTRACT

This study aims to identify the factors influencing the level of self-control in adolescents when performing prayer and the process of self-control in the form of performing obligatory prayers in Adolescents A, Adolescents B, and Adolescents C. This study uses a qualitative approach with a case study method. Data collection techniques used are observation, interviews, and documentation. Data analysis is conducted using the Miles and Huberman model, consisting of data reduction, data presentation, and drawing conclusions. The findings indicate that the factors influencing the level of self-control in adolescents are internal motivation, family environment, and peers. The process of cultivating self-control in performing prayer can be achieved by building internal motivation in prayer practice. Regular prayer practice can train individuals to enhance self-control, as they develop a sense of being constantly watched by Allah.

Keywords : *Adolescence; Self-control; Prayer.*

@ 2023 Jurnal Riset Pendidikan Agama Islam, Unisba Press. All rights reserved.

A. Pendahuluan

Masa remaja adalah masa peralihan antara masa kanak-kanak dan dewasa, dalam islam masa remaja disebut juga dengan masa *baligh*, dimana menandakan bahwa anak telah mampu menerima beban syariat. Menurut Harold Albery masa remaja ini berlangsung pada umur 11-13 tahun sampai 18-20 tahun menurut umur kalender kelahiran seorang anak (Makmun & Abin Syamsuddin, 2005). Masa remaja merupakan fase yang sangat sukar dipahami oleh orang dewasa. Usia remaja merupakan usia menguji konsep diri, mencari filosofi hidup, mempertanyakan segala sesuatu dan berargumentasi dengan caranya sendiri. Remaja umumnya tidak mau terlalu banyak diatur dan ingin menunjukkan kemandirian, situasi inilah yang seringkali menimbulkan konflik dengan orang tua. Jika remaja tidak dapat menemukan identitas dirinya, kemungkinan besar ia dapat terjerumus ke dalam kelompok yang mendorong perilaku yang tidak baik (Erhamwilda, 2018).

Dinas Pendidikan Kota Bandung, Jawa Barat, pada bulan Juli 2022, mengumumkan data hasil survey tentang perilaku pergaulan bebas. Survei tersebut melibatkan 60 responden di bawah usia 14 tahun, dan hasilnya menunjukkan bahwa 56% dari responden tersebut telah melakukan hubungan seksual. Menurut Sekretaris Dinas Pendidikan Kota Bandung, salah satu penyebab tingginya angka hubungan seks di bawah umur adalah pengaruh media sosial. Semakin banyaknya informasi negatif yang tersebar di media sosial membuat remaja lebih mudah terpapar konten yang tidak sehat. Untuk itu, penting bagi orang tua agar tidak mengabaikan kehidupan keseharian anak (Hiru Muhammad, 2021). Kasus kenakalan remaja juga terjadi di kota bandung, pada November 2020 silam, seorang remaja tewas akibat dikeroyok, berdasarkan hasil penyelidikan mendalam, kasus tewasnya remaja tersebut bermula dari adanya pertikaian antara kelompok bermotor (Muhammad Riyas, 2021). Hal ini menunjukkan bahwa masih banyak remaja yang menghadapi perubahan emosi yang berdampak negatif.

sikap atau perilaku yang terindikasi tidak baik di kalangan remaja atau biasa disebut penyimpangan norma telah berlangsung cukup lama dan semakin memprihatinkan mulai dari cara pergaulan, gaya hidup, penurunan semangat belajar, masalah narkoba hingga permasalahan kriminalitas yang menyangkut remaja. Belum juga usai permasalahan itu, dunia sudah dihadapkan dengan era globalisasi dimana kemajuan teknologi dan komunikasi yang semakin berkembang pesat mengiringi masa perkembangan dan pertumbuhan remaja tanpa disadari mampu menimbulkan pengaruh positif atau sebaliknya yaitu negatif (Ola Nisa Iqtisodiyah Sa'adah & M. Imam Pamungkas, 2022). Dalam Islam Perilaku negatif remaja sering kali merupakan hasil dari dorongan hawa nafsu dalam diri mereka, yang disebut nafsu *ammarah*. Nafsu *ammarah* adalah dorongan internal yang cenderung mengarah pada perilaku negatif yang berbahaya. Individu yang dipengaruhi oleh nafsu ini cenderung bertindak sesuai dengan keinginan mereka sendiri dan menjadi lebih rentan terhadap godaan negatif. Allah Swt berfirman dalam Al-Qur'an:

وَمَا أْبْرَأُ نَفْسِيَّ إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَحِيمٌ

Artinya: “Dan aku tidak (menyatakan) diriku bebas (dari kesalahan), karena sesungguhnya nafsu itu selalu mendorong kepada kejahatan, kecuali (nafsu) yang diberi rahmat oleh Tuhanku. Sesungguhnya Tuhanku Maha Pengampun, Maha Penyayang”. (Q.S Yusuf 12 : 53)

Ayat tersebut dijadikan dasar untuk dapat disimpulkan bahwa nafsu amarah dapat memicu tindakan negatif yang berpotensi untuk merugikan diri sendiridan orang lain. Ketika seseorang terpengaruh oleh nafsu, ia sulit untuk membedakan mana yang baik dan buruk, sehingga dapat menggunakan cara apapun untuk memenuhi keinginannya tanpa mempertimbangkan dampaknya terhadap orang di sekitarnya. Oleh sebab itu, pencegahan dan intervensi yang tepat perlu dilakukan untuk mengatasi masalah ini.

Perilaku negatif pada remaja tidak akan terjadi dengan sendirinya, pasti terdapat faktor penyebabnya. Salah satu faktor penyebab remaja memiliki perilaku negatif yaitu karena memiliki kontrol diri yang lemah. Hal ini sesuai dengan penelitian dilakukan oleh (Iga *et al.*, 2012) yang menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif antara tingkat pengendalian diri dan kenakalan remaja, jadi ketika seseorang memiliki tingkat kontrol diri yang tinggi, maka semakin kecil kemungkinan dia akan melakukan tindakan kriminal, begitupun sebaliknya jika seseorang tersebut memiliki kontrol diri yang lemah, dia akan cenderung lebih mungkin melakukan tindakan kriminal.

Dalam Penjelasan (Tangney *et al.*, 2004) dalam (Dwi Marsela & Supriatna, 2019), kontrol diri diartikan sebagai kemampuan individu untuk mengarahkan perilakunya sesuai dengan norma-norma seperti moral dan sosial, dengan tujuan mencapai perilaku yang positif. Kontrol diri merupakan hal yang sangat penting untuk para remaja karena memungkinkan mereka untuk mengatur dan memilih perilaku yang diinginkan. Remaja yang memiliki kontrol diri yang baik akan dapat menghindari perilaku yang dapat menimbulkan gangguan psikologis negatif.

Dalam Perspektif Islam Kontrol diri dikenal dengan *mujahadah an nafs*. *Mujahadah an nafs* merupakan salah satu sifat terpuji. Al-Ghazali menyatakan bahwa kemampuan mengendalikan diri merupakan tanda kuatnya karakter seseorang. Dalam Islam, kontrol diri termasuk dalam konsep kesabaran dan bahkan dianggap sebagai bentuk kesabaran yang paling tinggi. Ibnu Qoyyim Al-Jauziyah menyatakan bahwa tingkat kesabaran yang paling berat adalah kemampuan seseorang untuk menahan diri dari hal-hal yang umumnya disukai, seperti kesenangan dunia, demi meraih kebahagiaan di akhirat tujuan yang lebih (Ibnul Qayyim al-Jauziyah, 2006).

Allah SWT berfirman dalam Al-Qur'an:

يَقَوْمِ إِنَّمَا هَذِهِ الْحَيَاةُ الدُّنْيَا مَتَّعَ وَإِنَّ الْآخِرَةَ هِيَ دَارُ الْقَرَارِ

Artinya: "Hai kaumku, sesungguhnya kehidupan dunia ini hanyalah kesenangan (sementara), dan sesungguhnya akhirat itulah negeri yang kekal". (QS. Al-Mukmin: 39).

Ayat tersebut mengingatkan manusia bahwa kenikmatan di dunia, apa pun bentuknya, hanya bersifat sementara. Namun, bagi mereka yang berperilaku baik dan dapat mengendalikan diri dari melakukan kejahatan, Allah akan memberikan balasan yang kekal dan jauh lebih besar daripada kenikmatan duniawi di kehidupan akhirat. Oleh karena itu, penting bagi kita untuk memiliki pengendalian diri yang baik agar tidak terjebak dalam keinginan berlebihan dalam memenuhi kebutuhan. Kita perlu mengontrol diri agar tidak tergoda untuk melampaui batas dalam memenuhi kebutuhan tersebut.

Menurut Al-Ghazali, ada beberapa faktor yang mempengaruhi tingkah laku manusia, yaitu pikiran (akal) dan hati. Pada dasarnya, pikiran adalah naluri yang membantu manusia dalam menganalisis fenomena alam dan ayat-ayat Allah yang berkaitan dengan penciptaan. Di sisi lain, hati berperan sebagai pemimpin bagi seluruh organ tubuh kita dan memiliki pengaruh terhadap kepribadian dan mengendalikan perilaku serta dorongan positif dan negatif. Pengetahuan yang kita peroleh melalui pikiran dapat memotivasi hati kita untuk mengikuti dan menjalankan perintah Allah. Namun, jika hati kita gagal melakukannya, maka kita cenderung melakukan tindakan yang buruk, dan tingkat kemanusiaan kita akan menurun dan serupa dengan perilaku binatang (Cholik & Ahmad Arisatul, 2015).

Imam Al-Ghazali juga mengatakan bahwa, memiliki karakter yang kuat dapat dicapai melalui kontrol diri yang baik. Kontrol diri ini memerlukan kedewasaan spiritual dan disiplin diri dalam melakukan tazkiyatun nafs (pembersihan jiwa) serta riyadhah (latihan spiritual) untuk membentuk keyakinan dalam menunda kepuasan sementara sesaat untuk mendapatkan balasan dari Allah (delay gratification) merupakan tanda kedewasaan spiritual seseorang. Dengan demikian, individu yang telah mencapai kedewasaan spiritual akan memiliki kemampuan untuk mengontrol diri dari godaan kesenangan yang hanya bersifat sementara (Abdullah, 2014).

Salah satu Salah satu metode untuk meningkatkan pengendalian diri adalah melalui ibadah kepada Allah. dengan beribadah dapat membantu individu menyadari dirinya sebagai seorang hamba yang selalu membutuhkan bantuan dan perlindungan dari Allah. Selain itu, Dengan beribadah dan berdoa, individu dapat meningkatkan bahwa dirinya tidak memiliki kendali penuh atas segalanya, serta memiliki kecenderungan negatif dalam dirinya. Hal ini dapat mendorong individu untuk menjauhi perilaku yang dilarang oleh Allah.

Ada berbagai macam bentuk beribadah kepada Allah, salah satunya ialah melaksanakan shalat wajib. Bagi umat Islam, shalat merupakan suatu kewajiban yang harus dilaksanakan tanpa penawaran dalam segala situasi dan kondisi.

Hal ini sesuai dengan hadits Rasulullah Saw berikut:

صَلِّ قَائِمًا، فَإِنْ لَمْ تَسْتَطِعْ فَقَاعِدًا، فَإِنْ لَمْ تَسْتَطِعْ فَعَلَى جُنْبٍ

Artinya: "Shalatlah sambil berdiri, jika kamu tidak mampu sambil duduk, dan jika kamu tidak mampu, sambil berbaring miring". (HR. Bukhari).

Menurut penjelasan tersebut, walaupun seseorang sedang berada dalam situasi perang, perjalanan, atau menderita sakit yang parah, ia tetap harus melaksanakan kewajiban shalat apabila akalinya masih sehat. Jika tidak mampu untuk melakukan shalat dengan berdiri, maka seseorang harus melaksanakannya dengan posisi duduk, dan apabila tidak mampu untuk melaksanakan shalat dengan posisi duduk, maka dapat dilakukan dengan posisi berbaring. Jika seseorang benar-benar tidak mampu untuk melakukan gerakan fisik sama sekali, maka dapat melaksanakan shalat dengan isyarat mata. Selama masih mampu untuk melakukan shalat, seseorang diharapkan untuk melaksanakan kewajibannya tersebut, dan apabila kita sudah tidak mampu lagi untuk mengerjakan shalat, maka kitalah yang akan di shalatkan, karena shalat merupakan tiang agama. Rasulullah Saw Bersabda:

الصَّلَاةُ عِمَادُ الدِّينِ فَمَنْ أَقَامَهَا فَقَدِ أَقَامَ الدِّينَ وَمَنْ هَدَمَهَا فَقَدِ هَدَمَ الدِّينَ

Artinya: “Shalat itu adalah tiang agama (Islam), maka barangsiapa mendirikannya, sungguh ia telah menegakkan agama (Islam) itu; dan barang siapa merobohkannya, sungguh ia telah merobohkan agama (Islam) itu”. (HR al-Baihaqi).

Jika seseorang melaksanakan shalat dengan baik dan benar, maka amal ibadah yang lainnya juga akan menjadi benar. Sebaliknya, jika seseorang tidak melaksanakan shalat, maka dianggap telah meruntuhkan agama. Shalat juga dianggap memiliki pengaruh yang besar pada perilaku seseorang. Jika shalat dilakukan dengan tertib, maka amal perbuatan lainnya cenderung juga akan tertib. Namun, jika shalat dilakukan secara tidak teratur, maka hal ini bisa berdampak pada perilaku dan amal perbuatan lainnya yang menjadi tidak teratur pula (Saiful Hadi El-Sutha, 2016).

Selain itu, Allah SWT berfirman:

أَتْلُ مَا أُوْحِيَ إِلَيْكَ مِنَ الْكِتَابِ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ

Artinya: “Bacalah apa yang telah diwahyukan kepadamu, yaitu Al Kitab (Al Quran) dan dirikanlah salat. Sesungguhnya salat itu mencegah dari (perbuatan-perbuatan) keji dan mungkar. Dan sesungguhnya mengingat Allah (salat) adalah lebih besar (keutamaannya dari ibadat-ibadat yang lain). Dan Allah mengetahui apa yang kamu kerjakan”. (QS. Al-Ankabut: 45)

Ayat tersebut menjelaskan bahwa Shalat tidak hanya sebatas melakukan gerakan dan mengucapkan kata-kata tanpa makna. Shalat merupakan ibadah yang melibatkan kata-kata dan tindakan yang memiliki hikmah dan manfaat bagi orang yang melaksanakannya. Jika Shalat dilakukan dengan khusyuk, akan memberikan pencerahan pada individu yang menjalankannya. Shalat berfungsi sebagai penapis yang mempengaruhi perilaku dan ucapan seseorang. Dengan demikian, melalui Shalat, seseorang akan melakukan perbuatan baik dan menjauhi perbuatan yang buruk, keji, dan mungkar. Dengan kata lain, melaksanakan shalat wajib secara teratur dapat melatih seseorang meningkatkan kontrol diri, karena akan timbul perasaan selalu diawasi oleh Allah dalam melakukan segala tindakan dan akan di pertanggungjawabkannya di akhirat kelak.

Seharusnya di akhir masa remaja seseorang telah memasuki tahap mulai berfungsinya hati nurani sehingga memiliki self control yang tinggi, tetapi faktanya belum semua remaja memiliki self control yang tinggi. Salah satu yang masih banyak terlihat yaitu, rendahnya self control dalam melaksanakan shalat, meskipun shalat telah diajarkan sejak kecil. Fakta ini masih perlu diteliti lebih jauh. Dalam hal ini, penulis ingin mencari tahu faktor yang mempengaruhi tingkat self control remaja dalam melaksanakan shalat serta proses self control di bentuk dalam melaksanakan shalat wajib antara individu yang belum konsisten dalam melaksanakan shalat dan individu yang sudah konsisten dalam melaksanakan shalat, maka peneliti mengambil tiga kasus pada remaja A yang berusia 19 tahun, remaja B yang berusia 20 tahun dan remaja C yang berusia 19 tahun yang terdiri dari 2 remaja yang melaksanakan shalat belum konsisten dan 1 remaja yang sudah melaksanakan shalat dengan konsisten, yang ingin diteliti secara komperhensif.

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, pertanyaan penelitian ini adalah sebagai berikut, Apakah faktor yang mempengaruhi tingkat self control remaja dalam mengerjakan shalat wajib? Bagaimanakah peran Orang tua dalam membentuk kebiasaan shalat pada remaja? Bagaimana proses self control dibentuk oleh remaja dalam mengerjakan shalat wajib? Selanjutnya, tujuan penelitian ini adalah Untuk mengetahui faktor yang mempengaruhi tingkat self control remaja dalam mengerjakan shalat wajib, Untuk

mengetahui peran Orang tua dalam membentuk kebiasaan shalat pada remaja, Untuk mengetahui proses self control yang dibentuk oleh remaja dalam mengerjakan shalat wajib.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus untuk mencari tahu faktor yang mempengaruhi tingkat self control remaja dalam mengerjakan shalat serta proses menumbuhkan self control dalam mengerjakan shalat wajib dalam hal ini peneliti mengambil 3 kasus pada remaja A yang berusia 19 tahun, remaja B yang berusia 20 tahun dan remaja C yang berusia 19 tahun.

Dalam pengumpulan data, penelitian ini menggunakan teknik observasi, wawancara dan dokumentasi. Analisis data dilakukan dengan menerapkan model Miles and Huberman, yang terdiri dari tahap reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan.

C. Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa remaja A dan C masih memiliki self control yang lemah dalam mengerjakan shalat wajib, terlihat remaja A masih sangat tergantung pada faktor eksternal seperti hukuman dan dari orang tua, serta mudah terpengaruh oleh lingkungan sekitarnya yang tidak melaksanakan shalat dan remaja hanya melaksanakan shalat karena malu kepada teman-temannya jika dia tidak melaksanakan shalat, selain itu remaja C juga lebih memprioritaskan tugas kuliah, nonton dan membaca, sedangkan remaja B telah memiliki self control yang kuat dalam melaksanakan shalat hal ini terlihat pada remaja B yang selalu taat, dan melaksanakan shalat dengan konsisten, karena memiliki kesadaran bahwa shalat wajib dilaksanakan bagi seorang muslim.

Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Self Control Remaja dalam Mengerjakan Shalat Wajib

Remaja A mengungkapkan bahwa dia sering mengalami kesulitan dalam menjaga konsistensi pelaksanaan shalat. Salah satu faktor utama yang membuatnya kesulitan adalah pengaruh teman-teman. Teman-teman sering mengajaknya untuk menunda shalat atau melakukan aktivitas lain yang mengganggu pelaksanaan shalat. Lingkungan sosial, terutama teman-teman, mempengaruhi remaja A untuk menunda melaksanakan shalat. Terkadang ia merasa sulit untuk menolak ajakan mereka karena takut dijauhi. Remaja A hanya melaksanakan shalat ketika di rumah karena takut dihukum oleh ayahnya. Namun, ketika tidak ada pengawasan, dia tidak melaksanakan shalat.

Remaja B, mengungkapkan bahwa dia melaksanakan shalat wajib lima waktu namun terkadang tidak tepat waktu. Hal ini disebabkan oleh kesibukan atau praktek yang membuatnya terkadang melaksanakan shalatnya mepet dengan waktu shalat berikutnya. Remaja B mengungkapkan bahwa penundaan tersebut bukanlah disengaja, melainkan akibat situasi yang memaksa.

Remaja C mengatakan bahwa dia jarang melaksanakan shalat karena teralihkan oleh fokus pada kegiatan lain seperti mengerjakan tugas kuliah, menonton, atau membaca cerita di Wattpad. Remaja C mengakui terkadang sulit untuk melaksanakan shalat ketika terlalu terlibat dalam kegiatan tersebut, terkadang melaksanakan shalat juga tergantung mood. Selain itu, dia juga mengatakan bahwa dia cenderung shalat saat berada di lingkungan teman-teman, karena merasa tidak nyaman jika hanya dia yang tidak melaksanakan shalat

Berdasarkan pernyataan tersebut faktor yang mempengaruhi tingkat self control remaja dalam melaksanakan shalat yaitu : Motivasi Internal, motivasi internal memiliki peran yang sangat penting dalam menumbuhkan self control dalam melaksanakan shalat. Ketika motivasi internal kuat, individu memiliki kesadaran dan rasa tanggung jawab yang mendorong mereka untuk melaksanakan shalat secara konsisten. Lingkungan Keluarga, Lingkungan keluarga yang memberikan pengawasan, mengingatkan, dan mendidik dengan baik tentang pentingnya melaksanakan shalat memiliki dampak positif terhadap self control seseorang. Teman Sebaya, Lingkungan sosial, terutama teman sebaya, dapat memiliki pengaruh signifikan terhadap self control seseorang dalam melaksanakan shalat. Teman-teman yang mendukung dan memotivasi satu sama lain dalam melaksanakan shalat dapat membantu memperkuat self-control dan menjaga konsistensi dalam menjalankan kewajiban shalat.

Hal ini sesuai dengan pendapat A.W. Logue (1995) dalam (Erhamwilda, 2015) yang mengungkapkan bahwa faktor yang secara umum mempengaruhi perkembangan pengendalian diri adalah faktor genetik dan faktor lingkungan.

Rasulullah Saw bersabda:

مَا مِنْ مَوْلُودٍ إِلَّا يُولَدُ عَلَى الْفِطْرَةِ فَأَبَوَاهُ يُهَوِّدَانِهِ أَوْ يُنَصِّرَانِهِ أَوْ يَمَجِّسَانِهِ

Artinya: "Tiada seorangpun yang dilahirkan kecuali dilahirkan pada fitrah (Islam)nya. Kedua orang tuanyalah yang menjadikannya Yahudi, Nasrani atau Majusi". (HR. al-Bukhâri dan Muslim)

Hadits tersebut menunjukkan bahwa peran orang tua memiliki signifikansi yang besar dalam membentuk karakter baik atau buruk anak. Setiap individu pada dasarnya dilahirkan dalam keadaan fitrah Islam dan dengan keimanan yang murni. Namun, lingkungan dan pendidikan yang diberikan oleh orang tua akan mempengaruhi perkembangan anak tersebut.

Peran Orang Tua dalam Membentuk Kebiasaan Shalat pada Remaja

Orang tua remaja A mengungkapkan bahwa mereka telah mengajarkan shalat sejak usia dini. Mereka memberikan contoh dengan melaksanakan shalat berjamaah dan melibatkan remaja A untuk melaksanakan shalat. Ayah remaja A tegas dalam mendidik untuk melaksanakan shalat, ayahnya menggunakan konsekuensi seperti tidak mengizinkan pergi bermain atau tidak memberikan uang jajan ketika remaja A tidak melaksanakan shalat. Menurut orang tua Remaja A dengan adanya konsekuensi Remaja A menjadi konsisten dalam melaksanakan shalat. Meskipun orang tua Remaja A telah menerapkan beberapa pendekatan dalam mendidik shalat kepada Remaja A, tetapi masih ada kelemahan dalam proses tersebut. Remaja A cenderung melaksanakan shalat hanya karena takut hukuman.

Orang tua remaja B mengungkapkan bahwa tidak memaksa anak untuk melaksanakan shalat ketika masih kecil, mereka memberikan contoh yang baik dengan menjalankan shalat secara rutin, memberikan pujian ketika anak-anak melaksanakan shalat. Namun, ketika anak-anak sudah baligh, orang tua mulai menegur jika mereka tidak melaksanakan shalat dan mengingatkan bahwa shalat merupakan kewajiban yang harus dilaksanakan seorang muslim dan akan mendapat dosa jika ditinggalkan. Selain itu, pelaksanaan shalat di rumah dilaksanakan secara berjamaah ketika ayahnya ada dirumah. Pendekatan yang dilakukan oleh orang tua remaja B dalam mendidik shalat telah berhasil membangun kesadaran dan motivasi internal pada Remaja B untuk melaksanakan shalat secara konsisten, meskipun terkadang terjadi keterlambatan dalam pelaksanaan shalat, remaja B tetap memiliki komitmen yang kuat untuk melaksanakan shalat dan menjadikannya sebagai bagian penting dalam kehidupannya.

Orang tua remaja C mengungkapkan telah mengajarkan remaja C untuk melaksanakan shalat sejak duduk di bangku sekolah dasar. Ibu remaja C memberikan contoh dengan melaksanakan shalat secara teratur dan selalu mengingatkan remaja C untuk melaksanakan shalat tepat waktu. Meskipun remaja C belum konsisten dalam melaksanakan shalat, ibunya tidak pernah memarahi karena ingin membangun kesadaran dalam diri remaja C untuk melaksanakan shalat tanpa di perintah. Meskipun orang tua telah melakukan upaya yang baik dalam mendidik remaja C mengenai shalat, terlihat bahwa self control remaja C dalam melaksanakan shalat masih terlihat lemah. Remaja C mengalami kendala dalam memprioritaskan waktu dan terkadang teralih oleh kegiatan lain.

Berdasarkan pernyataan-pernyataan tersebut, orang tua sangat berperan penting pada proses remaja dalam menumbuhkan self untuk melaksanakan shalat. Menurut Gilbert Highest dalam (Jalaluddin, 2003) kebiasaan anak-anak terbentuk melalui pendidikan yang diberikan oleh orang tua. Hal ini disebabkan karena anak-anak berada di bawah pengawasan orang tua sepanjang waktu, mulai dari saat mereka bangun tidur hingga tidur kembali. Rasulullah Saw menganjurkan untuk mengajarkan shalat kepada anak-anak pada usia tujuh tahun dan memberikan teguran pada usia sepuluh tahun. Beliau juga menyebutkan untuk memberikan hukuman fisik pada anak-anak tersebut saat usia mereka mencapai sepuluh tahun. Selain itu, Rasulullah Saw juga menyarankan untuk memberikan tempat tidur yang terpisah bagi mereka.

Rasulullah Saw Bersabda:

مُرُوا أَوْلَادَكُمْ بِالصَّلَاةِ وَهُمْ أَبْنَاءُ سَبْعِ سِنِينَ ، وَاضْرِبُوهُمْ عَلَيْهَا وَهُمْ أَبْنَاءُ عَشْرِ سِنِينَ ، وَفَرِّقُوا بَيْنَهُمْ فِي الْمَضَاجِ

Artinya: "Perintahkanlah anak-anak kalian yang sudah berumur tujuh tahun. Dan pukululah mereka karena meninggalkannya ketika telah berumur sepuluh tahun. Serta pisahkanlah mereka dalam tempat tidur mereka". (H.R. Ahmad, Abu Dawud)

Rasulullah Saw memiliki beberapa metode untuk mengajarkan anak-anak dalam melaksanakan shalat, antara lain melalui cerita-cerita, berbicara langsung mengenai inti persoalan, melibatkan anak dalam aktivitas, memberikan teladan dengan mengikuti contoh Rasulullah SAW, mendidik anak agar patuh kepada orang tua, dan membimbing mereka untuk memiliki akhlak yang baik.

Pendekatan dalam mendidik shalat pada remaja memiliki peran yang penting dalam membentuk kesadaran, motivasi, dan pengendalian diri remaja dalam melaksanakan shalat. Beberapa faktor yang mempengaruhi keberhasilan pendekatan tersebut antara lain: Pengenalan sejak usia dini; Memulai pengajaran shalat sejak usia dini memberikan kesadaran awal kepada anak tentang pentingnya melaksanakan shalat. Menjadi contoh yang baik; Orang tua yang menjadi contoh yang baik dalam melaksanakan shalat memberikan inspirasi dan motivasi kepada remaja. Peningkat dan penekanan kewajiban; Mengingatkan remaja tentang kewajiban shalat serta konsekuensi negatif yang timbul jika tidak melaksanakannya dapat memperkuat motivasi internal remaja. Komunikasi yang teratur; Komunikasi yang teratur antara orang tua dan remaja melalui berbagai media dapat memberikan penguatan positif dan pengingat yang konsisten tentang pentingnya melaksanakan shalat.

Self Control Remaja dalam Mengerjakan Shalat Wajib

Self control remaja A dalam melaksanakan shalat terlihat masih lemah. Remaja A masih sangat tergantung pada faktor eksternal seperti hukuman dan dari orang tua, serta mudah terpengaruh oleh lingkungan sekitarnya yang tidak melaksanakan shalat.

Remaja B menunjukkan telah memiliki self control yang kuat dalam melaksanakan shalat. Hal ini terbukti dengan adanya konsistensi, kesadaran diri yang tinggi, dan ketaatan dalam beribadah. Remaja B mampu mengendalikan dirinya untuk tetap taat dalam menjalankan ibadah.

Remaja C masih memiliki self control yang lemah, remaja C hanya melaksanakan shalat karena malu kepada teman-temannya jika dia tidak melaksanakan shalat, selain itu dia juga lebih memprioritaskan tugas kuliah, nonton dan membaca. Hal ini menunjukkan bahwa Remaja C tidak memiliki motivasi internal yang kuat untuk melaksanakan shalat.

Michael E. Cavanagh & Levitof dalam (Erhamwilda, 2015) mengemukakan bahwa orang-orang yang self controlnya kurang, menunjukkan perilaku kurang disiplin dan kesulitan dalam mengendalikan atau mengatur diri, ciri-ciri ini terlihat pada remaja A dan C yang kurang disiplin dalam melaksanakan shalat dan mudah terpengaruh pada faktor-faktor eksternal seperti ajakan teman untuk menunda shalat.

Self Control dalam mengerjakan shalat dapat di bentuk dengan membangun motivasi internal yang kuat, hal ini terlihat pada remaja B yang selalu taat, dan melaksanakan shalat dengan konsisten, karena memiliki kesadaran bahwa shalat wajib dilaksanakan bagi seorang muslim. Ketika remaja memiliki kesadaran diri untuk memahami nilai- nilai dan makna dari pelaksanaan shalat, maka akan tumbuh kedisiplinan dalam diri dan bertanggung jawab, sehingga selalu ingat kepada Allah (dzikrullah) dan akan ada perasaan selalu diawasi oleh Allah dalam melakukan segala tindakan, lalu munculah kehadiran hati (khusyu). Menurut Al-Ghazali, yang paling penting bagi setiap manusia adalah memiliki kehadiran hati. Melalui kehadiran hati saat melaksanakan shalat, manusia dapat merasakan kedekatan dengan Allah Swt. Ini memberikan nilai spiritual yang besar kepada setiap individu, seolah-olah Allah hadir di hadapan kita saat kita melaksanakan shalat. Maka orang yang melaksanakan shalat dengan benar, khusyu, dan konsisten akan memperlihatkan perbuatan yang mencerminkan sifat-sifat orang yang bertakwa, seperti takut kepada Allah, melakukan perintah-Nya, dan menjauhi larangan-Nya.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai proses menumbuhkan self control dalam mengerjakan shalat wajib pada remaja A, B dan C dapat di ambil kesimpulan sebagai berikut: Faktor yang mempengaruhi tingkat self control remaja dalam melaksanakan shalat yaitu motivasi internal, lingkungan keluarga, dan teman sebaya. Hal ini sesuai dengan pendapat A.W Logue dalam (Erhamwilda, 2015) bahwa faktor yang mempengaruhi tingkat self control seseorang yaitu faktor genetik dan faktor lingkungan. Sebagaimana telah ditegaskan dalam hadits Rasulullah Saw "Tiada seorangpun yang dilahirkan kecuali dilahirkan pada fitrah (Islam)nya. Kedua orang tuanyalah yang menjadikannya Yahudi, Nasrani atau Majusi." Pada hakikatnya, setiap anak lahir dengan fitrah Islam dan keimanannya yang murni. Namun, seiring dengan pertumbuhan, pengaruh lingkungan dan cara orang tua mendidik anak memainkan peran penting dalam membentuk karakter dan keyakinan anak

tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa motivasi Internal yang kuat, dukungan lingkungan yang positif, dan pemilihan teman sebaya yang baik sangat mempengaruhi tingkat self control remaja dalam melaksanakan shalat.

Orang tua sangat berperan penting pada proses remaja dalam menumbuhkan self control untuk melaksanakan shalat. Sesuai dengan pernyataan dari Gilbert Highest dalam (Jalaluddin, 2003) kebiasaan anak-anak terbentuk melalui pendidikan yang diberikan oleh orang tua. Hal ini disebabkan karena anak-anak berada di bawah pengawasan orang tua sepanjang waktu, mulai dari saat mereka bangun tidur hingga tidur kembali. Rasulullah Saw menganjurkan untuk mengajarkan shalat kepada anak-anak pada usia tujuh tahun dan memberikan teguran pada usia sepuluh tahun. Orang tua perlu mengenalkan shalat kepada anak sejak usia dini, memberikan contoh yang baik, mengingatkan tentang kewajiban shalat, dan memantau serta memberikan motivasi kepada anak, untuk memperkuat pemahaman dan kesadaran mengenai pentingnya shalat, sehingga ketika telah memasuki masa remaja, anak memiliki self control yang kuat dalam melaksanakan shalat.

Proses menumbuhkan self control dalam mengerjakan shalat wajib pada remaja sebenarnya sudah di bentuk oleh orang tua sejak kecil, tetapi remaja cenderung melaksanakan shalat karena takut akan hukuman atau bergantung pada faktor eksternal seperti lingkungan sosial. Self Control dalam mengerjakan shalat dapat di bentuk dengan membangun motivasi internal yang kuat. Ketika remaja memiliki kesadaran diri untuk memahami nilai-nilai dan makna dari pelaksanaan shalat, maka akan tumbuh kedisiplinan dalam diri dan bertanggung jawab, sehingga selalu ingat kepada Allah (dzikrullah) dan akan ada perasaan selalu diawasi oleh Allah dalam melakukan segala tindakan, lalu munculah kehadiran hati (khusyu). Menurut Al-Ghazali, yang paling penting bagi setiap manusia adalah memiliki kehadiran hati. Melalui kehadiran hati saat melaksanakan shalat, manusia dapat merasakan kedekatan dengan Allah Swt. Ini memberikan nilai spiritual yang besar kepada setiap individu, seolah-olah Allah hadir di hadapan kita saat kita melaksanakan shalat. Maka orang yang melaksanakan shalat dengan benar, khusyu, dan konsisten akan memperlihatkan perbuatan yang mencerminkan sifat-sifat orang yang bertakwa, seperti memiliki ketakutan akan Allah, melaksanakan perintah-Nya, dan menjauhi larangan-Nya.

Daftar Pustaka

- Abdullah, F. (2014). Virtues and character development in Islamic ethics and positive psychology.
- Cholik, & Ahmad Arisatul. (2015). Relasi Akal dan Hati menurut al-Ghazali. *KALIMAH*, 13(2), 287. <https://doi.org/10.21111/klm.v13i2.290>
- Dwi Marsela, R., & Supriatna, M. (2019). Kontrol Diri: Definisi dan Faktor. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research*, 3(2), 65–69. http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling
- Erhamwilda. (2015). Konseling sebaya alternatif kreatif layanan bimbingan konseling di sekolah. *Media Akademi*.
- Erhamwilda. (2018). Psikologi Belajar Islami; Dilengkapi Dengan Pendidikan Seks Bagi Anak Usia Dini (1st ed.). psikosain.
- Hiru Muhammad. (2021). Pentingnya Peran Orang Tua Bagi Kesehatan Mental Anak.
- Ibnul Qayyim al-Jauziyah. (2006). *TOBAT : Kembali kepada Allah*. Gema Insani Press.
- Iga, K. :, Aroma, S., Pendidikan, D. P., Perkembangan, D., Psikologi, F., Airlangga, U., Dalam, J. D., & Surabaya, S. (2012). Hubungan Antara Tingkat Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Perilaku Kenakalan Remaja Iga Serpianing Aroma Dewi Retno Suminar Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya. In *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan* (Vol. 01, Issue 02).
- Jalaluddin. (2003). *Teologi pendidikan*. Rajagrafindo persada.
- Makmun, & Abin Syamsuddin. (2005). *Psikologi kependidikan*. Remaja Rosdakarya.
- Muhammad Riyas. (2021). Viral Kelompok Remaja Berkelahi di Tana Toraja, Dipicu Saling Ejek di Medsos.
- Ola Nisa Iqtisodiyah Sa'adah, & M. Imam Pamungkas. (2022). Analisis Kegiatan Mentoring dalam Pembinaan Karakter Religius. *Jurnal Riset Pendidikan Agama Islam*, 127–132. <https://doi.org/10.29313/jrpai.v2i2.1515>
- Saiful Hadi El-Sutha. (2016). *Shalat Samudra Hikmah*. WahyuQolbu.
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High Self-Control Predicts Good Adjustment, Less Pathology, Better Grades, and Interpersonal Success. *Journal of Personality*, 72(2), 271–324. <https://doi.org/10.1111/j.0022-3506.2004.00263.x>