



## **Peranan Khauf terhadap Kontrol Diri Remaja Pondok Pesantren**

**Almadina<sup>1\*</sup>, Muhammad Zainal Abidin<sup>2</sup>, Mahdia Fadhila<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup>Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin

\*Email: [sdkalmadina99@gmail.com](mailto:sdkalmadina99@gmail.com)

### **Abstrak**

Perilaku negatif masih sering dijumpai pada remaja yang bersekolah di pondok pesantren. Salah satu faktor penyebabnya adalah kurangnya kontrol diri, yang dapat ditingkatkan dengan khauf. Hipotesis pada penelitian ini, yaitu (Ha) khauf berpengaruh signifikan terhadap kontrol diri remaja Pondok Pesantren Manba'ul 'Ulum Putri Kertak Hanyar dan (Ho) khauf tidak berpengaruh signifikan terhadap kontrol diri remaja Pondok Pesantren Manba'ul 'Ulum Putri Kertak Hanyar. Penelitian ini merupakan penelitian lapangan dengan metode kuantitatif. Sampel dalam penelitian ini adalah 62 remaja Pondok Pesantren Manba'ul 'Ulum Putri Kertak Hanyar. Penelitian ini menggunakan skala khauf dan skala kontrol diri sebagai alat pengumpulan data. Hasil yang didapat adalah khauf berpengaruh signifikan terhadap kontrol diri remaja Pondok Pesantren Manba'ul 'Ulum Putri Kertak Hanyar ( $p = 0,000$  artinya  $p < 0,05$ ) sehingga Ha diterima. Adapun besaran pengaruh khauf terhadap tingkat kontrol diri remaja Pondok Pesantren Manba'ul 'Ulum Putri Kertak Hanyar adalah sebesar 46,4%.

**Kata kunci:** kenakalan remaja, *khauf*, kontrol diri

### **PENDAHULUAN**

Fase remaja adalah fase yang begitu penting dan menarik untuk dibahas. Alasannya adalah karena fase remaja merupakan fase peralihan atau transisi dari fase anak-anak menuju fase dewasa dengan disertai adanya tanda-tanda pertumbuhan dan perkembangan pada aspek biologis maupun aspek psikologis (Hidayati & Farid, 2016). Tahap pertumbuhan dan perkembangan pada masa transisi ini akan dialami oleh setiap anak dengan proses yang berbeda-beda dan dapat menimbulkan pengaruh positif maupun negatif (Diananda, 2019). Efek positif akan muncul ketika anak sukses melalui berbagai perubahan itu secara fleksibel. Sementara dampak negatif dapat muncul

dikarenakan anak tidak berhasil dalam mengatasi berbagai perubahan yang terjadi dengan adaptif sehingga dapat menimbulkan berbagai permasalahan psikologis, emosional, dan perilaku negatif yang merugikan (Geldard, Geldard, & Foo, 2018).

Perilaku negatif pada remaja sekarang ini seringkali terjadi. UNICEF (2017) melaporkan pada tahun 2016 persentase kekerasan pada remaja di Indonesia mencapai 50%. Kenakalan remaja juga seringkali terjadi kota Banjarmasin (Leonsyah, 2021). Berdasarkan data konseling di sebuah Yayasan Konsultasi dan Pendampingan Psikososial bagi perempuan dan anak korban tindak kekerasan yang bernama Yayasan Wagas Limpua Banjarmasin, terdapat kasus kenakalan pada remaja yang mereka tangani setiap tahunnya. Sejak Januari 2016 hingga Maret 2019, kasus seks sebelum menikah, pemakaian narkoba serta menenggak minuman keras adalah kasus kenakalan remaja yang paling sering dijumpai (Rusdiyanti, Fahrurazi, & Anggraeni, 2019).

Perilaku negatif pada remaja tentunya tidak muncul dengan sendirinya melainkan disebabkan oleh adanya berbagai faktor pemicu, salah satunya adalah kurangnya kontrol diri (Hidayah, 2020). Kontrol diri adalah sebuah mekanisme yang dapat membantu, mengatur, dan mengarahkan perilaku individu (Wulandari, 2018). Kontrol diri berfungsi mengatur dan mengarahkan individu dalam mempertimbangkan segala sesuatunya terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu dan bertindak (Kenyawati, 2018). Dalam ajaran agama Islam, kontrol diri berkaitan erat dengan fungsi *qalb* yang condong kepada ketaatan (Alaydrus, 2017).

Setiap umat muslim hendaknya senantiasa memperkuat keyakinannya bahwa dirinya akan selalu diawasi oleh Allah SWT dalam setiap apa yang dilakukannya dan akan mempertanggungjawabkan semua itu kelak di hadapan Allah SWT. Salah satu cara agar menjadi pribadi yang lebih berhati-hati dalam setiap langkahnya adalah dengan

menumbuhkan *khauf* yang berarti takut kepada Allah SWT (Ikrar, 2019). Sifat ini yang mendorong individu untuk taat kepada Allah SWT dengan menjalankan segala perintah-Nya dan meninggalkan segala larangan-Nya (Jayanti, 2015). Individu cenderung akan lebih mawas diri dan berupaya menghindari perbuatan-perbuatan yang dilarang oleh Allah SWT serta senantiasa melaksanakan ibadah kepada Allah SWT ketika dirinya memiliki *khauf* (Gulen, 2014).

Menurut Mujib (2017) menumbuhkan *khauf* dapat dilakukan dengan menempuh pendidikan di bangku pesantren. Sistem pendidikan pesantren akan mengawasi dan mendisiplinkan berbagai kegiatan para santri khususnya terkait ibadah (Munib, 2017). Dari uraian di atas maka tujuan dari penelitian ini adalah mendeskripsikan tingkat *khauf* dan kontrol diri remaja pondok pesantren dan menganalisis apakah ada *khauf* memiliki peran yang signifikan dalam meningkatkan kontrol diri remaja pondok pesantren.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasi. Subjek dalam penelitian ini adalah 62 remaja Pondok Pesantren Manba'ul Ulum Putri Kertak Hanyar. Peneliti menggunakan teknik sampling jenuh yang menggunakan seluruh populasi sebagai subjek penelitian. Instrumen penelitian yang digunakan adalah skala *khauf* dari Al Ghazali (dalam Dacholfany, 2014) dan skala kontrol diri dari Averill (1973). Teknik analisis data yang digunakan adalah regresi linier sederhana dengan bantuan program SPSS for Windows 25 untuk mengetahui pengaruh sifat *khauf* terhadap kontrol diri remaja Pondok Pesantren Manba'ul Ulum Putri Kertak Hanyar.

## HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil analisis deskriptif diketahui bahwa skor kategorisasi *khauf* remaja Pondok Pesantren Manba'ul Ulum Putri Kertak Hanyar berada dalam kategori tinggi dan sangat tinggi dengan persentase 19,4% dan 80,6%.

**Tabel 1**

Hasil Kategorisasi *Khauf* Remaja Pondok Pesantren

<b>Norma</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>	<b>Keterangan</b>
$X > 60$	50	80,6%	Sangat tinggi
$50 < X \leq 60$	12	19,4%	Tinggi
$40 < X \leq 50$	0	0%	Rendah
$X \leq 40$	0	0%	Sangat rendah

Sedangkan hasil analisis deskriptif pada variabel kontrol diri diperoleh skor kategorisasi remaja Pondok Pesantren Manba'ul Ulum Putri Kertak Hanyar 29% berada dalam kategori sangat tinggi, 48,4% berada dalam kategori tinggi, 14,5% berada dalam kategori rendah, dan 8,1% berada dalam kategori sangat rendah.

**Tabel 2**

Hasil Kategorisasi Kontrol Diri Remaja Pondok Pesantren

<b>Norma</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>	<b>Keterangan</b>
$X > 51$	18	29%	Sangat tinggi
$42,5 < X \leq 51$	30	48,4%	Tinggi
$34 < X \leq 42,5$	9	14,5%	Rendah
$X \leq 34$	5	8,1%	Sangat rendah

Setelah melakukan analisis deskriptif selanjutnya melakukan analisis regresi linier sederhana, namun sebelum itu perlu dilakukan uji asumsi klasik sebagai prasyarat melakukan analisis statistik parametrik. Pada analisis regresi linier sederhana terdapat dua uji persyaratan yang harus terpenuhi, yakni uji normalitas dan uji linieritas.

Berdasarkan hasil uji normalitas pada 62 remaja pondok pesantren diperoleh skor koefisien signifikansi sebesar 0,200 ( $p > 0,05$ ). Artinya data dalam penelitian ini terdistribusi dengan normal.

Selanjutnya, hasil uji linieritas diperoleh skor koefisien signifikansi sebesar 0,771 ( $p > 0,05$ ). Artinya antara variabel *khauf* dengan variabel kontrol diri ada garis yang menghubungkannya secara linier.

Setelah dipastikan bahwa kedua persyaratan tersebut telah terpenuhi, maka dilakukanlah analisis regresi linier sederhana. Dari hasil analisis diperoleh skor koefisien signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ). Artinya, *khauf* memiliki peran yang signifikan terhadap kontrol diri remaja pondok pesantren. Kontribusi yang dihasilkan variabel *khauf* dalam penelitian ini terhadap kontrol diri adalah sebesar 46,4%.

**Tabel 3**

Hasil Analisis Regresi Linier Sederhana

<b>Variabel</b>	<b>R Square</b>	<b>Sig.</b>	<b>Keterangan</b>
<i>Khauf</i> terhadap kontrol diri	0,464	0,000	Hipotesis diterima

Selanjutnya dilakukan analisis koefisien determinasi dengan tujuan untuk mengetahui sumbangan efektif dari masing masing aspek variabel *khauf* terhadap variabel kontrol diri. Ada dua aspek variabel *khauf* yang digunakan dalam penelitian ini, yakni aspek makrifat kepada Allah SWT beserta sifat-sifatnya dan aspek memeluk ketaatan kepada Allah SWT. Dari hasil analisis koefisien determinasi diketahui bahwa aspek makrifat kepada Allah SWT beserta sifat-sifatnya memiliki kontribusi yang lebih dominan terhadap kontrol diri, yakni sebesar 47,6%. Sedangkan kontribusi yang dihasilkan aspek memeluk ketaatan kepada Allah SWT terhadap kontrol diri sebesar 4,3%.

**Tabel 4**

Hasil Analisis Koefisien Determinasi

<b>Aspek Khauf</b>	<b>B</b>	<b>Cross Product</b>	<b>Regression</b>	<b>Sumbangan</b>
Makrifat kepada Allah SWT beserta sifat-sifatnya	1,25	931,03	1264,73	51,9%
Memeluk ketaatan kepada Allah SWT	0,19	558,55		

Adapun rumus yang digunakan untuk mengetahui kontribusi yang dihasilkan dari masing-masing aspek adalah sebagai berikut:

$$SE_{X_i} = \left| \frac{b_{X_i} \cdot CP \cdot R^2}{\text{Regression}} \right|$$

Keterangan:

- $b_{X_i}$  = Koefisien b komponen x  
CP = Cross Product komponen x  
Regression = Nilai regresi  
 $R^2$  = Sumbangan efektif Total

## PEMBAHASAN

Masa remaja dalam Islam merupakan masa yang paling dibanggakan (Munjiat, 2018). Pada masa ini, remaja harus menyadari bahwa dirinya bukan lagi anak kecil dan sudah mulai memiliki tanggung jawab atas dirinya sendiri. Remaja juga harus memahami batasan apa saja yang boleh dilakukan dan tidak. Misalnya remaja tidak boleh lagi meninggalkan shalat, harus selalu menjaga aurat, menjaga pergaulan, dan harus senantiasa berusaha untuk selalu dekat dengan Allah SWT (Jannah, 2017). Salah satu langkah untuk menjadikan remaja sesuai dengan ajaran Islam adalah dengan memberikan pendidikan berbasis Islami, misalnya menyekolahkan di bangku pesantren (Arjoni, 2017). Dengan menyekolahkan remaja di bangku pesantren banyak pelajaran yang dapat diperoleh dan diterapkan dalam menjaga keimanannya, salah satunya adalah sifat *khauf* (Luthfiana, 2017).

Menurut Al-Ghazali (dalam Dacholfany, 2014), *khauf* adalah suatu getaran dalam hati yang muncul saat adanya prasangka akan menemui sesuatu hal yang tidak disukai. *Khauf* dapat membuat individu berpegang teguh pada kaidah Islam yang menjadi pemicu individu untuk menjauhkan diri dari berbagai kemaksiatan dan hal-hal yang dilarang (Yusuf, 2020). Individu yang memiliki *khauf* tidak hanya

terjaga dari bahaya di dunia tetapi juga dapat terhindar dari siksa di akhirat (Najati, Aldizar, & Suparta, 2006). Rasa takut kepada Allah SWT akan mendorong individu menjadi takwa kepada Allah SWT, senantiasa mencari Ridha-Nya, mengikuti apa yang diperintah-Nya, meninggalkan apa yang dilarang-Nya. Adanya rasa takut tersebut akan membawa individu kepada keamanan, karena tidak ada jalan untuk mendapatkan keamanan kecuali dengan takut kepada Allah SWT (Jayanti, 2015).

Berdasarkan hasil analisis dalam penelitian ini diketahui bahwa *khauf* memiliki keterkaitan dengan kontrol diri remaja. *Khauf* berfungsi sebagai perisai dalam pengendalian diri remaja (Ulya, Nurliana, & Sukiyat, 2021). Individu yang memiliki *khauf* akan senantiasa mengontrol diri agar terhindar dari hal-hal yang dibenci oleh Allah SWT dan senantiasa berhati-hati dalam berperilaku maupun mengambil keputusan karena semata-mata rasa takutnya kepada Allah SWT (Casmimi, Nurfadhi, & Kusumaningrum, 2021). Menurut Mujib (2017) *khauf* dapat mengarahkan individu untuk mengintrospeksi perilakunya, apakah perilakunya telah sesuai dengan kehendak Allah SWT atau tidak. Meskipun dukungan dari penelitian terhadulu yang mengkaji keterkaitan antara *khauf* dengan kontrol diri masih minim namun penelitian lainnya yang membahas peran *khauf* terhadap variabel psikologi masih dapat dijumpai, seperti penelitian dari Masrurroh (2019) yang mengkaji *khauf* terhadap regulasi emosi. Sebagaimana telah diketahui bahwa dalam ilmu psikologi, teori regulasi emosi memiliki kesamaan dengan teori kontrol diri (Nurdin dkk., 2021); dengan demikian, maka dapat dikatakan bahwa *khauf* dapat berpengaruh terhadap kontrol diri.

## KESIMPULAN

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah, ada pengaruh yang signifikan *khauf* terhadap kontrol diri remaja Pondok Pesantren Manba'ul Ulum Putri Kertak Hanyar. Meskipun demikian, konsep semakin tinggi *khauf* maka semakin tinggi juga kontrol diri dalam penelitian ini tidak terlihat; hal ini karena sebagian besar remaja memiliki tingkat *khauf* yang sangat tinggi namun tidak didukung dengan kontrol diri yang juga tinggi. Hasil kategorisasi kontrol diri lebih bervariasi antara tinggi dan rendah cenderung lebih merata. Saran bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dengan tema penelitian ini untuk dapat menggunakan responden santri putra, karena dalam penelitian ini populasi yang digunakan hanya dari remaja santri putri.

## REFERENSI

- Alaydrus, R. M. (2017). Membangun kontrol diri remaja melalui pendekatan islam dan neuroscience. *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 22(2), 15-27. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol22.iss2.art2>
- Arjoni, A. (2017). Pendidikan Islam dan kenakalan remaja. *Turast: Jurnal Penelitian dan Pengabdian*, 5(2), 189-204. <https://doi.org/10.15548/turast.v5i2.368>
- Averill, J. R. (1973). Personal control over aversive stimuli and its relationship to stress. *Psychological Bulletin*, 80(4), 286-303. <https://doi.org/10.1037/h0034845>
- Casmini, C., Nurfadhi, T., & Kusumaningrum, P. (2021). Penanaman Khauf dan Raja' dalam pendidikan karakter remaja. *Syifa Al-Qulub*, 5(2), 123-131. <https://doi.org/10.15575/saq.v5i2.8730>
- Dacholfany, M. I. (2014). Al-Khauf dan Al-Raja' menurut Al-Ghazali. *Assalam*, 5(1), 35-44. <https://doi.org/10.51226/assalam.v3i1.52>
- Diananda, A. (2019). Psikologi remaja dan permasalahannya. *Journal ISTIGHNA*, 1(1), 116-133. <https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>



- Geldard, K., Geldard, D., & Foo, R. Y. (2018). *Counselling children: A practical introduction*. SAGE.
- Gulen, M. F. (2014). *Tasawuf untuk kita semua*. Republika Penerbit.
- Hidayah, N. R. (2020). Kontrol diri dan konformitas terhadap kenakalan remaja. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(4), 657–670. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v8i4.5571>
- Hidayati, K. B., & Farid, M. (2016). Konsep diri, adversity quotient dan penyesuaian diri pada remaja. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(2), 137-144. <https://doi.org/10.30996/persona.v5i02.730>
- Ikrar, I. (2019). Konsep khauf dalam tafsir Al—Misbah telaah atas pokok-pokok pikiran tasawuf M. Quraish Shihab. *Mumtaz: Jurnal Studi Al-Qur'an dan Keislaman*, 2(1), 27–56. <https://doi.org/10.36671/mumtaz.v2i1.18>
- Jannah, M. (2017). Remaja dan tugas-tugas perkembangannya dalam islam. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, 1(1), 243-256. <https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v1i1.1493>
- Jayanti, M. D. (2015). *Pengaruh khauf terhadap perilaku menyontek mahasiswa tasawuf dan psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang*. [Skripsi]. Universitas Islam Negeri Walisongo.
- Kenyawati, A. M. (2018). *Pengaruh kontrol diri terhadap kenakalan remaja di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA) “Raden Sahid” Mangunan Lor Kebonagung Demak* [Skripsi]. Universitas Islam Negeri Walisongo.
- Leonsyah, L. (2021, September 26). Terungkap tawuran Banjarmasin terjadi tiap minggu, gunakan celurit, pisau sampai kayu. *Koranbanjar.Net*. <https://koranbanjar.net/terungkap-tawuran-banjarmasin-terjadi-tiap-minggu-gunakan-celurit-pisau-sampai-kayu/>
- Luthfiana, N. U. (2017). Analisis makna khauf dalam Al-Qur'an: Pendekatan semantik Toshihiko Izutsu. *AL ITQAN: Jurnal Studi Al-Qur'an*, 3(2), 95–118. <https://doi.org/10.47454/itqan.v3i2.61>
- Masruroh, H. Z. (2019). *Pengaruh penerapan self training khauf dan raja' untuk regulasi emosi pada santri di Madrasah Tsanawiyah*

- Nurul Wafa Besuki Situbondo [Skripsi]. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel.
- Mujib, A. (2017). *Teori kepribadian: Perspektif psikologi Islam*. Rajawali Pers.
- Munib, M. (2017). Membangun tradisi akademik pendidikan pesantren dalam pembentukan karakter. *KABILAH: Journal of Social Community*, 2(1), 118–136. <https://doi.org/10.35127/kbl.v2i1.3093>
- Munjiat, S. M. (2018). Peran Agama Islam dalam pembentukan pendidikan karakter usia remaja. *Al-Tarbawi Al-Haditsah: Jurnal Pendidikan Islam*, 3(1), 170–190. <https://doi.org/10.24235/tarbawi.v3i1.2954>
- Najati, M. ‘Uthmān, Aldizar, H. A., & Suparta, T. (2006). *Ilmu jiwa dalam Al-Qur’an*. Pustaka Azzam.
- Nuridin, Muh. N. H., Rahmah, A. I., Ansyar, A., Salim, M. Y., Jannah, M., & Fitriazahra, M. (2021). Regulasi emosi sebagai upaya kontrol diri warga binaan rutan kelas 1 Makassar. *PENGABDI: Jurnal Hasil Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 197–202. <https://doi.org/10.26858/pengabdi.v2i2.24976>
- Rusdiyanti, I., Fahrurazi, F., & Anggraeni, S. (2019). Faktor-faktor yang melatarbelakangi kenakalan pada remaja di yayasan “wagas limpua” Banjarmasin. *Healthy-Mu Journal*, 3(1), 14–24. <https://doi.org/10.35747/hmj.v3i1.377>
- Ulya, M., Nurliana, N., & Sukiyat, S. (2021). Pengelolaan dan pengendalian emosi negatif perspektif Al Quran. *El-Umdah*, 4(2), 159–184. <https://doi.org/10.20414/elumdah.v4i2.4229>
- UNICEF. (2017). *UNICEF annual report 2016*. United Nations Children’s Fund.
- Wulandari, N. (2018). Identifikasi kontrol diri dan asertivitas diri anggota geng sekolah. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, 4(3), 155–166.
- Yusuf, M. (2020). Bahaya Hamba Bersandar Pada Amal: Perspektif Khauf dan Raja’. *PUTIH: Jurnal Pengetahuan Tentang Ilmu Dan Hikmah*, 5(1), 53–84. <https://doi.org/10.51498/putih.v5i1.62>