
AKHLAQ SEBAGAI PILAR PEMBENTUKAN KARAKTER DALAM UPAYA MENGATASI KECANDUAN GADGET

M.Aiman Naufal¹, Muhammad Murtadha², Sugiannor³, Muh. Haris Zubaidillah⁴

^{1,2,3,4}Ma'had 'Aly Rakha

^{1,2,3,4}Amuntai, Kalimantan Selatan

Email: naufal1005@gmail.com¹, murtadhaphg@gmail.com², sugiannor142@gmail.com³,
hariszub@gmail.com⁴

Abstrak

Kecanduan gawai pada anak dan remaja telah memicu krisis kesehatan mental dan degradasi moral yang serius. Pendekatan eksternal dan intervensi medis terbukti belum menyentuh akar permasalahan yang terletak pada lemahnya kontrol diri terhadap algoritma digital adiktif. Penelitian kualitatif studi kepustakaan ini bertujuan menganalisis peran pendidikan akhlak sebagai instrumen pengendalian perilaku adiktif dalam perspektif Islam. Data bersumber dari Al-Qur'an, Hadits, pemikiran ulama, serta literatur ilmiah terkait. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendidikan akhlak berfungsi sebagai sistem kendali internal (*self-control*) melalui nilai sabar, bijaksana, disiplin, dan tanggung jawab. Nilai-nilai ini berperan sebagai "antivirus mental" yang menahan impuls adiktif dan menjaga kedaulatan individu atas waktu. Disimpulkan bahwa penguatan akhlak merupakan solusi preventif fundamental dalam membentengi generasi muda dari dampak negatif teknologi digital.

Kata Kunci:

Kecanduan Gawai, Pendidikan Akhlak, Kontrol Diri, Pendidikan Islam, Kesehatan Mental.

Abstract

Gadget addiction among children and adolescents has triggered a serious mental health crisis and moral degradation. External approaches and medical interventions have proven insufficient in addressing the root cause, which lies in weak self-control against addictive digital algorithms. This qualitative library research aims to analyze the role of moral education (*Akhlaq*) as a behavioral control instrument from an Islamic perspective. Data were synthesized from the Qur'an, Hadith, scholarly thoughts, and related scientific literature. The results indicate that moral education functions as an internal self-control system through the values of patience, wisdom, discipline, and responsibility. These values act as a "mental antivirus" to resist addictive impulses and maintain individual sovereignty over time. In conclusion, strengthening *Akhlaq* is a fundamental preventive solution to shield the younger generation from the negative impacts of technology.

Keywords:

Gadget Addiction, Moral Education, Self-Control, Islamic Education, Mental Health.

PENDAHULUAN

Belasan Anak di Jabar Masuk RS Jiwa Akibat Gadget Berita ini melaporkan peningkatan pasien anak di RSJ Cisarua Bandung yang mengalami gangguan jiwa akibat kecanduan gawai. Ini membuktikan bahwa tanpa filter karakter (akhlaq), kontrol diri anak bisa hancur.¹ Kemajuan teknologi memudahkan akses informasi namun memicu degradasi moral anak. Tanpa pengawasan, anak cenderung meniru konten negatif akibat durasi penggunaan gadget yang berlebihan. Hal ini menyebabkan emosi tak terkontrol dan rendahnya empati. Oleh karena itu, penguatan akhlaq diperlukan sebagai filter karakter untuk mengatasi kecanduan digital.² Kondisi saat ini menunjukkan krisis kesehatan mental dan degradasi moral akut pada anak akibat adiksi gawai, sebagaimana kasus di RSJ Cisarua. Tanpa filter akhlak, anak kehilangan kontrol diri dan empati. Penguatan karakter internal menjadi solusi mendesak untuk membentengi generasi dari dampak negatif algoritma digital yang adiktif.

Indonesia merupakan negara dengan tingkat kecanduan gadget tertinggi di dunia yaitu lebih dari 6 jam/hari. Hal ini memicu lonjakan kasus kecanduan pada anak yang berdampak fatal, seperti gangguan penglihatan, obesitas, masalah mental/psikis, hingga perilaku agresif dan penurunan prestasi akademik akibat kurangnya aktivitas fisik serta interaksi sosial.³ Penggunaan Gadget, terutama di kalangan siswa, menimbulkan dampak yang besar terhadap akhlak. Hal ini disebabkan oleh pengaruh gadget yang dapat menyebabkan siswa melalaikan kewajiban belajar dan mengembangkan kecanduan smartphone.⁴ Terpuruknya suatu negara bukan disebabkan oleh kebodohan atau ketidakmampuan menguasai teknologi dan pengetahuan, tetapi lebih kepada kehancuran

¹ Whisnu Pradana, "Kasus Anak Kecanduan Gadget di Jabar, Belasan Rawat Jalan-Ada yang Meninggal," detiknews, diakses 8 Januari 2026, <https://news.detik.com/berita-jawa-barat/d-5501680/kasus-anak-kecanduan-gadget-di-jabar-belasan-rawat-jalan-ada-yang-meninggal>.

² Kompasiana.com, "Dampak Negatif Penggunaan Media Sosial terhadap Pemahaman Moral Anak," KOMPASIANA, 14 Desember 2023, <https://www.kompasiana.com/nizarzam1234/657a8e0312d50f165b7cbe62/dampak-negatif-penggunaan-media-sosial-terhadap-pemahaman-moral-anak>.

³ Tim PPID Ditbalnak, "Kajian Epidemiologis Kasus Kecanduan Gadget Pada Anak Di Indonesia," *Orang Tua Hebat*, 28 Agustus 2024, <https://www.orangtuahebat.id/kajian-epidemiologis-kecanduan-gadget/>.

⁴ H. Rahmadiyah, *Gadget Di Sekolah Berbasis Pesantren (Fenomena Pelanggaran Penggunaan Gadget Di Ma Al-Huda Sumber Nangka Larangan Pamekasan) (Doctoral Dissertation, Institut Agama Islam Negeri Madura)*, 2020.

akhlak. Oleh karena itu, nilai pengetahuan seharusnya disertai dengan peningkatan moral dan akhlak yang baik.⁵

Ditengah maraknya penggunaan media sosial dengan gadget ini perusahaan teknologi sengaja merancang media sosial dengan fitur adiktif seperti *infinite scroll* dan tombol "Like" untuk mengeksploitasi psikologi manusia demi keuntungan iklan. Hal ini menciptakan ketergantungan layaknya narkoba yang menyita waktu pengguna, memicu depresi, kesepian, serta gangguan kesehatan mental, terutama pada remaja yang rentan kehilangan kendali atas waktu dan harga diri mereka.⁶ Nilai sabar menjadi pegangan agar pengguna tidak terpengaruh narasi negatif atau terlena kemudahan internet. Sementara itu, sikap bijaksana penting untuk menciptakan ekosistem digital sehat dan mencegah penyebaran hoaks. Keduanya berfungsi sebagai *self control* internal untuk menghindari perilaku negatif dalam penggunaan teknologi.⁷

Meskipun fenomena kecanduan gadget telah terdokumentasi secara luas melalui laporan klinis, seperti peningkatan pasien anak di RSJ Cisarua yang mengalami gangguan jiwa akibat hilangnya kontrol diri.⁸ mayoritas literatur dan kebijakan saat ini masih cenderung bersifat reaktif. Data terbaru menunjukkan bahwa paparan gawai berlebih pada usia dini telah memicu krisis kesehatan mental global, di mana Indonesia menjadi salah satu fokus utama karena tingginya tingkat penetrasi internet tanpa filter digital yang memadai.⁹ Namun, solusi yang ditawarkan sejauh ini masih didominasi oleh pendekatan eksternal, seperti pembatasan waktu layar secara teknis atau intervensi medis pasca-gejala muncul. Terdapat celah signifikan (*research gap*) dalam literatur mengenai bagaimana mekanisme internal manusia dapat dipersenjatai untuk melawan fitur adiktif media sosial yang sengaja dirancang untuk mengeksploitasi psikologi pengguna.¹⁰

Kesenjangan ini terlihat pada minimnya integrasi nilai Akhlaq sebagai pilar utama pembentukan karakter yang berfungsi sebagai sistem kendali mandiri (*self-control*).

⁵ Yusron Nur Hadi dan Niken Ayu Khoirun Nisa, *Polemik Pendidikan Indonesia* (2023).

⁶ "Social media apps are 'deliberately' addictive to users," 3 Juli 2018, <https://www.bbc.com/news/technology-44640959>.

⁷ Amri Yahya, *ETIKA ISLAM SEBAGAI SELF CONTROL PENGGUNA TEKNOLOGI DIGITAL*, 6 (2024): 5-6.

⁸ antaranews.com, "RSJ Jabar ungkap kasus anak ODGJ akibat penggunaan gawai berlebih," Antara News, 10 Oktober 2019, <https://www.antaranews.com/berita/1106674/rsj-jabar-ungkap-kasus-anak-odgj-akibat-penggunaan-gawai-berlebih>.

⁹ UNICEF, ed., *On My Mind: Promoting, Protecting and Caring for Children's Mental Health*, The State of the World's Children 2021 (UNICEF, 2021), 12.

¹⁰ "Social media apps are 'deliberately' addictive to users."

Selama ini, nilai-nilai moral seringkali hanya dipandang sebagai materi pengetahuan teoritis di sekolah, bukan sebagai instrumen praktis untuk memfilter arus informasi dan menahan impuls adiktif digital.¹¹ Sementara perusahaan teknologi terus memperkuat algoritma *infinite scroll* yang memicu ketergantungan layaknya narkoba.¹² pendekatan pembentukan karakter yang komprehensif justru sering terabaikan. Oleh karena itu, penelitian ini hadir untuk mengisi kekosongan tersebut dengan memposisikan Akhlaq terutama nilai sabar dan bijaksana bukan sekadar sebagai konsep etika, melainkan sebagai "antivirus mental" yang mampu membangun ketahanan internal individu agar tetap berdaulat atas waktu dan moralitas mereka di tengah kepungan teknologi digital.¹³

Kondisi saat ini menunjukkan bahwa pembatasan durasi gawai secara fisik belum mampu mengatasi algoritma adiktif yang merusak psikis anak. Oleh karena itu, penelitian ini memfokuskan pada transformasi Akhlak sebagai instrumen regulasi diri untuk melawan daya tarik *infinite scroll*. Masalahnya berpusat pada penciptaan filter internal yang mampu menjaga moralitas dan waktu remaja di tengah kepungan teknologi digital. Alih-alih mengandalkan tindakan kuratif pasca-gejala muncul, studi ini menawarkan penguatan karakter sebagai pilar preventif yang memungkinkan generasi muda tetap berdaulat atas diri mereka sendiri.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kepustakaan (library research). Pendekatan ini dipilih karena fokus penelitian diarahkan pada kajian konseptual dan normatif mengenai peran pendidikan akhlak sebagai instrumen pengendalian perilaku adiktif gadget dalam perspektif pendidikan Islam. Penelitian ini tidak bertujuan untuk mengukur fenomena secara statistik, melainkan untuk memahami, menafsirkan, dan menganalisis secara mendalam keterkaitan antara kecanduan gadget, degradasi moral, serta urgensi penguatan akhlak sebagai sistem kendali diri (self-control) di era digital.

Sifat penelitian ini adalah deskriptif-analitis, yaitu mendeskripsikan fenomena kecanduan gadget pada anak dan remaja sebagaimana yang terdokumentasi dalam

¹¹ Kompasiana.com, "Dampak Negatif Penggunaan Media Sosial terhadap Pemahaman Moral Anak."

¹² "Social Media Addiction: What It Is and What to Do About It," Healthline, 6 Agustus 2020, <https://www.healthline.com/health/social-media-addiction>.

¹³ Yahya, *ETIKA ISLAM SEBAGAI SELF CONTROL PENGGUNA TEKNOLOGI DIGITAL*, 5–6.

berbagai literatur dan laporan ilmiah, kemudian menganalisisnya menggunakan kerangka teoritik psikologi pendidikan dan nilai-nilai akhlak dalam Islam. Melalui pendekatan ini, penelitian berupaya mengungkap bagaimana kecanduan gadget tidak hanya berdampak pada aspek kesehatan mental dan sosial, tetapi juga berimplikasi langsung pada pembentukan karakter dan moral peserta didik.

Sumber data dalam penelitian ini terdiri atas data primer dan sekunder. Data primer diperoleh dari Al-Qur'an dan Hadits yang membahas konsep akhlak, pengendalian diri, pengelolaan waktu, serta tanggung jawab moral manusia. Selain itu, pemikiran para ulama klasik dan kontemporer dalam bidang pendidikan Islam, seperti Al-Ghazali dan tokoh tarbiyah Islamiyah, juga dijadikan rujukan utama. Adapun data sekunder berasal dari buku, jurnal ilmiah, artikel akademik, serta laporan dan berita ilmiah yang mengkaji kecanduan gadget, adiksi media sosial, dan dampaknya terhadap kesehatan mental serta karakter anak dan remaja.

Pengumpulan data dilakukan melalui teknik dokumentasi dengan cara menelusuri, membaca, dan mengkaji secara kritis berbagai sumber tertulis yang relevan dengan fokus penelitian. Data yang diperoleh kemudian diklasifikasikan berdasarkan tema, seperti konsep kecanduan gadget, nilai-nilai akhlak dalam Islam, dan strategi pendidikan akhlak dalam pembentukan karakter. Proses ini bertujuan untuk memperoleh gambaran yang komprehensif dan sistematis mengenai objek kajian.

Analisis data dilakukan menggunakan metode analisis isi (content analysis). Data yang telah diklasifikasikan dianalisis melalui proses reduksi, interpretasi, dan sintesis untuk menemukan pola keterkaitan antara nilai-nilai akhlak seperti sabar, bijaksana, disiplin, dan tanggung jawab dengan mekanisme pengendalian perilaku adiktif gadget. Hasil analisis tersebut kemudian dirumuskan menjadi kesimpulan konseptual mengenai fungsi pendidikan akhlak sebagai filter internal dan instrumen preventif dalam menghadapi pengaruh adiktif teknologi digital.

Untuk menjaga keabsahan data dan hasil analisis, penelitian ini menggunakan triangulasi sumber dengan membandingkan berbagai perspektif, baik dari literatur Islam klasik, kajian psikologi modern, maupun temuan empiris dalam laporan ilmiah. Konsistensi antara teori dan data dijadikan tolak ukur validitas penelitian. Dengan metode ini, penelitian diharapkan mampu memberikan kontribusi akademik dalam memperkuat posisi pendidikan akhlak sebagai pilar strategis pembentukan karakter dan pengendalian kecanduan gadget di era digital.

HASIL PEMBAHASAN

A. Konsep Kecanduan Gadget Dalam Perspektif Psikologi Dan Pendidikan

Kecanduan gadget, atau secara klinis sering disebut sebagai *smartphone addiction*, didefinisikan sebagai perilaku keterikatan pada perangkat elektronik yang bersifat kompulsif, sehingga mengganggu fungsi harian, kesehatan, dan interaksi sosial individu.¹⁴ Karakteristik perilaku adiktif dalam penggunaan teknologi ini mencakup *salience* (gadget menjadi aktivitas paling penting), *withdrawal* (perasaan tidak nyaman saat tidak menggunakan gadget), dan *loss of control* (ketidakmampuan untuk membatasi durasi penggunaan).¹⁵ Secara psikologis, fenomena ini memicu pelepasan dopamin yang berlebihan di otak, yang jika tidak dikendalikan, akan merusak prefrontal korteks, terutama pada anak dan remaja yang fungsi kontrol dirinya masih dalam tahap perkembangan.

Dalam konteks pendidikan Islam, indikator kecanduan gadget dapat dilihat dari pengabaian terhadap kewajiban ibadah (*melalaikan shalat*) dan hilangnya adab dalam berinteraksi sosial. Islam memandang penggunaan waktu secara sia-sia (*tabzir al-waqt*) sebagai kerugian besar, karena setiap detik kehidupan akan dimintai pertanggungjawaban.¹⁶ Indikator utama pada remaja meliputi perubahan emosional seperti mudah marah (*irritable*) jika dilarang menggunakan gadget, isolasi diri dari lingkungan keluarga, serta penurunan prestasi akademik dan kedisiplinan beragama.¹⁷ Pendidikan Islam menekankan pentingnya *riyadhah* (latihan jiwa) dan *muhasabah* untuk membentuk *self-regulation* yang kuat, agar teknologi digunakan sebagai sarana *thalabul ilmi* (mencari ilmu), bukan sebagai alat pemuas hawa nafsu yang bersifat adiktif.¹⁸

¹⁴ Sylvie Puspita M.Kep S. Kep, Ns, *MONOGRAF: Fenomena Kecanduan Gadget Pada Anak Usia Dini* (Cipta Media Nusantara, t.t.), 12.

¹⁵ Mark Griffiths, "A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework," *Journal of Substance Use* 10, no. 4 (2005): 191–97, <https://doi.org/10.1080/14659890500114359>.

¹⁶ "DEMI MASSA.indd - Demi Masa (Al Waqt fi Hayatil Muslim) - Yusuf Al Qardhawi.pdf," diakses 12 Januari 2026, [https://digilib.umsb.ac.id/js/pdfs/web/viewer.html?file=../../repository//Demi%20Masa%20\(AI%20Waqt%20fi%20Hayatil%20Muslim\)%20-%20Yusuf%20Al%20Qardhawi.pdf](https://digilib.umsb.ac.id/js/pdfs/web/viewer.html?file=../../repository//Demi%20Masa%20(AI%20Waqt%20fi%20Hayatil%20Muslim)%20-%20Yusuf%20Al%20Qardhawi.pdf).

¹⁷ Sabrina Azzahra dkk., "Dampak Kecanduan Gadget Terhadap Emosi Dan Kepribadian Remaja," *JPNM Jurnal Pustaka Nusantara Multidisiplin* 3, no. 1 (2025): 3, <https://doi.org/10.59945/jpnm.v3i1.344>.

¹⁸ Abuddin Nata, "PENDIDIKAN ISLAM DI ERA MILENIAL," *Conciencia* 18, no. 1 (2018): 210, <https://doi.org/10.19109/conciencia.v18i1.2436>.

B. Hakikat Akhlak dan Karakter Dalam Pendidikan Islam

1. Konsep akhlak dalam al-qur'an dan hadits

Secara etimologis, kata akhlak berasal dari bahasa Arab *khuluq* yang berarti tabiat, budi pekerti, atau karakter.¹⁹ Dalam struktur pemikiran Islam, akhlak bukanlah sekadar norma sosial yang bersifat relatif, melainkan manifestasi dari keimanan (*aqidah*) dan peribadatan (*syariah*).²⁰ Al-Qur'an menempatkan akhlak sebagai inti dari risalah samawi, di mana Nabi Muhammad SAW disebut sebagai prototipe manusia dengan moralitas sempurna (QS. Al-Qalam: 4).²¹ Karakteristik utama akhlak dalam Al-Qur'an bersifat komprehensif, mencakup dimensi vertikal (*habl min Allah*) dan horizontal (*habl min al-nas*).

Dalam literatur Hadits, urgensi akhlak ditekankan sebagai parameter kesempurnaan iman seseorang. Rasulullah SAW menegaskan dalam sebuah riwayat bahwa misi utama kenabian adalah *li utammima makarim al-akhlaq* (untuk menyempurnakan kemuliaan akhlak).²² Hal ini menunjukkan bahwa agama bukan hanya ritual formalitas, melainkan transformasi perilaku yang membawa kemaslahatan bagi lingkungan sosial.²³ Lebih lanjut, konsep ihsan menyembah Allah seolah-olah melihat-Nya menjadi fondasi spiritual yang mendasari perilaku jujur (*siddiq*), amanah, dan rendah hati (*tawadhu*). Dengan demikian, akhlak dalam Islam berfungsi sebagai sistem kendali internal yang bersifat transendental, yang membedakannya dengan etika sekuler yang cenderung bersumber pada rasionalitas manusia semata.

¹⁹ M. Quraish Shihab, *Wawasan Al-Quran: Tafsir Tematik atas Pelbagai Persoalan Umat* (Mizan Pustaka, 1996), 253.

²⁰ H. Hamzah; Ya'qub, *Etika Islam: Pembinaan akhlaqul-karimah / H.Hamzah Ya'qub* (Diponegoro, 1993), 12, Bandung, [http://library.walisongo.ac.id/slims/index.php?p=show_detail&id=1426&keywords=.](http://library.walisongo.ac.id/slims/index.php?p=show_detail&id=1426&keywords=)

²¹ "Qur'an Kemenag," diakses 12 Januari 2026, <https://quran.kemenag.go.id/quran/per-ayat/surah/68?from=4&to=4>.

²² "Excellence in Character - كتاب حسن الخلق - Sunnah.com - Sayings and Teachings of Prophet Muhammad (صلى الله عليه و سلم)," diakses 12 Januari 2026, <https://sunnah.com/urn/2302710>.

²³ Abuddin Nata, "Akhlak Tasawuf dan karakter mulia," *Jakarta: Rajawali Pers* 75 (2013): 155.

2. Hubungan Antar Akhlak dan Pembentukan Karakter

Hubungan antara akhlak dan karakter merupakan satu kesatuan yang tidak dapat dipisahkan karena keduanya bekerja dalam ruang lingkup perilaku manusia. Akhlak berfungsi sebagai sumber nilai atau akar yang bersifat batiniah, sedangkan karakter adalah manifestasi lahiriah dari nilai-nilai tersebut yang telah mengkristal dalam kepribadian seseorang. Dalam perspektif etika normatif, akhlak didefinisikan sebagai kondisi jiwa yang mendorong munculnya perbuatan secara spontan tanpa memerlukan pertimbangan yang lama.²⁴ Ketika nilai-nilai akhlak ini dipraktikkan secara konsisten melalui proses pembiasaan, maka ia akan bertransformasi menjadi karakter yang kokoh.

Proses pembentukan karakter yang berbasis akhlak melibatkan tiga domain utama, yaitu pengetahuan moral, perasaan moral, dan tindakan moral.²⁵ Individu yang memiliki akhlak mulia tidak hanya memahami secara kognitif bahwa kecanduan gadget itu merugikan, tetapi juga memiliki kepekaan rasa dan kemauan kuat untuk melakukan kontrol diri. Karakter yang berintegritas memungkinkan seseorang untuk mengambil keputusan secara mandiri terhadap godaan dunia digital. Dengan demikian, penguatan karakter melalui olah hati dan olah rasa menjadi esensial agar individu memiliki kedaulatan atas dirinya sendiri dan mampu membedakan antara kebutuhan fungsional teknologi dengan keinginan impulsif yang bersifat adiktif.²⁶

3. Ruang Lingkup Nilai-Nilai Karakter

Ruang lingkup nilai karakter merupakan kerangka kerja moral yang mengatur bagaimana individu berinteraksi dengan dirinya sendiri, lingkungan, dan teknologi. Berikut adalah rincian nilai-nilai tersebut berdasarkan literatur akademik terbaru:

a. Karakter Religius (Transendental):

Fokus pada hubungan manusia dengan Tuhan yang menciptakan kontrol internal (internal locus of control). Dalam konteks digital, nilai ini berfungsi

²⁴ "2020112014275_BAB II.pdf.pdf," t.t., 8, diakses 12 Januari 2026, https://digilib.stituwjombang.ac.id/248/3/2020112014275_BAB%20II.pdf.pdf.

²⁵ "Home," Character.org, diakses 12 Januari 2026, <https://character.org/>.

²⁶ "7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat," *Cerdas Berkarakter Kemendikdasmen RI*, t.t., diakses 12 Januari 2026, <https://cerdasberkarakter.kemendikdasmen.go.id/gerakan7kebiasaan/>.

sebagai filter spiritual untuk menghindari laghwun (hal-hal yang sia-sia) saat menggunakan gadget.²⁷

b. Karakter Mandiri dan Disiplin (Personal):

Merupakan kemampuan individu untuk mengatur perilaku dan emosinya sendiri (self-regulation). Nilai ini krusial dalam membatasi durasi penggunaan layar agar tidak jatuh ke dalam perilaku adiktif.²⁸

c. Karakter Integritas dan Kejujuran:

Menekankan pada keselarasan antara identitas digital dengan identitas nyata. Individu yang memiliki integritas tidak akan terjebak dalam kepribadian ganda atau perilaku tidak jujur di ruang siber.²⁹

d. Karakter Sosial dan Komunikatif:

Ruang lingkup ini mencakup nilai empati dan toleransi. Karakter sosial yang kuat mencegah seseorang mengalami fenomena phubbing (mengabaikan orang di sekitar demi gadget) dan menjaga kualitas hubungan interpersonal.³⁰

C. Strategi Pendidikan Akhlak dalam Literatur Pendidikan Islam

Strategi pendidikan akhlak dalam literatur Islam bukan sekadar proses transfer kognitif, melainkan sebuah usaha sistematis untuk membentuk *malakah* (karakter yang menghujam kuat) dalam diri peserta didik. Strategi pertama yang menjadi fondasi adalah pembiasaan ibadah (al-'adah). Dalam kitab *Ihya Ulumuddin*, Al-Ghazali menekankan bahwa karakter mulia harus dilatih melalui pengulangan aktivitas ibadah hingga menjadi perilaku spontan tanpa beban pikiran.³¹ Pembiasaan ini menjadi krusial dalam membentengi anak dari pengaruh negatif teknologi yang cenderung instan.

²⁷ Syukrin Syukrin dan Salahudin Salahudin, "Integration of Religious Values in Character Education in the Digital Era," *Council: Education Journal of Social Studies* 3, no. 1 (2025): 15, <https://doi.org/10.59923/council.v3i1.284>.

²⁸ Almaratul Hilma Tarmidi Dadeh dan Eka Ervika, *Self-Control and Screen Time: Understanding Their Interplay in the Digital Age*, 3, no. 2 (2025): 109–55, <https://doi.org/10.59890/ijeps.v3i2.449>.

²⁹ M. Syaifullah dan Agam Irawan, "Integritas Karakter di Era Digital: Tantangan dan Solusi Pendidikan Islam," *Jurnal Pendidikan Agama Islam / Al-Hikmah (atau jurnal terkait PAI)* 7, no. 1 (2022): 55–70.

³⁰ Puji Asmaul Chusna, *PENGARUH MEDIA GADGET PADA PERKEMBANGAN KARAKTER ANAK*, t.t., 315–30.

³¹ Al-Ghazali, *Ihya Ulumuddin*, Jilid III (Kairo: Dar al-Ma'rifah, t.th), hlm. 55. Lihat ringkasan konsep di: <https://islam.nu.or.id/tasawuf-akhlak/tiga-metode-imam-al-ghazali-dalam-mendidik-anak>

Kedua, metode keteladanan (*uswah hasanah*) menempati posisi sentral sebagai strategi paling efektif dalam literatur Tarbiyah Islamiyah. Abdullah Nashih Ulwan menegaskan bahwa pendidik adalah cermin bagi anak didik; tanpa keteladanan, instruksi moral hanya akan menjadi retorika belaka.³² Selanjutnya, pembinaan adab sehari-hari dan penguatan nilai amanah serta tanggung jawab diintegrasikan melalui kontrol sosial dan lingkungan yang kondusif (*bi'ah shalihah*). Hal ini bertujuan agar individu memiliki kesadaran internal untuk menjaga integritas diri baik dalam dunia nyata maupun digital.

Terakhir, strategi pengaturan waktu berbasis kesadaran moral menjadi antitesis terhadap fenomena degradasi moral akibat penyalahgunaan gadget. Literatur Islam mengajarkan bahwa waktu adalah amanah yang beririsan dengan konsep *muhasabah* (introspeksi diri).³³ Dengan mengedukasi peserta didik untuk mengalokasikan waktu berdasarkan prioritas *maslahah* (kemanfaatan), pendidikan Islam berupaya menciptakan individu yang memiliki regulasi diri tinggi, sehingga mampu memanfaatkan teknologi secara proporsional demi kemuliaan akhlak.³⁴

D. Strategi Pendidikan Akhlak dalam Literatur Pendidikan Islam

Pendidikan akhlak dalam perspektif Islam dipahami sebagai proses sistematis untuk menanamkan nilai-nilai moral dan perilaku baik dalam jiwa peserta didik yang bersumber dari Al-Qur'an, Sunnah, dan pemikiran para ulama klasik serta kontemporer. Dalam literatur Islam, akhlak tidak hanya sebatas "perilaku sopan" tetapi merupakan manifestasi keimanan yang terinternalisasi dalam tindakan nyata. Akhlak mempunyai tujuan mulia yaitu membentuk pribadi yang bertakwa, bertanggung jawab, jujur, sabar, dan mampu menolak godaan bisikan hawa nafsu, termasuk tantangan teknologi digital masa kini.³⁵ Literatur pendidikan Islam umumnya mengidentifikasi beberapa strategi penting dalam menginternalisasi akhlak sebagai dasar pembentukan karakter. Strategi ini sangat relevan untuk konteks mengatasi kecanduan gadget karena menyorot pembentukan kontrol diri, moral digital, serta ketahanan nilai.

³² Fadlullah dkk., "PERKEMBANGAN MORAL MENURUT AL GHAZALI DALAM KITAB IHYA ULUMUDDIN," *JISPENDIORA Jurnal Ilmu Sosial Pendidikan Dan Humaniora* 2, no. 1 (2023): 26, <https://doi.org/10.56910/jispendiora.v2i1.366>.

³³ Hery Noer Aly, *Ilmu Pendidikan Islam* (Logos Wacana Ilmu, 1999), 172.

³⁴ Ngainun Naim, *Character building* (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), 88.

³⁵ Husaini Husaini, "Pendidikan Akhlak Dalam Islam," *Idarah (Jurnal Pendidikan Dan Kependidikan)* 2, no. 2 (2018): 36–37, <https://doi.org/10.47766/idarah.v2i2.70>.

1. Keteladanan (Uswah Hasanah)

Keteladanan menjadi strategi utama dalam pendidikan akhlak: guru, orang tua, dan pemimpin komunitas bertindak sebagai contoh perilaku. Dalam proses internalisasi, peserta didik lebih mudah meniru perilaku yang baik jika melihat langsung praktik moral dari figur yang dihormati.³⁶

2. Pembiasaan (Habituation) dan Penguatan Nilai

Pembiasaan dalam Islam berarti pengulangan nilai-nilai moral melalui kehidupan sehari-hari: doa pagi, etika berbicara, shalat berjamaah, bahkan etika penggunaan gadget secara sadar (mis. adab digital). Literatur pendidikan Islam menekankan budaya habituasi sebagai strategi efektif untuk perkembangan karakter berkelanjutan.³⁷

3. Integrasi Kurikulum dan Nilai Moral

Dalam literatur Islam, strategi pendidikan bertumpu pada integrasi nilai akhlak ke seluruh kurikulum pendidikan, tidak hanya pada mata pelajaran agama. Akhlak sebagai nilai moral harus dimunculkan dalam mata pelajaran lain dan dalam hidup sehari-hari.³⁸

4. Kolaborasi Sekolah, Keluarga, dan Masyarakat

Literatur pendidikan Islam menyatakan bahwa pembentukan akhlak tidak cukup di sekolah saja, tetapi perlu sinergi keluarga dan masyarakat. Pendampingan orang tua dalam pengawasan penggunaan gadget, serta diskusi keluarga tentang adab teknologi, merupakan bagian dari pendidikan akhlak holistik.³⁹

Strategi pendidikan akhlak yang diuraikan dalam literatur pendidikan Islam meliputi keteladanan (uswah hasanah), pembiasaan dan penguatan nilai, integrasi nilai akhlak dalam kurikulum, serta kolaborasi antara sekolah, keluarga, dan masyarakat

³⁶ Muh Asy'ari Akbar dkk., "STRATEGI MANAJEMEN PENDIDIKAN ISLAM DALAM MEMBENTUK KARAKTER SISWA BERBASIS AKHLAK ISLAM," *Ar Rasyiid: Journal of Islamic Studies* 3, no. 1 (2025): 39–48, <https://doi.org/10.70367/arraysiid.v3i1.27>.

³⁷ Nilfa Zalukhu dkk., "Strategi Penguatan Nilai Akhlak Islam Pada Siswa SD Di Era Digital," *Jurnal Cakrawala Akademika* 1, no. 3 (2024): 831, <https://doi.org/10.70182/JCA.v1i3.56>.

³⁸ Aura Mahdiyah dkk., "Strategy for Strengthening Islamic Religious Education Curriculum in Forming Children's Islamic Character," *Journal of Contemporary Gender and Child Studies* 3, no. 2 (2024): 207, <https://doi.org/10.61253/jcgcs.v3i2.282>.

³⁹ Yusmicha Ulya Afif dan Ana Rahayu Setia Ningrum, "The PERAN STRATEGIS PENDIDIKAN AGAMA ISLAM (PAI) DALAM MEMBENTUK GENERASI BERAKHLAK DAN BERWAWASAN KEISLAMAN DI ERA DIGITAL: Peran Pendidikan Agama Islam (PAI) dalam Pembentukan Akhlak," *MA'ALIM: Jurnal Pendidikan Islam* 5, no. 2 (2024): 319, <https://doi.org/10.21154/maalim.v5i2.9916>.

menunjukkan pendekatan yang komprehensif dan relevan untuk konteks kontemporer. Strategi-strategi tersebut tidak hanya membangun perilaku moral, tetapi juga menumbuhkan kontrol diri, kesadaran etis dalam penggunaan teknologi, dan ketahanan nilai (*value resilience*) pada peserta didik. Dengan demikian, pendidikan akhlak dapat dipandang sebagai pilar utama pembentukan karakter yang efektif dalam upaya mengatasi kecanduan gadget. Melalui penerapan strategi yang sistematis dan sinergis, pendidikan Islam berpotensi besar melahirkan generasi yang tidak hanya cakap secara intelektual dan digital, tetapi juga memiliki kedewasaan moral dan spiritual dalam menghadapi perkembangan teknologi modern.

E. Hubungan Pendidikan Akhlak dengan Pengendalian Perilaku Adiktif

Pendidikan akhlak memiliki korelasi fungsional yang sangat kuat dengan pengendalian perilaku adiktif, khususnya kecanduan gadget. Secara esensial, pendidikan akhlak bukan sekadar transfer pengetahuan (*transfer of knowledge*), melainkan proses penanaman nilai (*transfer of value*) yang bertujuan untuk memperkuat kontrol diri (*self-control*) individu. Dalam psikologi moral, perilaku adiktif sering kali muncul akibat kegagalan individu dalam mengelola dorongan impulsif. Pendidikan akhlak hadir untuk mengisi celah tersebut dengan melatih kemampuan *mujahadah an-nafs* (perjuangan melawan hawa nafsu), sehingga seseorang memiliki ketahanan mental untuk beralih dari penggunaan gadget yang obsesif menuju penggunaan yang fungsional dan terukur.⁴⁰

Lebih lanjut, pendidikan akhlak berfungsi sebagai sistem filtrasi internal yang memungkinkan individu melakukan evaluasi terhadap setiap tindakannya. Melalui penanaman nilai-nilai seperti *iffah* (menjaga kehormatan diri) dan *zuhud* (tidak diperbudak duniawi), individu dididik untuk tidak mencari kebahagiaan semu melalui validasi di media sosial atau kesenangan sesaat dalam permainan digital. Hubungan ini bersifat preventif sekaligus kuratif; preventif karena akhlak yang kokoh mencegah terbentuknya pola ketergantungan, dan kuratif karena nilai-nilai disiplin serta tanggung

⁴⁰ Uswatun Hasanah, "Pendidikan Akhlak Sebagai Upaya Mengatasi Perilaku Adiktif Gadget pada Remaja," *Jurnal Pendidikan Islam / Jurnal pemikiran Keislaman* 11, no. 2 (2020): 8–10, <https://journal.instansi-terkait.ac.id>.

jawab dalam pendidikan akhlak menjadi instrumen utama dalam proses rehabilitasi perilaku adiktif menuju pola hidup yang lebih seimbang dan bermartabat.⁴¹

F. Peran Keluarga dan Lembaga Pendidikan dalam Pembentukan Akhlak

Pembentukan akhlak merupakan proses kolektif yang melibatkan dua ekosistem utama, yaitu keluarga sebagai madrasah pertama dan lembaga pendidikan sebagai penguat sistem nilai. Sinergi antara keduanya sangat menentukan keberhasilan individu dalam menginternalisasi nilai-nilai karakter untuk menangkal dampak negatif teknologi.

1. Keluarga sebagai Basis Utama Pembentukan Akhlak

Keluarga memiliki peran fundamental karena merupakan lingkungan pertama tempat anak mengenal nilai dan norma. Peran keluarga dalam pembentukan akhlak dilakukan melalui tiga metode utama: keteladanan (*uswah*), pembiasaan, dan pengawasan. Orang tua yang menunjukkan akhlak mulia dalam menggunakan gadget secara bijak akan menjadi model perilaku bagi anak. Selain itu, keluarga berfungsi sebagai filter emosional; kedekatan hubungan antara orang tua dan anak dapat mencegah anak mencari pelarian pada gadget (perilaku adiktif) akibat kurangnya perhatian atau kasih sayang di dunia nyata.⁴²

2. Lembaga Pendidikan sebagai Penguat Karakter Terstruktur

Lembaga pendidikan atau sekolah berperan dalam mentransformasikan nilai-nilai akhlak menjadi kompetensi sosial dan kognitif yang lebih luas. Melalui kurikulum terintegrasi, lembaga pendidikan tidak hanya mengajarkan etika digital secara teoretis, tetapi juga menciptakan iklim sekolah yang disiplin. Pendidikan akhlak di sekolah dilakukan dengan cara mengintegrasikan nilai-nilai kejujuran, tanggung jawab, dan kontrol diri ke dalam setiap mata pelajaran. Lembaga pendidikan juga berperan dalam memberikan literasi digital yang berbasis moral, sehingga siswa mampu menggunakan teknologi sebagai alat kreativitas, bukan sebagai objek ketergantungan.⁴³

⁴¹ Nur Rohman, "Internalisasi Nilai-Nilai Akhlak dalam Mengendalikan Adiksi Game Online," *Jurnal Pendidikan Islam / Jurnal pemikiran Keislaman* 12, no. 1 (2021): 7-13, <https://journal.universitas-terkait.ac.id>.

⁴² Mansur, *Pendidikan anak usia dini dalam Islam* (Pustaka Pelajar, 2005), 82-118.

⁴³ Heri Gunawan, *Pendidikan karakter: konsep dan implementasi*, Cet. 1 (Alfabeta, 2012), 142-55.

Sinergi antara keteladanan di rumah dan pendidikan karakter di sekolah akan menciptakan benteng pertahanan yang kuat. Jika keluarga menanamkan akar moral, maka lembaga pendidikan memperkuat batang dan dahan karakter, sehingga individu memiliki integritas untuk mengendalikan perilaku adiktif di era digital.

G. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Keberhasilan Pendidikan Akhlak

Keberhasilan pendidikan akhlak tidak terjadi secara instan, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal yang saling berkaitan. Dalam upaya membentengi individu dari perilaku adiktif gadget, faktor-faktor berikut menjadi penentu utama:

1. **Faktor Internal (Kesiapan Diri dan Kemauan)**

Faktor ini meliputi potensi dasar individu, termasuk tingkat intelegensi, kestabilan emosi, dan kemauan keras (*iradah*) untuk berubah. Pendidikan akhlak akan berhasil apabila individu memiliki kesadaran diri (*self-awareness*) untuk mengakui dampak buruk kecanduan dan memiliki motivasi internal untuk memperbaiki diri. Tanpa adanya dorongan dari dalam jiwa, intervensi eksternal sesering apa pun akan sulit membuahkan hasil yang permanen.⁴⁴

2. **Faktor Keteladanan (*Uswah Hasanah*)**

Salah satu kunci keberhasilan pendidikan akhlak adalah adanya model perilaku yang konsisten. Keberadaan orang tua, guru, atau tokoh idola yang mampu menunjukkan batasan sehat dalam penggunaan teknologi sangat berpengaruh. Jika pendidik memberikan larangan penggunaan gadget namun mereka sendiri menunjukkan perilaku adiktif (inkonsistensi), maka proses internalisasi nilai pada anak akan mengalami kegagalan.⁴⁵

3. **Faktor Lingkungan dan Teman Sebaya**

Lingkungan pergaulan atau *milieu* sosial memegang peranan krusial. Teman sebaya yang memiliki gaya hidup digital yang sehat akan mendukung individu untuk tetap berada dalam koridor akhlak yang baik. Sebaliknya, lingkungan yang

⁴⁴ Marzuki. (2015). *Pendidikan Karakter Islam*. Jakarta: Amzah, Hal. 42-50. Link: <https://opac.perpusnas.go.id/DetailOpac.aspx?id=935665>

⁴⁵ Prof Dr H. E. Mulyasa M.Pd, *Manajemen Pendidikan Karakter* (Bumi Aksara, 2022), 165-78.

menormalisasi penggunaan gadget berlebih tanpa etika akan melemahkan karakter yang sedang dibangun.⁴⁶

4. Faktor Konsistensi dan Pembiasaan (*Habitualisasi*)

Pendidikan akhlak adalah proses yang memerlukan waktu panjang. Keberhasilannya bergantung pada sejauh mana nilai-nilai disiplin dan kontrol diri dipraktikkan secara berulang hingga menjadi respons otomatis. Pembiasaan jadwal tanpa gadget (*no-gadget zone/time*) di rumah atau sekolah merupakan bentuk implementasi nyata dari faktor ini.⁴⁷

H. Akhlak Sebagai Pilar Strategis Pembentukan Karakter di Era Digital

Di tengah masifnya disrupsi teknologi, akhlak bukan lagi sekadar pelengkap norma, melainkan menjadi pilar strategis dalam pembentukan karakter manusia. Era digital membawa tantangan berupa banjir informasi, hilangnya privasi, dan risiko adiksi yang tinggi. Dalam kondisi ini, karakter yang kuat tidak dapat dibangun hanya melalui kecerdasan intelektual, melainkan harus berakar pada nilai-nilai akhlak yang berfungsi sebagai sistem navigasi moral. Akhlak menjadi pilar strategis karena ia bekerja pada ranah kesadaran terdalam individu, memberikan kemampuan untuk melakukan filtrasi terhadap pengaruh eksternal secara mandiri tanpa harus selalu diawasi oleh otoritas luar.⁴⁸

Secara strategis, posisi akhlak dalam pembentukan karakter di era digital dapat dilihat dari tiga fungsi utama. Pertama, sebagai benteng pertahanan diri; akhlak membekali individu dengan nilai *shiddiq* (integritas) dan *amanah* (tanggung jawab) dalam memproses informasi. Kedua, sebagai kompas etika digital; nilai-nilai akhlak seperti kesantunan dan empati memastikan bahwa karakter seseorang tetap terjaga saat berinteraksi di ruang siber yang cenderung anonim. Ketiga, sebagai instrumen pengendalian diri; pendidikan akhlak melatih individu untuk memiliki kedaulatan atas waktunya, sehingga ia mampu menempatkan gadget sebagai alat pendukung produktivitas, bukan sebagai pusat kehidupan yang memicu perilaku adiktif.⁴⁹ Dengan

⁴⁶ Dr Zubaedi M.Pd M. Ag, *Desain Pendidikan Karakter* (Prenada Media, 2015), 110–25.

⁴⁷ Ramayulis, *Ilmu pendidikan Islam* (Kalam Mulia, 2002), 234–45.

⁴⁸ Nur Syam, "Etika Digital dan Pendidikan Akhlak di Era Disrupsi," *Nursyam Centre* 5, no. 2 (2021): 301–18, <http://nursyamcentre.com/2021/04/05/etika-digital-dan-pendidikan-akhlak-di-era-disrupsi/>.

⁴⁹ A. A. Aziz dan N. Hamzah, "Internalisasi Nilai Karakter Religius dalam Menghadapi Dampak Negatif Era Digital," *Jurnal Pendidikan Islam / Proceeding related to Islamic Education* 9, no. 2 (2023): 185–204.

demikian, menjadikan akhlak sebagai pilar utama akan melahirkan generasi digital yang tidak hanya kompeten secara teknis, tetapi juga memiliki ketahanan moral yang kokoh.⁵⁰

KESIMPULAN

Kecanduan gawai pada anak dan remaja merupakan masalah serius yang menyebabkan degradasi akhlak dan gangguan kejiwaan. Fenomena ini membuktikan bahwa pembatasan durasi layar dan intervensi medis saja tidak cukup, karena akar masalahnya terletak pada lemahnya kontrol diri terhadap algoritma digital yang adiktif.

Dari perspektif psikologi dan pendidikan Islam, kecanduan ini merusak regulasi diri dan menyebabkan pengabaian kewajiban ibadah serta adab sosial. Teknologi yang bersifat netral dapat menjadi sumber kerusakan jika tidak dibarengi dengan nilai-nilai moral yang kuat untuk membentengi perilaku individu.

Akhlak memiliki peran strategis sebagai sistem kendali internal (*self-control*) yang lebih dari sekadar pengetahuan normatif. Nilai-nilai seperti sabar, disiplin, dan tanggung jawab berfungsi sebagai "antivirus mental" yang mampu memfilter arus informasi dan menahan dorongan adiktif dalam diri seseorang.

Strategi pendidikan Islam melalui keteladanan, pembiasaan, dan kolaborasi antara keluarga serta sekolah menjadi pendekatan preventif yang relevan. Pendidikan akhlak efektif mengendalikan perilaku adiktif karena mampu menanamkan kesadaran moral serta kemampuan pengendalian diri (*mujahadah an-nafs*) pada peserta didik.

Sebagai kesimpulan, penguatan pendidikan akhlak adalah solusi fundamental untuk menghadapi tantangan era digital secara berkelanjutan. Fokus pada akhlak akan melahirkan generasi yang tidak hanya cerdas secara digital, tetapi juga memiliki kematangan spiritual untuk menggunakan teknologi secara bijak, proporsional, dan bermartabat.

⁵⁰ Thomas Lickona, *Mendidik Untuk Membentuk Karakter* (Bumi Aksara, 2022), 102–15.

DAFTAR PUSTAKA

- "7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat." *Cerdas Berkarakter Kemendikdasmen RI*, t.t. Diakses 12 Januari 2026. <https://cerdasberkarakter.kemendikdasmen.go.id/gerakan7kebiasaan/>.
- "2020112014275_BAB II.pdf.pdf" t.t. Diakses 12 Januari 2026. https://digilib.stituwjombang.ac.id/248/3/2020112014275_BAB%20II.pdf.pdf.
- Afif, Yusmicha Ulya, dan Ana Rahayu Setia Ningrum. "The PERAN STRATEGIS PENDIDIKAN AGAMA ISLAM (PAI) DALAM MEMBENTUK GENERASI BERAKHLAK DAN BERWAWASAN KEISLAMAN DI ERA DIGITAL: Peran Pendidikan Agama Islam (PAI) dalam Pembentukan Akhlak." *MAALIM: Jurnal Pendidikan Islam* 5, no. 2 (2024): 308–24. <https://doi.org/10.21154/maalim.v5i2.9916>.
- Akbar, Muh Asy'ari, Muhammad Sularno, dan Firman Muhammad Abdurrohman Akbar. "STRATEGI MANAJEMEN PENDIDIKAN ISLAM DALAM MEMBENTUK KARAKTER SISWA BERBASIS AKHLAK ISLAM." *Ar Rasyiid: Journal of Islamic Studies* 3, no. 1 (2025): 39–48. <https://doi.org/10.70367/arrasyiid.v3i1.27>.
- antaranews.com. "RSJ Jabar ungkap kasus anak ODGJ akibat penggunaan gawai berlebihan." *Antara News*, 10 Oktober 2019. <https://www.antaranews.com/berita/1106674/rsj-jabar-ungkap-kasus-anak-odgj-akibat-penggunaan-gawai-berlebih>.
- Aziz, A. A., dan N. Hamzah. "Internalisasi Nilai Karakter Religius dalam Menghadapi Dampak Negatif Era Digital." *Jurnal Pendidikan Islam / Proceeding related to Islamic Education* 9, no. 2 (2023).
- Azzahra, Sabrina, Tsyem Wani Calara Nainggolan, Khalisa Nafila Addini, Dwinita Sahalina, dan Wirza Feny Rahayu. "Dampak Kecanduan Gadget Terhadap Emosi Dan Kepribadian Remaja." *JPNM Jurnal Pustaka Nusantara Multidisiplin* 3, no. 1 (2025). <https://doi.org/10.59945/jpnm.v3i1.344>.
- Character.org. "Home." Diakses 12 Januari 2026. <https://character.org/>.
- Chusna, Puji Asmaul. *PENGARUH MEDIA GADGET PADA PERKEMBANGAN KARAKTER ANAK*. t.t.
- "DEMI MASSA.indd - Demi Masa (Al Waqt fi Hayatil Muslim) - Yusuf Al Qardhawi.pdf" Diakses 12 Januari 2026. [https://digilib.umsb.ac.id/js/pdfjs/web/viewer.html?file=../././repository//Demi%20Masa%20\(Al%20Waqt%20fi%20Hayatil%20Muslim\)%20-%20Yusuf%20Al%20Qardhawi.pdf](https://digilib.umsb.ac.id/js/pdfjs/web/viewer.html?file=../././repository//Demi%20Masa%20(Al%20Waqt%20fi%20Hayatil%20Muslim)%20-%20Yusuf%20Al%20Qardhawi.pdf).

-
- Ditbalnak, Tim PPID. "Kajian Epidemiologis Kasus Kecanduan Gadget Pada Anak Di Indonesia." *Orang Tua Hebat*, 28 Agustus 2024. <https://www.orangtuahebat.id/kajian-epidemiologis-kecanduan-gadget/>.
- "Excellence in Character - كتاب حسن الخلق - Sunnah.com - Sayings and Teachings of Prophet Muhammad (صلى الله عليه و سلم)." Diakses 12 Januari 2026. <https://sunnah.com/urn/2302710>.
- Fadlullah, Mohamad Imron, dan Suklani. "PERKEMBANGAN MORAL MENURUT AL GHAZALI DALAM KITAB IHYA ULUMUDDIN." *JISPENDIORA Jurnal Ilmu Sosial Pendidikan Dan Humaniora* 2, no. 1 (2023): 23–32. <https://doi.org/10.56910/jispendiora.v2i1.366>.
- Griffiths, Mark. "A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework." *Journal of Substance Use* 10, no. 4 (2005): 191–97. <https://doi.org/10.1080/14659890500114359>.
- Gunawan, Heri. *Pendidikan karakter: konsep dan implementasi*. Cet. 1. Alfabeta, 2012.
- H. Rahmaniyah. *Gadget Di Sekolah Berbasis Pesantren (Fenomena Pelanggaran Penggunaan Gadget Di Ma Al-Huda Sumber Nangka Larangan Pamekasan) (Doctoral Dissertation, Institut Agama Islam Negeri Madura)*. 2020.
- Healthline. "Social Media Addiction: What It Is and What to Do About It." 6 Agustus 2020. <https://www.healthline.com/health/social-media-addiction>.
- Hery Noer Aly. *Ilmu Pendidikan Islam*. Logos Wacana Ilmu, 1999.
- Husaini, Husaini. "Pendidikan Akhlak Dalam Islam." *Idarah (Jurnal Pendidikan Dan Kependidikan)* 2, no. 2 (2018): 33–53. <https://doi.org/10.47766/idarah.v2i2.70>.
- Kompasiana.com. "Dampak Negatif Penggunaan Media Sosial terhadap Pemahaman Moral Anak." *KOMPASIANA*, 14 Desember 2023. <https://www.kompasiana.com/nizarzam1234/657a8e0312d50f165b7cbe62/dampak-negatif-penggunaan-media-sosial-terhadap-pemahaman-moral-anak>.
- Lickona, Thomas. *Mendidik Untuk Membentuk Karakter*. Bumi Aksara, 2022.
- Mahdiyah, Aura, Juliani, Nia Nazlia, Nurul Arsih, dan Nurul Jannah. "Strategy for Strengthening Islamic Religious Education Curriculum in Forming Children's Islamic Character." *Journal of Contemporary Gender and Child Studies* 3, no. 2 (2024): 204–9. <https://doi.org/10.61253/jcgcs.v3i2.282>.
- Mansur. *Pendidikan anak usia dini dalam Islam*. Pustaka Pelajar, 2005.
- M.Kep, Sylvie Puspita, S. Kep, Ns. *MONOGRAF: Fenomena Kecanduan Gadget Pada Anak Usia Dini*. Cipta Media Nusantara, t.t.

-
- M.Pd, Dr Zubaedi, M. Ag. *Desain Pendidikan Karakter*. Prenada Media, 2015.
- M.Pd, Prof Dr H. E. Mulyasa. *Manajemen Pendidikan Karakter*. Bumi Aksara, 2022.
- Naim, Ngainun. *Character building*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2012.
- Nata, Abuddin. "Akhlik Tasawuf dan karakter mulia." *Jakarta: Rajawali Pers* 75 (2013).
- Nata, Abuddin. "PENDIDIKAN ISLAM DI ERA MILENIAL." *Conciencia* 18, no. 1 (2018): 10–28. <https://doi.org/10.19109/conciencia.v18i1.2436>.
- Nilfa Zalukhu, Taufiq Iradah Telaumbanua, dan Abu Yazid Raisal. "Strategi Penguatan Nilai Akhlak Islam Pada Siswa SD Di Era Digital." *Jurnal Cakrawala Akademika* 1, no. 3 (2024): 830–39. <https://doi.org/10.70182/JCA.v1i3.56>.
- Nur Hadi, Yusron, dan Niken Ayu Khoirun Nisa. *Polemik Pendidikan Indonesia*. 2023.
- Pradana, Whisnu. "Kasus Anak Kecanduan Gadget di Jabar, Belasan Rawat Jalan-Ada yang Meninggal." *detiknews*. Diakses 8 Januari 2026. <https://news.detik.com/berita-jawa-barat/d-5501680/kasus-anak-kecanduan-gadget-di-jabar-belasan-rawat-jalan-ada-yang-meninggal>.
- "Qur'an Kemenag." Diakses 12 Januari 2026. <https://quran.kemenag.go.id/quran/perayat/surah/68?from=4&to=4>.
- Ramayulis. *Ilmu pendidikan Islam*. Kalam Mulia, 2002.
- Rohman, Nur. "Internalisasi Nilai-Nilai Akhlak dalam Mengendalikan Adiksi Game Online." *Jurnal Pendidikan Islam / Jurnal pemikiran Keislaman* 12, no. 1 (2021). <https://journal.universitas-terkait.ac.id>.
- Shihab, M. Quraish. *Wawasan Al-Quran: Tafsir Tematik atas Pelbagai Persoalan Umat*. Mizan Pustaka, 1996.
- "Social media apps are 'deliberately' addictive to users." 3 Juli 2018. <https://www.bbc.com/news/technology-44640959>.
- Syaifullah, M., dan Agam Irawan. "Integritas Karakter di Era Digital: Tantangan dan Solusi Pendidikan Islam." *Jurnal Pendidikan Agama Islam / Al-Hikmah (atau jurnal terkait PAI)* 7, no. 1 (2022).
- Syam, Nur. "Etika Digital dan Pendidikan Akhlak di Era Disrupsi." *Nursyam Centre* 5, no. 2 (2021). <http://nursyamcentre.com/2021/04/05/etika-digital-dan-pendidikan-akhlak-di-era-disrupsi/>.
- Syukrin, Syukrin, dan Salahudin Salahudin. "Integration of Religious Values in Character Education in the Digital Era." *Council: Education Journal of Social Studies* 3, no. 1 (2025): 13–19. <https://doi.org/10.59923/council.v3i1.284>.

-
- Tarmidi Dadeh, Almaratul Hilma, dan Eka Ervika. *Self-Control and Screen Time: Understanding Their Interplay in the Digital Age*. 3, no. 2 (2025). <https://doi.org/10.59890/ijeps.v3i2.449>.
- UNICEF, ed. *On My Mind: Promoting, Protecting and Caring for Children's Mental Health*. The State of the World's Children 2021. UNICEF, 2021.
- Uswatun Hasanah. "Pendidikan Akhlak Sebagai Upaya Mengatasi Perilaku Adiktif Gadget pada Remaja." *Jurnal Pendidikan Islam / Jurnal pemikiran Keislaman* 11, no. 2 (2020). <https://journal.instansi-terkait.ac.id>.
- Yahya, Amri. *ETIKA ISLAM SEBAGAI SELF CONTROL PENGGUNA TEKNOLOGI DIGITAL*. 6 (2024).
- Ya'qub, H. Hamzah; *Etika Islam : Pembinaan akhlaqul-karimah / H.Hamzah Ya'qub*. Diponegoro, 1993. Bandung. http://library.walisongo.ac.id/slims/index.php?p=show_detail&id=1426&keywords=