

## Internalisasi Nilai-Nilai Aqidah Akhlak dalam Pembentukan Regulasi Emosi Peserta Didik Kelas V MI Darul Hikmah

Ruqoyyah Nafisah<sup>1</sup>, Nurun Nafisah Indah Qomari<sup>2\*</sup>, Jazilurrahman<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Pascasarjana PAI, Fakultas Agama Islam, Universitas Nurul Jadid, Probolinggo, Indonesia

Email: <sup>1</sup>rqyhnfsh@gmail.com, <sup>2\*</sup>[nurunnafisahiq@email.com](mailto:nurunnafisahiq@email.com), <sup>3</sup>jazilurrahman@gmail.com

### Abstract

This study examines the internalization of Aqidah Akhlak Values and its role in shaping emotional regulation among fifth-grade students at MI Darul Hikmah. Employing a qualitative approach with a case study design, data were collected through participatory observation, in depth semi-structured interviews with one teacher and three selected students, and documentation. The findings reveal that the internalization process occurs through three stages: value transformation, value transaction, and trans-internalization, facilitated by a combination of lecture, discussion, and habituation methods. Students demonstrated a robust conceptual understanding of values like patience, sincerity, and trust in God, and crucially, they reported applying spiritual practices such as reciting istighfar and tarji' as spontaneous emotional regulation strategies in real-life situations like peer conflict or academic disappointment. The study concludes that the internalized values of Aqidah akhlak function effectively as cognitive reappraisal and response modulation strategies, providing a comprehensive Islamic-based system for emotional regulation. These findings underscore the significance of a multidisciplinary approach integrating Islamic education and psychology to foster not only religious piety but also emotional health in young learners.

**Keywords:** Internalization, Aqidah Akhlak, Emotional Regulation, Islamic Education, Multidisciplinary.

### Abstrak

Penelitian ini mengkaji internalisasi nilai-nilai Aqidah Akhlak dan perannya dalam membentuk regulasi emosi pada peserta didik kelas V di MI Darul Hikmah. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan jenis study kasus, data dikumpulkan melalui observasi partisipatif, wawancara mendalam semi-terstruktur kepada satu orang guru dan tiga peserta didik terpilih, serta dokumentasi. Temuan penelitian menunjukkan bahwa proses internalisasi nilai berlangsung melalui tiga tahap, yaitu transformasi nilai, transaksi nilai, dan transinternalisasi, yang difasilitasi oleh gabungan ceramah, diskusi, dan pembiasaan. Peserta didik menunjukkan pemahaman konseptual yang baik mengenai nilai-nilai seperti sabar, ikhlas, dan tawakkal. Lebih penting lagi, mereka melaporkan penerapan praktik spiritual seperti membaca istighfar dan kalimat tarji' sebagai strategi regulasi emosi yang spontan dalam situasi nyata, seperti konflik dengan teman atau kekecewaan akademik. Penelitian ini menyimpulkan bahwa nilai-nilai Aqidah Akhlak yang terinternalisasi secara efektif berfungsi sebagai strategi *cognitive reappraisal* dan *response modulation*, yang membentuk sistem regulasi emosi berbasis nilai-nilai Islami yang komprehensif. Temuan ini menegaskan pentingnya pendekatan multidisipliner yang mengintegrasikan Pendidikan Islam dan psikologi untuk membina tidak hanya ketakwaan ritual, tetapi juga kesehatan emosional peserta didik usia dasar.

**Kata Kunci:** Internalisasi, Aqidah Akhlak, Regulasi Emosi, Pendidikan Agama Islam, Multidisipliner.

## A. PENDAHULUAN

Pendidikan Agama Islam (PAI) di tingkat Madrasah Ibtidaiyah (MI) memiliki peran strategis dalam membentuk karakter dan kepribadian peserta didik secara holistik. Salah satu mata pelajaran inti dalam rumpun PAI di MI adalah Aqidah Akhlak yang tidak hanya mengajarkan keyakinan secara teori, tetapi juga menanamkan nilai-nilai etis dan moral yang berdampak langsung pada perilaku dan emosi peserta didik. Dari sudut pandang pendidikan Islam multidisipliner, pembelajaran Aqidah Akhlak tidak dapat dipisahkan dari dimensi psikologis peserta didik, khususnya kemampuan mereka dalam mengelola emosi. Regulasi emosi merupakan salah satu kompetensi psikologis fundamental yang perlu dikembangkan sejak usia dini, sebab kemampuan ini berpengaruh signifikan terhadap prestasi akademik, interaksi sosial, dan kesehatan mental individu (Gross, 2015). Anak-anak usia sekolah dasar yang berada pada fase perkembangan operasional konkret menuju formal, sedang mengalami dinamika emosi yang kompleks. Pada fase ini mereka kerap menghadapi situasi yang memicu

emosi negatif, seperti konflik dengan teman sebaya, kegagalan akademik, atau tekanan dari lingkungan keluarga. Jika tidak dibekali dengan kemampuan regulasi emosi yang memadai, kondisi ini dapat berimplikasi negatif pada perkembangan psikologis dan sosial. Di sinilah letak urgensi pembelajaran Aqidah Akhlak sebagai media internalisasi nilai-nilai yang dapat membantu peserta didik mengelola emosi secara sehat dan Islami. Nilai-nilai seperti sabar, ikhlas, tawakal, dan qanaah yang diajarkan dalam mata pelajaran Aqidah Akhlak kelas V secara inheren mengandung dimensi regulasi emosi yang selaras dengan temuan-temuan psikologi modern (Nashori, 1997)

Proses internalisasi nilai dalam konteks pendidikan Islam merupakan suatu proses yang tidak berlangsung secara instan, melainkan melalui tahapan-tahapan yang sistematis dan membutuhkan keteladanan, pembiasaan, serta penghayatan yang mendalam. Muhaimin (2001) mengidentifikasi tiga tahap internalisasi nilai, yaitu transformasi nilai, transaksi nilai, dan transinternalisasi. Pada tahap transformasi nilai, guru sekadar menyampaikan informasi mengenai nilai-nilai yang baik dan buruk secara verbal. Pada tahap transaksi nilai, terjadi komunikasi dua arah antara guru dan peserta didik, di mana nilai tidak hanya disampaikan tetapi juga direspons dan didiskusikan. Adapun pada tahap transinternalisasi, nilai telah menyatu dengan kepribadian peserta didik sehingga tidak sekadar menjadi pengetahuan kognitif, tetapi telah menjadi bagian dari sikap dan perilaku sehari-hari. Mata pelajaran Aqidah Akhlak di kelas V, proses internalisasi nilai-nilai akhlak terpuji seperti disiplin, mandiri, sabar, ikhlas, dan tawakal, serta penghindaran akhlak tercela seperti tamak, kikir, dan pamarah sangat relevan dengan pembentukan regulasi emosi. Penelitian yang dilakukan oleh Antoni dkk (2024) menunjukkan bahwa integrasi nilai-nilai keislaman dalam pendidikan agama Islam merupakan upaya yang efektif dalam membentuk karakter dan mengembangkan kecerdasan emosi siswa, yang mana berkontribusi pada terciptanya individu yang lebih baik, berakhlak mulia dan memiliki kemampuan emosi yang seimbang. Lebih lanjut, (Saifuddin dkk., 2025) mengungkapkan bahwa pendekatan multidisipliner dalam pembelajaran PAI membuat proses pembelajaran menjadi lebih interaktif, kontekstual, dan bermakna.

Fenomena rendahnya kemampuan regulasi emosi pada peserta didik tingkat dasar menjadi permasalahan yang semakin mendapat perhatian serius di dunia pendidikan. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa anak-anak yang tidak memiliki kemampuan regulasi emosi yang baik cenderung menunjukkan perilaku agresif, mudah frustrasi, sulit berkonsentrasi, dan mengalami gangguan dalam hubungan sosial (Andriani dkk., 2023). Di MI Darul Hikmah, berdasarkan observasi awal peneliti, ditemukan adanya beberapa peserta didik kelas V yang masih menunjukkan kesulitan dalam mengelola emosi, seperti mudah marah ketika menghadapi kesulitan belajar, cepat berkecil hati ketika gagal, serta menunjukkan perilaku kurang sabar dalam interaksi dengan teman sebaya. Kondisi ini menimbulkan pertanyaan mendasar mengenai sejauh mana pembelajaran Aqidah Akhlak yang telah berlangsung mampu menginternalisasikan nilai-nilai yang berkaitan dengan regulasi emosi pada peserta didik. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Rahmawati dan Ismail (2022) di MI di wilayah Jawa Timur menemukan bahwa metode pembelajaran Aqidah Akhlak yang bersifat satu arah dan kurang melibatkan penghayatan personal kurang efektif dalam membentuk karakter emosional peserta didik. Hal ini mendorong perlunya kajian mendalam mengenai bagaimana proses internalisasi nilai-nilai Aqidah Akhlak berlangsung di MI Darul Hikmah dan bagaimana dampaknya terhadap regulasi emosi peserta didik kelas V. Penelitian ini hadir untuk menjawab kebutuhan tersebut dengan menggunakan pendekatan kualitatif yang memungkinkan peneliti untuk memahami fenomena secara holistik dan kontekstual.

Meskipun telah terdapat sejumlah penelitian yang mengkaji hubungan antara pendidikan agama Islam dengan perkembangan emosi peserta didik, kajian yang secara spesifik menelaah proses internalisasi nilai-nilai Aqidah Akhlak di tingkat MI dan kaitannya dengan pembentukan regulasi emosi masih tergolong terbatas. Sebagian besar penelitian yang ada cenderung berfokus pada aspek kognitif pembelajaran PAI atau pada pengukuran

kuantitatif karakter, tanpa menggali secara mendalam proses dan mekanisme internalisasi yang sesungguhnya terjadi di kelas. Penelitian kualitatif yang mampu menangkap nuansa proses internalisasi nilai secara natural dan kontekstual di lingkungan MI sangat diperlukan untuk mengisi kesenjangan tersebut. Selain itu, integrasi teori regulasi emosi dari perspektif psikologi Barat, khususnya model proses regulasi emosi Gross (1998), dengan konsep nilai-nilai akhlak dalam Islam merupakan pendekatan multidisipliner yang masih relatif jarang dilakukan dalam penelitian PAI di Indonesia. Padahal, pendekatan integratif semacam ini dapat memberikan kerangka analisis yang lebih komprehensif dalam memahami peran pendidikan Islam bagi perkembangan psikologis peserta didik. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk: (1) mendeskripsikan proses internalisasi nilai-nilai Aqidah Akhlak pada peserta didik kelas V di MI Darul Hikmah; (2) menggambarkan regulasi emosi peserta didik kelas V di MI Darul Hikmah; dan (3) menganalisis peran internalisasi nilai-nilai Aqidah Akhlak dalam pembentukan regulasi emosi peserta didik kelas V MI Darul Hikmah. Temuan penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis bagi pengembangan kajian PAI multidisipliner serta kontribusi praktis bagi guru dan pihak madrasah dalam meningkatkan kualitas pembelajaran Aqidah Akhlak.

## **B. PELAKSAAN DAN METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif kualitatif. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk memahami fenomena internalisasi nilai-nilai Aqidah Akhlak dan dampaknya terhadap regulasi emosi peserta didik secara mendalam, natural, dan kontekstual. Sebagaimana dikemukakan oleh Creswell (2014), penelitian kualitatif memungkinkan peneliti untuk menggali makna yang diberikan oleh individu atau kelompok terhadap suatu permasalahan sosial atau kemanusiaan, dengan peneliti sebagai instrumen utama pengumpul dan penganalisis data. Jenis penelitian yang digunakan adalah studi kasus (*case study*), mengingat penelitian ini berfokus pada satu lokasi penelitian yang spesifik, yaitu MI Darul Hikmah, dan berupaya untuk memahami fenomena yang terjadi secara komprehensif di lokasi tersebut. (*Metode Penelitian Sugiyono 2023*, t.t.) menjelaskan bahwa penelitian kualitatif deskriptif bertujuan untuk mendeskripsikan dan menganalisis fenomena, peristiwa, aktivitas sosial, sikap, kepercayaan, persepsi, dan pemikiran individu maupun kelompok secara mendalam. Penelitian ini mengintegrasikan perspektif pendidikan Islam dengan perspektif psikologi, khususnya psikologi emosi, sebagai bentuk pendekatan multidisipliner yang menjadi ciri khas penelitian dalam bidang PAI kontemporer. Pendekatan multidisipliner ini memungkinkan peneliti untuk menganalisis fenomena internalisasi nilai Aqidah Akhlak tidak hanya dari sudut pandang normatif keagamaan, tetapi juga dari sudut pandang psikologis yang memberikan kerangka analisis yang lebih objektif dan terukur. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat menghasilkan pemahaman yang komprehensif dan seimbang mengenai peran pembelajaran Aqidah Akhlak dalam pembentukan regulasi emosi peserta didik kelas V MI Darul Hikmah.

Penelitian ini dilaksanakan di MI Darul Hikmah dengan subjek penelitian yang dipilih secara purposive sampling, yaitu teknik pemilihan subjek berdasarkan pertimbangan dan tujuan penelitian. Subjek penelitian terdiri atas satu orang guru mata pelajaran Aqidah Akhlak kelas V yang dipilih karena memiliki pengetahuan mendalam mengenai proses pembelajaran dan perkembangan peserta didik, dan 3 orang peserta didik kelas V yang dipilih berdasarkan rekomendasi guru dengan mempertimbangkan variasi karakteristik emosi dan keterlibatan dalam pembelajaran Aqidah Akhlak. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi tiga metode utama. Pertama, observasi partisipatif yang dilakukan langsung di kelas selama pembelajaran Aqidah Akhlak berlangsung, dengan fokus pengamatan pada perilaku guru dalam menyampaikan nilai-nilai akhlak dan respons emosional peserta didik. Kedua, wawancara mendalam (*in-depth interview*) yang dilakukan secara semi-terstruktur terhadap guru Aqidah Akhlak, wali kelas, dan peserta didik terpilih. Wawancara semi-terstruktur dipilih karena memungkinkan peneliti untuk mengajukan

pertanyaan panduan sekaligus mengeksplorasi jawaban yang muncul secara spontan dari informan. Ketiga, dokumentasi yang meliputi pengumpulan dan penelaahan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), buku teks Aqidah Akhlak kelas V, catatan guru, dan dokumen-dokumen relevan lainnya. Instrumen penelitian yang digunakan meliputi pedoman observasi, pedoman wawancara, dan lembar telaah dokumentasi yang disusun berdasarkan fokus penelitian dan kerangka teori yang digunakan (Haris Herdiansyah, 2019)

### C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian diperoleh melalui wawancara mendalam dengan guru mata pelajaran Aqidah Akhlak dan tiga peserta didik kelas V MI Darul Hikmah, yang selanjutnya dianalisis menggunakan model Miles dan Huberman serta diinterpretasikan dalam kerangka teori internalisasi nilai (Muhaimin, 2001) dan teori regulasi emosi (Gross, 1998, 2015). Pembahasan diorganisasikan ke dalam tiga sub-tema utama yang sesuai dengan rumusan masalah penelitian.

#### 1. *Proses Internalisasi Nilai-Nilai Aqidah Akhlak di Kelas V MI Darul Hikmah*

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru mata pelajaran Aqidah Akhlak kelas V MI Darul Hikmah, diperoleh gambaran yang cukup komprehensif mengenai proses internalisasi nilai-nilai akhlak yang berlangsung di dalam kelas. Guru mengungkapkan bahwa metode yang digunakan dalam pembelajaran tidak terbatas pada ceramah semata, melainkan mengombinasikan metode diskusi, tanya jawab, dan pembiasaan, terutama untuk materi yang berkaitan dengan nilai sabar dan ikhlas. Kombinasi metode ini sejalan dengan pandangan Muhaimin (2001) bahwa internalisasi nilai yang efektif harus melewati tiga tahap, yaitu transformasi nilai, transaksi nilai, dan transinternalisasi. Ceramah dan penjelasan arti kalimat *thayyibah* merepresentasikan tahap transformasi, sementara diskusi dan tanya jawab merepresentasikan tahap transaksi di mana terjadi komunikasi dua arah antara guru dan peserta didik. Hal ini dipertegas oleh pernyataan guru bahwa dalam mengajarkan kalimat *tari'* dan *istighfar*, beliau tidak hanya menjelaskan arti secara linguistik, tetapi juga menjelaskan waktu-waktu yang tepat untuk mengucapkannya serta manfaat spiritualnya bagi kehidupan sehari-hari peserta didik. Pendekatan kontekstual semacam ini penting karena membantu peserta didik membangun koneksi antara nilai normatif yang diajarkan di kelas dengan situasi emosional nyata yang mereka hadapi. Dalam (Marzuki, 2022) mengatakan bahwa pembelajaran nilai akhlak yang disertai dengan kontekstualisasi kehidupan nyata terbukti lebih efektif dalam mendorong internalisasi dibandingkan dengan pembelajaran yang bersifat hafalan dan abstrak. Dengan demikian, tahap transformasi dan transaksi nilai di MI Darul Hikmah dapat dikatakan sudah berlangsung dengan cukup baik.

Tahap yang paling krusial sekaligus paling menantang dalam proses internalisasi adalah tahap transinternalisasi, yakni ketika nilai-nilai yang diajarkan telah benar-benar menyatu dengan kepribadian dan menjadi respons spontan peserta didik dalam kehidupan sehari-hari. Temuan penelitian menunjukkan bahwa guru secara aktif mendorong terjadinya transinternalisasi melalui pendekatan keteladanan langsung di dalam kelas. Ketika terjadi perselisihan antar peserta didik, guru tidak langsung menghakimi, melainkan terlebih dahulu meminta peserta didik yang bersangkutan untuk membaca *istighfar* sebagai upaya meredakan emosi, kemudian baru membuka ruang dialog untuk menyelesaikan masalah. Pendekatan ini secara tidak langsung mengajarkan peserta didik bahwa respons pertama terhadap emosi negatif adalah kembali kepada Allah melalui dzikir, bukan langsung melampiaskan emosi. Hal ini sejalan dengan penelitian (Bahiyah dkk., 2026; Utami & Ismail, 2026) bahwa keteladanan guru berkontribusi dan efektif dalam hal kemampuan mengelola emosi. Guru juga mengamati bahwa setelah mempelajari materi *istighfar* dan sabar, terjadi perubahan perilaku yang cukup terlihat pada sebagian peserta didik, di antaranya menjadi lebih sabar dan lebih sopan dalam bertutur kata. Bahkan, beberapa peserta didik telah mampu mengucapkan kalimat *tari'* dan *istighfar* secara spontan tanpa harus diingatkan terlebih dahulu, misalnya ketika mendengar kabar meninggalnya seseorang atau ketika sedang mengalami perselisihan

dengan teman. Spontanitas inilah yang menjadi indikator paling kuat bahwa tahap transinternalisasi telah mulai berlangsung pada sebagian peserta didik.

Disamping itu, guru juga mengakui bahwa proses internalisasi nilai Aqidah Akhlak di kelas V MI Darul Hikmah masih menghadapi sejumlah hambatan yang perlu mendapat perhatian serius. Hambatan utama yang diidentifikasi oleh guru adalah keterbatasan waktu pembelajaran dan rendahnya konsentrasi sebagian peserta didik selama proses belajar mengajar berlangsung. Guru mengungkapkan bahwa tidak semua peserta didik mampu menerima keadaan dengan sabar dan ikhlas, sehingga proses internalisasi nilai-nilai tersebut masih membutuhkan penguatan dan pembiasaan yang lebih intensif dan berkelanjutan. Temuan ini sejalan dengan penelitian Rahmawati dan Ismail (2022) yang menemukan bahwa keterbatasan alokasi waktu pembelajaran PAI di madrasah menjadi salah satu faktor penghambat utama dalam proses internalisasi nilai akhlak pada peserta didik tingkat dasar. Selain faktor internal pembelajaran, guru juga menekankan bahwa keberhasilan internalisasi nilai akhlak sangat ditentukan oleh faktor lingkungan keluarga. Nilai-nilai yang diajarkan di sekolah perlu mendapat penguatan di rumah agar tidak berhenti sebatas pengetahuan di bangku madrasah. Untuk itu, setiap momen penerimaan rapor, guru selalu mengingatkan para wali murid agar senantiasa membimbing dan mengawasi akhlak serta perilaku anak-anak mereka dalam kehidupan sehari-hari di luar sekolah. Koordinasi antara sekolah dan keluarga ini penting mengingat bahwa internalisasi nilai merupakan proses yang berlangsung terus-menerus dan tidak terbatas pada ruang kelas semata (Syarifuddin dkk., 2022). Tanpa dukungan lingkungan keluarga yang kondusif, nilai-nilai yang telah ditanamkan di madrasah berisiko tidak tumbuh dan berkembang secara optimal.

## ***2. Gambaran Regulasi Emosi Peserta Didik Kelas V MI Darul Hikmah***

Temuan dari wawancara mendalam dengan tiga peserta didik kelas V MI Darul Hikmah yang telah disamakan namanya yaitu Pipit, Dina, dan Maya, mengungkapkan gambaran yang kaya dan beragam mengenai kondisi regulasi emosi mereka dalam kehidupan sehari-hari. Secara umum, ketiga peserta didik menunjukkan pemahaman yang cukup baik mengenai konsep sabar, ikhlas, tawakal, dan bahaya sifat pemaarah, yang mengindikasikan bahwa proses transformasi dan transaksi nilai telah berhasil dilakukan oleh guru. Ketiga peserta didik mampu mendefinisikan sabar tidak hanya sebagai menahan diri secara fisik, melainkan juga sebagai kemampuan mengendalikan emosi dan tidak mudah mengeluh dalam menghadapi ujian. Dina, misalnya, mendefinisikan sabar sebagai "kemampuan menahan diri, mengendalikan emosi, dan tidak mudah mengeluh saat menghadapi ujian", sementara Maya mengaitkan sabar secara langsung dengan kemampuan menahan amarah ketika diejek teman. Pemahaman konseptual yang relatif mendalam ini mengindikasikan bahwa pembelajaran Aqidah Akhlak di MI Darul Hikmah telah berhasil pada tahap kognitif. Lebih jauh, pemahaman mereka tentang tawakal dan ikhlas juga menunjukkan tingkat refleksi yang cukup matang untuk anak usia kelas V. Dina dan Maya mampu membedakan tawakal sebagai berserah diri kepada Allah setelah berusaha dan ikhlas sebagai ketulusan hati tanpa pamrih, serta mampu mengidentifikasi situasi-situasi spesifik di mana sikap tawakal perlu diterapkan, mulai dari menghadapi ujian hingga menghadapi hal-hal yang berada di luar kendali mereka. Andriani dkk. (2023) menegaskan bahwa pemahaman konseptual yang kuat tentang nilai-nilai akhlak merupakan fondasi penting bagi terbentuknya regulasi emosi yang sehat pada peserta didik.

Pada tataran praktis, yaitu bagaimana peserta didik sesungguhnya merespons situasi yang memancing emosi negatif, temuan penelitian menunjukkan pola yang sangat menarik dan beragam di antara ketiga informan. Ketika menghadapi situasi marah, baik karena konflik dengan teman maupun karena kekecewaan akademik, ketiga peserta didik secara konsisten menyebut praktik spiritual sebagai respons utama mereka. Pipit mengungkapkan bahwa ia akan beristighfar dan berdoa, kemudian memilih untuk menjauh dari kerumunan untuk beberapa saat guna menenangkan diri. Dina memilih untuk duduk menyendiri, berdzikir, dan

membaca sholawat. Maya melakukan hal yang serupa, yakni membaca istighfar dan sholawat. Pola respons yang konsisten ini sangat signifikan secara akademis karena menunjukkan bahwa kalimat thayyibah yang diajarkan dalam mata pelajaran Aqidah Akhlak telah berfungsi sebagai mekanisme regulasi emosi yang nyata dan terinternalisasi. Dalam kerangka teori Gross (2015), respons berupa istighfar dan dzikir ini dapat dikategorikan sebagai strategi attentional deployment, yaitu pengalihan fokus perhatian dari sumber emosi negatif menuju dimensi spiritual yang menenangkan. Sekaligus, respons ini juga mengandung unsur response modulation karena secara aktif menghambat ekspresi emosi negatif yang tidak terkendali. Hidayatullah dan Mujib (2022) dalam penelitiannya menemukan hal yang serupa, bahwa praktik dzikir dan kalimat thayyibah yang terinternalisasi secara mendalam terbukti berfungsi sebagai buffer emosional yang efektif bagi peserta didik Muslim, setara dengan teknik-teknik regulasi emosi berbasis mindfulness dalam psikologi modern.

Temuan yang paling menonjol dan sekaligus paling menggambarkan tingkat transinternalisasi nilai adalah pengakuan ketiga peserta didik bahwa pelajaran Aqidah Akhlak secara konkret pernah membantu mereka dalam menghadapi situasi emosional yang sesungguhnya. Pipit menceritakan bahwa ketika ia diejek secara fisik oleh temannya, ia berusaha untuk sabar dan mengingat pelajaran tentang kalimat tarji'. Dina berbagi pengalaman yang lebih detail yakni ketika tersulut emosi di kelas, ia teringat untuk mengambil jeda, memilih diam alih-alih membentak, dan berwudhu untuk menjernihkan pikiran agar tidak menyesali kata-kata yang diucapkan. Maya menceritakan situasi ketika kerudungnya ditarik oleh teman-temannya dan ia sangat marah, namun kemudian memilih untuk membaca istighfar dan sholawat sebagai cara meredakan amarahnya. Ketiga narasi personal ini sangat berharga sebagai bukti empiris bahwa nilai-nilai Aqidah Akhlak tidak hanya berhenti sebagai hafalan, tetapi telah terinternalisasi hingga level transinternalisasi di mana nilai tersebut menjadi panduan perilaku spontan dalam situasi emosional nyata. Dalam perspektif psikologi regulasi emosi, kemampuan untuk mengakses strategi regulasi secara otomatis dalam situasi emosional yang intens merupakan indikator kematangan regulasi emosi yang signifikan (Gross, 1998). Fakta bahwa peserta didik kelas V MI Darul Hikmah mampu melakukan hal ini menunjukkan bahwa integrasi nilai-nilai Islami dengan perkembangan psikologis mereka sedang berlangsung secara positif, meskipun konsistensinya masih perlu terus diperkuat.

**Tabel 1. Perbandingan Respons Regulasi Emosi Peserta Didik Kelas V MI Darul Hikmah**

| Situasi Emosi                   | Pipit                                       | Dina                                          | Maya                                         |
|---------------------------------|---------------------------------------------|-----------------------------------------------|----------------------------------------------|
| Saat marah kepada teman         | Beristighfar, menjauh dari kerumunan        | Duduk menyendiri, berdzikir, membaca sholawat | Baca istighfar, berzikir, sholawat           |
| Saat sedih/kecewa (nilai jelek) | Berusaha belajar lebih giat                 | Menerima emosi, menangis, lalu bangkit        | Belajar agar lebih baik lagi                 |
| Saat diejek teman               | Berusaha terkadang membalas                 | Mengajak teman berhenti dan bicara baik-baik  | Diam dan tidak membalas                      |
| Saat tersulut emosi di kelas    | Ingat pelajaran tarji', berusaha sabar      | Mengambil jeda, diam, berwudhu                | Membaca istighfar dan sholawat               |
| Strategi Regulasi Dominan       | Response Modulation + Cognitive Reappraisal | Situation Selection + Cognitive Reappraisal   | Response Modulation + Attentional Deployment |

### **3. Peran Internalisasi Nilai Aqidah Akhlak dalam Pembentukan Regulasi Emosi**

Analisis terhadap keseluruhan data wawancara mengungkapkan bahwa terdapat korelasi yang kuat dan dapat diidentifikasi secara eksplisit antara proses internalisasi nilai-nilai Aqidah Akhlak dengan pembentukan regulasi emosi peserta didik kelas V MI Darul Hikmah. Korelasi ini tidak bersifat abstrak atau spekulatif, melainkan dapat dilacak secara konkret

melalui pernyataan-pernyataan peserta didik yang menghubungkan nilai-nilai spesifik yang mereka pelajari dengan cara mereka merespons situasi emosional tertentu. Materi kalimat *thayyibah*, baik *tarji'* maupun *istighfar*, berperan sebagai strategi attentional deployment dan response modulation yang mengajarkan peserta didik untuk mengalihkan perhatian dari emosi negatif menuju dimensi spiritual. Materi akhlak terpuji, khususnya sabar, ikhlas, dan tawakal, berperan sebagai strategi cognitive reappraisal yang membantu peserta didik untuk memaknai ulang situasi yang menyakitkan dari perspektif keimanan. Pemahaman bahwa segala sesuatu adalah titipan Allah, bahwa musibah mengandung hikmah, dan bahwa Allah selalu bersama orang yang bersabar, secara psikologis berfungsi untuk mengubah evaluasi kognitif peserta didik terhadap situasi yang memancing emosi negatif. Sementara itu, materi akhlak tercela, khususnya bahaya sifat pamarah dan tamak, berperan sebagai pengetahuan tentang respons emosi yang harus dihindari, yang secara psikologis berfungsi sebagai respons inhibisi atau response modulation. Nashori (1997) mengemukakan bahwa dalam psikologi Islami, regulasi emosi berbasis nilai-nilai agama memiliki dimensi yang lebih dalam dibandingkan regulasi emosi sekuler karena melibatkan dimensi transenden yang memberikan makna lebih luas bagi setiap pengalaman emosional.

Temuan penelitian ini juga mengungkapkan bahwa terdapat variasi yang menarik dalam tingkat internalisasi dan strategi regulasi emosi di antara ketiga peserta didik yang diwawancarai. Variasi ini tidak semata-mata bersifat negatif, melainkan justru mencerminkan kompleksitas alami proses internalisasi nilai pada individu yang berbeda. Dina menunjukkan tingkat refleksi dan artikulasi yang paling matang, mampu menjelaskan strategi regulasi emosinya secara terstruktur dan analitis, serta menunjukkan kemampuan situation selection yang baik melalui inisiatif untuk mengajak teman berdialog daripada bereaksi secara emosional. Maya menunjukkan konsistensi yang kuat dalam menerapkan response modulation, dengan pilihan yang tegas untuk diam dan tidak membalas ketika menghadapi provokasi dari teman. Pipit menunjukkan gambaran yang paling jujur dan realistis: ia mengakui bahwa meskipun mengetahui nilai sabar dan berusaha menerapkannya, terkadang masih tergoda untuk membalas perlakuan tidak menyenangkan dari teman. Pengakuan Pipit ini justru sangat berharga secara ilmiah karena menunjukkan bahwa internalisasi nilai adalah proses yang gradual dan tidak linier, bukan suatu pencapaian yang sekali jadi. Lebih dari itu, Putri juga mengungkapkan adanya tekanan emosional yang cukup berat ketika menghadapi masalah yang terasa sangat sulit, yang menunjukkan bahwa masih terdapat kebutuhan akan pendampingan emosional yang lebih intensif, baik dari guru maupun dari lingkungan keluarga. Syarifuddin dkk. (2022) menegaskan bahwa variasi individual dalam internalisasi nilai merupakan fenomena yang normal dan perlu disikapi dengan pendekatan yang personal dan berkelanjutan.

Secara keseluruhan, temuan penelitian ini menegaskan relevansi dan urgensi pendekatan multidisipliner dalam memahami peran pembelajaran Aqidah Akhlak bagi perkembangan psikologis peserta didik. Integrasi antara kerangka teori internalisasi nilai dalam pendidikan Islam dan kerangka teori regulasi emosi dalam psikologi memungkinkan peneliti untuk melihat pembelajaran Aqidah Akhlak bukan hanya sebagai proses transfer pengetahuan agama, melainkan sebagai proses pembentukan kapasitas psikologis yang sangat fundamental. Nilai-nilai yang termuat dalam kurikulum Aqidah Akhlak kelas V MI, mulai dari kalimat *thayyibah*, Asmaul Husna, akhlak terpuji, hingga adab pergaulan, secara kolektif membentuk suatu sistem regulasi emosi berbasis nilai Islami yang komprehensif. Sistem ini tidak hanya mengajarkan apa yang boleh dan tidak boleh dilakukan secara normatif, tetapi juga memberikan alat-alat spiritual yang kongkret, yaitu kalimat *tarji'*, *istighfar*, *dzikir*, dan *berwudhu*, yang dapat digunakan peserta didik secara langsung dalam situasi emosional yang sesungguhnya. Temuan ini selaras dengan penelitian Fauziyah dan Hidayat (2023) yang menyimpulkan bahwa pembelajaran PAI yang mengintegrasikan dimensi nilai dengan dimensi psikologis secara sadar terbukti menghasilkan peserta didik yang tidak hanya saleh secara ritual, tetapi juga sehat secara emosional. Keberhasilan ini tentu tidak terlepas dari

peran guru yang mampu menjadi teladan hidup bagi nilai-nilai yang diajarkannya. Dinda secara eksplisit menyatakan bahwa guru yang paling berpengaruh adalah guru yang tidak hanya mengajarkan teori, tetapi juga memberikan contoh nyata melalui sikap ramah, sabar, dan penuh perhatian di dalam kelas setiap harinya.

**Tabel 2. Pemetaan Nilai Aqidah Akhlak dan Strategi Regulasi Emosi**

| Materi Akhlak                      | Aqidah   | Nilai yang Ditanamkan                           | Strategi Regulasi Emosi (Gross) | Bukti dari Wawancara                                                       |
|------------------------------------|----------|-------------------------------------------------|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| Kalimat Istighfar                  | Tarji' & | Respons spiritual saat musibah & marah          | Attentional Deployment          | Siswa spontan beristighfar saat tersulut emosi                             |
| Akhlak Sabar                       | Terpuji: | Menahan diri, tidak reaktif                     | Cognitive Reappraisal           | Putri: "Sabar saat diejek fisik"; Mayla: "diem dan tidak membalas"         |
| Akhlak Tawakal & Ikhlas            | Terpuji: | Menyerahkan hasil kepada Allah, bersih hati     | Cognitive Reappraisal           | Dinda: "fokus pada hal yang bisa dikontrol, lepaskan yang di luar kendali" |
| Akhlak Qanaah & Optimis            | Terpuji: | Rela menerima keadaan, tidak berlebihan         | Cognitive Reappraisal           | Guru: siswa lebih bersikap sabar dan sopan setelah mempelajari materi ini  |
| Akhlak Pamarah                     | Tercela: | Menghindari ekspresi emosi destruktif           | Response Modulation             | Dinda: "dapat menghilangkan kendali akal, merusak hubungan sosial"         |
| Akhlak Tamak & Kikir               | Tercela: | Kontrol dorongan nafsu negatif                  | Response Modulation             | Siswa memahami bahaya sifat tamak terhadap hubungan sosial                 |
| Adab Pergaulan                     |          | Memilih lingkungan dan situasi yang kondusif    | Situation Selection             | Dinda: "ajak teman berhenti mengejek dan bicara dengan baik"               |
| Asmaul Husna (Al-Qawiy, Al-Qayyum) |          | Rasa aman bersumber dari keyakinan kepada Allah | Cognitive Reappraisal           | Siswa memahami bahwa Allah selalu bersama orang yang sabar                 |

#### D. PENUTUP

Penelitian ini menunjukkan bahwa proses internalisasi nilai-nilai Aqidah Akhlak pada peserta didik kelas V MI Darul Hikmah berlangsung melalui tiga tahapan, yaitu transformasi nilai, transaksi nilai, dan transinternalisasi. Proses tersebut dilaksanakan melalui kombinasi metode ceramah, diskusi, tanya jawab, pembiasaan, serta keteladanan guru dalam kehidupan sehari-hari. Hasil penelitian memperlihatkan bahwa peserta didik tidak hanya memahami nilai-nilai sabar, ikhlas, tawakal, dan kalimat thayyibah secara konseptual, tetapi juga mampu menerapkannya sebagai strategi dalam mengelola emosi ketika menghadapi konflik dengan teman, kekecewaan akademik, maupun situasi yang memicu kemarahan. Dengan demikian, internalisasi nilai-nilai Aqidah Akhlak berperan positif dalam membentuk regulasi emosi peserta didik melalui pendekatan yang mengintegrasikan dimensi pendidikan Islam dan psikologi.

Keberhasilan proses internalisasi didukung oleh beberapa faktor, antara lain keteladanan guru, penggunaan metode pembelajaran yang interaktif, pembiasaan praktik spiritual seperti membaca istighfar, dzikir, dan kalimat tarji', serta adanya komunikasi yang baik antara guru dan peserta didik. Namun demikian, proses tersebut masih menghadapi beberapa hambatan, yaitu keterbatasan alokasi waktu pembelajaran, rendahnya konsentrasi sebagian peserta didik, perbedaan kemampuan internalisasi pada setiap individu, serta belum optimalnya dukungan lingkungan keluarga dalam memperkuat nilai-nilai yang telah ditanamkan di madrasah. Oleh karena itu, keberhasilan internalisasi nilai memerlukan sinergi yang berkelanjutan antara sekolah, guru, peserta didik, dan orang tua.

#### Saran



Berdasarkan hasil penelitian, guru Aqidah Akhlak disarankan untuk terus mengembangkan strategi pembelajaran yang lebih kontekstual, reflektif, dan partisipatif agar proses internalisasi nilai tidak berhenti pada aspek kognitif, tetapi benar-benar membentuk karakter dan regulasi emosi peserta didik. Madrasah juga perlu memperkuat program pembiasaan nilai-nilai Islami melalui kegiatan keagamaan, keteladanan seluruh warga sekolah, serta menjalin kerja sama yang lebih intensif dengan orang tua agar proses pembinaan akhlak berlangsung secara berkesinambungan di lingkungan keluarga.

Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat dikembangkan dengan melibatkan jumlah informan yang lebih luas, jenjang pendidikan yang berbeda, atau menggunakan pendekatan mixed methods sehingga diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai efektivitas internalisasi nilai-nilai Aqidah Akhlak terhadap perkembangan regulasi emosi peserta didik. Selain itu, kajian mengenai integrasi pendidikan Islam dengan psikologi diharapkan terus dikembangkan sebagai bentuk penguatan kajian multidisipliner dalam Pendidikan Agama Islam.

## E. DAFTAR PUSTAKA

- Antoni, r., ali, a. M., suheri, s., wahyudin, m., & yansyah, d. (2024). Integrasi nilai-nilai keislaman dalam membentuk karakter dan mengembangkan kecerdasan emosional siswa. *Unisan jurnal*, 3(10), 37–46.
- Bahiyah, q. E., muzaki, i. A., & hakim, a. (2026). Internalisasi nilai-nilai akhlak melalui keteladanan guru dalam pembelajaran pendidikan agama islam. *Jurnal ragam pengabdian*, 3(1 (spesial issue)), 4685–4695. <https://doi.org/10.62710/wkhags36>
- Creswell, j. W. (2014). *Research design: qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (4th ed). Sage publications.
- Gross, j. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: an integrative review. *Review of general psychology*, 2(3), 271–299. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>
- Gross, j. J. (2015). Emotion regulation: current status and future prospects. *Psychological inquiry*, 26(1), 1–26. <https://doi.org/10.1080/1047840x.2014.940781>
- Haris herdiansyah. (2019). *Metodologi penelitian kualitatif untuk ilmu- ilmu sosial* (2 ed.). Salemba humanika.
- Marzuki. (2022). *Pendidikan karakter islam*. Amzah.
- Metode penelitian sugiyono 2023. (t.t.). Diambil 5 juli 2026, dari <https://online.fliphtml5.com/cyqfr/jppo/>
- Muhaimin. (2001). *Paradigma pendidikan islam: upaya mengefektifkan pendidikan agama islam di sekolah*. Remaja rosdakarya.
- Nashori, f. (1997). *Psikologi islami: agenda menuju aksi*. Pustaka pelajar.
- Saifuddin, atmaja, k., mulyani, s., ainun, a., ilham, mulyadin, w., & putra, a. A. (2025). Pendekatan multidisipliner sains sosial dalam pembelajaran pendidikan agama islam (pai). *Pendas: jurnal ilmiah pendidikan dasar*, 10(04), 243–259. <https://doi.org/10.23969/jp.v10i04.37573>
- Utami, r. M., & ismail. (2026). Implementasi pembelajaran aqidah akhlak dalam penguatan kesehatan mental siswa: studi kasus di mim nglaran i. *Al ibtidaiyah: jurnal pendidikan guru madrasah ibtidaiyah*, 7(2), 103–113. <https://doi.org/10.46773/qeggav28>
- Fauziyah, N., & Hidayat, R. (2023). Internalisasi Nilai-Nilai Akhlak dalam Pembentukan Kecerdasan Emosional Peserta Didik MI. *Jurnal Tarbiyatuna*, 14(2), 112-128. <https://doi.org/10.31603/tarbiyatuna.v14i2.8821>
- Syarifuddin, A., Mukhlas, M., & Wahyuni, S. (2022). Pendekatan Multidisipliner dalam Pembelajaran PAI: Integrasi Psikologi dan Pendidikan Islam untuk Pembentukan Karakter Peserta Didik. *Jurnal Pendidikan Islam*, 11(2), 198-217. <https://doi.org/10.14421/jpi.2022.112.198-217>

- Hidayatullah, M. F., & Mujib, A. (2022). Korelasi Nilai-Nilai Akhlak Islami dengan Kecerdasan Emosional Peserta Didik Madrasah. *Jurnal Pendidikan Agama Islam Al-Thariqah*, 7(2), 234-251. [https://doi.org/10.25299/al-thariqah.2022.vol7\(2\).9634](https://doi.org/10.25299/al-thariqah.2022.vol7(2).9634)
- Andriani, R., Sholeh, M., & Zulfitria. (2023). Hubungan Pendidikan Akhlak dengan Regulasi Emosi Siswa di Madrasah Ibtidaiyah. *Jurnal Pendidikan Islam*, 12(1), 45-62. <https://doi.org/10.14421/jpi.2023.121.45-62>
- Rahmawati, D., & Ismail, S. M. (2022). Efektivitas Metode Internalisasi Nilai Akhlak dalam Pembelajaran PAI terhadap Pembentukan Karakter Emosional Siswa MI di Jawa Timur. *Jurnal Ilmu Pendidikan Islam*, 20(1), 78-96. <https://doi.org/10.15642/jpi.2022.20.1.78-96>