BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM DENGAN MENGGUNAKAN TERAPI SHOLAT BAHAGIA DALAM MENANGANI REMAJA YANG KECANDUAN *GAME ONLINE MOBILE LEGEND*

(Study kasus Siswa Kelas X SMA Bina Bangsa Surabaya)

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Memperoleh Gelar Sarjana Ilmu Sosial (S.Sos)

Oleh :

Silviasari Lusiana

(B93215086)

PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM

JURUSAN DAKWAH

FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA

2019

PERNYATAAN

PERTANGGUNG JAWABAN PENULISAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : Silvisari Lusiana

NIM : B93215086

Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Alamat : Jl. Pandan, Ds. Tambak Rejo. Kec. Gurah-Kediri

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa :

1. Skripsi ini tidak pernah dikumpulkan kepada lembaga perguruan tinggi manapun untuk mendapatkan gelar apapun
2. Skripsi ini benar-benar hasil karya saya secara mandiri dan bukan merupakan hasil plagiasi atau karya orang lain.
3. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skirpsi ini sebagai plagiasi, saya akan bersedia menanggung segala konsekuensi hukum yang terjadi.

Surabaya, 09 Juli 2019

Yang telah

METERAI TEMPEL

TGL. 20

5329AFF704982267

6000

ENAM RIBU RUPIAH

Silviasari Lusiana

B93215086

Scanned by CamScanner

PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Nama : Silviasari Lusiana

NIM : B93215086

Judul : Bimbingan dan Konseling Islam dengan Menggunakan Terapi Shalat Bahagia dalam Menangani Remaja yang Kecanduan *Game Online Mobile Legend* (Study Kasus Siswa Kelas X SMA Bina Bangsa Surabaya)

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui oleh dosen pembimbing untuk diujikan.

Surabaya, 09 Juli 2019

Telah disetujui oleh:

Dosen Pembimbing,

Dr. Hj. Sri Astutik, M.Si.

NIP. 195902051986032044

Scanned by CamScanner

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi oleh Silviasari Lusiana ini telah dipertahankan di depan

Tim Penguji Skripsi

Surabaya, 23 Juli 2019

Mengesahkan,

Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Dekan,

Dr. H. Abd. Halim, M.Ag.
NIP. 196307251991031003

Penguji I,

Dr. Hj. Sri Astutik, M.Si
NIP. 195902051986032004

Penguji II,

Dr. Rudy Al Hana, M.Ag.
NIP. 196803091991031001

Penguji III,

Dr. Agus Santoso, S.Ag., M.Pd.
NIP. 197008251998031002

Penguji IV,

Dra. Hj. Ragwan Albaar, M.Fil.I.
NIP. 195902051986032044

Scanned by CamScanner

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN
Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Silviasari Lusiana
NIM : B93215086
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Komunikasi/ Bimbingan Konseling Islam
E-mail address : silvialusiana97@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :
☑ Sekripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)
yang berjudul :

Bimbingan dan Konseling Islam Menggunakan Terapi Shalat Bahagia dalam Menangani Remaja yang Kecanduan *Game Online Mobile Legend* (Studi Kasus Siswa Kelas X SMA Bina Bangsa Surabaya.

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Ekslusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara ***fulltext*** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya 1, Agustus 2019

Penulis

(Siviasari Lusiana)

Scanned by CamScanner

ABSTRAK

Silviasari Lusiana (B93215086) *Bimbingan dan Konseling Islam dengan Menggunakan Terapi Shalat Bahagia dalam Menangani Remaja yang Kecanduan Game Online Mobile Legend (Studi Kasus Siswa Kelas X SMA Bina Bangsa Surabaya)*

Fokus penelitian ini adalah: 1) Bagaimana proses pelaksaan Bimbingan dan Konseling Islam dengan Menggunakan Terapi Shalat Bahagia dalam Menangani Remaja yang Kecanduan *Game Online Mobile Legend (*Studi Kasus Siswa Kelas X SMA Bina Bangsa Surabaya)? 2) Bagaimana hasil akhir pelaksaan Bimbingan dan Konseling Islam dengan Menggunakan Terapi Shalat Bahagia dalam Menangani Remaja yang Kecanduan *Game Online Mobile Legend* (Studi Kasus Siswa Kelas X SMA Bina Bangsa Surabaya)?

Untuk menjawab permasalahan tersebut metode penelitian yang digunakan adalah dengan pendekatan kualitatif. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara dan dokumentasi yang disajikan dalam bab penyajian data. Serta menggunakan analisis deskriptif komparatif dalam menganalisa hasil akhir diri pelaksaan terapi Shalat Bahagia untuk menangani studi kasus remaja yang kecanduan *game online.*

Dalam penelitian ini ditemukan bahwa proses Terapi Shalat Bahagia dalam menangani remaja yang kecanduan *game online* dilakukan melalui 3 tahapan, yakni 1) terapi sahalat bahagia dengan langkah yaitu Konselor yang diiringi dengan fasilitator terapi shalat bahagia memberikan penjelasan renungan kepada konseli tentang poin-poin terapi shalat bahagia, Shalat Bahagia dilakukan konselor bersama-sama dengan fasilitator, Melihat dan mengamati konselor yang melakukan terapi shalat bahagia secara individu, 2.) memberi *home work* berupa amalan istighfar dan dzikir terutama setelah shalat atau ketika waktu kosong. Hasil dari penerapan konseling ini yaitu agar konseli sadar akan kesalahn-kesalahannya dan meminta ampunan kepada Allah karena kekhilafannya melalaikan perintah Allah SWT hanya demi bermain *game online.*

Kata kunci : Bimbingan dan Konseling Islam, Terapi Shalat Bahagia, kecanduan *Game Online Mobile Legend*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL i

HALAMAN PERSETUJUAN ii

LEMBAR PENGESAHAN iii

MOTTO iv

PERSEMBAHAN v

PERNYATAAN OTENTITAS SKRIPSI vi

ABSTRAK vii

KATA PENGANTAR viii

DAFTAR ISI ix

DAFTAR TABEL xii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah 1
B. Rumusan Masalah 5
C. Tujuan Penelitian 6
D. Manfaat Penelitian 6
E. Definisi Konsep 7
F. Metode Penelitian
   1. Pendekatan dan Jenis Penelitian 9
   2. Sasaran dan Lokasi Penelitian 10
   3. Jenis dan Sumber Data 12
   4. Tahap-tahap Penelitian 14
   5. Teknik Pengumpulan Data 17
   6. Teknik Analisis Data 19
   7. Teknik Keabsahan Data 20
   8. Sistematika Pembahasan 21

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian Teoritik
   1. Bimbingan dan Konseling Islam 23
      a. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam 24
      b. Tujuan Bimbingan dan Konseling Islam 25
      c. Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam 26
      d. Unsur-unsur Bimbingan dan Konseling Islam 27

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Pengertian Shalat Bahagia 30
3. Pokok-pokok renungan Shalat Bahagia 30
a. Berdiri 31
b. Rukuk 32
c. Bangkit dari rukuk 33
d. Sujud 35
e. Duduk diantara dua sujud 36
f. Tasyahud 37
4. Game online 38
a. Pengertian Game Online 39
b. Game Online Mobile Legend 40
5. Dampak Negatif Game Online 41
B. Bimbingan Konseling Islam menggunakan Terapi Shalat Bahagia dalam Mengatasi Remaja yang Kecanduan *Game Online Mobile Legend* 44
C. Penelitian Terdahulu yang Relevan 45

BAB III PENYAJIAN DATA

A. Deskripsi Umum Objek Penelitian 49
B. Deskripsi Konselor 49
C. Deskripsi Klien 51
D. Latar Belakang Konseli 52
E. Deskripsi Proses Bimbingan Konseling Islam menggunakan Terapi Shalat Bahagia dalam Mengatasi Remaja yang Kecanduan *Game Online Mobile Legend* 55
1. Identifikasi Masalah 58
2. Diagnosis 62
3. Prognosis 64
4. Treatment/terapi 65
5. Evaluasi/Follow Up 83
F. Deskripsi Hasil Bimbingan Konseling Islam menggunakan Terapi Shalat Bahagia dalam Mengatasi Remaja yang Kecanduan *Game Online Mobile Legend* 86

BAB IV ANALISIS DATA

A. Analisis Proses Bimbingan Konseling Islam menggunakan Terapi Shalat Bahagia dalam Mengatasi Remaja yang Kecanduan *Game Online Mobile Legend* 91
B. Analisis Hasil Bimbingan Konseling Islam menggunakan Terapi Shalat Bahagia dalam Mengatasi Remaja yang Kecanduan *Game Online Mobile Legend* 104

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan 109
B. Saran 110

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR PUSTAKA 112
LAMPIRAN 114

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR TABEL

4.1 Perbandingan Proses Konseli di Lapangan dengan Pendekatan Terapi Shalat Bahagia 99
4.2 Perbedaan sebelum dan sesudah konseling 108

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR GAMBAR

3.1 Posisi Takbiratul Ihram 66
3.2 Posisi Rukuk 68
3.3 Posisi I'tidal 70
3.4 Posisi Sujud 72
3.5 Posisi Duduk diantara 2 Sujud 74
3.6 Posisi Tasyahud Awal dan Akhir 76

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia kini dihadapkan oleh zaman yang berkembang pesat. Kemajuan zaman yang dimaksud salah satunya adalah internet. *Internet* adalah inti dari komunikasi yang bermedia komputer, *internet* menghubungkan ribuan jaringan komputer, menyediakan jumlah informasi yang luar biasa banyaknya.[1] Salah satu bukti dari perkembangan *internet* adalah dengan hadirnya *game online*, yakni sebuah permainan yang dilakukan secara *online*. Arti game itu sendiri merupakan sesuatu yang dapat dimainkan dengan aturan tertentu sehingga ada yang menang dan ada yang kalah, biasanya dalam konteks alasan untuk menghibur diri.

Game online merupakan permainan yang berbasis visual dan elektronik. *Game online* ini menyambungkan jaringan internet. Jika tidak bisa bermain dengan internet, akan sulit juga bermain game secara online tersebut. *Game online* kini tidak hanya marak di kota-kota besar saja, di kota kecilpun sekarang sudah banyak anak-anak yang bisa menggunakannya dengan mudah. Game sekarang ini sangatlah modern, berbeda dengan permainan jaman dahulu yang terkadang hanya menggunakan beberapa orang dengan bertatap muka langsung. Sekarang dengan pesatnya majunya perkembangan teknologi, *game online* dapat di mainkan dengan banyak orang bahkan tanpa bertemu dengan orang yang menjadi partner

[1] John W. Santrock, *Perkembangan Anak Jilid 1*, (Jakarta: Erlangga 2007), hal. 300

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

bermainnya tersebut. Banyak dampak yang terjadi dalam *game online* terutama pada perkembangan dan kejiwaan anak atau seorang pelajar. Yang sering bermain *game online* ini biasanya mulai kalangan SD, SMP, SMA dan bahkan ada Mahasiswa juga yang masih suka dengan permainan *game online*.

Game online akan menyebabkan kecanduan atau ketagihan bagi pemainnya, karena akan terus menerus penasaran dengan kelanjutan permainnya. *Game online* sering membuat para pemainnya akan lupa dengan kegiatan ataupun kehidupan sosialnya. Maka dari itu, banyak dampak negatif dari sebuah adanya *game online*. Bermain merupakan kebutuhan dasar bagi setiap manusia, termasuk bermain *game online* ini. Dengan bermain, seseorang bisa menghilangkan rasa jenuh dan bosannya. Setiap manusia memiliki keinginan untuk bermain. Sama seperti halnya yang sudah di sebutkan oleh Al-Quran bahwa di dunia ini hanyalah sebuh permainan, seperti yang telah di dijelaskan dalam Surat Muhammad (47:36), yaitu :

إِنَّمَا ٱلْحَيَوٰةُ ٱلدُّنْيَا لَعِبٌ وَلَهْوٌ ۚ وَإِن تُؤْمِنُوا۟ وَتَتَّقُوا۟ يُؤْتِكُمْ أُجُورَكُمْ وَلَا يَسْـَٔلْكُمْ أَمْوَٰلَكُمْ

Artinya :“Sesungguhnya kehidupan dunia hanyalah permainan dan senda gurau. Dan jika kamu beriman serta bertakwa, Allah akan memberikan pahala kepadamu dan Dia tidak akan meminta harta-hartamu.”[2]

Ayat di atas menjelaskan, bahwa di dunia hanyalah tempat bermain dan tertawa semata. Sama halnya dengan *game online*. Banyak anak-anak

[2] Departemen Agama RI, *Al-Qur"an dan Terjemahnya*, (Jakarta: Departemen RI, 2006), hal. 510

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

bahkan remaja yang senang bermain game online. Permainan online ini sering tidak diketahui atau dijangkau oleh para orang tua, karena biasanya anak atau remaja yang bermian *game online* ini melakukannya di warnet atau bahkan di kamar anak yang terdapat fasilitas akses jaringan internet atau WIFI. Sehingga banyak orang tua tidak menyadari akan adanya perubahan perkembangan pada anak yang sudah kecanduan *game online*.

Problematika pada remaja sekarang semakin marak terjadi termasuk kecanduan *game online*. Tidak kepedulian sosial salah satu akibat dari kecanduan permainan online tersebut. Di SMA Bina Bangsa peneliti menemukan beberapa remaja yang kecanduan akan *game online.* Remaja yang ditemukan adalah klien Bowo. Klien Bowo adalah korban kecanduan *game online.* Ia sudah mulai mengenal *game online* sejak kelas VII SMP. Saking seringnya ia bermain *game online,* makan pun dia bermain *game online,* jalan-jalan dia bermain *game online,* bahkan terkadang di dalam kamar mandi pun dia membawa gadgetnya untuk terus lanjut bermain. Katanya jika tidak membawa gadget nanti takutnya ada musuh yang menyerang balik bentengnya dan ia kalah. Ia sangat terobsesi dengan yang namanya kemenangan. Maka dari itu dia tidak pernah jauh-jauh dari yang namanya gadget. Sepulang sekolah pun dia langsung masuk kamar tidur tanpa makan atau kegiatan apapun yang bermanfaat contohnya membantu di toko ayahnya. Ayahnya membuka toko sembako di pasar Siwalankerto Surabaya. Di dalam kamar yang ia lakukan hanya bermain laptop untuk *game online* saja, meskipun banyak tugas sekolah yang menumpuk, namun

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dia tetap memprioritaskan *game online*-nya itu dari pada tugas-tugas sekolahnya. Pernah suatu ketika orang tuanya menyembunyikan gadgetnya ketika dia tertidur, ketika bangun dari tidurnya dia mengamuk karena mencari gadgetnya yang tidak ketemu dan mengobrak-abrik seluruh isi rumah untuk mencari gadgetnya. Sejak saat itu, orang tuanya tak pernah lagi mau berurusan dengan gadget anaknya itu.

Dengan melihat fenomena di atas, peneliti akan berencana melakukan sebuah konseling dengan menggunakan terapi Islam yaitu Terapi Shalat Bahagia. Tujuan dari adanya Shalat Bahagia ini agar klien lebih memahami lagi apa arti hidupnya. Selain itu, Shalat Bahagia juga dapat digunakan sebagai terapi untuk kesehatan dan kebahagiaan. Maksud dari Shalat sebagai terapi kesehatan yaitu sesungguhnya semua gerakan shalat adalah gerakan untuk kesehatan. Bahkan, shalat tidak hanya menjaga kesehatan tapi juga mengembalikan hidup sehat dari berbagai macam penyakit. Shalat merupakan meditasi suci yang pelakunya merasakan kehadiran Allah SWT, contohnya seperti merasakan paparan sinar matahari.[3] Yang berikutnya adalah Shalat Bahagia sebagai terapi untuk kebahagiaan. Semua orang ingin hidup bahagia, dan Islam telah mendorong untuk mencapainya. Setiap hari dorongan hidup bahagia di kumandangkan melalui adzan, *"hayya alal falah"* (mari meraih kebahagiaan). Bahagia bisa ditandai dengan jiwa yang tenang, bersikap positif dalam menghadapi semua keadaan dan cobaan hidup. Shalat memberikan jiwa kekuatan diri

[3] Moh. Ali Aziz, *60 menit Terapi Shalat Bahagia*, (Surabaya: IAIN Sunan Ampel Press, 2013), hal. 190

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yang luar biasa, berupa keimanan akan kekuasaan Allah, sesuatu yang amat penting dalam kehidupan maanusia. Jika kekuatan ini lenyap, maka seseorang bisa menempuh jalan yang tidak benar. Kekuatan inilah yang kemudian berpengaruh terhadap kesehatan fisik seseorang. Shalat merupakan wujud dan sasaran penguatan iman. Iman yang benar mengahasilkan ketenangan jiwa. Ketenangan jiwa inilah yang banyak dicari oleh orang-orang.[4]

Jadi pada penelitian ini, peneliti menggunakan penelitian study kasus karena peneliti ingin melakukan penelitian dengan cara mempelajari individu secara rinci dan mendalam secara kurun waktu tertentu untuk membantunya mengatasi masalah yang dialaminya.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana proses pelaksaan Bimbingan dan Konseling Islam Menggunakan Terapi Shalat Bahagia dalam Menangani Remaja yang Kecanduan Game Online *Mobile Legend* (Studi Kasus Siswa Kelas X SMA Bina Bangsa Surabaya) ?
2. Bagaimana hasil akhir pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam Menggunakan Terapi Shalat Bahagia dalam Menangani Remaja yang Kecanduan Game Online *Mobile Legend* (Studi Kasus Siswa Kelas X SMA Bina Bangsa Surabaya)?

[4] Moh. Ali Aziz, *60 menit Terapi Shalat Bahagia*, (Surabaya: IAIN Sunan Ampel Press, 2013), hal. 197

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui proses pelaksaan Bimbingan dan Konseling Islam Menggunakan Terapi Shalat Bahagia dalam Menangani Remaja yang Kecanduan Game Online *Mobile Legend* (Studi Kasus Siswa Kelas X SMA Bina Bangsa Surabaya)
2. Untuk mengetahui hasil akhir pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam Menggunakan Terapi Shalat Bahagia dalam Menangani Remaja yang Kecanduan Game Online *Mobile Legend* (Studi Kasus Siswa Kelas X SMA Bina Bangsa Surabaya)

D. Manfaat Penelitian

Jika dilihat dari segi Teoritis dan Praktisnya adalah sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis
   a. Dengan penelitian ini dapat memberikan khazanah keilmuan tentang apa dan bagaimana terapi Shalat Bahagia.
   b. Memberikan pemahaman bagi kita apa dampak dari *game online* sehingga menyebabkan seorang remaja kecanduan akan *game online* tersebut.
   c. Bagi mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam dapat menindak lanjuti dan mengembangkan terapi Shalat Bahagia untuk memberikan pengaruh terhadap masalah dan segala hal yang menganggu kenyamanan hidup terkhusus dalam kasus remaja yang kecanduan *game online*.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Manfaat Praktisi

   a. Peneliti diharapkan dapat membantu mengurangi atau bahkan menghilangkan rasa candu *game online* bagi korban.

   b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan bagi konselor dan terapis lainnya, bagaimana mengaplikasikan terapi Shalat Bahagia dalam menangani remaja yang kecanduan *game online.*

E. Definisi Konsep

Untuk mengetahui pemahaman mengenai penelitian yang akan dilakukan, maka peneliti perlu menjelaskan definisi operasional sesuai judul yang telah ditetapkan. Definisi operasional dalam penelitian dimaksudkan untuk mengetahui makna dari judul yang diteliti dan untuk menghindari salah penafsiran tentang inti persoalan yang diteliti.

1. Bimbingan dan Konseling Islam

   Bimbingan dan Konseling Islam adalah kegiatan yang dilakukan oleh seorang konselor dalam rangka memberikan bantuan kepada konseli yang mengalami kesulitan baik lahiriyah maupun batiniyah, agar konseli mampu mengatasinya sendiri karena timbul kesadaran dan penyerahan diri terhadap kekuasaan Allah sehingga timbul pada diri pribadinya suatu cahaya harapan kebahagiaan hidup saat sekarang dan masa depannya.[5] Dengan kata lain, arti dari Bimbingan Konseling Islam adalah suatu proses pemberian bantuan kepada individu agar mampu

[5] Arifin, *Pokok-pokok Pikiran Tentang Bimbingan Penyuluhan Agama*(Jakarta:Bulan Bintang,1979), hal.25

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

hidup selaras dan serasi dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup dan di akhirat.[6]

2. Terapi Shalat Bahagia

Terapi Shalat Bahagia merupakan sebuah terapi untuk kekhusyukan pada shalat. Dengan shalat yang khusyuk, akan membuat para pelakunya lebih tenang dan bahagia dalam menjalankan hidupnya. Peshalat khusyuk dijamin hidup bahagia, karena menghadapi semua cuaca kehidupan dengan keimanan, kepasrahan, dan penuh keriangan *(ridha)* atas semua takdir Allah. Dengan pembiasaan shalat secara *thuma'ninah:* tenang, sabar, dan tidak tergesa-gesa, peshalat khusyuk bisa menghadapi semua gelombang kehidupan dengan *thuma'ninah* pula. [7]

3. Game Online

Game merupakan permainan dan *online* merupakan sebuah jaringan yang menyambungkan internet. Jadi *Game online* merupakan sebuah permainan yang menggunakan jaringan yang menghubungkan ke internet. *Game online* itu sendiri merupakan sesuatu yang dapat dimainkan dengan aturan tertentu sehingga ada yang menang dan ada yang kalah, biasanya dalam konteks tidak serius atau dengan alasan hanya untuk menghibur diri.[8]Dalam permainan *game online,* banyak memberikan dampak kepada para pemainnya, salah satunya dampak negatif. Salah satu dmpak negatif

[6] Ainurrahim Faqih, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling Islam*. (Yogyakarta: UII Press, 2000), hal. 4
[7] Moh. Ali Aziz, *60 menit Terapi Shalat Bahagia,* (Surabaya: IAIN Sunan Ampel Press, 2013), hal. 2
[8] Khalid Umar (19 Juni 2017), "game online Mobil Legend Jungle Guide-Jungling Tips, Best Junglers, Monster Respawns, Bufft, How to Farm Jugle", SegmentNext. Diakses tanggal 11 Juli 2017, hal. 2

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dari *game online* adalah memberikan candu terhadap para pemainnya. Dan *game online* yang membuat candu klien yang peneliti lakukan adalah *game online Mobile Legend. Mobile Legend* merupakan suatu permainan yang menggunakan jaringan internet sebagai perantaranya, dan permainan ini di mainkan dengan 2 orang lawan yang bertujuan menghancurkan benteng lawan lainnya.

F. Metode Penelitian

Dalam metode penelitian ada beberapa poin yang digunakan oleh peneliti, yaitu :

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

a. Pendekatan

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan Kualitatif. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang ingin mencari makna kontekstual secara menyeluruh (holistic) berdasarkan fakta-fakta (tindakan, ucapan, sikap, dan sebagainya) yang telah dilakukan konseli.[9] Menurut Botgar dan Tailor, penelitian kualitatif adalah prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati.[10]

[9] Andi Prastowo, *Metode Penelitian Kualitatif Dalam Perspektif Rancangan Penelitian* (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), hal. 22.
[10] Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif (edisi revisi)*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2005), hal. 4

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. Jenis Penelitian

Sedangkan jenis penelitian yang digunakan adalah studi kasus. Penelitian study kasus *(case study)* adalah penelitian tentang status subyek penelitian yang berkenaan dengan suatu fase spesifik atau khas dari keseluruhan personalitas[11] Dengan pengertian lain, Studi lapangan adalah sebuah penelitian kualitatif dimana peneliti mengamati dan berpartisipasi secara langsung dalam penelitian skala sosial kecil dan mengamati budaya setempat. Bisa di katakan studi lapangan merupakan suatu penelitian lapangan yang dilakukan dalam ranah kehidupan yang sebenarnya.[12]

2. Sasaran dan Lokasi Penelitian

Dalam penelitian ini terdapat tiga subyek yang menjadi sasaran oleh peneliti, antara lain :

a. Konseli atau Klien

Konseli adalah seorang pelajar kelas X di SMA Bina Bangsa Siwalankerto Surabaya

Nama : Ari Setyo Wibowo

[11] Moh. Nazir, *Metode Penelitian.* (Jakarta: Ghalia Indonesia, 1988), hal. 63-66.

[12] Kantini Kartono, *Pengantar Metodologi Riset Sosial,* (Bandung: Madar Maju, 1996, hal. 32

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

TTL : Surabaya, 06 Agustus 2001

Kelas : X SMA Bina Bangsa Siwalankerto Surabaya

Anak : anak ke 2 dari 2 bersaudara[13]

Selain itu, peneliti juga menggunakan informan sebagai penguat data penelitian, diantaranya adalah ibu dan temannya. Berikut nama informan :

Nama ibu : Kar'miah

Nama Teman : Doni

b. Konselor

Konselor adalah seorang mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah UIN Sunan Ampel Surabaya. Pengalaman belajar konselor selama kuliah yaitu Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) di RSI. Jemur Andayani dan RSI Wonokromo Surabaya, melakukan penelitian di Lembaga Perlindungan Anak (LPA) Bendul Merisi Surabaya dan TK Inklusi Melati di Sidoarjo, serta Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Kwangsen, Kecamatan Jiwan-Madiun.

c. Lokasi

Lokasi penelitian berada di SMA Bina Bangsa Jl. Siwalankerto Utara II No. 7 Surabaya, Jawa Timur. Lalu

[13] Hasil wawancara dengan konseli pada tanggal 18 November 2018

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

melakukan kunjungan ke rumah konseli untuk wawancara lebih lanjut dengan orang tua atau teman dekat konseli agar mendapat informasi yang lebih mendalam.

3. Jenis dan Sumber Data

1. Jenis Data

Adapun jenis data pada penelitian ini, meliputi :

a. Data Primer

Data primer merupakan data yang diambil dari sumber pertama atau utama di lapangan. Data primernya adalah tentang seorang remaja atau pelajar yang kecanduan akan *game online Mobile Legend* sehingga lupa akan tugas-tugas sekolah bahkan kewajiban sosialnya, tentang latar belakang dan masalah yang dialami konseli, perilaku atau dampak yang dialami oleh konseli, proses pelaksanaan konseling serta hasil pelaksanaan konseling.

b. Data sekunder

Data sekunder adalah data yang di ambil dari sumber kedua atau berbagai sumber guna melengkapi data primer. [14] Adapun data sekunder yakni peneliti melakukan observasi atau wawancara terhadap keluarga, teman terdekatnya atau bahkan tetangga dari siswa. Peneliti akan menggali tentang gambaran

[14] Burhan Bungin, *Metode Penelitian Sosial: Format-format Kuantitatif dan Kualitatif,* (Surabaya: Universitas Airlangga, 2001), hal. 128

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

lokasi penelitian, keadaan lingkungan sekitar siswa, dan perilaku keseharian siswa.

2. Sumber data

Sumber data adalah subyek darimana data diperoleh[15]. Adapun yang dijadikan sumber data sebagai berikut :

a. Sumber Data Primer, yaitu sumber pertama yang diperoleh langsung dari klien atau konseli, yakni pelajar atau siswa yang kecanduan akan *game online*. Serta Konselor yang melakukan Konseling
b. Sumber Data Sekunder, yaitu sumber data pendukung. Data-data yang diperoleh dari sumber kedua yang digunakan untuk mendukung dan melengkapi data primer.[16] Sumber ini peneliti peroleh dari 2 informan yaitu : ibu dan Doni teman dekat konseli dalam menemukan informasi seputar kasus kecanduan *game online* yang terjadi pada konseli.

4. Tahap-tahap Penelitian

Beberapa tahap yang perlu diperhatikan dalam melakukan penelitian antara lain:

[15] Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan dan Praktek,* (Jakarta: Rineka Cipta, 2006),
hal. 129.
[16] Hartono Boy Soedarmadji, *Psikologi Konseling,* (Surabaya: Press UNIPA, 2006), hal. 58.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

a. Tahap pralapangan

Tahap ini merupakan tahap penjajakan penelitian lapangan dalam suatu penelitian. Sebelum memulai penelitian beberapa hal yang harus dilakukan adalah:

1.) Menyusun rancangan penelitian

Untuk dapat menyusun dan merancang penelitian, maka terlebih dahulu memahami fenomena yang telah di tentukan, yaitu tentang masalah kecanduan *game online* pada remaja. Setelah faham akan fenomena yang telah diamati, maka peneliti membuat latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, definisi konsep, dan membuat rancangan data-data yang diperlukan untuk penelitian.

2.) Memilih tempat dilakukannya penelitian.

Setelah membaca fenomena yang ada di lapangan, maka penentuan lapangan penelitian adalah di SMA Bina Bangsa Surabaya

3.) Mengurus perizinan penelitian

Setelah tempat penelitian ditentukan, maka langkah selanjutnya adalah mengurus perizinan dari pihak setempat yang berkuasa di wilayah tempat penelitian.

4.) Menilai keadaan lapangan.

Sebelum memulai penelitian perlu dilakukannya penilaian langsung oleh peneliti untuk memahami keadaan lingkungan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sosial, fisik dan menyiapkan perlengkapan yang diperlukan di lapangan. Kemudian, peneliti mengumpulkan data yang ada di lapangan.

5.) Menyiapkan perlengkapan penelitian

Perlengkapan penelitian diantaranya yaitu bolpoin, buku, *tape recorder*, dan lain-lain.

6.) Persoalan etika penelitian

Etika penelitian sangat penting untuk diperhatikan terlebih ketika melakukan penelitian di lapangan, karena ini merupakan tingkah laku yang ditunjukkan seorang kepada peneliti terhadap subyek yang akan diteliti. Etika penelitian pada dasarnya yang menyangkut hubungan baik antara peneliti dengan subyek penelitian, baik secara perseorangan maupun kelompok. Maka, peneliti harus mampu memahami kebudayaan ataupun bahasa yang digunkan, kemudian untuk sementara peneliti menerima seluruh nilai dan norma sosial yang ada di dalam lingkungan latar penelitiannya.[17]

b. Tahap Pekerjaan Lapangan

1.) Memahami Latar Penelitian

[17] Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2009), hal. 85

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Untuk memasuki lapangan, peneliti perlu memahami latar penelitian terlebih dahulu. Kemudian, peneliti juga mempersiapkan diri dengan baik, baik secara fisik maupun secara mental.

2.) Memasuki Lapangan

Yang perlu dilakukan disaat memasuki lapangan adalah menjalin keakraban hubungan dengan subjek-subjek penelitian, sehingga akan memudahkan peneliti untuk mendapatkan data.

3.) Berperan dalam Mengumpulkan Data

Dalam tahapan ini, peneliti harus berperan aktif dalam bekerja, yaitu harus bisa meperhitungkan waktu penelitian, tenaga, dan biaya. Setelah data terkumpul, kemudian di analisis di lapangan, kemudian mencatat bagaimana suasana di lapangan.

5. Teknik Pengumpulan Data

Untuk mendapatkan data yang dibutuhkan maka peneliti menggunakan teknik dan alat pengumpulan data sebagai berikut:

a. Wawancara

Wawancara adalah suatu kegiatan yang dilakukan untuk mendapatkan informasi secara langsung dengan mengungkapkan pertanyaan-pertanyaan pada para responden. Wawancara bermakna berhadapan langsung antara interviewers dengan responden, dan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kegiatannya dilakukan secara lisan.[18]. Wawancara juga dapat diartikan sebagai tanya jawab antara dua orang atau lebih secara langsung. Wawancara juga disebut *interview*, yaitu pengumpulan data melalui tanya jawab sepihak yang dikerjakan secara sistemastis dan berdasrkan pada tujuan pendidikan.[19]Pewawancara disebut dengan *intervieuwer*, sedangkan orang yang diwawancara disebut dengan *interviewee*.[20] Alasan peneliti mengambil teknik wawancara yaitu agar peneliti dapat menggali informasi dari narasumber yang terpercaya. Dalam proses ini, peneliti mendapatkan data tentang profil klien, kegiatan aktif klien, dan pengaruh *game online* terhadap klien.

b. Observasi

Observasi adalah perhatian terfokus terhadap gejala, kejadian atau sesuatu dengan maksud menafsirkannya, menggunakan faktor-faktor penyebabnya, dan menemukan kaidah-kaidah yang mengaturnya.[21] Dengan observasi, dapat kita peroleh gambaran yang lebih jelas tentang kehidupan sosial yang sukar diperoleh dengan metode lain. Teknik ini digunakan untuk pengumpulan data dan informasi melalui kombinasi

---

[18] Joko Subagyo, *Metode Penelitian dalan Teori dan Praktek, (*Jakarta: Rineka Cipta, 2004), hal. 39

[19] *Suharsumi Arikunto, Prosedur Penelitian, (Jakarta: Rineka Cipta, 1998), hal. 102.*

[20]Husaini Usman, *Metodologi Penelitian Sosial*(Jakarta: Bumi Aksara, 1996), hal. 58

[21] Emzir, *Metodologi Penelitian Kualitatif Analisis Data* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2010), hal. 38

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

antara observasi langsung dan wawancara secara formal atau informal dalam waktu bersamaan.[22]

Dalam penelitian ini, peneliti memfokuskan penelitian dengan menggunakan observasi partisipatif, yaitu peneliti terlibat langsung dengan kegiatan sehari-hari subyek yang sedang diamati atau yang digunakan sebagai sumber data penelitian.[23] Sehingga peneliti memperoleh situasi sosial dan memahami kegiatan terkait dengan penelitian yang akan peneliti lakukan. Dari hasil pengamatan/penelitian kemudian di catat pada lembar penelitian.

c. Dokumentasi

Dokumentasi adalah mencari data mengenai hal-hal atau variable berupa catatan, transkip dan buku-buku, surat kabar, majalah dan sebagainya.[24] Teknik dokumentasi adalah teknik yang digunakan untuk menelusuri data historis.[25] Alasan peneliti mengambil teknik dokumen adalah dengan dokumentasi ini dapat menjadikan bukti yang akurat untuk suatu penelitian tanpa adanya ilegal data dari suatu penelitian.

---

[22] Rosady Ruslan, *Metode Peletian Public Relations dan Komunikasi* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2010), hal. 39
[23]Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan. Pendekatan Kuantitaif, Kualitatif dan R & D* (Bandung: Alfabeta, 2015), hal. 210-213
[24] Nasution, *Metode Research Penelitian Ilmiah,* (Jakarta: Bumi Aksara, 2003), hal. 106
[25] Burhan Bungin, *Penelitian Kualitatif*(Jakarta: Prenada Media Group, 2007), hal. 124

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

6. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi, dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun kedalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan di pelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah di fahami oleh diri sendiri maupun orang lain.[26] Dalam penelitian ini teknik analisis data yang dipakai adalah Deskriptif Komparatif atau biasa disebut Metode Perbandingan Tetap. Teknik ini secara tetap membandingkan kategori satu dengan kategori yang lain.[27]

Deskriptif Komparatif digunakan untuk menganalisa proses konseling antara teori dan kenyataan dengan cara membandingkan teori yang ada dengan pelaksanaan terapi Islam Shalat Bahagia yang dilakukan oleh fasilitator, serta membandingkan kondisi dan sikap klien sebelum mendapatkan terapi Islam Shalat Bahagia pada klien dan sesudah mendapatkan terapi Islam Shalat Bahagia

7. Teknik Keabsahan Data

[26] Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif Kuantitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2014), hal. 244

[27] Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2004), hal. 288.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Teknik keabsahan data di gunakan untuk mengetahui kevalidan data yang di peroleh. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik keabsahan data sebagai berikut:

a. Perpanjangan keikutsertaan.

Dalam setiap penelitian, peneliti harus hadir dalam membantu untuk memahami semua data yang dihimpun dalam penelitian

b. Ketekunan pengamatan.

Untuk memperoleh derajat keabsahan yang tinggi, maka jalan penting lainnya adalah dengan meningkatkan ketekunan dalam pengamatan di lapangan. Pengamatan bukanlah suatu teknik pengumpulan data yang hanya mengandalkan kemampuan panca indra, namun juga menggunakan semua panca indra termasuk adalah pendengaran, perasaan, dan insting peneliti.

Dengan meningkatkan ketekunan pengamatan di lapangan maka derajat keabsahan data telah di tingkatkan pula. Dalam hal ini, peneliti tidak hanya mengamati subyek yang sedang di teliti melainkan juga mengikuti keseharian subyek tersebut.

c. Trianggulasi

Dalam teknik pengumpulan data, trianggulasi diartikan sebagai teknik pengumpulan data yang bersifat menggabungkan dari berbagai teknik pengumpulan data dan sumber data yang telah

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

ada.[28] Dalam penelitian ini peneliti membandingkan antara data yang sudah didapat dari penelitian dengan data dari sumber dan metode yang sudah ada dengan cara berikut :

1.) Membandingkan data hasil pengamatan peneliti dengan data hasil wawancara dengan konseli maupun informan.
2.) Membandingkan informasi dari ayah dan teman dekat konseli dengan informasi dari konseli.
3.) Membandingkan hasil wawancara yang didapat dengan isi suatu dokumen yang berkaitan.

G. Sistematika Pembahasan

Untuk memudahkan dalam memahami isi dalam tata urutan proposal ini, maka peneliti sajikan dengan menggunakan sistematika sebagai berikut :

BAB I : PENDAHULUAN, dalam bab ini berisi tentang : Latar Belakang, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian, Definisi Konsep, Metode Penelitian dan Sistematika Pembahasan.

BAB II : KAJIAN TEORITIK, dalam bab ini mencakup teori-teori yang dijadikan dasar dalam menentukan langkah-langkah pengambilan data. Data tersebut berisikan tentang, pengertian, fungsi dan tujuan bimbingan konseling, pengertian Shalat Bahagia, dan pengertian *Game online*. Dalam bab ini juga membahas tentang penelitian terdahulu yang relevan yang pernah di kaji oleh konselor yang terdahulu.

[28]Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Alfabeta, 2015), hal. 330.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB III PENYAJIAN DATA. Pada bagian ini membahas tentang Deskripsi Umum Objek Penelitian seperti: Deskripsi Lokasi, Deskripsi Konselor, Deskripsi Klien, Deskripsi Masalah.. Kemudian di uraikan mengenai deskripsi proses terapi dan Deskripsi hasil terapi.

BAB IV ANALISIS DATA. Dalam bab ini berisi tentang Analisis Data yang terdiri dari : Analisis Proses dan Analisis Hasil Akhir.

LAPORAN HASIL PENELITIAN, dalam bab ini menjelaskan tentang laporan hasil penelitian yang meliputi : deskripsi subyek penelitian, penyajian data yang meliputi deskripsi data tentang karakteristik remaja yang kecanduan *game online*, dan deskripsi data tentang terapi Shalat Bahagia untuk remaja yang sudah kecanduan *game online.* Kemudian dilanjutkan dengan menganalisa data yang diperoleh tersebut supaya diketahui hasil dari penelitian yang telah dilakukan.

BAB V : PENUTUP, dalam bab ini merupakan bagian akhir dari penulisan proposal ini yang berisi tentang kesimpulan dari penulisan serta saran-saran yang mungkin bermanfaat bagi pihak yang bersangkutan.

Demikian sistematika pembahasan yang menjadi alur pembahasan proposal ini sesuai dengan urutan-urutan penelitiannya dan setelah sampai pada penutupan juga dicantumkan daftar pustaka beserta lampiran-lampiran.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian Teoritik

1. Bimbingan dan Konseling Islam

a. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam

Bimbingan merupakan proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (konselor) kepada individu yang sedang mengalami suatu masalah (klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien. Konseling merupakan usaha membantu klien secara tatap muka dengan tujuan agar klien dapat mengambil tanggung jawab sendiri terhadap berbagai persoalan atau masalah khusus. Dengan kata lain teratasinya masalah yang dihadapi oleh klien. Dan Islam merupakan sebuah agama yang berarti sebuah agama yang dimana mempercayai adanya satu Dzat yang Maha Segalanya yaitu Allah SWT, Al-Quran sebagai Kitabnya, dan As-Sunnah sebagai pedoman hidupnya.

Menurut Yusuf dan Nurihsan, Konseling Islam adalah proses motivasional kepada individu (manusia) agar memiliki kesadaran untuk "come back to religion", karena agama akan memberikan pencerahan.[29] Dengan begini, arti dari Bimbingan Konseling Islam adalah suatu proses pemberian bantuan kepada individu

[29] Yusuf dan Nurihsan, *Bimbingan dan Konseling*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2008), hal. 71

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

agar mampu hidup selaras dan serasi dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup dan di akhirat.[30]

Menurut Erhanwilda, Bimbingan dan Konseling Islam adalah bantuan yang diberikan kepada konseli oleh seorang konselor dalam memecahkan permasalahannya sesuai tuntunan Al-Qur'an dan Hadist sehingga konseli mampu menggunakan potensi-potensinya untuk menghadapi hidup dan kenyataann hidup dengan wajar dan benar[31]

b. Tujuan Bimbingan Konseling Islam

Secara garis besar, tujuan bimbingan konseling Islam adalah membantu invidu mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat.[32] Secara umum program bimbingan dan konseling Islam dilaksanakan dengan tujuan :

1.) Membantu individu dalam mencapai kebahagiaan hidup pribadi
2.) Membantu individu dalam mencapai kehidupan yang efektif dan produktif dalam masyarakat

[30] Ainurrahim Faqih, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling Islam*. (Yogyakarta: UII Press, 2000), hal. 4
[31] Arifin, *Pokok-pokok Pikiran Tentang Bimbingan Penyuluhan Agama*(Jakarta:Bulan Bintang,1979)hal.25
[32] Aunurrahim Faqih, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling Islam*. (Yogyakarta: UII Press, 2000), hal. 35

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

3.) Membantu individu dalam mencapai hidup bersama dengan individu yang lain

4.) Membantu individu dalam mencapai harmoni antara cita-cita dan kemampuan yang dimiliki.[33]

Dengan demikian, tujuan bimbingan konseling Ilslam dapat di rumuskan sebagai sebagai berikut :

a.) Tujuan Umum. Membantu individu mewujudkan dirinya menjadi manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat

b.) Tujuan Khusus. Membantu individu agar tidak menghadapi masalah, membantu individu mengatasi masalah yang sedang dihadapinya, membantu individu memelihata dan mengembangkan situasi dan kondisi yang baik. [34]

c. Fungsi Bimbingan Konseling Islam

1.) Preventif (Pencegahan). Usaha bimbingan yang diajukan kepada klien yang belum bermasalah agar klien dapat terhindar dari kesulitan-kesulitan dalam hidupnya. Dengan kata lain dapat mencegah timbulnya masalah pada diri seseorang.

[33] Samsul Munir Amin, *Bimibingan dan Konseling Islam,* (Jakarta; Sinar Grafika Offset, 2010), hal.110

[34] Aunurrahim Faqih, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling Islam*. (Yogyakarta: UII Press, 2000), hal. 36

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2.) Kuratif (Penyembuhan/Korektif), yakni memecahkan atau menanggulangi masalah yang sedang di hadapi seseorang.[35] Usaha bimbingan ini ditujukan kepada klien yang mengalami kesulitan, agar setelah menerima layanan dapat memecahkan sendiri kesulitannya.

3.) Development (Pengembangan), yaitu membantu individu memperoleh ketegasan nilai-nilai anutannya, mereviu pembuatan keputusan yang di buatnya.[36]

4.) Distributif (Penyaluuran). Usaha bimbingan yang diberikan kepada klien untuk menyalurkan kemampuan (kecerdasan, bakat, minat, cita-cita, hobi) ke arah pekerjaan maupun pendidikan.

5.) Adaptif (Pengadaptasian). Usaha bimbingan untuk membantu klien agar dapat menyesuaikan dirinya melalui strategi yang sesuai dengan minta, kondisi dan kebutuhan klien.

6.) Adjustif (Penyesuaian). Usaha bimbingan untuk membantu klien agar dapat menyesuaikan dirinya secara tepat dalam lingkungan, baik lingkungan keluarga, maupun masyarakat.[37]

---

[35] Thohari Mustamar, *Bimbingan dan Konseling Islam,* (Yogyakarta: UII Press, 1996), hal. 21
[36] Ema Hidayanti, *Konseling Islam Bagi Individu Penyakit Kronis,* (Semarang: IAIN Walisongo, 2010), hal. 15
[37] Abdul Hayat, *Bimbingan Konseling Qur'ani Jilid II,* (Yogyakarta: Pustaka Pesantren, 2017), hal. 83

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

d. Unsur-unsur Bimbingan Konseling Islam

Di dalam Bimbingan Konseling Islam terdapat unsur-unsur, antara lain konselor, konseli, dan masaalah yang ada di dalamnya. Berikut penjelasannya :

1.) Konselor

Konselor merupakan orang yang membantu mengatasi masalah konseli dalam upaya menyelamatkan dari keadaan yang tidak menguntungkan baik untuk jangka pendek maupun jangka panjang.[38] Konselor juga membantu menyelesaikan masalah konselinya tidak hanya dengan ilmu yang sekedarnya, namun konselor juga membantu menyelesaikan maslaah pada konseli dengan kode etik yang telah dipelajari oleh seorang konselor yang profesional.

Gerald Corey menyatakan bahwa fungsi utama dari seorang konselor adalah membantu konseli menyadari kekuatan-kekuatan yang mereka miliki, menemukan halangan atau tantangan yang harus dihadapi dalam menemukan kekuatan-kekuatan tersebut, serta memperjelas atau mengarahkan ke arah pribadi yang mereka harapkan[39]

Sebagai seorang konselor, harus memiliki akhlak yang mulia. Karena perilaku konselor akan menjadi panutan bagi konselinya. Seperti ayat berikut :

---

[38] Hallen, *Bimbingan dan konseling*, (Jakarta:Ciputat press,2000), hal.16
[39] Namora Lumongga Lubis,*Memahami Dasar-Dasar Konselig Dalam Teori dan Praktik*. Hal.24

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

يَا أَيُّهَا النَّاسُ اعْبُدُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ وَالَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ

Artinya : *"hai manusia, sembahlah Tuhanmu yang telah mencipatakanmu dan orang-orang yang sebelummu, agar kamu bertakwa*" (Q.S Al-Baqarah:21)[40]

ayat diatas menjelaskan bahwa kita sebagai manusia wajib meminta pertolongan kepada Allah. Konselor hanya membantu menjadi perantara dalam memecahkan suatu perkara. Semua hasilnya, kita pasrahkan kepada Allah SWT karena hanya kepada Allah semua masalah bisa teratasi.

2.) Konseli

Konseli atau bisa disebut klien adalah seseorang yang diberikan bantuan secara professional oleh konselor atas keinginan konseli sendiri maupun orang lain.[41] Menurut peneliti, konseli atau klien adalah seseorang yang memiliki suatu masalah yang membutuhkan bantuan seseorang yang profesional (konselor) sehingga dapat membantu menyelesaikan masalahnya dengan baik dan benar yang sesuai dengan harapan konseli.

3.) Masalah

Sudarsono menyatakan dalam kamus konseling bahwa masalah adalah suatu keadaan yang mengakibatkan seseorang

[40] Departemen Agama RI, *Al-Qur"an dan Terjemahnya*, (Jakarta: Departemen RI, 2006), hal. 21
[41] Sofyan S. Wilis,*Konseling individual,teori dan praktek*. hal 111

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

atau kelompok mengalami kerugian.[42] Dengan kata lain, masalah ini merupakan suatu gangguan pada diri seseorang yang menyebabkan seseorang tersebut menjadi tidak nyaman dengan kehidupannya. Masalah juga bisa dikatakan suatu hambatan bagi seseorang untuk melakukan suatu kegiatan yang positif.

e. Langkah-langkah Bimbingan dan Konseling

Dalam memberikan bimbingan dan kkonseling kepada konseli, maka langkah-langkah yang dilakukan oleh konselor sebagai berikut :

1.) Langkah *Identifikasi*

Langkah ini dimaksudkan untuk mengenal beberapa gejala yang tampak. Dalam hal ini, diperoleh melalui interview, observasi, dan analisis data.

2.) Langkah *Diagnosis*

Dalam hal ini yaitu langkah untuk menetapkan masalah yang dihadapi beserta latar belakangnya. Dengan melakukan pengumpulan data dan mrngadakan studi kasus, setelah data terkumpul maka akan ditetapkan masalah yang dihadapi oleh klien.

[42] Sudarsono, *Kamus Konseling*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 1997), hal. 138

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

3.) Langkah *Prognosis*

Yaitu langkah yang dilakukan untuk menetapkan jenis bantuan apa saja yang diberikan kepada konseli untuk membimbing konseli mengatasi masalahnya. Langkah ini dilakukan berdasarkan kesimpulan dalam langkah diagnosis.

4.) Terapi (*treatmen)*

Yaitu langkah pelaksaan memberikan bantuan atau bimbingan dalam menyelesaikan masalah konseli. Langkah ini membutuhkan waktu dan proses terus menerus secara sistematis serta membutuhkan pengamatan yang lebih.

5.) Evaluasi dan *Follow Up*

Yaitu langkah yang dimaksud untuk menilai atau mengetahui sejauh mana langkah-langkah yang dilakukan telah mencapai hasilnya. Dalam langkah ini dilihat perkembangan selanjutnya dalam jangka waktu yang lama.[43]

2. Pengertian Shalat Bahagia

Shalat bahagia merupakan shalat khusyu. Bisa diartikan bahwa shalat bahagia adalah shalat dengan khusyu atau memasrahkan diri kepada Allah SWT dengan membuang segala masalah-masalah yang

[43] Anas salahudin, *Bimbingan dan konseling.* (Bandung, CV: Pustaka Setia, 2010), hal 95

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sedang dialaminya. Dengan shlat yang disertai pasrahan total, peshalat merasakan kehadiran Allah SWT yang engambil alih semua masalah yang dihadapi. Emosi negatif bisa dihilangkan dan diganti dengan energi positif.

Bagi sebagian orang, shalat khusyu dianggap hanya mengakrabkan diri kepada Allah dan tidak terkait dengan kebahagiaan, padahal sebenarnya lebih dari itu. Shalat khusyu menghasilkan banyak keuntungan, dan salah satu diantaranya adalah kebahagiaan. Peshalat khusyu dijamin hidup bahagia, karena menghadapi semua cuaca kehidupan dengan keimanan, kepasrahan, dan penuh keriangan (*ridha)* atas semua takdir Allah.[44]

3. Pokok –pokok Renungan Shalat Bahagia

Secara garis besar, ada enam gerakan utama dalam shalat yaitu berdiri (SUBHAN), rukuk (TURUT), bangkit dari rukuk (HADIR), sujud (MASJID), duduk di antara 2 sujud (AKSI) dan tasyahud (SOSISAL). Dengan kata lain, kalimat kunci untuk setiap poin dalam shalat bahagia yaitu "SUBHAN TURUT HADIR di MASJID untuk AKSI SOSIAL". Masing-masing gerakan ini dilakukan dengan tenang dan penuh penghayatan. Penghayatan dilakukan dengan cara diam sejenak sebelum atau sesudah membaca doa untuk merenungi poin-poin penting dalam doa pada setiap gerakannya. Berikut ini

[44] Moh Ali Aziz, *Terapi Shalat Bahagia, (*Surabaya : IAIN Sunan Ampel Press, 2016), Hal.2

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

adalah pon-poin penghayatan dan renungan pada setiap gerakan shatat :

b. Berdiri

Pada posisi ini, harus berturut-turut membaca doa *iftitah*, Surat Al-Fatihah dan beberapa ayat Al-Qur'an. Karena dalam posisi ini hanya surat Al-Fatihah yang wajib dibaca. Maka yang paling utama diingat inti surat Al-Fatihah, yaitu

1.) Syukur kepada Allah SWT.

Kita bersyukur atas semua anugerah Allah Yang Maha Menguasai dan Mengatur alam semesta, Maha memenuhi kebutuhan manusia, Maha Pengasih dan Maha Pemurah, Maha Adil dan Teliti dalam pengadilan di akhirat. Dalam posisi berdiri ini, ingatlah semua nikmat itu dan syukuri. Dengan menyebut dalam hati satu persatu nikmat besar Allah yang telah diterima. Menunduklah untuk berterima kasih kepada-Nya.

2.) Bimbingan Allah SWT.

Jangankan manusia, nabi pun membutuhkan bimbingan (*hidayah)* Allah SWT. Manusia tidak bisa melakukan kebaikan atau meniggalkan maksiat tanpa bimbingan dari Allah. Mintalah bimbingan-Nya, agar keluarga tetap berada di jalan yang lurus. Selalu minta pertolongan Allah dan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

berkata “Bimbinglah aku dan keluarga agar tetap di jalan yang benar.”

3.) Ketahanan Iman.

Iman selalu naik dan turun. Kita memohon ketahanan iman agar menjadi hamba yang dirahmati-Nya (*an’amta’alaihim)*, dan memiliki kekuatan untuk melawan hawa nafsu. Setan setiap saat membelokkan dari jalan yang benar, dan tidak akan berhenti sampai manusia itu mendapat murka dari Allah. Mintalah ketahanan iman untuk menundukkan hawa nafsu tersebut, Dan berkata “Berilah aku ketahanan iman untuk melawan hawa nafsu agar selamat dari kesesatan dan murka-Mu”.

Ketiga poin diatas, agar mudah diingat lebih singkatnya dengan **SUBHAN** (Syukur, Bimbingan, dan Ketahanan Iman)

c. Rukuk

Inilah posisi dimana seorang muslim membungkuk untuk menyatakan hormat terhadap perintah dan kebesaran Allah, dan kebersediaannya untuk “dipenggal lehernya” di jalan Allah. Dari beberapa doa rukuk dan maksa filosofinya, ada dua hal penting yang harus di hayati dalam posisi ruku, yaitu:

1.) Tunduk kepada kehendak Allah SWT.

Kita tunduk sepenuhnya kepada apapun yang menjadi kehendak Allah Yang Maha Agung. Dalam posisi ini, kita

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sedang membungkuk dengan perasaan hina, kecil, lemah dan bodoh di hadapan Allah Yang Maha Besar. Dan berkata dalam hati "Wahai Allah, aku tunduk membungkuk kepada kehendak-Mu. Aku bertasbih dan menyerahkan hidup-mati, sehat-sakit, kaya-miskin, dan semua persoalan kepada-Mu"

2.) Menurut kepada semua perintah Allah

Kita berikrar untuk menurut kepada perintah Allah. Ikrar syahadat yang berkali-kali diucapkan dalam shalat adalah ikrar ketaatan kepada Allah dan Rasulnya. Oleh sebab itu, dalam rukuk kita juga memohon ampunan atas pelanggaran atau kemaksiatan itu, Dengan berkata dalam hati "Aku menurut kepada semua perintah-Mu. Ampunlah dosa-dosaku."

Agar mudah diingat, kedua poin penghayatan diatas bisa di singkat dengan kata **TURUT (**Tunduk, dan Menurut kepada Allah SWT)

d. Bangkit dari Rukuk

Dari beberapa doa *i'tidal* (bangkit dari rukuk) dan makna filosofinya. Ada dua hal penting yang perlu dihayati dalam posisi ini, yaitu:

1.) Hak Pujian

Segala puji hanya untuk Allah. Dialah satu-satunya yang berhak di puji. Dia Maha Kuasa, Penguasa langit dan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

bumi, dan Maha Pemberi. Kita harus memuji Allah setiap saat, dalam keadaan enak atau tidak, suka ataupun tidak suka. Kita tidak dibenarkan mengharapkan pujian manusia dalam pekerjaan apapun. Hak pujian hanya milik Allah. Dengan iman yang kuat berkata dalam hati "Hanya Engkau yang berhak dipuji. Ampunilah aku karena terlintas mengharap pujian manusia."

2.) Takdir Allah

Tidak ada yang terjadi di dunia ini secara kebetulan. Jika Allah sudah berkehendak, tidak manusia yang dapat menolaknya. Kita harus menerima dengan senang hati semua keputusan Allah yang menyangkut hiup dan mati, sehat dan sakit, kaya dan miskin, dan apapun yang kita rasakan. Disini kita berdoa dalam hati "Semua hal yang terjadi atas takdir-Mu. Aku ridha dan ikhlas menerimanya." Semua masalah yang membuat gelisah manusia, yang dalam pandangan manusia itu berat dan rumit, akan ringan dan mudah bagi Allah SWT.

Untuk lebih mudah diingat, dua pokok diatas bisa disingkat dengan **HADIR (**Hak Pujian dan Takdir)[45]

[45] Moh Ali Aziz, *Terapi Shalat Bahagia, (*Surabaya : IAIN Sunan Ampel Press, 2016), Hal. 208

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

d. Sujud

Sujud merupakan posisi paling agung dalam shalat setelah rukuk. Dalam sujud, orang tidak menoleh kemanapun kecuali menghadap Allah. Rukuk adalah simbol kehambaan, sedangkan sujud simbol kedekatan. Dengan sujud kita menunjukkan kehinaan di hadapan Allah SWT. Berdasarkan doa dan makna filosofi sujud, ada tiga pokok penting yang harus di hayati ketika sujud, yaitu :

1.) Maaf

Kita memohon maaf atau ampunan atas semua dosa kita, keluarga, dan orang tua. Dengan berkata dalam hati "Maafkan dosa-dosaku, bapak-ibuku, dan keluargaku."

2.) Sinar

Kita memohon sinar dari Allah untuk hati dan semua anggota badan agar bisa menjalankan semua perintah Allah dan meninggalkan larangan-Nya dengan mudah. Berdoa dalam hati "Sinarilah hati, lidah, mata dan telingaku agar selalu berbuat yang Engkau ridhai."

3.) Jiwa dan Raga

Kita sadar sepenuhnya bahwa jida dan raga ada dalam genggaman Allah SWT. Dengan kekuasaan-Nya, Allah bisa melakukan apa saja terhadap diri kita. Oleh sebab itu, kita pasrahkan sepenuhnya jiwa dan raga.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Kita berdoa dalam hati "Jiwa dan Ragaku dalam kekuasaan-Mu, aku serahkan hidup-mati, sehat-sakit, kaya-miskin dan semua persoalan kepada-Mu".

Ketiga poin diatas bisa di singkat **MASJID** (Maaf, Sinar, dan (penyerahan) Jiwa dan Raga).[46]

e. Duduk Antara Dua Sujud

Dari segi isinya, doa dalam posisi ini adalah doa paling lengkap, karena mencakup kebutuhan dunia dan akhirat yaitu ampunan, kasih sayang, sejahtera, dan keimanan. Doa ini menjadi pengantar untuk sujud yang kedua kalinya. Berdasarkan beberapa doa dalam posisi ini, maka ada 4 permohonan penting kepada Allah, yaitu :

1.) Ampunan

Yaitu ampunan Allah atas semua dosa. Tanpa ampunan, kita pasti menjadi manusia paling sengsara di akhirat (*minal khasirin).*

2.) Kasih sayang

Yaitu kasih sayang (*rahmat)* dari Allah. Ampunan (*maghfirah)* dari Allah selalu berkaitan dengan kasih (*rahmat)*-Nya. Keduanya menjadi penentu masa depan di dunia dan akhirat.

3.) Sejahtera

[46] Moh Ali Aziz, *Terapi Shalat Bahagia, (*Surabaya : IAIN Sunan Ampel Press, 2016), Hal. 210

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Yaitu terpenuhinya kebutuhan hidup: jasmani dan rohani. Kita memohon kesehatan dan rizki yang banyak dengan niat mendapatkan kemudahan ibadah.

4.) Iman

Yaitu keimanan yang kokoh dan petunjuk sepanjang waktu. Iman kita sangatlah labil, apalahi di tengah godaan duniawi yang semakin beragam. Kita sangat membutuhkan penguatan Iman dari Allah SWT.

Keempat poin diatas bisa di singkat **AKSI** (Ampunan, Kasih sayang, Sejahtera, dan Iman).[47]

f. Tasyahud

Poisisi duduk ini disebut tasyahud karena di dalamnya ada bacaan syahadat, sebuah ikrar keimanan: "Tiada Tuhan selain Allah dan Nabi Muhammad utusan Allah". Dengan keimanan yang benar, orang beriman akan menjalankan perintah Allah bukan sebagai beban, tapi sebuah kebutuhan serta bertawakal kepada Allah. Dari beberapa doa tasyahud dan makna filosofi di dalamnya, ada tiga poin penting yang harus di hayati dalam posisi ini, yaitu :

1.) Shalawat

Shalawat dan dalam kita berikan kepada Nabi SAW, sebagai ungkapan terima kasih atas jasa Nabi SAW yang mengenalkan Allah kepada kita dan cara membimbing

[47] Moh Ali Aziz, *Terapi Shalat Bahagia, (*Surabaya : IAIN Sunan Ampel Press, 2016), Hal.212

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

beribadah kepada-Nya. Dengan berkata dalam hati "Sholawat dan salam untuk Nabi SAW. Berikan aku kekuatan menyontoh akhlaknya."

2.) Persaksian

Kita bersaksi atau berikrar "Tiada Tuhan selain Allah dan Nabi Muhammad utusan Allah." Kita memohon kepada Allah agar tetap menjalankan perintah Allah dan Rasul-Nya sepanjang hidup. Dengan berkata dalam hati "Aku bersaksi, Tiada Tuhan selain Engkau dan Muhammad adalah utusan-Mu". Jadikan syahadat pegangan dan penutup hidupku."

3.) Tawakal

Kita serahkan sepenuhnya apapun hasil yang di berikan Allah setelah ikhtiar yang maksimal. Sesungguhnya Allah SWT Maha Mengetahui apa yang terbaik bagi kita. Dengan berdoa dalam hati "Aku serahkan hidup-mati, sehat-sakit, kaya-miskin, dan semua persoalan hanya kepada-Mu."

Ketiga poin diatas bisa di singkat **SOSIAL** (Sholawat, Persaksisan, dan Tawakal)[48]

4. Game Online

a. Pengertian

Game dalam Bahasa Indonesia diartikan sebagai permainan dan *Online* merupakan kata lain dari jaringan yang

[48] Moh Ali Aziz, *Terapi Shalat Bahagia, (*Surabaya : IAIN Sunan Ampel Press, 2016), Hal. 214

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

menyambungkan ke situs internet. Jadi bisa diartikan bahwa *game online* merupakan suatu permainan yang menggunakan jaringan internet untuk melakukannya. Game diciptakan sebagai salah satu sasaran hiburan yang lebih interaktif. Program komputer yang menerima *input* dari *gamer* melalui pengendali dan menampilkan lingkungan buatan melalui layar TV atau Monitor. Hal ini menyebabkan *gamer* seperti bermain langsung di dunia game. Semakin interaktif, nyata gambar, seru alur cerita, baik pengemasan fitur suat game, akan membuat game tersebut semakin diminati dan menempel di hati *gamer*. Tidak heran jika kemudian *game* mampu mengikat para *gamer* sehingga menjadi kecanduan.[49]

Allah telah menjelaskan dalam firmannya bahwa berlebihan dalam bermain-main itu tidak baik, seperti halnya dalam ayat berikut ini :

وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَعِبٌ وَلَهْوٌ ۖ وَلَلدَّارُ الْآخِرَةُ خَيْرٌ لِلَّذِينَ يَتَّقُونَ ۗ أَفَلَا تَعْقِلُونَ

Artinya :” *dan tiadalah kehidupan dunia ini, selain dari main-main dan senda gurau belaka. Dan sungguh kampung akhirat itu lebih baik bagi orang-orang yang bertakwa. Maka tidakkah kamu memahaminya?”* (QS. Al-An’am:32)[50]

[49] Aqila Smart, *Cara cerdas Mengatasi Anak Kecanduan Game*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), hal 16

[50] Departemen Agama RI, *Al-Qur¨an dan Terjemahnya*, (Jakarta: Departemen RI, 2006), hal. 131

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Ayat diatas menjelaskan bahwa kehidupan di dunia ini hanya sebatas permainan belaka dan tidak abadi. Sesungguhnya kehidupan di akhiratlah yang akan kekal abadi. Dan ini menjelaskan bahwa bermain jangan sampai berlebihan dan melampaui batas, bermain sewajarnya saja.

b. Game Online Mobile Legend

Mobile Legend adalah *game* yang dikembangkan dan dirilis oleh Moonton Developer. *Game* ini dapat dimainkan di platform mobile Android dan IOS. *Game* berbasis Moba (*Multiplayer Online Battle Arena)* satu ini sukses mencuri perhatian para gamer Indonesia sejak tahun 2016. Permainan dimainkan sebanyak 10 orang yang terbagi menjadi 2 tim. Kedua tim lawan berjuang mencapai dan menghancurkan basis musuh sambil mempertahankan basis mereka sendiri untuk mengendalikan jalan setapak, tiga jalur yang dikenal sebagai "top", "middle", dan "bottom" yang menghubungkan basis-basis tersebut. Permainan dimulai dengan setiap permainan yang memilih 1 hero dari daftar yang bisa di akses oleh si pemain. Lama permaian *Mobile Legend* ini sekitar 15 menit untuk 1 ronde.

Game ini dirancang khusus untuk ponsel agar lebih praktis. Tidak seperti bermain menggunakan PC yang harus duduk di kursi gaming dan menggunakan *gear* pendukung seperti PS (Play Station), *Mobile Legend* ini dapat digunakan dimanapun dan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kapanpun saja seperti di sekolah, kantor, bahkan kamar mandi karena hanya menggunakan *gadget* sebagai alat permainannya. Sehingga membuat para gamer mudah untuk memainkannya. Dengan adanya jaringan Internet, permainan *Mobile Legend* akan dapat diakses kapanpun, karena *Game* ini menggunakan jaringan Internet sebagai perantaranya. [51]

5. Dampak Negatif *Game Online*

Teknologi memang tidak selamanya memiliki dampak positif saja, tetapi juga dampak negatif juga, seperti penyalahgunaan *internet, handphone,* dan *game.* Ada beberap poin negatif yang ditimbulkan dari adanya *game* bagi anak bahkan remaja :

a. Merusak mata dan menimbulkan kelelahan

Biasanya jarak normal yang harus dilakukan orang dari depan layar monitor ataupun *handphone* sekitar 1 m lebih, sedangkan seorang anak akan merasa tidak nyaman saat mereka sedang bermain *game online* dengan hanya jarak segitu, apalagi saat bermain mereka melakukannya dalam waktu yang tidak sebentar. Hal tersebut akan menimbulkan efek yang dapat merusak penglihatan anak karena radiasi paparan sinar dari layar monitor atau *handphone* yang dapat merusak mata dan otak, kesehatan jantung menurun akibat begadang 24 jam , ginjal dan lambung akibat banyak dudu,

[51] https://www.kaskus.co.id/thread/mobile-legends/ (diakses pada tanggal 3 Maret 2018)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kurang minum dan yang paling parah akan menyebabkan kematian[52]

b. Membuat anak malas belajar.

Bermain adalah salah satu hal yang sangat menyenangkan. Apalagi seorang remaja yang sudah kecanduan dengan *game online.* Bila orang tua membiarkan anaknya bermain *gadget*nya tanpa terkendali, tentu remaja tersebut akan mulai malas belajar dan malas untuk pergi ke sekolah karena kurangnya waktu dan konsentrasi penuh dalam belajar dengan baik.

c. Beresiko kecanduan

Mark Griffths dari Nottingham Trent University mengungkapkan bahwa bisa saja *game online* membuat orang lebih bermotivasi. Anak bahkan remaja akan mulai tertarik dengan gambar dan video pada *game* tersebut. Pada penelitian terbaru di usia awal belasan tahun menemukan hampir sepertiganya anak atau remaja yang bermain *game online* setiap harinya yaitu sekitar 7% bermain *game online* sekitar 30 menit akan berdampak besar bagi perkembangan, pendidikan, kesehatan dan sosial anak ataupun remaja karena adanya rasa candu yang dirasakan.

[52] Genio Fam, *Mencegah Anak Kecanduan Game,* (Yogjakarta, Grafina Mediacipta, 2010), hal. 107

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Sebenarnya baik secara langsung maupun tidak, *game* memberikan pengaruh terhadap kehidupan sosial anak atau remaja. Salah satunya adalah kecanduan akan *game online* tersebut. Candu merupakan sesuatu yang membuat seseorang ingin melakukannya secara terus menerus.[53]Dalam permainan *game online* seorang remaja akan berhadapan dengan benda mati. Jadi tidak ada interaksi yang sebenarnya dan kreatif pada diri remaja tersebut. Cepat atau lambat hal tersebut justru akan mengikis proses sosisalisasi remaja dengan lingkungannya sebelum akhirnya mengambil peran terhadap masyarakat. Kemungkinan yang bisa terjadi lagi adalah bahwa seorang remaja akan menjadi pribadi yang pendiam dan pemurung karena tidak adanya interaksi yang sebenarnya antara remaja dengan lingkungannya. [54]

B. Bimbingan Konseling Islam menggunakan Terapi Shalat Bahagia dalam Mengatasi Remaja yang Kecanduan *Game Online Mobile Legend*

Bimbingan dan Konseling Islam merupakan bantuan terarah, berlanjut, dan sistematis pada setiap individu agar konseli dapat mengembangkan potensi dan fitrah beragama yang dimilikinya secara optimal dengan mengiternalisasikan nilai-nilai yang terkandung dalam Al-Quran dan Hadist Rasulllah SAW kedalam dirinya, sehingga konseli dapat

[53] Aqila Smart, *Cara cerdas Mengatasi Anak Kecanduan Game*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), hal 16
[54] Aqila Smart, *Cara cerdas Mengatasi Anak Kecanduan Game*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), hal 50

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

hidup selaras dan sesuai dengan tuntunan Al-Quran dan Hadist.[55] Masing-masing individu memiliki permasalahan hidup yang berbeda-beda. Banyak juga individu yang memiliki masalah namun dapat menyelesaikan masalahnya sendiri dan banyak juga individu yang tidak mampu menyelesaikan masalahnya sendiri.

Pada penelitian ini, konselor menggunakan Terapi Islam yaitu Shalat Bahagia dalam proses terapinya. Terapi Shalat Bahagia merupakan sebuah terapi Islam yang menggunakan Shalat dalam penangannya. Yang dimaksud Shalat Bahagia merupakan cara shalat yang khusyu'. Tidak banyak tahu bahwa dengan shalat khusyu' dapat memberikan rasa nyaman dan bahagia didalam batin. Dengan Terapi Shalat Bahagia, setidaknya dapat memberikan rasa tenang dalam jiwa akan masalah-masalah yang dihadapi seorang individu

Akhir-akhir ini banyak remaja yang senang bermain. Bermain merupakan suatu cara individu sebagai sarana refresing. Salah satu bermain yaitu dengan permainan *game online*. Banyak remaja yang kecanduan akan *game online* sebagai pelampiasan akan kejenuhan didalam hidupnya. Menurut Aqila Smart karena banyaknya program komputer yang menyajikan *game online* dengan berbagai inovatif dan beragam, hal ini menyebabkan para pemain *game online* seperti bermain langsung di dunia game. Semakin interaktif dan terlihat nyata akan membuat *game*

[55] Samsul Munir, *Bimbingan dan Konseling Islam, (*Jakart: Amzah, 2010), hal 23

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

semakin diminati di hati para *gamer*. Tidak heran jika *game online* membuat para *gamer* sehingga menjadi kecanduan.[56]

Penggunaan Terapi Shalat Bahagia dinilai sangat efektif dalam penangannya. Karena Terapi ini melingkupi sisi rohani dan emosi seseorang. Sasaran Bimbingan dan Konseling Islam menggunakan Terapi Shalat Bahagia adalah :

1. Membimbing konseli untuk lebih berpikir religius dalam melampiaskan emosi dan menangani kejenuhannya.
2. Membimbing konseli menjadi individu yang lebih bermanfaat

C. Penelitian Terdahulu yang Relevan

1. Ayu Setianingsih (1341040110), Game Online dan Efek Problematikanya terhadap Motivasi Belajar Siswa pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam di SMK Negeri 7 Bandar Lampung. Skripsi: Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2018

Perbedaan : Dalam penelitian sebelumnya, peneliti tidak menggunakan terapi Islam dalam penangannya dan dalam metode penelitiannya peneliti menggunakan metode kuantitatif yaitu dengan membuat sampel suatu objek untuk di gali dan teliti. Sedangkan saya menggunakan terapi dalam penelitian yang saya lakukan, yaitu terapi Shalat dan menggunakan metode penelitian kualitatif yaitu penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian.

[56] Aqila Smart, *Cara cerdas Mengatasi Anak Kecanduan Game*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), hal 16

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Persamaan : Sama-sama membahas tentang efek yang terjadi pada remaja karena kecanduan game online.

2. Nuryella Pracilla (D03208665), Terapi Behaviour dalam mengatasi siswa kecanduan Game Online: studi kasus terhadap siswa X di SMP Pawiyatan Surabaya. Undergraduate Thesis: Jurusan Kependidikan Islam, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, IAIN Sunan Ampel Surabaya, 2012

Perbedaan : Dalam penelitian terdahulu, peneliti menggunakan siswa SMP untuk objek penelitiannya, yang didalamnya menjelaskan bahwa efek dari game online tersebut membuat siswa menjadi malas belajar, sering bolos sekolah, tidak mengerjakan tugas sekolah, sering membohongi orang tua, menghambur-hamburkan uang dan nilai-nilai rapot menjadi turun. Sedangkan penelitian saya akan menjelaskan tentang remaja yang kecanduan game online membuat remaja tersebut menjadi lupa dengan kewajibannya dan bahkan lupa dengan kehidupan sosialnya.

Persamaan : Sama-sama membahas tentang masalah sosial akibat kecanduan game online

3. Rahmat Faisal Nasution (B53214033), Evektifitas Terapi Shalat Bahagia untuk Menurunkan *Anxiety Disorder* Mahasiswa B3 Semester Tujuh Prorgam Studi Bimbingan Konseling Islam UIN Sunan Ampel Surabaya. Skripsi: Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Ampel Surabaya, 2018

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Perbedaan: Dalam penelitian terdahulu, peneliti membahasa tentang *Anxiety Disorder* pada objek mahasiswa B3 yang menjelaskan bahwa adanya gangguan kecemasan pada mahasiswa B3 prodi Bimbingan Konseling Islam. Kecemasan yang dialami tersebut yaitu cemas atau khawatir akan masa depan setelah lulus kuliah, kesulitan berkonsentrasi, dan tanda-tanda ketegangan motorik. Sedangkan penelitian yang saya pakai menggunakan remaja yang kecanduan *game online.* Dan dampak-dampak yang terjadi akan adanya kecanduan tersebut.

Persamaan: Sama-sama menggunakan Terapi Shalat Bahagia dalam penanganannya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB III

PENYAJIAN DATA

A. Deskripsi Umum Objek Penelitian

1. Profil SEKOLAH

a.	Nama sekolah	: SMA BINA BANGSA
b.	Tingkat/Status sekolah	: SWASTA
c.	Status Akreditasi	: C
d.	NSS/NPSN	: 304056014214/20532376
e.	Alamat Sekolah UTARA II/7	:JL.SIWALANKERTO
f.	Kecamatan	: WONOCOLO
g.	Kabupaten	: SURABAYA
h.	No Telepon Sekolah	: 031 – 8493545
i.	No Rekening Sekolah	: 0017452240
j.	Alamat email	: smanasasby@yahoo.co.id
k.	Waktu belajar	: Pagi
l.	Berdiri Sejak	: 1988
m.	Ijin operasional terakhir tgl (khusus sekolah Swasta)	: 13 Januari 2014

B. Deskripsi Konselor

Konselor adalah pembimbing atau orang yang membantu individu mengatasi hambatan-hambatan perkembangan diri seorang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

konseli. Adapun identitas konselor pada Bimbingan dan Konseling Islam adalah **:**

Nama Lengkap : Silviasari lusiana

Tempat, Tanggal Lahir : Kediri, 13 Mei 1997

Alamat : Jl.Pandan, Ds. Tambak Rejo, Kec. Gurah-Kediri Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Riwayat Pendidikan :

a. SDN Tambak Rejo Gurah
b. SMPN 1 Gurah-Kediri
c. SMAN 1 Gurah-kediri

Pengalaman konselor di bidang konseling adalah konselor pernah menjadi anggota *Peer Counselor* di prodi Bimbingan Konseling Islam. Selain itu konselor pernah menangani berbagai permasalahan untuk tugas studi kasus seperti dalam masalah kekerasan pada anak, menangani anak berkebutuhan khusus dan lain sebagainya. Di lokasi Praktik Pengalaman Lapangan (PPL), konselor menjadi salah satu anggota BINROH (Bina Rohani) di RSI A.Yani Surabaya yang bertujuan membimbing kerohanian para pasien yang sedang mengalami stress akan penyakitnya.

Saat ini, konselor merupakan mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, yang mana konselor merupakan mahasiswa aktif di Fakultas Dakwah dan Komunikasi dan program

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

studi Bimbingan dan Konseling Islam. Penelitian ini diajukan oleh konselor sebagai skripsi untuk menyelesaikan studi dan untuk memenuhi gelar sarjana S.Sos di Universitas Islam Surabaya. Kajian penelitian ini adalah mengenai pelajar di Bina Bangsa Siwalanketo-Surabaya yang mengalami kebiasaan bermain *game online* atau lebih tepatnya kecanduan akan *game online*, dan *game online* yang sering dimainkan konseli yaitu *Mobile Legend. Game online* yang dilakukan konseli dilakukan pertama kali ketika duduk di bangku sekolah kelas 7 SMP hingga sekarang kelas 10 SMA.

C. Diskripsi Klien

Nama : Ari Setyo Wibowo

Tempat tanggal lahir : Surabaya, 06 Agustus 2001

Alamat : Siwalankerto Tengah II No.41 Surabaya

Agama : Islam

Anak : Ke 2 dari 2 bersaudara

Hobi : Bermain Game dan mendengarkan musik

Cita-cita : Polisi

Status : Pelajar di SMA Bina Bangsa Surabaya

Riwayat Pendidikan :

- TK Luqman Al Hakim Nganjuk
- SDN 1 Surabaya
- SMP Bina Bangsa Surabaya[57]

[57] Hasil wawancara dengan konseli pada tanggal 15 November 2018

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Identitas Orang Tua

Nama Ayah	: Radino
Tempat tanggal lahir	: Klaten, 18 Juni 1974
Pekerjaan	: Wiraswasta
Nama Ibu	: Karmi'ah
Tempat tanggal lahir	: Jombang, 20 Desember 1976
Pekerjaan	: Ibu Rumah tangga[58]

Identitas Fasilitator Terapi Shalat Bahagia :

Nama	: Fredy Yasroni Hamdani, S.H
Tempat, tanggal lahir	: Kediri, 08 Oktober 1993
Alamat	: Siwalankerto Utara II No.7 Surabaya
Pekerjaan	: Mahasiswa

Kini Ust.Roni masih melanjutkan S2 di UIN Sunan Ampel Surabaya prodi Dirosah Islamiyah (Hukum Keluarga)

D. Latar Belakang Konseli

1. Kondisi fisik konseli

Bowo meupakan remaja usia 17 tahun disertai dengan perkembangan fisik yang baik. Bowo memiliki tipe keribadian yang *introvet.* Bowo lebih suka menyendiri apalagi kalau sudah berhubungan dengan *gadget* dan *game*nya. Bowo sangat tidak mau diganggu jika dalam hal seperti itu. Bowo memiliki tubuh yang sebenarnya

[58] Hasil Wawancara dengan ayah konseli pada 15 November 2018

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

proposional, berbadan tinggi dan berkulit putih. Namun sayangnya Bowo ini sangat tidak mempedulikan penampilan fisiknya karena terlalu gemar bermain *game online.* Dengan rambut yang acak-acakan, dengan percaya dirinya Bowo berangkat ke sekolah.[59]

2. Latar belakang keluarga Konseli

Penelitian ini mengangkat remaja yang berusia 17 tahun. Konseli merupakan anak kedua dari dua bersaudara. Kakak laki-laki Bowo sedang menempuh kuliah jurusan Ekonomi di Kampus STIESIA Surabaya semester 5. Bowo dilahirkan dari keluarga menengah ke atas. Ayahnya memiliki toko sembako di daerah Siwalankerto Surabaya. Ibu Bowo memiliki warung makan yang di buka di sebelah toko suaminya. Ibu Bowo buka dari pagi hanya sampai siang saja. Setelah itu mengurus rumah dan menunggu keluarganya pulang. Tak jarang juga terkadang membantu di toko suaminya jika pekerjaan rumah sudah selesai. Dari kecil, Bowo dan kakaknya tinggal bersama dengan orang tuanya. Bowo dilahirkan di Klaten, namun dari kecil Bowo dirawat oleh orang tuanya sendiri dan sudah bertempat tinggal di Surabaya. Bowo sangat menyanyangi keluarganya walaupun sering dimarahi oleh orang tuanya karena seringnya dia bermain *game online.*

3. Kondisi keagamaan Konseli

Orang tua Bowo memiliki kepercayaan yaitu Agama Islam, namun orang tua Bowo tidak mengharuskan anak-anaknya untuk bersekolah ke

[59] Hasil observasi dan pendekatan dengan konseli pada 26 November 2018

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pendidikan yang berfokus pada agama.[60]Namun di Sekolah SMA Bina Bangsa ini mengharuskan Bowo untuk lebih mendalami agama karena setiap pagi akan ada guru Al-Quran yang mengajarkan para siswanya untuk belajar Al-Quran. Sedangkan sisi keagamaan pribadi konseli, Bowo masih sering shalat fardhu meskipun masih bolong-bolong. Bowo mengaku jarang untuk melaksanakan Shalat Isya' dan Subuh. Alasannya kalau Isya' bowo sedang asyik bermain dengan *gadget* dan *game online*nya hingga larut malam sehingga membuatnya ketiduran, dan jika meninggalkan shalat Subuh karena bangun selalu kesiangan dan langsung buru-buru berangkat ke sekolah.[61]

4. Kondisi lingkungan Konseli di Sekolah

Bowo memiliki 1 teman di SMA Bina Bangsa yang dekat sekaligus tetangganya sehingga lebih akrab dalam berteman. Bersama dengan teman karibnya ini, Bowo lebih aktif dalam bergaul. Dengan teman lainnya juga aktif, namun tidak seasyik jika dengan teman dekatnya sekaligus tetangganya ini. Di catatan absensi, Bowo merupakan anak yang rajin dan tidak pernah absen untuk tidak masuk. Bowo termasuk anak yang rajin. Berdasarkan observasi yang konselor lakukan, ketika Bowo tidak menyukai mata pelajaran atau bosan dengan pelajaran yang diajarkan, Bowo akan meninggalkan kelas untuk pergi ke toilet ataupun

[60] Hasil wawancara dengan ibu konseli pada 15 November 2018
[61] Hasil wawancara dengan konseli pada 27 November 2018

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

ke kantin. Bowo sering keluar kelas ketika jam pelajaran Matematikan dan Fisika.[62]

E. Deskripsi Proses Bimbingan dan Konseling Islam Menggunakan Terapi Shalat Bahagia dalam mengatasi Remaja yang Kecanduan *Game Online Mobile Legend*

Klien merupakan siswa di SMA Bina Bangsa Siwalankerto-Surabaya yang sangat senang bermain dengan *game online.* Memainkan *game*nya rata-rata dengan waktu lebih dari 10 jam dalam satu hari, dan menjadikan *game online* sebagai rutinitas setelah pulang sekolah sampai malam hari sehingga banyak tugas-tugas sekolah yang terbengkalai dan lupa akan kewajiban sosial lainnya. Menurut analisis konselor bahwa *game online* yang sebenarnya sarana untuk hiburan, saat ini klien yaitu siswa SMA Bina Bangsa jurusan IPA memainkan *game online* sebagai kegiatan rutin setiap ha rinya dan dimainkan dalam jangka waktu yang panjang dan lama sehingga berpengaruh terhadap tugas sekolahnya dan sering telat masuk sekolah karena bangun kesiangan dan sering tidur larut malam.

Setelah melihat masalah yang dihadapi konseli yang kecanduan *game online,* konselor menggunakan terapi shalat bahagia sebagai sarana terapi dalam menangani masalah yang dihadapi oleh konseli. Terapi Shalat Bahagia ini memberikan ketenangan batin bagi konseli agar lebih berpikir religius dan lebih memanfaatkan waktu luangnya dengan mengisi hal-hal yang lebih positif. Dengan penggunaan Terapi Shalat

[62] Hasil wawancara dengan konseli pada 27 November 2018

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Bahagia, konseli diarahkan kepada pemikiran-pemikiran yang positif agar jiwa dan batinnya lebih khusyu' dalam bertakwa kepada Allah dan dapat mengendalikan emosinya dengan baik.

Dalam hal ini, konselor akan melakukan langkah-langkah konseling untuk dapat memahami dan membantu memecahkan masalah yang dihadapi klien. Langkah-langkah yang akan digunakan sebagai berikut :

Identifikasi Masalah

Konselor mengumpulkan data dari berbagai sumber, antara lain:

a. Data bersumber dari konseli
b. Data bersumber dari ibu konseli
c. Data bersumber dari teman konseli

Adapun gejala dari kecanduan *game online :*

a. Konseli tidak pernah jauh dari *gadget*nya untuk terus bermain *game online*
b. Konseli mudah marah dan tersinggung ketika dilarang untuk berhenti bermain *game online*
c. Konseli selalu berpikir tentang *game online* ketika melakukan aktifitas lainnya

Diagnosis

Konselor menentukan masalah yang dialami konseli, yaitu kecanduan *Game Online*

Faktor terjadinya kecanduan *Game Online*

a. Merasa bosan dan jenuh
b. Sikap yang keras kepala
c. Merasa bahwa *game online* dapat memberikan dunia lain yang sesuai dengan keinginan

Prognosis

Konselor menetapkan bantuan menggunakan terapi Shalat Bahagia, serta akan dipadukan dengan amalan beristighfar dan dzikir melalui pembiasaan guna memberikan ketenangan bagi konseli dalam menghadapi masalahnva.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Terapi atau *Treatment*

Konselor menentukan dan memilihkan terapi yang sesuai, yaitu :

a. Terapi Shalat Bahagia dengan langkah :
   1. Konselor yang diiringi dengan fasilitator terapi shalat bahagia memberikan penjelasan renungan kepada konseli tentang poin-poin terapi shalat bahagia
   2. Shalat bahagia dilakukan konselor bersama-sama dengan fasilitator
   3. Melihat dan mengamati konselor yang melakukan terapi shalat bahagia secara individu.
b. Memberi *home work* berupa amalan istighfar dan dzikir terutama setelah shalat atau ketika waktu kosong

Evaluasi

Perubahan yang dialami klien setelah melakukan proses konseling dengan terapi shalat Bahagia berpengaruh dalam memperkuat kesadaran klien dan bertanggungjawab terhadap pilihan-pilihannya. Konseli mampu mrubah pemikiran tentang *game online* yang dianggapnya dapat membuat dirinya senang , selain itu konseli berusaha mengamalkan istighfar dan dzikir sehari-hari yang seiring berjalannya waktu dirasakan manfaat dari dzikir berupa ketenangan hati maupun jiwa yang membawanya lebih bersemangat untuk lebih rajin dalam beribadah dan melakukan kegiatan positif lainnya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

1. Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah merupakan salah satu langkah awal dalam proses konseling. Dalam langkah ini, konselor dapat mengetahui dan memahami masalah apa yang sedang dialami oleh konseli. Identifikasi masalah dapat dilakukan dengan proses wawancara dan observasi terhadap konseli. Selain dengan konseli, konselor juga dapat menggali informasi melalui informan yang dianggap dekat dengan konseli dan memahami masalah yang sedang dialami oleh konseli seperti orang tua konseli dan teman dekatnya konseli.

a. Hasil wawancara dan observasi dengan konseli

Dapat diketahui bahwa klien mulai kecanduan akan *game online* sejak duduk di bangku SMP kelas 7. Pada kelas 6 SD, konseli sudah dibelikan *gadget* oleh orang tuanya. Orang tua konseli membelikan *gadget* konseli bertujuan untuk mengetahui ketika pulang sekolah karena konseli sering diantar jemput oleh orang tuanya. Awalnya konseli hanya main-main biasa dengan teman-temannya tentang *game online*. Pada awalnya konseli tidak mendapat larangan dari orang tua ketika bermain *game online* karena masih bermain pada tahap sewajarnya. Namun ketika memasuki bangku SMP, konseli mulai tak henti untuk bermain *game online*. Konseli sering

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

menantang teman-teman lainnya untuk bermain *game online* bersama. Konseli mengaku sulit untuk mengendalikan hasratnya untuk tidak bermain *game online,* karena ketika konseli memegang *gadget* yang dilihat pertama kali adalah aplikasi *game.* [63]

Ada peristiwa yang membuat konseli semakin menyukai *game online,* yaitu ketika konseli pernah mendapat uang taruhan dengan temannya karena menang dalam pertarungan *game.* Konseli semakin berpikir jika bermain *game online*nya itu bisa ia kembangkan, *game online* yang ia gemari akan menghasilkan uang dan bukan hanya sekedar hobbi saja. Berawal dari peristiwa tersebut, konseli semakin bersemangat untuk bermain *game online.* Meskipun tak jarang konseli juga kalah permainannya, namun konseli tetap berusaha memenangkan lawan-lawan dalam *game*nya tersebut.

Pada suatu ketika, konseli pernah ketahuan bermain *gadget* didalam kelas kemudian *gadget* konseli di razia oleh gurunya. Konseli sangat kebingungan karena ia tak pernah jauh dari *gadget*nya tersebut. Ketika orang tua dipanggil ke sekolah untuk mengambil *gadget*nya, ibu konseli hanya mendengarkan apa yang diakatakan oleh

[63] Hasil wawancara dengan konseli 6 Oktober 2018

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

guru dan tidak terlihat marah kepada konseli. Ibu konseli hanya menasehati konseli agar tidak terlalu sering bermain *game online* dan fokus untuk belajar. namun hal itu tidak memupuskan hasrat konseli untuk tidak bermain *game online.*

b. Hasil Wawancara dan Observasi dengan Ibu Konseli

Infromasi dari ibu konseli, konseli merupakan anak yang keras kepala dan pendiam. Sebagai anak bungsu, konseli sering bertengkar dengan kakaknya hanya gara-gara uang saku. Terkadang uang saku yang diberikan orang tua tidak cukup untuk konseli karena konseli sering membeli paketan data untuk bermain *game online*nya. Konseli sangat boros dalam hal uang saku, uang yang diberikan orang tua tidak untuk membeli makanan melainkan untuk membeli paket data internet.

Hal lain yang membuktikan bahwa konseli keras kepala adalah konseli sangat ngeyel dan suka membantah jika dinasehati oleh orang tuanya. Jika dinasehati, konseli tidak pernah mendengarkan karena sibuk dengan *gadget*nya. Pernah sekali ibu konseli menyita *gadget* konseli, namun konseli malah marah dan mengamuk.[64]

[64] Wawancara dengan ibu konseli pada 8 Oktober 2018

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

c. Hasil Wawancara dan Observasi dengan Teman Dekat Konseli

Dari hasil wawancara dengan teman dekat konseli, konseli merupakan anak yang rajin. Namun tak jarang juga konseli juga malas dalam mata pelajaran tertentu seperti Matematika dan Fisika. Konseli pernah berkata bahwa pelajaran Matematikan dan Fisika merupakan pelajaran yang membosankan karena banyaknya rumus yang tak ia pahami. Ketika ada mata pelajaran Matematika dan Fisika, konseli sering mengajak bolos temannya ini untuk pergi ke kamar mandi ataupun ke kantin untuk sekedar istirahat atau mengajak bermain *game online* bersama.

Teman konseli mengatakan bahwa konseli lebih terkesan cuek dengan orang yang mendekatinya. Meskipun itu perempuan yang menyukai konseli. Konseli tidak peduli dengan perempuan yang sering mendekatinya. Konseli termasuk anak yang bisa dikategorikan laki-laki yang tampan, namun ia tak peduli dengan hal asmara. Karena konseli pernah berkata jika punya pacar, pacarnya akan mengganggu aktifitasnya dalam bermain *game online.*[65]

[65] Wawancara dengan teman dekat konseli pada 6 Oktober 2018

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Berdasarkan hasil pertemuan dengan konseli dan hasil wawancara ibu serta teman dekat konseli, konseli memang kecanduan *game online* dengan ciri-ciri sebagai berikut :

a. Konseli tidak pernah jauh dari *gadget*nya untuk terus bermain *game online*
b. Konseli sering mengurung diri di kamar untuk bermain *game online*
c. Konseli bisa bermain *game online* selama kurang lebih 10 jam dalam sehari
d. Konseli mudah marah dan tersinggung ketika dilarang untuk berhenti bermain *game online*
e. Konseli selalu berpikir tentang *game online* ketika melakukan aktifitas lainnya

2. Diagnosis

Langkah selanjutnya setelah identifikasi masalah adalah diagnosi, yaitu langkah untuk menetapkan masalah yang dihadapi beserta latar belakangnya. Dengan melakukan pengumpulan data dan mrngadakan studi kasus, setelah data terkumpul maka akan ditetapkan masalah yang dihadapi oleh konseli.

Pelaku kecanduan *game online* ini melakukan tindakan tersebut untuk sarana merefresingkan diri karena kejenuhan dan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

menghilangkan kebosanan. Penyebab konseli sampai kecanduan *game online* sebagai beirkut :

a. Bosan dan Jenuh

Hal ini bisa dilihat ketika konseli menceritakan jika ia sering bosan dan jenuh dengan kegiatan sehari-harinya. Konseli menunjukkan sikapnya yang acuh ketika di wawancarai oleh konselor. Konseli menundukkan kepala dan memainkan jari-jarinya. Selain itu, konseli juga mengungkapkan bahwa kehidupan di dunia nyata tidak seasyik ketika ia bermain *game online.* Permainan dunia maya ini membuatnya bersemangat. Konseli berpikir bahwa *game online* adalah tempat mencari kesenangan.

b. Keras kepala

Berdasarkan hasil pengamatan pada proses konseling dengan konseli, konseli memiliki sifat yang keras kepala. Konseli tidak mau di nasehati oleh siapapun termasuk orang tuanya sendiri. Apalagi yang ia anggap benar, seperti halnya bermain *game online*. Orang tua konseli kerap menasehati untuk tidak terlalu sering bermain *game online*, namun konseli malah marah dan mengurung diri di kamar.

c. Merasa bahwa *game online* dapat memberikan dunia lain yang sesuai dengan keinginan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Disini konseli memiliki anggapan bahwa dengan bermain *game online*, konseli dapat mengembangkan imajinasi yang sesuai dengan pikirannya. Sehingga konseli juga sulit untuk berhenti bermain *game online* karena didalam permainan itu konseli menemukan apa yang ia inginkan dan sesuai dengan imajinasinya.

3. Prognosis

Setelah tahap diagnosis, tahap selanjutnya yaitu tahap prognosis. Tahap ini adalah tahap yang menentukan penggunaan terapi yang akan digunakan oleh konselor dalam konseling. Tahap ini ditentukan berdasarkan kesimpulan dari hasil identifikasi masalah dan diagnosis. Kesimpulannya yaitu konseli menganggap *game online* sebagai bahan hiburan ketika konseli jenuh dan bosan akan kegiatan sehari-harinya. Dalam hal ini, konselor memutuskan untuk memakai terapi Islam yaitu Shalat Bahagia sebagai bantuan dalam permasalahan yang konseli alami guna membuat konseli lebih memahami makna hidup yang lebih bermanfaat lagi. Berikut adalah langkah-langkah dalam Terapi Shalat Bahagia, yaitu :

a. Konselor yang diiringi dengan fasilitator terapi shalat bahagia memberikan penjelasan renungan kepada konseli tentang poin-poin terapi shalat bahagia
b. Shalat bahagia dilakukan konselor bersama-sama dengan fasilitator

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

c. Melihat dan mengamati konselor yang melakukan terapi shalat bahagia secara individu.

d. Memberi *home work* berupa amalan istighfar dan dzikir terutama setelah shalat atau ketika waktu kosong.

4. Treatment/terapi

Langkah treatment merupakan langkah dimana konselor atau fasilitator (Ust.Roni) memberikan penerapan Terapi Shalat Bahagia yang dirancang dalam proses prognosis. Terapi ini dirancang ketika konseli benar-benar sudah terbuka kepada konselor. Terapi shalat bahagia adalah terapi yang baru dalam khazanah ilmu keislaman. Terapi ini dikembangkan oleh Profesor Moh. Ali Aziz, dengan tujuan menciptakan jiwa yang tawakkal, tumakninah dan *qonaah*. Dengan T2Q ini akan tercipta kebahagian. dan kebahagiaan tentunya menjadikan kita pribadi yang lebih sehat dan jauh dari masalah-masalah pikiran. Jadi terapi shalat bahagia tidak berbicara apa itu Kebahagiaan dan cara-cara mencapai kebahagian, akan tetapi shalat lah kamu dengan metode ini InsyaAllah kamu akan bahagia.

Shalat dengan menggunakan terapi shalat bahagia tak beda jauh dengan shalat biasa, artinya tanpa menggunakan terapi. Dan yang membedakannnya adalah penambahan bacaan di enam gerakan Prof. Ali Aziz, M. Ag. sebagai konselor sekaligus pendakwah mengartikan bahwa shalat dapat dijadikan terapi untuk mengatasi masalah-masalah dalam hidup, baik dari segi kognitif maupun psikomotorik, jika shalat

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yang dilaksanakan disertai dengan kepasrahan total, dan peshalat merasakan kehadiran Allah SWT yang mengambil semu masalah yang dihadapi dan Emosi negatif bisa hilang dan berganti dengan energi positif. Jika seseorang tersebut bisa melakukan shalat dengan khusyuk atau penuh dengan penghayatan, maka ia akan dapat merasakan betapa dahsyatnya hikmah dalam shalat. Sehingga peshalat merasa bahagia dan tertarik dalam melaksanakan shalat.

Pada sesi pertama, konselor mengajak konseli untuk melakukan terapi shalat bahagia yang dilakukan pada tanggal 2 Desember 2018. Konselor membawa Ust. Fredy Yasroni Hamdani, S.H sebagai fasilitator Shalat Bahagia dengan alasan karena lebih berpengalaman dalam mengikuti shalat bahagia. Konselor disini sebagai pengamat apa saja yang dilakukan oleh konseli. Pertama yang fasilitator lakukan sebagai pembukaan terapi yaitu memberikan nasehat dan peganngan hidup. Fasilitator menekankan agar manusia tidak mudah mengeluh, putus asa, dan selalu bersyukur pada Allah SWT. Yang kedua fasilitator menjelaskan pokok-pokok yang menjadi inti dari Shalat Bahagia. Berikut adalah 6 pokok-pokok terapi shalat bahagia :

a. Berdiri

Bersamaan dengan niat shalat, kita memulai shalat dengan mengangkat dua tangan untuk mengucapkan Takbir, *Allahu Akbar* (Allah Maha Besar). Takbir pembuka shalat (*Takbiratol Ihram*) ilakukan dengan menghadapkan kedua telapak tangan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

ke-arah kakbah, sedangkan bagian luarnya membelakangi dunia. Kita hadapkan hati kepada pemilik kakbah dan kita lupakan dunia.[66] Dalam berdiri, kita mengawali takbir, kemudian kita membaca surat Al-Fatihah, bacaan yang wajib dibaca dan jika tak dibaca maka gugurlah shalat seseorang. Sebelum membaca Al-Fatihah alangkah baiknya jika kita awali dengan membaca doa *iftitah*, sebab kita perlu membersihkan diri dari dosa sebelum membaca doa-doa shalat selanjutnya. Al-Fatihah mengandung tiga poin penting yang harus direnungkan dan diamalkan ketika membacanya. Ketiga poin ini di dalam buku Prof. Moh Ali Aziz dikupas dengan mengambil intisari dalam surat Al-Fatihah, yaitu:

1.) Syukur kepada Allah SWT

Kita bersyukur atas semua pemberian Allah, yang maha menguasai dan mengatur alam semesta; Maha Pengasih dan Maha Pemurah, Maha Teliti, dan Maha Adil dalam pengadilan di akhirat

2.) Bimbingan Allah SWT

Kita memohon bimbingan agar tetap berada di jalan yang lurus (*shirothal mustaqim*). Kita membutuhkan petunjuk (hidayah) Allah, sebab kita tidak bisa menemukan kebenaran dengan akal semata.

[66] Moh. Ali Aziz, *60 Menit Terapi Shalat Bahagia,* (Surabaya: PT. Duta Aksara Mulia, 2013), Hal, 43.

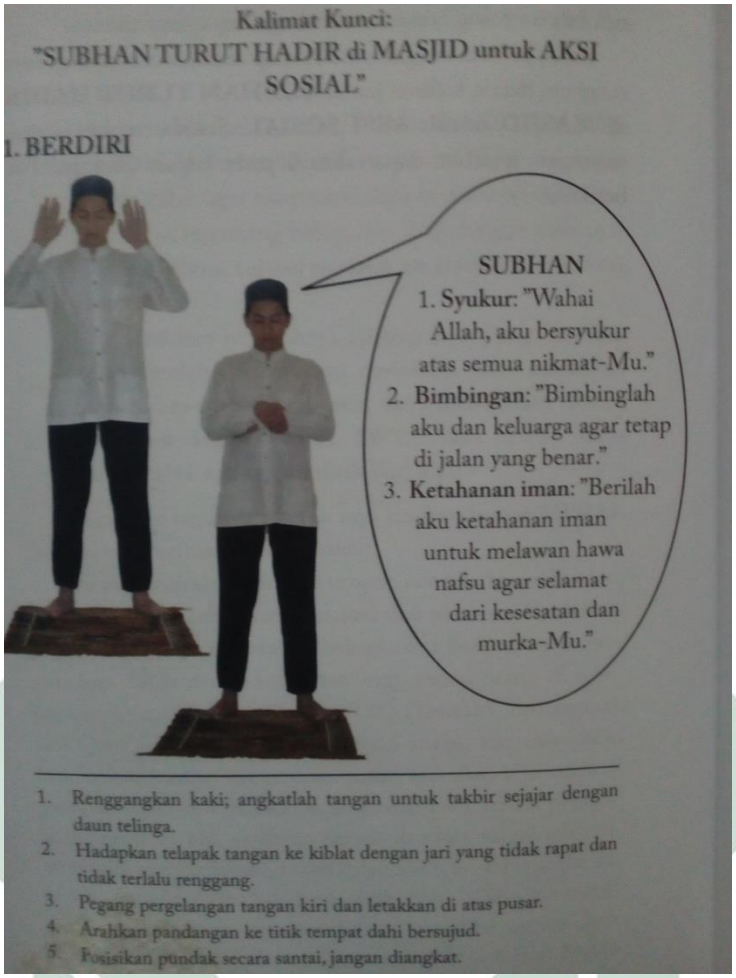
digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Setelah mengetahui kebenaranpun, kita membutuhkan kekuatan dari Allah untuk menjalankannya. Hanya dengan bimbingan Allah, kita bisa mencapai kebahagiaan dan keridlaan-Nya (an'amta 'alaihim).

3.) Ketahanan Iman

Kita memohon ketahanan iman menghadapi godaan hawa nafsu. Jika manusia dikendalikan hawa nafsu, pasti ia terjerumus ke dalam kemurkaan Allah SWT. Ketiga poin dalam surat Al-Fatihah pada gerakan berdiri ini disingkat dengan SUBHAN (Syukur, Bimbingan dan Ketahan Iman).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id



Gambar 3.1 Posisi Takbiratul Ihrom

b. Rukuk

Setelah berdiri dan membaca Al-Fatihah, lebih baik lagi kita membaca salah satu surat dalam Al-Quran, kita melakukan rukuk, dengan tenang dan tidak tergesa-gesa, atau biasa disebut tumakninah. gerakan rukuk diharapkan adanya kesadaran penghambaan sebagai orang yang hina di hadapan sang pencipta yang mulia. Dalam gerakan rukuk bukan hanya sekedar badan yang rukuk dan bungkuk dengan badan saja, melainkan batin dan jiwa kita juga ikut rukuk, artinya hati juga tunduk kepada

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Allah SWT. Poin yang ada di dalam rukuk hanya dua, yakni Tunduk dan Menurut. Keduanya diambil dari intisari doa yang dibaca ketika rukuk berlangsung. Kedua hal itu sangat penting dan harus dihayati, direnungi dan diamalkan.

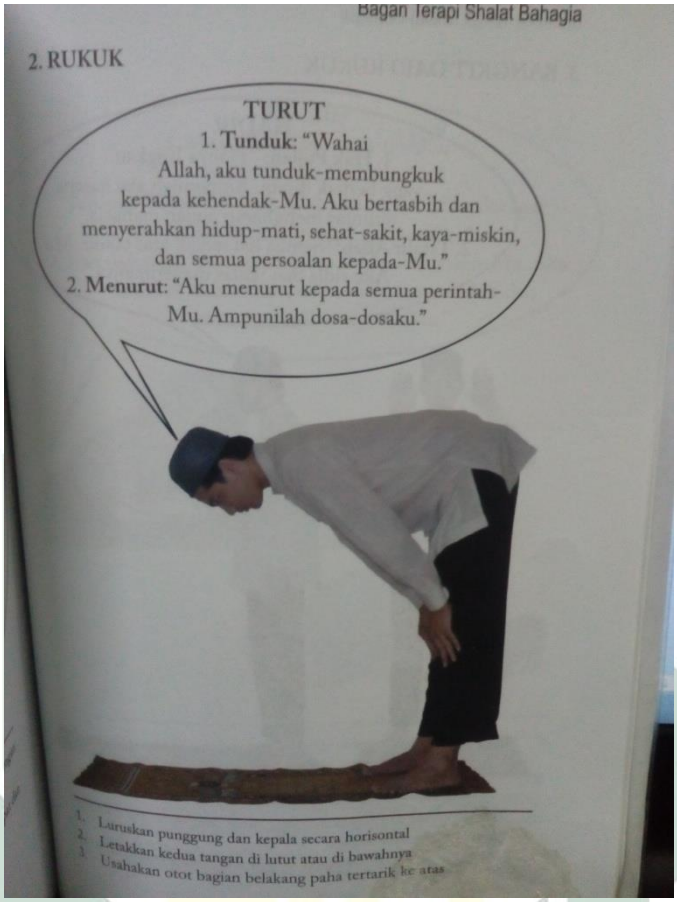
1.) Tunduk Kepada Allah SWT,

Kita tunduk dan menerima semua yang diputuskan kepada kita dengan ridha dan senang hati. Dalam posisi ini, kita sedang membungkuk dengan perasaan hina, kecil, dan bodoh di hadapan Allah SWT.

2.) Menurut sepenuhnya kepada perintah Allah, Kita berikrar untuk menurut dan sekaligus memohon ampunan atas ketidaktaatan yang pernah dilakukan[67]

[67] Moh. Ali Aziz, *60 Menit Terapi Shalat Bahagia,* (Surabaya: PT. Duta Aksara Mulia, 2013), Hal, 53.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id



Gambar 2.2 Posisi Rukuk

c. I'tidal

Gerakan selanjutnya setelah rukuk adalah berdiri tegak (i'tidal) dengan mengucapkan *sami'allahu liman hamidah* (Allah Maha Mendengar orang yang memujinya). Bacaan itu sangat agung dan luarbiasa, sehingga dalam penglihatan Nabi SAW, setiap kali doa itu dibacakan. Ada tiga puluh Malaikat berebut untuk mencatatnya paling awal[68]

[68] Moh. Ali Aziz, *60 Menit Terapi Shalat Bahagia,* (Surabaya: PT. Duta Aksara Mulia, 2013), Hal, 53

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Di dalam doa i'tidal terdapat dua poin yang perlu direnungkan, dihayati dan diamalkan.

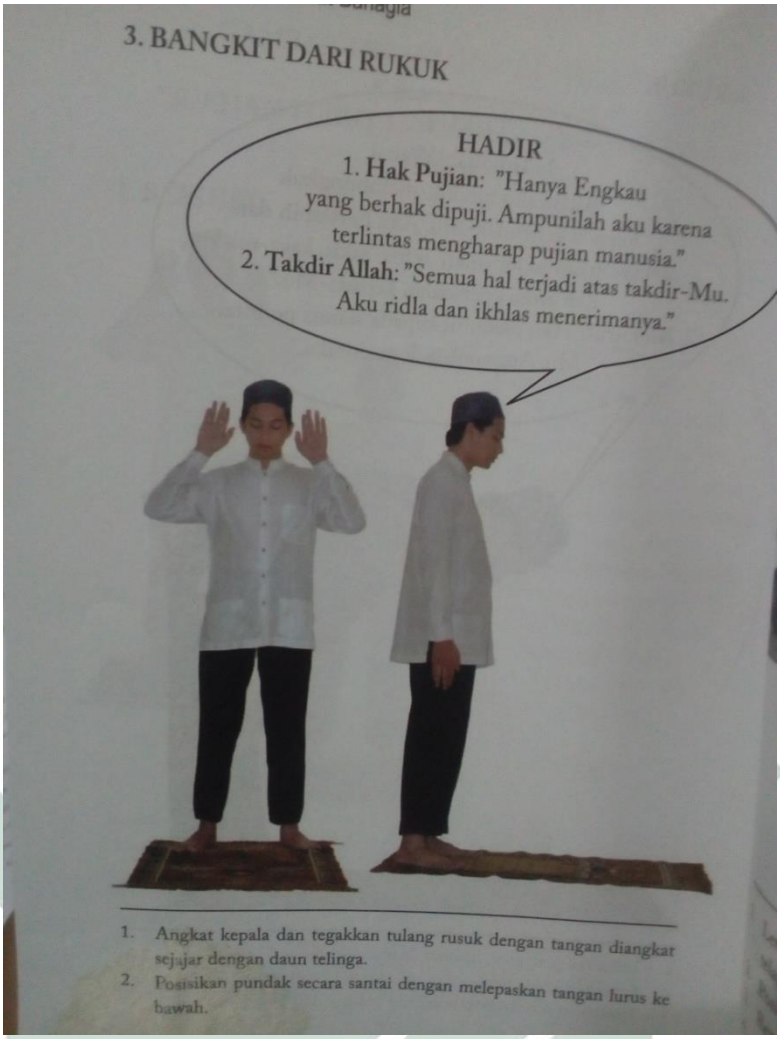
1.) Hak Pujian.

Segala puji hanya untuk Allah, Yang Maha Kuasa, Maha Menguasai langit, bumi, dan semua isinya. Dia-lah yang berhak dipuji, tidak boleh kita memuji selain Dia, melebihi kita memuji-Nya. Dan kita tak boleh mengharapkan pujian dari orang lain, dalam pekerjaan apapun yang kita lakukan. Yang paling berhak untuk dipuji hanya Allah semata, maka semua ibadah yang kita lakukan harus dilandaskan atas dasara keihlasan dan hanya mengharap ke-ridhaan-Nya. Mengharap pujian selain kepada-Nya, di samping merusak keimanan, juga menjadi sumber egelisahan di kemudian hari, jika pujian yang diharapkan tak tersua.

2.) Takdir Allah.

Tidak ada yang di dunia ini kecuali dengan kehendak-Nya. Jika Ia berkehendak tak ada satupun makhluk yang bisa menghalangi. Maka apapun keputusan yang ditentukan, kita mesti legowo menerimanya. Karena keputusan baik ataupun buruk adalah keputusan dari-Nya. Maka sangat bijak bagi kita ketika sangat bergembira dengan keputusan baik-Nya juga tak sedih jika keputusan yang Ia berikan buruk.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id



Gambar 2.3 posisi I'tidal

d. Sujud

Sujud adalah posisi shalat yang paling istimewa. Pada posisi lain, kita masih bisa menoleh (walalupun ini tak dibenarkan), tetapi di dalam bersujud, kita mau tidak mau hanya menghadap Allah semata. Dan sujud merupakan tanda ketundukan fisik dan hati serta perendahan diri secara total di

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

hadapan Allah SWT. Sujud mengajarkan kita agar tak sombong, merasa kurang, merasa hina dan ingin selalu intropeksi diri.

Doa yang kita baca dalam sujud haruslah yang bersumber dari Rasulullah, namun kita juga dapat memohon apa saja dalam sujud asalkan itu dalam hati. Misalnya permohonan petunjuk, minta ketenangan hati, cemas berkurang, mudah beristirahat, ampunan untuk diri dan keluarga, kesembuhan penyakit dan keselamatan dunia akhirat. Di dalam gerakan sujud ada tiga poin yang diambil dari intisari doa yang dibaca saat sujud berlangsung.

1.) Maaf

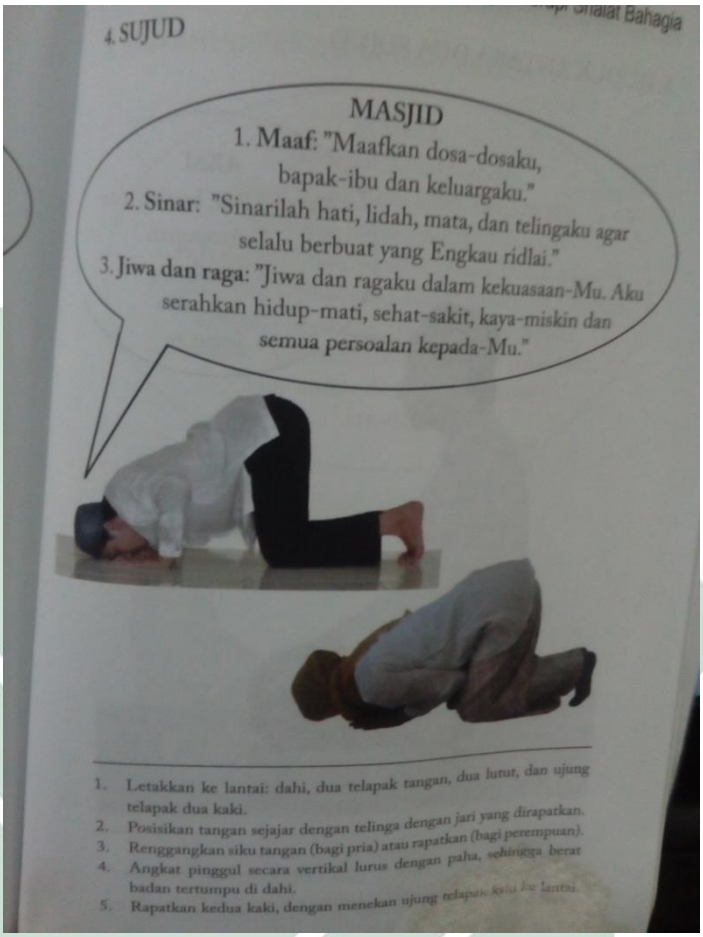
Yaitu permohonan maaf atau ampunan kepada Allah atas semua dosa, kecil maupun besar, yang telah dikerjakan ataupun yang belum. Sinar Permohonan sinar kepada Allah untuk hati, mata, telinga, dan semua indera agar mudah menjalankan perintah-Nya dan menjauhi larangan-nya.

2.) Jiwa-raga

Jiwa raga diserahkan sepenuhnya kepada Allah SWT. Jiwa dan raga adalah genggaman Allah SWT. Dengan *kun fayakun,* Allah bisa melakukan apa saja terhadap diri kita. Kita berikhtiar semaksimal mungkin untuk mencapai

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

keinginan, dan hasilnya kita serahkan sepenuhnya kepada Allah[69]



Gambar 2.4 Posisi Sujud

e. Duduk antara Dua Sujud

Setelah selesai sujud, kita melanjutkan gerakan duduk antara dua sujud atau duduk *iftirasy*, yaitu duduk di atas kaki yang dilipat dengan ujung jari-jari kaki kanan dihadapkan ke kiblat. Ibnu Qayyim Al-Jaziyah mengatakan bahwa doa di

[69] Moh. Ali Aziz, *60 Menit Terapi Shalat Bahagia,* (Surabaya: PT. Duta Aksara Mulia, 2013), Hal, 64

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

antara dua sujud adalah doa yang paling legkap, karena mencakup permohonan kebutuhan dunia dan akhirat, yaitu ampunan, kasih sayang,petunjuk, keimanan, dan kesejahteraan. Dari penjelasan Ibnu Qayyim di atas dapat ditarik intisarai seperti yang sudah dilakukan oleh Pencetus Terapi ini Profesor Ali Aziz, Guru Besar Bidang Tafsir menjadi Empat Poin.

1.) Ampunan

Kita tak bosan-bosan selalu memohon ampunan kepada Allah, karena Rasulullah yang sudah dijamin masuk surga, tak kurang Istighfarnya dari 70 kali.

2.) Kasih sayang

Memohon agar Allah senantiasa memberikan kasih sayangnya kepada kita, keluarga kita dan orang-orang yang selalu beserta kita

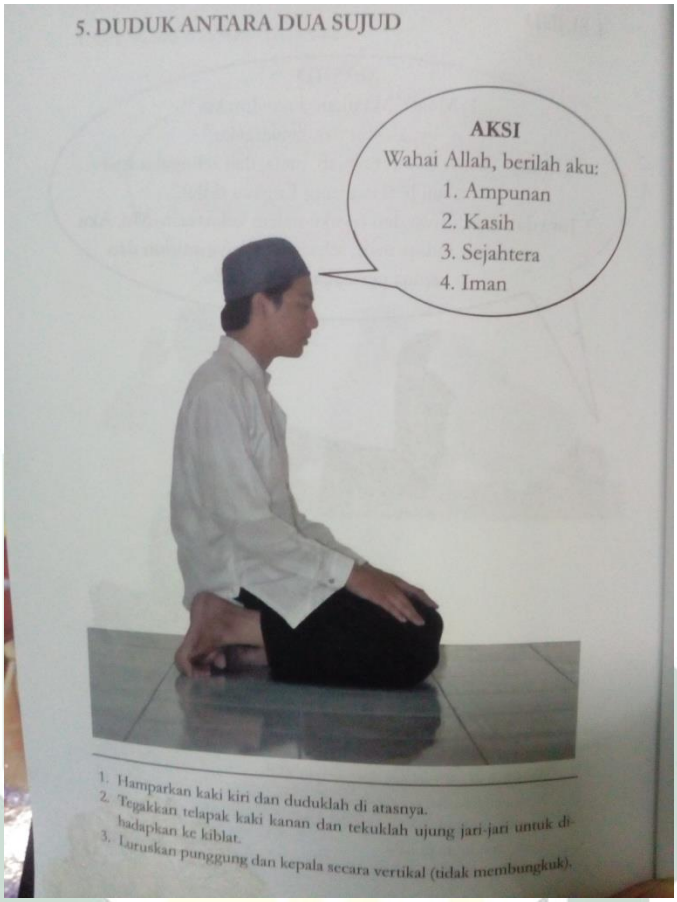
3.) Sejahtera

Memohon agar Allah senantiasa memberikan kasih sayangnya kepada kta, keluarga, dan orang-orang selalu bersama kita

4.) Iman

Memohon agar mengokohkan iman kita sepanjang masa.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id



Gambar 2.5 Posisi duduk antara dua sujud

f. Tasyahud awal dan akhir

Tasyahud artinya persaksian atau pernyataan akan ke-Esaan Allah dan kerasulan Muhammad SAW. Dalam posisi ini, kita juga membaca shalawat sebagai ekspresi doa untuk Nabi yang dimuliakan Allah. Persaksian kita akan ke-Esaan Allah dengan kalimat *La Ilaha Illaallah.* Kalimat tersebut terlihat pendek dan ringan untuk diucapkan namun memiliki kekuatan besar dan kedahsyatanny

Dalam tasyahud kita memberikan salam kepada tiga objek :

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yakni Rasulullah, Diri Sendiri, hamba-hamba-Nya yang sholeh. Berdasarkan doa-doa yang kita baca di dalam shalat, ada tiga poin yang terkandung dalam bacaan tsyahud.

1.) Sholawat

Sholawat dan salam kita berikan kepada Nabi SAW, sebagai ungkapan jasa Nabi SAW yang mengenalkan Allah kepada kita dan membimbing cara beribadah kepada-Nya.

2.) Persaksian

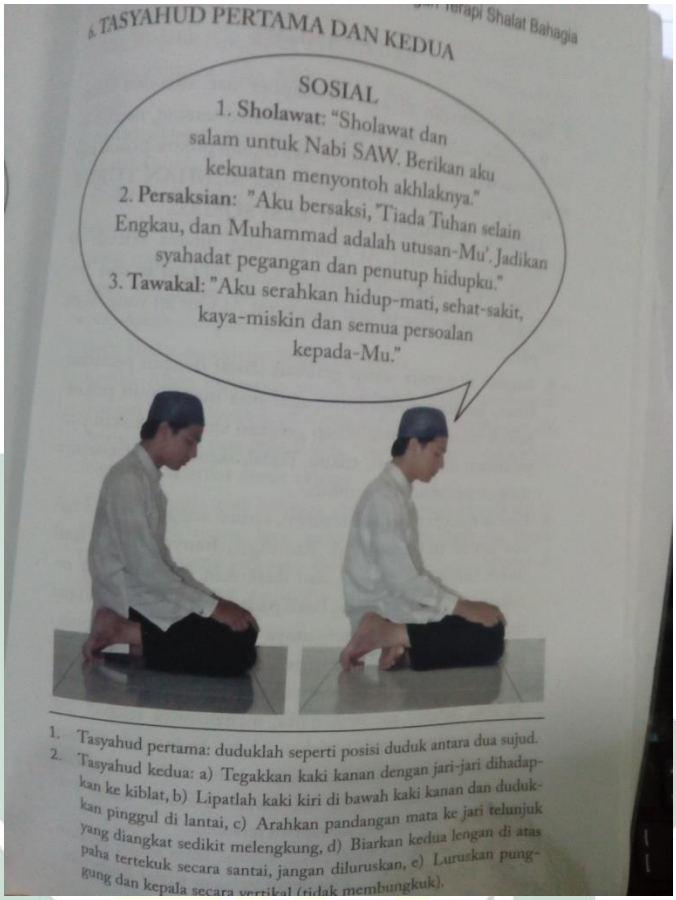
Kita bersaksi atau berikrar bahwa tiada tuhan selain Allah, dan Muhammad utusan Allah.

3.) Tawakkal

Kita menyerahkan sepenuhnya apapun hasil yang diberikan Allah setelah ikhtiar yang maksimal[70]

[70] Moh. Ali Aziz, *60 Menit Terapi Shalat Bahagia,* (Surabaya: PT. Duta Aksara Mulia, 2013), Hal, 214

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id



Gambar 2.6 posisi tasyahud awal dan akhir

Setelah menjelaskan tentang poin-poin yang ada pada Terapi Shalat Bahagia. Disini fasilitator mengajak konseli untuk melakukan shalat terapi bahagia bersama. Konselor menanyakan bagaimana perasaan yang dirasakan oleh konseli. Konseli menjawab *"awalnya bosen mbak, shalat kok lama banget. Mana suruh meresapi renungan-renungan shalat. Tapi lama-lama aku nyaman mbak, hati rasanya tenang apalagi setelah salam, Hehe.* Dari pernyataan konseli, sebenarnya dia merasa bosan dengan terapi Shalat Bahagia ini karena lamanya waktu penerapan, namun lama kelamaan konseli merasa senang dengan terapi shalat

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

bahagia. Ketika konselor menanyakan apakah masih kepikiran *gadget* dan *game online* nya, konseli menjawab *"awalnya kepikiran mbak, game ku gimana. Kalau aku ketinggalan trus aku kalah gimana?*[71] Konseli mengungkapkan masih ada kekhawatiran dengan *gadget* dan *game online.* Sehingga membuat konseli tidak fokus dengan terapi Shalat Bahagia. Namun konseli sadar ketika pada gerakan rukuk ada renungan TURUT (tunduk dan menurut) dan sujud ada renungan MASJID (maaf, sinar, jiwa, dan raga) konseli mengaku merasa sangat berdosa karena sering melalaikan kewajiban dan perintah Allah demi kesenangannya bermain *game online.*

Kemudian di tahap selanjutnya fasilitator (Ust. Roni) dan konselor menyuruh konseli untuk melakukan terapi shalat bahagia secara individu. Dengan meresapi dan mengaplikasikan renungan-renungan yang telah dijelaskan oleh fasilitator sebelumnya. Setelah lamanya proses terapi shalat bahagia yang dilakukan individu oleh konseli, konselor menanyakan lagi bagaimana perasaannya setelah melakukan terapi sehalat bahagia yang kedua namun dilakukan secara individu. Konseli menjelaskan *"untuk ini saya lebih meresapi dari pada yang pertama tadi mbak, disini saya lebih merasa nyaman melakukan terapi sendiri".* Lalu konselor bertanya kepada konseli gerakan terapi shalat mana yang menurutnya

[71] Hasil wawancara dan observasi kepada klien pada 2 Desember 2018

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

efektif dapat dijadikan renungan agar dapat melupakan segala beban masalahnya dan merenungi segala kesalahannya. Konseli menjawab "*kalau menurutku bagian rukuk sama sujud mbak, tadi kan Pak Roni menjelaskan bahwa di dalam rukuk dan sujud banyak manfaat dalam doanya. Disitu saya merasa bahwa saya sangat banyak dosa mbak karena sering lalai dalam ibadah, terus sering bantah orang tua juga, gak pernah dengerin nasehat orang tua. Disinilah saya merasa ketika saya sujud hatiku kayak berdebar gitu. Merinding rasanya."* Pernyataan konseli setelah melakukan terapi shalat bahagia sudah sedikit memberi kesadaran pada diri konseli bahwa apa yang dilakukannya selama ini salah. Karena seringnya bermain *game online* sehingga melalaikan perintah Allah terutama dalam ibadah dan bahkan sering membantah nasehat orang tuanya. Konselor memberi nasehat konseli untuk melakukan pembiasaan shalat fardhu tepat waktu. Hal ini bertujuan agar konseli lebih konsisten dengan ibadahnya dan setidaknya dapat mengalihkan pemikiran dalam diri konseli tentang *game online*nya.

Setelah konseli melakukan tahap dimana konselor meminta konseli untuk melakukan terapi secara individu, kini konselor memberikan *home work* berupa amalan istighfar *Astagfirullohaladzim'* dan dzikir dengan mengucap kata '*Ya Allah'*. Hal ini konselor lakukan bertujuan agar konseli dapat

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

merenungi kesalahannya dan meminta ampunan kepada Allah bahwa dengan meninggalkan shalat hanya karena bermain *game online* adalah perbuatan yang dosa besar. Konselor memberikan masukan tentang pembiasaan berupa istighfar dan dzikir sebanyak 30 kali setelah shalat fardhu bahkan jika ketika ia ingat ingin bermain *game online*, konselor meminta konseli untuk beristighfar dengan bacaan *'Astagfirullohaladzim'* dan memperbanyak dzikir dengan kalimat '*Ya Allah'*. Untuk minggu pertama bisa dilakukan sebanyak 30 kali lalu kemudian di minggu kedua dapat dilipat gandakan menjadi 60 kali, lalu minggu ketiga dapat dilipat gandakan 90 kali dan seterusnya. Semakin banyak konseli membaca istigfhar dan dzikir, semakin konseli ingat kepada Allah SWT. Disini konselor memberi nasehat kepada konseli *"coba kamu resapi istghfar, dzikir, dan shalat dengan khusyu' yang telah diamalkan. Kamu akan mendapatkan hidayah dari Allah SWT. Manusia sangat membutuhkan hidayah Allah SWT. Ada kalanya hidayah diperlukan karena manusia memang belum mengetahui kebenaran atau sudah mengetahui jalan yang benar namun belum ada kemauan untuk melanjutkannya. Atau ada kalanya ada keinginan tapi selalu gagal karena kalah dengan hawa nafsu duniawi. Jadi kamu harus sering-sering beristighfar dan ibadah dengan rajin agar Allah senantiasa memberi petunjuk*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

setiap masalah kamu. Tapi yang terpenting kuncinya satu, yaitu konsisten melakukannya. Dengan begini kamu akan sadar apa pentinga hidup tanpa ridha Allah, kamu bisa meresapi seberapa banyak dosa yang telah kamu lakukan karena telah melalaikan perintah Allah. Maka dari itu, beritighfar dan berdzikirlah untuk meminta ampunan kepada Allah agar selalu meridhai hidup kita"

5. Evaluasi dan Follow Up

Di langkah evaluasi merupakan langkah mengetahui sejauh mana perubahan yang dialami konseli dalam proses konseling. Evaluasi ini dilakukan ketika sebelum konseling, saat konseling, dan setelah konseling dengan melihat perubahan tingkah laku pada konseli. Konselor lalu mulai menindaklanjuti yang telah tejadi pada konseli dengan melihat perubahan dan kemauan konseli bukan karena faktor paksaan, namun dengan kesadarannya sendiri dalam pemberian proses konseling.

Konseli telah berusaha mengamalkan shalat dengan tepat waktu, istighfar, dan berdzikir dalam hariannya yang lama kelamaan membuat dirasakan manfaatnya terhadap konseli yaitu ketenangan jiwa dan lebih bisa mengontrol emosinya dan rasa bosannya. Berdasarkan pengamatan konselor pada saat sebelum dan sesudah dilakukannya proses konseling, maka dari itu

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

konselor menyimpulkan beberapa perubahan yang terjadi pada konseli :

a. Berkurangnya waktu bermain *game online*

Hal ini di buktikan ketika konseli sudah tidak terlalu bermain dengan gadgetnya. Ketika kegiatan belajar mengajar berlangsung, konseli sudah bisa mulai fokus dengan kegiatan belajar tersebut. Kini konselor lebih menyibukkan diri dengan kegiatan yang positif. Konseli mendaftar ekstrakulikuler basket di sekolahnya agar tidak jenuh dan bosan, selain itu konseli juga bisa menyalurkan bakat terpendamnya.

b. Ibadah dengan rajin dan tepat waktu

Hal ini konseli mengaku sudah mulai lengkap 5 waktu ketika shalat fardhu, yang artinya konseli sudah tidak meninggalkan shalat isya' dan subuhnya karena bermain *game online.* Menurut konseli, dengan shalat tepat waktu dan konsisten tanpa bolong-bolong membuat dirinya lebih tenang melakukan kegiatan lainnya. Dan ketika melakukan amalan shalat, istighfar ataupun dzikir, konseli mengaku lupa dengan *game online*nya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

c. Dapat berpikir positif

Hal ini dibuktikan bahwa konseli mulai bisa berpikir positif dengan tidak bermain *game online.* Konseli mengaku bahwa bermain *game online* hanya menyita waktunya bahkan merugikan diri sendiri dan orang lain. konseli mencoba mencari kegiatan baru yang lebih bermanfaat.

d. Menjadi anak yang penurut dengan orang tua

Setelah melakukan shalat, istighfar, dan dzikir, konseli mengaku banyak bersalah dengan kedua orang tuanya. Konseli mengaku menyesal hanya merepotkan orang tuanya dan tidak menuruti nasehat-nasehat orang tuanya tersebut. Kini konseli sudah mau membantu di toko ayahnya meskipun tak jarang masih bermain *game online* juga. Dengan melakukan kegiatan yang bermanfaat dan menyibukkan diri dengan kegiatan yang positif. Konseli akan lupa dengan sendirinya terhadap *game online*

Selain itu, konselor juga melakukan evaluasi pada perubahan diri konseli melalui orang terdekatnya, antara lain :

a. Evaluasi wawancara dengan ibu konseli

Menurut ibu konseli, konseli sudah rajin dalam hal ibadahnya. Konseli juga sering membantu di toko

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

ayahnya. Konseli sudah tidak sering bermain gadgetnya. Jika di nasehati konseli sudah tidak membantah lagi. Kini konseli menjadi anak yang penurut. Dan orang tua konseli berharap konseli dapat menjadi anak yang lebih baik lagi dan dapat meninggalkan total bermain *game online*nya. Konseli sudah jarang tidur malam dan bangun kesiangan lagi.

b. Evaluasi wawancara dengan teman dekat konseli

Menurut teman dekat konseli, konseli sudah tidak sering bermain gadget ketika di dalam kelas. Dan konseli sudah tidak pernah mengajak bolos ketika ada mata pelajaran yang sekiranya membuatnya bosan. Konseli selalu hadir juga ketika mengikuti latihan ekstrakurikuler basket di sekolahnya. Konseli sering mengajak ibadah berjamaah ketika waktu masuk shalat.

F. Deskripsi Hasil Akhir Bimbingan Konseling Islam Menggunakan Terapi Shalat Bahagia dalam Menangani Remaja yang Kecanduan *Game Online Mobile Legend* (Studi Kasus Siswa Kelas X SMA Bina Bangsa Surabaya)

Dari awal, konseli memiliki sifat yang baik sehingga membuat proses treatmen tidak terlalu sulit dilakukan. Hanya saja ketika konselor menjelaskan tentang terapi yang digunakan, konseli sempat menolak karena proses waktu terapinya yang lama. Namun dengan dukungan dari

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

fasilitator terapi, konseli mau melakukan karena ingin adanya perubahan pada dirinya. Konseli merupakan pribadi yang rajin, hanya saja ia sering merasa bosan dan jenuh dengan kegiatan sehari-harinya sehingga ia melampiaskannya dengan bermain *game online* dan menyebabkan candu pada diri konseli.

Sebelum menentukan hasil dari proses Terapi Shalat Bahagia, peneliti menyajikan data ciri-ciri remaja yang kecanduan dengan *Game Online* yang dapat dijadikan sebagai tolak ukur keberhasilan proses konseling, ciri-cirinya tersebut yaitu 1. Konseli tidak pernah jauh dari *gadget*nya untuk terus bermain *game online,* 2. Konseli sering mengurung diri di kamar untuk bermain *game online,* 3. Konseli bisa bermain *game online* selama kurang lebih 10 jam dalam sehari, 4. Konseli mudah marah dan tersinggung ketika dilarang untuk berhenti bermain *game online,* 5. Konseli selalu berpikir tentang *game online* ketika melakukan aktifitas lainnya.

Ciri-ciri tersebut diuraikan sebagai berikut. Pada proses treatmen pertama konselor Mengidentifikasi kelebihan dan kekurangan konseli. Konselor menggali dan mengidentifikasi kelebihan dan kekurangan yang ada pada diri konseli. Pada kekurangan konseli, ia beranggapan bahwa ia adalah anak yang keras kepala, dan mudah jenuh dengan kegiatan yang membosankan, dan kelebihan yang dimiliki konseli yaitu suka berenang dan jago main basket, memiliki solidaritas tinggi terhadap temannya. Konselor memberi motivasi dan penguatan agar konseli dapat menggali

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kelebihannya itu agar bisa menjadi lebih berguna di kemudian hari. Setelah itu, konselor membantu merubah mindset konseli pada *game online* yang menganggap *game online* membuatnya senang. Konseli mengungkapkan bahwa bermain *game online* dan mengurung diri di kamar lebih menyenangkan daripada kegiatan lainnya, lalu akhirnya konselor melatih konseli untuk lebih bersosialisasi dengan lingkungan luar dan akhirnya konseli mulai aktif dengan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler basket di sekolahnya.

Memberi nasehat pada konseli agar lebih semangat dalam beribadah. Konselor meminta konseli untuk lebih mendekatkan diri kepada Allah agar konseli sadar bahwa tiada masalah yang tidak bisa di selesaikan salah satunya tentang masalah kecanduan *game online.* Konselor menyadarkan pada diri konseli bahwa dengan beribadah kepada Allah hati akan menjadi lebih tenang dan masalah yang dihadapi dapat terselesaikan dengan baik. Konselor menyuruh konseli untuk beribadah dengan rajin dan khusyu' yang bertujuan untuk mengalihkan pemikiran konseli dari *game online*nya. Pada tahap treatmen yang terakhir yaitu memberi *home work* berupa amalan ibadah seperti berdzikir dan istighfar. Konselor menyuruh konseli untuk memperbanyak membaca dzikir dan istighfar secara bertahap. Minggu pertama konseli harus membaca dzikir dan istighfar sekurang-kurang 30 kali setelah shalat fardhu, lalu minggu kedua dilipat gandakan menjadi 60 kali, dan seterusnya. Bahkan konselor juga meminta konseli untuk berdzikir dan istighfar di setiap waktu kosong konseli. Hal ini

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

bertujuan agar konseli lupa dengan masalah kecanduannya, dan dengan berdzikir dan beristighfar diharapkan konseli dapat mendengar khalam-khalam Allah SWT agar hati dan pikiran konseli dapat tenang, selain itu setidaknya dapat mengalihkan pemikiran konseli dari *game online*nya.

Setelah melakukan tahap demi tahap proses konseling, konseli mengaku ada perubahan dan perkembangan pada dirinya. Konseli mengaku kini lebih fokus tanpa memikirkan *gadget* dan *game online* pada setiap kegiatan yang dilakukannya, seperti ibadah, belajar dan membantu ayahnya di toko. Hal ini membuat konseli lebih semangat lagi dalam melakukan perubahan. Konseli mengaku sangat bersalah kepada orang tuanya karena sering bermalas-malasan dan sering menghambur-hamburkan uang untuk membeli kuota internet agar bisa bermain *game online.*[72]

Berdasar informasi dari informan seperti Ibu dan teman dekat konseli, konseli mengalami sedikit perubahan dalam sikapnya yaitu mengurangi bermain *gadget*nya dan lebih rajin dalam beribadah. Menurut ibu konseli, konseli lebih rajin dan tepat waktu dalam mengerjakan ibadahnya. Walaupun terkadang setelah shalat konseli masih bermain *game online,* namun konseli bermain *game online* jika benar-benar kegiatan dan kewajibannya terpenuhi semua.[73] Menurut teman konseli, kini konseli tidak terlalu suka bermain *game online* di kelas dan lebih aktif dengan kegiatannya di sekolah seperti bermain basket. Teman konseli mengaku

[72] Wawancara dan observasi dengan konseli pada 15 Desember 2018
[73] Wawancara dan observasi dengan ibu konseli pada 15 Desember 2018

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

bahwa konseli pernah mengatakan jika konseli ingin sedikit demi sedikit membuang kebiasaan buruknya dan berubah menjadi pribadi yang lebih berguna bagi kedua orang tuanya[74]

[74] Wawancara dan observasi dengan teman konseli pada 15 Desember 2018

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB IV

ANALISIS DATA

Dalam penelitian ini, konselor menggunakan analisis Deskriptif Komparatif, yaitu membandingkan konsep teori dengan data yang terjadi di lapangan selama proses konseling berlangsung. Dengan analisis deskriptif komparatif ini konselor sekaligus peneliti akan mengetahui perbandingan antara konsep teori konseling dengan fakta di lapangan. Teknik ini digunakan untuk mengamati perubahan konseli secara langsung dan dengan mendapatkan informasi dari informan yaitu orang tua dan teman dekat konseli. Teknik deskriptif komparatif ini dapat digunakan untuk mengetahui perbandingan perubahan sikap konseli sebelum dan sesudah melakukan konseling. Berikut merupakan analisis proses Bimbingan Konseling Islam Menggunakan Terapi Islam Shalat Bahagia dalam Menangani Remaja yang Kecanduan *Game Online Mobile Legend* (Studi Kasus Siswa Kelas X SMA Bina Bangsa Surabaya)

A. Analisis Proses Bimbingan dan Konseling Islam Menggunakan Terapi Shalat Bahagia dalam Menangani Remaja yang Kecanduan *Game Online Mobile Legend* (Studi Kasus Siswa Kelas X SMA Bina Bangsa Surabaya)

Berdasarkan penyajian data yang mendiskripsikan tentang pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam Menggunakan Terapi Shalat Bahagia dalam Menangani Remaja yang Kecanduan *Game*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Online Mobile Legend. Konselor melakukan proses konseling dengan menggunakan beberapa langkah, antara lain : identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, treatmen/terapi, dan evaluasi/*follow up.* Analisis data disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut :

Tabel IV.1

Perbandingan Proses Konseling di Lapangan dengan Pendekatan Terapi Shalat Bahagia

NO.	Data Teori	Data Lapangan
1.	Identifikasi Masalah Langkah ini dimaksudkan untuk mengenal beberapa gejala yang tampak. Dalam hal ini, diperoleh melalui interview, observasi, dan analisis data.	Peneliti atau konselor dapat menggali informasi melalui observasi dan wawancara dari konseli maupun informan seperti orang tua dan teman dekat konseli. Dapat diketahui bahwa klien mulai kecanduan akan *game online* sejak duduk di bangku SMP kelas 7. Pada kelas 6 SD, konseli sudah dibelikan *gadget* oleh orang tuanya. Orang tua konseli membelikan *gadget* konseli bertujuan untuk mengetahui ketika pulang sekolah karena konseli sering diantar jemput oleh orang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		tuanya. Awalnya konseli hanya main-main biasa dengan teman-temannya tentang *game online*. Pada awalnya konseli tidak mendapat larangan dari orang tua ketika bermain *game online* karena masih bermain pada tahap sewajarnya. Namun ketika memasuki bangku SMP, konseli mulai tak henti untuk bermain *game online*. Konseli sering menantang teman-teman lainnya untuk bermain *game online* bersama. Konseli mengaku sulit untuk mengendalikan hasratnya untuk tidak bermain *game online*, karena ketika konseli memegang *gadget* yang dilihat pertama kali adalah aplikasi *game*. Konseli mengaku sering jenuh dan bosan dengan kegiatannya sehari-hari. Maka dari itu, konseli tak henti-hentinya bermain *game online*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		untuk menghilangkan rasa jenuhnya tersebut.
2.	Diagnosis Dalam hal ini yaitu langkah untuk menetapkan masalah yang dihadapi beserta latar belakangnya. Dengan melakukan pengumpulan data dan mrngadakan studi kasus, setelah data terkumpul maka akan ditetapkan masalah yang dihadapi oleh klien	Dapat ditarik kesimpulan berdasarkan data yang diperoleh pada identifikasi masalah, adanya rasa bosan dan jenuh akan kegiatannya sehari-hari yang membuat konseli kecanduan *game online.* Konseli memiliki sifat yang keras kepala dan susah dinasehati meskipun itu hal yang dapat merugikan dirinya sendiri seperti bermain *game online.* Menurut konseli, dengan bermain *game online* rasa jenuh yang ada pada dirinya bisa menghilang dan bermain *game online* dengan lawan-lawannya dapat membuatnya senang dan tertantang.
3.	Prognosis Yaitu langkah yang dilakukan untuk	Dalam hal ini, konselor memutuskan untuk memakai terapi Islam yaitu Shalat Bahagia sebagai

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

	menetapkan jenis bantuan apa saja yang diberikan kepada konseli untuk membimbing konseli mengatasi masalahnya.	bantuan dalam permasalahan yang konseli alami guna membuat konseli lebih memahami makna hidup yang lebih bermanfaat lagi. Berikut adalah langkah-langkah dalam Terapi Shalat Bahagia : a. Mengidentifikasi kelebihan dan kekurangan konseli b. Membantu konseli merubah mindset konseli pada *game online* yang menganggap *game online* membuatnya senang c. Memberi nasehat pada konseli agar lebih semangat dalam beribadah d. Memberi *home work* berupa amalan untuk lebih sering mengerjakan kegiatan positif terutama shalat
4.	Treatmen/Terapi Yaitu langkah pelaksaan memberikan bantuan	Langkah treatment merupakan langkah dimana konselor memberikan penerapan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

	atau bimbingan dalam menyelesaikan masalah konseli. Langkah ini membutuhkan waktu dan proses terus menerus secara sistematis serta membutuhkan pengamatan yang lebih.	Terapi Shalat Bahagia yang dirancang dalam proses prognosis. Terapi ini dirancang ketika konseli benar-benar sudah terbuka kepada konselor. Pada proses treatment, konselor mengajak konseli untuk mencoba memasrahkan diri kepada Allah atas segala masalah yang dihadapinya. Pada awalnya konseli menolak terapi Shalat Bahagia karena lamanya proses terapi, namun ketika fasilitator (Ust.Fredy Yasroni Hamdani, S.H) memberikan penjelasan akan adanya ketenangan jiwa dan akan membantu menyelesaikan masalah yang ada pada diri konseli, akhirnya konseli mau melakukan terapi Shalat Bahagia. Konselor hanya meneliti konseli ketika terapi berlangsung karena sudah ada

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		fasilitator yang membimbing untuk melakukan terapi Shalat Bahagia. Awalnya konselor melihat ketidak nyamanan konseli ketika masih raka'at pertama. Konselor melihat ada rasa bosan terlihat dari raut muka konseli. Namun ketika sudah memasuki sujud konselor melihat konseli sudah mulai terbiasa dengan gerakan lama itu dan nyaman dengan perkataan yang fasilitator berikan. Ketika sudah terapi sudah selesai dikerjakan,konselor menanyakan "*gimana perasaan adek ketika Shalat tadi?"* konseli menjawab "*Habis shalat sih rasanya lebih tenang mbak. Pertama sih perasaanku gak enak. Mungkin gara-gara lama ini ya shalatnya. Mangknya jdi gak nyaman. Tapi habis salam tadi rasanya tenang*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		Hehe". Dari pernyataan konseli, sebenarnya dia merasa bosan dengan terapi Shalat Bahagia ini karena lamanya waktu penerapan, namun lama kelamaan konseli merasa senang dengan terapi itu. Ketika konselor menanyakan bagian gerakan shalat mana yang konseli rasa cukup buat konseli sadar sama kesalahan-kesalahnya? konseli menjawab "*Saat rukuk sama sujud mbak. Kan Pak Roni tadi suruh resapi bagian-bagian mana yang buat ak tenang. Lha pas rukuk sama sujud aku ngerasa jadi anak yang banyak dosa mbak. Saya sering mengabaikan nasehat orang tua saya. Saya tidak pernah membantu kegiatan di rumah. Saya hanya memikirkan kesenangan diri saya sendiri*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		tanpa memikirkan orang lain. bahkan saya tidak berpikir tentang masa depan saya kalau saya masih sering bermain game terus menerus" Konseli mengungkapkan dia merasa menjadi anak yang tidak berguna bagi orang tuanya. Sehingga membuat konseli merasa bersalah dengan sering mengabaikan nasehat orang tuanya dan memikirkan game onlinenya.. Namun ketika fasilitator memberikan kata-kata bahwa kita harus menjadi anak yang berbakti kepada orang tua, menjadi kebanggaan ayah ibu, menjadi anak yang bermanfaat, bisa mendoakan orang tuanya ketika meninggal kelak, dan akhirnya konseli sadar dan berfokus pada terapi yang diberikan dan ia merasa bahwa ia

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		harus menjadi anak kebanggaan orang tuanya. Di tahap terapi yang terakhir, Konselor memberikan masukan tentang pembiasaan berupa istighfar dan dzikir sebanyak 30 kali setelah shalat fardhu bahkan jika ketika ia ingat ingin bermain *game online*, konselor meminta konseli untuk beristighfar dengan bacaan *'Astagfirullohaladzim'* dan memperbanyak dzikir dengan kalimat '*Ya Allah'*. Untuk minggu pertama bisa dilakukan sebanyak 30 kali lalu kemudian di minggu kedua dapat dilipat gandakan menjadi 60 kali, lalu minggu ketiga dapat dilipat gandakan 90 kali dan seterusnya. Disini konselor memberi nasehat kepada konseli *"coba kamu resapi istghfar, dzikir, dan*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		shalat dengan khusyu' yang telah diamalkan. Kamu akan mendapatkan hidayah dari Allah SWT. Manusia sangat membutuhkan hidayah Allah SWT. Ada kalanya hidayah diperlukan karena manusia memang belum mengetahui kebenaran atau sudah mengetahui jalan yang benar namun belum ada kemauan untuk melanjutkannya. Atau ada kalanya ada keinginan tapi selalu gagal karena kalah dengan hawa nafsu duniawi. Jadi kamu harus sering-sering beristighfar dan ibadah dengan rajin agar Allah senantiasa memberi petunjuk setiap masalah kamu. Tapi yang terpenting kuncinya satu, yaitu konsisten melakukannya. Dengan begini kamu akan sadar apa pentinga hidup tanpa ridha Allah, kamu bisa meresapi seberapa banyak dosa

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		yang telah kamu lakukan karena telah melalaikan perintah Allah. Maka dari itu, beritighfar dan berdzikirlah untuk meminta ampunan kepada Allah agar selalu meridhai hidup kita"
5.	Evaluasi dan Follow Up Yaitu langkah yang dimaksud untuk menilai atau mengetahui sejauh mana langkah-langkah yang dilakukan telah mencapai hasilnya	Di langkah evaluasi merupakan langkah mengetahui sejauh mana perubahan yang dialami konseli dalam proses konseling. Dalam proses evaluasi/follow up, disini dapat dilihat perkembangan selanjutnya dalam jangka waktu 2 bulan setelah proses terapi dilaksanakan yaitu pada 2 Desember. Evaluasi dilakukan dengan cara wawancara dan observasi dilihat dari perkembangannya baik dilakukan dengan konseli maupun informan lain seperti teman dekatnya dan ibu konseli. Hasil evaluasi yang dilakukan memiliki sedikit

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		perubahan Setelah dilakukannya terapi Shalat Bahagia, terlihat sedikit perubahan pada konseli diantaranya yang awalnya konseli bermain *game online* sampai 10 jam kini tinggal 8 jam dalam sehari. Konseli juga sudah sedikit mau membantu di toko ayahnya walaupun tidak lama. Kini konseli sudah dapat mengisi kegiatan kosongnya dengan bermain basket dan membaca buku komik-komik. Lalu konselor tetap melakukan pemantauan dengan sering menghubungi konseli untuk memberikan motivasi kepada konseli.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

B. Analisis Hasil Bimbingan dan Koseling Islam Menggunakan Terapi Shalat Bahagia dalam Menangani Remaja yang Kecanduan *Game Online Mobile Legend* (Studi Kasus Siswa Kelas X SMA Bina Bangsa Surabaya)

Analisis hasil Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Shalat Bahagia adalah peneliti akan menganalisis perilaku yang telah dilakukan konseli, yaitu dengan membandingkan perilaku sebelum dan sesudah dilakukannya proses Bimbingan dan Konseling Islam Menggunakan Terapi Shalat Bahagia dalam Menangani Remaja yang Kecanduan *Game Online Mobile Legend.*

Sebelum dilakukannya konseling, konseli menganggap bahwa bermain *game online* merupakan perilaku yang dapat memuaskan hasratnya, dapat menghilangkan rasa bosan dan jenuhnya. Namun setelah dilakukannya konseling, konseli merasa bahwa tidak hanya dengan bermain *game online* rasa bosan dan jenuhnya bisa dihilangkan, namun dengan membantu orang tua, melakukan kegiatan yang positif seperti bermain basket itu jauh lebih bermanfaat daripada terus bermain *game online.* Selain dari segi pikiran yang sudah sedikit ada perubahan, dari segi spiritualpun konseli sudah ada sedikit perubahan. Konseli lebih rajin dalam beribadah dan sering mendoakan untuk kebahagiaan orang tuanya. Kini konseli sudah mau menerima nasehat dari orang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

tuanya untuk sedikit demi sedikit meninggalkan kebiasaan buruknya yaitu bermain *game online.*

Berdasarkan analisis proses dan hasil konseling yang telah dilakukan di lapangan, Bimbingan dan Konseling Islam Menggunakan Terapi Shalat Bahagia mampu mengatasi kecanduan *game online* menjadi ke arah yang lebih positif. Meskipun pada awalnya konseli kurang menyukai akan terapi yang diberikan oleh konselor, namun dengan motivasi yang diberikan konselor dan fasilitator Terapi Shalat Bahagia akhirnya konseli bertekad untuk melakukan terapi dengan bersungguh-sungguh.

Untuk lebih jelas, konselor menyajikan data mengenai perilaku konseli dalam mengatasi rasa bosan dan kejenuhannya dengan bermian *Game Online* sebelum dan sesudah dilakukannya konseling dengan menggunakan Terapi Shalat Bahagia adalah sebagai berikut :

Tabel VI.2

Perbedaan perilaku dan pikiran konseli sebelum dan sesudah dilakukannya konseling dengan menggunakan Terapi Shalat Bahagia

NO	Sebelum konseling	Sesudah konseling
1	Konseli mengaku betah di dalam kamar hanya sekedar bermain *game online* saja karena bosan dan jenuh	Sudah mulai bekurang waktu dalam bermain *gamenya*. Konseli mengaku lebih memanfaatkan hari-harinya

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

	dengan kegiatan sehari-harinya yang dianggap tidak menyenangkan baginya. Konseli berpikir bahwa *game online* dapat menyalurkan imajinasinya.	dengan kegiatan yang positif seperti mengikuti extrakurikuler di sekolahnya yaitu dengan bermain basket.
2	Tidak mau membantu orang tua terutama ayahnya yang membuka toko. Ibu konseli mengaku bahwa konseli merupakan anak yang keras kepala dan pendiam. Konseli sering bertengkar dengan kakaknya karena masalah uang saku. Terkadang uang saku yang diberikan orang tuanya tidak cukup untuk membeli paket internet. Bukti bahwa konseli keras kepala yaitu konseli sering tidak mendengarkan bahkan membantah jika di nasehati oleh kedua orang tuanya.	Konseli sudah mau mendengarkan nasehat orang tuanya untuk tidak bermain *game online* terlalu sering. Dan kini konseli juga sudah mau membantu di toko ayahnya walaupun jarang. Dan sudah sedikit demi sedikit mau menabung uang sakunya untuk membeli paket internet tanpa harus bertengkar dengan kakaknya lagi.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

3	Dari pengakuan temannya, konseli sebenarnya anak yang rajin. Namun tak jarang juga konseli juga malas dengan mata pelajaran tertentu seperti Fisika dan Matematika. Konselipun sering mengajak temannya untuk bolos mata pelajaran dan lebih memilih ke kantin untuk bisa bermain gadget dan bermain game online. Konseli juga lebih terkesan cuek dengan orang sekelilingnya. Konseli sering bermain gadget di dalam kelas dan tidak mempedulikan guru menerangkan mata pelajaran	Lebih menghargai waktu. Kini konseli tak sesering dulu untuk pergi membolos karena tak sukanya konseli dengan mata pelajaran tertentu. Dan konseli juga sudah mengurangi bermain gadgetnya di dalam kelas dan sebisa mungkin untuk tidak bermain gadget ketika pelajaran berlangsung.
4	Dari pengakukan Ibu konseli, mengaku bahwa konseli masih sering bolong-bolong dalam melakukan ibadah.	Konseli sudah mau menjalankan ibadah dengan tepat waktu. Walaupun terkadang masih sering

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

	Konseli masih sering mengabaikan shalat fardhunya walaupun sudah sering diingatkan oleh kedua orang tuanya. Namun konseli masih tetap mengurung diri di kamar dengan bermain *game online.*	bermain *game online* selesai shalat, namun kini konseli sudah ada sedikit perubahan dalam ibadahnya.
5	Suka melupakan kewajibannya sebagai pelajar dan kewajiban sosialnya	Konseli menjadi lebih bertanggung jawab dengan kehidupan sosialnya. Walaupun masih sering bermain *game online*, namun konseli bermain *game online* ketika seluruh pekerjaan rumah dan sekolahnya telah ia selesaikan.

Berdasarkan analisis proses dan hasil konseling yang telah dilakukan di lapangan, Bimbingan Konseling Islam dengan menggunakan Terapi Shalat Bahagia mampu mengatasi remaja yang kecanduan akan *game online* menjadi ke arah yang positif. Pada dasarnya konseli memang bersedia untuk memperbaiki diri sehingga konseli dapat bersungguh-sungguh melakukan terapi dengan benar.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang telah dilakukan peneliti dilapangan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Proses pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam Menggunakan Terapi Shalat Bahagia dalam Menangani Remaja yang Kecanduan *Game Online Mobile Legend* (Studi Kasus Siswa Kelas X SMA Bina Bangsa Surabaya) dilakukan sesuai dengan langkah-langkah bimbingan konseling pada umumnya, yaitu : identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, terapi/treatment, dilanjutkan dengan evaluasi dan follow up untuk melihat perkembangan konseli. Proses pemberian terapi dilakukan melalui Terapi Shalat Bahagia kepada konseli guna mengubah mindset dan pola pikirnya agar konseli sadar bahwa bermain *game online* dapat merugikan diri sendiri bahkan orang lain. Tahap dari Terapi Shalat Bahagia yang dilakukan yakni : a.) Terapi Shalat Bahagia dengan lengkah-langkah yaitu Konselor yang diiringi dengan fasilitator terapi shalat bahagia memberikan penjelasan renungan kepada konseli tentang poin-poin terapi shalat bahagia Shalat bahagia dilakukan konselor bersama-sama dengan fasilitator, Melihat dan mengamati konselor yang melakukan terapi shalat bahagia secara individu, b.) Memberi

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

home work berupa amalan untuk lebih sering mengerjakan kegiatan positif terutama shalat, dzikir, dan beristighfar.

2. Hasil akhir pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam Menggunakan Terapi Shalat Bahagia dalam Menangani Remaja yang Kecanduan *Game Online Mobile Legend* (Studi Kasus Siswa Kelas X SMA Bina Bangsa Surabaya) adalah konseli mampu mengurangi lamanya waktu dalam bermain *game online.* Yang biasanya dilakukan kurang lebih 10 jam dalam sehari, kini konseli dapat menguranginya 8 jam dalam sehari. Meskipun perubahannya tidak terlalu jauh, namun setidaknya konseli sudah mau mendengar nasehat orang tuanya dan mau membantu di toko ayahnya. Selain itu, konseli juga sudah tidak sering membolos ke kantin atau ke kamar mandi untuk bermain *game online.* Di kelaspun konseli juga mulai fokus kepada mata pelajaran dan tidak bermain *gadget*nya. Kini konselipun mengikuti ekstrakurikuler basket di sekolahnya sebagai satu sarana untuk menghilangkan rasa jenuhnya selain bermain *gadget.*

B. SARAN

1. Bagi konselor, proses konseling tidak cukup dilakukan hanya dengan melihat perubahan yang terlihat sementara saja. Namun setidaknya juga harus dipantau dengan saling berkomunikasi baik melalui media ataupun bertemu secara langsung.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Bagi konseli, tetap semangat menjalankan perubahan yang lebih baik pada dirinya agar menjadi manusia yang bermanfaat bagi diri sendiri dan orang lain
3. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat mendalami permasalah dan mencari solusi lain jika menemui masalah tentang remaja yang kecanduan *game online.*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR PUSTAKA

Abdul Hayat, *Bimbingan Konseling Qur'ani Jilid II.* Yogyakarta: Pustaka Pesantren, 2007

Ainurrahim Faqih, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling Islam.* Yogyakarta: UII Press, 2000

Andi Prastowo, *Metode Penelitian Kualitatif Dalam Perspektif Rancangan Penelitian* Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2002

Aqila Smart, *Cara cerdas Mengatasi Anak Kecanduan Game*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2012

Arifin, *Pokok-pokok Pikiran Tentang Bimbingan Penyuluhan Agama*. Jakarta:Bulan Bintang, 1979

Burhan Bungin, *Metode Penelitian Sosial: Format-format Kuantitatif dan Kualitatif.* Surabaya:Universitas Airlangga, 2001

Departemen Agama RI, *Al-Qur"an dan Terjemahnya*. Jakarta: Departemen RI, 2006

Ema Hidayanti, *Konseling Islam Bagi Individu Penyakit Kronis,* Semarang: IAIN Walisongo, 2010

Emzir, *Metodologi Penelitian Kualitatif Analisis Data,* Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2010

Genio Fam, *Mencegah Anak Kecanduan Game.* Yogjakarta: Grafina Mediacipta, 2010

Hallen, *Bimbingan dan konseling.* Jakarta: Ciputat press, 2000

Hartono Boy Soedarmadji, *Psikologi Konseling.* Surabaya: Press UNIPA, 2006

Husaini Usman, *Metodologi Penelitian Sosial*. Jakarta: Bumi Aksara, 1996

John W. Santrock, *Perkembangan Anak Jilid 1*. Jakarta: Erlangga, 2007

Joko Subagyo, *Metode Penelitian dalan Teori dan Praktek.* Jakarta: Rineka Cipta, 2004

Kantini Kartono, *Pengantar Metodologi Riset Sosial,* Bandung: Madar Maju, 1996

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Khalid Umar, *"game online Mobil Legend Jungle Guide-Jungling Tips, Best Junglers, Monster Respawns, Bufft, How to Farm Jugle", SegmentNext.* Diakses tanggal 11 Juli 2017

Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif (edisi revisi).* Bandung: Remaja Rosdakarya, 2005

Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif.* Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2009

Moh. Ali Aziz, *60 menit Terapi Shalat Bahagia.* Surabaya: IAIN Sunan Ampel Press, 2013

Moh. Nazir, *Metode Penelitian.* Jakarta: Ghalia Indonesia, 1998

Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konselig Dalam Teori dan Praktik*, 2008

Nasution, *Metode Research Penelitian Ilmiah.* Jakarta: Bumi Aksara Suharsimi Arikunto. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan dan Praktek.* Jakarta: Rineka Cipta, 2013

Rosady Ruslan, *Metode Peletian Public Relations dan Komunikasi.* Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2010

Samsul Munir Amin, *Bimibingan dan Konseling Islam.* Jakarta; Sinar Grafika Offset, 2010

Sofyan S. Wilis, *Konseling individual,teori dan praktek*, Yogjakarta: Grafina Mediacipta, 1998

Sudarsono, *Kamus Konseling*, Jakarta: PT. Rineka Cipta, 1997

Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan. Pendekatan Kuantitaif, Kualitatif dan R & D* Bandung: Alfabeta, 2015

Suharsumi Arikunto, *Prosedur Penelitian. Jakarta: Rineka Cipta*, 1998

Thohari Mustamar, *Bimbingan dan Konseling Islam.* Yogyakarta: UII Press, 1996

Yusuf dan Nurihsan, *Bimbingan dan Konseling.* Bandung: Remaja Rosdakarya, 2008

https://www.kaskus.co.id/thread/mobile-legends/ (diakses pada tanggal 3 Maret 2018)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id