



**UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A**

**KONSELING ISLAM DENGAN TERAPI DZIKIR UNTUK  
MENGATASI KECANDUAN PORNOGRAFI PADA  
SEORANG REMAJA DI DESA KETIMANG**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel  
Surabaya, Guna Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh  
Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

**Oleh :**

**Yuni Kusumah Ningsih  
B93217112**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL  
SURABAYA  
2021**

## PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

*Bismillahirrohmanirrahim*

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama : Yuni Kusumah Ningsih  
NIM : B93217112  
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam  
Alamat : Ds. Ketimang RT.03 RW.01 Wonoayu, Sidoarjo

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa :

1. Skripsi ini tidak pernah dikumpulkam kepada lembaga pendidikan tinggi manapun untuk mendapatkan gelar akademik apapun
2. Skripsi ini adalah benar merupakan karya sendiri dan bukan hasil plagiasi atau karya orang lain
3. Apabila dikemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar dan ditemukan pelanggaran atas karya skripsi ini, saya bersedia menanggung segala konsekuensi hukum yang terjadi

Surabaya, 23 Januari 2021  
Yang menyatakan,



Yuni Kusumah Ningsih  
B93217112

## PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Nama : Yuni Kusumah Ningsih  
NIM : B93217112  
Program Studi : Bimbingan Dan Konseling Islam  
(BKI)  
Judul : **Konseling Islam dengan Terapi  
Dzikir untuk Mengatasi  
Kecanduan Pornografi Pada  
Seorang Remaja Di Desa  
Ketimang**

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui oleh dosen  
pembimbing untuk diujikan

Surabaya,  
Menyetujui  
Pembimbing,



**Dr. Hj. Ragwan Albaar, M. Fil.I**  
NIP.196303031992032002

## LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

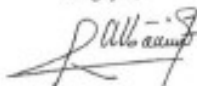
KONSELING ISLAM DENGAN TERAPI DZIKIR UNTUK MENGATASI KECANDUAN  
PORNOGRAFI PADA SEORANG REMAJA DI DESA KETIMANG

### SKRIPSI

Disusun Oleh  
Yuni Kusumah Ningsih  
B93217112

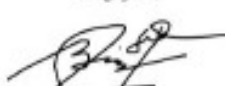
Telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata  
Satu pada Tanggal

Penguji I,



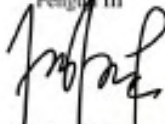
Dr. Hj. Ragwan Albuar, M. Fil.  
NIP.196303031992032002

Penguji II,



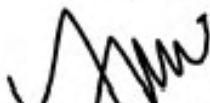
Drs. H. Abd. Baswid, MM  
NIP.196009011990031002

Penguji III



Mohamad Thohir, S. Pd.I., M.Pd.I.  
NIP.197905172009011007

Penguji IV,




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

Suarabaya, 8 Februari 2021

Dekan



  
Abdul Halim, M.Ag  
NIP. 196307251991031003



**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 : Yuni Kusumah Ningsih  
NIM : B93217112  
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Komunikasi / Bimbingan Konseling Islam  
E-mail address : yuniikusumah@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 :

Konseling Islam Dengan Terapi Dzikir Untuk Mengatasi Kecanduan Pornografi Pada Seorang Remaja Di Desa Ketimang

berserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif 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, 15 Oktober 2020

Penulis

(Yuni Kusumah Ningsih)

## ABSTRAK

Yuni Kusumah Ningsih (B93217112). Konseling Islam Dengan Terapi Dzikir Untuk Mengatasi Kecanduan Pornografi Pada Seorang Remaja Di Desa Ketimang

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui proses dari terapi dzikir untuk mengatasi kecanduan pornografi pada seorang remaja, serta mengetahui hasil akhir dari penerapan terapi dzikir untuk mengatasi kecanduan pornografi pada seorang remaja.

Dalam menjawab problema tersebut, peneliti menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Data penelitian diperoleh melalui observasi, wawancara dan dokumentasi, sedangkan teknik analisisnya deskriptif komparatif dengan cara membandingkan antara teori dengan data lapangan untuk proses konseling, hasilnya membandingkan perilaku konseli antara sebelum dan sesudah konseling

Penelitian ini menghasilkan data bahwa proses Konseling Islam Dengan Terapi Dzikir untuk mengatasi Kecanduan Pornografi pada seorang remaja melalui langkah identifikasi, diagnosis, prognosis, *treatment*, evaluasi dan follow up. Terapi Dzikir yang digunakan yaitu dzikir harian Imam Ghazali. Proses terapi dzikir ini yaitu dengan membaca dzikir harian minimal sebanyak 1000 kali setiap harinya dengan bacaan yang berbeda beda, yang dibimbing oleh konselor. Hasil proses konseling terdapat perubahan yaitu konseli mampu mengontrol dirinya, pikirannya dan sudah mulai terbuka dengan orang terdekatnya, selain itu rasa gelisah dan rasa bersalah nya sudah mulai berkurang seiring berjalannya waktu dengan kebiasaan menerapkan dzikir harian tersebut.

Kata kunci : Konseling Islam, Terapi Dzikir, Kecanduan Pornografi

## DAFTAR ISI

PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI .....	i
LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI... <b>Error! Bookmark not defined.</b>	
Motto .....	ii
PERSEMBAHAN.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA .....	iv
ABSTRAK.....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Tujuan Penelitian .....	7
C. Manfaat Penelitian .....	8
1. Teoritis .....	8
2. Praktis.....	8
D. Defnisi Konsep .....	9
1. Konseling Islam.....	9
2. Terapi Dzikir .....	9
3. Kecanduan Pornografi.....	11
E. Sistematika Pembahasan.....	13

BAB II KAJIAN TEORITIK .....	15
A. Kerangka Teoritik .....	15
1. Konseling Islam.....	15
2. Terapi Dzikir .....	19
3. Kecanduan Pornografi.....	27
4. Konseling Islam Dengan Terapi Dzikir Untuk Mengatasi Kecanduan Pornografi .....	30
B. Penelitian Terdahulu yang Relevan .....	32
BAB III METODE PENELITIAN.....	35
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian .....	35
B. Lokasi Penelitian.....	37
C. Jenis dan Sumber Data.....	37
D. Tahap – tahap Penelitian.....	39
E. Teknik Pengumpulan Data.....	41
F. Teknik Validitas Data .....	43
G. Teknik Analisis Data.....	45
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN .....	46
A. Gambaran Umum Subyek Penelitian.....	46
a. Deskripsi Konselor .....	49
b. Deskripsi Konseli .....	51
c. Deskripsi Masalah.....	55
B. Penyajian Data .....	57
1. Deskripsi proses Konseling Islam dengan Terapi Dzikir untuk Mengatasi Kecanduan Pornografi Pada Seorang Remaja Di Desa Ketimang .....	57



2. Deskripsi hasil dari proses Konseling Islam dengan Terapi Dzikir untuk Mengatasi Kecanduan Pornografi Pada Seorang Remaja Di Desa Ketimang .....	78
C. Pembahasan Hasil Penelitian (Analisis Data).....	80
1. Perspektif Teoritis .....	80
2. Perspektif Keislaman.....	85
BAB V .....	88
PENUTUP .....	88
A. Kesimpulan .....	88
B. Saran .....	89
C. Keterbatasan penelitian.....	91
DAFTAR PUSTAKA .....	92
LAMPIRAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

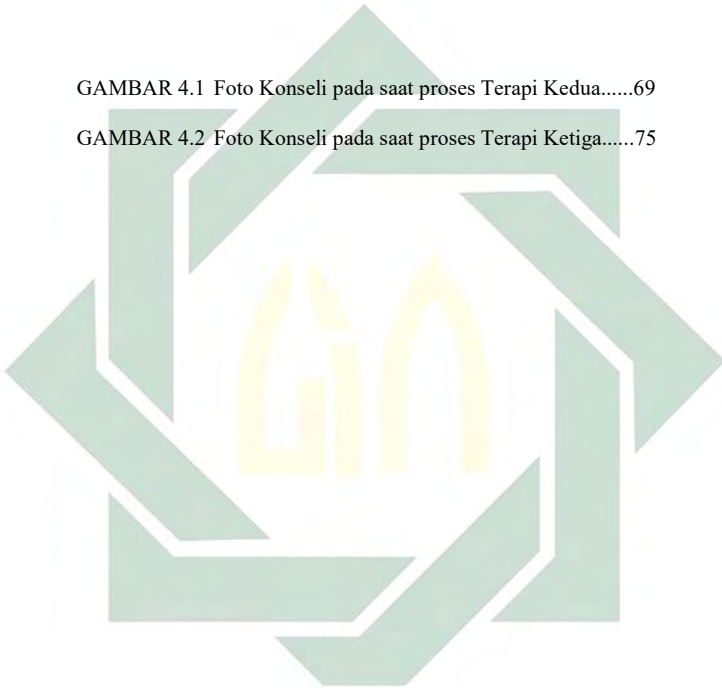
## DAFTAR TABEL

TABEL 4.1	Karakteristik Topografi Kabupaten Sidoarjo.....	47
TABEL 4.2	Batas – batas wilayah Kota Sidoarjo.....	48
TABEL 4.3	Batas – batas wilayah Desa Ketimang.....	49
TABEL 4.4	Kondisi konseli sebelum mendapat Bimbingan dan Konseling Islam.....	57
TABEL 4.5	Bacaan Lafadz Dzikir Harian.....	70
TABEL 4.6	Kondisi konseli setelah mendapat Bimbingan dan Konseling Islam.....	80
TABEL 4.7	Perbandingan data Teori dan data lapangan.....	81
TABEL 4.8	Perbandingan kondisi konseli sebelum dan sesudah diberi Bimbingan dan Konseling Islam.....	85

## DAFTAR GAMBAR

GAMBAR 4.1 Foto Konseli pada saat proses Terapi Kedua.....69

GAMBAR 4.2 Foto Konseli pada saat proses Terapi Ketiga.....75



# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Remaja adalah suatu fase yang harus dilalui oleh manusia sebagai individu. Pada usia remaja ini seringkali mengalami krisis diri dan permasalahan yang kompleks dalam dirinya. Perubahan emosional, kognitif, psikis dan fisik seringkali menjadi gejala setiap perkembangan dirinya, salah satu perubahan yang tidak bisa dihindari yaitu adanya rasa keingintahuan yang tinggi terhadap hal-hal yang menimpa dirinya termasuk masalah yang berhubungan dengan seksualitas. Perkembangan zaman dan teknologi saat ini membuat semakin mudahnya mengakses konten atau hal-hal yang berhubungan dengan pornografi sehingga banyak pula remaja yang menikmati hal ini dan berubah menjadi candu. Hal inilah yang membuat perilaku remaja menjadi menyimpang dan tidak dapat dihindarkan lagi.

Banyak orang yang mengabaikan dampak dari pornografi ini, padahal efek negatifnya jauh lebih besar daripada narkoba dalam hal merusak otak.<sup>2</sup> Hal lain yaitu bahwa pecandu pornografi sulit dideteksi daripada pecandu narkoba. Kesenangan

---

<sup>2</sup>Diana Imawati dan Meyritha Trifina Sari. "Studi Kasus Kecanduan Pornografi Pada Remaja" *Jurnal Psikologi*, vol. 1, no 2, 2018, 57

dalam mudahnya mengakses hal hal berbau pornografi ini membuat mereka menjadi ketagihan, selain karena rasa penasaran dan ingin tahu mereka juga merasakan sensasi saat mengakses konten tentang pornografi. Pada awalnya pornografi dalam jangka pendek mampu mengurangi tingkat ansietas karena kebutuhan seksualnya terpenuhi, namun ketika sudah berubah menjadi kecanduan akan berdampak pada kesehatan mental.<sup>3</sup>

Menurut Wirjono Prodjodikoro “jika ada unsur penyiaran beberapa foto dan tulisan yang bisa membangkitkan nafsu birahi pembaca dalam majalah, termasuk ke dalam ruang lingkup perbuatan pornografi.”<sup>4</sup> Sedangkan menurut Muhammad Said “pornografi memiliki makna yaitu segala apa saja yang dengan sengaja disajikan dengan maksud untuk merangsang nafsu seksual orang banyak.”<sup>5</sup> Abu Al-Ghifari juga turut berpendapat mengenai pengertian pornografi , yaitu “tulisan, gambar, lukisan, tayangan audiovisual, pembicaraan, dan gerakan-gerakan tubuh yang membuka tubuh secara vulgar yang semata-mata ditujukan untuk menarik perhatian

---

<sup>3</sup>Mariyati, Novy Daulima dan Mustikasari, “Terapi Kognitif Perilaku Dan Terapi Kelompok Swabantu Untuk Menangani Ansietas Remaja Dengan Kecanduan Pornografi” *Proceeding Unissula Nursing Conference*, 124

<sup>4</sup>Asrini Hanifah, “Pengaturan Penegakan Hukum Terhadap Pornografi di Internet (Cyberporn) sebagai Kejahatan Mayantara” *skripsi Universitas Sebelas Maret*, 2009

<sup>5</sup>Badiatul Muchlisin Asti, *Remaja Dirantai Birahi ( Kupas Tuntas Pornografi dalam Perspektif Islam)*, (Bandung : Pustaka Ulumudin, 2004), 42.

lawan jenis.”<sup>6</sup> Secara literasi, definisi dari pornografi yaitu penggambaran tingkah laku secara erotis dengan lukisan atau tulisan untuk membangkitkan nafsu birahi ; bahan bacaan yang dengan sengaja dan semata-mata dirancang untuk membangkitkan nafsu birahi dalam seks.<sup>7</sup> Dari berbagai pendapat mengenai pengertian pornografi diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa pornografi adalah merupakan segala hal hal yang berhubungan dengan seksualitas sehingga dapat membangkitkan nafsu birahi seseorang.

Dalam perspektif islam juga memandang bahwa kecanduan pornografi ini sangat berbahaya, dapat menyebabkan penyakit mental dan juga lemahnya iman dalam diri seseorang. Sebenarnya Islam telah secara jelas melarang pornografi dan pornoaksi, membicarakan pornografi dan pornoaksi berarti mencakup pembahasan mengenai aurat, terutama aurat wanita yang selama ini menjadi objek dalam pornografi. Di dalam islam telah ditentukan batasan aurat wanita yaitu seluruh tubuhnya kecuali wajah dan telapak tangan. Islam adalah agama yang diturunkan oleh Allah SWT, di dalam nya tentu mengajarkan segala bentuk kebaikan, Islam agama yang *rahmatan lil ‘alamin* yang artinya memberikan banyak solusi untuk menghadapi berbagai masalah pikiran dan kejiwaan, salah satunya yaitu dengan

---

<sup>6</sup>Abu Al-Ghifari, *Gelombang Kejahatan Seks Remaja*, (Bandung : Mujahid, 2002), 30

<sup>7</sup>Mustika, *Pornografi di Internet, Larangan Al-Qur’an dan Potensi Kerusakan Otak*, diakses pada 26 agustus 2020 dari [www.islami.co.id/pornografi-di-internet](http://www.islami.co.id/pornografi-di-internet)

dzikir. Dzikir merupakan suatu upaya untuk mengingat Allah SWT yang dilakukan dengan baik secara lisan maupun hati dan bertujuan menyucikan Allah SWT, memuji kebesaran dan keagungan serta kesempurnaan-Nya.<sup>8</sup>

Dzikir kepada Allah SWT merupakan solusi yang ampuh untuk semua masalah hati. Keutamaan dzikir ini memang telah dijanjikan sendiri oleh Allah SWT. Nabi Muhammad SAW bahkan menyebutnya sebagai obat. Dr. Karzon seorang ahli psikolog islam juga mengatakan bahwa “diantara pengaruh dari dzikir, doa dan tilawah al-qur’an yang sangat besar yaitu sebagai terapi jiwa dari berbagai macam penyakit”.<sup>9</sup> Dalam hal ini dzikir juga dapat dijadikan sebagai terapi yang ampuh untuk mengatasi segala permasalahan hati manusia, sebab dengan berdzikir, hati menjadi lebih kuat dan bersih dari segala hal negatif. Setiap orang yang beriman kepada Allah SWT wajib meyakini, bahwa sumber ketenangan jiwa dan ketentraman hati yang hakiki adalah dengan berzikir kepada Allah SWT, membaca al-Qur’an, berdoa kepada-Nya dengan menyebut nama-nama-Nya yang maha Indah, serta mengamalkan ketaatan kepada-Nya. Allah *Subhanahu wa Ta’ala* berfirman,

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

---

<sup>8</sup>M. Fauzi Rachman, *50 Ibadah Ringan Berpahala Besar*, (Bandung : Mizan Pustaka, 2013), 145

<sup>9</sup>Karzon, *Tazkiyatun Nafs Gelombang Energi Penyucian Jiwa Menurut Al-Qu’an dan Assunnah di Atas Manhaj Salafus Shalih* (Jakarta : Akbar Media, 2007), 12

*“Orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan berzikir (mengingat) Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram”*.<sup>10</sup>

Dalam surah tersebut jelas terlihat bahwa dengan mengingat Allah (berdzikir) mampu membuat hati menjadi tenang. Sebab jika seseorang yang sudah kecanduan dalam hal negatif termasuk pornografi tentu dia akan merasa takut akan dosanya dan merasa iman dalam dirinya melemah karena telah melakukan hal yang dilarang oleh Allah SWT. Rajin membaca Al-qur'an dan berzikir dengan khusyuk, dapat menyembuhkan penyakit hati. Penyakit yang tidak tersentuh secara fisik itu hanya dapat diobati dengan terus menyucikan hati dan berserah diri.<sup>11</sup>

Sesuai dengan problema yang dialami oleh konseli sebagai remaja yang saat ini merasa kecanduan pornografi, dimana dirinya merasakan gelisah yang hebat tatkala setelah menonton video berbau pornografi, tetapi dirinya tidak mampu mengontrol untuk tidak melihat video tersebut. Konseli juga merasa untuk selalu tergoda melihat video video tersebut berulang kali, tetapi hal yang sama selalu terjadi setelah melihat video pornografi tersebut, konseli merasa gelisah sebab dia tau bahwa

---

<sup>10</sup>Al-Qur'an, *Ar-Ra'd* : 28

<sup>11</sup>Puput Mutiara, *Dzikir Sembuhkan penyakit Hati*, diakses pada 26 agustus 2020 dari [www.mediaindonesia.com-dzikir-semuhkan-penyakit-hati](http://www.mediaindonesia.com-dzikir-semuhkan-penyakit-hati)



hal tersebut salah dan membuat dirinya menjadi merasa berdosa. Perasaan bersalah dan berdosa inilah yang dirasakan oleh konseli dan oleh karena itu peneliti berniat untuk membantu konseli agar mampu menghilangkan hal negatif tersebut dengan konseling islami. Peneliti memberikan konseling islami dengan maksud untuk mengetahui awal mula konseli menjadi kecanduan dan juga memberikan bimbingan agar konseli mampu mengurangi kebiasaan buruknya tersebut dan dapat melakukan hal hal lain yang jauh lebih bermanfaat. Jadi peneliti akan berfokus untuk memperbaiki kegelisahan hatinya sebab konseli merasa berdosa dan gelisah akibat menonton video pornografi, oleh karena itu berdasarkan fenomena tersebut peneliti tertarik untuk menerapkan konseling islami dengan dzikir ini sebagai terapi untuk menguatkan hati agar tidak sampai termakan nafsu dan juga mampu mengurangi kegelisahan yang dirasakan sehingga konseli mampu mengontrol dirinya dengan mengingat Allah SWT.

Dalam mengatasi kecanduan pornografi yang mengakibatkan konseli menjadi gelisah dan merasa berdosa menggunakan konseling islami dengan terapi dzikir dianggap sesuai dan berpengaruh terhadap diri individu. Seperti yang telah dilakukan oleh beberapa peneliti terdahulu. Pada penelitian terdahulu usaha untuk mengurangi permasalahan pada siswa yang kecanduan menonton video porno menggunakan metode bimbingan dan konseling yang mana dilakukan dengan kerjasama antara guru dan orangtua. Hal ini dapat membantu siswa menjadi

lebih berhati hati dan mampu mengontrol segala sesuatu yang negatif agar tidak sampai merusak dirinya.<sup>12</sup>

Maka dengan hasil temuan diatas, penelitian ini akan peneliti beri judul **“Konseling Islam Dengan Terapi Dzikir Untuk Mengatasi Kecanduan Pornografi Pada Seorang Remaja Di Desa Ketimang”**

#### **A. Rumusan Masalah**

Dalam penelitian ini, ada beberapa rumusan masalah sebagai berikut :

1. Bagaimana proses konseling islam dengan terapi dzikir untuk mengatasi kecanduan pornografi pada seorang remaja di desa Ketimang?
2. Bagaimana hasil proses konseling islam dengan terapi dzikir untuk mengatasi kecanduan pornografi pada seorang remaja di Desa Ketimang?

#### **B. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian dalam hal ini untuk :

1. Mengetahui proses proses konseling islam dengan terapi dzikir untuk mengatasi

---

<sup>12</sup> Hotnarida Witasari, “Kerjasama Guru Bimbingan dan Konseling dengan Orangtua dalam Pengentasan Masalah Siswa Menonton Video Porno” *Jurnal Konseling dan Pendidikan. Universitas Negeri Padang*, 2013

- kecanduan pornografi pada seorang remaja di Desa Ketimang.
2. Mengetahui hasil proses konseling islam dengan terapi dzikir untuk mengatasi kecanduan pornografi pada seorang remaja di Desa Ketimang.

### **C. Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian dalam pembahasan ini adalah :

#### **1. Teoritis**

Secara teoritis, gambaran dari penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi kepentingan ilmu pengetahuan, khususnya di dunia Bimbingan dan Konseling. Penelitian ini juga diharapkan dapat memperkaya literatur ilmiah dalam bidang Bimbingan dan Konseling Islam, sehingga hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan penunjang penelitian lebih lanjut.

#### **2. Praktis**

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi penulis untuk menambah wawasan dan pengalaman langsung tentang cara menerapkan terapi dzikir untuk mengurangi kecanduan. Sedangkan bagi konseli, hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan

dan pembelajaran agar mampu memahami dirinya dan dapat menerapkan nilai-nilai agama yang ada dalam dirinya.

## **D. Definisi Konsep**

### **1. Konseling Islam**

Konseling islami adalah proses pemberian bantuan terhadap individu, agar menyadari kembali akan eksistensinya sebagai makhluk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat.<sup>13</sup> Selain itu konseling islam ini juga diberikan kepada individu atau kelompok guna untuk memfungsikan nilai-nilai agama pada dirinya, melalui kesadaran atau potensi dirinya.

### **2. Terapi Dzikir**

Therapy (dalam bahasa Inggris) bermakna pengobatan dan penyembuhan, dalam bahasa Arab Terapi sepadan dengan “al-istisyfa” yang berasal dari kata “syafayasyfi-syifa” yang memiliki arti menyembuhkan. Terapi juga dapat diartikan sebagai upaya sistematis dan terencana dalam menanggulangi masalah-masalah yang dihadapi oleh konseli dengan tujuan

---

<sup>13</sup>Tohari Mansur, *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami* (Jakarta : UII Press, 1992), 5

mengembalikan, memelihara dan mengembangkan kondisi konseli agar pikiran dan hatinya berada dalam kondisi dan posisi yang proposional.<sup>14</sup>

Sedangkan dzikir ditinjau dari segi bahasa adalah mengingat, sedangkan dzikir secara istilah adalah membasahi lidah dengan ucapan-ucapan pujian kepada Allah.<sup>15</sup> Dzikir dalam artian luas adalah kesadaran tentang kehadiran Allah SWT. dimana dan kapan saja, serta kesadaran akan kebersamaan-Nya dengan makhluk ; kebersamaan dalam arti pengetahuan-Nya terhadap apapun di alam ini.<sup>16</sup> Zikir juga sebagai pendorong utama melaksanakan tuntunan-Nya dan menjauhi larangan-Nya.

Sehingga berdasarkan pengertian dari terapi dan dzikir dapat ditarik makna bahwa terapi dzikir adalah sebuah aplikasi klinis islami yang ditujukan untuk mengurangi trauma psikologis, kecemasan, kecanduan.<sup>17</sup> Dengan kata lain terapi dzikir didefinisikan sebagai upaya membantu seseorang untuk mengatasi masalah psikologisnya dengan

---

<sup>14</sup>M. Solihin, *Terapi Sufistik*, (Bandung : Pustaka setia, 204), 32-33

<sup>15</sup>Ismail Nawawi, *Risalah Pembersih Jiwa : Terapi Perilaku Lahir & Batin Dalam Perspektif Tasawuf*, (Surabaya : Karya Agung Surabaya, 2008), 244.

<sup>16</sup>M. Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur'an tentang Zikir dan Doa*, (Tangerang : Lentera Hati, 2018), 7

<sup>17</sup>Cut Intan Zuhra, *Zikir sebagai Psikoterapi*, 2017, diakses pada 28 agustus 2020 dari <https://aceh-tribunnews.com/2017/06/09/zikir-sebagai-psikoterapi>

mengingat Allah SWT. Dengan sungguh-sungguh dari dalam hatinya.

### 3. Kecanduan Pornografi

Kecanduan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) berasal dari kata *candu* yang berarti sesuatu yang menjadi kegemaran dan membuat orang ketagihan, maka kecanduan adalah ketagihan, ketergantungan atau kejangkitan pada suatu kegemaran sehingga melupakan hal yang lain-lain. Menurut Thakkar “kecanduan merupakan suatu kondisi medis dan psikiatris yang ditandai oleh penggunaan berlebihan terhadap suatu zat yang jika digunakan secara terus menerus dapat memberikan dampak negatif dalam kehidupan penggunaannya.”<sup>18</sup>

Sedangkan pornografi memiliki makna sebagai perilaku seksualitas manusia secara terbuka dengan tujuan untuk membangkitkan nafsu birahi. Pornografi berbeda dari erotika. Dapat dikatakan, pornografi adalah bentuk vulgar dari erotika. Erotika sendiri yaitu penjabaran fisik dari konsep-konsep erotisme.<sup>19</sup> Sedangkan menurut Muhammad Said “pornografi

---

<sup>18</sup>Thakkar, *Addiction*, (Newyork : Infobase Publishing, 2006)

<sup>19</sup> Wikipedia , Pornografi, diakses pada 26 agustus 2020 dari <https://id.wikipedia.org/wiki/Pornografi>

memiliki makna segala apa saja yang dengan sengaja disajikan dengan maksud untuk merangsang nafsu seks orang banyak”.<sup>20</sup> Abu Al-Ghifari juga turut berpendapat mengenai pengertian pornografi , yaitu “tulisan, gambar, lukisan, tayangan audiovisual, pembicaraan, dan gerakan-gerakan tubuh yang membuka tubuh secara vulgar yang semata-mata untuk menarik perhatian lawan jenis.”<sup>21</sup> Secara literasi, definisi dari pornografi menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia yaitu penggambaran tingkah laku secara erotis dengan lukisan atau tulisan untuk membangkitkan nafsu birahi ; bahan bacaan yang dengan sengaja dan semata-mata dirancang untuk membangkitkan nafsu birahi dalam seks.<sup>22</sup>

Dari uraian diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa kecanduan pornografi yaitu ketagihan atau ketergantungan terhadap segala tulisan, lukisan, gambar, atau audiovisual yang menggambarkan tingkah laku erotis guna untuk membangkitkan nafsu birahi dan memuaskan kehendaknya.

---

<sup>20</sup>Badiatul Muchlisin Asti, *Remaja Dirantai Birahi (Kupas Tuntas Pornografi dalam Perspektif Islam)*, (Bandung : Pustaka Ulumudin, 2004), 42

<sup>21</sup>Abu Al-Ghifari, *Gelombang Kejahatan Seks Remaja*, (Bandung : Mujahid, 2002), 30

<sup>22</sup>Mustika, *Pornografi di Internet, Larangan Al-Qur'an dan Potensi Kerusakan Otak*, diakses pada 26 agustus 2020 dari [www.islami.co.id-pornografi-di-internet](http://www.islami.co.id-pornografi-di-internet)

## **E. Sistematika Pembahasan**

### **BAB I Pendahuluan**

Dalam bab pendahuluan, peneliti memberikan gambaran tentang latar belakang masalah yang akan diteliti, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, definisi konsep, dan sistematika pembahasan.

### **BAB II Kajian Teori .**

Dalam bab ini peneliti menjelaskan tentang Konseling Islami dengan terapi dzikir untuk mengurangi kecanduan pornografi yang pembahasannya meliputi konseling islami dengan terapi dzikir, pembahasan mengenai kecanduan ornofrafi, hubungan antar keduanya, dan penelitian terdahulu yang relevan.

### **BAB III Metodologi Penelitian**

Bab ini menjelaskan tentang metode-metode, pendekatan dan jenis penelitian, lokasi penelitian, tahap-tahap penelitian, jenis data, sumber data, teknik pengumpulan data, teknik validitas, dan teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini.

### **BAB IV Penyajian dan Analisis Data**

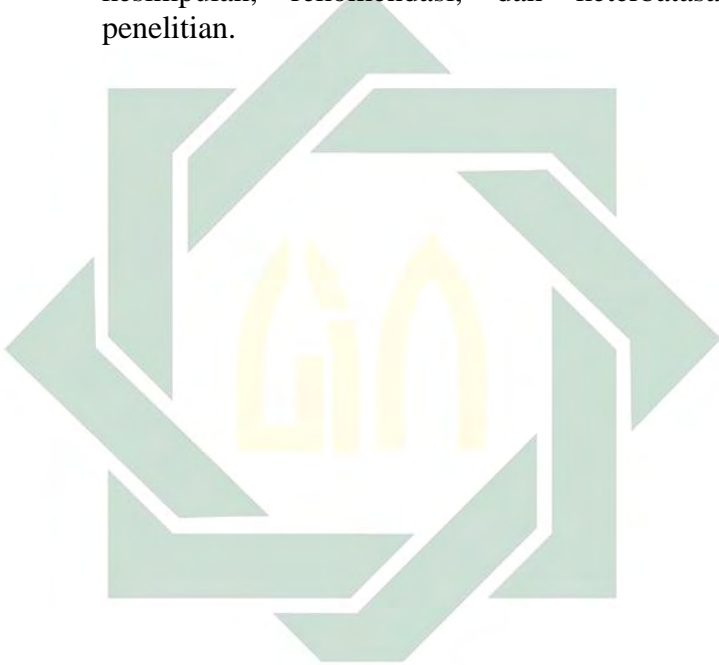
Pada bab ini peneliti memberikan gambaran umum mengenai subyek penelitian, data-data yang diperoleh, baik data primer, maupun data sekunder. Penyajian data dibuat secara tertulis dan dapat juga disertakan gambar, tabel, atau bagan yang mendukung data, kemudian deskripsi proses konseling islami dengan terapi dzikir dan deskripsi hasil konseling. Selanjutnya peneliti menjelaskan tentang pembahasan mengenai hasil



analisis data penelitian, yakni proses dan hasil konseling melalui perspektif teori dan perspektif islam.

### **BAB V Penutup**

Dalam bab penutup peneliti menjelaskan tentang kesimpulan, rekomendasi, dan keterbatasan penelitian.



## BAB II

### KAJIAN TEORITIK

#### A. Kerangka Teoritik

##### 1. Konseling Islam

###### a. Definisi konseling islam

Konseling islami adalah suatu proses pemberian bantuan terhadap individu, agar menyadari kembali akan eksistensinya sebagai makhluk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia maupun di akhirat.<sup>23</sup> Selain itu konseling islam ini juga diberikan kepada individu atau kelompok guna untuk memfungsikan nilai-nilai agama yang ada pada dirinya, melalui kesadaran atau potensi dirinya. Adapun pengertian konseling islami menurut beberapa tokoh ialah, sebagai berikut :

- 1) Menurut pendapat Yusuf dan Nurihsan bahwa konseling islami adalah proses motivasional kepada individu agar memiliki kesadaran untuk “come back to religion”, sebab agama akan memberikan pencerahan

---

<sup>23</sup>Tohari Mansur, *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami* (Jakarta : UII Press, 1992), 5

terhadap pola sikap, pola pikir, dan perilakunya ke arah kehidupan personal dan sosial yang jauh lebih baik.<sup>24</sup>

- 2) Musnamar juga berpendapat bahwa konseling islam adalah proses eksistensinya sebagai makhluk Allah SWT yang seharusnya hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk yang telah diberikan Allah SWT sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia maupun di akhirat.<sup>25</sup>
- 3) Sutoyo memberikan pendapatnya , konseling islami adalah suatu upaya membantu individu untuk belajar mengembangkan fitrahnya dan atau kembali kepada fitrah, dengan cara memberdayakan iman, akal, serta kemauan yang dikaruniakan oleh Allah SWT kepada dirinya.<sup>26</sup>

Dari beberapa pendapat diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa konseling islam yaitu merupakan proses pemberian bantuan kepada individu agar dirinya dapat mengembangkan fitrahnya

---

<sup>24</sup>Syamsu Yusuf dan Juntika Nurihsan, *Landasan Bimbingan dan Konseling* (Bandung : Remaja Rosdakarya, 2008), 71

<sup>25</sup>Thohari Musnamar, *Dasar – Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami* (Yogyakarta : UII Press, 1992), 5

<sup>26</sup>Anwar Sutoyo, *Bimbingan dan Konseling Islami (Teori &Praktik)*, (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2013), 22

untuk menghadapi permasalahannya sesuai dengan tuntunan ajaran Islam.

b. Tujuan Konseling Islami

Tujuan dari konseling islami yaitu sifatnya hanya memberikan bantuan saja, sedangkan segala tanggung jawab penyelesaian masalah ada pada diri masing-masing individu yang bersangkutan. Tetapi secara garis besar, tujuan dari konseling islami ini yaitu guna mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya dan sesuai fitrahnya agar mampu mencapai kebahagiaan hidup di dunia maupun di akhirat. Sedangkan tujuan khususnya yaitu mengantarkan individu untuk dapat mengenal, mencintai, dan menemukan esensi diri dan citra diri serta zat yang Maha Suci yaitu Allah SWT.<sup>27</sup>

c. Metode Konseling Islam

Metode dapat diartikan sebagai cara-cara atau langkah-langkah yang akan digunakan dalam menyampaikan suatu gagasan atau pemikiran yang telah disusun secara sistematis. Adapun beberapa metode dalam konseling islam yakni sebagai berikut :

1) Melakukan pertobatan

Secara bahasa taubat dapat diartikan sebagai kembali. Dalam hal

---

<sup>27</sup>Hamdani Bakran, *Konseling dan Psikoterapi Islam* (Yogyakarta : Fajar Pustaka Baru, 2006), 228.

ini kembali ke jalan yang benar dan diridhoi Allah SWT.<sup>28</sup> Taubat juga bisa diartikan sebagai upaya meminta ampun kepada Tuhan akan segala dosa secara sungguh-sungguh dengan berjanji untuk meninggalkan segala sesuatu perbuatan dosa yang dilakukan.

### 2) Mandi terapi

Mandi terapi disini dapat menguatkan, menentramkan, dan menyatukan hati yang berantakan, gelisah, tidak tenang, serta dapat menyembuhkan berbagai gangguan kejiwaan. Mandi terapi dimaksudkan untuk mengendurkan atau mengurangi segala ketegangan otot serta urat syaraf dan juga akan memberikan kejernihan dalam pikiran.

### 3) Dzikir

Secara esensi, zikir memiliki makna sebagai solusi kejiwaan dan menentramkan hati yang galau dan takut juga menguatkan bagi hati yang lemah, sebab ketika seseorang mengingat Tuhannya maka jiwa akan menjadi tenang dan tentram.<sup>29</sup> Dzikir

---

<sup>28</sup>Mimunah Hasan, *Al-Qur'an dan Pengobatan Jiwa*, (Yogyakarta : Bintang Cemerlang, 2001), 4

<sup>29</sup>Abu Bakar Atjeh, *Pengantar Ilmu Tarekat* (Solo : Ramdani, 1993), 276

dapat mengembalikan kesadaran seseorang yang telah hilang, karena aktivitas zikir itu mendorong seseorang untuk mengingat, menyebut, dan mereduksi kembali hal-hal yang tersembunyi dalam hatinya. Selain itu zikir juga mampu mengingatkan seseorang bahwa hanya Allah SWT yang mampu membuat dan menyembuhkan penyakit, dan zikir ini juga mampu memberi sugesti penyembuhannya.<sup>30</sup>

## 2. Terapi Dzikir

### a. Definisi Dzikir

Dzikir berasal dari bahasa Arab, yaitu berasal dari kata *dzakara*, *yadzakuru*, *dzikran* yang memiliki arti sebut dan ingat. Menurut Al-qur'an dan Sunnah, dzikir bisa diartikan sebagai segala macam bentuk mengingat Allah, menyebut nama-nama Allah, baik dengan cara membaca tahlil, tasbih, tahmid, takbir, asmaul husna, maupun membaca doa-doa lain yang mat'sur dari

---

<sup>30</sup>Afif Ansori, *Dzikir demi Kedamaian Jiwa* ( Yogyakarta : Pustaka pelajar, 2003), 78

Rasulullah SAW.<sup>31</sup> Sedangkan istilah terapi berkaitan dengan serangkaian upaya yang dirancang untuk menolong atau membantu orang. Jadi, terapi dzikir adalah serangkaian upaya yang dirancang untuk membantu atau menolong orang dengan cara mengingat Allah SWT atau menyebut nama Allah SWT.

Salah satu bentuk usaha untuk mendekati diri kepada Allah SWT adalah melalui berdzikir. Dzikir juga memiliki daya relaksasi yang dapat mengurangi kecemasan dan mendatangkan ketenangan jiwa. Setiap bacaan dzikir mengandung makna yang sangat dalam, hal tersebut dapat mencegah timbulnya stres. Bacaan yang pertama yaitu *Lailahailallah* memiliki arti tiada Tuhan yang pantas disembah kecuali Allah SWT, hal ini memiliki makna adanya pengakuan bertuhan hanya kepada Allah dalam sebuah keyakinan. Individu yang memiliki kemampuan spiritualitas yang tinggi memiliki keyakinan yang kuat akan Tuhannya. Keyakinan ini menimbulkan kontrol yang kuat, dapat memaknai dan menerima setiap peristiwa yang tidak menyenangkan dan merubahnya kepada

---

<sup>31</sup> Triantoro Safaria dan Nofrans Eka Saputra, *Manajemen Emosi: Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif dalam Hidup Anda*..... 235

hal yang lebih positif serta yakin bahwa setiap peristiwa yang terjadi di alam semesta sudah ada yang mengatur. Dengan begitu individu dapat mengurangi kecemasan, mengatasi masalah kesehatan dan meningkatkan kekuatan mentalnya dengan cepat.<sup>32</sup>

Bacaan *Allahu Akbar*, di mana sungguh besarnya kekuasaan Allah, besar kekayaan Allah, besar ciptaan Allah, sehingga menimbulkan sikap yang optimis. Sikap optimisme ini adalah sumber energi baru untuk meningkatkan semangat hidup dan menghapus keputusasaan ketika seseorang dihadapkan dengan keadaan atau persoalan yang mengganggu jiwanya, seperti rasa sakit, kegagalan, depresi, dan gangguan psikologis lainnya.<sup>33</sup>

b. Manfaat Dzikir

- 1) Mengusir, menangkal, dan menghancurkan setan.
- 2) Menghilangkan segala kerisauan dan gelisahan serta dapat

---

<sup>32</sup> Widuri Nur Anggraeni, Pengaruh Terapi Relaksasi Zikir untuk Menurunkan Stres pada Penderita Hipertensi Esensial, *Jurnal Intervensi Psikologi*, Vol 6 No. 1, 2014, 86-87

<sup>33</sup> Widuri Nur Anggraeni, Pengaruh Terapi Relaksasi Zikir untuk Menurunkan Stres pada Penderita Hipertensi Esensial, *Jurnal Intervensi Psikologi*, Vol 6 No. 1, 2014, 87



mendatangkan kegembiraan dan kesenangan.

- 3) Melenyapkan segala keburukan.
- 4) Memperkuat kalbu dan badan.
- 5) Memperbaiki apa yang tersembunyi dan yang terlihat.
- 6) Mempermudah datangnya rezeki.
- 7) Mendatangkan wibawa dan ketenangan.
- 8) Mengilhamkan kebenaran dan memunculkan sikap istiqomah dalam setiap urusan.
- 9) Memunculkan sikap *muraqabah* (merasa diawasi Allah) yang mengantarkan pada kondisi ihsan.
- 10) Memunculkan keinginan untuk kembali pada Allah SWT.
- 11) Membuka pintu makrifat dalam kalbu.
- 12) Menjadi lampu penerang bagi pikiran yang memberi petunjuk dalam kegelapan.
- 13) Menghapus dosa dan kesalahan. Setiap amal kebaikan akan menghapus kesalahan.
- 14) Apabila kelalaian adalah merupakan penyakit, maka zikir adalah sebagai obat baginya.

15) Menambah penghormatan dan rasa takut kepada Allah SWT.<sup>34</sup>

c. Keutamaan Dzikir

Berdzikir kepada Allah adalah ibadah sunnah yang sangat mulia dan utama. Dzikir adalah peringkat doa yang paling tinggi, yang mana di dalamnya tersimpan berbagai keutamaan dan manfaat yang besar bagi kehidupan kita. Bahkan kualitas diri kita di hadapan Allah sangat dipengaruhi oleh kuantitas dan kualitas dzikir kita kepada-Nya. Dengan kata lain, jika semakin banyak mengingat Allah dengan tulus dan ikhlas karena mengharap ridha-Nya, maka sesungguhnya kita masuk kedalam golongan orang yang mulia dan dimuliakan Allah, sebaliknya apabila kita lalai dari mengingat Allah maka sesungguhnya kita termasuk golongan manusia yang sangat merugi, manusia yang rendah, dan tak berguna.<sup>35</sup>

Selain itu, keutamaan dzikir juga banyak sekali, diantaranya:

- 1) Terlindung dari bahaya godaan setan

---

<sup>34</sup>Luqman Junaidi, *The Power of Wirid : Rahasia dan Khasiat Zikir setelah Shalat untuk Kedamaian Jiwa dan Kesehatan Raga*, (Jakarta : Mizan Publika, 2007), 9-11

<sup>35</sup> Samsul Munir Amin dan Haryanto Al-Fandi, *Energi Dzikir*, (Jakarta:Amzah, 2008), 15-16

Setan adalah makhluk Allah yang menyatakan diri sebagai musuh manusia yang abadi. Hal itu diawali dari pembangkangan iblis untuk tunduk kepada Nabi Adam saat diperintahkan Allah. Pasalnya, iblis terbuat dari api, sedangkan Adam terbuat dari tanah. Iblis merasa lebih unggul ketimbang Adam. Sejak saat itulah iblis mengobarkan permusuhan terhadap manusia, sehingga sampai kapanpun ia tak akan berhenti menggoda manusia. Permusuhan setan terhadap manusia dipertegas oleh banyak sekali ayat Al-Quran, diantaranya adalah:

Artinya: “Sesungguhnya setan itu adalah musuh bagimu, maka anggaplah ia musuh(mu), karena sesungguhnya setan-setan itu hanya mengajak golongannya supaya nereka menjadi penghuni neraka yang menyala-nyala.” (QS Fathir (35) :

Artinya: “Hai orang-orang yang beriman, masuklah kamu ke dalam Islam keseluruhan, dan janganlah kamu turuti langkah-langkah setan. Sesungguhnya setan itu musuh yang nyata bagimu.” (QS Al-Baqarah (2): 208).

Jelaslah, setan tidak akan pernah berhenti untuk menggelincirkan manusia dari rida Allah. Segala bentuk godaan akan diumpankan kepada manusia agar lalai dan terlena. Karena itu, dengan berdzikir kita

memohon kepada Allah supaya terlindung dari godaan setan yang terkutuk.<sup>36</sup>

2) Tidak mudah menyerah dan putus asa

Hidup ini tak jarang penuh dengan permasalahan. Adanya permasalahan ini sejatinya untuk menguji sejauh mana tingkat keimanan seseorang. Bagi yang tidak kuat menanggung permasalahan tersebut, sering kali cenderung berputus asa. Tabiat ini disinggung dalam Surah Fushshilat ayat 49:

Artinya: “Manusia tidak jemu memohon kebaikan, dan jika mereka ditimpa malapetaka dia menjadi putus asa lagi putus harapan.” QS Fushshilat (41): 49.

Padahal, berputus asa adalah perbuatan yang dilarang oleh Islam. Sifat putus asa merupakan sifat lemah dan tidak

Artinya: “Hai anak-anakku, pergilah kalian! Maka carilah berita tentang Yusuf dan saudaranya dan janganlah kalian berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tiada berputus asa dari rahmat Allah melainkan kaum yang kafir.” QS Yusuf (12): 87

3) Memberi ketenangan jiwa dan hati

Segala gundah dan resah bersumber dari bagaimana hati menyikapi kenyataan. Jika hati lemah dan tak kuat menanggung beban hidup, besar kemungkinan yang muncul adalah suasana resah dan gelisah.

---

<sup>36</sup> Saiful Amin Ghofur, *Rahasia Dzikir dan Doa*, (Jogjakarta: Darul Hikmah). 2010. hlm. 143

Artinya, tidak tenang. Ketidaktenangan juga bisa timbul akibat perbuatan dosa. Hati ibarat cermin dan dosa adalah debu. Semakin sering berbuat dosa, semakin menumpuk debu yang mengotori cermin. Karena itu, untuk meraih ketenangan jiwa dan hati kita dianjurkan untuk memperbanyak dzikir.

- 4) Mendapatkan cinta dan kasih sayang Allah  
Allah memiliki sifat *Al-Rahman* dan *Al-Rahim*. Kedua kata ini berasal dari suku kata *al-rahmah* yang berarti kasih sayang. Kasih sayang Allah terhadap hamba-Nya begitu luas. Oleh sebab itu, kasih sayang Allah harus kita raih dengan memperbanyak dzikir. Dalam Surah Al-An'am ayat 12 dijelaskan:

Artinya: "Katakanlah: "Kepunyaan siapakah apa yang ada di langit dan di bumi." Katakanlah: "Kepunyaan Allah." Dia telah menetapkan atas Diri-Nya kasih sayang. Dia sungguh akan menghimpun kamu pada hari kiamat yang tidak ada keraguan padanya. Orang-orang yang meragukan dirinya mereka itu tidak beriman." QS Al-An'am (6): 12

- 5) Tidak mudah terpengaruh dengan kenikmatan dunia yang melenakan

Hidup ini dunia yang sementara. Begitu pun segala hal yang diraih dalam kehidupan dunia. Kenikmatan dunia adalah fana. Tak abadi. Kenikmatan dunia tak

sebanding dengan kenikmatan akhirat. Dalam Surah Al-Ra'd ayat 26 dijelaskan:

Artinya: “Allah meluaskan rezeki dan menyempitkannya bagi siapa yang Dia kehendaki. Mereka bergembira dengan kehidupan di dunia, padahal kehidupan dunia itu (dibanding dengan) kehidupan akhirat hanyalah kesenangan (yang sedikit).” QS Al-Ra'd (13): 26

Jadi, dapat disimpulkan bahwa keutamaan dari dzikir adalah terlindung dari bahaya godaan setan, tidak mudah menyerah dan putus asa, memberi ketenangan jiwa dan hati, mendapatkan cinta dan kasih sayang Allah, serta tidak mudah terpengaruh dengan kenikmatan dunia yang melenakan.

### 3. Kecanduan Pornografi

#### a. Definisi pornografi

Kecanduan pornografi adalah perilaku berulang untuk melihat hal-hal yang merangsang nafsu seksual, dapat merusak kesehatan otak dan kehidupan seseorang, serta pecandu pornografi tidak sanggup menghentikannya. Menurut pendapat Wirjono Prodjodikoro jika ada unsur penyiaran beberapa foto dan tulisan yang bisa membangkitkan nafsu birahi pembaca dalam majalah, termasuk ke dalam ruang lingkup perbuatan

pornografi. Sedangkan menurut Muhammad Said pornografi memiliki makna segala apa saja yang dengan sengaja disajikan dengan maksud untuk merangsang nafsu seks orang banyak.<sup>37</sup> Abu Al-Ghifari juga turut berpendapat mengenai pengertian pornografi, yaitu tulisan, gambar, lukisan, tayangan audiovisual, pembicaraan, dan gerakan-gerakan tubuh yang membuka tubuh secara vulgar yang semata-mata untuk menarik perhatian lawan jenis.<sup>38</sup> Secara literasi, definisi dari pornografi menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia yaitu penggambaran tingkah laku secara erotis dengan lukisan atau tulisan untuk membangkitkan nafsu birahi; bahan bacaan yang dengan sengaja dan semata-mata dirancang untuk membangkitkan nafsu birahi dalam seks.<sup>39</sup>

b. Definisi kecanduan

Kecanduan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia berasal dari kata candu yang berarti sesuatu yang menjadi kegemaran dan membuat orang

---

<sup>37</sup>Badiatul Muchlisin Asti, *Remaja Dirantai Birahi (Kupas Tuntas Pornografi dalam Perspektif Islam)*, (Bandung : Pustaka Ulumudin, 2004), 42

<sup>38</sup>Abu Al-Ghifari, *Gelombang Kejahatan Seks Remaja*, (Bandung : Mujahid, 2002), 30

<sup>39</sup>Mustika, *Pornografi di Internet, Larangan Al-Qur'an dan Potensi Kerusakan Otak*, diakses pada 26 Agustus 2020 dari [www.islami.co.id-pornografi-di-internet](http://www.islami.co.id-pornografi-di-internet)

ketagihan, maka kecanduan adalah ketagihan, ketergantungan atau kejangkitan pada suatu kegemaran sehingga melupakan hal yang lain-lain. Menurut Thakkar kecanduan merupakan suatu kondisi medis dan psikiatris yang ditandai oleh penggunaan berlebihan (kompulsif) terhadap suatu zat yang apabila digunakan secara terus menerus dapat memberikan dampak negatif dalam kehidupan penggunaannya.<sup>40</sup>

- c. Tahapan Proses Kecanduan Pornografi
  - 1) Tidak sengaja melihat, lalu merasa tidak nyaman tai otomatis penasaran
  - 2) Pelepasan dopamin di dalam otak
  - 3) Kecanduan atau adiksi
  - 4) Tidak peka lagi atau desensitisasi
  - 5) Peningkatan level porno
  - 6) Acting out atau melakukan apa yang dilihat
- d. Ciri – ciri Kecanduan
  - 1) Gugup saat berkomunikasi
  - 2) Malas
  - 3) Sulit terlepas dari gadget
  - 4) Tidak memperbolehkan oranglain meminjam gadget nya
  - 5) Senang menyendiri, terutama di kamarnya
  - 6) Melupakan kebiasaan baiknya

---

<sup>40</sup>Thakkar, *Addiction*, (Newyork : Infobase Publishing, 2006)



- 7) Mudah cemas, dan takut rahasianya terbongkar
- 8) Sulit bersosialisasi
- 9) Mudah marah
- 10) Mudah tersinggung
- 11) Pikiran kacau karena selalu tertarik mencari materi pornografi

e. Dampak Kecanduan Pornografi

Menurut Mark B. Kastleman, pornografi adalah narkoba di era milenium baru yang membuat dunia berada di tengah-tengah bencana yang mengerikan.<sup>41</sup> Selain dapat mengacaukan kehidupan, membuat adanya penyakit menular seksual dan bunuh diri, pornografi bahkan dapat merusak otak pada bagian PFC.

Dampak besar dari kecanduan pornografi ini yang pertama adalah dapat merusak otak. Dan dampak lainnya adalah self control terhadap konten pornografi, sebab seseorang yang telah kecanduan akan merasa selalu ingin melihat demi memuaskan hasratnya.

4. Konseling Islam Dengan Terapi Dzikir Untuk Mengatasi Kecanduan Pornografi

---

<sup>41</sup>Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan perlindungan Anak Republik Indonesia, *Creative Digital Education*, kakatu ekskul, 18

Dzikir dapat diterapkan sebagai terapi terhadap konseli yang mengalami kecanduan pornografi, karena dzikir dapat membawa ketenangan dan ketentraman pada perasaan konseli dan pikiran yang mengalami gangguan. Dzikir dapat dijadikan sebagai terapi apabila dilakukan dengan khusyuk, ikhlas, dan diresapi dalam hati.

Dzikir pada tinjauan kesehatan mental atau psikologi berasal dari dua bahan pertimbangan, yakni dzikir bermakna dalam pembangunan pribadi dan untuk tujuan tertentu seperti mencapai puncak kesadaran, pembangunan konsentrasi, tidur tenang, menaklukkan syahwat, kontrol dari sakit dan lainnya.

Orang awam yang tidak memahami makna dari berdzikir dan tidak terbiasa menerapkannya apabila mendapat musibah dalam kehidupan maka akan mudah menangis, mudah menyerah, dan meratapinya. Sedangkan mereka yang terlatih dan terbiasa berdzikir apabila mendapat suatu cobaan maka hatinya akan kuat, tidak mudah menyerah dan tidak mudah meratapinya karena mereka mengalih dua macam perasaan yaitu adanya sesuatu yang hidup dan suatu kehidupan. Orang yang istiqomah melakukan dzikir tidak akan

mudah menyerah karen memahami bahwa Allah sennatiasa memeluknya dan selalu ada bagi setiap hambaNya.

## **B. Penelitian Terdahulu yang Relevan**

1. Nuryeni. Terapi Zikir untuk Mereduksi Stress Seorang PSK yang akan Berhenti dari Pekerjaannya di Yayasan ORBIT Surabaya. Yayasan ORBIT Surabaya. 2019. Hasil kesimpulan pada penelitian ini adalah bahwa terapi zikir mampu mereduksi stress, mengurangi kegelisahan dan rasa khawatir serta menghadirkan ketenangan hati pada diri konseli.

**Persamaan** : persamaan dari kedua penelitian ini yaitu terletak pada treatment yang akan digunakan kepada konseli, yaitu terapi dzikir

**Perbedaan** : perbedaandari kedua penelitian ini terletak pada fokus permasalahan yang akan diteliti, dalam penelitian tersebut fokus utamanya lebih kepada bagaimana mereduksi rasa stress seorang PSK, jika dalam penelitian ini fokus utamanya untuk mengurangi tingkat kecanduan pornografi.

2. Tria Widyastuti, Moh. Abdul Hakim dan Salmah Lilik. Terapi Zikir sebagai Intervensi untuk Menurunkan Kecemasan pada Lansia. Panti Wreda Surakarta. 2019. Hasil

kesimpulan dari penelitian ini membuktikan bahwa terapi zikir mampu menurunkan tingkat kecemasan pada lansia di panti wreda tersebut, hal tersebut dibuktikan melalui hasil pretest dan posttest.

**Persamaan** : persamaan dalam kedua penelitian ini yaitu pada terapi dzikir yang digunakan sebagai treatment kepada konselinya.

**Perbedaan** : perbedaan dari kedua penelitian ini terlihat dari permasalahan yang akan di selesaikan. Dalam penelitian tersebut subyek yang akan dijadikan konseli yaitu seorang lansia dengan permasalahan tentang kecemasan. Jika dalam penelitian ini subyeknya adalah seorang remaja yang mengalami kecanduan pornografi.

3. Hotnarida Witasari. Kerjasama Guru Bimbingan dan Konseling dengan Orangtua dalam Pengentasan Masalah Siswa Menonton Video porno. SMA Negeri 3 Padangsidimpuan. 2013. Kesimpulan dari penelitian ini yaitu kerjasama yang dilakukan antara guru BK dengan orangtua untuk memantau dan melakukan bimbingan agar siswa terkait tidak lagi melakukan hal negatif tersebut dan dapat mengisi waktu luangnya dengan hal positif, di sekolah bimbingan dilakukan oleh guru BK sedangkan dirumah dilakukan oleh orangtua.

**Persamaan** : dalam konteks ini persamaan dari kedua penelitian ini terletak pada subyek dan permasalahan yang hendak diselesaikan. Yaitu remaja dengan konteks pornografi.

**Perbedaan** : dalam penelitian tersebut treatment yang dilakukan yaitu melalui kerjasama antara guru BK sekolah dengan orangtua siswa, sedangkan dalam penelitian ini peneliti menggunakan treatment terapi dzikir

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Pendekatan dan Jenis Penelitian**

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan kualitatif dikarenakan sifat dari masalah yang akan diteliti. Penelitian kualitatif dapat digunakan untuk penelitian yang berupaya mengungkap sifat pengalaman dari seseorang dengan fenomena tertentu. Metode kualitatif dapat juga digunakan untuk memahami dan mengungkap sesuatu dibalik fenomena yang bahkan belum dipahami.<sup>42</sup>

Dalam penelitian kualitatif, pengumpulan data nya tidak dipandu oleh teori, melainkan oleh fakta-fakta yang ditemukan pada saat melakukan penelitian secara langsung di lapangan. Serta analisis data dilakukan sejak peneliti menyusun proposal, melakukan pengumpulan data di lapangan, dan sampai peneliti mendapatkan keseluruhan data.<sup>43</sup>

Penelitian deskriptif bertujuan untuk mendeskripsikan sifat-sifat suatu individu, keadaan, gejala atau kelompok.<sup>44</sup> Nazir menjelaskan metode

---

<sup>42</sup>Anselm Strauss dan Juliet Corbin, *Dasar-Dasar Penelitian Kualitatif*, (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2003), 5

<sup>43</sup>Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Bandung : Alfabeta, 2005), 3

<sup>44</sup>H Abdurrahman dan Soejono, *Metode Penelitian Suatu Pemikiran dan Penerapan*, (Jakarta : Rineka Cipta), 22

deskriptif sebagai satu metode dalam meneliti status kelompok manusia, suatu subjek, suatu set kondisi, suatu sistem pemikiran, ataupun kelas peristiwa pada masa sekarang. Tujuan dari penelitian deskriptif ini adalah membuat deskripsi, gambaran, atau lukisan secara sistematis serta menjelaskan hubungan antar fenomena yang diselidiki.<sup>45</sup>

Mengacu pada rumusan masalah pada penelitian ini, maka peneliti menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan proses pengumpulan data dan melalui studi pustaka, observasi, wawancara, dan dokumen-dokumen pendukung. Penggunaan pendekatan ini bertujuan untuk mendeskripsikan perilaku individu, peristiwa lapangan, serta kegiatan-kegiatan tertentu secara terperinci dan mendalam.<sup>46</sup>

Jenis penelitian yang peneliti lakukan yaitu studi kasus. Studi kasus adalah penggalian informasi secara mendalam melalui permasalahan yang ada di lingkungan sekitar. Di dalam studi kasus ini peneliti bertindak sebagai seorang detektif yang sedang mencoba memecahkan masalah yang ada. Data yang diperoleh dari konseli menjadi hal penunjang untuk mencari solusi, oleh karena itu segala data berupa kejadian pada masa itu atau bahkan di masa lampau yang berkaitan dengan topik permasalahan perlu

---

<sup>45</sup>Moh. Nazir, *Metode Penelitian. Cetakan 6*, (Bogor : Ghalia Indonesia, 2011), 52

<sup>46</sup>Sanapiah Faisal, *Format-format Penelitian Sosial*, (Jakarta : Rajawali Press, 1992), 18

dikumpulkan guna untuk menyelesaikan permasalahan yang ada.

## **B. Lokasi Penelitian**

Lokasi penelitian adalah tempat atau lokasi yang akan diberlangsungkannya proses penelitian. Adapaun lokasi dalam penelitian ini terletak di Desa Ketimang, Kecamatan Wonoayu, Kabupaten Sidoarjo. Tepatnya berada di lingkungan sekitar rumah konseli.

Konseling islami berupa terapi dzikir ini ditujukan untuk mengurangi kecanduan pornografi pada seorang remaja di desa Ketimang.

## **C. Jenis dan Sumber Data**

### **1. Jenis Data**

Ada dua jenis data dalam penelitian ini:

#### **a) Data Primer**

Data primer diperoleh dari informasi yang diberikan oleh informan yang bersangkutan. Jenis data primer adalah data yang berkaitan dengan permasalahan yang sedang dialami oleh konseli yaitu kurang mampu mengontrol dirinya sehingga menyebabkan dirinya mengalami kecanduan pornografi.

#### **b) Data Sekunder**

Data sekunder ialah data yang didapat melalui pihak pihak lain. Peneliti menggali data sekunder dengan mengumpulkan data berupa informasi maupun dokumentasi dari pihak-pihak



lain yang masih ada sangkutpautnya dengan permasalahan yang sedang peneliti teliti ini. Adapun data yang hendak dikumpulkan yaitu mengenai bagaimana perilaku sehari-hari konseli, bagaimana konseli saat berkumpul atau bersosialisasi dengan lingkungan, dan informasi lain yang dibutuhkan sesuai dengan keperluan penelitian.

## 2. Sumber Data

Untuk mendapatkan keterangan dan informasi, tentang subyek penelitian, peneliti mendapatkan informasi dari sumber data, sumber data dalam penelitian ini adalah kata-kata dan tindakan. Adapun sumber data dalam penelitian ini terdiri dari dua sumber yaitu :

### a) Sumber data primer

Sumber data primer yaitu sumber data yang langsung diperoleh di lapangan yaitu informasi atau data dari konseli, yakni seorang remaja yang tengah kecanduan pornografi.

### b) Sumber data sekunder

Sumber data sekunder yaitu sumber data yang tidak langsung diperoleh datanya dari konseli, tetapi diperoleh dari orang lain guna melengkapi data yang diperoleh dari sumber data primer. Dalam hal ini penulis memperoleh data dari beberapa

teman konseli dan orang terdekat termasuk keluarga konseli.

#### **D. Tahap – tahap Penelitian**

Tahap tahap penelitian ini sebagai berikut :

##### **1. Merumuskan Rancangan Penelitian**

Setelah menemukan fenomena sosial, peneliti merumuskan rancangan penelitian yang memuat latar belakang masalah, tujuan penelitian, definisi konsep, dan teori tentang terapi dzikir dalam mengurangi tingkat kecanduan pornografi.

##### **2. Menentukan Lapangan Penelitian**

Peneliti memilih penelitian khususnya pada keadaan lingkungan sekitar tempat tinggal dari subyek penelitian ini.

##### **3. Mengurus Perizinan**

Pertama-tama untuk mendapatkan izin dan melakukan penggalan data dari sumber yang sudah ditentukan adalah dengan memberikan penjelasan maksud dan tujuan pemelita dalam melakukan penelitian ini.

##### **4. Memasuki Lapangan**

Pada tahap ini, peneliti menilai keadaan lapangan, yang kaitannya dengan terapi dzikir untuk mengurangi tingkat kecanduan pornografi ini. Dalam hal ini perlu menciptakan hubungan baik

antara peneliti dan subyek yang nantinya di teliti, sehingga tidak adanya batasan.

5. Menentukan Informan

Informan adalah orang dalam latar penelitian. Informan berfungsi memberikan informasi keterangan tentang situasi dan kondisi latar penelitian, baik dengan cara tukar pikiran atau membandingkan kejadian dari subjek lain. Dalam penelitian ini, peneliti lebih memilih informan yang akan memberikan data atau informasi mengenai permasalahan yang akan dibahas.

6. Menyiapkan Perlengkapan Penelitian

Kelengkapan penelitian yang diperlukan dalam penelitian ini antara lain alat tulis, kamera (baik kamera *handphone* atau digital), dan *tape recorder* atau menggunakan perekam ponsel. Dalam hal ini peneliti menggunakan *handphone* untuk merekam atau mendokumentasikan yang diperlukan untuk penelitian, seperti contoh bahan observasi dan data wawancara. Alat tersebut untuk membantu peneliti dalam mengumpulkan data, melengkapi kelengkapan untuk mendapatkan informasi yang sebanyak mungkin mengenai Terapi Dzikir bagi remaja yang kecanduan pornografi.

## E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

### 1. Observasi

Observasi adalah pengamatan dan pencatatan yang sistematis terhadap gejala-gejala yang diteliti. Observasi menjadi salah satu teknik pengumpulan data apabila sesuai dengan tujuan peneliti, direncanakan dan dicatat secara sistematis dan dapat dikontrol kendalanya (reabilitasnya) dan kesahihannya (validitasnya).<sup>47</sup> Adapun dalam penelitian ini, yang peneliti amati adalah tingkah laku konseli saat di lingkungan sosialnya, apakah dampak negatif yang terjadi dapat mengganggu aktifitas sehari-harinya ataukah tidak.

### 2. Wawancara

Selain observasi, dalam pengumpulan data, juga menggunakan metode wawancara. Wawancara adalah percakapan dengan maksud dan tujuan tertentu. Percakapan itu dilakukan oleh dua belah pihak yaitu pewawancara (*interviewer*) yang mengajukan pertanyaan dan terwawancara (*interviewee*) yang akan memberikan jawaban atas pertanyaan itu. Maksud diadakannya wawancara ini seperti ditegaskan oleh Lincoln dan Guba antara lain: mengkonstruksi mengenai orang, kejadian, organisasi, perasaan, motivasi, tuntutan,

---

<sup>47</sup> Husaini Husman, *Metode Penelitian Sosial* (Jakarta : Bumi Aksara, 1996), 54.

kepedulian, dan lain-lain.<sup>48</sup> Dengan metode wawancara memperoleh kesan pribadi dan merasakan pengaruh yang wawancara harapkan mendapat data sebanyak mungkin dan lebih mendalam dari informan, karena dengan metode ini akan mendapatkan tambahan data yang diperlukan yang sukar diperoleh dengan teknik lain. Juga didukung dengan hubungan peneliti dengan informan. Wawancara berjalan dengan semestinya dan mampu memperoleh data yang diperlukan peneliti.

Dalam penelitian ini, peneliti akan bertatap muka dengan seorang remaja yang tinggal di Desa Ketimang dan mewawancarai mengenai bagaimana awal mula konseli merasa kecanduan, kemudian bagaimana dampak yang dirasakan setelah konseli merasa kecanduan.

### 3. Dokumentasi

Dokumentasi ialah catatan yang dijadikan sumber data dan juga dimanfaatkan untuk menguji serta menyimpan informasi yang dihasilkan. Dokumentasi ini digunakan untuk mengumpulkan data-data tertulis mengenai penelitian yang berupa catatan, buku agenda dan lain-lain.<sup>49</sup> Metode dokumentasi yang digunakan untuk memperoleh data penelitian tentang gambaran lokasi obyek penelitian.

---

<sup>48</sup> Lexy J. Moleong, *Metodologi penelitian Kualitatif* (Bandung, PT remaja Rosdakarya, 2013), 186.

<sup>49</sup> Nur Syam, *Metode Penelitian Ilmu Dakwah* (Solo : CV. Romadhoni, 1991), 109

Disini peneliti melakukan tahap dokumentasi dengan segala catatan yang menjadi sumber data berupa buku atau hal lain yang bisa mendukung penelitian.

## **F. Teknik Validitas Data**

### **1. Perpanjangan Keikutsertaan**

Sebagaimana sudah dikemukakan, peneliti dalam penelitian kualitatif adalah instrument itu sendiri. Keikutsertaan peneliti sangat menentukan dalam proses pengumpulan data. Keikutsertaan tersebut tidak hanya dilakukan dalam waktu singkat, tetapi juga memerlukan perpanjangan pada latar penelitian. Peneliti dengan memperpanjang keikutsertaannya akan banyak mempelajari kebudayaan, dapat menguji ketidakbenaran informasi yang diperkenalkan oleh distorsi, baik yang dari sendiri maupun dari responden, dan dapat juga membangun kepercayaan pada konseli. Dengan demikian, penting sekali arti perpanjangan keikutsertaan peneliti guna berorientasi dengan situasi, juga guna memastikan apakah konteks itu dipahami dan dihayati.<sup>50</sup>

#### **a) Triangulasi**

---

<sup>50</sup> Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Edisi Revisi (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2013), 328.

Dapat diartikan sebagai pengecekan data dari berbagai sumber dengan berbagai cara, dan berbagai waktu.

#### 1) Triangulasi Sumber

Triangulasi Sumber untuk menguji kredibilitas data dengan cara mengecek data yang telah diperoleh melalui beberapa sumber. Dalam penelitian ini pengumpulan datanya berasal dari sumber berbagai kalangan, mulai dari orangtua, saudara kandung, dan beberapa teman dekatnya.

#### 2) Triangulasi Teknik

Triangulasi Teknik untuk menguji kredibilitas data, dapat dilakukan dengan cara mengecek data kepada sumber yang sama dengan teknik yang berbeda, misalnya pertama melakukan wawancara, selanjutnya cek dokumentasi, dan pengamatan, apabila hasilnya berbeda-beda, maka peneliti akan melakukan diskusi kepada sumber data yang bersangkutan atau yang lain untuk memastikan kebenarannya.

#### 3) Triangulasi Waktu

Waktu juga sering mempengaruhi kredibilitas data. Data yang dikumpulkan dengan teknik wawancara di pagi hari pada saat narasumber terlihat segar, belum banyak masalah, maka akan memberikan data yang lebih valid

sehingga lebih kredibel. Untuk itu dalam rangka pengujian kredibilitas data dapat dilakukan dengan melakukan pengecekan dengan menggunakan teknik lain dalam waktu dan situasi yang berbeda, bila hasil uji tersebut berbeda, maka perlu dilakukan secara berulang-ulang sampai ditemukan kepastiannya.<sup>51</sup>

### **G. Teknik Analisis Data**

Analisis Data Kualitatif ialah suatu upaya yang dilakukan dalam proses pemecahan data menjadi komponen-komponen yang lebih kecil berdasarkan elemen dan struktur tertentu. Dalam penelitian ini analisis data yaitu menggunakan penelitian studi kasus instrumental.

Penelitian studi kasus instrumental (*instrumental case study*) yaitu penelitian studi kasus yang dilakukan dengan meneliti kasus untuk memberikan pemahaman mendalam atau menjelaskan kembali suatu proses generalisasi. Melalui kasus yang diteliti, peneliti bermaksud untuk menunjukkan adanya sesuatu yang khas yang bisa dipelajari dari kasus tersebut, yang tentunya berbeda dari penjelasan yang diperoleh dari obyek-obyek lainnya.

---

<sup>51</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2012), 274.



## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN

#### A. Gambaran Umum Subyek Penelitian

##### 1. Deskripsi Lokasi Penelitian

Desa Ketimang merupakan salah satu desa yang bertempat di Kecamatan Wonoayu, Kabupaten Sidoarjo. Kabupaten Sidoarjo merupakan daerah yang terletak di wilayah provinsi Jawa Timur Indonesia. Luas wilayah daratan Kabupaten Sidoarjo diketahui sebesar 714,245 km<sup>2</sup> dan luas wilayah laut berdasarkan perhitungan GIS sampai dengan 4 mil ke arah laut adalah sebesar 201,6868 km<sup>2</sup> dan berdasarkan karakteristik topografinya terbagi atas tiga kelas, yaitu :

**Tabel 4.1**

0,3 meter	Daerah pantai dan pertambahan air asin/payau berada di belahan timur	Seluas 27.011,25 Ha atau 37,8%
3 – 10 meter	Sekitar jalan protokol yang berair tawa berada di bagian tengah	Seluas 25,889 Ha atau 36,24%
10 – 25 meter	Berada di daerah bagian barat	Seluas 18.524 Ha atau 25,95%

## **Karakteristik Topografi Kabupaten Sidoarjo**

Kabupaten Sidoarjo merupakan Kabupaten yang dihimpit oleh dua sungai yaitu Sungai Porong dan Sungai Surabaya, sehingga terkenal sebagai kota Delta. Secara administratif kota Sidoarjo memiliki batas wilayah sebagai berikut :

**Tabel 4.2**  
**Batas – batas wilayah kota Sidoarjo**

BATAS WILAYAH	KOTA
Sebelah Utara	Kota Surabaya dan Kabupaten Gresik
Sebelah Timur	Selat Madura
Sebelah Selatan	Kabupaten Pasuruan
Sebelah Barat	Kabupaten Mojokerto

Iklim di Kabupaten Sidoarjo tidak berbeda dengan daerah-daerah yang ada di Jawa Timur pada umumnya. Curah hujan di Sidoarjo yang paling tinggi terjadi di bulan Januari dan hari-hari yang sering terjadi hujan, terjadi di bulan Desember. Kota Sidoarjo ini dijuluki kota Bandeng karena memiliki kekayaan sumber daya alam yang melimpah, seperti ikan bandeng, udang, kerang, kupang, dsb. Terlepas dari itu semua Sidoarjo merupakan kota dengan berbagai

cerita unik dan asal usul nya yang tidak banyak diketahui publik. Sidoarjo sendiri memiliki berbagai macam makanan khas dan berbagai macam cirinya serta destinasi wisata yang menarik minat para pengunjung, dan salah satu ciri khas dari kota Sidoarjo adalah batik jetis khas Sidoarjo.

Desa Ketimang sendiri terletak di Kecamatan Wonoayu, yang letaknya juga sangat strategis karena dekat dengan jalan raya utama. Batas batas wilayah desa ketimang sebagai berikut :

**Tabel 4.3**  
**Batas – batas wilayah Desa Ketimang**

BATAS WILAYAH	DESA
Sebelah Utara	Desa Ploso dan Desa Klitih
Sebelah Timur	Desa Pilang
Sebelah Selatan	Desa Pilang dan Desa Popoh
Sebelah Barat	Desa Ketintang dan Desa Jimbaran Wetan

Desa Ketimang merupakan desa kecil yang berada di Kecamatan Wonoayu, desa ketimang terbagi atas dua wilayah yaitu desa Ketimang dan dusun Peganggong. Adapun mayoritas warga nya bekerja sebagai pedagang,

karyawan, swasta, dan petani. Desa ketimang memiliki 2 masjid utama yaitu Masjid Baitussalam berada di wilayah desa Ketimang (Masjid Besar Nahdlatul Ulama) dan Masjid Al-Ikhlas berada di wilayah dusun Peganggong (Masjid Besar Muhammadiyah). Di desa Ketimang juga tersedia 2 sekolah dasar dan 3 sekolah TK. Desa Ketimang ini tidak terlalu luas wilayahnya dan penduduknya juga tidak sepadat desa-desa lainnya. Sarana dan prasarana sudah cukup memadai, wilayahnya bersih dan tertata dengan baik, juga kebersihan lingkungannya sudah ada peningkatan sejak 2 tahun terakhir. Selain itu untuk sumber air juga bagus dan tidak ada masalah serius terkait keadaan lingkungannya.

## **2. Deskripsi Konselor dan Konseli**

### **a. Deskripsi Konselor**

Konselor merupakan seseorang yang mempunyai kemampuan untuk membantu menyelesaikan permasalahan konseli yang bertugas sebagai penasihat dalam proses konseling, dan membantu mengoptimalkan kemampuan yang dimiliki konseli. Dalam penelitian ini, yang menjadi konselor adalah peneliti sendiri. Peneliti atau konselor berupaya membantu dan membimbing konseli untuk menyelesaikan masalah yang dihadapinya.

Adapun biodata konselor yaitu :

1) Identitas Konselor

Nama : Yuni Kusumah Ningsih  
TTL : Sidoarjo, 16-10-1999  
Alamat : Ds. Ketimang, RT.03  
Rw.01, Kecamatan  
Wonoayu Kabupaten  
Sidoarjo  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Islam  
Status : Sudah Menikah  
Pendidikan : Mahasiswa semester 7  
BKI UIN Sunan Ampel  
Surabaya  
Riwayat Pendidikan :  
TK : RA Sunan Kalijogo Ketimang  
SD : MI Sunan Kalijaga Ketimang  
SMP : SMPN 1 Wonoayu  
SMA : SMAN 1 Krembung

Terdapat beberapa mata kuliah bertema Bimbingan dan Konseling Islam yang sudah konselor tempuh selama berkuliah di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya diantaranya : Dasar-dasar Bimbingan Konseling, Teori dan Teknik Konseling, Hadits BKI, Konseling Profetik, Konseling Mikro dan Makro, Bimbingan Konseling Keluarga Sakinah, Bimbingan dan Konseling Sosial, Konseling dan Psikoterapi, Konseling Multikultural, Keterampilan Komunikasi Konseling, Metode Penelitian

Konseling, Media BKI, Bimbingan Konseling Islam, Konseling Sekolah dan Madrasah, Konseling Spiritual, Tafsir BKI, Family Therapy, Konseling Anak dan Remaja dan Konseling Dewasa dan Manula. Kounselor pernah melakukan observasi di Pondok Pesantren Modern Al Amanah Junwangi Krian Sidoarjo, observasi di Lembaga Psikologi “Dr Soetomo” Ketintang Madya Surabaya, observasi di SDLB Al-Azhar Waru Sidoarjo, serta PPL (Praktik Pengalaman Lapangan) di KUA Kecamatan Krian Sidoarjo selama dua bulan.

## **b. Deskripsi Konseli**

### 1) Identitas Konseli

Nama : Roy (nama samaran)  
TTL : Sidoarjo, 12 Juni 2003  
Alamat :Desa Ketimang  
Kecamatan Wonoayu,  
Kabupaten Sidoarjo  
Agama : Islam  
Jenis kelamin : Laki-laki

### 2) Latar Belakang Keluarga

Roy berasal dari keluarga yang bisa dikatakan sedikit kurang dalam perekonomian. Ayahnya bekerja sebagai karyawan pabrik dan ibunya hanya seorang penjahit. Roy anak ketiga dari 3 bersaudara, kakak laki lakinya bernama

Iwan (nama samaran) berusia 26 tahun dan kakak perempuannya bernama Asih (nama samaran) berusia 22 tahun. Dalam kesehariannya konseli memang jarang terlihat keluar rumah selain pergi ke sekolah, ke masjid, atau hanya sekedar pergi keluar bersama ibunya. Ayah dan ibunya dikenal sebagai orang yang dermawan oleh tetangga-tetangganya, karena sering memberi makanan. Ayahnya yang bekerja sebagai karyawan pabrik gajinya dikatakan cukup hanya untuk kebutuhan sehari-hari, bahkan untuk biaya sekolah terkadang ayah dan ibunya masih harus berhutang karena kakak perempuannya masih kuliah semester akhir dan kakak laki-lakinya pun belum bekerja.<sup>52</sup> Keluarga konseli seringkali mengalami kesulitan dalam perekonomian, beberapa kali terlilit hutang untuk biaya sekolah, biaya kuliah, kebutuhan sehari-hari dan lainnya, hal tersebut sedikit membuat konseli stres sebab sudah beberapa kali orangtuanya mendapat panggilan ke sekolah karena telat membayar SPP bulanan, hal itu terkadang juga membuat konseli sedih dan malu karena setiap hendak UTS atau UAS dirinya tidak mendapatkan nomor ujian jika belum melunasi biaya

---

<sup>52</sup> Hasil wawancara dengan konseli pada 22 September 2020

administrasi sekolah.<sup>53</sup> Walau keadaan perekonomiannya sulit, tetapi keluarganya tetap adem ayem dan harmonis, juga sangat jarang terjadi cek cok yang besar.

### 3) Latar Belakang Pendidikan

Konseli merupakan alumni TK Aisyiyah Busthanul Athfal 1 Wonoayu, kemudian lanjut sekolah di SDN Ketimang 1, lalu bersekolah di SMP Yapalis Krian dan sekarang masih bersekolah kelas 3 di SMK Krian 1.

### 4) Latar Belakang Ekonomi

Keluarga konseli berasal dari keluarga yang sederhana, dapat dikatakan sedikit kurang dalam perekonomian. Ayahnya bekerja sebagai karyawan pabrik di Kota Gresik dan ibunya seorang penjahit. Penghasilan orangtuanya cukup untuk kebutuhan sehari-hari, bahkan terkadang kurang untuk kebutuhan lainnya seperti biaya sekolah, biaya kuliah kakaknya, dan belum lagi hutang yang dimiliki oleh orangtuanya.

### 5) Latar Belakang Agama

Dalam masalah spiritual agamanya konseli dikenal sebagai anak yang rajin

---

<sup>53</sup> Hasil wawancara dengan konseli pada 22 September 2020



ibadah, konseli selalu pergi berjamaah di Masjid setiap hari kecuali sholat shubuh saja dia sholat dirumah. Dia juga dulunya mengaji di TPA Al Ikhlas di sebelah ruamhnya, tetapi sejak menginjak SMP dia sudah tidak lagi mengaji di TPA, melainkan mengaji dirumah setiap hari selepas maghrib. Konseli sendiri juga mengaku bahwa dia tidak pernah melupakan sholat dimanapun dia berada.

#### 6) Latar Belakang Sosial

Rumah konseli berada di desa Ketimang, tepatnya di dusun Peganggong. Letak rumahnya berada di dekat Masjid, jaraknya sekitar kuranglebih 50 meter. Jarak antar rumah dengan tetangganya juga berdekatan, kondisi lingkungan rumahnya tidak begitu ramai kecuali jika sorehari banyak anak kecil mengaji. Konseli juga dikenal pendiam dan ajrang keluar rumah, bahkan tetangganya pun mengaku sangat jarang melihat konseli. Di lingkungan rumahnya sebenarnya banyak anak seumuran dengan konseli tetapi hampi 50% teman konseli tidak berasal dari lingkungan dekat rumahnya. Teman konseli memang tidak banyak dikarenakan konseli sangat jarang bergaul dengan tetangga-tetangga di sekitar rumahnya.

## 7) Latar Belakang Kepribadian

Sejak kecil konseli dikenal sebagai anak yang pendiam, tidak banyak bicara, penurut, pemalu, dan sederhana atau apa adanya. Begitu konseli tumbuh remaja tak banyak perubahan terjadi, sikapnya yang pendiam masih ada. Jika di rumah konseli lebih sering berdiam diri di kamar sambil bermain handphone nya, konseli juga jarang keluar rumah. Di rumah konseli juga bersikap biasa selayaknya anak remaja pada umumnya, hanya saja dia sangat betah di kamar walau seharian. Konseli juga penurut pada orangtuanya, jika diminta bantuan dia juga akan melaksanakannya. Jika konseli marah dia lebih sering memendamnya dan terkadang dia hanya memasang wajah sinis dan diam. Walau begitu konseli anak yang baik, jika bersama teman dekatnya konseli begitu hangat dan ramah, menurut teman teman dekatnya konseli ini memiliki sifat yang humoris.

### **c. Deskripsi Masalah**

Latar belakang masalah yang dialami oleh konseli adalah rasa kecanduan pornografi. Konseli merasa sudah sangat kecanduan oleh hal tersebut sejak dirinya masuk SMK. Karena bermula dari rasa penasarannya sekarang

dirinya terjerat kecanduan pornografi. Akibat dari kecanduan tersebut membuat konseli sulit mengontrol hawa nafsunya, dihantui rasa berdosa terhadap Tuhan, hati mudah gelisah, dibayang bayangi rasa bersalah terhadap kedua orangtuanya, serta insomnia di setiap malamnya.

Di sisi lain konseli sulit menghindari atau meninggalkan kebiasaan buruknya tersebut, karena dia selalu merasa tergoda untuk melihat lagi hal hal tentang pornografi tersebut, setelah melakukan hal tersebut konseli selalu menyesal dan hal tersebut terjadi berulang – ulang.

Konseli tidak berani bercerita kepada kedua orangtuanya mengenai hal tersebut, sebab konseli malu dan takut. Konseli merasa sangat tertekan dan gelisah, konseli ingin menghilangkan kebiasaan buruknya tersebut agar dia tak lagi kecanduan terhadap hal hal berbau pornografi tetapi dia tidak mengetahui bagaimana caranya.

Dalam kesehariannya, dia bersikap biasa saja tetapi jika sudah berada di kamar dan sendirian terkadang hasutan hasutan setan untuk menonton hal hal berbau pornografi itu selalu saja mengganggu pikirannya.

**Tabel 4.4**  
**Kondisi konseli sebelum mendapat bimbingan dan konseling islam**

NO	KONDISI KONSELI SEBELUM DIBERI BIMBINGAN
1.	Suka menyendiri di kamar
2.	Tidak memperbolehkan oranglain meminjam HP nya
3.	Intensitas dalam mengakses video sangat sering

## **B. Penyajian Data**

### **1. Deskripsi proses Konseling Islam dengan Terapi Dzikir untuk Mengatasi Kecanduan Pornografi Pada Seorang Remaja Di Desa Ketimang**

Dalam penelitian ini tahap penyajian data menggunakan metode atau cara dari penelitian kualitatif untuk menghasilkan data deskriptif yang berupa uraian dari perilaku konseli yang telah diamati. Data yang diperoleh dari lapangan kemudian dideskriptifkan dengan fokus penelitian yaitu mengatasi kecanduan pornografipada seorang remaja dengan menggunakan teknik terapi dzikir.

Proses konseling islam dengan terapi dzikir untuk mengatasi kecanduan pornografi pada seorang remaja di Desa Ketimang Kecamatan Wonoayu Kabupaten Sidoarjo,

sebelum melakukan proses konseling, konselor meminta perjanjian terlebih dahulu kepada konseli untuk mendapatkan kepercayaan dan sikap terbuka dari konseli. Hal tersebut dilakukan agar pada saat proses konseling berlangsung konseli mendapatkan kenyamanan, dan diharapkan konseli dapat terbuka dengan konselor agar memudahkan konseli untuk memperoleh perubahan yang jauh lebih baik dari adanya proses konseling.

Penelitian ini dilakukan terhitung sejak bulan Oktober 2020, hal tersebut diawali dengan mengumpulkan data diri konseli melalui observasi dari aktivitas konseli setiap hari dan wawancara baik kepada konseli maupun kepada orang terdekatnya. Adapun langkah-langkah konselor dalam melaksanakan proses konseling yaitu :

#### **a. Identifikasi Masalah**

Identifikasi masalah merupakan langkah awal dalam melaksanakan proses konseling. Konselor menggunakan langkah ini untuk menggali lebih dalam mengenai permasalahan konseli. Selain itu, konselor juga harus bisa menciptakan suasana yang nyaman antara konselor dengan konseli agar data yang dibutuhkan dapat terpenuhi. Ketika konseli sudah merasa nyaman, maka

konseli akan merasa bebas mengungkapkan apa saja yang selama ini menjadi beban pikirannya. Berikut adalah data yang diperoleh konselor dari beberapa sumber diantaranya :

1) Data yang bersumber dari konseli

Konselor memberikan pertanyaan secara lisan kepada konseli mengapa konseli bisa merasa kecanduan dengan pornografi. Dalam wawancara awal ini yang menjadi sumber data primer adalah konseli itu sendiri.

Awalnya konseli bercerita secara suka rela bahwa dirinya merasa sudah kecanduan pornografi, namun konseli tidak mau menceritakan awal mula mengapa ia bisa merasakan hal tersebut, konseli benar benar menutup rapat rapat hal tersebut. Tetapi setelah beberapa kali konselor membangun hubungan baik dengan konseli lewat WhatsApp, akhirnya konseli menjadi terbuka dan nyaman bercerita dengan konselor. Konseli menjawab pertanyaan konselor dengan penuh keterbukaan.

Konseli mengatakan bahwa awal mula semua ini berawal saat dirinya masuk sekolah (SMK), saat itu ia kelas 2 dan memiliki teman teman yang seru dan menyenangkan. Hingga suatu hari saat konseli diajak nongkrong dengan teman teman nya itu lalu salah satu temannya

membuka obrolan mengenai hal hal berbau pornografi, awalnya konseli merasa risih dan berusaha tidak menggubrisnya tetapi teman teman lainnya ikut menghasut agar konseli mau mengikuti ajakan temannya yaitu menonton video porno sepulang sekolah. Tentu saja konseli menolak karena ia merasa sangat risih. Sejak saat itu teman temannya menjadi sering mengajaknya nongkrong dan melihat video porno kembali saat pulang sekolah, dan konseli tetap menolak. Tetapi tanpa disadari ia menjadi sering memikirkan hal tersebut, saat di rumah ia menjadi penasaran tentang video tersebut. Dan pada akhirnya ia berusaha mencari tahu sendiri tentang video tersebut melalui handphone nya, tentu saja tanpa sepengetahuan oranglain. Itulah awal mula dia menjadi kecanduan, karena saat menonton video tersebut dirinya merasa senang dan puas hingga tak disadari hampir setiap hari ia melihat video tersebut secara diam diam di kamarnya. Tetapi konseli selalu merasa bersalah dan menyesal sesaat setelah ia selesai menonton video tersebut, ia merasa berdosa dan takut. Jauh dalam lubuk hatinya sebenarnya ia ingin menghentikan kebiasaan buruknya itu tetapi ia tidak mampu melawan hawa

nafsunya. terkadang hal tersebut membuat dirinya stress.<sup>54</sup>

- 2) Data yang bersumber dari kakak konseli  
Selain konselor melakukan pendekatan dengan konseli untuk memperoleh data, konselor juga memberikan pertanyaan sekaligus menggali informasi lebih mendalam kepada kakak konseli terkait permasalahan yang dihadapi konseli saat ini. Dalam hal ini yang menjadi sumber data sekunder adalah kakak konseli.

Menurut penuturan kakak konseli, sebelumnya dia tidak mengetahui masalah yang sedang dialami oleh adiknya tersebut karena memang sehari-harinya konseli ini jarang keluar rumah dan lebih sering menghabiskan waktu di dalam kamarnya. Kakak konseli juga mengatakan bahwa adiknya itu pendiam dan sangat jarang bercerita mengenai kesehariannya. Kemudian kakak konseli mengetahui masalah dari konseli ini semenjak konseli menceritakan permasalahannya pada konselor dan sejak saat itu konseli juga bercerita sedikit kepada kakaknya tersebut.

Saat konselor bertanya bagaimana respon pertama saat mengetahui bahwa adiknya mengalami masalah seperti itu, jelas terlihat bahwa dia tidak menyangka

---

<sup>54</sup> Hasil wawancara dengan konseli pada 23 September 2020



jika konseli bisa mengalami masalah seperti ini, karena memang hal tersebut terkesan berkebalikan dari kebiasaan konseli sehari-hari. Kakak konseli juga berharap agar konseli bisa lebih terbuka pada kakak atau orangtuanya dan tidak menjadi anak yang pendiam tetapi menghanyutkan.

- 3) Data yang bersumber dari teman konseli  
Selain melakukan pendekatan dengan kakak konseli, konselor juga memberikan pertanyaan kepada teman dekat konseli guna untuk menggali informasi lebih mendalam terkait permasalahan yang dialami konseli. Dalam hal ini yang menjadi sumber data sekunder adalah teman konseli.

Menurut penjelasan dari teman dekat konseli yang kebetulan adalah tetangga satu desa dengan konselor, konseli merupakan anak yang menyenangkan, humoris, nggak neko-neko, pendiam, tidak banyak bicara dan misterius. Misterius disini diartikan sebagai anak yang terkadang terlihat seperti penuh rahasia. Selain itu menurut teman dekat konseli ini bahwa keseharian konseli saat sedang pergi bersama dengan dirinya adalah konseli selalu sibuk dengan handphonenya dan tidak pernah mau jika handphonenya dipinjam oleh oranglain bahkan temannya sendiri.

Tetapi teman dekat konseli ini juga tidak mengetahui apapun mengenai permasalahan yang sedang dialami oleh konseli, tetapi ia mengatakan bahwa akhir-akhir ini konseli sering curhat bahwa dirinya mengalami insomnia setiap hari dan selalu merasa gelisah tanpa menceritakan alasannya.<sup>55</sup>

4) Data yang bersumber dari saudara sepupu konseli

Selain memperoleh informasi dari teman dekat konseli, konselor juga melakukan pendekatan kepada saudara sepupu konseli yang kebetulan adalah tetangganya guna untuk memperoleh data secara lebih mendalam lagi. Dalam hal ini yang menjadi sumber data sekunder adalah saudara sepupu konseli yang sedikit banyak mengetahui kepribadian konseli selama dirumah.

Menurut sepupu konseli yang memang rumah mereka bersebelahan, bahwa konseli dikenal sebagai anak yang pendiam, pemalu, jarang keluar rumah, ajrang berinteraksi dengan tetangga tetapi anak yang rajin beribadah. Selain itu menurutnya konseli ini anak yang baik dan tidak terlalu suka nongkrong diluar sebagaiamana layaknya remaja laki-laki

---

<sup>55</sup> Hasil wawancara dengan teman konseli pada 7 oktober 2020

pada umumnya, konseli juga terlihat tidak terlalu memiliki banyak teman.<sup>56</sup>

## **b. Diagnosa**

Setelah mendapatkan informasi dari kakak konseli, teman konseli dan saudara sepupu konseli, mengenai permasalahan yang sedang dihadapi konseli. Konselor dapat mengetahui faktor-faktor yang menyebabkan konseli mengalami kecanduan pornografi. Berikut adalah hasil kesimpulan dari identifikasi masalah yang sudah konselor analisis. Yang menjadi penyebab kecanduan pornografi pada seorang remaja sebagai berikut :

- 1) Konseli merasa penasaran dengan pornografi setelah dihasut oleh teman teman sekolahnya.
- 2) Konseli merasakan kesenangan dan puas setelah melihat video video pornografi tersebut sehingga mengulanginya berkali kali.
- 3) Konseli mengetahui dirinya bermasalah tetapi tidak mau menceritakan kepada oranglain sehingga dirinya gelisah.

Berdasarkan identifikasi masalah yang didapatkan konselor dari pengumpulan data sebelumnya, konselor menetapkan masalah utama konseli yaitu merasa kecanduan pornografi.

---

<sup>56</sup> Hasil wawancara dengan sepupu konseli pada 24 September 2020

### **c. Prognosa**

Berdasarkan kesimpulan dan data yang sudah diambil dari hasil identifikasi masalah sekaligus diagnosa, dalam hal ini konselor menerapkan konseling islami dengan terapi dzikir untuk mengurangi kecanduan pornografi pada diri konseli, maksud dari terapi dzikir ini adalah agar konseli terbiasa berdzikir dan mengingat Tuhan, dan diharapkan konseli mampu menahan hasratnya dan berhenti melakukan hal hal negatif seperti sebelumnya. Sebab jika dalam hati konseli sudah tertanam rasa takut akan Tuhan dan iman dalam hatinya menjadi kuat maka akan mudah bagi konseli untuk mengontrol dirinya.

### **d. *Treatment* atau Terapi**

*Treatment* atau Terapi merupakan sebuah proses pemberian bantuan yang dilakukan konselor kepada konseli yang sedang mengalami masalah dan belum menemukan jalan keluar. Dalam hal ini, untuk membantu menyelesaikan permasalahan konseli, konselor menggunakan konseling islam dengan terapi dzikir untuk mengurangi kecanduan pornografi pada seorang remaja. Karena menurut konselor, terapi ini cocok untuk membantu mengatasi permasalahan konseli,

yaitu konseli merasa sudah sangat kecanduan dengan hal hal berbau pornografi.

Terapi dzikir ini sebagai bahan pembelajaran bagi konseli untuk melatih dirinya agar senantiasa mengingat Allah dan perlahan mampu mengontrol dirinya untuk tidak lagi melakukan hal-hal yang negatif serta merubah tingkah lakunya dalam menghadapi permasalahan hidupnya.

Berikut adalah tahapan terapi dzikir yang dilakukan untuk mengurangi kecanduan pornografi pada konseli :

1) Terapi Pertama

Untuk pertemuan pertama yang dilakukan pada tanggal 25 september 2020. Awal mula konselor bertemu dan berjabat tangan dengan penuh hangat, lalu konselor menanyakan kabar konseli saat itu. setelah konseli santai barulah konselor menjelaskan terapi dzikir yang akan digunakan untuk mengurangi kecanduan pornografi yang sedang dialami oleh konseli. Setelah memaparkan konsep dzikir harian yang akan digunakan nanti kemudian dilanjutkan bersama sama membaca lafadz dzikir harian tersebut.<sup>57</sup>

Setelah selesai membaca bacaan dzikir tersebut, lalu konselor mengakhiri pertemuan pertama ini dengan memberikan selebar kertas yang berisi lafadz dzikir

---

<sup>57</sup> Wawancara dengan konseli, pada tanggal 25 September 2020 di Rumah konseli

harian yang akan digunakan terhitung sejak tanggal 25 September 2020 tepat pada hari Jum'at sampai hari Kamis beserta jumlah berapa banyak dzikir tersebut harus dibaca, yaitu minimal 100 kali setiap harinya. Lalu kemudian konselor menutup kegiatan hari ini dan berpamitan pulang.

## 2) Terapi Kedua

Pada pertemuan selanjutnya yaitu pada tanggal 29 September 2020 bertempat di rumah konseli. Saat itu konselor mencoba menciptakan suasana agar santai dan tidak tegang dengan membangun trust, mencoba meyakinkan konseli agar percaya sepenuhnya kepada konselor yang juga sebagai peneliti bahwa dzikir yang digunakan ini dapat membantu dirinya menyelesaikan masalahnya.

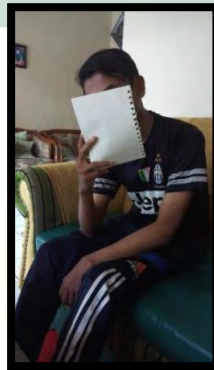
Kemudian proses terapi kedua ini berjalan dengan membaca setiap kalimat dzikir dan diikuti memahami makna setiap kalimatnya. Disini konselor membantu konseli memberikan pemahaman tentang makna dari setiap bacaan dzikir tersebut, tujuannya adalah agar konseli tidak hanya terbiasa membaca dzikir melainkan juga faham makna dibalik bacaan tersebut dan dapat mengamalkannya di kehidupan sehari-hari.

Setelah proses terapi tersebut selesai, konselor mencoba kembali komunikasi

dengan konseli dan memberikan konseli sebuah pertanyaan

*“kalau saya beri nilai skala 1-10, kira-kira tingkat kegelisahan dan ketakutan sampean sekarang ini ada di angka berapa?, angka 1 itu tidak gelisah sama sekali dan angka 10 sangat gelisah.”*<sup>58</sup>

**Gambar 4.1**



Pertanyaan yang konselor berikan sebagai teknik lain dalam merefleksikan perasaan konseli. Demikianlah penggambaran masalah yang dianalogikan dalam angka, dan konseli menjawab bahwa dirinya masih ada di angka 5 dan sangat berharap dapat turun menjadi angka 3. Digambarkan dengan perubahan yang mana konseli bisa mengurangi intensitasnya dalam rasa kecanduan ini, mampu mengontrol hawa nafsunya, tidak dihantui rasa bersalah dan

---

<sup>58</sup> Hasil wawancara dengan konseli pada tanggal 29 September 2020 di rumah konseli

berkurangnya perasaan berdosa juga dapat lebih tenang dalam menghadapi hari hari selanjutnya.<sup>59</sup>

Sebelum konselor mengakhiri proses terapi kedua ini, konselor menjelaskan sistem proses terapi selanjutnya kepada konseli. Konselor memberikan pengarahan dan pemahaman kepada konseli untuk melakukan terapi ini setiap hari secara mandiri di rumahnya, agar saat di pertemuan selanjutnya konselor bisa melakukan evaluasi dan melihat perkembangan konseli.

Berikut adalah lembar bacaan dzikir yang konselor berikan apda konseli :

**Tabel 4.5**  
**Bacaan Lafadz Dzikir Harian Imam**  
**Al-Ghazali**

HARI	JUMLAH	BACAAN
Jum'at	1000 kali	يَا الله
Sabtu	1000 kali	لا إله إلا الله
Minggu	1000 kali	يَا حَيُّ يَا قَيُّوْمُ
Senin	1000 kali	لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللهِ العَلِيِّ العَظِيمِ
Selasa	1000 kali	اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَيَّ مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ مُحَمَّدٍ

<sup>59</sup>Hasil wawancara dengan konseli pada tanggal 29 september 2020 di rumah konseli



Rabu	1000 kali	أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ الْعَظِيمَ
Kamis	1000 kali	سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ سُبْحَانَ اللَّهِ الْعَظِيمِ

Adapun fadilah dari membaca bacaan diatas adalah:

Jum'at : Ya Allah (*setiap satu kali bacaan nya Allah akan memberikan ketenangan hati kepada orang yang membacanya*)

Mengajarkan konseli berdoa dengan dzikir yang dikaitkan dengan masalah konseli :

“Ya Allah.. saya ingin masalah yang saya alami sata ini berakhir, Ya Allah saya ingin terbebas dari rasa kecanduan ini.. bantu saya Ya Allah”

Sabtu : Laillahailallah - “Tiada Tuhan selain Allah”

*(setiap kali menyebutnya, Allah akan hampir kepada kita dan Allah akan memberi segala kebaikan kepada kita)*

Mengajarkan konseli berdoa dengan dzikir yang dikaitkan dengan masalah konseli :

“Laillahailallah, tiada Tuhan selain Allah. Tiada tempat berserah selain kepadamu Ya Allah, saya serahkan segala urusan hidup saya kepadamu ya Allah.. berikan yang terbaik untuk saya Ya Allah”

Minggu: Yaa hayyu Yaa qayyum – “Wahai Rabb Yang Maha Hidup, wahai Rabb Yang Berdiri Sendiri tidak butuh segala sesuatu”

*(setiap kali membacanya, akan dihilangkan dari sifat yang bertentangan dengan sifat kehidupan (seperti dijauhkan dari penyakit, pen.) dan dapat dihilangkan dari sifat jelek lainnya)*

Mengajarkan konseli berdoa dengan dzikir yang dikaitkan dengan masalah konseli :

“Yaa Hayyu Yaa Qayyum..Engkau Rabb yang Maha Hidup dan Berdiri Sendiri, Engkau penguasa bumi ini, maka bantulah saya agar mampu melawan rasa nafsu saya, bantulah syaa melawan hasutan syaitan ini Ya Allah”

Senin : Laa haula wala quwwata illa billahil ‘aliyil ‘adzhim – “Tidak ada daya upaya dan kekuatan kecuali atas pertolongan Allah”

*(setiap kali bacaan, Allah akan memberi pahala sebesar Bukit Uhud dan Allah menghilangkan sifat-sifat mazmumah dalam diri kita)*

Mengajarkan konseli berdoa dengan dzikir yang dikaitkan dengan masalah konseli :

“Laa haula wala quwwata illa billahil ‘aliyil ‘adzhim, Tidak ada daya upaya dan kekuatan kecuali atas pertolonganmu Ya Allah. Bantu saya agar dapat terbebas dari rasa kecanduan ini Ya Allah, hanya Engkau yang mampu mengubah dan mentakdirkan segala-Nya, bantu sya dan beri saya kekuatan untuk mampu melwan rasa nafsu saya ini.”

Selasa : Allahumma solli'ala sayyidina muhammad – “Ya Allah limpahkanlah sholawat atas pemimpin kami Nabi Muhammad”

*(setiap satu kali bacaan, Allah akan mengampunkan dosa kita selama setahun)*

“Allahumma solli'ala sayyidina Muhammad, Ya Allah limpahkanlah sholawat atas Nabi Muhammad, Ya Allah jadikanlah saya kaum dan pengikut Nabi Muhammad yang selalu Engkau banggakan. Ingatkan lah saya agar senantiasa meneladani sifat baik Nabi Muhammad Ya Allah”

Rabu : Istighfar – “Aku memohon ampunan kepada Allah yang Maha Agung”

*(setiap satu bacaan, Allah akan hilangkan satu titik hitam di dalam hati)*

Mengajarkan konseli berdoa dengan dzikir yang dikaitkan dengan masalah konseli :

“Astaghfirullah hal adzhim.. Ya Allah saya mohon ampunan kepadamu atas dosa dosa saya yang sengaja ataupun tidak sengaja saya lakukan. Ya Allah maafkanlah segala kesalahan saya yang menyimpang dari agamaMu Ya Allah”

Kamis : Subhanallahil ‘adzhim subhanallah wabihamdihi – “Maha suci Allah dengan segala puji bagi-Nya, Maha Suci Allah yang Maha Agung”

*(setiap kali bacaan, Allah akan mengampunkan dosa kita sebanyak buih di lautan dan Allah*

*akan menghidupkan satu pohon buat kita di surga)*

Mengajarkan konseli berdoa dengan dzikir yang dikaitkan dengan masalah konseli :

“Subhanallaah wabihamdihi, Subhanallahil ‘adzhim.. Maha Suci Allah dengan segala puji bagi-Nya dan Maha Suci Allah yang Maha Agung. Engkau Maha Suci Ya Allah, maka sucikanlah hati saya dari segala sifat dan karakter buruk, suci kan lah saya dari segala dosa dosa kemaksiatan yang pernah saya lakukan Ya Allah.”

### 3) Terapi Ketiga

Terapi ketiga berlangsung di rumah konseli pada tanggal 6 Oktober 2020, saat itu konselor dan konseli sudah mulai akrab dan konseli juga sudah tidak terlihat canggung.

- a) konselor membuka obrolan dengan menanyakan kabar konseli dan kembali melakukan follow up serta perkembangan konseli selama 1 minggu kemarin.
- b) Pengarahan. Pada tahap ini konselor mengarahkan konseli untuk rileks dan kemudian membayangkan dosa dosa yang pernah dilakukan, meresapi dan menyesali dengan sepenuh hati. Lalu konselor juga meminta konseli untuk tidak menahan perasaan apapun, jika

memang sedih dan ingin menangis  
makan diluapkan saja.

Beberapa saat kemudian terlihat konseli  
mengeluarkan ekspresi sedih dan perlahan dia  
meneteskan air mata. Konseli terlihat sangat  
sedih dan tidak dapat membendung air mata nya.

**Gambar 4.2**



Setelah berbincang dengan konseli dan  
mengevaluasi hasil terapi selama seminggu  
kemarin, kemudian konselor mengajak konseli  
membaca lagi bacaan dzikir secara bersama  
sama dan mengakhiri sesi terapi hari itu.

#### 4) Terapi Keempat

Dalam proses terapi keempat ini  
dilakukan pada tanggal 14 Oktober 2020  
bertempat di rumah konseli. Pada proses ini  
konselor turut mengajak kakak perempuan

konseli untuk hadir dan mengikuti proses konseling. Disini tujuannya adalah agar konseli lebih berani dan percaya diri terhadap dirinya sendiri. Konselor menjelaskan kepada kakak konseli mengenai perkembangan konseli, konselor berharap kakak konseli bisa turut memberikan support dan motivasi kepada konseli agar konseli lebih berani dan yakin bahwa dirinya tidak sendiri.

Setelah berbincang dengan kakak konseli barulah konselor mengungkapkan maksud dan tujuan mengapa kakak konseli turut di hadirkan saat itu. dan respon kakak konseli sangat terbuka dan hangat, hal tersebut menunjukkan bahwa kakak konseli pun turut mendukung jalannya proses terapi ini.

Kemudian proses konseling diakhiri dengan membaca dzikir bersama sama dengan konseli dan kakaknya.

#### 5) Terapi Kelima

Terapi kelima dilakukan pada tanggal 21 Oktober 2020 di rumah konseli. Di pertemuan ini konselor kembali melakukan follow up kepada konseli mengenai perkembangannya selama seminggu kemarin.

Kemudian konselor mencoba mengajak konseli untuk fokus kembali dan merefresh mengenai pemahaman tentang dzikir. Konselor menanyakan kembali makna

makna apa yang terkandung dalam setiap bacaan dikir tersebut. Dengan situasi yang santai konseli menjelaskan kembali apa yang ia pahami. Terlihat konseli juga sudah hafal dan paham mengenai setiap bacaan dzikir tersebut. Lalu konselor juga mengevaluasi perubahan apa saja yang sudah dirasakan oleh konseli mulai dari kebiasaannya di rumah maupun di luar rumah. Konseli tampak snatai menjelaskan bahwa dirinya tidak lagi takut menolak jika teman teman di sekolahnya mengejeknya karena tidak mau diajak bermain bersama sebab konseli sudah menanamkan dalam hatinya tidak ingin terpengaruh lagi. Dari sini terlihat perkembangan konseli sudah membaik. Seperti biasa setiap selesai sesi konseling selalu di akhiri dnegan membaca dzikir bersama sama.

#### 6) Terapi keenam

Terapi ini masuk ke dalam tahap terapi terakhir, dilakukan pada tanggal 25 Oktober 2020 bertempat di rumah konseli. Pada tahap proses terapi yang terakhir ini konselor datang kerumah konseli kemudian memberi salam hangat kepada konseli. Konseli terlihat sumringah dengan kedatangan konselor. Dalam sesi konseling terakhir ini konselor mengajak konseli untuk sharing dan bertukar pendapat.

Dari semua proses hingga proses terakhir ini terlihat sekali perkembangan konseli. Hal itu juga diungkapkan oleh kakak konseli dan juga teman dekatnya bahwa sekarang konseli sudah seperti dulu, tidak lagi murung di kamar, dan menurut teman dekatnya konseli sekarang menjadi lebih humoris. Walau belum maksimal tetapi terlihat perubahan pada diri konseli perlahan membaik.

**e. Follow up (evaluasi)**

Dengan adanya evaluasi bertujuan untuk memudahkan konselor melihat sejauh mana konseling yang dilakukan oleh konseli sesuai dengan harapan dan hasilnya. Langkah follow up dilihat dari perkembangan konseli lebih jauh.

Di dalam follow up konselor juga kembali untuk melakukan observasi setelah selesai dilakukan terapi dan mengecek kebenaran perubahan yang terjadi pada konseli.

Selama proses konseling islami dengan menggunakan terapi dzikir untuk mengurangi kecanduan pornografi bagi seorang remaja di Desa Ketimang, konseli yang mengalami kecanduan dan merasakan kegelisahan akibat hal tersebut perlahan mulai mengalami perubahan yang signifikan yakni saat ini konseli sudah mampu mengontrol dirinya untuk tidak membuka video-video pornografi tersebut karena



konseli merasa Allah selalu memperhatikan setiap perilakunya walau di tempat yang sepi sekalipun. Konseli saat ini juga sudah sedikit terbuka dengan kakak dan ibunya.

Tentu saja proses konseling yang dilakukan di Rumah konseli ini tidak berlangsung dalam waktu singkat, perubahan yang ditunjukkan memang sedikit sedikit bertambah dan konselor meyakini betul bahwa konseli mampu memperbaiki dirinya secara bertahap.

## **2. Deskripsi hasil dari proses Konseling Islam dengan Terapi Dzikir untuk Mengatasi Kecanduan Pornografi Pada Seorang Remaja Di Desa Ketimang**

Setelah serangkaian tahapan dalam proses konseling dengan pendekatan konseling Islam dengan Terapi Dzikir untuk mengatasi kecanduan pornografi pada seorang remaja di Desa Ketimang, yang dilaksanakan dengan baik. Maka didapatkan hasil yang menunjukkan bahwasanya kegelisahan dan ketakutan yang diakibatkan oleh kecanduan pornografi pada diri konseli mulai menunjukkan perubahan yang berarti bagi diri konseli sendiri. Konselor melakukan observasi dan wawancara kembali secara langsung terhadap konseli dengan cara mendatangi rumahnya dan kemudian

mewawancarai kakak konseli dan saudara sepupunya yang rumahnya bersebelahan dengan rumah konseli. Wawancara ini bertujuan untuk memastikan kebenaran bahwa benar adanya perubahan terjadi pada diri konseli.

Adapun hasil perubahan yang ditampilkan oleh konseli adalah sebagai berikut : konseli sudah mau terbuka dan bercerita dengan kakak atau ibunya, konseli tidak lagi sibuk dnegan handphonenya dan mulai melakukan aktifitas diluar kamar, sudah tidak lagi mengalami kesulitan tidur di malam hari dan kegelisahan hatinya sudah berkurang.

Penelitian ini dilakukan terhitung sejak 25 September 2020 sampai dengan 25 Oktober 2020 genap satu bulan peneliti melakukan penelitian ini.

Dengan melihat hasil yang di dapat maka dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan proses konseling melalui terapi dzikir kepada konseli yang mengalami kecanduan dan berakibat munculnya kegelisahan dapat berhasil dengan melihat perkembangan yang dialami oleh konseli yang bisa dibilang cukup signifikan.

**Tabel 4.6**  
**Kondisi Konseli Setelah Bimbingan**

NO	KONDISI KONSELI SETELAH DIBERI BIMBINGAN
----	------------------------------------------

1.	Sudah mulai bersosialisasi
2.	Membolehkan oranglain meminjam HP nya
3.	Intensitas mengakses video berkurang

### C. Pembahasan Hasil Penelitian (Analisis Data)

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan analisis deskriptif komparatif yakni dengan membandingkan konseli sebelum proses konseling dan sesudah dilakukannya proses konseling.

Berikut ini adalah merupakan data tentang proses pelaksanaan serta hasil akhir dari pelaksanaan Konseling Islam Dengan Terapi Dzikir Untuk Mengatasi Kecanduan Pornografi pada Seorang Remaja Di Desa Ketimang

Dari serangkaian tahapan proses konseling yang dilakukan oleh konselor yakni, identifikasi, diagnosis, prognosis, treatment atau terapi, dan follow up (evaluasi). Analisis dilakukan oleh konselor agar bisa membandingkan data teori dan data yang ada di lapangan.

#### 1. Perspektif Teoritis

Berikut adalah perbandingan data antara teori yang digunakan dengan data temuan yang ada di lapangan sebagai berikut :

**Tabel 4.7**

## Perbandingan data Teori dan data Lapangan

No.	Data Teori	Data Lapangan
1.	<p><b>Identifikasi masalah</b> yaitu langkah dimana konselor mengetahui masalah serta gejala nampak yang dialami oleh konseli.</p>	<p>Dalam melakukan kegiatan proses konseling yang dilakukan di rumah konseli di Desa Ketimang, konselor mengumpulkan sumber data melalui wawancara konseli secara langsung serta juga kerabat yang mengenal konseli seperti kakak kandung konseli, saudara yang juga merupakan tetangga konseli dan teman dekat konseli. Setelah melakukan wawancara dan observasi, diketahui bahwa konseli memiliki kebiasaan buruk yang menyebabkan dirinya mengalami kecanduan yaitu kecanduan pornografi, dampak dari kecanduan tersebut menyebabkan dirinya mengalami kegelisahan hati karena kecanduan pornografi. Hal itu ditunjukkan berdasarkan pengamatan konselor dengan melihat konseli</p>

		yang seringkali nampak cemas, takut, tertutup dan suka menyendiri dikamarnya.
2.	<b>Diagnosa</b> yaitu menetapkan masalah yang sedang terjadi pada diri konseli.	Berangkat dari identifikasi masalah yang dialami oleh konseli. Maka konselor menyimpulkan bahwa permasalahan yang tengah dialami konseli adalah kegelisahan hati karena kecanduan pornografi. Dengan demikian gejala yang ditimbulkan akibat kecanduan pornografi tersebut bermula karena konseli merasa bersalah dan dihantui rasa berdosa yang diiringi dengan kegelisahan hati hebat dan terkadang merasa berdebar debar, hal ini termasuk kedalam masalah psikis atau kejiwaan. Akibatnya akan menjadi tertekan dan mengalami kesulitan dalam memusatkan konsentrasi pikiran, melemahkan motivasi dan daya juang anak sampai pada akhirnya anak tidak mampu mengaktualisasikan

		kemampuannya dengan baik.
3.	<b>Prognosis</b> yakni menentukan jenis bantuan atau terapi yang akan digunakan sesuai dengan permasalahan yang dialami oleh konseli.	Berdasarkan hasil diagnosa yang telah disebutkan diatas, maka disini konselor menggunakan terapi dzikir harian sebagai alternatif bagi konseli untuk membantu mengatasi kecanduannya. Terapi dzikir ini dianggap sesuai dengan konseli yang tengah merasa gelisah dan dihantui rasa berdosa karena kecandua pornografi, sekaligus pengingat untuk kita sebagai makhluk ciptaan-Nya.
4.	<b>Treatment</b> adalah sebuah proses pemberian terapi terhadap konseli dengan berdasarkan prognosis yang telah ditentukan.	Terapi dilakukan di rumah konseli di Desa Ketimang, disini konselor memberikan terapi dzikir harian kepada konseli, sekaligus mengarahkan bagaimana menjalankan terapi dzikir untuk mengatasi kecanduan pornografi yang tengah dialami oleh konseli.
5.	<b>Follow up</b> yaitu tindak lanjut untuk mengetahui	Upaya yang dilakukan konselor adalah dengan

	sejauh mana terapi yang telah dilakukan atau digunakan berhasil.	melakukan pengamatan dan wawancara kembali terhadap konseli, kakak kandung konseli, dan saudara konseli yang kebetulan rumahnya bersebalahan dengan rumah konseli untuk memastikan perubahan yang dialami oleh konseli ketika sebelum dan sesudah di terapi.
--	------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa analis proses konseling Islam yang dilakukan konselor telah sesuai dengan prosedur-prosedur yang ada di konseling dengan meliputi : identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, treatment atau terapi, serta tindak lanjut (follow up). Berdasarkan keterangan diatas, proses konseling yang dilakukan oleh konselor di tempat tinggal konseli yaitu yang terletak di Desa Ketimang telah sesuai secara teori bimbingan dan konseling Islam.

**Tabel 4.8**  
**Perbandingan kondisi konseli sebelum dan sesudah diberi Bimbingan**

NO	KONDISI KONSELI	SEBELUM			SESUDAH		
		A	B	C	A	B	C
1.	Suka menyendiri			√	√		
2.	Tidak memperbolehkan orang lain meminjam HP nya			√	√		
3.	Intensitas menonton video porno sering			√		√	

Keterangan :

- A : Tidak pernah
- B : Kadang - kadang
- C : Masih dilakukan / sering

## 2. Perspektif Keislaman

Dari sisi keislaman, salah satu perintah Allah yang harus disampaikan Nabi Yahya kepada umatnya (Bani Israil) berbunyi, "Allah memerintahkan kalian untuk berzikir dengan banyak mengingat Allah, karena sesungguhnya perumpamaan hal ini seperti keadaan seorang lelaki yang dikejar-kejar musuh yang memburunya dengan cepat dari belakang. Kemudian lelaki itu sampai ke suatu benteng, lalu ia berlindung di dalam benteng itu (dari kejaran musuhnya). Sesungguhnya tempat yang paling kuat bagi seorang hamba untuk melindungi dirinya dari setan ialah bila ia



selalu dalam keadaan berzikir mengingat Allah SWT." (HR Hakim).

Mengingat Allah dan diingat oleh Allah akan membuat hati seseorang menjadi tenteram, Allah berfirman,

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ  
تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ  
الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ طُوبَى لَهُمْ وَحُسْنُ  
مَآبٍ

"Orang-orang yang beriman yang hati mereka menjadi tentram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah, hati menjadi tentram. Dan orang yang hatinya tenteram adalah orang-orang yang beriman dan mengerjakan kebajikan, mereka mendapat kebahagiaan dan tempat kembali yang baik. (QS. Al Ra'd [13]: 28-29).<sup>60</sup>

Kedua ayat ini memberikan sebuah gambaran kepada kita bahwa hakikat dzikrullah (mengingat Allah) bukan hanya menyebut nama Allah secara lisan, melainkan juga harus diikuti dengan keimanan dan amal saleh. Artinya, orang yang berzikir (mengingat Allah) harus benar benar yakin bahwa Allah selalu hadir dan memantau semua perbuatannya. Bahkan, pemantauan ini tidak hanya secara lahir, tetapi juga secara batin dari perbuatan tersebut. Dengan adanya keyakinan akan pemantauan seperti ini, seseorang akan selalu

---

<sup>60</sup> Al-Qur'an, Ar Ra'd ayat 28 - 29

mawas diri agar tidak terjerumus kepada hal-hal yang tidak diridhai oleh Allah SWT.

Zikir merupakan hisnul Mukmin atau benteng seorang Mukmin dari kekuatan-kekuatan di luar dirinya, terutama sekali kekuatan iblis yang nyata dan benar-benar ada walaupun tidak kasat mata. Orang yang banyak berzikir (mengingat Allah) akan diingat oleh Allah dan semakin dekat dengan-Nya sehingga akan mendapat perlindungan-Nya.

Faidah berdzikir salah satunya dapat menghilangkan kerisauan dan kegelisahan serta mendatangkan kegembiraan dan kesenangan, selain itu berdzikir juga dapat memunculkan sifat *muraqabah* (merasa diawasi Allah) yang mengantarkan pada kondisi ihsan yaitu kondisi saat hamba menyembah Allah seolah-olah sedang melihatnya.<sup>61</sup>

---

<sup>61</sup> Lukman Junaidi, *The Power of Wirid*, (Jakarta : Mizan Publika, 2007), 10

# **BAB V**

## **PENUTUP**

### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisa tentang proses konseling dan temuan selama penelitian dengan menggunakan terapi dzikir untuk mengurangi kecanduan pornografi pada seorang remaja, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Proses konseling islami dengan menggunakan terapi dzikir dilakukan secara sistematis dan terstruktur. Pelaksanaan terapi dilakukan melalui langkah yakni melakukan identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, terapi, evaluasi dan follow up. Proses terapi dzikir ini yaitu dengan membaca dzikir harian Imam Al Ghazali minimal sebanyak 1000 kali setiap harinya. Konselor membimbing kepada konseli mengenai bacaan dzikir serta memberikan pemahaman maknanya dan menerapkan dalam kehidupan sehari hari. Selanjutnya dilakukan secara mandiri dirumah oleh konseli dan akan di evaluasi setiap minggunya.
2. Hasil dari proses terapi dzikir untuk mengurangi kecanduan pornografi pada seorang remaja ini dapat dikatakan cukup berhasil. Konseli mengalami perubahan dalam dirinya, meskipun tidak secara drastis namun terlihat adanya perubahan ke arah

yang jauh lebih baik, terlihat dari beberapa perilakunya yang dapat dilihat setelah proses terapi. Adapun aspek perubahan yang ada di dalam diri konseli antaranya yaitu konseli sudah mampu terbuka dengan orang lain terutama keluarganya (kakaknya), konseli tidak lagi mengurung diri di kamar, tidak lagi mengalami kesulitan tidur di setiap malam, mampu sedikit mengontrol dirinya untuk tidak melihat video-video porno lagi walaupun masih sesekali kecolongan tetapi konseli sudah berhasil mengurangi intensitas dalam mengakses video video tersebut. Selain itu konseli juga perlahan sudah kembali seperti biasanya yaitu humoris, rajin beribadah ke masjid, mengaji dan sesekali bercerita ke ibunya. Dan hal yang paling dapat terlihat perubahannya adalah konseli tidak lagi merasa gelisah hebat dan perlahan rasa bersalah dan berdosa nya sedikit berkurang. Hal – hal tersebut sesuai dengan target konseling dan penelitian yang berfokus untuk mengurangi kecanduan pornografi pada konseli.

## **B. Saran**

Berdasarkan proses terapi dan hasil dari penelitian yang telah peneliti lakukan, maka peneliti dapat memberikan saran kepada :

### **1. Konselor**

Diharapkan bagi konselor agar selalu berusaha meningkatkan kemampuan keterampilan konselingnya, memperluas

wawasan serta pengalamannya sehingga nantinya bisa bermanfaat bagi banyak orang.

2. Pembaca

Kepada para pembaca hasil dari penelitian ini semoga bisa menjadi sebuah referensi bagi penyelesaian masalah yang sedang dihadapi atau sebagai pandangan untuk meminimalisir adanya masalah yang merujuk pada kecanduan maupun kegelisahan hati seseorang. Dan tentunya sebagai bahan referensi dalam menjaga, mengontrol, dan menguatkan hati agar tidak sampai memiliki permasalahan seperti yang sudah di paparkan pada penelitian ini. Namun karena penelitian ini masih jauh dari kata sempurna maka diharapkan bagi pembaca untuk bisa mengambil kebaikan dan terus memperbaiki wawasan dan pengalaman sehingga nantinya bisa dipadukandengan apa yang ada di dalam penelitian ini.

3. Peneliti selanjutnya

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kata sempurna, untuk itu peneliti mengarahkan pada penelitian selanjutnya agar melakukan pengkajian yang lebih dalam mengenai terapi dzikir yang digunakan untuk mengurangi kecanduan pornografi pada seorang remaja, sehingga nantinya akan mampu menyempurnakan penelitian ini dan dapat membuat penelitian yang lebih mendalam lagi. Sehingga dapat

meminimalisir adanya kekurangan dalam proses penelitian.

### **C. Keterbatasan penelitian**

Pada penelitian ini memiliki hasil dan proses yang bisa dikembangkan lebih luas lagi. Baik dari kajian teori serta teknik dan proses berlangsungnya terapi. Sehingga mengurangi adanya keterbatasan dalam proses penelitian. Adapun keterbatasan penelitian yang dialami oleh peneliti yaitu konseli seorang remaja yang memang sedikit pendiam sehingga untuk menggali data dan informasi diperlukan cara yang sesuai agar konseli mau bercerita lebih jauh dan jujur dan juga diperlukan kemampuan untuk membangun suasana nyaman demi kesuksesan proses konseling.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahman & Soejono. 2012. *Metode Penelitian Suatu Pemikiran dan Penerapan*, Jakarta : Rineka Cipta
- Al-Ghifari, Abu. 2002. *Gelombang Kejahatan Seks Remaja*, Bandung : Mujahid
- Amin, Samsul Munir & Haryanto Al-Fandi. 2008. *Energi Dzikir*, Jakarta:Amzah
- Anggraeni, Widuri Nur. Pengaruh Terapi Relaksasi Zikir untuk Menurunkan Stres pada Penderita Hipertensi Esensial, *Jurnal Intervensi Psikologi*, Vol 6 No. 1, 2014
- Ansori. 2003. *Dzikir demi Kedamaian Jiwa* , Yogyakarta : Pustaka pelajar
- Asti, Badiatul Muchlisin. 2004. *Remaja Dirantai Birahi (Kupas Tuntas Pornografi dalam Perspektif Islam)*, Bandung : Pustaka Ulumudin
- Bakar, Abu Atjeh. 1993. *Pengantar Ilmu Tarekat* , Solo : Ramdani
- Bakran, Hamdani. 2006. *Konseling dan Psikoterapi Islam*, Yogyakarta : Fajar Pustaka Baru

- Faisal, Sanapiah. 1992. *Format-format Penelitian Sosial*, Jakarta : Rajawali Press
- Ghofur, Saiful Amin. 2010. *Rahasia Dzikir dan Doa*, Jogjakarta: Darul Hikmah
- Hanifah, Asrini. *Pengaturan Penegakan Hukum Terhadap Pornografi di Internet (Cyberporn) sebagai Kejahatan Mayantara*, Skripsi Universitas Sebelas Maret, 2009
- Hasan, Mimunah. 2001. *Al-Qur'an dan Pengobatan Jiwa*, Yogyakarta : Bintang Cemerlang
- Imawati, Diana & Meyritha Trifina Sari. "Studi Kasus Kecanduan Pornografi Pada Remaja" *Jurnal Psikologi*, vol. 1, no 2, 2018
- Junaidi, Luqman. 2007. *The Power of Wirid : Rahasia dan Khasiat Zikir setelah Shalat untuk Kedamaian Jiwa dan Kebugaran Raga*, Jakarta : Mizan Publika
- Karzon. 2007. *Tazkiyatun Nafs Gelombang Energi Penyucian Jiwa Menurut Al-Qu'an dan Assunnah di Atas Manhaj Salafus Shalih*, Jakarta : Akbar Media



- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan perlindungan Anak Republik Indonesia, *Creative Digital Education*, kakatu ekskul
- Mansur, Tohari. 1992. *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami*, Jakarta : UII Press
- Mariyati, Novy Daulima & Mustikasari. “Terapi Kognitif Perilaku Dan Terapi Kelompok Swabantu Untuk Menangani Ansietas Remaja Dengan Kecanduan Pornografi” *Proceeding Unissula Nursing Conference*
- Moleong, Lexy J. 2013. *Metodologi penelitian Kualitatif*, Bandung : Remaja Rosdakarya
- Moleong, Lexy J. 2013. *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Edisi Revisi, Bandung: Remaja Rosdakarya
- Musnamar, Thohari. 1992. *Dasar – Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami* , Yogyakarta : UII Press
- Mustika, *Pornografi di Internet, Larangan Al-Qur’an dan Potensi Kerusakan Otak*
- Mutiara, Puput. *Dzikir Sembuhkan penyakit Hati*, [www.mediaindonesia.com-dzikir-semuhkan-penyakit-hati](http://www.mediaindonesia.com-dzikir-semuhkan-penyakit-hati)

- Nawawi, Ismail. 2008. *Risalah Pembersih Jiwa : Terapi Perilaku Lahir & Batin Dalam Perspektif Tasawuf*, Surabaya : Karya Agung Surabaya
- Nazir, Moh. 2011. *Metode Penelitian. Cetakan 6*, Bogor : Ghalia Indonesia
- Rachman, Fauzi. 2013. *50 Ibadah Ringan Berpahala Besar*, Bandung : Mizan Pustaka
- Safaria, Triantoro & Nofrans Eka Saputra, *Manajemen Emosi: Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif dalam Hidup Anda*
- Shihab, Quraish. 2018. *Wawasan Al-Qur'an tentang Zikir dan Doa*, Tangerang : Lentera Hati
- Solihin. 2004. *Terapi Sufistik*, Bandung : Pustaka setia
- Strauss, Anselm Strauss & Juliet Corbin. 2003. *Dasar-Dasar Penelitian Kualitatif*, Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Sugiyono, 2005. *Memahami Penelitian Kualitatif*, Bandung : Alfabeta
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Bandung: Alfabeta

- Sutoyo, Anwar. 2013. *Bimbingan dan Konseling Islami (Teori & Praktik)*, Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Syam, Nur Syam. 1991. *Metode Penelitian Ilmu Dakwah*, Solo : CV. Romadhoni
- Syukur, Amin. 2012. *Sufi Healing, Terapi dengan Metode Tasawuf*, Jakarta: Erlangga
- Thakkar. 2006. *Addiction*, Newyork : Infobase Publishing
- Widyatusti, Tria, Moh. Abdul Hakim & Salmah Lilik, “Terapi Zikir sebagai Intervensi untuk Menurunkan Kecemasan pada Lansia” *Gajah Mada Journal of Professional Psychology Vol. 5 No.2* , 2019
- Wikipedia , *Pornografi*, <https://id.wikipedia.org/wiki/Pornografi>
- Witasari, Hotnarida. “Kerjasama Guru Bimbingan dan Konseling dengan Orangtua dalam Pengentasan Masalah Siswa Menonton Video Porno” *Jurnal Konseling dan Pendidikan. Universitas Negeri Padang*, 2013

Yusuf, Syamsu & Juntika Nurihsan. 2008. *Landasan Bimbingan dan Konseling*, Bandung : Remaja Rosdakarya

Zuhra, Cut Intan. 2017. *Zikir sebagai Psikoterapi*, Yogyakarta : Pustaka Pelajar

