



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

**TERAPI *BEHAVIOR* DENGAN ISTIGHFAR DAN  
SHOLAWAT UNTUK MENGATASI KEBIASAAN  
MEMAKI PADA SEORANG REMAJA DI DESA  
KLOPOSEPULUH KECAMATAN SUKODONO  
SIDOARJO**

**SKRIPSI**

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

**Oleh :**

**Ahmad Hilmi Enha**

**B93218123**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
ISLAM  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL  
SURABAYA  
2022**

## PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Nama : Ahmad Hilmi Enha

NIM : B93218123

Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan dengan ini bahwa skripsi yang berjudul *Terapi Behavior Dengan Istighfar Dan Sholawat Untuk Mengatasi Kebiasaan Memaki Pada Seorang Remaja Di Desa Kloposepuluh Kecamatan Sukodono Sidoarjo*, merupakan karya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti pernyataan saya ini tidak benar atau ditemukanya pelanggaran atas skripsi saya ini, saya siap menerima sanksi akademik yang telah ditentukan.

Sidoarjo, 18 Januari 2022

Yang Menyatakan,



Ahmad Hilmi Enha

NIM. B93218123

## **PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING**

Nama : Ahmad Hilmi Enha

NIM : B93218123

Judul Skripsi : Terapi *Behavior* Dengan Istighfar Dan Sholawat Untuk Mengatasi Kebiasaan Memaki Pada Seorang Remaja Di Desa Kloposepuluh Kecamatan Sukodono Sidoarjo.

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Sidoarjo, 18 Januari 2022

Dosen Pembimbing,



**Mohamad Thohir, M.Pd.I**

**NIP.197905172009011007**

**LEMBAR PENGESAHAN TIM PENGUJI SKRIPSI**  
**Terapi *Behavior* Dengan Istighfar Dan Sholawat Untuk**  
**Mengatasi Kebiasaan Memaki Pada Seorang Remaja Di Desa**  
**Kloposepuluh Kecamatan Sukodono Sidoarjo**  
**SKRIPSI**

Disusun Oleh:  
Ahmad Hilmi Enha  
(B93218123)

Tim Penguji

Penguji 1



MOHAMAD THOHIR, M.Pd.I  
NIP. 197905172009011007

Penguji 2



Dr. AGUS SANTOSO, S.Ag., M.Pd  
NIP. 197008251998031002

Penguji 3



Yusria Ningsih, S.Ag, M.Kes  
NIP. 197605182007012022

Penguji 4



Dr. H. CHOLIL, M.Pd.I  
NIP. 196506151993031005

Surabaya, 20 Januari 2022,  
Dekan,



  
Prof. H. Agus 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](mailto: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 : Ahmad Hilmi Enha  
NIM : B93218123  
Fakultas/Jurusan : FDK/Bimbingan dan Konseling Islam  
E-mail address : [Hilmienha007@gmail.com](mailto:Hilmienha007@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 :

TERAPI *BEHAVIOR* DENGAN ISTIGHFAR DAN SHOLAWAT UNTUK MENGATASI KEBIASAAN

MEMAKI PADA SEORANG REMAJA DI DESA KLOPOSEPULUH KECAMATAN SUKODONO SIDOARJO

---

beserta 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,

Penulis

(  
*Ahmad Hilmi Enha*  
)











































































































- yang artinya, “Barangsiapa yang berdoa kepadaku satu kali, Allah akan menuliskan untuknya 10 kebaikan.”
- c) Derajatnya diangkat derajatnya di sisi Allah SWT Dalam sebuah hadist yang diriwayatkan pada suatu pagi Nabi terlihat sedang berbahagia. Kegembiraan terlihat jelas di wajahnya. Kemudian para sahabat bertanya, “Ya Rasulullah, pagi ini kamu terlihat bahagia yang terlihat dari cerahnya wajahmu.” Dia berkata, “Itu benar. Tadi malam saya bertemu dengan utusan Allah SWT yang Mahakuasa. Beliau bersabda, “Barangsiapa di antara kaummu yang berdoa kepadamu satu kali, maka Allah akan menuliskan baginya 10 kebaikan, menghilangkan 10 keburukan darinya, mengangkatnya 10 derajat, dan mengembalikannya 10 derajat.
- d) Shalawat menghapus dosa kecil. Pada bukunya Asyifa, Aidh Al Qarani mengutip seorang atsar yang dikaitkan dengan Abu Bakar Ash-Siddiq RA. Kutipan tersebut menyatakan, "Sholawat kepada Nabi Muhammad SAW dapat memadamkan atau menghapus dosa lebih dari air dingin memadamkan api. Mengucapkan salam kepada Rasulullah SAW lebih afdhol dari pada membebaskan budak-budak."
- e) Berkumpul di Surga bersama Rasulullah SAW. Dalam sebuah hadits Rosulullah bersabda, “Orang yang paling berhak bersamaku di hari















- d) Diterbitkan : Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
- e) Isi penelitian : Proses penelitian menggunakan terapi realitas dengan istighfar dan sholawat untuk membantu meningkatkan manajemen diri remaja di Tambak Sawah telah dilakukan dengan lima tahapan terapi yaitu identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, pengobatan dan evaluasi / tindak lanjut, di antaranya Teknik yang digunakan dalam *treatment* adalah yang pertama *Want* (apa yang diinginkan) yaitu konselor meminta konseli untuk mengungkapkan keinginannya kepada dirinya sendiri, dan orang tuanya: yang kedua adalah *Doing* (apa yang dilakukan) yaitu konselor meminta konseli untuk menjelaskan beberapa sikap dan perilaku yang saat ini sedang dilakukan untuk mencapai keinginan yang diharapkan : membaca istighfar yaitu memohon ampun kepada Allah atas segala dosa yang telah dilakukan konseli dan memohon kepada Allah agar selalu dimudahkan segala komitmen yang telah disepakati konseli : *Evaluation* (penilaian diri secara cermat) yaitu konselor mendorong konseli untuk menyadari perilaku-perilaku yang dilakukan dan selama ini dan membandingkan menjadi perilaku yang berada di antara perilaku yang menguntungkan dan perilaku yang tidak menguntungkan dan baik bagi konseli: *Plan* (merencanakan tindakan yang bertanggung

















































konseli dengan teknik wawancara. Konselor juga mewawancarai *significant other*. Konselor juga melakukan observasi atau pengamatan terhadap perilaku-perilaku yang tampak pada konseli. Setelah itu, konselor mengulas kembali permasalahan yang ada pada konseli secara detail

Konselor menanyakan beberapa pertanyaan kepada konseli terkait apa alasan konseli memaki temannya. Dari pernyataan konseli, dia sering memaki saat sedang kesal terhadap temannya, dan ketika bermain game online dengan temannya yang menjadi beban diperguruan tersebut. Konseli menjelaskan bahwa setiap dua faktor itu terjadi ia akan melontarkan kata makian. Dia hanya memaki terhadap temannya. Akibatnya ia sering dianggap tidak memiliki sopan santun jika berbicara, meskipun dengan temannya. Bentuk-bentuk makian yang diucapkan konseli merupakan kata-kata yang dapat menimbulkan rasa sakit hati terhadap ucapannya. Adapun kata-kata makian yang biasa diucapkan oleh konseli pada temannya “*cok, matamu, ndas taek, bangsat, goblok, anjeng, asu, kontol.*”. Ketika ia sedang kesal atau suasana hatinya tidak kondusif ia bisa mengeluarkan kalimat makian tersebut pada temannya baik itu secara langsung maupun secara tidak langsung, seperti di media sosial.









menetapkan *treatment* yang akan diberikan kepada konseli. *Treatment* yang diberikan menyesuaikan dari permasalahan yang dialami konseli. Konselor menetapkan terapi yang paling sesuai untuk mendapatkan hasil yang maksimal untuk menghadapi permasalahan-permasalahan tersebut.

Pada tahap prognosis konselor menetapkan menggunakan Terapi *behavior* menggunakan istighfar dan sholawat. Peneliti menggunakan Terapi *behavior* menggunakan istighfar dan sholawat dikarenakan, dengan menggunakan terapi ini diharapkan dapat merubah kebiasaan konseli yang sering memaki tersebut. Kebiasaannya itu merupakan kebiasaan negatif yang dapat menghasilkan dosa, serta pengaruh jelek di lingkungan sosialnya. Konseli berharap dengan adanya terapi Terapi *behavior* menggunakan istighfar dan sholawat tersebut konseli selalu dalam keadaan hati yang bersih serta selalu mengingat Allah bahwasanya Allah itu maha melihat dan Allah itu maha pengampun. Konselor memberikan terapi *Behavior* dengan teknik *Modeling* (pencontohan), agar proses konseling lebih efektif. Dalam teknik *modeling*, konselor menggunakan model simbolik dengan tokoh yang diambil dari film pendek.





























		memaki karena dengan memaki, ia dapat meluapkan kekesalannya tersebut. Ia meluapkan kekesalannya dengan memaki dikarenakan ia tidak bisa melakukan pengendalian emosi terhadap dirinya sendiri.
2.	Diagnosis	Dalam penelitian ini konselor melakukan diagnosis masalah yang dihadapi konseli yaitu konseli mempunyai kebiasaan memaki temannya pada situasi tertentu, dan hal tersebut dapat mempengaruhi dirinya dalam kehidupan bersosialnya.
3.	Prognosis	Dalam hal ini konseli menetapkan teknik terapi <i>behavior</i> dengan istighfar sholawat untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi oleh konseli.
4.	<i>Treatment</i> atau terapi	Dalam hal ini konselor



































