



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

**Penerapan Terapi Behavior dalam Perspektif
Islam untuk Mengubah Perilaku Agresif
pada Seorang Santri di Pondok Pesantren
Darunnadwah Al-Yamini, Lombok Tengah**

Skripsi

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

Oleh:

Sukran Nikmah (B53218065)

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

2022

PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sukran Nikmah

NIM : B53218065

Prodi : Bimbingan Konseling Islam

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul *Penerapan Terapi Behavior dalam Perspektif Islam untuk Mengubah Perilaku Agresif Seorang Santri di Pondok Pesantren Darunnadwah al-Yamini, Lombok Tengah* merupakan karya saya sendiri.

Jika terdapat pelanggaran pada skripsi saya ini, maka saya bersedia untuk diberikan sanksi sebagaimana yang telah ditetapkan.

Lajut, 21 Januari 2022

Yang membuat pernyataan



Sukran Nikmah

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Nama : Sukran Nikmah

NIM : B53218065

Program Studi : Bimbingan Konseling Islam

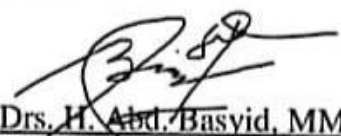
Judul Skripsi : Penerapan Terapi Behavior dalam Perspektif Islam untuk Mengubah Perilaku Agresif pada Seorang Santri di Pondok Pesantren Darunnadwah Al-Yamini, Lombok Tengah

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan

Surabaya, 27 Januari 2022

Menyetujui

Pembimbing,



Drs. H. Abd. Basyid, MM
NIP. 196009011999003100

PENGESAHAN TIM PENGUJI

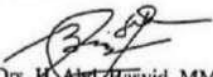
Penerapan Terapi Behavior dalam Perspektif Islam untuk Mengubah Perilaku Agresif Santri di Pondok Pesantren Darunnadwah Al-Yamini, Lombok Tengah.

Disusun Oleh


Sukran Nikmah B53218065

Telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana
Strata Satu Pada tanggal 27 Januari 2022

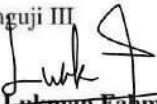
Penguji I


Drs. H. Abd. Basvid, MM
NIP. 196009011999003100

Penguji II


Dra. Fazah Noer Laela,
M.Si
NIP. 196012111992032001


Penguji III


Dr. Lukman Fahmi, S.Ag, M.Pd
NIP. 197311212005011002

Penguji IV


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

di Yogyakarta, 27 Januari 2022


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 : Sukran Nikmah
NIM : B53218065
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Komunikasi/Bimbingan Konseling Islam
E-mail address : nikmah232000@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 :

Penerapan Terapi Behavior dalam Perspektif Islam untuk Mengubah Perilaku Agresif

pada Seorang Santri di Pondok Pesantren Darunnadwah al-Yamini, Lombok Tengah.

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.

Lajut, 7 Februari 2022

Penulis

(Sukran Nikmah)



ABSTRAK

Sukran Nikmah (B53218065), *Penerapan Terapi Behavior dalam Perspektif Islam untuk Mengubah Perilaku Agresif Seorang Santri di Pondok Pesantren Darunnadwah Al-Yamini, Lombok Tengah.*

Peneliti mengangkat sebuah masalah tentang santri yang memiliki masalah perilaku agresif verbal di Pondok Pesantren Darunnadwah al-Yamini, Lombok Tengah. Langkah-langkah yang digunakan yaitu : 1). Konselor menjelaskan konsep dan tujuan terapi behavior serta pola konseling Islam. 2). Memberikan sebuah terapi modelling dan belajar kecerdasan emosional. 3). Konselor memandu proses terapi Behavior. Sedangkan metode yang digunakan yaitu metode deskriptif kualitatif dengan menggunakan analisis deskriptif komparatif. Tujuan analisis tersebut yaitu untuk mengetahui deskripsi yang sudah di dapatkan dilapangan tentang penelitian yang dilakukan. Analisis ini juga untuk membandingkan hasil sebelum dan sesudah pemberian terapi dengan cara observasi, wawancara, dan dokumentasi. Berdasarkan hasil analisis, terdapat perubahan yang di alami konseli setelah pemberian terapi. Konseli sudah mampu untuk mengontrol emosinya, lebih memperhatikan teman ketika berbicara, tidak membentak ataupun meneriaki temannya. Konseli juga sudah mengalihkan perilaku yang tidak baik dengan menghabiskan waktu yang lebih bermanfaat.

Kata Kunci : *Terapi Behavioral, Perilaku Agresif, Santri*

ABSTRACT

Sukran Nikmah (B53218065), *Application of Behavior Therapy in an Islamic Perspective to Change the Aggressive Behavior of a Santri at Darunndawah Al-Yamini Islamic Boarding School, Central Lombok.*

The researcher raised a problem about students who had verbal aggressive behavior problems at Darunnadwah al-Yamini Islamic Boarding School, Central Lombok, The method used in this study is a qualitative method using the analysis description qualitative. The analysis is to find out the description that has been obtained in the field about the research carried out. This analysis is also to compare the results before and after the administration of therapy by means of observation, interviews, and documentation. Based on the results of the analysis, there are changes experienced by the counselee after giving therapy. The counselee is able to control his emotions, pay more attention to friends when talking, not yell or shout at his friends. The counselee has also diverted bad behavior by spending more useful time.

Keywords: *Behavioral Therapy, Aggressive behavior, students.*

5. Ibunda Nayim, merupakan wanita tangguh yang selalu mendukung untuk menyelesaikan skripsi ini.
6. Kakak Najmal, Nurhasimi, Minatul Fahmi, dan Nurul Izzah Subhan yang telah memberikan dukungan dan semangat di balik layar agar saya rajin mengerjakan skripsi ini.

Demikian, penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan. Akan tetapi penulis berharap semoga dapat bermanfaat bagi para pembaca dan serta memberikan kajian keilmuan dalam ranah Bimbingan Konseling Islam.

Lajut, 21 Januari 2022



Penyusun

UIN SUNAN AMPEL
SURABAYA

DAFTAR ISI

Judul Penelitian (sampul)	
Persetujuan Dosen Pembimbing	i
Pengesahan Tim Penguji.....	ii
Motto dan Persembahan.....	iii
Abstrak	iv
Kata Pengantar	v
Daftar Isi	vi
Daftar Tabel	xii
Daftar Gambar	xiii
BAB I	
PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan Penelitian.....	9
D. Manfaat Penelitian.....	10
E. Definisi Konsep.....	10
1. Terapi Behavior	11
2. Perilaku Agresif	12
3. Santri	13
F. Sistematika Pembahasan	13
BAB II	

KAJIAN TEORETIK

A. Kerangka Teoretik	15
1. Terapi Behavior	15
a. Pengertian terapi behavior	15
b. Sejarah terapi behavior	15
c. Ciri-ciri behavior.....	16
d. Tujuan terapi behavior	17
e. Tahap-tahap terapi behavior	18
f. Teknik-teknik terapi behavior.....	20
g. Terapi modeling	21
2. Perilaku Agresif	21
a. Pengertian perilaku agresif	21
b. Factor-faktor agresif.....	21
c. Bentuk-bentuk agresif.....	22
d. Dampak agresif	24
3. Pesantren dan Santri.....	25
a. Pengertian Pesantren.....	25
b. Pengertian Santri.....	25
4. Terapi Behavioral untuk Menangani Perilaku agresif	26
B. Perspektif Islam	28
1. Larangan Marah	28
2. Mengolok-olok Sesama Muslim.....	29
3. Memiliki Sifat Sabar	30
4. Kisah ‘Ali dan Budaknya.....	32
C. Penelitian Terdahulu yang Relevan	34

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	37
B. Lokasi Penelitian.....	38
C. Jenis dan Sumber Data.....	38
D. Tahap-tahap Penelitian.....	40
E. Teknik Pengumpulan Data.....	41
F. Teknik Validitas Data	43
G. Teknik Analisis Data.....	44

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Subyek Penelitian.....	46
1. Deskripsi Pondok Pesantren	46
2. Deskripsi Konselor.....	47
3. Deskripsi Konseli.....	48
B. Penyajian Data	53
1. Proses Pelaksanaan terapi	53
2. Hasil Penelitian	68
C. Pembahasan Hasil Penelitian	70
1. Perspektif Teori.....	70
2. Perspektif Islam	76

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan	79
B. Rekomendasi.....	80
C. Keterbatasan Penelitian.....	81

DAFTAR PUSTAKA	83
----------------------	----

LAMPIRAN.....	87
---------------	----

Dokumentasi

Pedoman Wawancara

Kartu Bimbingan Skripsi

Berita Acara

Surat Keterangan Penelitian

Turnitin



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TABEL

Table

- 4.1 Kegiatan Santri di Siang Hari
- 4.2 Kegiatan Diniyah Santri
- 4.3 Perubahan Perilaku



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR GAMBAR

Gambar

4.1 Kegiatan Santri di Siang Hari

4.2 Kegiatan Diniyah Santri



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pesantren adalah tempat menggali ilmu agama yang didukung oleh fasilitas tempat tinggal untuk belajar. Setiap pesantren memiliki visi misi yang unik dan peraturan tersebut harus di lakukan oleh semua santri. Santri yang melanggar peraturan maka akan dapat sanksi karena sejatinya santriwati adalah penerus bangsa yang mampu menegakkan Islam di Masa Depan.² Menurut Masyhud, (2003) bahwasanya pesantren diharapkan mampu untuk mencetak generasi-generasi muda yang kreatif, memiliki pengetahuan standar internasional sehingga mampu untuk memahami aqidah dan syari'ah Islam.³

Pengasuh harus mengajarkan santri untuk memiliki sifat empati, saling sayang dan menghormati, sehingga pertemanan dapat terjalin dengan baik. Dengan begitu hubungan yang akan terjalin menjadi lebih harmonis. Sayangnya sebagian dari anak didik kurang mampu menanam sifat tersebut.

Masa remaja awal merupakan masa perkembangan serta peralihan antara masa kanak-kanak ke masa remaja dewasa yang mencakup

² Undang-Undang Nomor 17 Tahun 2016 Tentang Perlindungan Anak

³ S Masyhud & K Ridho, *Manajemen Pondok Pesantren*. (Jakarta: Diva Pustaka,2003), hal 20

perkembangan fisik, intelektual, emosi dan sosial.⁴ Seseorang yang dikatakan remaja yaitu ketika ia mampu mengontrol emosi dan perasaan. Namun mengontrol emosi juga tidak semudah yang dibayangkan karena tidak semua anak mampu untuk memecahkan masalah. Sering kita jumpai anak zaman sekarang kurang mampu untuk mengontrol emosinya sehingga menyebabkan anak memiliki sifat yang agresif. Semakin dewasa seseorang maka semakin banyak tanggung jawabnya salah satunya yaitu mampu untuk menontrol emosi, mampu untuk mengembangkan diri dengan baik. Setiap individu adalah sejatinya makhluk sosial dari lahir dimana mereka membutuhkan berinteraksi dengan oranglain untuk menyempurnakan kebutuhan biologisnya, kognitif, dan pakan.⁵

Pada dasarnya remaja di dalam pondok pesantren dengan remaja di luar pesantren itu sama saja, hal yang menjadi perbedaannya yaitu permasalahan dan tekanan yang diterima. Berikut ada satu contoh *problem* yang kerap terjadi pada santri di pondok yaitu masalah peraturan-peraturan dan lingkungan yang memiliki beragam kegiatan, pertauran-peraturan dan tata tertib yang harus ditaati di dalam pondok pesantren. Tidak semua santri mondok atas dasar keinginannya

⁴ Yessy Nur Endah Sary, Perkembangan Kognitif dan Emosi Psikologi Masa Remaja Awal, *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, Vol. 1, No. 1, Mei 2017. hal. 6-12

⁵ W.A, Gerungan, *Psikologi Sosial*, (Bandung: PT. Eresco, 1991), hal. 24

sendiri, ada yang disorong oleh orangtua dengan harapan anaknya mampu memahami ilmu Agama lebih dalam. Sehingga anak yang dipaksa tidak akan sepenuhnya belajar bahkan bisa menimbulkan anak susah diatur, terlalu nakal, agresif, dan sebagainya.

Perilaku agresif didefinisikan oleh beberapa ahli yaitu segala bentuk perilaku memusuhi, merugikan, atau perilaku rusak yang di arahkan kepada orang lain. Menurut Hurlock, agresif diartikan sebagai reaksi kemarahan serta yang diniat-niatkan untuk menyakiti orang lain.⁶

Ada dua bentuk perilaku agresif yaitu perilaku agresif fisik dan perilaku agresif verbal. Menurut cavell dkk, agresif fisik yaitu tindakan yang dimana sifatnya kekerasan seperti membanting, meninju, dan menampar. Sedangkan agresif verbal yaitu seperti membentak, tidak merespon lawan bicara dan mengejek.⁷

Agresif dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia memiliki arti yaitu cenderung ingin menyerang sesuatu yang dianggap menghalangi, mengecewakan, atau menghambat.⁸ Tingkah laku negatif itu bukan merupakan ciri perkembangan dari remaja, perkembangan yang benar itu ditunjukkan melalui tingkah laku yang positif.

⁶ Fahrunnisa, *Perilaku Agresif pada Anak TK*, (CV. Amerta Media September,2020), hal. 4

⁷ Fahrunnisa, *Perilaku Agresif pada Anak TK*, (CV. Amerta Media September,2020), hal. 5

⁸ Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), online, diakses pada 10 September 2021 dari <https://kbbi.web.id>

Perilaku agresif ini termasuk tingkah laku yang negatif, Elida Prayitno.⁹

Dari paparan di atas peneliti mengambil kesimpulan bahwa perilaku agresif merupakan tingkah laku seseorang yang berniat untuk melukai korban baik dengan cara agresif fisik ataupun agresif verbal. Agresif fisik meliputi memukul, menendang, menganiaya dengan berlebihan sedangkan agresif verbal yaitu berkata menyakitkan, menyindir, dan berteriak.

Dalam penelitian ini konseli merupakan santriwati atau siswi kelas I MA di Pondok Pesantren Darunnadwah Al-Yamini. Konseli memiliki kepribadian unik, ia terkadang merasa lelah dengan kepribadiannya yang suka marah, kesal terhadap temannya yang usil. Konseli sering meluapkan amarahnya langsung kepada korban tetapi ia juga sering mencurahkan isi hatinya dengan cara menulis. Menulis dapat membantu konseli untuk mengurangi perilaku agresif terhadap sesuatu yang membuat dia kesal namun lebih sering menunjukkan perilaku agresif seperti membentak dan marah terhadap temannya. Dapat disimpulkan bahwa konseli memiliki masalah agresif verbal. Masalah agresif ini bertujuan untuk melukai perasaan seseorang yang menjadi korban dengan cara menghina, mencacimaki, mempermalukan, marah, membentak, dan tidak memberikan suatu dukungan.

⁹ Yoshi Restu dkk, Studi tentang Perilaku Agresif di Sekolah, *Jurnal Ilmiah Konseling*, Vol. 2, No.1, 2013, hal.243

Larangan marah atau memiliki sifat agresif sudah diserukan dalam ayat Al-Qur'an yang berbunyi :
إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُ بِالْعَدْلِ وَالْإِحْسَانِ وَأُيْتَىٰ ذِي الْقُرْبَىٰ وَيَنْهَىٰ عَنِ
الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَالْبِغْيِ يَعِظُكُمْ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ

Artinya : Sesungguhnya Allah menyuruh mu untuk berbuat adil dan berbuat kebaikan, berbagi pada kerabat, sungguh Allah melarang dari perbuatan keji, kemungkar dan permusuhan. Dia memberi pelajaran kepadamu agar kamu dapat mengambil pelajaran.¹⁰

Sedangkan dalam hadist Rasulullah SAW bersabda:

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أَنَّ رَجُلًا قَالَ لِلنَّبِيِّ أَوْصِنِي قَالَ
لَا تَغْضَبْ فَرَدَّدَ مَرَّاتٍ قَالَ لَا تَغْضَبُ.

Artinya : Dari Abu Hurairah ra berkata, bahwasanya seorang laki-laki berkata kepada Nabi SAW: 'Berikan aku petunjuk.' Nabi bersabda: 'Jangan Marah' beliau mengulanginya beberapa kali dan bersabda: 'Jangan Marah'." (Diriwayatkan oleh Bukhari)¹¹

Dari panggilan ayat Al-Qur'an diatas dapat di tarik kesimpulan bahwa dilarang untuk saling membenci dan marah kepada sesama manusia melainkan Allah memberikan perintah

¹⁰ Kementerian Agama RI, Al-Qur'an dan Terjemahnya, (Jakarta: Yayasan penyelenggara Penterjemah/pentafsir Al-Qur'an, 1971), hal. 415.

¹¹ Hadist Arba'in Nawawi, di kutip tanggal 20 Januari 2022

untuk saling sayang. Hadist diatas juga menceritakan tentang wasiat yang diberikan oleh Rasulullah SAW tentang “*jangan marah*”.

Wawancara yang dilakukan peneliti terhadap salah satu Ustadzah pada tanggal 8 Agustus 2021 menyatakan bahwa Konseli mudah sensitif, mudah tersinggung, dan sering menggerutu kepada temannya. Selain itu Ustadzah juga menceritakan bahwa konseli sering membentak temannya jika merasa kurang setuju dengan dirinya. Terkadang konseli ingin menang sendiri.¹²

Keseharian konseli ialah sekolah, mengaji, sholat dan bermain bersama temannya. Penulis memili pandangan terhadap konseli bahwa ia kurang berosialisasi dengan teman lainnya atau orang baru. Konseli memiliki sifat pemalu terhadap orang baru tetapi ketika bertemu dengan teman sejabatnya ia akan merasa nyaman. Sifat agresifnya muncul ketika ia merasa dirinya tidak diperlakukan dengan adil sedangkan mereka sedang bercanda namun konseli mudah tersinggung. Ia (Konseli) sering membuat saya kesal tapi karna sudah terbiasa saya nggak tau mau ngomong apa, tutur temannya. (Wati)¹³

Jadi, inti dari masalah konseli yaitu ia memiliki masalah agresif verbal yang hanya membentak, meneriaki, marah dengan kata-kata

¹² Hasil Wawancara pada Minggu, 8 Agustus 2021, pukul 10.20 WIB

¹³ Hasil Wawancara pada Senin, 9 November 2021, pukul 10.20 WIB

yang menimbulkan rasa sakit hati terhadap temannya. Kata-kata yang sering dikeluarkan konseli memang sangat menyakitkan ditambah dengan ekspresi dia yang jarang senyum dan galak. Sifat konseli tersebut sering membuat temannya terganggu .

Oleh karena itu anak yang sulit mengontrol emosi perlu bantuan untuk mengurangi sifat tersebut. Terapi behavioral mampu untuk mengubah perilaku buruk menjadi yang lebih baik. Behavioral dapat diartikan sebagai suatu proses untuk membantu seseorang dalam memecahkan masalah emosional, kurang diterimanya secara sosial. Sumbangan-sumbangan yang telah diberikan oleh pendekatan behavioral ini cukup berat yaitu pada bidang klinis maupun pendidikan.¹⁴ Dalam hal ini konselor akan berusaha untuk membantu konseli mengurangi sifat agresif dengan *treatment* yang mampu untuk dilakukan oleh konseli.

Konseling Behavioral merupakan pendekatan konseling yang berpusat di modifikasi perilaku yang mana bisa mengubah perilaku. Konseling behavioral ini akan bersandar terhadap stimulus dan respon dimana seseorang akan berperilaku sesuai dengan apa yang ia terima, mempelajarinya kemudian menentukan respon atas stimulus yang didapatkannya.¹⁵

¹⁴ GERAL Cory, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: Pt.Refika Aditama, 2009), hal.193

¹⁵ Ruslia Isnawati, *Cara Kreatif dalam Proses Belajar*, (Cv. Jakad Media Publising, 2019), hal. 97.

Behaviorisme ini lebih menekankan perilaku yang di dapatkan dari lingkungan seseorang. Menurut B.F Skinner perilaku adalah logika, dengan sadar ataupun tidak sadar, tanpa perlu untuk menjelaskan perilaku dan perkembangan.¹⁶ Segenap tingkah laku itu dipelajari walaupun berkeyakinan bahwa semua itu didapatkan dari lingkungan sekitar.¹⁷

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui keterkaitan dan hasil dari bimbingan konseling islam dengan terapi behavioral untuk mengatasi perilaku agresif pada seorang anak di Pondok Pesantren Darunnadwah Al-Yamini. Alasan peneliti tertarik dengan penelitian ini dan menggunakan terapi behavioral karena masih banyak terdapat perilaku agresif verbal yang mana banyak juga orang tidak menyadari bahwa itu sifat yang dapat membuat seseorang mengalami penyakit mental. Kata-kata yang menyakitkan dapat menimbulkan rasa sakit, dan kesal. Selain korban pelaku juga memiliki dampak buruk terhadapnya yaitu ia akan kekurangan teman dan tidak hidup dengan bahagia. Dengan banyak harapan peneliti menggunakan terapi behavioral dapat mengubah sifat konseli tanpa harus

¹⁶ John W, Santrock, *Remaja, Edisi Kesebelas*, (Jakarta, Erlangga, 2007), hal. 56.

¹⁷ Ahmad Faizin, Skripsi: “*Terapi Behavior dengan Teknik Modelling untuk Meningkatkan Kemandirian Remaja di Desa Ngayung Kecamatan Maduran Kabupaten Lamongan*”, (Surabaya, 12 Agustus 2016), hal. 24

mengubah total dari sifatnya karena itu memang ciri khas manusia.

Oleh karena itu peneliti pun tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “**Penerapan Terapi Behavior Dalam Perspektif Islam untuk Mengubah Perilaku Agresif pada Seorang Santri di Pondok Pesantren Darunnadwah Al-Yamini, Lombok Tengah**”.

B. Rumusan Masalah

Setelah mengetahui latar belakang diatas yang telah dipaparkan, maka rumusan masalahnya adalah :

1. Bagaimana Pola Penerapan Terapi Behavior dalam Perspektif Islam untuk Mengubah Perilaku Agresif Santriwati Darunnadwah al-Yamini ?
2. Bagaimana Perubahan Perilaku dan Alasan Perubahan Agresif Santriwati Darunnadwah al-Yamini ?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk Mengetahui Pola Penerapan Terapi Behavior dalam Perspektif Islam untuk Mengubah Perilaku Agresif Santriwati Darunnadwah al-Yamini.
2. Untuk Mengetahui Perubahan dan Alasan Perubahan Agresif Santriwati Darunnadwah al-Yamini ?

D. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan hasil penelitian ini mampu dimanfaatkan untuk media pengembangan ilmu dan bahan kajian serta tambahan wawasan baru bagi para peneliti selanjutnya dan para praktisi khususnya di bidang bimbingan dan konseling.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharap mampu memberikan bantuan bagi mahasiswa ataupun orang lain di luar sana yang berkendala dalam hal berperilaku agresif.

E. Definisi Konsep

1. Terapi Behavior

Behavior merupakan terapi yang biasa digunakan untuk memodifikasi perilaku atau terapi perilaku. Behavior memandang manusia berdasarkan hasil belajar dan lingkungan hidup. Perilaku manusia dapat di modifikasi karena itu merupakan hasil belajar yang didapatkan dengan mempertimbangkan sesuai dengan kondisi-kondisi belajar.¹⁸ Terapi behavior ini berfokus kepada pengalihan perilaku negatif individu ke arah yang lebih positif.

2. Agresif

¹⁸ Sigit Sanyata, Teori dan Aplikasi Pendekatan Behavioristik dalam Konseling, *Jurnal Paradigma*, No.14. Vol VII. July 2012, hal.3

Perilaku agresif didefinisikan oleh beberapa ahli yaitu segala bentuk perilaku memusuhi, merugikan, atau perilaku rusak yang di arahkan kepada orang lain. Menurut Hurlock, agresif diartikan sebagai reaksi kemarahan serta yang diniat-niatkan untuk menyakiti orang lain.¹⁹

Ada dua bentuk perilaku agresif yaitu perilaku agresif fisik dan perilaku agresif verbal. Menurut cavell dkk, agresif fisik yaitu tindakan yang dimana sifatnya kekerasan seperti meninju, menendang, dan menampar. Sedangkan agresif verbal yaitu seperti membentak, berteriak dan mengejek.²⁰ Beberapa faktor yang menyebabkan perilaku agresif muncul:

3. Santri

Santri merupakan peserta didik yang tinggal di asrama ataupun pondok dengan bimbingan para kyai dengan menggunakan model sistem tertentu. Santri ini sama halnya dengan siswa pada umumnya yaitu belajar ilmu pengetahuan

¹⁹ Fahrunnisa, *Perilaku Agresif pada Anak TK*, (CV. Amerta Media September,2020), hal. 4.

²⁰ Fahrunnisa, *Perilaku Agresif pada Anak TK*, (CV. Amerta Media September,2020), hal. 5

namun terdapat perbedaan yaitu santri lebih mempelajari tentang ilmu agama.²¹

F. Sistematika Pembahasan

Penulis menyusun sistematika pembahasan dengan tujuan agar penulisan skripsi lebih mudah dan terlihat rapi sebagai berikut :

1. Bagian Awal

Bagian awal ini terdiri dari : sampul atau judul penelitian, persetujuan pembimbing, pengesahan tim penguji, motto dan persembahan, pernyataan otentisitas skripsi, abstrak, kata pengantar, dan yang terakhir ada daftar isi.

2. Bagian Inti

Bab. I dalam bab ini berisikan pendahuluan yang meliputi latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, definisi konsep, dan metode penelitian yang meliputi: pendekatan dan jenis penelitian, subjek penelitian, tahap-tahap penelitian, jenis dan sumber data, teknik pengumpulan data, teknik analisis data, serta teknik keabsahan data dan sistematika pembahasan.

Bab II. Dalam bab ini berisi tinjauan pustaka yang meliputi kajian teoritik. Dalam kajian teoritik ini, membahas tentang Penerapan Terapi Behavior dalam

²¹ Zamakhsyari Dhofier, *Tradisi Pesantren Memadu Modernitas untuk Kemajuan Bangsa*, (Yogyakarta: Pesantren Nawesea Press, 2009), hal. 18.

Menangani Perilaku Agresif Santriwati Darunnadwah al-Yamini. Didalamnya menjelaskan pengertian Terapi Behavior, perilaku agresif, pengertian santri, dan dilengkapi dengan penelitian terdahulu yang relevan.

Bab III. Di bab ini berisi tentang penyajian data yang terdiri dari deskripsi umum subyek penelitian yakni: deskripsi konselor, konseli, deskripsi kepribadian konseli, deskripsi masalah konseli, dan terakhir deskripsi hasil penelitian.

Bab IV. Dalam bab ini membahas dari hasil dan pembahasan penelitian. Peneliti menganalisis teori yang ada dengan proses konseling di lapangan. Pada bab ini juga membahas tentang keberhasilan dari proses konseling dengan membandingkan konseli sebelum dan sesudah diberikan treatment.

Bab V. bab terakhir yaitu penutup, rekomendasi dan keterbatasan penelitian.

3. Bagian Akhir

Dalam bagian akhir ini berisi tentang penutup yang meliputi: kesimpulan dari penelitian, saran-saran,daftar pustaka, dokumentasi, serta lampiran-lampiran, dan biodata peneliti.

BAB II

KAJIAN TEORITIK

A. Kerangka Teoritik

1. Terapi Behavior

a. Pengertian Terapi Behavior

Konseling Behavioral merupakan pendekatan konseling yang berpusat di modifikasi perilaku yang mana bisa mengubah perilaku. Konseling behavioral ini akan bersandar terhadap stimulus dan respon sesuai dengan apa yang dipelajari individu kemudian akan mengaplikasikan respon dan stimulus yang didapatkannya.

Pada prinsipnya teori ini lebih menekankan ke hasil pembelajaran seseorang, dengan begitu dapat di manipulasi dan mengkreasi kondisi-kondisi belajar. Proses bimbingan konseling pada terapi behavior ini yaitu suatu proses yang mana didapatkan dari hasil belajar dapat mengubah perilakunya sehingga mampu untuk memecahkan masalahnya.²²

b. Sejarah Terapi Behavior

Sejarah adanya terapi behavior ini dimulai dari tahun 1860an dan puncaknya 1920an. Bimbingan konseling memiliki beragam terapi dalam hal memecahkan

²² Andi Mappiare, *Pengantar Konseling dan Psikoterapi*, Jakarta:PT Raja Grafindo Persada, 2019.

masalah, para tokoh menggagas hal ini menjadi sejarah. Behavioral ini di kemukakan oleh John. B. Watson (1878-1958). Aliran ini mengilmiahkan semua perilaku manusia sehingga dapat diamati serta menghasilkan nilai secara objektif.

c. Ciri-ciri Behavior

Berikut ciri-ciri dari behavior yaitu :

- 1) Perhatian difokuskan pada perilaku yang nampak.
- 2) Tata cara terapi harus dirumuskan dengan jelas yang sesuai *problem* yang nampak.
- 3) Memperjelas tujuan-tujuan terapi dengan cara diuraikan agar tujuannya jelas.

Lalu menurut Singgih (2007:194), ciri-ciri dari pendekatan behavior adalah:

- 1) Dapat dikatakan bahwa rata-rata perilaku manusia merupakan hasil dari pembelajaran, oleh karen itu masih bisa di manipulasi.
- 2) Perilaku-perilaku yang negatif dapat diubah menjadi lebih positif melalui lingkungan.
- 3) Kefektifan dan hasil konseling yang diberikan akan berpengaruh jika terjadi perubahan di luar.

d. Tujuan Terapi Behavior

Terapi behavior ini bertujuan pada perubahan perilaku pada konseli, dan tetap mempertahankan, memperkuat perilaku yang diinginkan.²³ Tujuan terapi behavior diantaranya :

- 1) Membuat cara mendapatkan hasil belajar yang baru, penghapusan hasil belajar yang tidak perlu.
- 2) Memberikan bantuan terhadap konseli untuk mengganti perilaku yang kurang baik dan mempelajari perilaku atau respon-respon yang baik.
- 3) Konseli mengubah tingkah laku yang negatif dan menguatkan tingkah laku yang positif.
- 4) Proses pencapaian hingga mampu untuk mengurangi sifat agresif akan dilakukan bersama antara konseli dan konselor.

Jadi, tujuan dari terapi behavior ini yaitu untuk membantu konseli mencapai tujuannya agar mampu menjalani kehidupan yang rumit di kehidupan sosial sehingga menyebabkan ketidaknyamanan dalam jangka panjang serta konseli mampu mengontrol emosi.²⁴

e. Tahap-tahap Terapi Behavior

²³ Gerald Corey, *Teori & Praktek Konseling & Psikoterapi*, (Jakarta: PT Indeks, 2011), hal. 199-200.

²⁴ Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang: UMM Press, 2008). hal. 137.

Terapi behavior memiliki empat tahap diantaranya:

- 1) Melakukan Pengukuran (*Assesment*)
Pada tahap pertama konselor akan melakukan observasi, wawancara untuk mendapatkan data mengenai konseli baik itu dari subyek langsung, teman, keluarga, dan yang lainnya. Gantina Kumalasari, Eka Wahyuni dan Karsih mengutip pendapat Kanker dan Saslow dalam melakukan *assesment* yang harus digali yaitu melalui enam tahap, yaitu :
 - a) Memfokuskan menganalisis tingkah laku yang khusus (masalah) yang dialami oleh konseli saat ini.
 - b) Menganalisis situasi bermasalah yang konseli hadapi.
 - c) Analisis motivasional
 - d) Analisis *self control*, konselor akan membantu konseli untuk menganalisis tingkah laku yang nampak sehingga bisa mengarahkan konseli untuk dapat menyelesaikan masalahnya.
 - e) Analisis hubungan sosial, dalam tahap ini konselor mengamati tingkah laku konseli saat berbicara dengan orang di sekitarnya.
 - f) Menganalisis lingkungan sosial budaya.

2) Menetapkan Tujuan

Konselor dan konseli harus menentukan tujuan konseling bersama agar tujuan yang diinginkan konseli bisa tercapai dengan baik karena keinginan itu ia yang memilihnya. Menurut Eka Wahyuni dan Karsih ada tiga langkah dalam melakukan *fase goal setting*, yaitu:

- a) Proses konseling lebih diarahkan ke masalah dengan menetapkan tujuan yang diinginkan.
- b) Tujuan yang sudah ditetapkan harus tetap dipertahan dari halangan maupun hambatan yang tidak diinginkan.
- c) Tujuan akhir disusun dengan menjadi sub-tujuan dan menyusunnya dengan tujuan agar lebih terarah dan urut.

3) Implementasi Teknik

Setelah menetapkan tujuan, selanjutnya tahap ini juga konselor dapat memperkenalkan beberapa teknik yang dapat dipilih oleh konseli sesuai dengan masalah yang dihadapi.

4) Evaluasi dan Pengakhiran

Evaluasi konseling adalah proses berkesinambungan dari berbagai data atas dasar apa yang konseli perbuat. Hasil dari perubahan konseli dapat

digunakan konselor untuk mengevaluasi keefektifan konselor dan teknik yang digunakan. *Terminasi* sangat diperlukan dalam langkah ini:

- a) Memberi *challenge* konseli terkait tugas akhir yang dilakukan.
 - b) Mencari suatu kebutuhan yang mungkin dibutuhkan konseli kedepannya nanti.
 - c) Konselor membantu konseli menjelaskan terkait yang dipeleajari selama melakukan proses konseling, selanjutnya konseli dapat menerapkannya untuk kehidupan sehari-hari.
- f. Teknik-teknik Terapi Behavior Menurut Gerald Corey. Teknik terapi behavior ada 11 teknik, yaitu:
- 1) Desensitisasi Sistematis
 - 2) Terapi Implosif
 - 3) Latihan Asertif
 - 4) Terapi Aversi
 - 5) Pengondisian Operan
 - 6) Penguatan Positif
 - 7) Pembentukan Respon
 - 8) Penguatan Intermiten
 - 9) Penghapusan
 - 10) *Modelling*, dan
 - 11) Penguasaan Diri (*Self-Control*).²⁵
- g. Teknik *Modelling*

²⁵ Singgih D. Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta: Gunung Mulia, 1996), hal.206.

Adapun teknik yang digunakan dalam penelitian ini yaitu teknik modelling. Modelling merupakan teknik yang digunakan dalam membentuk tingkah laku baru pada individu dan memperkuat perilaku yang telah terbentuk. Dalam teknik modelling ini konselor akan memberitahu konseli tentang perilaku model yang akan dicontohkan dimana dapat berupa model fisik, model audio dan lainnya yang dapat mempengaruhi perilaku yang diinginkan konseli.²⁶ Tujuan dari teknik modelling ini yaitu untuk merubah perilaku dengan mengamati seorang model yang akan ditiru oleh konseli, sehingga konseli dapat memperkuat perilaku yang sudah terbentuk.

2. Perilaku Agresif

a. Pengertian Perilaku Agresif

Perilaku adalah suatu rangsangan ketika terjadi reaksi suatu organisme di lingkungannya. Hal ini dapat terjadi ketika suatu keinginan individu sehingga menimbulkan reaksi. Perilaku agresif didefinisikan oleh beberapa ahli yaitu segala bentuk perilaku memusuhi, merugikan, atau perilaku rusak yang di arahkan kepada orang lain. Menurut Hurlock, agresif diartikan

²⁶ Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang: Universitas Muhammadiyah, 2006), hal. 102

sebagai reaksi kemarahan serta yang diniatkan untuk melukai individu lain.²⁷

Perilaku agresif ini memiliki dua bentuk yaitu agresif fisik dan verbal. Menurut cavell dkk, agresif fisik yaitu tindakan yang dimana sifatnya kekerasan seperti meninju, menendang, dan menampar. Sedangkan agresif verbal yaitu seperti membentak, tidak merespon lawan bicara dan mengejek.²⁸

- b. Faktor-faktor Perilaku Agresif
- Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi sifat agresif, diantaranya:
- 1) Ciri-ciri biologis individu
Biologis dapat mempengaruhi perilaku agresif pada seseorang misalnya karena gen, otak, dan darah.
 - 2) Kurang efektif dalam pengasuhan
Pengasuhan yang baik sangat perlu untuk membentuk karakter yang baik pada anak oleh karena itu peran orangtua disini sangat penting.
 - 3) Penolakan kelompok sebaya
Kurang diterimanya secara sosial juga berpengaruh terhadap perilaku agresif seperti penolakan terhadap teman sebaya.
 - 4) Bergaul dengan teman yang antisosial

²⁷ Fahrurnisa, *Perilaku Agresif pada Anak TK*, (CV. Amerta Media September,2020), hal. 4

²⁸ Fahrurnisa, *Perilaku Agresif pada Anak TK*, (CV. Amerta Media September,2020), hal. 5

Keterbatasan dalam memilih pertemanan sehingga akan lebih mudah untuk tertanam sifat agresif.

5) Kemiskinan, dan

Kemiskinan ini juga salah satu faktor yang berpengaruh karena individu yang merasa kekurangan akan lebih mudah untuk pesimis akan segala hal kecuali orang-orang yang bersyukur.

6) Peristiwa kehidupan yang stres.²⁹

c. Bentuk-bentuk Perilaku Agresif

Berikut bentuk-bentuk agresif yang sering muncul pada individu :

- 1) Sering memukul
- 2) Sering berkelahi
- 3) Suka mengejek
- 4) Gemar berteriak
- 5) Melanggar suatu perintah dan menolak permintaan, dan
- 6) Merengek dan membuang sesuatu.³⁰

Adapun bentuk agresif menurut morgan, yaitu :

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

²⁹ Yulvi dkk, Karakteristik Perilaku Agresif Remaja pada Sekolah Menengah Kejuruan, *Jurnal Keperawatan Jiwa* Vol. 7, No. 3, November 2019, hal. 257-266.

³⁰ Andi Riswandi, Peran Guru Bimbingan dan Konseling dalam Mengatasi Kecenderungan Perilaku Agresif Peserta didik di SMKN 2 Palangka Raya Tahun Pelajaran 214/2015. *Jurnal Konseling GUSJIGANG*, Vol. 1, No. 2 Tahun 2015.

- 1) Agresif fisik, aktif langsung, seperti: menampar, mencekik, atau membidik korban.
- 2) Agresif fisik, aktif tidak langsung, seperti: merencanakan jebakan untuk musuh, meminta seseorang untuk melenyapkan orang.
- 3) Agresif fisik, pasif langsung, seperti: menghalangi musuh untuk mendapatkan keinginan yang ia inginkan.
- 4) Agresif fisik, pasif tidak langsung, seperti: tidak mematuhi perintah yang seharusnya dilakukan.
- 5) Agresif verbal, aktif langsung, seperti: membuli, menyindir, meneriaki orang lain.
- 6) Agresif verbal, aktif tidak langsung, seperti: mengadu domba, membeberkan fitnah.
- 7) Agresif verbal, pasif langsung, seperti: tidak mau berbicara pada lawan bicara.
- 8) Agresif verbal, pasif tidak langsung, seperti: tidak merespon terhadap lawan bicaranya ketika diajak berbicara.

d. Dampak Agresif

Perilaku agresif ini dapat memberikan dampak negatif secara psikis maupun fisik. Individu yang sering melakukan ataupun menunjukkan perilaku agresif lebih sering membentuk pola penyelesaian masalah dengan cara menggunakan kekerasan, lebih

sulit mengontrol emosi.³¹ Berikut dampak perilaku agresif baik bagi pelaku dan korban, yaitu :

1) Pelaku

Dampak perilaku agresif bagi pelaku yaitu akan dijauhi orang, tidak disenangi orang, enggan diajak berbicara, dan pelaku juga akan semakin memperburuk mentalnya baik itu secara psikis maupun fisik.

2) Korban

Dampak bagi korban yaitu dapat menimbulkan rasa sakit hati, tidak senang, rugi akibat perilaku agresif tersebut, dan timbulnya sakit fisik dan psikis.³²

3. Pesantren dan Santri

a. Pengertian Pesantren

Pondok pesantren sebenarnya sudah maju sebelum Indonesia merdeka dan pondok pesantren adalah tempat menuntut ilmu Agama Islam yang penyelenggaranya adalah para kyai, ulama'-ulama' yang mana biasa bertempat di rumah, masjid, musholla,

³¹ Arifa Retnowuni dkk, factor-factor yang Mempengaruhi Perilaku Agresif pada Remaja yang Tinggal di Pesantren, *Journal Of Holistik Nursing Science*, Vol. 6, No. 1, Tahun 2019, hal. 38.

³² Yoshi Restu, Pelajaran mengenai Perilaku Agresif Siswa di Sekolah, *Jurnal Ilmiah Konseling*, Vol.2, No.1, Januari 2013, hal. 243.

serambi sehingga sekarang menjadi sebutan pondok pesantren (Suhartini,2005). Sedangkan menurut Mashud, (2003) mengemukakan bahwasanya pesantren diharapkan mampu untuk membentuk pemuda-pemuda, generasi yang mempunyai pengetahuan tinggi baik ilmu dunia dan akhirat.³³

b. Pengertian Santri

Santri merupakan peserta didik yang tinggal di asrama ataupun pondok dengan bimbingan para kyai dengan menggunakan model sistem tertentu. Santri ini sama halnya dengan siswa pada umumnya yaitu belajar ilmu pengetahuan namun terdapat perbedaan yaitu santri lebih mempelajari tentang ilmu agama.³⁴

C.C.Berg berpendapat bahwa kata santri berasal dari bahasa india yaitu “*shastri*” yang memiliki arti orang yang memiliki ilmu pengetahuan tentang agama hindu. Lalu kata “santri” dari jawa yaitu “cantrik” memiliki arti santri yang selalu mengikuti kemanapun kyainya pergi atau menetap di suatu tempat.³⁵

³³ Muhamad Ilham Kurniawan, Skripsi: “*Hubungan Antara Kecerdasan Emosional dengan Perilaku Agresif pada Santri Pondok Pesantren*”, 2020, hal. 1

³⁴ Zamakhsyari Dhofier, *Tradisi Pesantren Memadu Modernitas untuk Kemajuan Bangsa*, (Yogyakarta: Pesantren Nawesea Press,2009), hal. 18.

³⁵ Yasmadi, *Modernisasi Pesantren: Kritik Nurcholush terhadap Pendidikan Islam Tradisional*, (Jakarta: Ciputat Press,2005) hal, 61.

Jadi dapat disimpulkan bahwa santri adalah penerus ulama' terdahulu yang selalu berkaitan dengan kehidupan para kyai. Peran santri dalam pesantren sangat penting, tanpa santri perjuangan kyai dan ulama' tidak dapat dilanjutkan.

4. Terapi Behavior untuk Mengubah Perilaku Agresif.

Terapi behavior merupakan terapi pendekatan konseling yang berpusat di modifikasi perilaku yang mana bisa mengubah perilaku. Konseling behavioral ini akan bersandar terhadap stimulus dan respon sesuai dengan apa yang dipelajari individu kemudian akan mengaplikasikan respon dan stimulus yang didapatkannya.

Terapi behavior dapat membantu konseli untuk mengubah perilaku dengan cara belajar hal baru. Dengan teknik-teknik behavior konseli akan lebih senang dalam menjalani treatment karena terapinya ringan dan tidak memberatkannya.³⁶

Dari pengertian diatas, konselor memutuskan untuk menggunakan terapi behavior dalam menangani perilaku agresif pada santri di pondok Pesantren Darunnadwah al-Yamini. Kebiasaan konseli yang sering marah-marah, tidak mau berbicara kepada temannya jika dia enggan, akan di ajak untuk melakukan *treatment* terapi behavior dengan gabungan dari terapi Islam yaitu terapi sabar. Berikut beberapa

³⁶ Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang: UMM Press, 2008), 137

tahapan dari terapi Behavior dan Terapi sabar, yaitu :

- 1) Konselor menerangkan apa itu terapi Behavior serta menerapkan terapi sabar.
- 2) Konselor memberikan *Challenge* (Belajar Melatih Emosi dan Belajar Kognitif).
- 3) Konselor memandu proses konseling dengan terapi behavior dan sabar.

Terapi ini bertujuan untuk mengurangi sifat agresif dan menciptakan perilaku baru yang lebih positif. sedangkan terapi sabar yaitu untuk mengurangi rasa amarah konseli ketika perilaku agresif muncul. Perpaduan antara terapi behavior dan terapi islam ini akan lebih mudah untuk di aplikasikan oleh konseli dalam kesehariannya.

B. Konteks Agresif di Dalam Islam

Islam adalah satu-satunya agama yang dibawa oleh Nabi kita, yakni Nabi Muhammad Saw. Islam merupakan tiang agama yang mana salah satu agama yang di beri julukan *rahmatat lil alamin*. Prinsip-prinsip yang diajarkan dalam agama Islam sangatlah mudah sehingga individu yang tidak menganut Islam pun menerimanya dengan baik. Selain itu agama Islam merupakan agama yang sangat indah dimana hamba yang melakukan kebaikan akan mendapatkan ganjaran yang berlimpah dari sang Pencipta. Allah Swt berfiman dalam al-qur'an:

وَمَا أَرْسَلْنَاكَ إِلَّا رَحْمَةً لِّلْعَالَمِينَ.

*Artinya: “dan tidaklah Kami mengutus kamu, melainkan untuk (menjadi) rahmat bagi semesta alam”.*³⁷

Islam mengajarkan manusia untuk saling memanusiaikan sesama yaitu saling menghormati, menyanyangi dan tidaklah sulit untuk dijalankan. Islam sangat menentang terhadap individu yang memiliki sifat pemaarah atau agresif. Rasulullah juga memerintahkan kepada umatnya untuk senantiasa bertutur kata dengan baik, sopan, serta tidak saling menyakiti. Seperti dalam Alquran surat Al-Hujurat ayat 11:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا يَسْخَرُ قَوْمٌ مِّن قَوْمٍ عَسَىٰ أَن يَكُونُوا خَيْرًا مِّنْهُمْ
وَلَا نِسَاءٌ مِّن نِّسَاءٍ عَسَىٰ أَن يَكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّ، وَلَا تَلْمِزُوا أَنفُسَكُمْ
وَلَا تَنَابَزُوا بِاللِّغَابِ بِئْسَ الْأَسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ، وَمَن لَّمْ يَتُبْ
قَاوْلِيكَ هُمُ الظَّالِمِينَ.

Artinya : “ Hai orang-orang beriman, janganlah sekumpulan orang laki-lai memperendahkan kumpulan orang lain, boleh jadi yang ditertawakan itu lebih baik dari mekera. Dan jangan pula sekumpulan perempuan merendahkan kumpulan lainnya, boleh jadi yang direndahkan itu lebih. Dan janganlah suka mencela dirimu sendiri dan janganlah memanggil gelaran yang mengandung ejekan. Seburuk-buruk panggilan adalah (panggilan) yang buruk sesudah iman dan barang siapa yang tidak

³⁷ Usman el-Qurtuby, *Mushaf Hafalan*, (Bandung: Cordoba, Januari, 2020), hal. 331

bertobat, maka mereka itulah orang-orang yang dzalim”.³⁸

Berkomunikasi ataupun bercerita dengan teman, keluarga, kerabat itu memang sangatlah bagus bahkan Rasulullah Saw sangat menyukai orang yang saling bersilaturahmi, namun dilarang suatu perkumpulan untuk saling membicarakan. Sama halnya dengan melakukan tindakan mencaci makn, marah-marrah, tidak suka mendengar orang lain bercerita itu sifat yang tercela. Setiap individu sejatinya memiliki hak asasi manusia dimana ia bisa menjadi kepribadian introvert kadang ekstrovert, tetapi itu adalah ciri khas dari setiap individu. Rasulullah Saw pernah bersabda, sebagai berikut:

حدثنا أسود بن عامر قال أخبرنا أبو بكر عن أبي حصين عن أبي صالح عن أبي هريرة قال، جاء رجل إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم فقال مرني بأمر قال لا تغضب قال فمر أو فذهب ثم رجع قال مرني بأمر قال لا تغضب قال فردد مرارا كل ذلك يرجع فيقول لا تغضب.

Artinya : “ *Telah menceritakan kepada kami Aswad bin Amir berkata; telah dikabarkan kepada Abu Bakr dan Isra’il keduanya meriwayatkan dari Abu Hashin dan Abu Shalih dari Abu Hurairah berkata; Seseorang datang menemui Rasulullah Saw seraya berkata, “perintah sesuatu kepadaku” beliau bersabda. “janganlah engkau marah, “ Abu Hurairah berkata, “kemudian ia pergi dan kembali lagi*

³⁸ Usman el-Qurtuby, *Mushaf Hafalan*, (Bandung: Cordoba, Januari, 2020), hal.516

*seraya berkata, “Perintah sesuatu kepadaku” beliau bersabda lagi, “janganlah engkau marah, setiap kali orang itu kembali beliau mengulangnya lagi, beliau bersabda, “janganlah engkau marah.”*³⁹

Bercanda tentu sangat diperlukan oleh setiap anak tepatnya santri yang sedang mondok karena dengan adanya canda tawa maka santri akan merasa nyaman, betah tinggal di pondok. Namun beda halnya dengan perilaku agresif, perilaku ini akan menimbulkan dampak negatif bagi pelakunya dan korban. Manusia diciptakan oleh Allah dengan berbagai karakter dan perilaku. Ada yang berwatak serius, suka bercanda, agresif, pendiam dan lainnya. Oleh karena itu setiap orang boleh untuk bercanda namun tidak sampai berlebihan sehingga menimbulkan rasa kesal, marah-marah. Nabi Muhammad Saw pun pernah tertawa, namun Ia pernah memberikan sebuah nasihat yang isinya : *“Janganlah kamu banyak tertawa, karena banyak tertawa itu dapat mematikan hati.”*⁴⁰ Islam memang tidak pernah melarang seseorang untuk tertawa ataupun bercanda namun dilarang untuk berlebih-lebihan.

Sedangkan kecerdasan emosional merupakan kemampuan menghadapi dan menyesuaikan diri di lingkungan baru dengan secara tepat dan efektif. Allah Swt memerintahkan

³⁹Ensiklopedia, Hadist Ar Ba'in 10 Januari 2022

⁴⁰ Ensiklopedia, Hadist Ar Ba'in 8 Januari 2022

umat-Nya untuk menguasai emosi-emosi, mampu mengendalikan dan mengontrolnya agar tidak terjadi malapetaka. Dalam surah Al-Baqarah ayat 44:

أَتَأْمُرُونَ النَّاسَ بِالْبِرِّ وَتَنْسَوْنَ أَنفُسَكُمْ وَأَنْتُمْ تَتْلُونَ
الْكِتَابَ أَفَلَا تَعْقِلُونَ.

Artinya : “ Mengapa kamu suruh orang lain (Mengerjakannya) kebaktian, sedang kamu melupakan diri (kewajiban) mu sendiri, padahal kamu membaca Al-kitab (Taurat) Maka tidaklah kamu berfikir ?⁴¹

Menurut Tafsir Al-Misbah Quraish menjelaskan bahwa kalimat dalam surat diatas menjelaskan bahwa penggunaan akal seseorang yang terhindar dari kebodohan sehingga dirinya dapat melakukan kebaikan. Jadi, kecerdasan emosional seseorang dapat dilihat baik buruknya yaitu ketika seseorang tersebut menggunakan akalnya dengan sabaik-baik mungkin.

Ayat alquran yang memerintahkan muslim agar menahan amarah dan bersabar juga terdapat di surat Ali ‘Imran ayat 134 yang berbunyi:

الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكُظُمِينَ الْغَيْظِ وَالْعَافِينَ عَنِ
النَّاسِ, وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ.

Artinya: yaitu orang-orang yang berinfak, baik di waktu lapang maupun sempit, dan orang-orang yang menahan amarahnya dan memaafkan

⁴¹ Usman el-Qurtuby, *Mushaf Hafalan*, (Bandung: Cordoba, Januari, 2020), hal.8

(kesalahan) orang lain. Dan Allah Swt mencintai orang yang berbuat kebaikan”.

Adapun ada empat cara yang bisa diterapkan untuk menghindari amarah, yaitu:

a) Diam

Jika orang marah maka kata yang seharusnya tidak dikeluarkan bakalan keluar dan Allah tidak akan menyukainya. Manusia akan selamat jika menjaga lisannya, seperti hadist yang di riwayatkan oleh Imam Ahmad.

وَإِذَا غَدِبَ أَحَدُكُمْ فَلْيَسْكُتْ

“Jika salah seorang di antara kalian marah, maka diamlah”.

b) Berganti Posisi

“ bila salah satu di antara kalian marah saat berdiri, maka duduklah. Jika marahnya telah hilang maka sudah cukup, namun jika tidak mereda pula maka berbaringlah”.

c) Mengambil Air Wudhu

“Sesungguhnya amarah itu dari setan dan setan diciptakan dari api sedangkan api akan padam dengan air, apabila salah seorang dari kalian marah hendaknya berwudhu.

d) Ingat Wasiat Nabi saw dalam Menahan Amarah

Amalan yang diberikan Rasulullah Saw kepada Abu Ad-Darda’ Ra tentang dapat memasukkan dalam surga yaitu,

لَا تَعْصَبُ وَآلِكَ الْجَنَّةُ

“Janganlah engkau marah, maka surga bagimu”.⁴²

Relevansinya dengan agresif adalah, individu harus mampu mengontrol emosi sehingga tidak terjadi hal yang diinginkan. Hal yang harus dilakukan yaitu memperbanyak bergaul dengan teman yang memiliki jiwa sosial dengan baik, menanam rasa sabar sejak dini sehingga tidak mudah terpengaruh oleh emosi sesaat. Memilih teman disini sangat perlu karena Rasulullah juga pernah memerintahkan untuk berteman dengan orang yang bisa mengajak untuk kebaikan.

C. Penelitian Terdahulu yang Relevan

Penelitian ini mungkin bisa saja terjadi kemiripan karena banyak sekali yang sudah dipublikasikan oleh peneliti dengan menggunakan terapi yang sama ataupun masalah yang sama. Berikut ini merupakan beberapa skripsi atau penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini, yakni :

1. Judul Skripsi : Bimbingan Konseling Islam dengan Terapi Behavior untuk Mengatasi Sifat Temperamental Anak di Wringinanom Gresik

Karya : Siti Nadziroh
Universitas : UIN Sunan Ampel Surabaya

⁴² <http://iqt.unida.gontor.ac.id/keutamaan-menahan> marah dalam al-qur'an. Di akses 17 Januari 2022.

Persamaan : Sama-sama menggunakan terapi Behavior dan menggunakan penelitian Kualitatif

Perbedaan : Penelitian Siti Nadziroh meneliti tentang Anak yang memiliki masalah Temperamental sedangkan penelitian ini meneliti tentang Anak yang memiliki perilaku Agresif.

2. Judul Skripsi : Bimbingan Konseling Islam dengan Terapi Behavior untuk Mengatasi Santri Introvert Studi Kasus Ponpes Ahmada Al-Hikmah Kediri

Karya : Yeny Nurhidayatur Rohmah

Universitas : UIN Sunan Ampel Surabaya

Persamaan : Penelitian ini sama-sama menggunakan terapi behavior dan menggunakan santri sebagai konseli.

Perbedaan : Penelitian Yenny lebih menjurus ke studi kasusnya santri yang memiliki kepribadian introvert sedangkan penelitian ini fokus ke pola perkembangan terapi behavior dan terapi islam untuk mengatasi perilaku agresif.

3. Judul Skripsi : Bimbingan dan Konseling Islam Dengan Terapi Behavior untuk Mengurangi Emosi Negatif Anak Perempuan Setelah Ayahnya Meninggal (Studi Kasus Desa

Jemirahan Kecamatan Jabon Kabupaten Sidoarjo)

Karya : Pipit Soviyanti

Universitas : UIN Sunan Ampel Surabaya

Persamaan : Persamaan dalam penelitian ini yaitu sama-sama meneliti tentang anak yang memiliki masalah emosi dan menggunakan Terapi Behavior.

Perbedaan : Penelitian terdahulu meneliti anak yang agresif setelah ayahnya meninggal sedangkan peneliti ini yaitu tentang anak yang agresif.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB III

METODE PENELITIAN

Metode merupakan suatu cara yang digunakan untuk pelaksanaan suatu pekerjaan dengan teratur dengan tujuan mendapatkan hasil sesuai yang diharapkan dan sebagaimana mestinya. Dan merupakan sistem yang sangat membantu untuk pelaksanaan suatu kegiatan dengan mudah.⁴³ Pada dasarnya metode merupakan sebuah cara ilmiah untuk memperoleh data-data tertentu.⁴⁴

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Setelah mengetahui latar belakang masalah dan judul penelitian, maka pembahasan ini penulis menggunakan pendekatan Kualitatif. yang merupakan pendekatan dengan suatu prosedur yang dilakukan seperti tindakan, motivasi, perilaku dan lain-lain dengan menggunakan kata-kata bukan berupa angka.⁴⁵ Metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat postpositivisme, digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah, dimana seorang peneliti berperan sebagai instrumen kunci, teknik

⁴³ <https://kbbi.web.id/metode.html> diakses pada Senin, 10 Januari 2022

⁴⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Alfabeta: Bandung, 2012), hal. 2.

⁴⁵ Haris Heriansyah, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2011), hal. 9.

pengumpulan data dilakukan secara triangulasi, analisis data bersidat induktif/kualitatif.⁴⁶

Adapun jenis penelitian yang digunakan yaitu studi kasus (*case study*). Study kasus merupakan strategi penelitian dimana seorang peneliti harus menyelidiki secara cermat suatu kasus, peristiwa, aktivitas, proses, atau sekelompok individu. Menyelidiki suatu kasus akan dibatasi oleh waktu sehingga peneliti meski mengumpulkan informasi berdasarkan fakta yang ada sesuai dengan prosedur dan waktu yang telah ditetapkan. Study kasus adalah suatu penelitian yang eksploratif dengan tujuan untuk mengembangkan pengetahuan yang mendalam mengenai objek yang bersangkutan.⁴⁷

B. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di dusun Ngolak. Jl. Maik Meres II, Kecamatan Praya Tengah Nusa Tenggara Barat (Pondok Pesantren Darunnadwah Al-Yamini).

C. Jenis dan Sumber Data

1. Jenis Data

Data yang diambil oleh peneliti adalah jenis kualitatif karena dalam penelitian ini data diambil dari pernyataan kata-kata atau gambaran tentang sesuatu yang dinyatakan dalam bentuk penjelasan. Jenis data dalam penelitian ini terbagi menjadi dua, yaitu :

⁴⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif dan R & D*, (Alfabeta : Bandung,2009), hal. 9.

⁴⁷ Ismail Nawawi, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: CV. DwipuraPustaka Jaya, 2012), hal. 53.

a. Data Primer

Sumber data primer adalah data yang diperoleh langsung dari subjek penelitian yaitu santri di pondok pesantren Darunnadwah al-Yamini yang dijadikan sebagai sumber informasi penelitian dengan pengambilan data secara langsung.⁴⁸ Data ini diambil dengan melakukan wawancara langsung dengan konseli.

b. Data Sekunder

Data pendukung dari data primer atau data yang didapatkan dari orang lain. Data ini dapat diperoleh dari teman, tetangga, orang tua dan saudara narasumber, Perguruan tinggi, jurnal, e-book.⁴⁹ Untuk mendapat data sekunder konselor melakukan wawancara dengan teman konseli dan mencari di berbagai literature sesuai dengan penelitian.

2. Sumber Data

Adapun sumber data dalam penelitian ini ada dua yaitu:

a. Sumber Data Primer

Sumber data primer ini didapatkan dari subyek langsung yaitu konseli dengan melakukan wawancara untuk menggali masalah agresif verbal serta dampak yang muncul.

⁴⁸ Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2007), hal. 91.

⁴⁹ M. Suparmoko, *Metode Penelitian Praktis*, (Yogyakarta : BPFE, 1995), hal. 3.

b. Sumber Data Sekunder

Adapun sumber data sekunder ini konselor dapat mencari di berbagai literatur tentang perilaku agresif seperti *e-book*, *google scholar*, dan penelitian terdahulu.

D. Tahap-tahap Penelitian

Adapun tahap-tahap penelitian yang harus dilakukan dalam metode penelitian praktis adalah :

1. Tahap Perencanaan

Perencanaan meliputi suatu tujuan atau ide untuk memperoleh dan menganalisis data bagi peneliti. Hal ini dilakukan melalui dengan cara mencari sumber-sumber data atau literatur sebagai bahan acuan untuk penelitian dan bisa juga di penelitian terdahulu yang sudah relevan berkaitan dengan judul dan masalah penelitian yang bersangkutan.

2. Tahap Pengkajian

Pengkajian secara teliti terhadap rencana penelitian, tahap ini merupakan tahap pengembangan dari tahap perencanaan, di tahap ini mengkaji tentang latar belakang penelitian, metode atau prosedur analisis dan pengumpulan data. Kesempurnaan dalam penelitian jika tahap pengkajian dilakukan dengan teliti.

3. Tahap Penelitian

Pada tahap penelitian ini, pengkajian dilakukan dengan teliti, peneliti menggunakan metode pengumpulan data dengan cara observasi,

wawancara, dan dokumentasi. Hal pertama yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu pengumpulan data terkait objek yang diteliti. Selanjutnya penggalian data melalui informan yaitu orang terdekat konseli seperti teman, keluarga, kerabat, ustadzah di pondok melalui wawancara dan dokumentasi. Proses konseling akan dimulai setelah peneliti sudah mengetahui masalah yang sebenarnya dialami oleh konseli dan bantuan yang akan diberikan. Peneliti memberikan bantuan berupa terapi behavior dengan gabungan dari terapi Islam yaitu terapi sabar untuk mengatasi perilaku agresif pada santri. Setelah proses terapi, selanjutnya peneliti kembali menggali data untuk mengetahui hasil dari proses konseling.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik yang digunakan dalam pengumpulan data ada 3, yaitu: Observasi, wawancara, dan dokumentasi. Teknik pengumpulan data ini bertujuan untuk memperoleh data dengan mudah dalam melakukan penelitian.

1. Observasi

Observasi adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan secara sistematis dan sengaja melalui pengamatan dan pencatatan terhadap gejala yang diteliti.⁵⁰ Proses observasi yaitu peneliti melakukan observasi melalui 2 cara, yaitu: Pengamatan langsung

⁵⁰ Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2000), hal. 153.

dan tidak langsung. Dalam penelitian ini penulis melakukan pengamatan langsung dengan cara memantau keseharian konseli secara langsung.

2. Wawancara

Wawancara adalah percakapan untuk mengonstruksi mengenai orang, kejadian, kegiatan, organisasi, motivasi, perasaan dan sebagainya yang dilakukan dengan dua pihak yakni pewawancara (interviewer) dengan orang yang diwawancarai (interview).⁵¹ dalam penelitian penulis melakukan wawancara tidak terstruktur dengan artian tidak menyiapkan instrument wawancara dengan lengkap namun ada beberapa poin saja yang mencakup garis besar permasalahan konseli.

3. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan cara pengumpulan data melalui peninggalan arsip-arsip dan termasuk juga buku-buku tentang pendapat, teori, dalil-dalil atau hukum-hukum yang berhubungan dengan masalah penelitian.⁵² Adapun penulis mengambil dokumentasi setiap melakukan wawancara dengan konseli dan informan-informan lain,

⁵¹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*, hal. 231.

⁵² Gunawan, Imam. *Metode penelitian kualitatif*. (Jakarta: Bumi Aksara 143, 2013), 45

selain itu penulis juga melakukan dokumentasi di beberapa kegiatan selama proses konseling.

F. Teknik Validitas Data

Dalam penelitian kualitatif tidak menjamin pelaksanaan penelitian akan mendapatkan hasil yang optimal, kesalahan pada peneliti juga besar kemungkinan akan terjadi. Dalam hal ini, peneliti menganalisa data langsung di lapangan untuk menghindari kesalahan pada data-data tersebut. penelitian yang dianggap valid yaitu ketika tidak ada perbedaan antara data-data yang tercantum dengan pernyataan konseli di lapangan. Maka dari itu, untuk mendapatkan hasil yang optimal peneliti perlu memikirkan keabsahan data yaitu:

1. Ketekunan

Ketekunan pengamatan sangat diperlukan dalam sebuah penelitian agar data yang diperoleh bisa dipertanggungjawabkan dan dapat diuji kebenarannya. Peneliti memahami situasi kondisi dan perilaku yang dilakukan konseli, peneliti menelaah kembali data-data yang terkait dengan fokus penelitian, sehingga data tersebut dapat difahami dan tidak diragukan.

2. Triangulasi

Triangulasi berarti cara terbaik untuk menghilangkan perbedaan-perbedaan konstitusi kenyataan yang ada dalam konteks suatu studi sewaktu pengumpulan data tentang berbagai kejadian dan hubungan dari berbagai pandangan kata lain peneliti dapat mengecek

temuannya dengan membandingkan dengan berbagai sumber metode atau teori.⁵³ Peneliti juga melakukan triangulasi melalui beberapa metode atau teknik pengumpulan data yang dipakai. Hal ini berarti bahwa pada satu kesempatan peneliti menggunakan teknik wawancara, teknik observasi dan dokumentasi.

G. Teknik Analisis Data

Setelah mendapatkan data yang dibutuhkan langkah selanjutnya adalah melakukan analisis data. Dalam penelitian ini penulis menggunakan analisis data dengan analisis deskriptif komparatif, peneliti melakukan analisa dengan 2 langkah, yakni:

1. Teknik analisis dengan cara mendeskripsikan perbandingan proses terapi behavior dengan pola Islam secara teoritik dan terapi behavior di lapangan.
2. Peneliti mengamati perilaku yang tampak pada konseli penelitian sebelum dan sesudah diberikannya sebuah terapi.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

⁵³ Lexy J. Moleong, Metode Penelitian Kualitatif, hal 330.

A. Gambaran Umum Subyek Penelitian

1. Deskripsi Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di dusun Ngolah Pondok Pesantren Darunnadwah Al-Yamini Lombok Tengah. Pondok ini merupakan salah satu pondok yang bernaungan di bawah kemenag di Lombok Tengah. Pondok ini terletak di tengah masyarakat Ngolak dan memiliki santri/santriwati sekitar 50an. Pondok ini terkenal dengan pondok tahfididzul qur'an karena lebih memfokuskan santri/santriwati nya untuk menghafal qur'an dan belajar hadist.

1) Sejarah Singkat Pondok Pesantren Darunnadwah al-Yamini Lombok Tengah

Awal mula pondok ini berdiri pada tahun 2007, pada saat itu kyai mendirikan hanya sebuah Tpq. Anak-anak di sekitar pondok ini lumayan banyak peminat yang ngaji, dengan berjalannya waktu kyai pun berfikir untuk mendirikan pondok pesantren supaya ada tempat anak-anak yang ingin belajar lebih mendalam. Tahun 2009 Pondok Pesantren Darunnadwah al-Yamini didirikan dengan tempat yang ada apanya. Ruang kelas hanya 2 dan kamar santri hanya 1 pada saat itu, lalu hari demi hari tanpa disadari pondok ini telah berkembang hingga saat ini.

2) Profil Pondok Pesantren Darunnadwah al-Yamini Lombok Tengah

a. Identitas Pondok Pesantren

Nama :Pondok Pesantren Darunnadwah al-Yamini

Nomor Statistik :-
Alamat Pesantren : Jl. Maik Meres II
Ngolak Lajut Kec. Praya Tengah Nusa
Tenggara Barat
No. Telp : 081803666633
Kode Pos :83582

b. Pendidikan di Pondok Pesantren
Pesantren mendirikan berbagai mavam pendidikan, seperti : RA Darunnadwah, MI Darunnadwah, Mts Darunnadwah, dan MA Darunnadwah.

c. Santri
Santri di pondok pesantren ini awalnya menerima santri dan santriwati namun dengan berjalannya waktu santri putra sudah jarang yang diterima dan sekarang lebih di fokuskan ke santriwati saja. Santriwati berjumlah 40an orang dan rata-rata dari Lombok Tengah dan Lombok Timur.

d. Sarana/Prasarana

- 1) Musholla
- 2) Asrama Putri
- 3) Ruang Jahit
- 4) Kamar Mandi
- 5) Dapur
- 6) Ruang Lab

e. Kegiatan

No	Nama Kegiatan	Waktu

1	Halaqoh Hafalan	Ba'da Subuh & Jam 2- Asar (<i>Senin-Jum'at</i>)
2	Halaqoh Setoran	Ba'da Asar-17.15 (<i>Senin-Jum'at</i>)
3	Muroja'ah & Ujian	Sabtu

Tabel 4.1 Kegiatan Santri di Siang Hari

No	Nama Kegiatan	Waktu
1	Tajwid	Malam Senin
2	Nahwu Shorof	Malam Selasa
3	Tauhid	Malam Rabu
4	Bahasa Arab	Malam Kamis
5	Siramaan Rohani	Malam Jum'at
6	Muroja'ah	Malam Sabtu
7	Fiqih	Malam Ahad

Tabel 4.2 Kegiatan Diniyah Santri



Gambar 4.1 Kegiatan Santri di Siang Hari



Gambar 4.2 Kegiatan Diniyah Santri

2. Deskripsi Konselor

Konselor merupakan fasilitator dalam membantu konseli dalam melakukan proses konseling. Konselor juga akan mendampingi konseli hingga proses konseling selesai dan bisa diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Adapun biodata konselor sebagai berikut :

Nama : Sukran Nikmah
NIM : B53218065
Prodi : Bimbingan Konseling Islam
Jenis Kelamin : Perempuan
TTL : Sanggeng, 23 July 2000
Umur : 21 Tahun
Agama : Islam
Alamat Asal : Sanggeng, Lombok Tengah

Riwayat Pendidikan :

- a. SDN Sanggeng Pujut
- b. Pondok Pesantren Darunnadwah Al-Yamini Lombok Tengah
- c. Pondok Pesantren Darunnadwah Al-Yamini Lombok Tengah
- d. Universitas UIN Sunan Ampel Surabaya, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Prodi Bimbingan Konseling Islam.

3. Deskripsi Konseli

- a. Data Konseli
Nama : Sintya (Nama Samaran)
TTL : 16 Desember 2006
Jenis Kelamin : Perempuan
Asal : Rungkang, Lombok Timur
Asal Sekolah : Pondok Pesantren Darunnadwah Al-Yamini

b. Latar Belakang Pendidikan

Dalam hal pendidikan S merupakan siswi di Pondok Pesantren Darunnadwah al-Yamini, saat ini S sedang duduk di kelas X MA. S juga merupakan santriwati di Pondok Pesantren Darunnadwah al-Yamini, ia memiliki kemampuan akademis ataupun non akademik cukup baik. Di sekolah ia termasuk ranking 5 besar dari 25 orang sedangkan di asrama ia kerap naik pangkat karena rajin menghafal Alquran, cepat mengerti. Konseli bercerita saat kecil ia selalu diajarkan ayahnya untuk menjadi anak yang cerdas “ Aku dulu pas kecil kak pasti disuruh-suruh belajar sama Inak (Ibu) dan Amak (Bapak) tapi aku jarang mau belajar soalnya gaada teman”. Orangtuanya sangat ikut andil dalam hal pelajaran anaknya namun yang menjadi masalah yaitu konseli tidak diizinkan untuk pergi bermain dan konseli juga tidak punya teman.

c. Latar Belakang Keluarga

S adalah anak ke-3 dari 3 bersaudara, konseli merupakan anak bungsu dan satu-satunya anak perempuan dari Bapak JA dan Ibu M, konseli memiliki dua kakak laki-laki. Kakak pertama sudah menikah dan memiliki anak satu sedangkan kakak yang kedua masih lajang dan sekarang sedang bekerja. Bapak

konseli merupakan petani biasa dan penjual sedangkan ibu konseli merupakan petani biasa dan ibu rumah tangga.

Konseli mendapatkan perilaku yang baik dari keluarganya baik itu dari orangtuanya dan kakak-kakaknya karena ia juga merupakan anak bungsu. Orangtuanya yang peduli dengan pendidikan anaknya sehingga orangtua rela mengantarkan konseli ke pondok pesantren.

d. Latar Belakang Ekonomi

Konseli memiliki ekonomi keluarga yang masih dibidang dibawah rata-rata karena bapaknya hanya seorang petani dan ibunya pun sama yang hasilnya itu tergantung dari cuaca. Konseli memang mendapatkan kasih sayang yang tulus dari orangtuanya namun dalam hal ekonomi konseli tidak terlalu di manja karena kondisi dari keluarganya.

e. Latar Belakang Keagamaan

Konseli memiliki latar belakang keagamaan yang cukup baik. Bapak dan Ibunya selalu menyuruh konseli untuk sholat, mengaji ketika libur sekolah, hanya saja konseli merasa bapaknya terlalu posesif akan dirinya yaitu jarang diizinkan keluar main sama teman-temannya.

B. Penyajian Data

1. Proses Pelaksanaan Terapi Behavior

Konselor dan konseli sudah saling mengenal sebelum melakukan proses pelaksanaan konseling karena konseli merupakan anak didik di pesantren tempat konselor mengajar. Meskipun demikian konselor tetap bersikap profesional dalam melakukan proses konseling ini. Konseli juga merasa nyaman ketika di ajak untuk meluangkan waktu ketika melakukan proses konseling.

Pada penyajian data ini, peneliti menggunakan metode kualitatif yang menghasilkan sebuah deskriptif no statistik. Peneliti akan mendiskripsikan data-data yang sudah didapatkan dari lapangan meliputi faktor-faktor penyebab perilaku agresif verbal pada santri di Pondok Pesantren Darunnadwah al-Yamini. Berikut ini peneliti memaparkan faktor yang dialami oleh konseli, sebagai berikut :

Dalam pelaksanaan konseling harus ditetapkan waktu dan tempat. Konselor telah membuat kesepakatan dengan konseli bahwa pertemuan diadakan 2 kali dalam seminggu agar tidak menghalangi kegiatan di pondok. Yakni hari selasa dan sabtu pukul 16.30 WITA -selesai. Berikut tahapan yang telah dilewati oleh konselor:

a. Identifikasi Masalah

Peneliti melakukan sebuah identifikasi masalah agar tau apa sebenarnya masalah yang dialami oleh konseli, gejala yang tampak dan faktor-faktor penyebabnya. Hal ini dapat dilakukan dengan cara mewawancarai orang terdekat konseli seperti temannya, orangtuanya, ustadzahnya. Berikut hasil wawancara tertulis konselor dengan teman konseli. Pada tanggal : 8 Agustus 2021

Tempat : Pondok Pesantren

Dalam wawancara ini konselor berusaha untuk menggali lebih dalam permasalahan konseli. Ustadzah mengatakan konseli merupakan santri yang cukup pintar, ustadzah pun mengakui hal itu. Konseli sering mendapatkan prestasi-prestasi di pondok seperti memenangkan lomba-lomba menghafal Al-quran dan hadist. Namun hal yang tidak dimengerti oleh ustadzahnya yaitu konselor sering meneriaki temannya, tidak menyapa temannya, bahkan sampai terlihat jutek, tidak menyaut temannya ketika berbicara. ketika berbicara pun konseli kerap tidak terlihat senyum dan memasang muka juteknya tapi mungkin itu adalah kepribadiannya tutur ustadzah. Lalu konselor menawarkan ustadzah untuk

berkolaborasi dalam membantu konseli menyelesaikan masalah yang dihadapi oleh konseli saat ini. Hal itu pu langsung di setujui oleh ustadzah karena permasalahan agresif ini sangat penting untuk di kurangi pada anak-anak.

Dari wawancara yang telah dilakukan dengan ustadzah maka konselor penasaran dengan pendapat sepupu konseli.

Pada Tanggal : 12 November 2021

Tempat : Pondok Pesantren

Setelah mewawancarai ustadzah konselor memanggil sepupu konseli yang mana satu kamar di asrama. L adalah sepupu jalur ibu konseli, L mengatakan bahwa konseli saat kecil merupakan orang yang ramah, mudah bergaul sama teman-temannya, tetapi sifat juteknya memang sudah ada. L mengatakan baru sekarang setelah disini saya melihat S sering marah-marah, mudah tersinggung, tidak bisa lihat orang lain berbisik terus dia merasa bahwa sedang di bicarakan. Dia memiliki sahabat namanya W tempat dia sering cerita tetapi S juga sering marah sama W tutur L. Setelah mewawancarai Sepupu dari Konseli, konselor ingin mewawancarai sahabat

L yang dimaksud oleh W tadi. Konselor meminta L untuk memanggil W (Sahabat Konseli) datang ke kamar Konselor.

Pada Tanggal : 9 November 2021

Tempat : Gedeng Pengasuh

Gedeng pengasuh terletak di samping asrama yang berjarak oleh satu teras. Setelah menerima pesan dari L bahwa konselor memanggilnya W (Sahabat Konseli) pun datang ke tempat konselor. Pembicaraan ini dimulai dari pertanyaan mengenai hubungan dia dengan konseli. W menjawab dia lumayan dekat dengan konseli bahkan makan, belajar pun sama-sama. Jika ada kesempatan mereka akan menukar cerita masing-masing baik tentang keluarga, asmara, keluh kesah hiudp. Lalu konselor menanyakan kira-kira konseli sering tidak *badmood* sama kamu. Dengan tegas W langsung bilang iya lumayan sering apalagi kalau tidak diturutin maunya dia akan kesal dan marah bahkan sampai memasang muka juteknya. Tapi dibalik sifat yang agresif dia memiliki sifat penyayang, perhatian sama saya. Lalu setelah mendapatkan data dari sahabatnya wawancara selanjutnya yaitu konselor akan bertanya kepada orangtuanya.

Pada Tanggal : 1 Desember 2021

Tempat : Telpon seluler

Pada wawancara kali ini konselor tidak terlalu banyak bertanya karena melalui telpon seluler. Konselor menanyakan seputar pendidikan, spritual dan perilaku sehari-hari ketika konseli di rumah. Sebelum itu konselor menjelaskan tujuan dari wawancara ini dan bapaknya pun setuju jika memang hal itu terbaik untuk anaknya. Konselor menanyakan apakah konseli ketika di perintahkan oleh bapak atau ibu sering mengeluh dan bagaimana reaksinya. Bapak konseli menjawab dia penurut tetapi terkadang lama menjawab ketika dipanggil karena sibuk main smartphone miliknya. Lalu bagaimana dengan sholatnya pak, bapak menjawab dia tetap sholat tetapi kadang ada yang bolong juga karena telat bangun. Saya sering menyuruh dia sholat, ngaji ketika waktunya sholat. Namun yang saya perketat yaitu saya tidak terlalu mengizinkan dia keluar dan hanya diam di kamar. Jadi, bapak dari konseli ini jarang memberikan izin konseli untuk keluar dan tidak memiliki teman juga dengan alasan bapak konseli takut jika nanti terjadi suatu hal yang tidak diinginkan. Pergaulan zaman sekarang memang

sangat perlu diprihatin jadi peran orangtua dalam membimbing anak sangat perlu namun ada batasnya sehingga membuat anak nyaman dan tidak merasa bosan di rumah saja.

Selain mewawancarai orangtuanya konselor juga mewawancarai konseli.

Pada Tanggal : 4 Desember 2021

Tempat : Ruang Tamu Asrama

Kali ini konselor menanyakan pertanyaan dengan rinci supaya mendapatkan kesimpulan yang tepat dari pernyataan-pernyataan informan di atas. Konseli mengatakan dia sebenarnya tidak ingin memiliki sifat pemarah, kurang nyambung sama teman, sering merasa *overthingking*. Konseli juga bercerita dia ingin memiliki teman yang sefrekuensi dengan dirinya, seperti bisa diajak bercanda dan lain sebagainya. Ia sering merasa bosan ketika berbicara dengan lawan bicaranya sehingga dia kerap merasa emosi, jengkel, dan membentak temannya. Konselor menanyakan apakah perilaku saat ini yang dialaminya membuat dia nyaman. Konseli menjawab dia ingin sekali mengubah pola pikir dan tingkah laku yang dialaminya. Dia berpikir masih terlalu muda untuk memiliki masalah ini, ia juga merasa

bahwa teman-temannya sering merasa tidak nyaman jika berada di dekatnya.

b. Diagnosis

Konseli memiliki masalah agresif verbal, sehingga mudah tersinggung, marah-maraha, sering menolak berbicara dengan temannya, *overthinking*, mudah bosan, dan kurang bersosialisasi.

Permasalahan Konseli

Semenjak konseli memasuki usia 15 ia merasa bahwa dirinya semakin tidak peduli dengan orang di sekelilingnya. Fase remaja awal ini merupakan fase yang sulit, individu akan merasa perilaku yang kurang menentu, cenderung emosional, belum stabil, banyak masalah, dan sebagainya. Ciri-ciri ini yang sedang dirasakan saat ini oleh konseli. Awal mulanya ia tidak merasa ada yang salah dengan dirinya, namun setelah konselor melakukan proses konseling tahap demi tahap konseli menyadari bahwa masalah yang dialami ini memang perlu di olah. Konseli juga kurang dalam sosial karena kurangnya teman yang sefrekuensi dan didukung oleh bapaknya yang tidak mengizinkan keluar ketika sedang di rumah. Seiringnya berjalan waktu wabah covid-19 pun sampai di Lombok

Tengah. Pergaulan sosial secara langsung dibatasi, perusahaan, pendidikan, wisata mulai di liburkan. Saat ini konseli hanya diam di rumah dan tidak pernah kemana-kemana selama enam bulan. Ia tidak memiliki teman di rumah dan sering merasa bosan. Konseli mengatakan sehari tanpa marah-marah, *badmood*, itu hal yang luar biasa baginya.

Dari uraian di atas konselor dapat menyimpulkan beberapa masalah yang sedang konseli alami yaitu memiliki perilaku agresif verbal:

- 1) Setiap hari merasa *badmood*
- 2) Tidak menunjukkan empati terhadap lawan bicaranya.
- 3) Sering merasa emosional dan *overthinking*.
- 4) Kurang diterimanya secara sosial

c. Prognosis

Langkah selanjutnya yaitu konselor akan menetapkan bantuan yang diberikan yaitu terapi Behavior dengan pola terapi Islam. Adapun tujuan dari terapi behavior ini yaitu untuk mengubah tingkah laku yang menyimpang dengan tetap mempertahankan tingkah laku yang diinginkan. Terapi ini sangat ringan sehingga tidak akan

memberatkan konseli dan tetap semangat untuk menumbuhkan perilaku yang lebih baik dari sebelumnya. Karena sudah ada kesepakatan antara konselor dan konseli maka akan lebih mudah untuk menjalani proses konseling ini. Berikut beberapa tahapan yang dilakukan dalam proses konseling :

- 1) Konselor menerangkan konsep dan tujuan terapi behavior serta pola konseling Islam.
- 2) Memberikan *challenge* (Belajar Kognitif dan Belajar Emosi)
- 3) Konselor memandu proses terapi Behavior.

d. Terapi/*Treatment*

Langkah ini merupakan tahapan pemberian bantuan atau terapi yang telah ditetapkan di langkah sebelumnya yaitu prognosis. Dalam pelaksanaannya konselor menggunakan terapi behavior dengan tujuan untuk membantu konseli mengubah perilaku agresif verbal yang saat ini sudah terindikasi. Sebelum melakukan proses konseling konselor sudah menyiapkan beberapa instrumen yang akan digunakan.

Berdasarkan kesepakatan yang telah dilakukan bahwa konselor dan konseli ingin memfokuskan untuk mengatasi sifat tidak peduli atau kurang

respect, agresif, serta *overthinking*. Sedangkan perilaku yang ingin ditingkatkan yaitu menulis, prestasi di kelas maupun di pondok. Konseli ingin meningkatkan menulis yaitu dengan alasan ketiak merasa bosan maka dia akan menulis di buku hariannya sehingga akan menjadi kebiasaan yang baik. Instrumen yang disiapkan oleh konselor yaitu buku harian dan pulpen, *challenge* berbentuk tugas. Konselor juga tidak lupa memilih tempat yang nyaman sehingga pertemuan antara konselor dan konseli tidak ada yang mengetahuinya. Konselor memilih tempat terapi di dalam kamar konselor yang lebih luas dan nyaman sehingga pembicaraan tidak ada yang mendengar.

Konselor juga menjelaskan bahaya dari perilaku agresif verbal ini, dengan sering menunjukkan sifat agresif maka akan semakin sulit untuk mendapatkan teman yang tulus dan akan terus menyendiri. Konselor juga mencoba untuk tanya jawab dengan konseli meliputi dampak dari perilaku agresif. Saat konseli sudah sadar dengan perilakunya konselor menceritakan kisah yang memiliki sifat agresif dan dijauhi teman-temannya, tidak ada yang suka terhadapnya, enggan diajak bicara.

Konselor juga berusaha memberikan pemahaman bahwa perilaku konseli selama ini tidak baik, seperti mengabaikan teman jika diajak bicara, terlalu *overthinking*, mudah marah karena saat ini konseli masih muda dan belum saatnya untuk memikirkan hal-hal yang belum tentu. Konseli memiliki perjalanan panjang dan saat inilah kesempatan yang baik untuk mencari relasi seperti

memperbanyak teman, meningkatkan prestasi, fokus terhadap pendidikan. Konseli semakin yakin bahwa perilakunya selama ini memang tidak baik dan hanya akan merugikannya.

Berikut adalah proses atau tahapan konseling yang dilakukan oleh konselor:

- 1) Konselor menerangkan konsep dan tujuan terapi behavior serta pola konseling Islam.

Konselor menerangkan apa itu konseling behavior, tujuan konseling, serta hasil yang akan didapatkan. Terapi behavior merupakan terapi yang membantu konseli untuk membentuk perilaku baru yang didapatkan sesuai dari hasil belajar dan lingkungan dengan tujuan yaitu untuk membentuk perilaku baik dan melemahkan perilaku yang tidak diinginkan. Lalu konselor juga akan memberikan bantuan berupa terapi Islam. Pertama konselor memberikan buku harian untuk konseli guna menulis keluhan kesah serta permasalahan yang dialami. Konselor memeriksa buku harian setiap pertemuan. Konselor dan konseli memeriksa ulang hasil tulisan yang ada di dalam buku harian dan merefleksi perilaku yang tidak sesuai. Konselor juga menanamkan pola Islam yaitu ketika melakukan sesuatu selalu membaca *basmallah* dan ketika merasa marah, kesal, berfikir yang berlebihan membaca *taawudz* serta membaca *tahlil*, *tahmid*, dan *tasbih* dengan tujuan untuk lebih menenangkan pikiran konseli.

- 2) Memberikan *challenge* (Belajar Kognitif dan Belajar Emosi)

Challenge adalah sebuah tantangan yang dapat menggugah tekad untuk meningkatkan kemampuan mengatasi masalah.

1. Belajar Kognitif

Konselor memberikan *challenge* belajar kognitif yaitu untuk mengajarkan konseli cara proses interaksi dengan orang lain. konselor membantu konseli untuk memahami beberapa tentang belajar kognitif ini lalu mengaplikasikannya di kehidupan sehari-hari. Adapun bentuk belajar kognitif yang diberikan yaitu, cara merespon teman dengan baik contohnya ramah, senyum, sopan, bertutur kata dengan baik seperti perintah Allah Swt dalam panggalan Surat Al-Baqarah ayat 83:

وَقُولُوا لِلنَّاسِ حُسْنًا

“Dan berkatalah kalian semua kepada manusia dengan baik “.

Setelah diterapkannya konseli berusaha untuk mengubah cara merepon dengan baik kepada orang lain. Konselor disini juga memberi nasihat bahwa jika kita ingin dihargai, disayang maka kita harus menghargai, menyayangi orang itu dulu. Konseli juga member *feedback* yang baik dengan apa yang konselor katakan.

2. Belajar Mengontrol Emosi

Konselor memberikan *challenge* untuk melatih emosi konseli dengan tujuan ia mampu mengendalikan atau mengontrol perilaku agresifnya saat muncul. Emosi dan

perilaku agresif ini hampir sama jika diartikan karena sama-sama memiliki dampak yang buruk jika hal ini tetap dilakukan.

Bentuk-bentuk kecerdasan emosional yang dapat diterapkan yaitu:

1. Kenali emosi yang dirasakan, selalu menanyakan kepada diri sendiri apa yang sedang ia rasakan baik itu saat sedang mengalami kejadian tidak baik ataupun saat senang. Misalnya saat ia senang bermain dengan teman lalu coba tanya sama diri sendiri “Apa aku senang jika bercanda tawa dengan temanku tadi” dan sebaliknya jika sedang merasa *badmood* tanyakan pada diri sendiri apa yang dirasakan.
2. Minta pendapat orang lain
Konseli dapat meminta pendapat konselor jika ada masalah yang tidak bisa ditangani, misal dia marahan sama temannya namun tidak tahu cara minta maaf yang baik disini konselor dapat membantu konseli untuk mengolah kata-kata permohonan maaf.
3. Menulis buku harian
Menulis di buku harian ini dapat membantu konseli untuk mengetahui ataupun memahami emosi yang dirasakan.
4. Berpikir sebelum bertindak
Untuk melatih kecerdasan emosional jangan terburu-buru dalam mengambil tindakan. Hal ini konselor memberitahu konseli bahwa segala sesuatu akan ada

pertanggung jawaban seperti di dalam surah Al-Isra' ayat 36 *“dan janganlah kamu mengikuti sesuatu yang tidak kamu ketahui. Karena pendengaran, penglihatan dan hati nurani, semua akan diminta pertanggungjawaban”*.

Konselor juga memberitahu bahwa perilaku agresif ini sangat di jauhi oleh Rasulullah Saw bahkan ada seorang sahabat yang ingin diberikan wasiat dan Rasulullah memberikannya yaitu “jangan marah” sampai sahabat itu berulang-ulang kali meminta namun Rasulullah tetap memerintahkan untuk “jangan marah”. Adapun dalam persektif Islam konselor menceritakan sebuah kisah tentang ‘Ali bin Al-Husain dengan budaknya. Cerita ini untuk mengajarkan konseli bahwa memaafkan seseorang jika berbuat salah merupakan ciri-ciri dari penghuni syurga.

Saat itu seorang budak ini menuangkan air pada ‘Ali untuk persiapan shalat. Namun tiba-tiba wadah yang digunakan budak tadi pecah dan jatuh lalu tidak sengaja melukai tuannya (‘Ali). Lalu ‘Ali mengangkat kepala dan memandang budak wanita itu mungkin akan memarahinya karena terluka. Budak itu lantas mengatakan, ingatlah Allah berfirman,

وَالْكَاطِمِينَ الْغَيْظَ

“ciri-ciri penghuni surga adalah orang-orang yang menahan amarahnya”. Kemudian ‘Ali

berkata, “Aku tidak jadi memarahimu”. Terus budak itu mengatakan lagi,

وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ

“Ciri-ciri penghuni surga adalah memaafkan kesalahan orang”. Ali berkata, “Saya sudah memaafkanmu”.

Selain itu dalam melatih mengontrol emosi ini konselor memberikan tips yaitu menggunakan pola Islami yaitu terapi dzikir seperti di atas. Adapun untuk mengurangi *overthinking* dan mudah tersinggung yang ada pada diri konseli. Konselor memberikan sebuah nasihat tentang tidak boleh melakukan su’udzon kepada siapapun baik pada diri sendiri, orang lain, dan Allah Swt. Sebagaimana Allah Swt berfirman dalam Surah Al-Hujurat ayat 12:

“Wahai orang-orang yang beriman! Jauhilah banyak dari prasangka, sesungguhnya sebagian dari prasangka itu dosa, dan janganlah kamu mencari-cari kesalahan oranglain, dan janganlah ada diantara kamu yang menggunjing sebagian yang lain”.

Adapun untuk mengurangi perilaku konseli yang suka membentak, marah-marah konselor memberikan terapi modelling yang merupakan bagian dari terapi behavior. Konselor menceritakan kisah-kisah nabi yang memiliki tingkat kesabaran tiada batas bahkan ujian yang diterima itu tidak dapat dibandingkan dengan manusia biasa. Konseli pun mengetahui beberapa kisah nabi yang memiliki kesabaran seperti Nabi Nuh, Nabi Ibrahim dll. Tujuan konselor

memberikan sebuah modelling yaitu untuk membentuk karakter atau perilaku yang baik. Dalam hadist riwayat Muslim, dari Abu Hurairah Radhiyallahu anhu Nabi Saw bersabda:

مَنْ سَنَّ فِي الْأِسْلَامِ سُنَّةً حَسَنَةً، فَلَهُ أَجْرُهَا، وَأَجْرُ مَنْ عَمِلَ بِهَا بَعْدَهُ،
مِنْ غَيْرِ أَنْ يَنْقُصَ مِنْ أَجْرِهِمْ شَيْءٌ.

Artinya :Barang siapa mencontohkan dalam islam suatu contoh yang baik, maka ia akan mendapatkan pahalanya, dan pahala orang yang melakukannya setelahnya tanpa berkurang sesuatu apapun dari pahala mereka (HR.Muslim).

3) Konselor memandu proses terapi Behavior.

Saat proses konseling telah mulai, konselor menjalankan tugasnya sebagai pemandu terapi. Konselor memeriksa tugas atau *challenge* yang sudah diberikan. Jika ada hal yang kurang pas dan melenceng dari tujuan konseling maka konselor dan konseli sama-sama memperbaikinya. Setiap kali pertemuan konselor menanyakan perubahan yang sudah didapatkan konseli, konseli juga sangat teliti dalam menjalankan tugasnya. Berikut merupakan peran konselor dan konseli saat proses konseling berlangsung:

- a) Peran konseli saat proses terapi yaitu ia fokus dalam menjalankan terapi yang diberikan sesuai kesepakatan dan menjalankan tugas setiap pertemuan. Sebelum pertemuan konselor dan konseli melakukan percakapan yang membuat konseli lebih nyaman lagi.
- b) Peran konselor yaitu memandu konseli saat melakukan terapi, konselor akan menyiapkan instrumen-instrumen untuk tugas yang akan

diberikan. Konselor juga sepenuhnya memperhatikan gerak gerik yang dilakukan konseli setiap harinya.

4) Evaluasi/Follow up

Evaluasi ini dilakukan setelah melakukan proses konseling dengan tujuan untuk mengetahui perubahan yang terjadi pada konseli setelah pemberian terapi. Serta untuk mengetahui seberapa tingkat keberhasilan terapi yang diberikan oleh konselor kepada konseli. Hal ini dilakukan dengan cara observasi dan mewawancarai konseli maupun teman, sahabat, dan ustadzah setelah proses terapi dijalankan.

Setelah proses terapi dijalankan, konselor memanggil sahabat konseli untuk diajak bekerjasama. Konselor meminta W (sahabat konseli) untuk memantau ketika sekolah, ketika dia berbicara dengan teman lainnya tanpa diketahui oleh konseli. Konselor juga meminta kepada W untuk tetap disamping konseli karena konseli ingin memiliki teman sefrekuensi yang dapat diajak bercanda dan sebagainya. W pun sangat setuju untuk tetap berteman dengan konseli dan akan berusaha untuk mendengar cerita dan keluh kesah yang dialaminya. Alasan konselor meminta sahabat konseli karena ia lebih sering bermain dengan sahabat ini dan jarang di rumah.

Setelah dilakukan proses terapi, konselor mengamati bahwasanya konseli lebih terlihat periang, ketika bercerita dengan temannya lebih terlihat santai, prestasinya pun tetap dipertahankan. Konselor sudah jarang melihat

konseli membentak temannya, bahkan konseli mengakui dia sedikit berubah.

a) Wawancara dengan konseli

Konseli juga mengatakan kepada konselor, ia merasa sedikit ada perubahan setelah melakukan terapi. Ia lebih sering menulis, fokus belajar daripada memikirkan hal-hal yang tidak berguna. Ketika teman-temannya membuat dia jengkel, marah sekarang dia hanya tarik nafas dan senyum lalu bercanda lagi. Dia sedikit mampu mengontrol emosinya dan tetap memelihara sifat-sifat yang baik.

b) Wawancara dengan sahabat konseli

Sahabat konseli mengatakan bahwa konseli saat ini lebih terlihat perhatian ketika diajak bicara. Dulu sulit sekali ngobrol dengan asik dan sekarang ia lebih terlihat antusias ketika teman-teman bercerita. Sahabat konseli juga mengatakan bahwa konseli saat ini jarang terlihat marah-marah, jutek, tidak mudah tersinggung. Di kelas konseli terlihat pendiam namun saat diajak bicara ataupun ditanya guru dia cukup pandai dalam menjawab. Menurut saya ada perubahan perilaku dari yang dulu.

c) Wawancara dengan ustadzah

Dari penuturan ustadzah, konseli saat ini sudah jarang terlihat membentak teman-temannya, lebih mudah tersenyum dan menyapa, ketika diperintahkan

melakukan sesuatu dia menjawabnya dengan lemah lembut. Dulu sering sekali ustadzah melihat konseli marah-marah sama temannya dan mudah tersinggung ketika temannya berbisik, namun sekarang konseli lebih berbicara langsung dengan temannya jika merasa tersinggung. Konseli juga terlihat lebih fokus belajar dan tidak banyak tingkah.

2. Hasil Penelitian

Setelah beberapa kali proses pemberian terapi konseli lebih memperhatikan temannya ketika berbicara, kurangnya perilaku agresif verbal, menghabiskan waktunya dengan menulis jika merasa bosan dan selalu mengucapkan dzikir ketika memikirkan hal yang berlebihan (*overthinking*). Konseli juga terlihat senang saat berbicara dengan temannya, dulu sering memasang muka jutektetapi setelah pemberian terapi konseli lebih terlihat ramah kepada siapapun.

Konseli mengatakan bahwa ia ingin mengubah perilaku agresifnya dengan alasan sulit menemukan kebahagiaan seperti mendapatkan teman, sering dijauhi teman, bosan sendiri dan tidak suka memikirkan hal-hal yang tidak penting. Setelah pemberian terapi konseli mengetahui cara untuk mengubah perilaku agresifnya. Konseli sangat senang setelah pemberian terapi, ia merasa lebih dewasa.

Dari beberapa wawancara yang dilakukan konselor kepada konseli, sahabat, sepupu, dan keluarganya serta dari pengamatan yang dilakukan oleh konselor sendiri, konselor menemukan beberapa perubahan konseli setelah diberikan terapi Behavior, yakni:

No	Perilaku konseli sebelum diberikan terapi	Perilaku konseli sesudah diberikan terapi
1	Tidak memperhatikan ketika teman ngajak bicara.	Setelah diberikan terapi behavior dengan menggunakan <i>challenge</i> serta pola Islam konseli mulai mengubah cara merepson dengan baik seperti ramah, sopan, dan bertutur kata dengan baik.
2	Mudah terpancing emosi	Pada treatment ini konselor juga memberikan sebuah <i>Challenge</i>

		<p>dengan pola terapi Islam yaitu dzikir dan beberapa cara untuk mereda amarah sehingga konseli mudah untuk menerapkannya. Adapun setelah diberikan sebuah terapi konseli sudah ada perubahan emosi yaitu dapat dilihat bahwa konseli sudah jarang membentak, marah-marah sama temannya.</p>
3	<p>Mudah bosan, <i>Overthinking</i></p>	<p>Hal ini konselor memberikan sebuah media yaitu buku harian kepada konseli karena konseli suka menulis, setelah pemberian</p>

		hadiah buku tadi konseli sudah menulis sebanyak setengah dari buku itu.
4	Mudah tersinggung ketika temannya berbisik	Setelah pemberian terapi konseli lebih menanamkan husnudzon kepada temannya.

Tabel 4.3 Perubahan Perilaku

C. Pembahasan Hasil Penelitian (Analisis Data)

1. Perspektif Teori

Berdasarkan penyajian data dari proses bimbingan konseling dengan pola konseling Islam menggunakan terapi Behavior untuk mengatasi perilaku agresif santri di Pondok Pesantren Darunnadwah al-Yamini, Lombok Tengah. Konselor berupaya untuk membangun suasana hangat dengan konseli yaitu mencari waktu senggang dan tempat yang nyaman. Penentuan waktu dan tempat ini juga berpengaruh terhadap proses konseling seperti kurang nyaman, terlalu sempit ataupun waktu tidak cukup sehingga dapat menghambat proses konseling.

Adapun analisa data pada pelaksanaan konseling yang diberikan peneliti menggunakan analisis deskriptif Miles dan Huberman, yakni konselor mendeskripsikan data yang telah diklasifikasikan dengan memperhatikan fokus dan tujuan penelitian. Berikut adalah merupakan hasil deskripsi yang didapatkan di lapangan dalam proses pelaksanaan terapi Behavior untuk mengatasi perilaku agresif santri di Pondok Pesantren Darunnadwah al-Yamini, Lombok Tengah.

Dalam pelaksanaan proses konseling ini, konselor melakukan tahapan-tahapan yakni : identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, terapi/*treatment*, dan evaluasi/*follow up*.

Langkah pertama yang dilakukan konselor yaitu, identifikasi masalah dengan tujuan untuk mengetahui gejala serta perilaku yang tampak pada konseli seperti, membentak teman, menggerutu dan jutek, sering marah-marah, *overthinking*, cepat bosan, sulit bersosialisasi, tidak memiliki teman yang dianggap sefrekuensi, mudah tersinggung. Hal di atas sangat berkaitan dengan beberapa ciri-ciri perilaku agresif verbal.

Dari gejala-gejala yang telah diamati oleh konselor dan beberapa hasil wawancara dari konseli, sepupu, sahabat, dan keluarga konselor kemudian melakukan diagnosa dengan menetapkan masalah yang dialami konseli yakni akibat kurangnya sosial dan tidak memiliki teman sehingga konseli mudah

bosan, sering mengabaikan temannya ketika berbicara, mudah tersinggung bahkan sering membentak teman-temannya. Perilaku konseli ini dapat dikatakan individu yang memiliki perilaku agresif verbal seperti yang tertera di kajian teoritik bahwa individu yang mudah tersinggung, marah-marah, tidak memperdulikan teman adalah ciri-ciri dari perilaku agresif verbal.

Selanjutnya konselor menentukan jenis terapi atau bantuan (prognosa) yang akan diberikan kepada konseli, yakni terapi behavior dengan pola Islami. Karena terapi ini sangat mudah untuk diaplikasikan dan konseli juga sepakat menggunakan terapi behavior. Terapi behavior ini memiliki tujuan yaitu untuk membantu konseli mengubah perilaku yang negatif dengan tetap mempertahankan perilaku yang positif. Santri merupakan *background* dari pondok pesantren dengan digabungkan dengan pola islami maka akan lebih mudah lagi untuk pengaplikasian terapi behavior ini.

Langkah selanjutnya adalah *treatment* untuk mengubah perilaku negatif konseli. Di tahap ini konselor berupaya untuk membantu konseli mengubah perilaku agresif dengan cara memahami kognitif dan belajar emosional digabungkan dengan pola islami. Konseli yang sebelumnya suka membentak teman, marah-marah, mudah tersinggung, diberikan sebuah *challenge* untuk belajar

kognitif dan belajar emosi dengan tujuan konseli mampu mengontrol emosi dengan baik. Sebelum melakukan proses terapi konselor sudah menyiapkan instrumen seperti materi-materi, nasihat tentang larangan marah, memiliki sifat sabar berdasarkan ayat alquran dan hadist.

Langkah terakhir yaitu evaluasi/*follow up*, konselor melakukan evaluasi yaitu untuk menindaklanjuti perkembangan setelah proses konseling dilakukan, kemudian dievaluasi. Analisa tersebut dilakukan oleh konselor dengan cara mendiskripikan hasil observasi dan wawancara yang didapatkan dari konseli dan informan-informan. Observasi dan wawancara setelah proses terapi ini membantu konselor untuk mengetahui perubahan-perubahan yang dialami konseli setelah diberikan terapi behavior.

Dari proses evaluasi tersebut dapat disimpulkan bahwa ada beberapa perubahan yang dialami konseli. Konseli yang sebelumnya tidak menghiraukan teman saat berbicara menjadi lebih memperdulikan teman, yang sebelumnya suka membentak dan marah-marah menjadi sedikit penyabar dan mampu mengontrol emosi. bagian yang terpenting konseli sangat senang ketika ada perubahan dalam dirinya.

2. Perspektif Islam

Seperti yang kita tahu bahwa Islam sangat memanusikan manusia yaitu saling

menghormati, menyanangi dan tidaklah sulit untuk dijalankan. Islam sangat menentang terhadap individu yang memiliki sifat pemarah atau agresif. Selain itu Rasulullah Saw juga memerintahkan kita sebagai umat Islam untuk senantiasa bertutur kata dengan lemah lembut dan tidak menyakiti orang lain.

Konseli merupakan anak yang cukup pintar baik di sekolah maupun di pondok. Namun, karena konseli memiliki perilaku agresif verbal ini banyak teman yang tidak menyukainya. Konseli dikenal orang yang jutek, nudg tersinggung, marah-marah, dan tidak memperhatikan temannya ketika berbicara. perilaku ini sangat tidak disukai oleh Rasulullah Saw sebagaimana yang di cetuskan dalam hadist yaitu melarang seseorang untuk berbuat marah.

Kesal, tidak memperhatikan teman itu boleh saja dilakukan ketika memang seseorang butuh waktu untuk sendiri namun jangan sampai berlebihan karena Allah tidak pernah menyukai hamba-Nya yang berlebihan. Allah Swt berfirman dalam surah A'raaf ayat 31 “ Wahai anak cucu adam! Pakailah pakaianmu yang bagus pada setiap (memasuki) masjid, makan dan minumlah, tetapi jangan berlebihan. Sungguh, Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebihan”.⁵⁴ penggalan ayat di atas dapat disimpulkan

⁵⁴ Al-Qur'an Surah Al A'raaf ayat 31, 17 Januari 2022

bahwa segala sesuatu itu jangan dilakukan dengan berlebihan sama halnya dengan perilaku agresif ini jika berlebihan maka akan menimbulkan dampak negatif. Kembali ke hadist pada kajian teoritik bahwa Rasulullah memberi wasiat kepada sahabat untuk tidak marah.

Konselor menggunakan terapi Behavior dengan pola Islam. Konselor menggunakan terapi ini dengan tujuan membantu konseli untuk mengubah perilaku agresif dengan pola Islami yaitu supaya konseli memiliki sifat sabar. Konselor juga menceritakan kisah 'Ali yang membebaskan budaknya karena telah mengingatkan bahwa ciri-ciri penghuni surga yaitu orang-orang yang menahan amarah dan sabar. Pola Islami yang diberikan yaitu dzikir dan cara untuk meredakan amarah. Tujuan dari menceritakan kisah-kisah ini yaitu untuk menumbuhkan sifat penyabar dan mampu untuk menahan amarah. Konselor juga memberikan nasihat bahwa perilaku konseli selama ini yaitu perilaku negatif. Perilaku yang memiliki banyak dampak baik bagi dirinya maupun orang lain.

Untuk memperjelas analisis terkait hasil akhir proses pelaksanaan konseling, konselor mencari informasi terkait perubahan konseli hal ini melalui observasi, wawancara dengan teman, sahabat konseli.

Adapun deskripsi konselor yang didapatkan sebelum dan sesudah diberikan terapi, sebagai berikut:

a. Kondisi konseli sebelum menjalankan proses konseling

Sebelum mengikuti proses konseling, konseli memiliki sifat pemarah, mudah tersinggung, mudah bosan, *overthinking*, dan sering membentak temannya. Konseli belum menyadari bahwa perilaku tersebut adalah perilaku negatif dan merugikan dirinya. Terkadang temannya merasa risih dengan perilakunya tersebut namun konseli tidak terlalu peduli dengan orang lain. konseli menganggap bahwa dia akan baik-baik saja jika dia terus berperilaku agresif.

Konseli lebih mementingkan diri sendiri namun tanpa disadari ia kerap merasa bosan karena sering sendiri. ia ingin memiliki teman sefrekuensi namun tidak mau untuk mengubah perilaku tersebut. ketika marah-marah ataupun membentak teman konseli jarang merasa bersalah walaupun teman itu sakit hati.

b. Kondisi konseli setelah menjalankan proses konseling

Setelah dilaksanakan proses yang diberikan oleh konselor, beberap

perilaku konseli yang berubah yaitu konseli mampu untuk mengontrol emosinya, berupaya untuk sabar ketika kesal dengan sifat temannya. Konseli juga sering menulis untuk mengganti pikirannya yang berlebihan, ketika membentak temannya konseli meminta maaf. Konseli juga terlihat nyaman ketika berbicara dengan temannya, sifat acuh tak acuh ketika berbicara dengan teman sudah mulai dia ubah dengan berusaha untuk ngobrol dengan baik. Konseli yang sebelumnya mudah bosan sekarang konseli menghabiskan waktunya dengan hal yang bermanfaat seperti mengaji, bercerita dengan teman-temannya.

Berdasarkan deskripsi diatas, dapat dianalisis bahwa tingkat keberhasilan proses konseling yang sudah dilakukan dengan menggunakan terapi behavior untuk mengatasi perilaku agresif santri di pondok pesantren Darunnadwah al-Yamini, Lombok Tengah. Meskipun konselor tidak bisa sepenuhnya mengubah perilaku agresif konseli, namun konseli sudah mampu untuk mengontrol emosinya dan mau untuk mengubah perilaku tersebut. konseli

juga sudah berjanji kepada konselor untuk tetap menjalankan terapi yang sudah diberikan walaupun proses konseling sudah berakhir. Konseli juga sudah mengalihkan perilaku yang tidak baik dengan menghabiskan waktu yang lebih bermanfaat.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dibawah ini peneliti memberikan beberapa kesimpulan dari hasil penelitian terhadap seorang santri yang memiliki perilaku agresif dengan menggunakan terapi behavior berdasarkan pola Islam, yakni sebagai berikut:

1. Terapi Behavior dengan perspektif Islam untuk mengubah perilaku agresif di pondok pesantren darunnadwah al-yamini, Lombok Tengah. Peneliti menggunakan beberapa langkah, yakni Identifikasi Masalah, Diagnosis, Prognosis, Evaluasi/*Follow Up*. Yang mana dalam langkah terapi/ *treatment* konselor menggunakan terapi behavior dan pola Islam sebagai terapi dengan melakukan beberapa tahapan yakni:
 - 1) Konselor menerangkan konsep dan tujuan terapi behavior serta pola konseling Islam.
 - 2) Memberikan *challenge* (Belajar Kognitif dan Belajar Emosi)
 - 3) Menggunakan Terapi Modelling
 - 4) Konselor memandu proses terapi Behavior.
2. Perubahan perilaku dan alasan perubahan santri yang memiliki perilaku agresif
Perubahan konseli yaitu sudah mampu untuk mengontrol emosinya dan mau untuk mengubah perilaku tersebut. konseli juga sudah berjanji kepada konselor untuk tetap menjalankan terapi yang sudah diberikan walaupun proses konseling sudah berakhir. Konseli juga sudah mengalihkan perilaku yang tidak baik dengan menghabiskan waktu

yang lebih bermanfaat. Adapun alasan konseli yaitu ia menyadari bahwa perilaku yang selama ini ternyata membawa dampak yang negatif bagi dirinya. Konseli ingin memiliki sifat yang lebih baik sehingga mendapatkan banyak teman.

B. Saran

1. Bagi Konselor

Konselor merupakan fasilitator bagi konseli untuk membantu memecahkan masalahnya. Teruntuk konselor, semoga dapat meng-*upgrade* wawasan dan pengetahuan lebih luas khususnya dalam ranah bimbingan konseling supaya mampu membantu konseli baik itu anak-anak, remaja, maupun dewasa. Dengan meng-*upgrade* lebih luas maka akan mendapatkan hasil yang lebih baik pula.

2. Bagi Pembaca

Bagi pembaca, semoga penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan wawasan tentang bimbingan konseling serta jadikan sebagai pembelajaran agar senantiasa mampu mengontrol emosi dan tanamkan sifat sabar dalam diri sehingga tidak akan berdampak negatif.

3. Peneliti Selanjutnya

Teruntuk peneliti selanjutnya, sebaiknya menguji ulang terapi behavior ini dan disarankan untuk memahami pola-pola Islam agar lebih mudah untuk diterapkan kepada konseli. Mungkin kedepannya peneliti

selanjutnya dapat menerapkan ide-ide yang lebih baik agar hasil konseling lebih baik.

C. Keterbatasan Penelitian

Konselor memiliki keterbatasan dalam penelitian ini yaitu terkait kajian teoritik, konselor lebih banyak mengambil referensi dari jurnal-jurnal ilmiah dan skripsi, karena rumitnya mengakses buku-buku pada masa pandemi ini. Tidak semua buku dapat diakses dengan mudah. Semoga pada penelitian selanjutnya ada inovasi untuk menjadi tambahan dari teori tersebut.



DAFTAR PUSTAKA

Al-Qur'an, Surat Az-Zumar ayat 10, dikutip 16 Januari 2022

Undang-Undang Nomor 17 Tahun 2016 Tentang
Perlindungan Anak

Masyhud,S & K Ridho, *Manajemen Pondok Pesantren*.
Jakarta: Diva Pustaka (2003), hal 20

Endah Sary , Yessy Nur,. Perkembangan Kognitif dan
Emosi Psikologi Masa Remaja Awal, *Jurnal
Pengabdian Kepada Masyarakat*, Vol. 1, No. 1, Mei
2017. Hal. 6-12

Gerungan , W.A., *Psikologi Sosial*, (Bandung: PT. Ersco,
1991), Hal. 24

Fahrunnisa, *Perilaku Agresif pada Anak TK*, CV. Amerta
Media September 2020, hal. 4

Fahrunnisa, hal. 5-6

Kamus Besar Bahas Indonesia (KBBI), online, diakses
pada 10 September 2021 dari <https://kbbi.web.id>

Restu ,Yoshi dkk, Studi tentang Perilaku Agresif di
Sekolah, Vol. 2, No.1, 2013, hal.243

Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*,
(Jakarta: Yayasan penyelenggara Penterjemah/pentafsir
Al-Qur'an, 1971), hal. 415.

Hadist Arba'in Nawawi

Hasil Wawancara pada Minggu, 8 Agustus 2021, pukul 10.20 WIB

Hasil Wawancara pada Senin, 9 November 2021, pukul 10.20 WIB

Cory ,Geral,. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: Pt.Refika Aditama, 2009), Hal.193

Isnawati , Ruslia,. *Cara Kreatif dalam Proses Belajar*, (Cv. Jakad Media Publisng, 2019), hal. 97.

John W, Santrock, *Remaja, Edisi Kesebelas*, (Jakarta, Erlangga, 2007), hal. 56.

Faizin ,Ahmad, *Terapi Behavior dengan Teknik Modelling untuk Meningkatkan Kemandirian Remaja di Desa Ngayung Kecamatan Maduran Kabupaten Lamongan*, Skripsi, (Surabaya, 12 Agustus 2016), Hal. 24

Sanyata ,Sigit, *Teori dan Aplikasi Pendekatan Behavioristik dalam Konseling*, *Jurnal Paradigma*,No.14.Vol VII. July 2012, hal.3

Fahrunnisa, *Perilaku Agresif pada Anak TK*, CV. Amerta Media September 2020, hal. 4.

Dhofier ,Zamakhsyari, *Tradisi Pesantren Memadu Modernitas untuk Kemajuan Bangsa*, (Yogyakarta: Pesantren Nawesea Press,2009), hal. 18.

- Mappiare ,Andi, *Pengantar Konseling dan Psikoterapi*, Jakarta:PT Raja Grafindo Persada, 2019.
- Corey ,Gerald, *Teori & Praktek Konseling & Psikoterapi*, (Jakarta: PT Indeks, 2011), hal. 199-200.
- Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang: UMM Press, 2008). hal. 137.
- Gunarsa ,Singgih D., *Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta: Gunung Mulia, 1996), hal.206.
- Yulvi dkk, Karakteristik Perilaku Agresif Remaja pada Sekolah Menengah Kejuruan, *Jurnal Keperawatan Jiwa* Vol. 7, No. 3, November 2019, hal. 257-266.
- Buana Putra ,Andi Riswandi, Peran Guru Bimbingan dan Konseling dalam Mengatasi Kecenderungan Perilaku Agresif Peserta didik di SMKN 2 Palangka Raya Tahun Pelajaran 214/2015. *Jurnal Konseling GUSJIGANG*, Vol. 1, No. 2 Tahun 2015.
- Retnowuni ,dkk, Factor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Agresif pada Remaja yang Tinggal di Pesantren, *Journal Of Holistik Nursing Science*, Vol. 6, No. 1, Tahun 2019, hal. 38.
- Yoshi Restu, Studi Tentang Perilaku Agresif Siswa di Sekolah, *Jurnal Ilmiah Konseling*, Vol.2, No.1, Januari 2013, hal. 243.

Kurniawan , Muhamad Ilham,. Hubungan Antara Kecerdasan Emosional dengan Perilaku Agresif pada Santri Pondok Pesantren, *Skripsi 2020*, hal. 1

Dhofier , Zamakhsyari,. *Tradisi Pesantren Memadu Modernitas untuk Kemajuan Bangsa*, (Yogyakarta: Pesantren Nawesea Press,2009), hal. 18.

Yasmadi, *Modernisasi Pesantren: Kritik Nurcholush terhadap Pendidikan Islam Tradisional*, (Jakarta: Ciputat Press,2005) hal, 61.

Cici Kusnadi, Prinsip-prinsip Ajaran Islam yang Membuat Islam Mudah Berkembang di Dunia, *Jurnal Ilmiah Ilmu Tarbiyah dan Ekonomi Syari'ah*, Vol.6, No.10, 2019, hal. 21.

Usman el-Qurtuby, *Mushaf Hafalan*, (Bandung: Cordoba, Januari, 2020), hal. 331

Ensiklopedia, Hadist Ar Ba'in 10 Januari 2022

Ensiklopedia, Hadist Ar Ba'in 8 Januari 2022

Al-Qur'an, Surah Al-Baqarah Ayat 44 8 Januari 2022

<http://iqt.unida.gontor.ac.id/keutamaan-menahan> marah dalam al-qur'an. Di akses 17 Januari 2022.

<https://kbbi.web.id/metode.html> diakses pada Senin, 10 Januari 2022

- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Alfabeta: Bandung, 2012), hal. 2.
- Heriansyah ,Haris, *Metodelogi Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2011), hal. 9.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif dan R & D*, (Alfabeta : Bandung,2009), hal. 9.
- Nawawi , Ismail, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: CV. DwipuraPustaka Jaya, 2012), hal. 53.
- Azwar ,Saifuddin, *Metode Penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2007), hal. 91.
- M. Suparmoko, *Metode Penelitian Praktis*, (Yogyakarta : BPF, 1995), hal. 3.
- Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2000), hal. 153.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*, hal. 231.
- Gunawan, Imam. *Metode penelitian kualitatif*. (Jakarta: Bumi Aksara 143, 2013), 45
- Moleong , Lexy J., *Metode Penelitian Kualitatif*, hal 330.

Ilyas, Ilyas. Pendidikan Karakter Melalui Homeschooling. *Journal of Nonformal Education* 2, No. 1, 2016), hal.94
Al-Qur'an Surah Al A'raaf ayat 31, 17 Januari 2022



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A