



**KONSELING ISLAM DENGAN CINEMA THERAPY
UNTUK MENGATASI PROKRASTINASI PADA
SEORANG SISWA DI SMP MARYAM SURABAYA**

SKRIPSI

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

Oleh:

Aziz Kaf Nun

NIM. B93219109

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

2023

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Yang bertanda tangan dibawah ini:

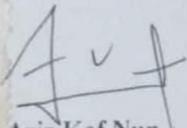
Nama : Aziz Kaf Nun
NIM : B93219109
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi berjudul **Konseling Islam Dengan Cinema Therapy Untuk Mengatasi Prokrastinasi Pada Seorang Siswa Di SMP Maryam Surabaya** adalah benar merupakan karya sendiri. Hal-hal yang bukan karya saya, dalam skripsi tersebut akan diberi tanda sitasi ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Apabila dikemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar dan ditemukan pelanggaran atas karya skripsi ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan skripsi dan gelar yang saya peroleh dari skripsi tersebut.

Surabaya, 06 Maret 2023
Yang membuat pernyataan



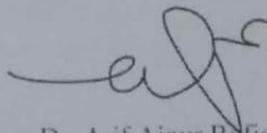

Aziz Kaf Nun
NIM. B93219109

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Nama	Aziz Kaf Nun
NIM	B93219109
Program Studi	Bimbingan dan Konseling Islam
Judul Skripsi	Konseling Islam Dengan Cinema Therapy Untuk Mengatasi Prokrastinasi Pada Seorang Siswa Di SMP Maryam Surabaya

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Surabaya, 08 Maret 2023
Menyetujui,
Pembimbing



Dr. Arif Ainur Rofiq,
S.Sos.I.S.Pd.,M.Pd.Kons
NIP. 197708082007101004

LEMBAR PENGESAHAN TIM PENGUJI

Konseling Islam Dengan Cinema Therapy Untuk Mengatasi Prokrastinasi Pada Seorang Siswa Di SMP Maryam Surabaya

SKRIPSI

Disusun Oleh:

Aziz Kaf Nun

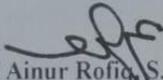
B93219109

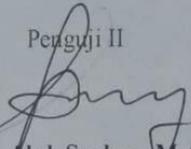
Telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata Satu Pada Tanggal 15 Maret 2023

Tim Penguji

Penguji I

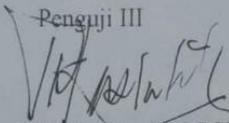
Penguji II

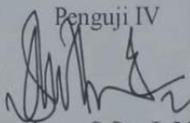

Dr. Arif Ainur Rofiq, S.Sos.I,
S.Pd.M.Pd.Kons
NIP. 197708082007101004


Dr. H. Abd. Syakur, M.Ag
NIP. 196607042003021001

Penguji III

Penguji IV


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


Amriana, S.Sos.I, M.Pd
NIP. 198904112020122019

Sarjana, 15 Maret 2023



Choirul Anam, M.Ag, M.Fil.I.,
1998031001

II



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 : Aziz Kaf Nun
NIM : B93219109
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Komunikasi/ Bimbingan dan Konseling Islam
E-mail address : theazikafnun@gmail.com

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

KONSELING ISLAM DENGAN CINEMA THERAPY UNTUK MENGATASI
PROKRASITINASI PADA SEORANG SISWA DI SMP MARYAM SURABAYA

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

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

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 05 Mei 2023

Penulis



AZIZ KAF NUN

ABSTRAK

Aziz Kaf Nun, 2023, *Konseling Islam Dengan Cinema Therapy Untuk Mengatasi Prokrastinasi Pada Seorang Siswa Di SMP Maryam Surabaya.*

Fokus pada penelitian ini adalah bagaimana proses Konseling Islam dengan Cinema Therapy Untuk Mengatasi Prokrastinasi Pada Seorang Siswa Di SMP Maryam Surabaya?, serta bagaimana hasil dari fokus dalam penelitian ini yaitu bagaimana Hasil Konseling Islam dengan Cinema Therapy Untuk Mengatasi Prokrastinasi Pada Seorang Siswa Di SMP Maryam Surabaya?

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah observasi, wawancara dan dokumentasi. Teknik validitas yang digunakan yaitu perpanjangan waktu keikutsertaan dan triangulasi. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis data *Descriptive Comparative* yang terdiri dari dua analisis yaitu proses dan hasil.

Berdasarkan proses pelaksanaan konseling terapat beberapa langkah yaitu identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, treatment (penjelasan film, pemilihan film, menonton film dan menganalisis), dan evaluasi. Hasil penelitian yang telah dilakukan, menunjukkan adanya perubahan pada diri konseli setelah mengikuti proses konseling Islam dengan cinema therapy, yang ditunjukkan dengan perubahan perilaku yaitu sudah dapat bersosialisasi dengan teman-temannya, berani untuk bertanya, tidur tidak larut malam, tidak bolos sekolah dan mengerjakan tugasnya diawal waktu.

Kata Kunci: Cinema Therapy, Prokrastinasi, Konseling Islam

ABSTRACT

Aziz Kaf Nun, 2023, Islamic Counseling with Cinema Therapy to Overcome Procrastination in a Student at Maryam Junior High School Surabaya.

The focus of this research is how the process of Islamic Counseling with Cinema Therapy to Overcome Procrastination in a Student at Maryam Surabaya Junior High School, and how the results of the focus in this study are how the results of Islamic Counseling with Cinema Therapy to Overcome Procrastination in a Student at Maryam Surabaya Junior High School?

The research method used in this research is qualitative with the type of case study research. Data collection techniques in this study are observation, interview and documentation. The validity technique used is the extension of participation time and triangulation. Data analysis in this study uses Descriptive Comparative data analysis which consists of two analyses, namely process and results.

Based on the process of implementing counseling, there are several steps, namely problem identification, diagnosis, prognosis, treatment (film explanation, film selection, watching films and analyzing them), and evaluation. The results of the research that has been carried out indicate that there has been a change in the counselee after participating in the Islamic counseling process with cinema therapy, which is indicated by changes in behavior, namely being able to socialize with friends, daring to ask questions, staying up late at night, not skipping school and doing their assignments. early time.

Keywords: Cinema Therapy, Procrastination, Islamic Counseling

DAFTAR ISI

Lembar Pernyataan Keaslian Karya	I
Lembar Persetujuan Pembimbing	II
Lembar Pengesahan Tim Penguji	III
Lembar Persetujuan Publikasi	IV
Motto	V
Persembahan	VI
Abstrak.....	VII
Kata Pengantar	VIII
Daftar Isi	IX
Daftar Tabel.....	XIII
Daftar Gambar	XIV
Lampiran	XV
BAB I : Pendahuluan.....	1
Latar Belakang.....	1
Rumusan Masalah.....	7
Tujuan Penelitian.....	7
Manfaat Penelitian.....	8
1. Manfaat Teoritis	8
2. Manfaat Praktis	8
Definisi Konsep.....	9
1. Konseling Islam	9

2. Teknik Cinema Therapy.....	10
3. Prokrastinasi.....	12
Sistematika Pembahasan.....	13
BAB II : Kajian Teoritik.....	15
Kerangka Teoritik.....	15
1. Konseling Islam.....	15
a. Pengertian Konseling Islam.....	15
b. Tujuan Konseling Islam.....	16
c. Metode Konseling Islam.....	17
d. Tahapan Konseling Islam.....	19
2. Cinema Therapy.....	20
a. Pengertian Teknik Cinema Therapy.....	20
b. Tujuan Cinema Therapy.....	22
c. Manfaat Cinema Therapy.....	22
d. Langkah-Langkah Cinema Therapy.....	23
3. Prokrastinasi.....	26
a. Pengertian Prokrastinasi.....	26
b. Faktor-faktor yang Mempengaruhi.....	28
c. Jenis-Jenis Prokrastinasi.....	31
d. Prokrastinasi Dalam Islam.....	32
4. Konseling Islam Dengan Cinema Therapy Untuk Mengatasi Prokrastinasi Seorang Siswa.....	33
Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	34
BAB III: Metode Penelitian.....	37
Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	37
Objek Penelitian.....	38
Jenis dan Sumber Data.....	38
Tahap-Tahap Penelitian.....	40

1. Tahap Pra Lapangan.....	40
2. Tahap Pekerjaan Lapangan	40
3. Tahap Analisis Data	41
Teknik Pengumpulan Data	41
1. Observasi.....	41
2. Wawancara.....	42
3. Dokumentasi	43
Teknik Validitas Data	43
1. Perpanjangan Waktu Keikutsertaan	43
2. Triangulasi	44
Teknik Analisis Data.....	44
BAB IV: Hasil Penelitian dan Pembahasan	46
Gambaran Umum Subyek Penelitian	46
1. Deskripsi Lokasi Penelitian	46
2. Deskripsi Konselor dan Konseli	46
a. Deskripsi Konselor.....	46
b. Deskripsi Konseli.....	47
3. Deskripsi Masalah Konseli	48
Penyajian Data	50
1. Deskripsi Proses Konseling Islam Dengan Teknik Cinema Therapy Untuk Mengatasi Prokrastinasi Pada Seorang Siswa Di SMP Maryam Surabaya.....	50
a. Identifikasi Masalah.....	50
b. Diagnosa.....	54
c. Prognosis.....	55
d. Treatment	56
e. Evaluasi.....	68

2. Deskripsi Hasil Konseling Islam Dengan Teknik Cinema Therapy Untuk Mengatasi Prokrastinasi Pada Seorang Siswa Di SMP Maryam Surabaya..... 69

Pembahasan Hasil Penelitian..... 70

1. Analisis Proses Konseling Islam Dengan Teknik Cinema Therapy Untuk Mengatasi Prokrastinasi Pada Seorang Siswa Di SMP Maryam Surabaya..... 70
2. Analisis Hasil Konseling Islam Dengan Teknik Cinema Therapy Untuk Mengatasi Prokrastinasi Pada Seorang Siswa Di SMP Maryam Surabaya..... 81
3. Perspektif Islam 84

BAB V : Penutup..... 87

Kesimpulan 87

Rekomendasi..... 88

Keterbatasan Penelitian..... 89

Daftar Pustaka..... 90

Lampiran 94



DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Perilaku Konseli Sebelum Treatment

Tabel 1.2 Data Teori dan Data Lapangan

Tabel 1.3 Perbedaan Perilaku Konseli



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

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Adegan Film *In Time*

Gambar 2.2 Adegan Film *In Time*

Gambar 2.3 Adegan Film *In Time*

Gambar 2.4 Adegan Film *In Time*



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Surat Telah Menyelesaikan Skripsi
- Lampiran 2 : Kartu Bimbingan Skripsi
- Lampiran 3 : Surat izin Penelitian
- Lampiran 4 : Cek Turnitin
- Lampiran 5 : Dokumentasi Penelitian



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti bersama konseli yang bernama SA (nama samaran). Konseli menceritakan mengenai permasalahan yang dihadapinya, dimana konseli menceritakan bahwa dia sering melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas seperti tugas yang dikerjakan disekolah ataupun dikerjakan dirumah, dimana konseli suka mengerjakan tugas di akhir waktu pengumpulan. Konseli menceritakan bahwasannya kejadian tersebut sudah terjadi sejak lama diawal memasuki dunia sekolah menengah pertama, menurut konseli dalam menunda mengerjakan tugas dikarenakan ada beberapa hal seperti konseli merasa bingung dengan tugas yang diberikan namun konseli tidak berani menanyakan ke gurunya ataupun teman-temannya terkait dengan kebingungannya. Konseli hanya memilih diam saja, dimana konseli disekolah terkenal dengan anak yang pendiam dan cenderung pasif. Kemudian konseli juga menceritakan alasan mengapa dia suka menunda untuk mengerjakan tugas yaitu dikarenakan konseli merasa kegiatan yang dilakukannya sudah terlalu padat, dimana konseli pagi hingga siang hari merupakan waktu untuk bersekolah kemudian setelah sekolah konseli mengikuti ekstrakurikuler pramuka dan banjari walaupun tidak setiap hari dan setelah dirumah ia berkegiatan mengaji. Penyebab lainnya yaitu karena konseli merasa tugas adalah beban jadi konseli lebih memilih untuk mengerjakan kegiatan lainnya yang dirasa tidak penting seperti bermain handphone ataupun melihat televisi, dimana konseli juga sering berdagang untuk melakukan

kegiatan bermain handphone ataupun melihat televisi. selain menunda untuk mengerjakan tugas konseli juga menceritakan bahwasannya dia juga suka menunda-nunda untuk mengerjakan tugas rumah seperti menyapu, mengepel ataupun membereskan kamar dan suka menunda-nunda dalam melakukan ibadah sholat wajib. Konseli juga mengatakan alasan dia tidak masuk sekolah yaitu terkadang sakit ataupun mengantuk dikarenakan begadang dimalam harinya dan juga dikrenakan tugas yang diberikan oleh gurunya belum selesai dikerjakan. Adapun dampak yang dirasakan oleh konselui yaitu konseli suka merasa pusing dan merasa panik pada saat mengerjakan tugas tersebut.² Dari cerita yang telah diceritakan oleh konseli diatas, konseli memiliki permasalahan prokrastinasi.

Prokrastinasi merupakan suatu kegagalan dalam mengerjakan tugas dalam kerangka waktu yang diinginkan atau menunda dalam mengerjakan tugas hingga saat waktu-waktu terakhir.³ Dalam kasus tersebut siswa banyak yang mengalami hal tersebut yaitu sering menunda-nunda untuk mengerjakan tugas atau sesuatu, seperti dalam penelitian dari Martika, Dkk di SMP Muhammadiyah 9 Yogyakarta menunjukkan bahwasannya 17,2% dan 77,1% dari 35 subjek memiliki tingkat prokrastinasi yang tinggi dan rendah. Dalam melakukan penundaan tidak hanya terjadi pada tugas sekolah saja melainkan pada aktivitas dalam melaksanakan ibadah wajib dan tugas rumah.

² SA, Siswa SMP Maryam kelas VIII B, Wawancara, SMP Maryam Surabaya, 24 Januari 2023.

³ Siti Muyana, *Prokrastinasi Akademik Dikalangan Mahasiswa Proram Studi Bimbingan dan Konseling*, Hal. 47

Prokrastinasi terbagi menjadi dua bagian, yaitu prokrastinasi akademik dan non akademik. Prokrastinasi akademik adalah penundaan yang dilakukan oleh seseorang terhadap tugas akademik yang diberikan kepadanya, seperti tugas kelompok, individu dan tugas makalah. Sedangkan prokrastinasi non akademik adalah penundaan yang dilakukan terhadap tugas yang bersifat non akademik, seperti tugas rumah tangga, tugas agama dan tugas sosial.⁴

Dalam Al-Qur'an juga dijelaskan mengenai melarang untuk menunda-nunda, dalam hal dijelaskan dalam surat Al-Ma'un ayat 4-5 yang menjelaskan tentang perintah untuk tidak melelaikan shalat.

فَوَيْلٌ لِلْمُصَلِّينَ (4) الَّذِينَ هُمْ عَنْ صَلَاتِهِمْ سَاهُونَ (5)

Artinya: “Maka celakalah orang-orang yang mendirikan shalat. Yaitu orang-orang yang melalaikan shalatnya”.⁵

Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi siswa untuk melakukan penundaan dalam melakukan tugas, yaitu seperti faktor internal yang meliputi kesehatan fisik dari individu, ataupun psikologisnya. Selanjutnya yaitu eksternal dimana ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi seperti gaya pola asuh dari orang tua, rendahnya pengawasan dari lingkungan sekitar hingga lingkungan yang hanya mementingkan sebuah hasil tanpa melihat dari proses pelaksanaan. Selain hal tersebut terdapat beberapa faktor lagi yang

⁴ Burhani Ipnu. “Pemaknaan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Akhir Di Universitas Muhammadiyah Surakarta”, Skripsi, Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. 2016, Hal. 5

⁵Al-Qur'an, *Al-Ma'un* 4-5

dapat mempengaruhi seseorang dalam melakukan prokrastinasi yaitu rendahnya manajemen waktu, kepercayaan diri yang rendah, terlalu sibuk, dan menjadikan hal tersebut menjadi sebuah strategi untuk dirinya dalam menghindari tekanan.

Dalam menangani permasalahan yang dihadapi oleh seorang siswa SMP Maryam Surabaya, maka peneliti memilih konseling Islam dengan cinema therapy sebagai media untuk melaksanakan konseling dalam membantu permasalahan yang telah disebutkan sebelumnya. Menurut Suarez yang dikutip dalam artikel yang ditulis oleh Guru Sukma Hanggara dan Khususiyah menjelaskan bahwa cinema terapi adalah sebuah proses terapi yang menggunakan film sebagai media yang penuh makna untuk membantu seseorang dalam mendapatkan pencerahan dan tumbuh secara optimal.⁶ Terapi ini dilakukan untuk di berikan kepada siswa-siswa yang diharapkan dapat mengatasi permasalahan yang sedang dialaminya. Sejatinya cinema therapy ini dapat digunakan juga untuk mengatasi hal-hal yang berhubungan dengan motivasi, hubungan, depresi, percaya diri dan lain sebagainya. Tujuan dari terapi film ini juga dapat secara langsung menyediakan pengalaman-pengalaman emosional terapeutik dengan konseli. Pada terapi film ini dimana orang-orang sudah merasa akrab dengan film ataupun video, sehingga konseli dan konselor dapat saling berbagi akan pengalaman yang dimilikinya untuk membangun atau menjalin hubungan terapeutik. Dengan menonton film-film yang akan diberikan nantinya akan menjadikan sebuah pembelajaran

⁶ Guru Sukma Hanggara dan Khususiyah, *Efektivitas Cinema Terapi Untuk Mengembangkan Karakter Respek Siswa*, Hal. 2

observasional kepada individu dengan sarana yang kuat dengan kesempatan untuk memilih diantara sikap dan perilaku yang berbeda. Alur cerita yang ditampilkan pada film mungkin tidak akan sama dengan yang terjadi atau mewakili pada kehidupan mereka namun alur dari cerita film dapat menjadi sebuah metafora (kata atau kalimat bukan arti sebenarnya) yang merupakan aspek penting, dimana metafora ini dapat menjadikan sebuah komunikasi langsung yang mengarah kepada kepribadian atau yang lainnya.

Ada beberapa manfaat dari pelaksanaan teknik cinema therapy, Manfaat cinema therapy menurut Jamoki Zakia yang ditulis oleh Iga Tri Larasati, yaitu: film akan dapat membantu seseorang dalam meningkatkan pembelajaran, film akan membantu seseorang untuk mendapatkan kandungan makna positif dari film dan dapat memberikan kesehatan emosi didalam diri seseorang, film juga dapat meningkatkan kepercayaan diri atau motivasi, memungkinkan untuk memproses konseli yang sulit secara tidak langsung melalui film.⁷

Pada cinema therapy ini mengajak kita untuk mengambil sebuah pembelajaran dari alur atau karakter yang terdapat difilm. Hal tersebut juga terdapat dalam Al-Qur'an surat Al-Baqarah ayat 269, yang berbunyi:

يُؤْتِي الْحِكْمَةَ مَنْ يَشَاءُ وَمَنْ يُؤْتَ الْحِكْمَةَ فَقَدْ أُوتِيَ خَيْرًا كَثِيرًا
وَمَا يَذَّكَّرُ إِلَّا أُولُو الْأَلْبَابِ

⁷ Iga Tri Larasati, *Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Cinema Therapy Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelas XI SMK Negeri 7 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2019/2020*, Skripsi, 2020, Hal. 35

Artinya: “Allah menganugerahkan hikmah kepada siapa yang dikehendaki-Nya. Dan barang siapa dianugerahi hikmah. Ia benar-benar telah dianugerahi karunia yang banyak. Dan hanya orang-orang yang berakallah yang dapat mengambil pelajaran (dari firman Allah).⁸

Dari ayat tersebut menjelaskan bahasanya kita harus mengambil hikmah atau pelajaran yang terdapat dalam kandungan Al-Qur’an. Hal tersebut sesuai dengan cinema therapy dimana konseli juga diharuskan untuk mengambil hikmah atau pelajaran yang terkandung dalam film tersebut.

Seperti penelitian dahulu yang telah dilakukan oleh Ma’fufah dengan judul Cinema Therapy Dalam Menstabilkan Emosi Remaja Introvert Di UIN Sunan Ampel Surabaya yang dilakukan pada tahun 2018. Pada penelitian tersebut menunjukkan bahwasannya konseling menggunakan teknik cinema therapy memberikan dampak yang positif dengan perubahan-perubahan dari konseli setelah diberikan treatment dengan teknik tersebut.⁹ Walaupun berbeda dengan fokus permasalahannya yang akan dilaksanakan peneliti yakin dengan pemilihan film yang tepat untuk fokus permasalahan yang akan diteliti oleh peneliti juga akan memberikan dampak perubahan positif juga bagi subjek dari penelitian.

⁸ Al-Qur’an, *Al-Baqarah ayat 269*

⁹ Ma’fufah Hastin, *Cinema Therapy dalaam Menstabilkan Emosi Remaja Introvert Di UIN Sunan Ampel Surabaya*, Skripsi, Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Jurusan Dakwah, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2018

Berdasarkan pemaparan hasil data diatas, peneliti beranggapan bahwa dengan teknik cinema therapy dapat membantu dan memberikan perubahan pada siswa yang mengalami permasalahan prokrastinasi pada siswa di SMP Maryam Surabaya. Melihat problematika yang terjadi diatas, maka peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul **“Konseling Islam Dengan Cinema Therapy Untuk Mengatasi Prokrastinasi Pada Seorang Siswa Di Smp Maryam Surabaya”**

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang dikemukakan oleh penulis diatas, maka permasalahan yang menjadi objek dan bahan pembahasan dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana pelaksanaan konseling Islam dengan cinema therapy untuk mengatasi prokrastinasi pada seorang siswa di SMP Maryam Surabaya?
2. Bagaimana hasil pelaksanaan konseling Islam dengan cinema therapy untuk mengatasi prokrastinasi pada seorang siswa di SMP Maryam Surabaya?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan diatas, maka adanya tujuan dari penelitian ini sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui proses pelaksanaan konseling Islam dengan cinema therapy untuk mengatasi prokrastinasi pada seorang siswa di SMP Maryam Surabaya.

2. Untuk mengetahui hasil pelaksanaan konseling Islam dengan cinema therapy untuk mengatasi prokrastinasi pada seorang siswa di SMP Maryam Surabaya.

D. Manfaat Penelitian

Dengan melakukannya penelitian ini, maka peneliti berharap akan timbul dari hasil penelitian ini secara teoritis dan secara praktis bagi para pembacanya, antara lain sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis
 - a. Hasil dari penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti ini diharapkan dapat digunakan sebagai sarana untuk mengembangkan materi ilmiah dan penelitian, serta sebagai ide tambahan baru bagi para peneliti dan profesional dalam saran.
 - b. Hasil dari penelitiann ini juga dapat diharapkan dalam memberikan informasi bahwa konseling Islam dengan cinema therapy dapat dijadikan alternative treatment dalam mengatasi prokrastinasi pada seorang siswa di SMP Maryam Surabaya.
2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sebuah pelajaran dan pengalaman, khususnya pada:

 - a. Mahasiswa

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk mahasiswa agar mendapatkan refrenshi tentang penerapan konseling Islam dengan cinema therapy untuk mengatasi prokrastinasi pada seorang siswa.
 - b. Dosen

Untuk dosen diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai landasan dan tambahan ilmu dalam bahan ajar sehingga tidak hanya mengutamakan kajian teoritik saja namun juga dapat memperhatikan aspek lain seperti terkait dengan konseling Islam untuk mengatasi prokrastinasi pada seorang siswa di SMP Maryam Surabaya.

c. Pembaca

Diharapkan bagi pembaca dapat menerapkan terapi ini ketika menemukan permasalahan yang sama dan bermanfaat kedepannya.

E. Definisi Konsep

Definisi konsep ini bertujuan untuk menjabarkan secara garis besar dan umum tentang apa yang telah ditulias pada judul, maka peneliti perlu menjelaskan penegasan pada judul, adapun rincian definisinya, yaitu:

1. Konseling Islam

Konseling Islam menurut Achmad Mubarak adalah menyerukan kepada konseli untuk melaksanakan kebaikan yang jelas-jelas ia tinggalkan dan memerintah konseli untuk mencegah dari kejelekan yang jelas-jelas ia kerjakan dan mendamaikan konseli yang lagi berumusuhan.¹⁰ Menurut Yusuf LN, konseling Islami adalah proses pemberian bantuan kepada individu agar dapat mengembangkan kesadaran dan komitmen beragamanya sebagai hamba Allah dan khalifah Allah yang bertanggung jawab untuk mewujudkan kesejahteraan hidup bersama, baik secara fisik, jasmaniah maupun psikis rohaniah, baik

¹⁰ Abdul Basith, *Konseling Islam*, (Jakarta: Kencana, 2017, Hal. 10

kebahagiaan didunia mauapun diakhirat nantinya.¹¹ Dan menurut Aunur Rahim Faqih, konseling Islam adalah proses bantuan yang diberikan kepada konseli agar dapat mampu hidup secara selaras dengan ketentuan dan petunjuk yang telah ditetapkan oleh Allah.¹² Ada beberapa tahapan yaitu identifikasi kasus, diagnosis, prognosa, treatment dan evaluasi. Dalam konseling Islam terdapat dua macam metode, yaitu:

a. Metode Langsung

Dalam metode ini konselor melakukan komunikasi secara langsung (bertatap muka) terhadap pihak yang akan dibimbing. Dalam hal ini dapat dilakukan dengan individual ataupun kelompok.

b. Metode Tidak Langsung

2. Teknik Cinema Therapy

Menurut Suarez yang dikutip dalam artikel yang ditulis oleh Guru Sukma Hanggara dan Khususiyah menjelaskan bahwa cinema terapi adalah sebuah proses terapi yang menggunakan film sebagai media yang penuh makna untuk membantu seseorang dalam mendapatkan pencerahan dan tumbuh secara optimal.¹³ Sedangkan cinema terapi yang ditulis dibuku konseling disekolah oleh Dede Rahmat Hidayat menjelaskan bahwa cinema therapy adalah salah satu teknik yang digunakan oleh guru BK dalam layanan konseling untuk membantu siswa dalam menyelesaikan masalahnya menggunakan

¹¹ Fenti Hikmawati, *Bimbingan dan Konseling Ed. Revisi*, (Jakarta: Rajawali Press, 2016), Hal. 155

¹² M. Fuad Anwar, *Landasan Bimbingan dan Konseling Islam*, (Sleman:CV. Budi Utama, 2019), Hal. 15-16

¹³ Guru Sukma Hanggara dan Khususiyah, Hal. 2

media film dengan menyesuaikan permasalahan yang terjadi.¹⁴ Menurut Tomb terapi film atau cinema therapy adalah sebuah intervensi terapeutik yang diberikan kepada konseli dan memungkinkan konseli untuk menilai secara visual dari karakter-karakter yang terdapat didalam alur cerita film ketika berinteraksi dengan orang lain, lingkungannya dan masalah-masalah pribadinya.¹⁵ Menurut Davis, cinematherapy adalah pelatihan dengan memberikan pemahaman serta pengalaman melalui tayangan film yang terkenal untuk pembelajaran didalam kelas.¹⁶

Dalam melaksanakan cinema therapy menurut Dunham & Dermer, ada beberapa tahapan, yaitu:

1) Pendahuluan

Pada tahapan ini konselor mengenalkan konsep cinema terapi terlebih dahulu dan menjelaskan positif yang ada pada film.

2) Pemilihan film

Dalam pemilihan film ini dapat memprioritaskan ide dan pilihan konseli jika memungkinkan.

3) Persiapan

Mendiskusikan alasan dalam pemilihan film kepada konseli. Menerapkan pendekatan

¹⁴ Dede Rahmat Hidayat, *Konseling Di Sekolah Pendekatan-Pendekatan Kontemporer*, (Jakarta: Prenada Media Group, 2018), Hal. 69

¹⁵ Afif Husniyatur Rosyida, *Terapi Film Dalam Meningkatkan Empati*, Psikoborneo, Vol. 8, No. 2, Hal. 214

¹⁶ Subekti Masri dan Arif Ainur Rofiq, *Keefektifan Teknik Bibliotherapy dan Cinemaducation Terhadap Peningkatan Multicultural Awareness SMA*, Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam, Vol. 12, No. 1

secara optimal yang dapat diambil konseli mendapatkan manfaat dari film tersebut.

4) Menonton

Konseli melihat dan mengamati keseluruhan film dan konselor turut mendampingi dalam penayangan film.

5) Tindak lanjut

Tindak lanjut ini menggunakan cara diskusi, dengan mendorong konseli untuk merenungkan film dan makna yang didapat bagi mereka, serta yang paling penting yaitu dapat mengarahkan perubahan pada diri konseli setelah mengamati film.¹⁷

3. Prokrastinasi

Menurut Wolter, prokrastinasi merupakan suatu kegagalan dalam mengerjakan tugas dalam kerangka waktu yang diinginkan atau menunda dalam mengerjakan tugas hingga saat waktu-waktu terakhir.¹⁸ Menurut Steel prokrastinasi adalah pengangguhan dalam menyelesaikan tugas dan dikategorikan sebagai suatu kegagalan pengaturan diri. Menurut Millgram, prokrastinasi adalah perilaku yang spesifik, meliputi penundaan, baik untuk memulai atau menyelesaikan suatu tugas atau aktivitas, menghasilkan akibat-akibat lain yang lebih jauh, melibatkan suatu tugas yang dipersepsikan oleh prokrastinator sebagai suatu tugas yang penting

¹⁷ Nely Mazidah Isna dan Evi Winingsi, *Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Cinema Therapy Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Karir Siswa*, artikel, Hal. 763

¹⁸ Siti Muyana, *Prokrastinasi Akademik Dikalangan Mahasiswa Proram Studi Bimbingan dan Konseling*, *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 8, No. 1, Hal. 47

untuk dikerjakan, dan menghasilkan keadaan emosional yang tidak menyenangkan.¹⁹

Ada beberapa faktor perilaku yang dapat menyebabkan prokrastinasi, yaitu:

- 1) Kurangnya manajemen waktu
- 2) Percaya diri yang lemah
- 3) Menganggap dirinya terlalu sibuk
- 4) Keras kepala, yaitu orang lain tidak boleh untuk memerintahkannya untuk melakukan suatu hal.
- 5) Menjadikan penundaan sebagai strategi untuk menghindari tekanan.²⁰

Dalam hal ini konseli memiliki permasalahan prokrastinasi yang diakibatkan karena kurangnya manajemen waktu, percaya diri yang lemah dan menganggap dirinya terlalu sibuk.

F. Sistematika Pembahasan

Dalam Pembahasan mengenai “Konseling Islam Dengan Cinema Therapy Untuk Mengatasi Prokrastinasi Pada Seorang Siswa Di Smp Maryam Surabaya” secara keseluruhan terdiri dari lima bab, masing-masing bab disusun secara terperinci dan terstruktur. Adapun sistematika pembahasan dan penulisannya sebagai berikut:

BAB I Pendahuluan

Pada BAB I, menjelaskan tentang latar belakang permasalahan yang diteliti oleh peneliti, rumusan masalah yang diangkat, tujuan dari penelitian, manfaat dari

¹⁹ Kusnul Ika Sanddra dan M. As'ad Djalali, *Manajemen Waktu, Efikasi-Diri dan Prokrastinasi*, Jurnal Psikologi Indonesia, Vol, 2, No. 3, Hal. 218

²⁰Ibid, Hal. 6-7

penelitian, definisi Konsep, serta sistematika pembahasan.

BAB II Kajian Teori

BAB II menjelaskan terkait tinjauan pustaka, pada bab ini berisikan mengenai kejian teoritik, objek dalam kajian penelitian ini yaitu Konseling Islam, Cinema Therapy dan prokrastinasi. Pada akhir bab ini juga menguraikan tentang beberapa penelitian terdahulu.

BAB III Metodologi Penelitian

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

BAB IV Hasil Penelitian dan Pembahasan

BAB IV menjelaskan terkait analisis data, pada bab ini berisikan mengenai pemaparan analisa data yang meliputi analisis penyebab prokrastinasi pada seorang siswa, analisis pemberian proses konseling, dan pembahasan mengenai hasil analisis data pemberian Konseling Islam dengan Cinema Therapy Untuk mengatasi prokarastinasi pada seorang siswa di SMP Maryam Surabaya

BAB V Penutup

Pada BAB V, menjelaskan tentang kesimpulan dari penelitian yang telah dilakukan, saran, rekomendasi, dan keterbatasan penelitian.

BAB II

KAJIAN TEORITIK

A. Kerangka Teoritik

1. Konseling Islam

a. Pengertian Konseling Islam

Konseling merupakan kata yang berasal dari bahasa Inggris yaitu “*counseling*” atau “*counsel*” yang mempunyai arti nasihat. Menurut Thompson, Radolp dan Handerson, konseling merupakan suatu upaya untuk membantu individu menangani hambatan ke arah pencapaian dalam perkembangan diri dan ke arah perkembangan yang lebih optimal dari sumber pribadinya. Dan menurut Burks dan Steffler, konseling merupakan suatu hubungan yang terjalin secara profesional antara konseli dengan konselor.²¹

Sedangkan konseling dalam Islam adalah salah satu dari berbagai amanat tugas manusia didalam membina dan membentuk manusia yang ideal. Bahkan bisa dikatakan bahwa konseling merupakan amanat yang diberikan Allah kepada semua rasul dan nabi nya. Dengan adanya amanat konseling inilah, maka mereka menjadi sedemikian berharga dan bermanfaat bagi manusia lainnya, baik dalam urusan agama, dunia, pemenuhan kebutuhan, pemecahan masalah dan hal-hal lainnya. Konseling akhirnya

²¹ Arif Ainur Rofiq, *Teori dan Praktik Konseling*, (Surabaya:Raziev Jaya, 2017), Hal. 1

menjadi salah satu kewajiban bagi setiap individu muslim khususnya para alim ulama.²²

Konseling Islam menurut Achmad Mubarak adalah menyerukan kepada konseli untuk melaksanakan kebaikan yang jelas-jelas ia tinggalkan dan memerintah konseli untuk mencegah dari kejelekan yang jelas-jelas ia kerjakan dan mendamaikan konseli yang lagi berumusuhan.²³ Menurut Yusuf LN, konseling Islam adalah proses pemberian bantuan kepada individu agar dapat mengembangkan kesadaran dan komitmen beragamanya sebagai hamba Allah dan khalifah Allah yang bertanggung jawab untuk mewujudkan kesejahteraan hidup bersama, baik secara fisik, jasmaniah maupun psikis rohaniah, baik kebahagiaan didunia maupun diakhirat nantinya.²⁴

Dari pengertian konseling islam diatas maka dapat disimpulkan bahwasannya konseling islam adalah usaha pemberian bantuan kepada individu dalam menanggulangi penyimpangan perkembangan fitrah beragama dan dapat mengembangkan kesadaran dan komitmen beragamanya sebagai hamba Allah sekaligus khalifah Allah sehingga terciptanya kesejahteraan dan kebahagiaan didunia maupun diakhirat.

b. Tujuan Konseling Islam

Dalam tujuannya konseling islam menurut Mubarak didalam buku yang ditulis oleh

²² Musafir bin Said Az-Zahrani, *Konseling Terapi*, (Jakarta: Gema Insani Press, 2005), Hal. 16

²³ Abdul Basith, *Konseling Islam*, Hal. 10

²⁴ Fenti Hikmawati, . Hal. 155

Abdul Basit, bahwa konseling islam dibagi menjadi dua tujuan, yaitu tujuan umum dan tujuan khusus.

Tujuan umum dari konseling Islam adalah membantu konseli agar memiliki pengetahuan tentang posisi dirinya dan memiliki keberanian didalam mengambil sebuah keputusan untuk melakukan suatu perbuatan yang dipandang baik, benar dan bermanfaat untuk kehidupannya didunia dan untuk kepentingannya di akhiratnya juga.

Sedangkan dalam tujuan khusus konseling Islam menurut Mubarak ada beberapa, yaitu:

- 1) Untuk membantu konseli agar tidak menghadapi sebuah permasalahan.
- 2) Membantu konseli dalam mengatasi permasalahan yang sedang dihadapi.
- 3) Membantu konseli dalam memelihara dan mengembangkan potensi yang terdapat pada dirinya agar tidak menjadi sumber masalah bagi dirinya maupun orang lain.²⁵

c. Metode Konseling Islam

Metode konseling Islam dibagi menjadi dua menurut Thohari, yaitu:

- 1) Metode Langsung
 - a) Metode Individual, dalam metode ini konselor melakukan komunikasi secara langsung terhadap pihak yang akan dibimbing atau dalam hal ini yaitu konseli secara individu. Dalam metode ini ada beberapa teknik yang dapat dilakukan

²⁵ Abdul Basit, *Konseling Islam*, (Jakarta:Kencana, 2017), hal. 11

yaitu teknik percakapan pribadi, kunjungan rumah dan observasi.

b) Metode kelompok, pada metode ini konselor melakukan komunikasi dengan konseli dalam bentuk kelompok atau gabungan dari beberapa orang dengan permasalahan yang sama. Dalam metode ini ada beberapa teknik yang dapat dilakukan, yaitu teknik diskusi kelompok, karya wisata, sosiodrama, psikodrama dan *group teaching*.

2) Metode Tidak Langsung

Metode ini merupakan salah satu media bimbingan dan konseling yang dilakukan dengan menggunakan media dan dilakukan tidak tatap muka secara langsung, dalam metode tidak langsung ini juga dapat dilakukan secara individu ataupun kelompok. Adapun metode tidak langsung secara individu ini dapat dilakukan melalui surat menyurat, e-mail ataupun dengan melakukan chat dan telepon. Sedangkan media yang digunakan secara berkelompok dapat dilakukan dengan papan bimbingan, surat kabar, brosur, televisi, ataupun video.²⁶

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan metode konseling Islam yang akan digunakan yaitu metode individual secara langsung. Metode secara langsung ini berupa diskusi individual yang akan diadakan

²⁶ Husnuzia Najmatul Fajri, *Konseling Islam Dengan Teknik Modelling Simbolik Untuk Meningkatkan Aktualisasi Diri Seorang Mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya*, Skripsi, Hal. 17-18

ditempat sekolah dari siswa yang akan mengikuti konseling ini.

d. Tahapan Konseling Islam

Dalam melaksanakan konseling Islam, terdapat beberapa langkah yang akan dilalui oleh konselor. Proses konseling dapat dilakukan ketika persiapan konseling telah dilakukan, berikut ini merupakan beberapa langkah-langkah yang akan dilaksanakan ketika melakukan konseling Islam, yaitu:

1) Identifikasi Kasus

Dalam langkah ini yang dimaksud yaitu untuk mengenali kasus beserta beberapa gejala-gejala yang terlihat. Dalam hal ini konselor akan melakukan pencatatan terhadap kasus-kasus yang perlu mendapatkan konseling, selain itu konselor akan memilih kasus yang akan mendapatkan konseling terlebih dahulu.

2) Diagnosa

Pada langkah ini akan dilakukan penetapan masalah yang sedang dihadapi oleh konseli beserta latar belakang permasalahannya. Pengumpulan data-data dilakukan dengan mengadakan studi kasus. Studi kasus dilaksanakan dengan mengumpulkan data dengan beberapa teknik.

3) Prognosa

Pada alangkah ini digunakan untuk menetapkan jenis bantuan atau terapi terhadap permasalahan yang sedang dihadapi oleh konseli. Langkah prognosa ini ditetapkan berdasarkan kesimpulan yang telah dibuat oleh peneliti. Dalam

melaksanakan langkah ini dilakukan setelah ditetapkannya masalah yang sedang dihadapi oleh konseli.

4) Terapi

Langkah terapi ini dilaksanakan dengan memberikan bantuan atau bimbingan terhadap konseli. Bantuan atau bimbingan tersebut dilaksanakan dengan teknik yang sebelumnya telah disesuaikan dengan permasalahan yang sedang dihadapi oleh konseli.

5) Evaluasi

Pada tahapan evaluasi konselor akan menilai sekaligus mengukur sejauh mana keberhasilan pemberian terapi terhadap konseli berjalan. Dalam hal ukuran keberhasilan konseling akan terlihat pada kemajuan tingkah laku yang diperlihatkan oleh konseli setelah pemberian terapi dilaksanakan, sehingga akan terlihat perilaku konseli dapat berkembang ke arah yang lebih baik lagi.²⁷

2. Teknik Cinema Therapy

a. Pengertian Teknik Cinema Therapy

Film atau juga disebut dengan gambar hidup merupakan serangkaian gambar diam yang bergerak secara cepat dan diproyeksikan sehingga dapat menimbulkan kesan hidup dan bergerak.²⁸ Sedangkan menurut dari Surwasono yang dikutip dari skripsi Annisa menjelaskan

²⁷ Abdul Basit, *Konseling Islam*, (Jakarta: Kencana, 2017), Hal. 177

²⁸ Pudji Rahmawati, *Media Bimbingan & Konseling*, Draft Buku Perkuliahan Program S-1, Hal. 36

bahwa film adalah sebuah media komunikasi seseorang kepada audien yang sering diyakini mempunyai power untuk menghipnotis manusia sehingga dapat menerima nilai-nilai budaya tertentu atau bahkan secara tidak sadar dapat menginternalisasikan nilai ideologi yang terkandung didalam sebuah film.²⁹

Menurut Suarez yang dikutip dalam artikel yang ditulis oleh Guru Sukma Hanggara dan Khususiyah menjelaskan bahwa cinema terapi adalah sebuah proses terapi yang menggunakan film sebagai media yang penuh makna untuk membantu seseorang dalam mendapatkan pencerahan dan tumbuh secara optimal.³⁰ Sedangkan cinema terapi yang ditulis dibuku konseling disekolah oleh Dede Rahmat Hidayat menjelaskan bahwa cinema therapy adalah salah satu teknik yang digunakan oleh guru BK dalam layanan konseling untuk membantu siswa dalam menyelesaikan masalahnya menggunakan media film dengan menyesuaikan permasalahan yang terjadi.³¹

Dari pengertian diatas menurut beberapa ahli, maka dapat disimpulkan oleh peneliti bahwa cinema therapy adalah salah satu teknik dalam layanan konseling untuk membantu seseorang dengan menggunakan film sebagai media dan memberikan bantuan seseorang dalam

²⁹ Annisa Sekar Jasmine, *Penaruh Terapi Film (Cinema Therapy) Terhadap Peningkatan Swakelola Belajar Padda Siswa Kelas 8 SMP N 2 Berbah, Sleman, Yogyakarta*, Skripsi, Hal. 8

³⁰ Guru Sukma Hanggara dan Khususiyah, Hal. 2

³¹ Dede Rahmat Hidayat, Hal. 69

mendapatkan pencerahan serta membantu permasalahan yang sedang terjadi.

b. Tujuan Cinema Therapy

Tujuan dari cinema therapy menurut Hasley, yaitu sebagai potensi sarana untuk membuka diskusi didalam terapi, film juga dapat sebagai petunjuk kehidupan biasa dan membiarkan konseli untuk menemukan panduan kerja didalam film tersebut.³² Sedangkan menurut Niva dan Hesley, tujuan dari cinematherapy adalah untuk memperoleh dan mendapatkan suatu hal yang baru untuk meningkatkan wawasan dari konseli dalam melihat dan mengontrol situasi dan kondisi serta agar konseli dapat memperoleh pengetahuan yang didapatkan dari film berupa pengamatan perilaku tokoh, dan menjadikan salah satu tokoh sebagai figur dalam duru mereka.³³

c. Manfaat Cinema Therapy

Manfaat cinema therapy menurut Jamoki Zakia yang ditulis oleh Iga Tri Larasati, yaitu:

- 1) Film akan dapat membantu seseorang dalam meningkatkan pembelajaran
- 2) Film akan membantu seseorang untuk mendapatkan kandungan makna positif dari film dan dapat memberikan kesehatan emosi didalam diri seseorang
- 3) Film juga dapat meningkatkan kepercayaan diri atau motivasi

³²Dede Rahmat Hidayat,.Hal. 68-69

³³ Muh. Azhar Mubarak, *Cinematherapy Dalam Islam*, Jurnal Bimbingan dan Konseling dan Psikologi, Vol.5, No.1, Hal. 46

- 4) Memungkinkan untuk memproses konseli yang sulit secara tidak langsung melalui film.³⁴

Sedangkan menurut dari Solomon, cinema therapy bermanfaat untuk mengatasi permasalahan yang sedang dihadapi oleh seseorang, masalah yang dapat diatasi, yaitu:

- 1) Motivasi
 - 2) Hubungan
 - 3) Depresi
 - 4) Percaya diri.³⁵
- d. Langkah-Langkah Cinema Therapy

Dalam memahami alur cerita dan karakter tokoh pada sebuah film, menimbulkan proses kerja sebagai berikut:

- 1) Dengan melihat film, menandakan bahwa terjadi kerja aktif pada otak yang menunjukkan diri dapat memahami isu-isu emosi yang ditandai dengan timbulnya pemahaman dengan sebuah alur cerita pada film yang ditonton.
- 2) Terapi dengan menggunakan film dapat membangkitkan semangat didalam alam bawah sadar.
- 3) Titik akhir pada cinema therapy adalah menemukan makna atau maksud dari alur cerita film. Penemuan makna yan terdapat

³⁴ Iga Tri Larasati, *Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Cinema Therapy Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelas XI SMK Negeri 7 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2019/2020*, Skripsi, 2020, Hal. 35

³⁵ Galih Wicaksono, *Efektivitas Meode Cinematherapy Terhadap Peningkatan Konsep Diri Positif Siswa SMA*, Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konselin, Vol. 4, No.6, Hal. 306

dalam film ini kemudian dapat mendorong untuk tampil seperti apa semestinya, seperti motivasi, hubungan, depresi atau percaya diri.³⁶

Dalam pemilihan film terdapat kualifikasi yang dibutuhkan agar dapat memberikan dampak secara maksimal kepada konseli, adapun hal-hal yang harus diperhatikan menurut Marsick, yaitu:

- 1) Pemilihan karakter yang efektif, yaitu adanya pemilihan film yang dilakukan oleh konselor untuk menetapkan sesuai dengan karakter dari konseli sehingga film yang ditayangkan memiliki kedekatan secara emosional dan secara tidak langsung sesuai dengan permasalahan yang dihadapi oleh konseli.
- 2) Pemilihan konten yang cocok dengan permasalahan konseli, pemilihan dapat dilakukan oleh konselor untuk memberikan kemudahan kepada konseli, sehingga konseli merasa pemilihan film yang ditampilkan sesuai dengan permasalahan konseli.
- 3) Klien menikmati film, pada tahapan ini film yang ditampilkan oleh konselor dapat memberikan kenyamanan pada konseli, diman konseli akan terbawa pada suatu kondisi dimana konseli akan merasa permasalahan mereka sesuai dengan apa yang ditampilkan sehingga konseli dapat merasa menikmati film yang disajikan.

³⁶ Salis Khoiriyati, *Efektifitas Cinema Therapy Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Anak Korban Perceraian Orang Tua*, Hal. 39

- 4) Karakter yang dapat memecahkan masalah, pemilihan karakter yang sesuai dengan permasalahan konseli akan memberikan kesempatan kepada konseli untuk mengatasi permasalahan konseli melalui karakter film.
- 5) Pesan tidak langsung, sebuah pesan yang tidak langsung dari film akan memberikan asumsi kepada konseli untuk mengatasi permasalahan mereka sesuai dengan film yang dilihat oleh konseli, dengan demikian pesan tidak langsung dapat mengatasi permasalahan konseli.
- 6) Semangat atau inspirasi tema. Pada tahapan ini film memberikan semangat baru kepada konseli untuk menghadapi permasalahan mereka dengan adanya kemampuan konseli untuk memahami dan mengambil tindakan berdasarkan film yang dilihat serta memberikan kehidupan yang lebih baik bagi konseli.³⁷

Adapun dalam melaksanakan cinema therapy menurut Dunham & Dermer, ada beberapa tahapan, yaitu:

- 1) Pendahuluan

Pada tahapan ini konselor mengenalkan konsep cinema terapi terlebih dahulu dan menjelaskan positif yang ada pada film.

- 2) Pemilihan film

Dalam pemilihan film ini dapat memprioritaskan ide dan pilihan konseli jika memungkinkan.

³⁷ Muh. Azhar Mubarak, *Cinemathepy Dalam Islam*, Hal. 50-51

3) Persiapan

Mendiskusikan alasan dalam pemilihan film kepada konseli. Menerapkan pendekatan secara optimal yang dapat diambil konseli mendapatkan manfaat dari film tersebut.

4) Menonton

Konseli melihat dan mengamati keseluruhan film dan konselor turut mendampingi dalam penayangan film.

5) Tindak lanjut

Tindak lanjut ini menggunakan cara diskusi, dengan mendorong konseli untuk merenungkan film dan makna yang didapat bagi mereka, serta yang paling penting yaitu dapat mengarahkan perubahan pada diri konseli setelah mengamati film.³⁸

3. Prokrastinasi

a. Pengertian Prokrastinasi

Prokrastinasi merupakan kata yang berasal dari bahasa latin, yaitu “Pro” yang mempunyai arti “maju” ke depan dan “Crasinus” yang mempunyai arti “besok”. Sesuai dengan asal katanya maka berarti lebih suka melaksanakan tugas besok.³⁹

Menurut Wolter, prokrastinasi merupakan suatu kegagalan dalam mengerjakan tugas dalam kerangka waktu yang diinginkan atau menunda dalam mengerjakan tugas hingga

³⁸ Nely Mazidah Isna dan Evi Winingsi, *Efektiviitas Bimbingan Kelompok Teknik Cinema Therapy Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Karir Siswa*, artikel, Hal. 763

³⁹ Kusnul Ika Sanddra dan M. As'ad Djalali, *Manajemen Waktu, Efikasi-Diri dan Prokrastinasi*, Hal. 218

saat waktu-waktu terakhir.⁴⁰ Menurut Steel prokrastinasi adalah penangguhan dalam menyelesaikan tugas dan dikategorikan sebagai suatu kegagalan pengaturan diri. Sedangkan menurut Millgram, prokrastinasi adalah perilaku yang spesifik, yaitu meliputi

- 1) Penundaan, baik untuk memulai atau menyelesaikan suatu tugas atau aktivitas.
- 2) Menghasilkan akibat-akibat lain yang lebih jauh, melibatkan suatu tugas yang dipersiapkan oleh prokrastinator sebagai suatu tugas yang penting untuk dikerjakan.
- 3) Menghasilkan keadaan emosional yang tidak menyenangkan.⁴¹

Sedangkan menurut Ferari, prokrastinasi bisasa dipandang dari berbagai batasan tertentu, yaitu:

- 1) Prokrastinasi hanya sebagai perilaku penundaan, yaitu bahwa setiap perbuatan untuk menunda dialam mengerjakan tugas, tanpa mempermasalahkan tujuan serta alasan penundaan yang dilakukan.
- 2) Prokrastinasi sebagai suatu kebiasaan atau perilaku yang dimiliki oleh individu, yang mengarah kepada sifat atau karakteristik, penundaan yang dilakukan merupakan sebuah respon tetap yang dilakukan individu dalam menghadapi tugas.

⁴⁰ Siti Muyana, *Prokrastinasi Akademik Dikalangan Mahasiswa Proram Studi Bimbingan dan Konseling*, Hal. 47

⁴¹ Ibid, 218

3) Prokrastinasi sebagai suatu karakteristik kepribadian dalam arti ini prokrastinasi merupakan suatu sifat yang melibatkan komponen-komponen perilaku maupun struktural mental lain yang saling berkaitan baik yang diketahui secara langsung ataupun tidak.

Prokrastinasi terbagi menjadi dua, yaitu prokrastinasi akademik dan non akademik. Prokrastinasi akademik adalah penundaan yang dilakukan oleh seseorang terhadap tugas akademik yang diberikan kepadanya, seperti tugas kelompok, skripsi dan tugas jurnal. Sedangkan prokrastinasi non akademik adalah penundaan yang dilakukan terhadap tugas yang bersifat non akademik, seperti tugas rumah tangga, tugas agama dan tugas sosial.⁴²

Dari pengertian di atas maka dapat disimpulkan bahwasannya, prokrastinasi adalah sebagai kegiatan menunda-nunda pekerjaan atau tugas yang penting dan hal tersebut dapat menjadikan sebuah sifat.

b. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi

Terdapat beberapa faktor yang dapat menjadikan seseorang melakukan prokrastinasi, menurut Ferrari dan Mc Cown, ada dua faktor yaitu:

- 1) Faktor Internal
 - a) Kondisi Fisik

⁴² Burhani Ipnu. "Pemaknaan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Akhir Di Universitas Muhammadiyah Surakarta", 2016, Hal. 5

Kondisi fisik merupakan salah satu pemicu dari timbulnya prokrastinasi. Seseorang dengan kondisi fisik yang kurang sehat maka ia akan cenderung akan malas melaksanakan sesuatu sehingga ia akan mempunyai alasan untuk dapat menunda-nunda pekerjaannya.

b) Kondisi Psikologis

Kondisi psikologis ini merupakan termasuk dari pola kepribadian yang termasuk dari pola kepribadian yang dimiliki individu yang dapat mempengaruhi munculnya prokrastinasi, seperti kemampuan sosial dan tingkat kecemasan dalam berhubungan sosial. Struktur kepribadian individu dapat dinyatakan dalam sifat dan perilaku yang didorong oleh sifat-sifat. Sifat kepribadian merupakan struktur psikologis yang terdapat pada diri individu dan struktur kepribadian terdiri dari tipe kepribadian seseorang. Selain hal tersebut motivasi intrinsik yang dimiliki seseorang juga dapat mempengaruhi seseorang dalam prokrastinasi, selain aspek tersebut terdapat beberapa aspek lainnya yaitu harga diri, efikasi diri, kontrol diri, kritik diri, dan kesadaran diri.

2) Faktor Eksternal

a) Gaya Asuh Orang Tua

Pola asuh orang tua dapat menimbulkan prokrastinasi, dimana orang tua yang cenderung otoriter kepada anaknya akan dapat menimbulkan sifat

kebenciaan dan ketertekanan yang dialami oleh anak, hal tersebut dapat memicu timbulnya prokrastinasi. Sebaliknya juga orang tua yang memberikan kebebasan kepada anaknya juga dapat menimbulkan prokrastinasi.

b) Kondisi Lingkungan yang Toleran

Lingkungan yang memiliki gaya rendahnya pengawasan rentan menimbulkan prokrastinasi dibandingkan lingkungan dengan pengawasan yang tinggi.

c) Kondisi Lingkungan yang Berorientasi Pada Hasil Akhir

Lingkungan yang hanya memandang dari sisi hasil dapat menyebabkan terjadi prokrastinasi yang lebih tinggi dari pada lingkungan yang menghargai suatu proses, usaha dan kegigihan.

Selain hal tersebut, ada beberapa faktor perilaku yang dapat menyebabkan prokrastinasi, yaitu:

- 1) Kurangnya manajemen waktu
- 2) Percaya diri yang lemah
- 3) Menganggap dirinya terlalu sibuk
- 4) Keras kepala, yaitu orang lain tidak boleh untuk memerintahkannya untuk melakukan suatu hal.
- 5) Menjadikan penundaan sebagai strategi untuk menghindari tekanan.⁴³

⁴³Ibid, Hal. 6-7

c. Jenis-jenis Prokrastinasi

Menurut Ferari terdapat dua jenis prokrastinasi berdasarkan manfaat dan tujuan melakukannya, yaitu:

- 1) *Functional Procrastination*, yaitu sebuah aktivitas penundaan untuk mengerjakan tugas yang bertujuan untuk mendapatkan informasi lengkap dan akurat.
- 2) *Dysfunctional Procrastination*, yaitu penundaan yang tidak bertujuan, berakibat buruk dan menimbulkan masalah. Dalam hal ini *Dysfunctional Procrastination* terbagi menjadi dua hal berdasarkan tujuan dalam melakukan penundaan, yaitu:

a) *Decisional Procrastination*

Pada jenis prokrastinasi ini diakibatkan karena terjadi akibat kegagalan dalam identifikasi tugas, yang kemudian menimbulkan konflik dari dalam diri individu, sehingga akhirnya akan memutuskan untuk menunda melakukan sesuatu. *Decisional Procrastination* berhubungan dengan kelupaan atau kegagalan proses kognitif, akan tetapi tidak berkaitan dengan kurangnya tingkat intelegensi seseorang.

b) *Behavioral atau avoidance procrastination*

Penundaan yang dilakukan merupakan suatu cara untuk menghindari tugas yang dirasa tidak menyenangkan dan sulit dilakukan. Prokrastinasi dilakukan untuk menghindari kegagalan dalam menyelesaikan pekerjaan, yang akan

mendatangkan nilai negatif dalam dirinya atau mengancam *self esteem* nya sehingga mereka akan menunda untuk melakukan sesuatu yang nyata yang berhubungan dengan tugasnya.⁴⁴

d. Prokrastinasi dalam Islam

وَالْعَصْرِ (1) إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ (2) إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَّصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَّصَوْا بِالصَّبْرِ (3)

Artinya: “Demi waktu ashar.

Sesungguhnya manusia benar-benar dalam keadaan merugi. Kecuali orang yang beriman dan beramal shaleh, saling menasehati dengan kebenaran dan saling menasehati dengan kesabaran”⁴⁵

Dalam tafsir Al-Misbah menjelaskan mengenai waktu, dimana waktu adalah sebuah modal utama untuk manusia, apabila tidak diisi dengan suatu kegiatan yang baik, maka waktu akan berlalu begitu saja. Ia akan hilang dan ketika itu janganlah keuntungan diperoleh, modal pun hilang. Dan juga seperti perkataan dari Sayyidina Ali Ra, yang berkata: “Rezeki yang tidak diperoleh hari ini masih dapat diharapkan lebih dari itu diperoleh besok hari, namun waktu yang telah berlalu tidak bisa dapat

⁴⁴ Elsyia Derma Putri, *Hubungan Efikasi Diri Dan Motivasi Berprestasi Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 16 Medan*, Thesis, Program Studi Magister Psikologi, Universitas Medan Area Medan, 2013, Hal. 15-16

⁴⁵ Al-Qur'an, *Al-Ashr*, 1-3

diharapkan lagi.⁴⁶ Sedangkan dalam jurnal yang ditulis oleh Ahmad Sabri menjelaskan bahwasannya umat muslim berkewajiban terhadap waktu, dimana 1) Menjaga manfaat waktu sebagaimana hartanya, bahkan harus lebih dari itu, 2) Tidak menyia-nyiakan waktu yang ada, 3) Mengisi kekosongan waktu dengan aktivitas yang bermanfaat baik bagi dirinya atau orang lain, 4) Berlomba-lomba dalam kebaikan, 5) Senantiasa untuk belajar dari perjalanan hari demi hari.⁴⁷

Dari penjelasan atas dapat disimpulkan bahwasannya Islam sangat menghargai waktu, dimana kita harus menggunakan waktu dengan sebaik mungkin dan diisi dengan hal yang penuh manfaat, dan tidak menunda-nunda waktu yang ada untuk melakukan kegiatan atau tugas.

4. Konseling Islam dengan Cinema Therapy Untuk Mengatasi Prokrastinasi Seorang Siswa

Prokrastinasi merupakan suatu kegagalan dalam mengerjakan tugas dalam kerangka waktu yang diinginkan atau menunda dalam mengerjakan tugas hingga saat waktu-waktu terakhir. dalam prokrastinasi terdapat dua jenis yaitu prokrastinasi akademik dan non akademik.

Bantuan yang dapat diberikan oleh konselor kepada konseli yang mengalami permasalahan prokrastinasi adalah dengan menggunakan konseling Islam dengan cinema therapy. Konseling Islam

⁴⁶ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah Jilid 15*, (Jakarta: Lentera hati, 2022), Hal. 498

⁴⁷ Ahmad Sabri, *Pengelolaan Waktu Dalam Melaksanakan Pendidikan Islam*, Jurnal Al-Ta'lim, Vol. 19, No.,3 Hal. 181

adalah salah satu dari berbagai amanat tugas manusia didalam membina dan membentuk manusia yang ideal sedangkan Cinema therapy adalah suatu intervensi yang digunakan untuk membantu siswa dalam menyelesaikan masalahnya menggunakan media film dengan menyesuaikan permasalahan yang terjadi.⁴⁸ Dalam proses pelaksanaan konseling ini digunakan untuk mengatasi prokrastinasi dari konseli dengan melihat film yang diberikan.

B. Penelitian Terdahulu yang Relevan

1. Dwi Utami Hastutiningsih, *“Keefektifan Konseling Kelompok Cognitive Behavioral Therapy Berbasis CinemaTherapy Untuk Meningkatkan Sikap Proposial Siswa (Penelitian Pada Siswa Kelas XI IPS SMA Muhammadiyah Kutoarjo)”*⁴⁹

Persamaan : Menggunakan teknik cinema therapy sebagai bentuk pemberian treatment kepada konseli

Perbedaan : pada penelitian tersebut fokus dari permasalahannya mengenai sikap proposial siswa (berbagi, kerjasama, menyumbang, menolong, kejujuran dan kedermawanan, sementara itu pada penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah prokrastinasi pada siswa di SMP Maryam Surabaya.

⁴⁸ Dede Rahmat Hidayat, *Konseling Di Sekolah Pendekatan-Pendekatan Kontemporer*, (Jakarta: Prenada Media Group, 2018), Hal. 69

⁴⁹ Dwi Utami Hastutiningsih, *Keefektifan Konseling Kelompok Cognitive Behavioral Therapy Berbasis CinemaTherapy Untuk Meningkatkan Sikap Proposial Siswa (Penelitian Pada Siswa Kelas XI IPS SMA Muhammadiyah Kutoarjo)*, Skripsi, Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Magelang, 2019.

2. Sayyidati Rizkia, *Pengaruh Teknik Cinema Therapy Terhadap Karakter Bertanggung Jawab Siswa SMA Negeri 1 Purwosari Tahun Pelajaran 2017/2018*.⁵⁰

Persamaan : Menggunakan teknik cinema therapy sebagai bentuk pemberian treatment kepada konseli.

Perbedaan : pada penelitian tersebut fokus permasalahannya adalah karakter tanggung jawab siswa dan subjek dari pemberian treatment tersebut adalah siswa kelas X SMA, sementara itu penelitian yang dilakukan oleh peneliti berfokus pada peningkatan prokrastinasi pada siswa di SMP Maryam Surabaya.

3. Nur Putra Aliyanto, *Pengembangan Media Cinema Therapy Untuk Menumbuhkan Kepercayaan Diri Pada Remaja Di Badan Narkotika Nasional Provinsi (BNNP) Jawa Timur*.⁵¹

Persamaan : Pada penelitian tersebut sama-sama menggunakan teknik cinema therapy sebagai media untuk pemberian treatment kepada konseli.

Perbedaan : pada penelitian tersebut fokus permasalahan terletak pada penanganan untuk menumbuhkan kepercayaan diri dan jenis penelitian yang digunakan pada penelitian tersebut adalah

⁵⁰ Sayyidati Rizkia, *Pengaruh Teknik Cinema Therapy Terhadap Karakter Bertanggung Jawab Siswa SMA Negeri 1 Purwosari Tahun Pelajaran 2017/2018*, Artikel Skripsi, Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pengetahuan, Universitas Nusantara PGRI Kediri, 2018.

⁵¹ Nur Putra Aliyanto, *Pengembangan Media Cinema Therapy Untuk Menumbuhkan Kepercayaan Diri Pada Remaja Di Badan Narkotika Nasional Provinsi (BNNP) Jawa Timur*, Skripsi, Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2022

research and development, sementara itu peneliti berfokus pada penanganan prokrastinasi pada siswa di SMP Maryam Surabaya dan menggunakan pendekatan penelitian kualitatif.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pendekatan yang digunakan pada penelitian ini yaitu kualitatif. Penelitian kualitatif menurut Moelg adalah penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian secara holistik dan dengan cara mendeskripsikan dalam bentuk kata-kata dan bahasa serta memanfaatkan berbagai metode alamiah. Penelitian kualitatif bertujuan untuk menjelaskan fenomena dengan sedalam-dalamnya dengan cara pengumpulan data yang sedalam-dalamnya juga, yang menunjukkan kepentingan sebuah kedalaman dan detail suatu data yang diteliti.⁵² Jenis penelitian yang digunakan adalah studi kasus. Jenis penelitian studi kasus merupakan suatu jenis penelitian kualitatif yang menekankan eksplorasi dari suatu sistem terbatas terhadap suatu kasus atau beberapa kasus yang dilakukan secara mendetail, disertai dengan dilakukannya penggalian data secara mendalam dengan menggunakan beragam sumber informasi yang kaya akan konteks.⁵³

Penelitian kualitatif dengan jenis studi kasus merupakan penelitian dengan tujuan untuk mengetahui dan mendeskripsikan fenomena yang sedang terjadi pada suatu subjek penelitian, seperti pengetahuan, pemikiran, minat, motivasi, serta tindakan yang dijelaskan secara deskriptif. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk melihat fenomena sosial di SMP

⁵² Nursapia Harahap, *Penelitian Kualitatif*, (Medan: Wal Ashri Publishing, 2020), Hal. 124-125

⁵³ Haris Herdiyansyah, *Metode Penelitian Kualitatif untuk Ilmu-ilmu Sosial*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2012), Hal. 76

Maryam Surabaya mengenai prokrastinasi pada siswa yang tidak dapat diwakili oleh angka atau statistika. Alasan lain menggunakan metode penelitian kualitatif dalam penelitian ini yaitu karena peneliti ingin memaparkan secara lebih rinci sesuai dengan data dan fakta dilapangan, selain itu peneliti juga ingin meneliti mengenai prokrastinasi secara lebih mendalam.

B. Objek Penelitian

Objek dalam penelitian ini, adalah yang menjadi sasaran yaitu konseli. Sasaran dalam penelitian ini adalah seorang siswa di SMP Maryam Surabaya. SMP Maryam beralamat di Jl. Manyar Sambongan, No. 119, Kertajaya, Kecamatan Gubeng, Kota Surabaya. Subjek dalam penelitian ini subjek berinisial SA (nama samaran) dengan tujuan untuk menjaga kerahasiaan identitas konseli. Dimana siswa ini memiliki permasalahan prokrastinasi. Sedangkan yang bertindak sebagai konselor adalah Aziz Kaf Nun, Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

C. Jenis dan Sumber Data

Data merupakan informasi yang didapat dari hasil pengamatan dilapangan, baik berupa tulisan maupun angka. Jenis dalam penelitian ini, yaitu:

1. Data Primer

Data primer yakni data yang diperoleh dari sumber pertama yang ada dilokasi penelitian. Menurut Bungun data primer adalah data yang berasal dari sumber pertama dilokasi penelitian atau

objek penelitian secara langsung.⁵⁴ Data primer diperoleh dengan hasil dari wawancara maupun pengisian angket yang dilakukan oleh sumber pertama baik secara kelompok maupun individu.⁵⁵ Data primer yang diperoleh dalam penelitian ini adalah untuk mendapatkan informasi data yang diperoleh dari hasil wawancara dengan subjek sasaran yaitu siswa SA mengenai prokrastinasi yang dialaminya, hasil yang didapatkan yaitu konseli sering melakukan penundaan untuk mengerjakan tugas sekolah, rumah ataupun ibadah sholat, dikarenakan konseli merasa kebingungan dengan tugasnya, lebih memilih untuk mengerjakan hal lain, tidur terlalu larut malam, merasa kegiatannya padat, kurang dapat beresialisasi dan takut dalam bertanya.

2. Data Sekunder

Data sekunder merupakan data yang diperoleh dari sumber data kedua atau biasa disebut dengan data sekunder.⁵⁶ Data sekunder dapat diperoleh melalui keluarga, teman dan lainnya. Adapun data yang diperoleh yaitu konseli anaknya cenderung pasif, suka tidur larut malam, tidak langsung mengerjakan tugasnya, menolak perintah, tidak pernah bertanya, suka melihat televisi ataupun handphone.

Sumber data adalah hal yang paling penting didalam penelitian, karena jika terjadi kesalahan dalam pengambilan sumber data maka akan menyebabkan

⁵⁴ Burhan Bungin, *Metodologi Penelitian Kualitatif: Komunikatif, Ekonomi, Kebijakan Publik dan Ilmu Sosial Lainnya*, (Jakarta: Kencana, 2006), Hal. 122

⁵⁵ Abdul Manab, *Penelitian Pendidikan Pendekatan Kualitatif*, (Yogyakarta: Kalimedia, 2015), Hal. 202

⁵⁶ Abdul Manab, *Penelitian Pendidikan Pendekatan Kualitatif*, Hal. 202

kesalahan dalam tujuan penelitian. Sumber data dipenelitian yaitu:

1. Sumber Data Primer

Sumber data primer merupakan sumber perolehan data yang didapatkan dengan cara observasi dan wawancara sumber data yang ada dilapangan. Wawancara dilakukan kepada konseli dengan kode SA yang merupakan siswa SMP Maryam Surabaya yang memiliki permasalahan prokrastinasi untuk menghasilkan data primer.

2. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder merupakan sumber data yang tidak diperoleh secara langsung, biasanya sumber data sekunder diperoleh melalui studi dokumentasi atau juga bisa diperoleh dari orang terdekat konseli. Sumber data sekunder dalam penelitian ini yaitu, *significant other* diantaranya orang tua konseli, guru konseli, dan teman dekat konseli.

D. Tahap-tahap Penelitian

Pada penelitian ini menggunakan tiga tahapan, yaitu tahap pra lapangan, tahap pekerjaan lapangan dan tahap analisa data.

1. Tahap Pra Lapangan

Pada tahapan ini peneliti mulai menyusun sebuah rancangan penelitian, memilih lokasi dan subjek yang digunakan dalam penelitian ini dan menyiapkan segala keperluan yang dibutuhkan pada saat dilapangan.

2. Tahap Pekerjaan Lapangan

Pada tahap ini peneliti mulai turun langsung kelapangan dengan melakukan pembangunan

hubungan melalui wawancara. Konselor memulai menjalin hubungan dengan konseli dan juga *significant other* konseli. Kemudian peneliti menentukan tujuan awal dalam melakukan konseling ini. Pada tahap ini terjadi kesepakatan antara konselor dan konseli dalam melakukan kegiatan ini. Peneliti akan menggali data konseli kemudian baru peneliti menerapkan konseling Islam dengan teknik *cinema therapy*.

3. Tahap Analisis Data

Data yang telah diperoleh dilapangan kemudian dilakukan penyusunan sesuai dengan apa yang telah diperoleh dilapangan dan mendiskripsikan data yang diperoleh dari lapangan dengan cermat dan sebenar-benarnya.

E. Teknik Pengumpulan Data

1. Observasi

Observasi berasal dari kata *observation* berarti pengamatan. Observasi adalah suatu cara untuk melihat sebuah keadaan baik berupa tingkah laku, peristiwa kejadian tertentu yang ada dilapangan yang nantinya akan ditulis sebagai hasil dari pengamatan yang telah dilakukan di lapangan.⁵⁷ Melalui pengamatan peneliti bisa ikut serta dalam keadaan yang saat ini dilakukan atau dialami oleh subjek penelitian. Penggunaan alat perekam, atau pencatatan data yang digunakan untuk menyimpan hasil pengamatan yang dilakukan, yang nantinya akan dituangkan kembali dalam laporan penelitian. Sehingga pencatatan dan alat perekam tersebut akan

⁵⁷ Aan dan Dajman, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Alfabeta, 2011), Hal.153.

membantu mempermudah peneliti dalam melakukan pengamatan lanjutan.

Dalam penelitian ini menggunakan teknik observasi non partisipan, yaitu peneliti melakukan observasi dengan tidak terlibat secara langsung dengan kegiatan konseli.

Data yang diperoleh oleh peneliti selama observasi menunjukkan bahwasannya siswa SA ketika pembelajaran menunjukkan perilaku tidak aktif saat tanya jawab berlangsung dan ketika diberi tugas untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh gurunya konseli tidak langsung untuk mengerjakannya namun lebih memilih berdiam diri terlebih dahulu. Dan juga ketika waktu sholat dhuha, konseli memilih untuk duduk-duduk di teras masjid dan tidak menyegerakan untuk mengambil wudhu.⁵⁸

2. Wawancara

Wawancara ialah suatu kegiatan yang dilakukan bertujuan untuk memperoleh informasi yang lebih spesifik melalui beberapa item pertanyaan yang diajukan kepada subjek penelitian. Dalam penelitian ini wawancara yang digunakan adalah wawancara semi struktur, jadi peneliti menyusun item pertanyaan terlebih dahulu untuk dijadikan sebagai acuan, sehingga peneliti bisa lebih terbuka dalam memberikan pertanyaan untuk mendapatkan informasi yang lebih dalam. Sehingga dalam hal ini peneliti menggali data melalui wawancara bisa dilakukan kepada konseli dan significant other, yakni orang tua konseli, guru, dan juga teman dekat konseli. untuk mengetahui keadaan, perasaan, ungkapan emosi, motif dan hal sejenisnya yang

⁵⁸ Observasi dikelas VIII B SMP Maryam Surabaya, 13 Februari 2023

berhubungan dengan diri konseli. Orang-orang tersebut dijadikan subjek wawancara untuk mengetahui prokrastinasi pada seorang siswa di SMP Maryam Surabaya.

Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap wali kelas konseli, teman konseli, orang tua konseli dan konseli menyatakan bahwa SA mempunyai permasalahan prokrastinasi, dimana prokrastinasi ini sudah sejak lama terjadi, dimana SA ini sering menunjukkan sikap pasif saat pembelajaran berlangsung dan tidak bertanya ketika tidak paham tugas atau materi yang telah diberikan, sering begadang, memilih mengerjakan hal lainnya yang sifatnya tidak penting seperti main HP ataupun melihat televisi.

3. Dokumentasi

Teknik pengumpulan data yang ketiga adalah dokumentasi. Dokumentasi adalah mengumpulkan data-data dan dokumen yang diperlukan dalam permasalahan penelitian, jika data serta dokumen yang dibutuhkan sudah diperoleh nantinya akan ditelaah atau dipahami secara intens sehingga dapat mendukung serta menambah kepercayaan hasil penelitian dan pembuktian suatu kejadian.

F. Teknik Validitas Data

Validitas data diperlukan dalam penelitian untuk mengetahui kebenaran suatu data, dalam penelitian ini menggunakan dua teknik validitas data, yaitu:

1. Perpanjangan Waktu Keikutsertaan

Perpanjangan penelitian adalah lamanya jarak waktu yang dilakukan peneliti dalam melakukan pengumpulan data. Tujuannya yaitu untuk meningkatkan kepercayaan data yang diperoleh dari

hasil penelitian yang dilakukan. Penelitian kualitatif merupakan penelitian yang lebih mementingkan proses daripada hasil, sehingga dalam penelitian ini sangat menentukan antara lamanya peneliti dalam melakukan penelitian dengan kebenaran data yang diperolehnya dari hasil penelitian.

2. Triangulasi

Teknik triangulasi merupakan teknik validasi data yang dilakukan dengan cara perbandingan satu hal dengan hal yang lain, yang nantinya akan menambah bahan bukti dari kevalidan data yang diperolehnya. Penelitian ini menggunakan triangulasi sumber. Triangulasi sumber adalah peneliti membandingkan data yang diperoleh dari konseli, ibu konseli, guru, dan juga teman dekat konseli.

G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merupakan proses dalam penelitian dengan cara menyusun dan mencari data secara sistematis dengan tujuan untuk memperoleh kesimpulan. Menurut Sugiyono analisis data merupakan analisis yang diperoleh dari hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi serta unit lainnya sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain.⁵⁹

Pada penelitian, peneliti menggunakan teknik analisis deskriptif komperatif. Teknik analisis deskriptif komperatif merupakan teknik analisis data yang digunakan untuk membandingkan suatu teori dengan data diperoleh serta praktik lapangan yang dilakukan peneliti. Teknik ini bertujuan untuk mencari jawaban secara mendasar mengenai sebab akibat munculnya

⁵⁹ Sugiyono, *Metodologi Penelitian Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2006), Hal. 334.

fenomena atau masalah tersebut. selain itu, teknik ini juga bertujuan untuk mengetahui kondisi konseli SA sebelum dan setelah melakukan konseling Islam dengan cinema therapy.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Subyek Penelitian

1. Deskripsi Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini dilakukan di SMP Maryam Surabaya yang berada di Jalan Manyar Sambongan No. 119, Kelurahan Kertajaya, Kecamatan Gubeng, Kota Surabaya Jawa Timur yang merupakan sekolah dari Konseli. SMP Maryam ini terletak didalam komplek lingkungan sekolah Yayasan Maryam yang terdiri dari lantai satu dan dua merupakan SD Maryam, kemudian lantai 3 merupakan SMP Maryam, lantai empat merupakan SMA Maryam dan sebelah utara pojok belakang merupakan TK Maryam.

2. Deskripsi Konselor dan Konseli

a. Deskripsi Konselor

Konselor merupakan seorang yang ahli serta berkompeten untuk mengarahkan dan memecahkan sebuah permasalahan individu dengan tujuan untuk memperoleh kehidupan yang lebih baik dari sebelumnya. Dalam menjalankan tugasnya konselor mempunyai prinsip dan asas yang harus dipatuhi. Serta memiliki pengalaman dan pengetahuan tentang dunia konseling. Adapun asas yang terdapat dalam bimbingan dan konseling yaitu asas kerahasiaan, asas kegiatan, asas kemandirian, asas kekinian, asas kedinamisan, asas kenormatifan,

asas keahlian, asas alih tangan dan asas Tutwuri Handayani.⁶⁰

Adapun data konselor bernama Aziz Kaf Nun. Konselor lahir di Surabaya, 13 Oktober 2000. Konselor merupakan anak ke 2 dari 4 bersaudara, konselor dalam penelitian ini tinggal di Jl. Pucang Sawit 10 B RT. 03, RW. 08, Kelurahan Pucang Sewu, Kecamatan Gubeng, Kota Surabaya.

Konselor mempunyai riwayat pendidikan sebagai berikut:

- 1) TK Aisyiah (2005-2007)
- 2) SDN Kertajaya X/216 (2007-2012)
- 3) SMP Maryam Surabaya (2013-2015)
- 4) MA. Mambaus Sholihin Gresik (2015--2018)
- 5) INKAFA Gresik (2018-2019)
- 6) UIN Sunan Ampel Surabaya (2019-Sekarang)

b. Deskripsi Konseli

1) Identitas Konseli

Konseli bernama SA (nama samaran), konseli berjenis kelamin perempuan, dia lahir di Blitar pada 05 Maret 2009, konseli merupakan anak pertama dari dua bersaudara dan konseli beragama Islam. Riwayat pendidikan konseli dimulai dari R.A Sabilul Mustaqim Blitar kemudian dilanjutkan di SDN Kertajay IV Surabaya setelah lulus melanjutkan di SMP Maryam Surabaya hingga sekarang

2) Kondisi Ekonomi Keluarga Konseli

⁶⁰ Syafarudin, DKK, *Bimbingan dan Konseling*, (Medan: Perdana Publishing, 2019), Hal. 22

Dalam tingkatan ekonomi keluarga konseli termasuk dalam mampu, hal ini ditunjukkan dengan pernyataan ibu konseli.

Peneliti : *Mohon maaf bu, mau bertanya untuk kondisi ekonomi keluarganya bagaimana?*

Ibu Konseli : *Untuk kondisi ekonomi keluarga saya baik mas, saya keja di penerbit buku sedangkan bapaknya kerja leasing di finance.*⁶¹

3) Kondisi Sosial Konseli

Berdasarkan wawancara dengan konseli, dan teman konseli dalam melakukan sosialisasi dengan teman-temannya di sekolah konseli merupakan anak yang pendiam dan tertutup dimana konseli tidak banyak bergaul dengan teman-temannya. Hal tersebut diperkuat dengan pernyataan dari guru kelas konseli, “*SA ini anaknya cenderung pasif, dan lebih suka menyendiri tapi tidak sering saja*”.⁶²

3. Deskripsi Masalah Konseli

Pada penelitian ini konseli merupakan siswa SMP Maryam yang berinisial SA yang bertempat tinggal di Jl. Kalibokor Gang 2, Kota Surabaya, Konseli memiliki permasalahan prokrastinasi. Berdasarkan hasil dari observasi dan wawancara yang telah dilakukan, konseli memiliki permasalahan prokrastinasi sejak lama, menurut penuturan dari ibu konseli “*SA ini sering nunda-*

⁶¹ Mardiani, Ibu Konseli, Wawancara, Rumah Siswa SA, Surabaya, 04 Februari 2023

⁶² Siswoyo, Guru Kelas VIII B, Sekolah SMP Maryam, 30 Januari 2023

*nunda buat ngerjain tugas sejak setelah covid”.*⁶³ Prokrastinasi yang dialami oleh konseli dalam hal mengerjakan tugas sekolah, tugas rumah dan ibadah wajib (sholat). Dalam menunda mengerjakan tugas dikarenakan ada beberapa hal seperti konseli merasa bingung dengan tugas yang diberikan namun konseli tidak berani menanyakan ke gurunya ataupun teman-temannya terkait dengan kebingungannya. Konseli hanya memilih diam saja, dimana konseli disekolah terkenal dengan anak yang pendiam dan cenderung pasif pada saat disekolah. Penyebab penundaan dari mengerjakan tugas yaitu karena konseli terkadang tidak masuk sekolah, konseli merasa kegiatan yang dilakukannya sudah terlalu padat, dimana konseli pagi hingga siang hari pukul 14.00 merupakan waktu untuk bersekolah kemudian setelah sekolah konseli mengikuti ekstrakurikuler pramuka setiap hari selasa dan banjari setiap hari kamis dan setelah dirumah ia berkegiatan mengaji setelah maghrib. Penyebab lainnya yaitu karena konseli merasa tugas adalah beban jadi konseli lebih memilih untuk mengerjakan kegiatan lainnya yang dirasa tidak penting seperti bermain handphone ataupun melihat televisi, dimana konseli juga sering berdagang hingga larut malam bahkan tidurnya diatas jam 10 atau jam 11 untuk melakukan kegiatan bermain handphone ataupun melihat televisi. selain menunda untuk mengerjakan tugas konseli juga menceritakan bahwasannya dia juga suka menunda-nunda untuk mengerjakan tugas rumah seperti menyapu, mengepel ataupun membereskan kamar dan suka menunda-nunda

⁶³Mardiani,Ibu Konseli,Ibu Wawancara, Rumah Siswa SA, Surabaya, 04 Februari 2023

dalam melakukan ibadah sholat wajib. Seperti pernyataan yang disampaikan oleh ibu SA “*Kan aku kerjanya sampai maghrib baru ada dirumah, lah itu anaknya kalau ada tugas enggak langsung dikerjakan malah main hp atau yang lainnya, dan saya sudah ngobrak-ngobraki dua sampai tiga kali dan ketika disuruh mesti bilang engkok sek*”.⁶⁴ Adapun dampak yang dirasakan oleh konseli yaitu konseli suka merasa pusing dan merasa panik pada saat mengerjakan tugas tersebut.

Berdasarkan wawancara kepada Konseli, Guru Konseli, teman konseli dan ibu konseli, melakukan studi dokumentasi melakukan observasi kepada konseli, peneliti mengambil kesimpulan bahwasannya konseli kurang aktif dan bersosialisasi disekolahan, merasa tugas adalah sebuah beban baginya dan memilih untuk mengerjakan hal lain yang tidak begitu penting. Hal tersebut yang menyebabkan terjadinya prokrastinasi pada SA.

B. Penyajian Data

1. Deskripsi Proses Konseling Islam Dengan Teknik Cinema Therapy Untuk Mengatasi Prokrastinasi Siswa di SMP Maryam Surabaya
 - a. Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah merupakan suatu usaha untuk mengumpulkan data konseli mengenai permasalahan yang sedang terjadi. Untuk memperkuat data yang diperoleh penggalan data tidak hanya dilakukan dengan konseli saja, akan tetapi penggalan data

⁶⁴Mardiani, Ibu Konseli, Wawancara, Rumah Siswa SA, Surabaya, 04 Februari 2023

dilakukan kepada orang-orang terdekat konseli atau significant other yaitu keluarga konseli, guru BK konseli, dan teman dekat konseli.

Adapun data dan sumber urainnya, sebagai berikut:

1) Data Bersumber Dari Konseli

Dari data yang didapatkan pada sumber utama yaitu konseli. Konseli menceritakan bahwasannya dia sering melakukan penundaan dalam hal melakukan tugas seperti mengerjakan tugas disekolah ataupun dirumah, tugas rumah seperti menyapu, mengepel ataupun membereskan kamar dan juga melakukan ibadah wajib sholat.

Konseli menyatakan bahwasannya dia suka melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas dikarenakan beberapa sebab yaitu dikarenakan dia bingung terkait tugas yang diberikan khususnya oleh gurunya namun konseli tidak berani menanyakan terkait tidak pahamannya kepada guru ataupun temannya, selain hal tersebut konseli juga merasa aktivitas yang dilakukan sudah terlalu padat dimulai dari sekolah, ekstrakurikuler dan mengaji serta dia merasa bahwa waktu yang diberikan oleh gurunya juga terlalu sedikit untuk mengerjakan tugas tersebut, dan dia merasa lebih senang untuk melakukan kegiatan lain seperti bermain handphone atau melihat televisi hingga larut dibandingkan dengan mengerjakan tugas serta dia merasa bahwa tugas hanyalah sebuah beban yang diberikan kepadanya. Konseli juga mengatakan alasan dia tidak

masuk sekolah yaitu terkadang sakit ataupun mengantuk dikarenakan begadang di malam harinya dan juga dikarenakan tugas yang diberikan oleh gurunya belum selesai. SA mengatakan bahwasannya dampak dari hal tersebut dia merasa panik dan pusing.⁶⁵

2) Data Bersumber Dari Guru Konseli

Berdasarkan keterangan dari guru kelas VIII B konseli yang dilakukan dengan wawancara, menyatakan bahwasannya konseli suka menunda-nunda dalam mengerjakan tugas, dimana konseli pada saat di kelas pada saat disuruh mengerjakan tugas, SA tidak langsung mengerjakan melainkan diam terlebih dahulu, selain itu SA juga cenderung pasif saat di kelas dan suka menyendiri namun tidak sering serta terkadang tidak masuk sekolah dengan alasan sakit.

Pak Siswoyo juga mengatakan bahwasannya deadline untuk mengumpulkan tugas juga standart tidak terlalu mepet, biasanya jarak waktunya dua hingga tiga hari, dan juga mengatakan bahwasannya SA ini apabila sudah masuk waktu kegiatan sholat sunnah dhuha di sekolah harus diperintah terlebih dahulu baru SA akan melakukannya.⁶⁶

3) Data Bersumber Dari Teman Konseli

⁶⁵ SA, Siswa SMP Maryam kelas VIII B, Wawancara, SMP Maryam Surabaya, 24 Januari 2023.

⁶⁶ Siswoyo, Guru Kelas VIII B, Sekolah SMP Maryam, 30 Januari 2023

Berdasarkan wawancara kepada teman konseli, menyatakan bahwasannya konseli suka menunda dalam mengerjakan tugas, teman konseli mengatakan bahwasannya konseli merupakan anak yang pendiam dikelas dimana konseli tidak sering ikut mengobrol dengan teman-temannya. ketika diberi tugas tidak langsung dikerjakan pada saat ada tugas disekolah dan juga teman konseli mengatakan bahwasannya terkadang tugas rumah (PR) yang diberikan oleh gurunya belum selesai padahal waktu yang diberikan oleh gurunya juga lumayan lama sekitar dua harian, teman konseli juga mengatakan bahwasannya pada saat tanya jawab dikelas konseli tidak pernah bertanya baik ke temannya ataupun ke gurunya, selain itu konseli juga terkadang tidak masuk dengan alasan sakit. Dan pada saat waktu sholat dhuha teman konseli mengatakan bahwasannya SA tidak langsung segera ke masjid dan mengambil wudhu.⁶⁷

4) Data Bersumber Dari Ibu Konseli

Berdasarkan hasil dari wawancara kepada ibu konseli, menyatakan bahwasannya konseli suka menunda-nunda dalam hal mengerjakan aktivitas baik ibadah sholat, tugas rumah, ataupun tugas sekolah. ibu konseli mengatakan bahwasannya konseli ketika dirumah sering main handphone ataupun melihat televisi hingga larut malam bahkan tidurnya diatas jam 10

⁶⁷Lathifa, Teman Konseli, Sekolah SMP Maryam Surabaya, 26 Januari 2023

atau jam 11, dan ibu konseli mengatakan bahwa dia sudah menyuruh konseli dan harus mengulang hingga dua sampai tiga kali baru kemudian konseli melakukan apa yang diperintahkan, ibu konseli mengatakan untuk mengerjakan tugas sekolah, konseli mengerjakan pada malam hari biasanya jam 10 malam padahal pada waktu sebelumnya tidak ada kegiatan apa-apa. Dan ibu konseli juga mengatakan bahwasannya anaknya terkadang tidak masuk sekolah dikarenakan alasan sakit.⁶⁸

Tabel 1.1 Perilaku Konseli Sebelum Treatment

No.	Perilaku Konseli Sebelum Treatment
1	Tidur terlalu larut malam
2	Tidak berani mengutarakan kesulitannya
3	Menutup diri dari lingkungan
4	Sering tidak masuk sekolah
5	Melakukan hal yang tidak begitu penting

b. **Diagnosis**

Dari hasil wawancara dan observasi yang telah dilakukan peneliti kepada konseli dan *significant others*, maka peneliti mendapatkan gejala-gejala yang dialami konseli sebagai tanda konseli memiliki prokrastinasi, yaitu tidak dapat mengatur waktu dengan baik, menganggap dirinya sibuk dan percaya diri lemah. Hal

⁶⁸ Mardiani, Ibu Konseli, Wawancara, Rumah Siswa SA, Surabaya, 04 Februari 2023

tersebut dinampakkan oleh perilaku, sebagai berikut:

- 1) Tidur terlalu larut malam
- 2) Tidak berani mengutarakan kesulitannya
- 3) Menutup diri dari lingkungan
- 4) Sering tidak masuk sekolah
- 5) Melakukan hal yang tidak begitu penting

c. Prognosis

Tahap ketiga dalam konseling adalah tahap Prognosis. Tahap Prognosis merupakan tahap penentuan jenis bantuan yang akan ditetapkan bagi permasalahan konseli berdasarkan hasil diagnosis. Tujuannya adalah agar terselesaikannya permasalahan yang dialami oleh konseli. Dalam permasalahan prokrastinasi pada konseli, peneliti menetapkan pemberian konseling Islam dengan cinema therapy. Hal itu dikarenakan berdasarkan identifikasi permasalahan yang terdapat pada prognosis.

Dengan begitu konselor memutuskan untuk memberikan konseling Islam dengan cinema therapy untuk mengatasi prokrastinasi. Adapun tahapan-tahapannya adalah sebagai berikut:

- 1) Penjelasan mengenai konseling Islam dengan cinema therapy.

Pada tahap ini konselor memberikan penjelasan terhadap konseli mengenai Konseling Islam dengan cinema therapy, dimulai dari penjelasan pengertian, tujuan, manfaat dan tahapan-tahapan didalam melakukan konseling Islam dengan cinema therapy.

- 2) Melakukan pemilihan film.

Pada tahap ini dilakukan pemilihan film, dan ditentukan pemberian film *In Time*, pemberian film tersebut dikarenakan terdapat kesamaan dengan permasalahan konseling yaitu prokrastinasi, dimana difilm tersebut menunjukkan mengenai berharganya waktu yang ada, difilm tersebut waktu dijadikan sebagai nyawa dan alat transaksi jual beli, hal tersebut sama dengan permasalahan konseli yang kurang menghargai waktu yang dia punya.

3) Menonton film.

Pada tahapan ini akan dilakukan menonton film *In Time* dan akan dilakukan analisa film yaitu pengambilan nilai-nilai positif yang terdapat dalam film yang sama dengan permasalahan konseli.

4) Evaluasi.

Pada tahapan ini, akan ditanyakan mengenai hal-hal perubahan yang ada dalam diri konseli setelah melaksanakan proses konseling.

d. Treatment

Pada tahap keempat dalam konseling ini yaitu treatment. Treatment atau terapi merupakan suatu upaya untuk melakukan perbaikan atau penyembuhan atas permasalahan yang sedang dihadapi oleh konseli. Pada tahap ini merupakan aplikasi dari terapi yang telah ditentukan pada tahap prognosis.

Konselor menggunakan konseling Islam dengan cinema therapy bertujuan untuk mengatasi prokrastinasi pada konseli SA.

Adapun tahapan dari cinema therapy, sebagai berikut:

1) Pertemuan Pertama

Pada tahap pertama ini pada 13 Februari 2023 konselor memasuki ruang bimbingan dan konseling yang ada di sekolah SMP Maryam Surabaya untuk melakukan perizinan dalam melakukan pemberian terapi kepada siswa kelas VIII B yang berisinal SA. Setelah menunggu sekitar 10 menit, akhirnya konseli datang ke ruang bimbingan dan konseling, selanjutnya konselor mengajak konseli untuk masuk ke bilik yang digunakan untuk melakukan konseling.

Pada tahapan ini konselor menjelaskan kepada konseli terkait dengan cinema therapy, disini konselor menjelaskan mengenai dari pengertian, tujuan, manfaat dan langkah-langkah dalam cinema therapy. Adapun penjelasan yang dilakukan oleh konselor, sebagai berikut:

Konselor : Bagaimana kabarmu?

Konseli : Baik kak

Konselor : Kemarin enggak masuk berapa hari, kenapa emange?

Konseli : Satu mingguan, soale begadang kak

Konselor : Ngapain begadang?

Konseli : Main HP, jadinya ngantuk paginya

Konselor : Sekarang pelajaran apa emange?

Konseli : Pelajaran Bahasa Indonesia

Konselor : Disuruh ngapain?
Konseli : Disuruh hafalan, pengertian sama apa begitu
Konselor : Sudah hafalan?
Konseli : Belum kak
Konselor : Saya ingin menjelaskan terkait cinema therapy. Cinema therapy atau kalau dalam bahasa Indonesianya itu terapi film, itu adalah sebuah teknik dalam konseling yang menggunakan media film dalam penerapannya, jadi nanti kamu bakal ngeliat film terus kamu ambil hikmah atau hal yang positif yang ada di film itu nanti, paham?
Konseli : Iya, jadi nanti melihat film terus diambil positifnya
Konselor : Iya benar, terus untuk manfaat dari cinema therapy ini itu sendiri biar dapat meningkatkan pembelajaran, mendapatkan kandungan positif dari film, meningkatkan kepercayaan diri atau motivasi. Terus aku juga mau jelasin terkait langkah-langkahnya yang pertama itu penjelasan cinema therapy yang sudah

tadi aku jelasin, terus pemilihan film dan dilanjutkan diskusi. Apakah paham?

Konseli : Paham kak.⁶⁹

Pada kesempatan ini juga konselor berdiskusi mengenai film yang akan dijadikan sebagai terapi, pada kesempatan ini konselor menanyakan apakah ada film yang ingin ditonton sebagai film untuk terapi, dan jawaban konseli yaitu “*Tidak ada kak*”.⁷⁰ Dan disini konselor memberikan film yang berkaitan dengan permasalahan konseli yaitu prokrastinasi, dalam hal ini konselor memilihkan film *In Time*. Pemilihan film tersebut bertujuan agar konseli lebih menghargai waktunya, dapat lebih bersosialisasi dengan lingkungan sekitarnya serta dapat lebih berani mengutarakan pendapatnya.

2) Pertemuan kedua

Pada pertemuan ini (14 Februari 2023), yaitu proses konseling Islam dengan cinema therapy menggunakan film sesuai dengan kesepakatan pada pertemuan sebelumnya, yaitu film *In Time*. Disini setelah konselor mempersiapkan hal-hal yang dibutuhkan seperti laptop dan juga film itu sendiri,

⁶⁹ SA, Wawancara, Ruang Bimbingan dan Konseling, SMP Maryam Surabaya, 13 Februari 2023

⁷⁰ SA, Wawancara, Ruang Bimbingan dan Konseling, SMP Maryam Surabaya, 13 Februari 2023

setelah itu dilakukan pemutaran film yang didampingi oleh konselor.

Pada film tersebut menceritakan tentang kisah kehidupan yang dibintangi oleh Justin Timberlake (Will Sales), dimana di film tersebut hal yang sangat berharga yaitu waktu, waktu telah menggantikan peran dari uang, dan seseorang rela mati demi waktu karena tanpa waktu mereka sudah tidak ada artinya lagi dan juga keberanian dalam berinteraksi dengan orang-orang yang baru dikenalnya. Dalam alur filmnya diceritakan bahwasannya Will Sales merupakan anak dari orang miskin yang mempunyai waktu sedikit dan hari-harinya digunakan bekerja untuk mendapatkan waktu, kemudian dia berinteraksi dan menolong orang yang mempunyai waktu satu abad dan dia diberikan waktu tersebut hingga akhirnya dia datang ke kota genrich, dimana kota tersebut merupakan kotanya orang yang mempunyai banyak waktu, kemudian Will Sales berinteraksi dengan orang baru dan merebut waktu dari kota tersebut untuk dibagikan ke semua orang miskin.

Dalam film ini ada beberapa adegan yang mengacu pada konseli ini, yaitu:

- a) Adegan pertama

Gambar 2.1 Adegan Film *In Time*



Pada adegan tersebut menampilkan adegan dimana Will Sales dan Henry Hamilton sedang istirahat, adegan tersebut dapat menyadarkan konseli agar istirahat yang cukup.

b) Adegan kedua

Gambar 2.2 Adegan Film *In Time*



Dalam adegan tersebut menceritakan tentang keberanian Will Sales untuk bertanya ke Ray (penjaga waktu) mengenai ketidakadilan, hal tersebut dapat membantu konseli untuk berani bertanya kepada guru ataupun teman-temannya.

Adapun dialog yang terdapat pada film tersebut, sebagai berikut:

Will : Jika kau mencari
Sales waktu yang dicari,
kamu harus menahan
semua orang yang ada
disini

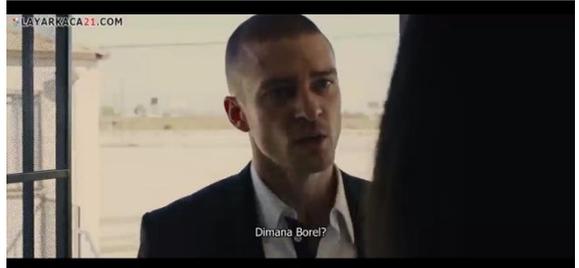
Ray : Kamu bicara tentang
ketidakadilan, aku
berbicara mengenai
waktu dan aku

Will : Kenapa kamu
Sales menyelediki kasus
bunuh diri?, ada
banyak pembunuhan di
Ghetto setiap hari

Ray : Itu menarik, aku
pernah mendengar kata
tersebut pada 20 tahun
yang lalu, kamu
mungkin masih terlalu
muda untuk mengingat
ayah mu. Aku akan
mengatur transportasi
kamu

c) Adegan ketiga

Gambar 2.3 Adegan Film *In Time*



Dalam adegan tersebut menceritakan tentang bahwasannya borel tidak dapat menggunakan waktunya dengan baik. Hal tersebut menyadarkan untuk menggunakan waktu yang ada dengan sebaik mungkin. Adapun dialog dalam film tersebut, sebagai berikut:

Will : Dimana Borel?

Sales

Gretha : Dia sudah mati

Will : Kenapa?

Sales

Gretha : Karena kamu sudah memberinya waktu satu dekade. Dia menghabiskan 9 tahun waktunya untuk minum

Will : Astaga!, Gretha aku

Sales turut menyesal

Gretha : Selamat tinggal Will

d) Adegan keempat

Gambar 2.4 Adegan Film *In Time*



Dalam adegan tersebut menjelaskan mengenai bahwasannya waktu tidak bisa dikembalikan ataupun kita kembali pada saat itu, hal tersebut dapat menyadarkan mengenai pentingnya dalam menggunakan waktu dengan bijaksana dan isi dengan hal-hal yang bermanfaat. Adapun dialog pada film tersebut, sebagai berikut:

Ray : Kau bisa lari
Will : Kau juga bisa, kau tidak
Sales : berasal dari sini kan?
Ray : Dulunya
Will : Ya
Sales :
Ray : Aku bisa melarikan diri
Will : Dan kau sekarang
Sales : mencegah orang lari
Ray : Harusnya aku tak lari,
aku tidak bisa memutar
waktu, aku tidak bisa

kembali ke belakang,
aku terus berlari.

Adapun penjelasan konseli mengenai adegan dan alur serta penokohan yang terdapat pada film *In Time*, sebagai berikut:

Konselor : Pesan positif apa yang kamu ambil dari adegan dan film tadi mengenai permasalahan kamu?

Konseli : Jadi harus menggunakan waktu dengan sebaik mungkin, seperti tidak menunda-nunda dalam mengerjakan pr, tugas rumah dan ibadah gitu

Konselor : Terus apalagi yang kamu ambil?

Konseli : Untuk masalah seperti sering begadang, jadi aku harus menggunakan waktu sebaik mungkin tidak tidur malam banget begitu, soalnya difilm itu saja loh udah tahu waktunya tinggal berapa tapi masih juga dibuat tidur.

Konselor : Jadi harus gimana SA?

Konseli : Jadi aku gak boleh begadang lagi harus makek waktu dengan baik, gak nunda ngerjain pr, terus kalau disuruh ibu langsung berangkat sama kalau sholat

langsung gitu, enggak nunggu nanti dulu

Konselor : Bener, terus apalagi yang kamu ambil positif nya dari sisi keberanian?

Konseli : (Sambil mengingat, kemudian konselor menunjukkan lagi adegan yang ada pada film), ohhh iya jadi aku harus berani buat tanya ke guru mengenai tugas pr, gak boleh takut lagi.

Konselor : Sama harus berani berinteraksi lagi sama teman-teman

Konseli : Iya

Kemudian konselor, menjelaskan ke konseli dalam Islam mengenai menggunakan waktu dengan sebaik mungkin, seperti dalam surat Al-Ashr:

وَالْعَصْرِ (1) إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ (2) إِلَّا الَّذِينَ
أَمُّؤُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَّصَّؤُوا بِالْحَقِّ
وَتَوَّصَّؤُوا بِالصَّبْرِ (3)

Artinya: “Demi waktu ashar. Sesungguhnya manusia benar-benar dalam keadaan merugi. Kecuali orang yang beriman dan beramal shaleh, saling menasehati dengan kebenaran dan saling menasehati dengan kesabaran.”

Dan juga konselor menjelaskan waktu seperti hal pedang, dimana apabila kita apabila tidak dapat menggunakannya dengan baik maka kita yang akan terkena tebasan pedang tersebut, dimana hal tersebut seperti waktu apabila kita tidak dapat menggunakan waktu dengan baik, maka penyesalan yang akan menimpa kita. Dan juga memberikan nasihat untuk mencari ilmu dengan bersungguh-sungguh dengan mengumpamakan mencari ilmu pada waktu muda seperti mengukir diatas batu.

Konselor juga memberikan hadist mengenai hormat kepada orang tua, yang berbunyi:

رَضِيَ اللهُ فِي رَضَى الْوَالِدَيْنِ وَسُخِطُ اللهُ فِي سُخِطِ الْوَالِدَيْنِ

Artinya: Ridhonya Allah terdapat di ridhonya orang tua dan murkanya Allah terdapat dimarahnya orang tua.

Pada kesempatan ini juga, konselor memberikan tugas, yaitu untuk melaksanakan hal-hal positif yang terdapat pada film tersebut agar segera dilaksanakan seperti tidak menunda-nunda dalam mengerjakan tugas rumah, sekolah ataupun sholat, tidak bolos sekolah, berani bertanya dan lebih bersosialisasi dengan teman-temannya.

3) Pertemuan ketiga

Pada pertemuan ini yang dilakukan pada 2 Maret 2023 diruangan bimbingan dan konseling SMP Maryam Surabaya, konselor menanyakan kepada konseli mengenai,

apakah ada perubahan dalam diri konseli setelah melakukan proses konseling sebelumnya. Konseli menyatakan bahwasannya terdapat perubahan yang ada dalam diri konseli setelah mengikuti proses konseling, dimana konseli menyatakan bahwasannya konseli sudah mulai tidur dibawah jam 10 malam dikarenakan konseli mengerjakan tugas dan ibadah diawal waktu walaupun tetap bermain handphone ataupun menonton televisi setelahnya, sudah berani bertanya kepada guru dan teman-temannya apabila tidak paham dengan tugasnya dan konseli mengaku bahwasannya dia sudah mulai berinteraksi dengan teman-temannya dengan bercanda gurau ataupun bertanya dan juga tidak pernah bolos sekolah lagi dan juga tidak menolak ketika diperintah oleh ibunya.

e. Evaluasi

Evaluasi terdiri dari dua yaitu evaluasi proses dan evaluasi hasil. Untuk evaluasi proses, konselor telah melaksanakan proses konseling Islam dengan cinema therapy sesuai dengan tahap-tahapannya.

Dalam proses evaluasi hasil dari pemberian konseling Islam dengan cinema therapy untuk mengatasi prokrastinasi akademik pada konseli SA. konseli mengaku bahwa ada perubahan pada dirinya setelah mengikuti proses konseling. Perubahahan pada diri konseli yaitu

- 1) Tidur dibawah jam 10 malam
- 2) Berani bertanya
- 3) Berani bersosialisasi

- 4) Tidak pernah bolos
 - 5) Mengerjakan tugas rumah, tugas sekolah dan ibadah terlebih dahulu.
2. Deskripsi Hasil Proses Konseling Islam Dengan Teknik Cinema Therapy Untuk Mengatasi Prokrastinasi Siswa di SMP Maryam Surabaya

Setelah melaksanakan konseling Islam dengan cinema therapy untuk mengatasi prokrastinasi pada seorang siswa SMP Maryam Surabaya yang berinisial SA berjalan dengan baik. Maka hasil dari penelitian adalah adanya perubahan pada diri konseli. Dari awal tujuan konseling yaitu untuk mengatasi prokrastinasi pada diri konseli.

Sebelum melaksanakan konseling, konseli sadar akan dirinya yang sering melakukan penundaan untuk mengerjakan tugas hal tersebut dikarenakan konseli lebih memilih mengerjakan tugas yang bukan prioritasnya seperti bermain handphone atau melihat televisi, selain itu juga konseli lebih tertutup dengan lingkungan dan tidak bertanya kepada guru ataupun temannya ketika mengalami kesulitan.

Setelah melaksanakan proses konseling, ada perubahan dari konseli, dimana konseli sudah mulai terbiasa tidur lebih awal dibawah jam 10 malam, hal tersebut dikarenakan konseli sudah dapat menggunakan waktunya dengan baik, dimana konseli sudah terbiasa mengerjakan tugas sekolah setelah pulang sekolah, walaupun setelah itu tetap bermain handphone atau melihat televisi namun konseli tetap tidur dibawah jam 10 malam dan juga melaksanakan ibadah pada awal waktu. Konseli juga mengaku apabila diperintah oleh ibunya untuk melakukan tugas rumah, dia melakukannya terlebih dahulu tanpa menolak perintah tersebut, konseli

sekarang lebih berani untuk bertanya kepada guru atau temannya apabila mengalami kesulitan atau tidak paham dengan apa yang diterangkan oleh guru dan lebih terbuka terhadap lingkungannya dengan bermain dengan teman-temannya serta konseli mengaku tidak pernah bolos sekolah lagi.

C. Pembahasan Hasil Penelitian (Analisis Data)

1. Analisis Proses Konseling Islam Dengan Teknik Cinema Therapy Untuk Mengatasi Prokrastinasi Siswa di SMP Maryam Surabaya

Pada sub bab ini, peneliti akan menjelaskan mengenai hasil penelitian, dimana pada bab sebelumnya dijelaskan bahwasannya pada penelitian ini menggunakan analisis deskriptif komparatif. Analisis ini digunakan untuk mengetahui mengenai proses konseling yaitu sebelum dan sesudah proses konseling atau tentang teori dan data yang terdapat di lapangan. Berikut ini merupakan hasil analisis proses konseling Islam dengan cinema therapy untuk mengatasi prokrastinasi pada seorang siswa di SMP Maryam Surabaya :

Tabel 1.2 Data Teori dan Data Lapangan

NO	Data Teori	Data Lapangan
1	Identifikasi Masalah Pada tahap ini dilakukan pengumpulan data dan informasi terkait permasalahan konseli.	Pada tahap awal ini dilakukan penggalan data terkait dengan permasalahan konseli dengan menggunakan wawancara dan observasi.

		<p>Wawancara dilakukan kepada konseli dan <i>significant others</i>, yaitu teman dekat konseli, guru kelas konseli dan orang tua konseli.</p> <p>Berdasarkan penggalan data yang telah dilakukan diperoleh hasil bahwasannya konseli SA mempunyai permasalahan prokrastinasi.</p>
2	<p>Diagnosis</p> <p>Pada langkah ini, dilakukan untuk mengetahui permasalahan yang sedang dialami oleh konseli, dimana data atau informasi tersebut didapatkan dari konseli ataupun <i>significant others</i>.</p> <p>Menurut Purwanoto Yadi dalam bukunya yang berjudul Epistimologi psikologi Islam, diagnosis adalah alat untuk</p>	<p>Setelah melakukan identifikasi masalah yaitu dengan mengumpulkan data atau informasi baik dari konseli, teman dekat konseli, guru konseli dan orang tua konseli. Maka setelah itu dilakukan diagnosis, hasil diagnosis yang telah dilakukan oleh konselor dari data yang telah terkumpul, menunjukkan</p>

	<p>mengenal, memprediksi dari permasalahan yang dialami oleh konseli.⁷¹</p> <p>Menurut Young dan Fritzche ada beberapa hal ada beberapa faktor perilaku yang dapat menyebabkan prokastinasi, yaitu:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Kurangnya manajemen waktu 2) Percaya diri yang lemah 3) Menganggap dirinya terlalu sibuk 4) Keras kepala, yaitu orang lain tidak boleh untuk memerintahkan untuk melakukan suatu hal. 5) Menjadikan penundaan sebagai strategi untuk menghindari tekanan.⁷² 	<p>bahwasannya konseli SA mengalami permasalahan prokrastinasi. Permasalahan tersebut ditunjukkan dengan perilaku konseli yang tidur terlalu larut malam, tidak berani mengutarakan kesulitannya, menutup diri dari lingkungan, sering tidak masuk sekolah dan melakukan hal yang tidak begitu penting.</p>
--	--	---

⁷¹Purwanto Yadi, *Epistemologi Islami*, (Malang:Reflika Aditama, 2007), Hal. 201

⁷² Muslimin, *Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Skripsi Di Universitas Muhammadiyah Malang ditinjau Dari Keaktifan Berorganisasi*, Skripsi, 2018, Hal. 8

3	<p>Prognosis</p> <p>Pada langkah ini konseli akan menentukan langkah atau treatment yang dapat mengatasi permasalahan yang sedang dihadapi oleh konseli.</p> <p>Menurut Guru Sukma Hanggara dan Khususiyah menjelaskan bahwa cinema terapi adalah sebuah proses terapi yang menggunakan film sebagai media yang penuh makna untuk membantu seseorang dalam mendapatkan pencerahan dan tumbuh secara optimal.⁷³</p> <p>Dalam tujuannya menurut Niva dan Hesley, tujuan dari cinematherapy adalah untuk memperoleh dan mendapatkan suatu</p>	<p>Pada tahap ini konselor menentukan treatment yang dapat mengatasi permasalahan dari konseli yaitu prokrastinasi.</p> <p>Sehingga konselor menetapkan untuk memberikan konseling Islam dengan cinema therapy untuk mengatasi prokrastinasi pada diri konseli.</p> <p>Hal tersebut bertujuan agar konseli dapat lebih menghargai waktunya dan lebih bisa bersosialisasi dengan lingkungan sekitarnya serta dapat mengutarakan kesulitannya.</p>

⁷³ Guru Sukma Hanggara dan Khususiyah, Hal. 2

	<p>hal yang baru untuk meningkatkan wawasan dari konseli dalam melihat dan mengontrol situasi dan kondisi serta agar konseli dapat memperoleh pengetahuan yang didapatkan dari film berupa pengamatan perilaku tokoh, dan menjadikan salah satu tokoh sebagai figur dalam duru mereka.⁷⁴</p> <p>Menurut Jamoki Zakia yang ditulis oleh Iga Tri Larasati, yaitu:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Film akan dapat membantu seseorang dalam meningkatkan pembelajaran 2) Film akan membantu seseorang untuk mendapatkan kandungan makna positif dari film dan dapat memberikan 	
--	--	--

⁷⁴ Muh. Azhar Mubarak, *Cinemathepy Dalam Islam*, Jurnal Bimbingan dan Konseling dan Psikologi, Vol.5, No.1, Hal. 46

	<p>kesehatan emosi didalam diri seseorang</p> <p>3) Film juga dapat meningkatkan kepercayaan diri atau motivasi</p> <p>4) Memungkinkan untuk memproses konseli yang sulit secara tidak langsung melalui film.⁷⁵</p>	
4	<p>Treatment</p> <p>Pada tahap ini yaitu pemberian treatment yang telah ditentukan pada tahap prognosis oleh konselor kepada konseli untuk mengatasi permasalahan konseling.</p> <p>Dalam melaksanakan cinema therapy menurut Dunham & Dermer, ada beberapa tahapan, yaitu:</p> <p>1) Pendahuluan</p>	<p>Pada tahap ini, yaitu pemberian treatment kepada konseli untuk mengatasi permasalahan prokrastinasi dengan menggunakan konseling Islam denan cinema therapy. Adapun langkahh-langkah yang diterapkan yaitu:</p> <p>1) Langkah pertama</p>

⁷⁵ Iga Tri Larasati, *Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Cimena Theraphy Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelas XI SMK Negeri 7 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2019/2020*, Skripsi, 2020, Hal. 35

	<p>Pada tahapan ini konselor mengenalkan konsep cinema terapi terlebih dahulu dan menjelaskan positif yang ada pada film.</p> <p>2) Pemilihan film Dalam pemilihan film ini dapat memprioritaskan ide dan pilihan konseli jika memungkinkan.</p> <p>3) Persiapan Mendiskusikan alasan dalam pemilihan film kepada konseli. Menerapkan pendekatan secara optimal yang dapat diambil konseli mendapatkan manfaat dari film tersebut.</p> <p>4) Menonton Konseli melihat dan mengamati keseluruhan film dan konselor turut</p>	<p>Pada langkah pertama ini dilakukan penjelasan mengenai cinema therapy dan pemilihan film. Setelah menjelaskan mengenai cinema therapy mulai dari pengertian, manfaat dan langkah-langkah dalam penerapannya, kemudian dilakukan pemilihan film. Disini konselor dan konseli sepakat untuk menonton film <i>In Time</i> sebagai media untuk melakukan konseling.</p> <p>2) Langkah kedua Pada langkah ini, setelah konselor mempersiapkan alat-alat yang</p>
--	--	---

	<p>mendampingi dalam penayangan film.</p> <p>5) Tindak lanjut</p> <p>Tindak lanjut ini menggunakan cara diskusi, dengan mendorong konseli untuk merenungkan film dan makna yang didapat bagi mereka, serta yang paling penting yaitu dapat mengarahkan perubahan pada diri konseli setelah mengamati film.⁷⁶</p>	<p>dibutuhkan dalam proses konseling, kemudian dilanjutkan menonton film yang telah disepakati sebelumnya, yaitu film <i>In Time</i>. Setelah menonton film tersebut, kemudian dilakukan analisis ataupun pengambilan hal-hal positif yang terdapat dalam film oleh konseli SA, setelah konseli SA mendapatkan makna positif yang terdapat dalam film kemudian hal tersebut</p>
--	---	---

⁷⁶ Nely Mazidah Isna dan Evi Winingsi, *Efektiviatas Bimbingan Kelompok Teknik Cinema Therapy Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Karir Siswa*, artikel, Hal. 763

		<p>disambungkan kedalam konseling Islam dengan memberikan ayat Al-Qur'an mengenai menggunakan waktu dengan sebaik mungkin. Dan memberikan tugas kepada konseli untuk melakukan apa yang telah didapatkan dari film tersebut.</p> <p>3) Langkah ketiga Pada langkah yang terakhir ini, dilakukan follow up terhadap apakah ada perubahan yang terjadi pada diri konseli setelah melaksanakan proses konseling sebelumnya. Dan didapatkan hasil adanya</p>
--	--	--

		perubahan dari diri konseli.
5	<p>Evaluasi</p> <p>Pada tahap terakhir ini yaitu evaluasi, bertujuan untuk mengetahui perubahan yang terjadi pada konseli setelah diberikan treatment oleh konselor.</p> <p>Menurut Abdul Basit Pada tahapan evaluasi konselor akan menilai sekaligus mengukur sejauh mana keberhasilan pemberian terapi terhadap konseli berjalan. Dalam hal ukuran keberhasilan konseling akan terlihat pada kemajuan tingkah laku yang diperlihatkan oleh konseli setelah pemberian terapi dilaksanakan, sehingga akan terlihat perilaku konseli dapat</p>	<p>Pada tahap terakhir ini dilakukan untuk mengetahui perubahan yang terjadi pada konseli SA setelah mengikuti proses konseling.</p> <p>Hasil dari evaluasi ini yang didapatkan bahwasannya ada perubahan yang terjadi pada diri konseli, hal tersebut ditunjukkan oleh konseli dimana dia sudah mulai terbiasa tidur lebih awal dibawah jam 10 malam, hal tersebut dikarenakan konseli sudah dapat menggunakan waktunya dengan baik, dimana konseli sudah terbiasa mengerjakan tugas sekolah setelah pulang sekolah, walaupun setelah itu tetap bermain handphone atau</p>

	<p>berkembang ke arah yang lebih baik lagi.⁷⁷</p>	<p>melihat televisi namun konseli tetap tidur dibawah jam 10 malam dan juga melaksanakan ibadah pada awal waktu. Konseli mengaku apabila diperintah oleh ibunya untuk melakukan tugas rumah, dia melakukannya terlebih dahulu tanpa menolak perintah tersebut, konseli juga mengaku sekarang lebih berani untuk bertanya kepada guru atau temannya apabila mengalami kesulitan atau tidak paham dengan apa yang diterangkan oleh guru dan lebih terbuka terhadap lingkungannya dengan bermain dengan teman-temannya serta konseli mengaku</p>
--	--	---

⁷⁷ Abdul Basit, *Konseling Islam*,(Jakarta: Kencana, 2017), Hal. 177

		tidak pernah bolos sekolah lagi.
--	--	----------------------------------

2. Analisis Hasil Konseling Islam Dengan Cinema Therapy Untuk Mengatasi Prokrastinasi Siswa di SMP Maryam Surabaya

Analisis hasil dari proses konseling Islam dengan cinema therapy berhasil mengatasi permasalahan yang sedang dihadapi oleh konseli, adapun hasil dari proses konseling Islam dengan cinema therapy, sebagai berikut:

Tabel 1.3 Perbedaan Perilaku Konseli

No .	Perilaku Konseli	Sebelum Konseling	Sesudah Konseling
1	Tidur terlalu larut malam	Konseli selalu tidur diatas jam 10 malam, hal tersebut digunakan untuk bermain handphone atau melihat televisi.	Konseli tidur dibawah jam 10 malam dan dapat menghentikan aktifitasnya seperti bermain handphone atau melihat televisi disaat akan tidur.
2	Tidak berani mengungkapkan kesulitannya	Konseli apabila mengalami tidak pahaman dengan tugas yang diberikan	Konseli berani bertanya kepada gurunya atau temannya terkait tugas yang

		oleh gurunya, konseli lebih memilih untuk diam diri dan tidak bertanya.	diberikan oleh gurunya ketika mengalami kesulitan.
3	Menutup diri dari lingkungan	Konseli lebih cenderung pasif dan memilih tidak untuk banyak berinteraksi dengan teman-temannya.	Konseli lebih banyak berinteraksi dengan teman-temannya, yaitu dengan bercanda gurau, dan bertanya terkait kesulitan atas ketidakpahaman dari tugas yang diberikan oleh gurunya.
4	Sering tidak masuk sekolah	Konseli sering tidak masuk sekolah dengan alasan sakit, mengantuk	Konseli mengatakan bahwasannya sekarang konseli masuk sekolah terus dan tidak

		dikarenakan begadang dan tugas yang diberikan oleh gurunya belum selesai.	pernah bolos sekolah.
5	Melakukan hal yang tidak begitu penting	Konseli sering tidur larut malam ataupun menolak perintah dari orang tua nya untuk melakukan tugas rumah dan juga menunda dalam melaksanakan ibadah dikarenakan konseli memilih untuk bermain handphone ataupun melihat	Konseli sekarang tidur dibawah jam 10 malam, dan konseli dapat memprioritaskan hal-hal yang penting terlebih dahulu seperti mengerjakan tugas sekolah, tugas rumah dan mengerjakan ibadah.

		televisi terlebih dahulu.	
--	--	---------------------------------	--

3. Perspektif Islam

Prokrastinasi merupakan sebuah penundaan yang dilakukan dalam mengerjakan tugas, baik tugas sekolah, tugas rumah maupun ibadah. Dalam Islam menyuruh kita untuk mengerjakan sesuatu diawal waktu, sebagaimana dalam Al-Qur'an yang menjelaskan tentang untuk menyegerakan sholat, didalam surat Al-Ma'un ayat 4-5, yang berbunyi:

فَوَيْلٌ لِلْمُصَلِّينَ (4) الَّذِينَ هُمْ عَنْ صَلَاتِهِمْ سَاهُونَ (5)

Artinya: “Maka celakalah orang-orang yang mendirikan sholat. Yaitu orang-orang yang melalaikan sholatnya”.⁷⁸

Surat tersebut menjelaskan terkait keutamaan menjalankan sholat wajib diawal waktu, dimana disurat tersebut menjelaskan tentang orang-orang yang lalai dari shalatnya dan juga lupa akan sholat serta meremehkan dan mengakhirkkan dalam mengerjakannya. Hal tersebut juga menandakan kita harus mengerjakan hal-hal yang wajib bagi kita diawal waktu seperti mengerjakan tugas sekolah maupun tugas rumah, selain itu dalam surat tersebut juga menunjukkan bahwasannya Islam sangat peduli mengenai waktu, dimana dalam Al-Qur'an juga menjelaskan mengenai keutamaan waktu dalam surat Al-Ashr ayat 1-3, yang berbunyi:

⁷⁸Al-Qur'an, Al-Ma'un 4-5

وَالْعَصْرُ (1) إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ (2) إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَّصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَّصَوْا بِالصَّبْرِ (3)

Artinya: “Demi waktu ashar. Sesungguhnya manusia benar-benar dalam keadaan merugi. Kecuali orang yang beriman dan beramal shaleh, saling menasehati dengan kebenaran dan saling menasehati dengan kesabaran”.⁷⁹

Dalam ayat tersebut menjelaskan bahwasannya sebagai umat muslim kita wajib menggunakan waktu dengan sebaik-baik mungkin dan menggunakannya dengan perbuatan yang baik pula. Tidak mengerjakan hal-hal yang tidak begitu penting terlebih dahulu seperti bermain handphone, melihat televisi ataupun yang lainnya. Seperti dalam hadist yang menjelaskan bahwasannya kita harus menggunakan waktu yang ada dengan sebaik mungkin, yang berbunyi:

عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عُمَرَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا قَالَ : أَخَذَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بِمَنْكِبِي فَقَالَ: كُنْ فِي الدُّنْيَا كَأَنَّكَ غَرِيبٌ أَوْ عَابِرُ سَبِيلٍ وَكَأَنَّ ابْنَ أُمِّهِ يَقُولُ إِذَا أَمْسَيْتَ فَلَا تَنْتَظِرُ الصَّبَاحَ وَإِذَا أَصْبَحْتَ فَلَا تَنْتَظِرُ الْمَسَاءَ وَخُذْ مِنْ صِحَّتِكَ لِمَرْضِكَ وَ مِنْ حَيَاتِكَ لِمَوْتِكَ رواه البخاري

Artinya: “Dari Abdillah bin Umar berkata: Rasulullah memegang pundakku seraya bersabda, *jadilah kamu di dunia ini seakan-akan kamu orang asing atau orang yang melewati suatu jalan*, Ibnu Umar berkata: Apabila kamu berada di sore hari janganlah kamu menunggu (melakukan sesuatu) hingga pagi hari (datang). Apabila kamu berada di

⁷⁹ Al-Qur’an, Al-Ashr, 1-3

pagi hari janganlah menunggu (melakukan sesuatu) hingga sore hari (datang). Gunakanlah waktu sehatmu untuk menghadapi sakitmu, dan waktu hidupmu untuk menghadapi kematian.”⁸⁰

Dalam hadist tersebut juga menjelaskan tentang keutamaan menggunakan waktu dengan sebaik-baiknya, dimana umur seseorang didunia ini terbatas dan diseruhkan untuk memperbanyak perbuatan yang baik serta menggunakan waktu dengan baik dan tidak menunda-nunda dalam mengerjakan sesuatu.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

⁸⁰ Zainab Zakatiah dan Abdul Halim, *Media Sosial dan Tren Penggunaan Menurut Islam*, Seminar Sains Teknologi dan Manusia, 2019, Hal. 3

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan dengan judul konseling Islam dengan cinema therapy untuk mengatasi prokrastinasi pada seorang siswa di SMP Maryam Surabaya, sehingga dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Berdasarkan proses pelaksanaan konseling Islam dengan cinema therapy untuk mengatasi prokrastinasi, terdiri dari beberapa tahapan, yaitu identifikasi permasalahan prokrastinasi pada konseli yang berisinal SA, diagnosa. Pada diagnosa ini dilakukan penetapan permasalahan konseli berdasarkan dari hasil pengumpulan data baik dari wawancara kepada konseli, ibu konseli, teman konseli dan guru kelas VIII B, prognosa. Yaitu pemilihan treatment dan didapatkan konseling Islam dengan cinema therapy dengan menggunakan film *In Time* yang disesuaikan dengan permasalahan konseli, treatment. Dalam pelaksanaan treatment terdiri dari beberapa langkah yaitu penjelasan mengenai cinema therapy dan pemilihan film, persiapan dan menonton film, kemudian dilanjutkan dengan proses analisis film dan pemberian konseling Islam dan proses terakhir yaitu evaluasi dari proses dan hasil dari konseling yang telah diberikan
2. Hasil akhir dari pelaksanaan konseling Islam dengan cinema therapy untuk mengatasi prokrastinasi, didapatkan perubahan pada diri konseli. Perubahan yang terdapat dikonseli yaitu konseli sudah mulai terbiasa tidur lebih awal dibawah jam 10 malam, hal tersebut dikarenakan konseli sudah dapat

menggunakan waktunya dengan baik, dimana konseli sudah terbiasa mengerjakan tugas sekolah setelah pulang sekolah, walaupun setelah itu tetap bermain handphone atau melihat televisi namun konseli tetap tidur dibawah jam 10 malam dan juga melaksanakan ibadah pada awal waktu. Konseli juga mengaku apabila diperintah oleh ibunya untuk melakukan tugas rumah, dia melakukannya terlebih dahulu tanpa menolak perintah tersebut, konseli sekarang lebih berani untuk bertanya kepada guru atau temannya apabila mengalami kesulitan atau tidak paham dengan apa yang diterangkan oleh guru dan lebih terbuka terhadap lingkungannya dengan bermain dengan teman-temannya serta konseli mengaku tidak pernah bolos sekolah lagi.

B. Rekomendasi

Dari semua proses penelitian yan telah dilaksanakan, peneliti memiliki beberapa rekomendasi sebagai berikut:

1. Bagi Konselor

Untuk konselor, diharapkan dapat melakukan penelitian yang serupa dengan menggunakan pendekatan-pendekatan yang berbeda, untuk memperbanyak refrenshi yang ada.

2. Bagi Konseli

Bagi konseli, diharapkan tetap dapat mengimplementasikan hasil dari proses konseling. Konseli diharapkan juga dapat memanfaatkan waktunya dengan sebaik mungkin agar tidak terjadi penyesalan didalam kehidupannya.

3. Bagi Pembaca

Untuk pembaca, diharapkan penelitian ini dapat menjadi sumber rujukan untuk mengatasi permasalahan yang sama yaitu prokrastinasi. Dan

apabila terdapat kesalahan dalam penelitian ini bisa memberikan masukan agar dapat melakukan penelitian yang lebih baik lagi kedepannya.

4. Kepada UIN Sunan Ampel Surabaya, diharapkan hasil penelitian ini dapat membantu universitas dalam melaksanakan upaya penanggulangan prokrastinasi.
5. Kepada fakultas Dakwah dan Komunikasi, diharapkan menjadikan penelitian ini sebagai acuan untuk dipelajari supaya dapat berdakwah kepada orang lain agar bisa merubah perilaku untuk tidak menunda-nunda dalam mengerjakan tugas.
6. Kepada prodi Bimbingan Konseling Islam, diharapkan dari penelitian yang telah dilakukan dapat memperkaya bidang keilmuan bimbingan konseling mengenai konsep prokrastinasi sebagai salah satu bentuk perilaku menunda dalam mengerjakan tugas, sehingga nantinya dapat diterapkan dalam pembelajaran bimbingan konseling islam yang mana prokrastinasi merupakan fenomena yang dikaji dalam bidang bimbingan konseling.

C. Keterbatasan Penelitian

Peneliti sadar akan keterbatasan dari penelitian ini, hal tersebut dapat dijadikan sebuah pembelajaran bagi peneliti selanjutnya mengenai cara penulisan, ataupun dalam pemberian treatment pada konseli, dan juga keterbatasan waktu yang ada dikarenakan kesibukan dari masing-masing pihak.

DAFTAR PUSTAKA

- Aan dan Dajman. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta. 2011.
- Ainur Rofiq, Arif. *Teori dan Praktik Konseling*. (Surabaya: Raziev Jaya, 2017).
- Aliyanto, Nur Putra. *Pengembangan Media Cinema Therapy Untuk Menumbuhkan Kepercayaan Diri Pada Remaja Di Badan Narkotika Nasional Provinsi (BNNP) Jawa Timur*. Skripsi. Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam. Fakultas Dakwah dan Komunikasi. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. 2022
- Al-Qur'an
- Mubarak, Muh. Azhar. *Cinematherpy Dalam Islam*, Jurnal Bimbingan dan Konseling dan Psikologi. Vol.5, No.1.
- Basith, Abdul. *Konseling Islam*. Jakarta: Kencana. 2017.
- bin Said Az-Zahrani, Musafir. *Konseling Terapi*, (Jakarta: Gema Insani Press, 2005).
- Bungin, Burhan. *Metodologi Penelitian Kualitatif: Komunikatif. Ekonomi. Kebijakan Publik dan Ilmu Sosial Lainnya*. Jakarta: Kencana, 2006.
- Putri, Elsyia Derma. *Hubungan Efikasi Diri Dan Motivasi Berprestasi Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 16 Medan*. Thesis. Program Studi Magister Psikologi, Universitas Medan Area Medan. 2013.
- Anwar, M. Fuad. *Landasan Bimbingan dan Konseling Islam*. Sleman: CV. Budi Utama, 2019.
- Harahap, Nursapia. *Penelitian Kualitatif*. Medan: Wal Ashri Publishing. 2020.
- Hastin, Ma'fufah. *Cinema Therapy dalaam Menstabilkan Emosi Remaja Introvert Di UIN Sunan Ampel Surabaya*, Skripsi, Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam.

- Jurusan Dakwah. Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. 2018.
- Herdiyansyah, Haris. *Metode Penelitian Kualitatif untuk Ilmu-ilmu Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika. 2012.
- Hidayat, Dede Rahmat. *Konseling Di Sekolah Pendekatan-Pendekatan Kontemporer*. Jakarta: Prenada Media Group, 2018.
- Hikmawati, Fenti. *Bimbingan dan Konseling Ed. Revisi*. Jakarta: Rajawali Press. 2016.
- Ipnu, Burhani. Pemaknaan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Akhir Di Universitas Muhammadiyah Surakarta. Skripsi. Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. 2016.
- Khoiriyati, Salis. *Efektifitas Cinema Therapy Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Anak Korban Perceraian Orang Tua*.
- Manab, Abdul. *Penelitian Pendidikan Pendekatan Kualitatif*. Yogyakarta: Kalimedia, 2015.
- Masr,i Subekti dan Arif Ainur Rofiq. *Keefektifan Teknik Bibliotherapy dan Cinemaducation Terhadap Peningkatan Multicultural Awareness SMA*. Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam. Vol. 12. No. 1
- Mazidah Isna, Nely dan Evi Winingsi, *Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Cinema Therapy Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Karir Siswa*, artikel.
- Muyana, Siti. *Prokrastinasi Akademik Dikalangan Mahasiswa Proram Studi Bimbingan dan Konseling*, Jurnal Bimbingan dan Konseling. Vol. 8, No. 1.
- Najmatul Fajri, Husnuzia. *Konseling Islam Dengan Teknik Modelling Simbolik Untuk Meningkatkan Aktualisasi Diri Seorang Mahassiswi UIN Sunan Ampel Surabaya*. Skripsi.

- Rahmat Hidayat, Dede. *Konseling Di Sekolah Pendekatan-Pendekatan Kontemporer*. Jakarta: Prenada Media Group, 2018.
- Rahmawati, Pudji. *Media Bimbingan & Konseling*. Draft Buku Perkuliahan Program S-1.
- Rizkia, Sayyidati. *Pengaruh Teknik Cinema Therapy Terhadap Karakter Bertanggung Jawab Siswa SMA Negeri 1 Purwosari Tahun Pelajaran 2017/2018*. Artikel Skripsi. Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pengetahuan, Universitas Nusantara PGRI Kediri. 2018.
- Rosyida, Afif Husniyatur. *Terapi Film Dalam Meningkatkan Empati*, Psikoborneo. Vol. 8. No. 2.
- Sabri, Ahmad. *Pengelolaan Waktu Dalam Melaksanakan Pendidikan Islam*. Jurnal Al-Ta'lim. Vol. 19 No.3.
- Sandra, Kusnul Ika dan M. As'ad Djalali. *Manajemen Waktu, Efikasi-Diri dan Prokrastinasi*. Jurnal Psikologi Indonesia. Vol. 2 No. 3.
- Sekar Jasmine, Annisa, *Penaruh Terapi Film (Cinema Therapy) Terhadap Peningkatan Swakelola Belajar Padda Siswa Kelas 8 SMP N 2 Berbah Sleman Yogyakarta*. Skripsi.
- Shihab, M. Quraish. *Tafsir Al-Misbah Jilid 15*. Jakarta: Lentera hati. 2022.
- Sugiyono. *Metodologi Penelitian Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta. 2006.
- Sukma Hanggara, Guru dan Khususiyah. *Efektivitas Cinema Terapi Untuk Mengembangkan Karakter Respek Siswa*.
- Syafarudin. DKK. *Bimbingan dan Konseling*. Medan: Perdana Publishing. 2019.
- Tri Larasati, Iga. *Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Cimena Therapy Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelas XI SMK Negeri 7*

Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2019/2020. Skripsi. 2020.

Utami Hastutiningsih, Dwi. *Keefektifan Konseling Kelompok Cognitive Behavioral Therapy Berbasis CinemaTherapy Untuk Meningkatkan Sikap Proposial Siswa (Penelitian Pada Siswa Kelas XI IPS SMA Muhammadiyah Kutoarjo)*. Skripsi. Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Magelang. 2019.

Wicaksono, Galih. *Efektivitas Meode Cinematherapy Terhadap Peningkatan Konsep Diri Positif Siswa SMA*. Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling. Vol. 4 No.6.

Zakariah, Zainab dan Abdul Halim. *Media Sosial dan Tren Penggunaan Menurut Islam*. Seminar Sains Teknologi dan Manusia. 2019.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A