



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

**TERAPI *SELF MANAGEMENT* DENGAN
SAYYIDUL ISTIGHFAR DALAM MENGATASI
KLEPTOMANIA PADA SANTRI PONDOK
PESANTREN DARUL ARQOM SURABAYA**

SKRIPSI

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

Oleh:

**Firdaus Azami
NIM. 04040320081**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA 2023**

PERNYATAAN ONTENTISITAS SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Firdaus Azami

NIM : 04040320081

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Alamat : Dusun Kedungsogo, Desa Deketagung, Kec. Sugio, Kab. Lamongan

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi berjudul *Terapi Self Management Dengan Sayyidul Istighfar Dalam Mengatasi Kleptomania Pada Santri Pondok Pesantren Darul Arqom Surabaya* adalah benar merupakan karya sendiri. Hal-hal yang bukan karya saya, dalam skripsi tersebut diberi tanda sitasi dan ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Apabila di kemudian 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, 30 Desember 2023

A handwritten signature in black ink is written over a red 10,000 Rupiah postage stamp. The stamp features the Garuda Pancasila emblem and the text '10000', 'MATERIAL', and 'TIMBUL'. The signature is written in a cursive style.

Firdaus Azami
NIM. 04040320081

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Nama : Firdaus Azami
NIM : 04040320081
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul Skripsi : Terapi *Self Management* Dengan *Sayyidul Istighfar* Dalam Mengatasi Kleptomania Pada Santri Pondok Pesantren Darul Arqom Surabaya

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui untuk diuji

Surabaya, 30 Desember 2023

Menyetujui
Pembimbing,



Dr. Hj. Mferrina, M.Si., Psikolog
NIP. 196804132014112001

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

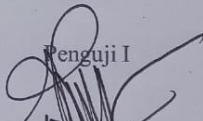
Terapi *Self Management* Dengan *Sayyidul Istighfar* Dalam Mengatasi Kleptomania Pada Santri Pondok Pesantren Darul Arqom Surabaya.

SKRIPSI

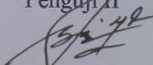
Disusun Oleh :
Firdaus Azami (04040320081)

Telah Diuji dan Dinyatakan Lulus Dalam Ujian Strata Satu
Pada tanggal 4 Januari 2024
Tim Penguji

Penguji I


Dr. Hj. Mierrika, M.Si., Psikolog
NIP. 196804132014112001

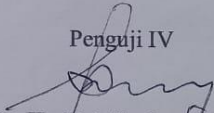
Penguji II


Dr. H. Abd. Basvid, M.M.
NIP. 196009011990031002

Penguji III


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

Penguji IV


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



Surabaya, 3 Januari 2024
Dekan,
Dr. Moch. Cholil Arif, S. Ag., M.Fil.I
NIP. 197110171998031001



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 : Firdaus Azami
NIM : 04040320081
Fakultas/Jurusan : Dakwah & Komunikasi / Bimbingan & Konseling Islam
E-mail address : azamidaus28@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Sekripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)
yang berjudul :

Terapi Self Management Dengan Sayyidul Istighfar Dalam Mengatasi Kleptomania Pada Santri Pondok Pesantren Darul Arqom Surabaya

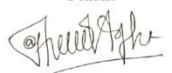
berserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media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

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

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 14 Januari 2024

Penulis


(Firdaus Azami)

MOTTO PERSEMBAHAN

Yang terpenting, bukanlah seberapa besar mimpi kalian,
melainkan seberapa besar upaya kalian mewujudkan mimpi itu.

~ *Sang Pemimpi, Andrea Hirata* ~ ¹

Tampilkan kelemahan ketika kamu sedang kuat, dan kuatlah
meski kuat sedang lemah.

~ *The Art of War* ~ ²

Tiada kata terimakasih yang mampu menggambarkan betapa bersyukur saya memiliki orang-orang yang sangat mendukung dan selalu membantu saya disaat saya dalam kebingungan. Terimakasih kepada orang tua saya yang selalu mendoakan saya dalam sholatnya, terimakasih kepada bunda Dr. Hj. Mierrina, M.Si., Psikolog selaku dosen pembimbing yang selalu ada ketika saya butuh pencerahan, terimakasih kepada ibu Sri Wahyuningsih, M.Pd. yang secara sukarela membantu saya dan teman-teman dalam menyelesaikan skripsi ini, tak lupa juga teman *Low Squad* dan Darul Arqom yang selalu menghibur saya dan selalu membuat saya ketawa.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

¹ Andrea Hirata, *Sang Pemimpi*, (Yogyakarta : Bentang Pustaka, 2016), 34.

² Andri Wang, *The Art Of War : Menelusuri Strategi Perang & Taktik Perang Ala Sun Zi*, (Jakarta : Gramedia Pustaka Utama, 2016), 58.

ABSTRAK

Firdaus Azami, 04040320081, 2023. *Terapi Self Management Dengan Sayyidul Istighfar Dalam Mengatasi Kleptomania Pada Santri Pondok Pesantren Darul Arqom Surabaya.*

Rumusan masalah pada penelitian ini ada dua, *pertama* bagaimana proses terapi *self management* dengan *sayyidul istighfar* dalam mengatasi kleptomania pada santri pondok pesantren Darul Arqom Surabaya ?, *kedua* bagaimana hasil yang diperoleh konseli setelah menjalani proses konseling melalui terapi *self management* dengan *sayyidul istighfar* ?. Untuk membuktikan kebenaran masalah tersebut, penulis menggunakan metode penelitian kualitatif dengan jenis pendekatan studi kasus. Analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis deskriptif dalam analisis datanya, dengan tujuan untuk menggambarkan secara sistematis, faktual, dan tepat fakta-fakta dan hubungan antara fenomena-fenomena yang diselidiki. Terapi yang diterapkan dalam penelitian ini ada dua yaitu *self management* dan *sayyidul istighfar* dimana kedua teknik ini digunakan bersamaan saat proses konseling. Terapi *self management* dan *sayyidul istighfar* yang telah dilakukan untuk menangani kleptomania telah menunjukkan hasil yang cukup signifikan. Hasil yang diperoleh dari penelitian ini adalah konseli mampu meninggalkan perilaku kleptomania (mencuri) sehingga terjadi peningkatan perilaku positif dalam kesehariannya.

Kata Kunci : *Self Management, Sayyidul Istighfar, Kleptomania*

ABSTRACT

Firdaus Azami, 04040320081, 2023. Self Management Therapy with Sayyidul Istighfar in Overcoming Kleptomania in Darul Arqom Islamic Boarding School Students, Surabaya.

The formulation of the problem in this research is twofold, first, what is the process of self-management therapy with Sayyidul Istighfar in overcoming kleptomania in students at the Darul Arqom Islamic boarding school in Surabaya? Second, what are the results obtained by the counselees after undergoing the counseling process through self-management therapy with Sayyidul Istighfar? To prove the truth of this problem, the author uses a qualitative research method with a case study approach. Data analysis in this study uses descriptive analysis in its data analysis, with intuitive results describing systematically, factually, and precisely the facts and relationships between the phenomena under investigation. There are two therapies applied in this research, namely self-management and sayyidul istighfar, where these two techniques are used simultaneously during the counseling process. The self-management and istighfar saying therapy that has been carried out to treat kleptomania has shown quite significant results. The results obtained from this research are that clients are able to abandon kleptomania (stealing) behavior so that there is an increase in positive behavior in their daily lives.

Keywords : *Self Management, Sayyidul Istighfar, Kleptomania*

خلاصة

فردوس أعظمي، 04040320081، 2023. علاج إدارة الذات مع سيد الاستغفار في التغلب على هوس السرقة لدى طلاب مدرسة دار الأرقم الإسلامية الداخلية، سورابايا.

إن صياغة المشكلة في هذا البحث ذات شقين، أولاً، ما هي عملية علاج إدارة الذات مع سيد الاستغفار في التغلب على هوس السرقة لدى طلاب مدرسة دار الأرقم الداخلية الإسلامية في سورابايا، ثانياً، ما النتائج التي حصل عليها المستشارون بعد خضوعك لعملية الاستشارة من خلال علاج إدارة الذات مع سيد الاستغفار؟ لإثبات حقيقة هذه المشكلة، يستخدم المؤلف طريقة البحث النوعي مع منهج دراسة الحالة. يستخدم تحليل البيانات في هذه الدراسة التحليل الوصفي في تحليل البيانات، مع نتائج بديهية تصف بشكل منهجي وواقعي ودقيق الحقائق والعلاقات بين الظواهر قيد التحقيق. هناك علاجان مطبقان في هذا البحث، وهما إدارة الذات وسيد الاستغفار، حيث يتم استخدام هاتين التقنيتين في وقت واحد أثناء عملية الاستشارة. لقد أظهر علاج إدارة الذات والاستغفار الذي تم إجراؤه لعلاج هوس السرقة نتائج مهمة جداً. النتائج التي تم الحصول عليها من هذا البحث هي أن العملاء قادرون على التحلي عن سلوك هوس السرقة (السرقة) بحيث يكون هناك زيادة في السلوك الإيجابي في حياتهم اليومية.

الكلمات المفتاحية: إدارة الذات، سيد الاستغفار، هوس السرقة

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR ISI

PERNYATAAN OSTENTISITAS SKRIPSI.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI.....	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK.....	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR ISI TABEL.....	xii
BAB I : PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	10
C. Tujuan Penelitian.....	10
D. Manfaat Penelitian.....	10
E. Definisi Konsep.....	11
F. Sistematika Pembahasan.....	15
BAB II : KAJIAN TEORETIK.....	17
A. Kerangka Teoretik.....	17
1. Teknik <i>Self Management</i>	17
2. Terapi <i>Sayyidul Istighfar</i>	23
3. Kleptomania.....	34
4. Santri.....	41
B. Penelitian Terdahulu.....	46
BAB III : METODE PENELITIAN.....	49
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian.....	49
B. Objek dan Lokasi Penelitian.....	50
C. Jenis dan Sumber Data.....	51
D. Tahap-Tahap Penelitian.....	52
E. Teknik Pengumpulan Data.....	54
F. Teknik Validitas Data.....	55
G. Teknik Analisis Data.....	58
BAB IV : HASIL PENELITIAN & PEMBAHASAN.....	61
A. Gambaran Umum Subyek Penelitian.....	61
B. Penyajian Data.....	69

1. Proses Terapi <i>Self Management</i> Dengan <i>Sayyidul Istighfar</i> Dalam Mengatasi Kleptomania Pada Santri Pondok Pesantren Darul Arqom Surabaya.....	69
2. Hasil Terapi <i>Self Management</i> Dengan <i>Sayyidul Istighfar</i> Dalam Mengatasi Kleptomania Pada Santri Pondok Pesantren Darul Arqom Surabaya.....	97
C. Pembahasan Hasil Penelitian.....	101
1. Perpektif Teori.....	101
2. Perpektif Islam.....	109
BAB V : PENUTUP.....	112
A. Kesimpulan.....	112
B. Rekomendasi.....	112
C. Keterbatasan Penelitian.....	113
DAFTAR PUSTAKA.....	114
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	120

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR ISI TABEL

Tabel 4.1.....	64
Tabel 4.2.....	65
Tabel 4.3.....	65
Tabel 4.4.....	83
Tabel 4.5.....	90
Tabel 4.6.....	91
Tabel 4.7.....	97
Tabel 4.8.....	98
Tabel 4.9.....	104



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Al-Ghazali mengungkapkan pada bagian pendahuluan ketiga Kitab *Ihya' Ulumuddin (al-muhlikat)* menerangkan tentang definisi akhlak dan indikator-indikator yang menyertainya. Juga tentang cara mengamalkannya, dampak negatif dan gejala-gejalanya, serta jalan keluar bagi akhlak yang tercela. Sedangkan akhlak yang tercela, adalah senjata tajam yang bisa melukai siapa saja, kotoran yang nyata, sifat iblis yang dapat menghindarkan manusia dari rahmat Allah. Menjauhi maksiat yang jelas ditentang dan berbuat baik yang dianjurkan adalah bentuk dari pelaksanaan akhlak, dan Al-Ghazali menegaskan bahwa menghindari maksiat jauh lebih sulit dibandingkan dengan berbuat tawakal.³

أَلَا وَإِنَّ فِي الْجَسَدِ مُضْعَةً إِذَا صَلَحَتْ صَلَحَ الْجَسَدُ كُلُّهُ ، وَإِذَا فَسَدَتْ فَسَدَ الْجَسَدُ كُلُّهُ . أَلَا وَهِيَ الْقَلْبُ

Artinya : *Ingatlah sesungguhnya dalam jasad itu ada segumpal daging, apabila baik daging itu, maka baik pula seluruh jasadnya, dan apabila rusak daging itu, maka rusak pula jasadnya seluruhnya, ingatlah daging itu adalah hati.* (H.R Bukhari dan Muslim)

Melihat hadis di atas, Nabi Muhammad SAW, mengingatkan kepada kita bahwa dalam diri kita ada segumpal daging yaitu hati yang dimana jika hati itu baik, maka akan baiklah seluruh amal hidupnya seluruhnya

³ Hajriansyah, “Akhlak Terpuji dan yang Tercela (Telaah singkat *Ihya' Ulumuddin* Jilid III),” *Jurnal Nalar*, vol. 1, no. 1, 2017, 24.

sebaliknya, jika hati itu kotor dan ternoda, maka akan jeleklah seluruh perilaku kesehariannya. Ini berarti baik buruknya perilaku manusia tergantung pada hatinya. Al-Qur'an pun menegaskan untuk mengingatkan pendekatan dirinya dengan mempertebal iman kepada Allah SWT. Dengan cara memahami ilmu agama islam dan mengamalkannya.⁴

Salah satu akhlak tercela yang penulis kaji dalam skripsi ini adalah kleptomania. Kleptomania (pencurian patologis) adalah salah satu kelainan psikologis yang ditandai perbuatan mencuri secara terus menerus. Prilaku ini ditandai dengan dorongan yang sulit untuk dikendalikan bagi penderitanya.⁵ Menurut Kartini Kartono, kleptomania merupakan bagian dari kelainan kepribadian yang bersifat fungsional, hal tersebut diakibatkan oleh rusaknya sebagian sistem syaraf, yang lebih dikenal dengan istilah *neurosis*. *Neurosis* adalah suatu keadaan atau kondisi yang berkaitan dengan gangguan batin, hampa akan makna, ketidakberdayaan dalam menghadapi masa depan dan sebagainya.⁶

Mayoritas penelitian yang meneliti faktor-faktor yang berkontribusi terhadap kleptomania menyimpulkan bahwa seorang kleptomania mengalami kesulitan dan disfungsi saat masih anak-anak. Keinginan untuk mencuri merupakan upaya untuk memperbaiki kekurangan yang ada pada masa bayi. Kecenderungan mencuri merupakan penyakit yang terus-menerus, sebagai keinginan atau dorongan dalam diri seseorang untuk melakukan

⁴ Rachmad Hidayat, *Menghindari Akhlak Tercela Terhadap Allah SWT & Sesama Manusia*, (Jakarta : CV. Rizky Aditya, 2012), 1-2.

⁵ Yelvi Levani, "Kleptomania : Manifestasi Klinis dan Pilihan Terapi," *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, vol. 6, no. 1, 2019, 32.

⁶ Kartono Kartini, *Psikologi Abnormal dan Abnormalitas Seksual*, (Jakarta: PT. Mandar Maju, 1989), 97-98.

demonstrasi perampokan. Penderita kleptomania sebenarnya mengetahui bahwa pencurian diancam hukuman dan termasuk dosa besar dalam agama. Namun penderitanya akan mengalami tingkat kecemasan yang sangat tinggi jika hal tersebut tidak dilakukan, yang pada akhirnya akan mengganggu ketenangan mentalnya.⁷

Sebelum menentukan teori yang digunakan untuk melakukan proses konseling, penulis harus merujuk pada penelitian terdahulu sebagai bahan pertimbangan apakah masalah yang penulis teliti ini cocok dengan teori yang digunakan. Penelitian pertama yaitu *Terapi Sayyidul Istighfar Untuk Meningkatkan Self Esteem (Studi Kasus Seorang Perempuan di Desa Padelegan Pademawu Pamekasan)*, oleh Nikmatus Saleha, tahun 2019. pada penelitian tersebut penulis menemukan terapi *sayyidul istighfar* sebagai wadah utama dalam meningkatkan *self esteem* atau pandangan individu terhadap dirinya sendiri. Dan hasil yang diperoleh dari data penelitian tersebut cukup akurat dibuktikan dengan peningkatan harga diri konseli yang lebih optimis dan perasaan konseli lebih tenang.

Dari hasil penelitian yang diperoleh maka dapat disimpulkan bahwa terapi *sayyidul istighfar* memiliki peranan yang sangat penting dalam meningkatkan *self esteem* pada diri konseli, itulah mengapa penulis menggunakan terapi *sayyidul istighfar* dalam mengatasi permasalahan kleptomania karena sudah teruji keberhasilannya di penelitian ini.

Penelitian kedua yaitu *Implementasi Terapi Self Management dan Do'a Untuk Menangani Prokrastinasi*

⁷ Maftuhatul Af'idah, "Tindak Pidana Pencurian Oleh Penderita Kleptomania (Studi Analisis Menurut Hukum Pidana Islam dan Hukum Positif)", *Skripsi*, Jurusan Siyasaah Jinayah Fakultas Syariah UIN Walisongo Semarang, 2018, 49.

Akademik di Masa Kuliah Online Seorang Mahasiswi UIN Sunan Ampel Surabaya, oleh Izzul Ilmi, tahun 2021. Pada penelitian tersebut penulis menemukan teknik *self management* dijadikan wadah atau alat utama untuk mengatasi prokrastinasi akademik pada seorang mahasiswa. Dan hasil yang diperoleh dari penelitian tersebut adalah konseli mampu untuk mengontrol dirinya agar tidak menunda-nunda pekerjaan kuliah lagi, meskipun belum sepenuhnya berubah tetapi terdapat perubahan yang cukup signifikan pada diri konseli untuk berubah ke arah yang lebih baik. Itulah mengapa penulis menggunakan teknik *self management* dalam mengatasi kleptomania karena sudah teruji keberhasilannya di penelitian ini. Permasalahan yang dibahas penulis dan penelitian tersebut juga terdapat kesamaan yaitu perilaku maladaptif.

Setelah membaca beberapa literatur bacaan tentang pengertian, gejala, maupun indikator kleptomania, maka penulis memutuskan untuk menerapkan terapi *self management* dengan *sayyidul istighfar* dalam mengatasi kleptomania pada santri pondok pesantren Darul Arqom Surabaya. Menurut pandangan behaviorial, kepribadian seseorang dibentuk oleh tujuh pengalaman interaksi individu dengan lingkungannya yang membentuk perilakunya. Jadi sangat mungkin diubah dengan mengontrol dan membuat kondisi pembelajaran. Karakter seseorang tidak sama dengan individu lainnya karena sebenarnya setiap orang mempunyai pengalaman yang berbeda-beda dalam hidupnya. Konselor berperan sebagai konsultan, penasihat, pendukung, dan fasilitator sepanjang proses konseling. Dalam pendekatan ini, konselor bertindak sebagai guru, figur otoritas, dan ahli yang

mendiagnosis perilaku maladaptif dan memutuskan cara memecahkan masalah perilaku individu.⁸

Sedangkan teknik *self management* adalah metode menasihati yang mencakup pemeriksaan diri, umpan balik yang membangkitkan semangat, kesepakatan atau persetujuan dengan diri sendiri dan dominasi dorongan. Penataan mandiri atau *self management* adalah metodologi perubahan perilaku yang berarti memandu cara berperilaku seseorang dengan prosedur atau perpaduan strategi perbaikan.

Berdasarkan penjelasan di atas, *self management* adalah seperangkat prinsip atau prosedur yang mencakup pemantauan diri, penguatan positif (*self reward*), dan kesepakatan dengan diri sendiri (*self contracting*). Teknik *self management* merupakan serangkaian teknik untuk mengubah perilaku, pikiran, dan perasaan. Penguasaan rangsangan (*stimulus control*) merupakan penghubung antara teknik kognitif, perilaku, dan afektif yang disusun sesuai dengan kaidah pendekatan terapi perilaku kognitif. Hal ini digunakan untuk meningkatkan keterampilan siswa pada saat proses kematangan karir yang diharapkan.⁹

Menurut Sukadji, *self management* juga dikenal sebagai pengelolaan diri, adalah metode yang digunakan orang untuk mengendalikan perilaku mereka sendiri. Sebaliknya, Cormier & Cormier mendefinisikan manajemen diri sebagai strategi perubahan perilaku di mana klien mengarahkan perubahan perilakunya sendiri

⁸ Insan Suwanto, "Teori Behavioral Dengan Teknik *Self Management* Untuk Membantu Kematangan Karir Siswa SMK," *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, vol. 1, no. 1, 2018, 3.

⁹ Makmur Jaya Nur dkk, *Teori dan Teknik Bimbingan dan Konseling*, (Sinjai : CV. Latinulu, 2020), 68.

dengan menggunakan satu atau lebih teknik terapeutik..¹⁰ *Self management* meliputi strategi : *self monitoring*, *stimulus control*, *self contracting* dan dan *self reward*. Sesuai dengan variabel kemandirian belajar maka strategi *self management* atau pengelolaan diri bisa diterapkan, karena dalam *self management* konseli diajarkan untuk mengatur dan merencanakan diri sendiri apa yang ia butuhkan. Dalam *self management* konseli diajarkan memantau dirinya (*self monitoring*), konseli mengontrol hal-hal yang menyebabkan timbulnya perilaku (*stimulus control*), konseli membuat komitmen yang tertulis dibuat sendiri dengan target perubahan yang ditentukan sendiri (*self contracting*), dan adanya penghargaan (*self reward*) dari diri sendiri untuk keberhasilan yang telah dilakukan.¹¹

Sedangkan untuk pendekatan terapi islamnya, penulis menggunakan terapi *sayyidul istighfar* dalam menangani kleptomania. *Sayyidul istighfar* merupakan raja dari berbagai macam *istighfar* yang didalamnya terdapat makna yang besar dan merupakan salah satu dari berbagai macam bacaan *istighfar*.¹²

Nabi saw dalam sebuah Hadits yang diriwayatkan ‘Aus bin Syaddad, bahwasanya *Sayyidul istighfar* seorang hamba mengucapkan, *Ya Allah, Engkau-lah Tuhanku, tiada Tuhan selain Engkau yang telah menciptakan aku. Aku adalah hamba-Mu dan aku berada di atas sumpahku dan janjiku pada-Mu semampuku. Aku berlindung kepada-*

¹⁰ Halimatus Sa'diyah, "Penerapan Teknik *Self Management* Untuk Mereduksi Agresifitas Remaja," *Jurnal Ilmiah Counsellia*, vol. 6, no. 2, 2016, 69-70.

¹¹ Diana Dewi Wahyuningsih, *Teknik Self Management Dalam Bingkai Konseling Cognitive Behavior Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa SMP*, (Purwodadi : CV. Sarnu Untung, 2020), 3-4

¹² Arinda Roisatun Nisa dan Devia Purwaningrum, "Pengaruh Terapi *Sayyidul Istighfar* Terhadap Ketenangan Jiwa," *Jurnal Psikologi*, vol. 1, no. 1, 2023, 43.

Mu dari keburukan yang aku lakukan. Aku mengakui atas nikmat yang Engkau berikan kepadaku dan aku mengakui dosa (yang aku perbuat). Maka, maafkanlah aku. Sesungguhnya, tidak ada yang bisa mengampuni dosa-dosa selain Engkau.

Siapa yang membacanya pada permulaan siang hari dengan penuh keyakinan, dan dia meninggal pada siang itu sebelum masuk waktu sore , maka dia termasuk ahli surga. Orang yang membacanya pada permulaan malam hari dengan penuh keyakinan, dan dia meninggal pada malam itu sebelum masuk waktu subuh, maka dia termasuk ahli surga. (HR Bukhori).¹³

Umat Islam menggunakan terapi *sayyidul istighfar* untuk mengubah jiwa yang kotor menjadi bersih dengan mengamalkan, menghayati, mengimani, dan diawali dengan mengucapkan *ta'awudz*, *basmalah*, dan *syahadat*.¹⁴ Seorang hamba beristighfar kepada Allah untuk memohon ampunan atas dosa-dosanya, keringanan dari penderitaannya, dan perlindungan dari penderitaan. *Istighfar* berarti meminta ampun sekaligus menutupi dosa-dosa Anda. Mereka tidak dapat dipisahkan. karena penderitaan tidak serta merta berakhir ketika dosa ditutupi. Allah sesekali akan menutupi dosa orang-orang yang akan Dia siksa dan yang tidak Dia siksa. Singkatnya, pengampunan berarti melindungi seorang hamba dari

¹³ Hasan Hammam, *at-Tadawi bi-Istighfar : Terjemahan Atiq Fikri Ilyas*, (Jakarta : Nakhlah Pustaka, 2014), 63

¹⁴ Nimatus Shaleha, “Terapi *Sayyidul Istighfar* Untuk Meningkatkan *Self Esteem* (Studi Kasus Seorang Perempuan di Desa Padelegan Pademawu Pamekasan)”, *Skripsi*, Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya, 2019, 39.

dampak negatif tindakan tidak bermoral dan penyelesaiannya.¹⁵

Berdasarkan analisis dan pengamatan penulis terhadap konseli (klien) yang diteliti di pondok pesantren Darul Arqom Surabaya, maka dapat dikatakan bahwa konseli yang penulis teliti mengalami gejala-gejala yang dinamakan kleptomania atau kecenderungan untuk mencuri terus menerus barang milik orang lain. Dengan indikator indikator sebagai berikut, konseli sering mengambil barang tanpa izin dari pemiliknya dan barang-barang yang diambil itu tidak terlalu penting seperti air minum, sandal, makanan ringan, dll. Selain mengambil barang tanpa izin konseli juga sering masuk kamar santri lain tanpa izin (tidak ada orang dikamar) padahal seharusnya konseli tidak masuk kedalam kamar yang kosong (tidak ada santrinya) karen hal tersebut menimbulkan asumsi buruk dari santri lain dan dikawatirkan melakukan hal-hal yang tidak diinginkan.

Dari permasalahan kleptomania yang penulis jabarkan diatas (sesuai data dilapangan), dan setelah membaca beberapa literatur bacaan di buku, jurnal, dan skripsi terdahulu tentang teori dan teknik konseling (TTK) maupun kleptomania dengan tujuan agar penulis mampu menangani permasalahan konseli secara maksimal, maka penulis memutuskan untuk mengambil teknik *self management* dari teori behavior dan terapi islam *sayyidul istighfar* untuk menangani kleptomania pada santri pondok pesantren Darul Arqom Surabaya. Penulis mengambil teknik *self management* (pengelolaan diri) untuk membantu konseli agar lebih bertanggung jawab dengan dirinya sendiri dan mampu untuk mengatur aktivitas

¹⁵ Syaikh Ismail Al-Muqaddam, *Fikih Istighfar*, (Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2015), 4-5.

sehari-harinya agar lebih disiplin, sedangkan untuk terapi *sayyidul istighfar* penulis berharap konseli mampu untuk merenungi dan mengintropeksi diri sendiri tentang permasalahan (dosa) yang pernah konseli perbuat karena disini makna *istighfar* adalah ampunan dosa yang diberikan Allah kepada hambanya.

Dalam buku Fiqih Doa & Dzikir Jilid 2, Syaikh Abdurrazaq bin Abdul Muhsin Al-Badr menjelaskan bahwa *sayyidul istighfar* merupakan bacaan *istighfar* yang paling agung dan bermakna. *Sayyidul istighfar* mengungguli ungkapan *istighfar* lainnya dalam hal kebutuhan dan kadar. Oleh karena itu, *Sayyidul istighfar* dikenal sebagai penguasa *istighfar* dengan alasan merangkum makna penebusan dosa dan mempermalukan diri sendiri di hadapan Allah SWT. Ada syarat pengampunan dosa dalam bacaan *sayyidul istighfar*.

Menurut salah satu hadis, umat Islam yang membaca *sayyidul istighfar* pada pagi, siang, sore, atau malam hari (terutama pagi dan sore hari) sebelum meninggalkan dunia akan tercatat hidup di surga. Selain itu, orang yang sering membaca bacaan *istighfar* ini akan mencapai komitmen yang mulia, pahala yang luar biasa, dan pahala yang berlimpah.¹⁶ Itulah tujuan saya mengambil terapi *sayyidul istighfar* sebagai media dalam proses konseling, karena *sayyidul istighfar* merupakan raja dari semua bacaan *istighfar* yang pernah diajarkan oleh Nabi Muhammad SAW. Jadi penulis ingin menggunakan terapi *sayyidul istighfar* ini sebagai perantara antara konseli dengan Allah SWT untuk merenungi semua kesalahan yang telah konseli perbuat karena kleptomania (pencurian) merupakan salah satu perbuatan dosa.

¹⁶ Khairi Syekh Maulana Arabi, *Dahsyatnya Keajaiban Istighfar Bagi Orang-Orang Sibuk*, (Yogyakarta : Laksana, 2017), 35.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana proses terapi *self management* dengan *sayyidul istighfar* dalam mengatasi kleptomania pada santri pondok pesantren Darul Arqom Surabaya ?
2. Bagaimana hasil akhir dari terapi *self management* dengan *sayyidul istighfar* dalam mengatasi kleptomania pada santri Pondok Pesantren Darul Arqom Surabaya ?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui proses terapi *self management* dengan *sayyidul istighfar* dalam mengatasi kleptomania pada santri PP. Darul Arqom Surabaya.
2. Untuk mengetahui hasil yang diperoleh konseli setelah melakukan serangkaian terapi *self management* dengan *sayyidul istighfar* dalam mengatasi kleptomania.

D. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis, penjabarannya adalah sebagai berikut :

1. Manfaat teoretis
 - a. Menambah wawasan dan pengetahuan melalui literatur tentang bahayanya akhlak tercela terutama kleptomania bagi santri pondok pesantren Darul Arqom Surabaya.
 - b. Memaparkan betapa bahayanya kleptomania bagi santri pondok pesantren Darul Arqom Surabaya.
 - c. Memberikan pemahaman kepada para santri pondok pesantren Darul Arqom Surabaya betapa pentingnya menjaga diri dari akhlak tercela terutama kleptomania.

- d. Menambah rujukan literatur sebagai wawasan bagi santri pondok pesantren Darul Arqom Surabaya.
- e. Hasil penelitian yang ditujukan untuk menambah atau melengkapi kajian ilmiah bagi Fakultas Dakwah dan Komunikasi khususnya Prodi Bimbingan dan Konseling Islam.

2. Manfaat praktis

a. Penulis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan ilmu pengetahuan mengenai pentingnya kecerdasan emosional bagi siswa-siswi. Serta sebagai pembelajaran untuk mengetahui betapa pentingnya meningkatkan kecerdasan emosional bagi siswa-siswi yang sedang mengalami masa pertumbuhan. Dalam upaya untuk memenuhi tugas mata kuliah Bahasa Indonesia, penelitian ini digunakan penulis sebagai media belajar untuk melatih kedisiplinan dan tanggung jawab.

b. Akademis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam menambah sumber literatur atau bacaan yang digunakan untuk mendukung tugas kajian ilmiah baik untuk Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, dan Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

E. Definisi Konsep

1. Teknik *Self Management*

Thompson menekankan bahwa *self management*, termasuk metode konseling behavioristik, lebih

menekankan pada kemauan dan kapasitas konseli untuk mengubah dan mengendalikan perilakunya sendiri. Hal senada juga disampaikan oleh Sa'diyah yang berpendapat bahwa tujuan dari *self management* adalah mempelajari dan memahami perilaku individu dengan cara mengubah perilaku maladaptif menjadi perilaku adaptif. Menurut Cormier dan Cormier, teknik *self management* adalah strategi perubahan perilaku yang mendorong konseli untuk mengarahkan perubahan perilakunya sendiri melalui penggunaan berbagai metode terapeutik. Dengan mengubah tingkah lakunya sendiri melalui arahan-arahan yang diberikan oleh konselor, maka secara otomatis konseli akan sadar dengan kebutuhan pribadinya untuk menjadi pribadi yang lebih baik lagi.¹⁷

Dalam konseling, teknik *self management* adalah cara untuk membantu orang mengendalikan perilakunya sendiri. Individu yang menjadi klien atau konselor dalam pendekatan konseling *self management* ini terlibat dalam beberapa atau seluruh komponen mendasar, yaitu : mengetahui sasaran perilaku, mengawasinya, memilih prosedur yang akan digunakan, melaksanakannya, dan mencari tahu seberapa baik mereka bekerja.¹⁸

2. Terapi *Sayyidul Istighfar*

Sebelum membahas tentang *sayyidul istighfar*, mari kita mengenal pengertian *istighfar* terlebih dahulu. *Istighfar* berasal dari bahasa Arab *istighfara-yastaghfiru* (memohon ampun) dari perbuatan dosa

¹⁷ Anita Dewi Astuti dan Sri Dwi Lestari, "Teknik *Self Management* untuk mengurangi perilaku terlambat datang di Sekolah," *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, vol. 10, no. 1, 2020, 56.

¹⁸ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi* (Terjemah : E. Koswara, (Bandung : PT Refika Aditama), 207.

yang pernah kita perbuat dengan menyebut kalimat *astaghfirullah haladzim*. Kata *Al-Ghaffar* termasuk *asma al-husna* Allah yang artinya yang maha menutupi dosa-dosa hamba-Nya, yang mengampuni kesalahan dan dosa mereka. Imam Al-Ghazali mengatakan bahwa istighfar mampu menutupi sejumlah dosa yang telah diperbuat manusia, serta mengampuni untuk tidak dihukum diakhirat.¹⁹

Sayyidul istighfar merupakan pemimpin *istighfar* yang didalamnya terdapat makna agung dan merupakan salah satu dari berbagai macam bacaan *istighfar*. Terapi *sayyidul istighfar* adalah pengobatan yang dilakukan umat islam untuk mendapatkan ampunan dari Allah SWT dari jiwa yang berantakan menjadi jiwa yang sempurna dengan cara mengusahakan, menghayati, menerima, dan diawali dengan membaca *ta'awudz*, basmalah dan syahadat. Dengan mengamalkan bacaan *sayyidul istighfar* maka umat muslim juga akan mendapatkan ketenangan pikiran maupun hati. Disamping menjadi kunci ampunan dosa, Nabi juga menganjurkan membaca *sayyidul istighfar* ketika umat muslim menghadapi masalah.²⁰

3. Kleptomania

Pencurian atau yang disingkat klepto merupakan kumpulan kondisi perilaku marginal yang berada pada batas antara tipikal dan maniak. Ketika seseorang tidak dapat menahan diri untuk tidak mengutil atau mencuri, ia mengalami gangguan kontrol impulsif, termasuk kondisi ini. Salah satu gangguan kontrol impuls adalah

¹⁹ Hasan Hammam, *Dahsyatnya Terapi Istighfar*, (Jakarta : Nakhlah Pustaka, 2013), 13.

²⁰ Ibid, 63.

yang satu ini. Dengan kata lain, masalah ini muncul karena kurangnya kendali impuls.²¹

Kleptomania adalah gangguan menonaktifkan implus kontrol dengan ciri ciri melakukan pencurian berulang kali dan tidak terkendali, terhadap benda benda yang dicuri. Orang dengan gangguan kleptomania menganggap mencuri adalah hal yang menyenangkan dan merupakan suatu keharusan. Walaupun barang yang dicuri tidak terlalu berharga dan tidak terlalu berguna baginya. Penderita akan selalu terdorong untuk mencuri, karena penderita kleptomania belum faham akan kata “milikku dan milikmu”. Kleptomania muncul karena ada beberapa faktor yang mempengaruhinya, diantaranya adalah baik dari pengaruh lingkungan (faktor pertemanan) maupun dorongan dari dirinya sendiri.²²

4. Santri

Nurcholish Madjid menyebut dua pendapat tentang asal usul kata santri. Pertama, kata santri berasal dari kata “shastri” dalam bahasa sanskerta yang artinya melek huruf. Kedua, kata santri berasal dari kata “cantrik” dalam bahasa Jawa berarti seseorang yang selalu mengikuti seorang guru kemana guru ini pergi menetap. Dengan demikian, dari pendapat-pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa santri adalah seseorang yang mendalami agama melalui kitab-kitab dengan mengikuti guru atau kyai.²³ Santri

²¹ Norma Rinasari, “Cegah Perilaku Kleptomania Sejak Dini di SMK PGRI 2 Kota Kediri,” *Jurnal of Community Engagement in Health*, vol. 3, no. 1, 2020, 44.

²² Danik Ermilasari dkk, *Problematika Anak SD / MI Zaman Now dan Solusinya*, (Semarang : Forum Muda Cendekia, 2019), 223-224.

²³ Iffan Achmad Gufron, “Santri dan Nasionalisme,” *Islamic Insights Journal*, vol. 1, no. 1, 2019, 42.

adalah sebutan bagi seseorang yang mengikuti pendidikan agama islam di suatu tempat yang dinamakan pesantren, biasanya menetap di tempat tersebut sampai pendidikannya selesai.²⁴

F. Sistematika Pembahasan

Pada pembahasan skripsi kali ini, penulis membaginya ke dalam lima BAB utama yang disusun secara sistematis agar terlihat rapi mudah difahami. Kelima bagian tersebut yaitu :

BAB I : Pendahuluan, pada bab satu ini penulis menjelaskan tentang latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan pembahasan, manfaat penelitian, definisi konsep, dan sistematika pembahasan.

BAB II : Kajian Teoretik, pada bab dua ini penulis menjelaskan tentang kerangka teoretis [teknik *self management* (pengertian teknik *self management*, tujuan teknik *self management*, prosedur teknik *self management*, manfaat teknik *self management*), terapi *sayyidul istighfar* (pengertian terapi *sayyidul istighfar*, bunyi *sayyidul istighfar*, manfaat *sayyidul istighfar*, waktu membaca *istighfar*), kleptomania (pengertian kleptomania, ciri-ciri kleptomania, penyebab kleptomania, penyebab kleptomania dan pencurian), dan santri (pengertian santri, macam-macam santri, etika santri dalam berilmu, macam-macam permasalahan santri] dan penelitian terdahulu yang relevan.

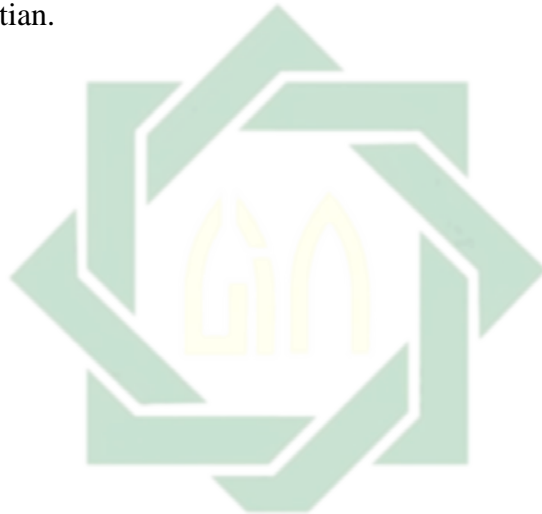
BAB III : Metode Penelitian, pada bab tiga ini penulis menjelaskan tentang pendekatan dan jenis penelitian, objek penelitian, jenis dan sumber data, tahap-

²⁴ Ifal Ghifary, *Santri (The Largest Sarungan Community)*, (Surabaya : CV. Garuda Mas Sejahtera, 2014), 4

ahap, penelitian, teknik pengumpulan data, teknik validitas data, teknik analisis data.

BAB IV : Hasil Penelitian dan Pembahasan, pada bab empat ini penulis menjelaskan gambaran umum subjek penelitian, penyajian data, pembahasan hasil penelitian (analisis data) berdasarkan prespektif teori dan islam.

BAB V : Penutup, pada bab lima ini penulis menjelaskan simpulan, rekomendasi, dan keterbatasan penelitian.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB II

KAJIAN TEORETIK

A. Kerangka Teoretik

1. Teknik *Self Management*

a. Pengertian Teknik *Self Management*

Menurut Nursalim, *self management* adalah siklus di mana klien mengarahkan perubahan dalam cara berperilakunya sendiri, dengan menggunakan satu teknik atau gabungan prosedur. Untuk mencapai perubahan yang diinginkan, konseli harus secara aktif memobilisasi pengaruh lingkungan. Strategi tersebut harus dilaksanakan oleh konseli sendiri, meskipun ada dorongan dan penerapan dari konselor. Penelitian yang dilakukan oleh Kessler dan Liddy menunjukkan bahwa dampak dari dan melalui penggunaan program *self management* sangat mendorong dalam menjaga pemulihan untuk menetapkan tujuan dan mengatasi masalah. permasalahan dalam permasalahan yang ada saat ini.

Menurut penjelasan Sukadji, konseli bertanggung jawab untuk mengubah atau mempertahankan perilaku, sasaran perilaku berbentuk verbal dan berkaitan dengan evaluasi diri dan pengendalian diri, dan permasalahan yang dapat ditangani dengan teknik *self management* meliputi perilaku yang berkaitan. kepada orang lain tetapi mengganggu orang lain maupun diri sendiri, perilaku yang sering muncul tanpa diperkirakan waktu kemunculannya, sehingga kontrol dari orang lain menjadi kurang efektif, dan perilaku yang berkaitan dengan evaluasi diri dan pengendalian diri.

Perilaku konseli dapat diarahkan melalui penggunaan strategi *self management*. Suhartini mengatakan, *self management* merupakan suatu teknik yang mengharuskan individu untuk mengkoordinasikan atau mengendalikan cara berperilakunya sendiri. Melalui prosedur manajemen diri, klien konseling dapat mengarahkan dan mengelola masalah perilaku disiplin serta tanggung jawab terhadap belajarnya.

b. Tujuan Teknik *Self Management*

Tujuan dari teknik *self management* adalah agar klien secara hati-hati menempatkan dirinya dalam situasi yang menghentikan perilaku yang ingin mereka hentikan dan belajar bagaimana menghindari masalah atau perilaku yang tidak mereka inginkan. dalam arti klien mampu mengendalikan pikiran, perasaan, dan tindakannya sedemikian rupa sehingga mengurangi rasa buruk dan meningkatkan rasa baik dan benar.

Sukadji mengatakan permasalahan berikut dapat diselesaikan dengan penerapan strategi *self management* :

- 1) Perbuatan yang tidak penting bagi orang lain namun menjengkelkan orang lain dan diri sendiri.
- 2) Perilaku yang sering terjadi tanpa batas waktu yang telah ditentukan sehingga menyulitkan orang lain untuk mengendalikannya. seperti berhenti merokok dan menurunkan berat badan.
- 3) Perilaku verbal yang dijadikan sasaran berkaitan dengan pengendalian diri dan evaluasi diri. Misalnya, keraguan diri yang berlebihan.

- 4) Konseli memikul tanggung jawab untuk mengubah atau mempertahankan perilaku. Misalnya, konseli sedang mengerjakan tesis.

Konselor dan klien berkolaborasi untuk menetapkan hasil yang diinginkan selama proses konseling. Konselor membantu klien menetapkan tujuan, namun klien juga harus berpartisipasi aktif dalam proses konseling. Diharapkan konseli mampu mencontohkan perilaku, pikiran, dan perasaan yang diinginkan setelah proses konseling *self management* selesai, mampu mengembangkan keterampilan belajar baru sesuai dengan harapan, mampu mempertahankan keterampilan mereka meningkat setelah sesi konseling, dan bahwa mereka akan mampu membuat perubahan yang stabil dan permanen dengan arahan prosedur yang benar.²⁵

c. Prosedur Teknik *Self Management*

1) Pemantauan Diri (*Self Monitoring*)

Metode dimana konseli dapat mengamati dan mencatat segala sesuatu yang berinteraksi dengan mereka di sekolah, termasuk masalah perilaku disiplin dan tanggung jawab belajar. Disiplin dan tanggung jawab belajar yang kurang baik disebabkan oleh hal-hal yang dapat diamati dan dicatat oleh siswa. Sedana oleh Cormier & Cormier menjelaskan bagaimana efektivitas pemantauan mandiri dapat dipengaruhi oleh waktu, metode, dan alat

²⁵ Heni Febriani, "Efektivitas Konseling Behavior Dengan Teknik *Self Management* Dalam Mengurangi Perilaku Membolos Pada Peserta Didik Kelas VII di SMPN 13 Bandar Lampung," *Skripsi*, Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung, 2017, 33.

perekam. Kanfer memahami bahwa ada dua kali dalam rekaman, yaitu:

- a) Pemantauan pra-perilaku (*pre behavior monitoring*).

Konseli mencatat maksud atau urgensi masalah dengan tanggung jawab belajar dan perilaku disiplin. Artinya siswa mengamati cara tindakan yang dilakukan. Tingkah laku yang dapat dilihat dari diri siswa adalah cara berperilaku yang fokus dan dapat diandalkan saat ujian, dapat diandalkan saat datang ke sekolah, fokus dan penuh perhatian dalam mengerjakan tugas yang diberikan oleh pendidik.

- b) Pemantauan pasca perilaku (*post behavior monitoring*).

Setelah melakukan sasaran perilaku yang diinginkan, siswa mencatat. Siswa dapat mencatat perilaku disiplin dan tanggung jawab belajar mereka dalam skenario ini, termasuk apakah perilaku yang diinginkan menghasilkan perubahan atau tidak.

- 2) *Reinforcement* positif (*self reward*).

Perilaku disiplin siswa dan pemahaman tanggung jawab memerlukan penguatan positif untuk membentuk perilaku tersebut. Menurut Walker dan Shea, penguatan positif dapat digunakan untuk mendorong suatu perilaku yang diinginkan agar diulang, ditingkatkan, atau dipertahankan di masa depan dengan memberikan penguatan yang menyenangkan setelah perilaku yang diinginkan. Kemajuan cara berperilaku yang terkendali dan capak

diinginkan oleh siswa, pemandu dapat memberikannya sebagai imbalan atau hadiah kepada siswa yang berhasil dalam mencapai cara berperilaku yang ideal, sehingga perilaku ini tertanam dalam diri mereka. Hal ini akan lebih efektif dalam memodifikasi atau mengembangkan perilaku kedisiplinan dan tanggung jawab mengajar siswa bila didukung oleh Cormier dan Cormier melalui penguatan positif.

3) Kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri (*self contracting*).

Berikut ini adalah langkah-langkah dalam mengontrak diri : Ada beberapa tindakan yang dapat dilakukan siswa untuk melaksanakan kontrak atau kesepakatan terhadap disiplin yang diinginkan dan perilaku belajar yang bertanggung jawab. Tindakan tersebut adalah sebagai berikut :

- a) Konseli merencanakan perubahan disiplin belajar dan perilaku bertanggung jawab serta yakin akan perubahan yang diinginkannya.
- b) Konseli berkolaborasi dengan teman dan keluarga untuk mengambil tindakan dan mengatur diri.
- c) Konseli akan bertanggung jawab atas pengaturan dirinya sendiri.
- d) Singkatnya, setiap perubahan yang diantisipasi konseli dalam perilaku belajarnya dalam hal kedisiplinan dan akuntabilitas merupakan imbalan bagi konseli itu sendiri.

- e) Konseli mencatat aturan-aturan bagi dirinya sendiri pada saat proses administrasi mandiri dalam pembelajaran.
- 4) Penguasaan terhadap rangsangan (*stimulus control*).

Siswa perlu mengatur kembali tanggung jawab belajar mereka dan perilaku disiplin yang diinginkan. Penataan tersebut tidak lepas dari penguasaan lingkungan belajar sekolah terhadap berbagai rangsangan (*stimulus control*). Menurut Kanfer, pengendalian stimulus menekankan penataan kembali atau modifikasi lingkungan sebagai isyarat atau pendahuluan spesifik dari respons tertentu. Iklim belajar siswa ini sebenarnya ingin mempengaruhi cara mereka berperilaku lagi. Dengan cara ini, advokat membantu siswa untuk dapat mengendalikan diri ketika berada dalam iklim belajar di sekolah. Hal ini mendorong siswa untuk mematuhi disiplin dan perilaku yang diinginkan serta pembelajaran tanggung jawab.²⁶

d. Manfaat Teknik *Self Management*

Klien memikul tanggung jawab atas keberhasilan konseling apabila digunakan teknik manajemen diri (*self management*). Konselor adalah pemimpin pemikiran, fasilitator yang membantu dalam perancangan program, dan motivator klien. Biasanya, setelah manajemen mandiri diterapkan, pengaturan lingkungan dibuat

²⁶ Muhammad Satriadi Muratama, "Layanan Konseling Behavioral Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Disiplin dan Tanggung Jawab Belajar Siswa di Sekolah," *Jurnal Nusantara of Research*, vol. 5, no. 1, 2018, 2-6.

untuk mengurangi dukungan terhadap perilaku tersebut dan menghilangkan penyebab yang mendasari (pendahulu). Pengaturan lingkungan meliputi :

- 1) Menciptakan lingkungan fisik yang sulit atau tidak mungkin untuk melakukan perilaku yang tidak diinginkan. Misalnya, individu yang suka “menggigit” mengendalikan iklim agar makanan mudah didapat sehingga memicu keinginan untuk “menggigit”.
 - 2) Mengubah lingkungan sosial sehingga perilaku siswa juga dikendalikan oleh lingkungan sosial.
 - 3) Mengubah iklim atau kecenderungan sehingga menjadi cara berperilaku yang tidak diinginkan harus dilakukan pada situasi tertentu.²⁷
2. Terapi *Sayyidul Istighfar*
- a. Pengertian Terapi *Sayyidul Istighfar*

Terapi *sayyidul istighfar* merupakan pengobatan yang dilakukan umat islam untuk mendapatkan ampunan dari Allah SWT dari jiwa yang berantakan menjadi jiwa yang tak bernoda dengan cara menggarap, mensyukuri, menerima, dan diawali dengan mengucapkan *ta'awudz*, basmalah dan syahadat. Seorang hamba *beristighfar* kepada Allah untuk memohon ampunan atas dosa-dosanya, keringanan dari penderitaannya, dan perlindungan dari penderitaan. Secara bahasa, *istighfar* adalah meminta ampun sekaligus menutupi dosa. Mereka tidak dapat dipisahkan. karena berlumuran dosa tidak

²⁷ Kokom Komalasari, *Pembelajaran Kontekstual*, (Bandung : Revika Aditama, 2017), 180.

menjamin berakhirnya penderitaan. Kadangkadangkang Allah menutupi dosa orang-orang yang tidak Dia siksa dan orang-orang yang Dia kehendaki. Singkatnya, ampunan menandakan bahwa hambanya terlindungi dari dampak negatif perbuatan maksiat dan diampuni dosanya.²⁸

Keutamaan bagi seseorang yang mengamalkan bacaan *sayyidul istighfar* sangat banyak dan sangat bermanfaat bagi seseorang. Diantaranya adalah terhindar dari keburukan yang terjadi di dunia dan terselamatkan darinya di akhirat. Allah SWT memang baik dalam segala hal. Seseorang pernah mengeluh tentang kekeringan di daerahnya kepada tabi'i al-Hasan Al-Basri. Al-Hasan menasehatkan : “*Beristighfarlah kepada Allah SWT*”, orang lain datang mengadukan kefakiran yang menyimpannya. Al-Hasan menasehatkan : “*Beristighfarlah kepada Allah SWT*”, datang orang yang selanjutnya berkata : “*Doakan saya agar saya dapat memiliki anak*”, Al-Hasan berkata : “*Beristighfarlah kepada Allah*”.

Kejadian di atas menyadarkan kita bahwa setiap tantangan yang kita hadapi adalah ujian dari Allah SWT, dan apapun ujiannya, tetaplah meminta ampun kepada Allah SWT. Kemaslahatan yang bisa diperoleh terletak pada ketika seseorang membaca ucapan Istighfar dari lubuk hati yang paling dalam dengan segala makna dan perasaannya, yakni ketika yang mengucapkannya bukan hanya mulutnya saja melainkan seluruh jiwanya. bergetar akibatnya maka manfaat yang bisa diperoleh

²⁸ Ibid, 39.

terletak disitulah. Keutamaan amal yang dilakukan berasal dari semakin tingginya rasa bahwa Allah SWT Maha Pengasih dan Maha Pengampun.²⁹

b. Bunyi *Sayyidul Istighfar*

اللَّهُمَّ أَنْتَ رَبِّي ، لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ ، خَلَقْتَنِي وَأَنَا عَبْدُكَ ،
وَأَنَا عَلَى عَهْدِكَ وَوَعْدِكَ مَا اسْتَطَعْتُ ، أَعُوذُ بِكَ
مِنْ شَرِّ مَا صَنَعْتُ ، أَبُوءُ لَكَ بِنِعْمَتِكَ عَلَيَّ وَأَبُوءُ
بِدُنْيِي ، اغْفِرْ لِي ، فَإِنَّهُ لَا يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا أَنْتَ

Artinya : “Ya Allah, Engkau-lah Tuhanku, tiada Tuhan selain Engkau yang telah menciptakan aku. Aku adalah hamba-Mu dan aku berada di atas sumpahku dan janjiku pada-Mu semampuku. Aku berlindung kepada-Mu dari keburukan yang aku lakukan. Aku mengakui atas nikmat yang Engkau berikan kepadaku dan aku mengakui dosa (yang aku perbuat). Maka, maafkanlah aku. Sesungguhnya, tidak ada yang bisa mengampuni dosa-dosa selain Engkau.” (HR. Bukhori).³⁰

Agar lebih memahami kalimat *sayyidul istighfar*, maka di bawah ini makna dari setiap kalimat *sayyidul istighfar* :

- 1) Ya Allah, Engkau adalah Tuhanku (*Allahumma anta rabbi*) : kalimat ini mengungkapkan pengakuan kita terhadap

²⁹ Abu Ustman Kharisman, *Sukses Dunia Akhirat dengan Istighfar dan Taubat*, (Probolinggo : Pustaka Hudaya, 2011), 37.

³⁰ Imam Muhammad Al-Bukhari, *Al-Adab Al-Mufrad*, ISBN 978-1872531182.

- keberadaan Allah SWT sebagai Tuhan yang menciptakan kita dan mengatur segala urusan di dunia ini.
- 2) Tidak ada Tuhan selain Engkau (*laa ilaha illa anta*) : kalimat ini merupakan inti dari syahadat, yang merupakan pondasi utama ajaran Islam. Kita mengakui bahwa hanya Allah SWT yang berhak disembah.
 - 3) Engkau menciptakanku dan aku adalah hamba-Mu (*khalaqtani wa ana 'abduka*) : kalimat ini mengingatkan kita akan hubungan antara Allah SWT dengan kita sebagai hamba-Nya. Kita diciptakan oleh Allah SWT dan memiliki kewajiban untuk taat dan tunduk kepada-Nya.
 - 4) Aku akan setia pada perjanjianku dengan Engkau, dan aku berjanji untuk melaksanakannya sebaik mungkin (*wa ana 'ala 'ahdika wa wa'dika ma astata'tu*) : dari kalimat ini menggambarkan tekad kita untuk menjaga perjanjian kita dengan Allah SWT dan berusaha keras untuk melaksanakan perintah-Nya.
 - 5) Aku berlindung dengan Engkau dari kejahatan yang telah aku lakukan (*a'udzu bika min syarri ma shana'tu*) : makna dari kalimat ini yaitu, kita memohon perlindungan Allah SWT dari kejahatan yang telah kita lakukan, dan berharap bahwa Allah SWT akan melindungi kita dari akibat buruk yang mungkin ditimbulkan oleh perbuatan tersebut.
 - 6) Aku mengakui atas nikmat yang Engkau berikan kepadaku (*abu'u laka bini'matika 'alayya*) : kalimat ini mengajarkan kita untuk selalu bersyukur dan mengakui nikmat yang

Allah SWT berikan kepada kita. Dengan mengakui nikmat tersebut, kita diharapkan semakin menyadari betapa besar kebaikan Allah SWT kepada kita.

- 7) Aku mengakui atas dosa yang telah aku perbuat (*wa abu'u bidzanbi*) : pada kalimat ini kita mengakui dosa yang telah kita perbuat merupakan langkah awal untuk bertaubat dan memperbaiki diri. Dengan mengakui dosa kita, diharapkan dapat memahami betapa pentingnya memohon ampunan kepada Allah SWT.
- 8) Oleh karena itu, ampunilah aku, karena sesungguhnya tidak ada yang mengampuni dosa kecuali Engkau (*faghfirli fa innahu la yaghfirudz-dzunuba illa anta*) : kalimat ini merupakan permohonan ampun kepada Allah SWT. Kita meminta ampunan dari Allah SWT karena hanya Dia yang mampu mengampuni dosa-dosa yang kita lakukan. Dengan memohon ampunan, kita mengharapkan rahmat dan kasih sayang Allah SWT untuk menghapuskan dosa kita.³¹

c. Manfaat *Sayyidul Istighfar*

Sebagai bagian dari pendidikan yang diridhai Allah SWT, *sayyidul istighfar* tentu mempunyai banyak cita-cita. Mengamalkan dzikir ini dapat memberikan tenaga lebih untuk beraktivitas, seperti halnya dzikir yang dianjurkan Nabi SAW. Allah SWT menjaga kita kemanapun kita pergi ketika kita belajar dan mengamalkan *sayyidul istighfar*.

³¹ Abu Utsman Kharisman, *Buku Sukses Dunia Akhirat Dengan Istighfar dan Taubat*, (Bogor : Cahaya Sunnah, 2015), 26.

Menghafalnya di pagi hari akan membuat kita aman hingga sore hari, sedangkan membacanya di malam hari akan membuat kita aman hingga keesokan paginya. Sebagai mana hadist dibawah ini yang berbunyi :

قَالَ ﷺ: «وَمَنْ قَالَهَا مِنَ النَّهَارِ مُوقِنًا بِهَا فَمَاتَ مِنْ يَوْمِهِ قَبْلَ أَنْ يُمِيسِيَ فَهُوَ مِنْ أَهْلِ الْجَنَّةِ ، وَمَنْ قَالَهَا مِنَ اللَّيْلِ وَهُوَ مُوقِنٌ بِهَا فَمَاتَ قَبْلَ أَنْ يُصْبِحَ فَهُوَ مِنْ أَهْلِ الْجَنَّةِ

Artinya : “Barangsiapa yang membacanya di waktu pagi dengan penuh keyakinan, kemudian meninggal sebelum datangnya waktu malam, maka dia akan masuk kedalam surga. Barangsiapa yang membacanya di waktu malam hari dengan penuh keyakinan dan meninggal sebelum datangnya pagi, maka dia akan masuk kedalam surga.” (HR. Bukhari).³²

Sayyidul Istighfar didasari oleh keyakinan bahwa Allah SWT-lah yang Maha Pengampun dan Menerima Taubat, sehingga memungkinkan individu untuk memaksimalkan keutamaannya.

Sudah menjadi rahasia umum bahwa *sayyidul Istighfar* mempunyai segudang keutamaan yang banyak dan membawa kebahagiaan yang melimpah dalam hidup. Berbagai kelebihan ini tercermin dalam makna setiap bacaan dan setiap kalimat.

Terdapat makna yang ada didalamnya, yaitu sebagai berikut :

- 1) Ikrar tauhid : *Ya Allah, Engkaulah Tuhanku, tidak ada Tuhan lain selain Engkau.*

³² Zainuddin Hamdany, *Terjemah Hadist Sahih Bukhori*, 1983

- 2) Penerimaan :
 - a) Sebagai hamba Allah.
 - b) Banyaknya kenikmatan yang telah diberikan oleh Allah kepada hambanya.
 - c) Perbuatan dosa yang telah manusia lakukan.
 - d) Hanya Allah SWT yang mampu menghilangkan segala macam dosa dan kesalahan hamba-Nya.
- 3) Meminta kepada Allah SWT agar kita selalu dijaga dari perbuatan-perbuatan yang terlarang.
- 4) Berusahalah untuk selalu berada di jalan yang lurus kepada Allah SWT : *Saya akan melakukan yang terbaik untuk memenuhi komitmen kita dengan kemampuan terbaik saya.* Ikrar dengan Allah SWT berarti mentaati semua perintah dan meninggalkan semua larangan-Nya. Itulah teror yang sesungguhnya.
- 5) Inti dari point sebelumnya adalah *tawassul* (kalimat prantara untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT), tetapi permohonan utamanya adalah : *maka ampunilah aku (Ya Allah).*³³

d. Waktu Membaca *Istighfar*

Menurut Ibnu al-Qayyim, memohon ampun (*istighfar*) secara signifikan mengurangi penderitaan, ketakutan, kesedihan, kesulitan, dan penyakit jantung. Allah SWT berfirman, “*Maka apabila kamu telah menyelesaikan sholatmu, ingatkah Allah diwaktu berdiri, diwaktu duduk, dan*

³³ Annisa Nurhaliza, “Penerapan Terapi *Sayyidul Istighfar* Untuk Menangani Gangguan Kecemasan Akibat Pandemi COVID-19 Pada Remaja di Desa Gresikan Kecamatan Krian Sidoarjo,” *Skripsi*, Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah UIN Sunan Ampel Surabaya, 18-20, 2022.

diwaktu berbaring.“ (QS. An Nisa : 103). Waktu dzikir lisan adalah sebelum matahari terbit, setelah zuhur, sore hari, setelah salat Asar, sebelum matahari terbenam, saat matahari terbit dan bintang terbit, dan setelah shalat wajib.³⁴

Membaca *istighfar*, atau memohon ampun kepada Allah, seratus kali setelah shalat subuh, petang, dan Maghrib. Setelah shalat subuh orang mukmin, jika seseorang memohon ampun kepada Allah sebanyak dua puluh tujuh kali sehari, maka yang demikian yang sesuai dengan hadits berikut : *Barangsiapa yang memohonkan ampunan Allah dua puluh tujuh kali untuk kaum mukmin, maka ia akan dimasukkan kedalam golongan mereka yang do'a-do'anya dikabulkan, dan yang karena mereka ini orang-orang hidup dimuka bumi ini beroleh rizki.*

Menurut riwayat yang diterima Imam Bukhori melalui Sahabat Abu Hurairah, Rasulullah SAW tidak kurang dari 70 kali beristighfar kepada Allah dalam sehari semalam. *Istighfar* juga lebih berpeluang membuahkan hasil apabila dilakukan pada saat-saat mustajabah, seperti sepertiga malam terakhir.

عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: سمعت رسول الله
صلى الله عليه وسلم يقول: وَاللَّهِ إِنِّي لَأَسْتَغْفِرُ اللَّهَ
وَأَتُوبُ إِلَيْهِ فِي الْيَوْمِ أَكْثَرَ مِنْ سَبْعِينَ مَرَّةً

[رواه البخاري]

³⁴ Trisiadi Ardi Ardani, *Praktisi Islam*, (Malang : UIN Malang Press, 2008), 333-335.

Dari Abu Hurairah Abdurrahman bin Şakhr ad-Dausi dia berkata, Aku mendengar Rasulullah SAW bersabda : "*Demi Allah, sesungguhnya aku beristighfar kepada Allah dan bertobat kepada-Nya dalam sehari lebih dari tujuh puluh kali.*" (HR. Bukhori).³⁵

Istighfar memang dianjurkan untuk dibaca sesering dan sebanyak mungkin kapan saja. Namun, hukumnya menjadi wajib ketika seseorang melakukan perbuatan maksiat atau dosa. Hukumnya menjadi sunnah jika dilakukan setelah beramal sholeh. Namun, ada waktu terbaik yang bisa anda pilih diantaranya : setelah berwudhu, setelah sholat, setelah wukuf di arafah, waktu sahur, di akhir sebuah majelis.³⁶

e. Korelasi Antara Teknik *Self Management* Dengan Terapi *Sayyidul Istighfar*

1) Perbedaan Teknik *Self Management* Dengan Terapi *Sayyidul Istighfar*

Fungsi utama teknik *self management* dan terapi *sayyidul istighfar* dalam penelitian ini yaitu sama sebagai wadah untuk mengatasi kleptomania pada seorang santri, tetapi juga terdapat perbedaan antara kedua teknik tersebut diantaranya :

a) Teknik *self management* memiliki tahapan khusus yang telah dibuat dan disepakati oleh para tokoh ternama dan lahirilah empat tahapan teknik *self management*, sedangkan terapi *sayyidul istighfar* tidak ada tahapan khusus dalam pelaksanaannya,

³⁵ Zainuddin Hamdany, *Terjemah Hadist Sahih Bukhori*, 1983

³⁶ Hafidz Muftisany, *Istighfar*, (Jakarta : CV. Intera, 2021), 18-22.

tetapi bisa dilakukan berdasarkan arahan ustadz maupun kyai.

- b) Teknik *self management* dilakukan atas dasar pikiran rasional dari pendapat tokoh ternama dalam pelaksanaannya yang berfungsi mengatur perilaku konseli dari maladaptif menuju adaptif, sedangkan terapi *sayyidul istighfar* dilakukan atas kesadaran hati yang pelaksanaannya memerlukan bimbingan dari ustadz atau konselor yang mengerti teori keislaman. Tujuan dari terapi *sayyidul istighfar* adalah untuk meningkatkan kesadaran diri konseli atas kesalahan yang telah dilakukan melalui perantara bacaan *sayyidul istighfar*.

2) Hubungan Antara Teknik *Self Management* Dengan Terapi *Sayyidul Istighfar*

- a) *Self monitoring* (pemantauan diri)

Pemantauan diri disini berarti konseli mengamati perilakunya sendiri dengan mencatat apa saja perbuatan maladaptif yang pernah dilakukannya terutama kleptomania. Hubungannya dengan *sayyidul istighfar* yaitu pada kalimat (*faghfirlil fa innahu la yaghfirudz-dzunuba illa anta*) : kalimat ini merupakan permohonan ampun kepada Allah SWT. Kita meminta ampunan dari Allah SWT karena hanya Dia yang mampu mengampuni dosa-dosa yang kita lakukan. Dengan pemantauan diri sendiri, konseli akan lebih cepat merasa sadar terhadap perbuatan dosa yang pernah diperbuatnya

sehingga memunculkan kesadaran diri konseli untuk meminta ampunan kepada Allah.

b) *Reinforcement positif (self reward)*

Reinforcement positif disini berarti memberikan penghargaan atau penguat pada perilaku baru (*positif*) yang telah dilakukan konseli. Hubungannya dengan *sayyidul istighfar* yaitu pada kalimat (*abu'u laka bini'matika 'alayya*) : kalimat ini mengajarkan kita untuk selalu bersyukur dan mengakui nikmat yang Allah SWT berikan kepada kita. Dengan bersyukur pada nikmat Allah, konseli sudah mampu memberikan *self reward* pada diri sendiri atas perilaku positif yang telah diperbuatnya.

c) *Self contracting* (perjanjian dengan diri sendiri)

Self contracting disini berarti konseli harus membuat tekad dan perjanjian dalam dirinya untuk selalu konsisten melakukan perbuatan positif yang telah dibuatnya. Hubungannya dengan *sayyidul istighfar* yaitu pada kalimat (*wa ana 'ala 'ahdika wa wa'dika ma astata'tu*) : dari kalimat ini menggambarkan tekad kita untuk menjaga perjanjian kita dengan Allah SWT dan berusaha keras untuk melaksanakan perintah-Nya. Dengan meningkatkan tekad perjanjian dengan Allah yaitu melaksanakan perintahnya dan menjauhi larangannya maka otomatis konseli akan bisa menjaga janjinya dengan dirinya

sendiri untuk menjaga diri dari perilaku maladaptif.

d) *Stimulus control* (menerima rangsangan)

Stimulus control disini berarti konseli mampu untuk mengevaluasi dirinya sendiri terkait kemajuan apa yang sudah dicapai dan hambatan apa saja yang dihadapi konseli. Hubungannya dengan *sayyidul istighfar* yaitu pada kalimat (*abu'u laka bini'matika 'alayya*) : kalimat ini mengajarkan kita untuk selalu bersyukur dan mengakui nikmat yang Allah SWT berikan kepada kita. Setelah kita mampu untuk mengevaluasi diri kita, maka kita akan menyadari seberapa besar nikmat Allah yang telah diberikan kepada kita terkait kelancaran urusan dan kemudahan selama proses konseling yang telah dilaksanakan.

3. Kleptomania

a. Pengertian Kleptomania

Kondisi yang disebut dengan kleptomania ini masuk dalam kategori gangguan jiwa ringan, terutama masalah pengendalian diri, di mana penderitanya tidak mampu menahan keinginan untuk mencuri atau menghindarinya. Pencurian tersebut bukan dilatarbelakangi oleh besarnya manfaat atau nilai barang yang dicuri, juga bukan merupakan ekspresi kemarahan atau pembalasan terhadap pihak tertentu. Barang curian seringkali diberikan kepada orang lain atau bahkan dibuang.³⁷

³⁷ Mawaddah Harahap dan Aninda Muliani, "Aplikasi Sistem Pakar Bagi Pengidap Kleptomania Menggunakan Visual Basic 2008," *Jurnal Penelitian Teknik Informatika*, vol. 1, no. 2, 2018, 266.

Kleptomania menurut Chaplin adalah keinginan obsesif atau keterpaksaan untuk mencuri. Menurut Grant, kleptomania adalah kelainan yang membuat seseorang sulit mengendalikan impulsnya dan ditandai dengan pencurian barang yang berulang-ulang dan tidak terkendali yang jarang digunakan oleh pengidap kelainan tersebut.³⁸

DSM IV-TR membagi kleptomania menjadi gangguan kontrol impuls yang belum pernah diklasifikasikan sebelumnya atau gangguan kontrol impuls yang belum pernah diklasifikasikan sebelumnya. Menurut Durrand dan Barlow, gangguan pengendalian impuls dimulai dengan dorongan yang tidak terkendali, yang biasanya menimbulkan dampak negatif yang signifikan bagi penderitanya. Ini termasuk gangguan yang biasanya dimulai dengan keinginan atau godaan yang merusak namun sulit ditolak. Menurut Durand dan Barlow, penderita sering disalahpahami oleh masyarakat hanya karena mereka kurang memiliki "kemauan".³⁹

Diagnosis kleptomania tidak bisa disamakan dengan diagnosis kejahatan pencurian pada umumnya. Perbedaan utama antara kleptomania dan bentuk pencurian lainnya dibahas oleh Kaplan dan Sadock. Untuk dapat didiagnosis menderita kleptomania, tindakan mencuri harus selalu disertai dengan ketidakmampuan mengendalikan dorongan hati, harus dilakukan sendiri, dan barang yang dicuri tidak boleh mempunyai arti langsung atau

³⁸ Kartono Kartini, *Patologi Sosial Jilid I*, (Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada, 2009), 43.

³⁹ H. D. Barlow & M. V. Durand, *Intisari Psikologi Abnormal*, (Yogyakarta : Penerbit Pustaka Belajar, 2007), 32.

signifikansi finansial. Dalam pencurian biasa, tindakan tersebut biasanya direncanakan sebelumnya dan barang yang dicuri berguna atau bernilai finansial. Penyebab kleptomania dipengaruhi oleh berbagai macam faktor.⁴⁰

b. Ciri-Ciri Kleptomania

Berikut ini adalah beberapa kriteria diagnostik kleptomania :

- 1) Berulang kali gagal menahan keinginan untuk mencuri harta pribadi.
- 2) Membuat diri Anda merasa lebih cemas sebelum mencuri.
- 3) Merasa puas, puas atau lega ketika berhasil melakukan pencurian.
- 4) Mencuri tidak terjadi sebagai respons terhadap halusinasi atau sebagai cara untuk mengungkapkan kemarahan atau balas dendam.⁴¹

Menurut Rasdian, berikut ini adalah ciri-ciri kleptomania :

- 1) Adanya sensasi tertekan yang meluas sebelum melakukan perampokan.
- 2) Rasa pencapaian setelah pencurian.
- 3) Pencuriannya dilakukan seorang diri (sendirian), tanpa bantuan orang lain.
- 4) Saat mencuri, penderita kleptomania tampak cemas, depresi, dan merasa bersalah, namun hal ini tidak menghalangi mereka untuk

⁴⁰ Bangkit Ary Prabowo dan Karyono, "Gambaran Psikologi Individu Dengan Kecenderungan Kleptomania," *Jurnal Psikologi Undip*, vol. 13, no. 2, 2014, 164.

⁴¹ Ibid, 164.

melakukannya lagi. Selain itu, tidak semua kesempatan dimanfaatkan untuk pencurian.⁴²

c. Penyebab Kleptomania

Orang yang memiliki kepribadian antisosial pada dasarnya tidak bersosialisasi. Ia tidak memiliki loyalitas terhadap kelompoknya atau terhadap norma-norma sosial, dan perilakunya sering menimbulkan konflik dengan masyarakat. Secara umum, dia egois, tidak bertanggung jawab, dan memiliki toleransi yang rendah terhadap kekecewaan. Ia juga cenderung menyalahkan orang lain atau memberikan penjelasan yang masuk akal atas tindakannya.⁴³

Psikolog umumnya percaya bahwa depresi berat dan peristiwa tidak menyenangkan yang tidak terjadi di masa kanak-kanak, serta kesalahan persepsi terhadap nilai-nilai sosial, adalah akar penyebab kleptomania. Dari sudut pandang keterpaksaan, faktor ini berperan penting dalam berkembangnya kleptomania, yang dianggap sebagai perilaku yang belum dewasa secara sosial. Para ahli psikiatri mengartikannya sebagai berikut :

- 1) Penyakit ini kadang-kadang bermanifestasi sebagai sarana untuk mengekspresikan keadaan kecemasan yang disebabkan oleh ketegangan mental yang menyerang individu.
- 2) Keadaan penyakit ini mungkin disebabkan oleh keinginan-keinginan yang pada dasarnya tidak disadari yakni, keinginan-keinginan

⁴² Rasdian Muslim, *Pedoman Pengelolaan dan Diagnosis Gangguan Jiwa Indonesia (Cet. III)*, (Jakarta : Bagian Psikiatri Fakultas Kedokteran UI, 2002), 110.

⁴³ W.F Maramis, *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa*, (Surabaya : Airlangga University Press, 2005), 293.

tersebut mengambil bentuk yang tidak disadari.⁴⁴

Apakah penyebab seseorang menjadi kleptomania ?

- 1) Sifat keinginan mencuri dipengaruhi oleh lingkungan, karena wajar saja jika seseorang kurang mengetahui prinsip-prinsip moral yang baik.
- 2) Faktor yang berhubungan dengan agama dan pendidikan. Akhlak yang baik harus ditanamkan sejak dini karena turut menentukan masa depan anak.
- 3) Ketimpangan sosial juga mendukung penyebab material dari penyakit ini.

Meskipun alasan terjadinya dorongan untuk mencuri tidak diketahui secara pasti, para ilmuwan telah mengamati bahwa ada beberapa faktor risiko yang meningkatkan perilaku mencuri, yaitu:

- 1) Stres yang berlebihan, misalnya mengalami kerugian yang cukup besar.
- 2) Mengalami cedera otak atau kelainan pada kepala.
- 3) Memiliki saudara kandung yang menderita kleptomania, gangguan mood, kecanduan, atau gangguan obsesif-kompulsif

Ciri penting pengidap kleptomania adalah ketidakmampuan terus-menerus menahan keinginan untuk mencuri barang-barang yang tidak

⁴⁴ Mustofa Fahmi, *Kesehatan Jiwa Dalam Keluarga, Sekolah dan Masyarakat (Terjemah : Zakiah Daradjat)*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1977), 99.

diperlukan, untuk keperluan pribadi, atau mempunyai kepentingan ekonomi.⁴⁵

Ciri-ciri mendasar dari pencurian terdiri dari kecenderungan yang bersifat intermiten (berulang-ulang), suka ikut campur, dan memaksa atau dorongan untuk melakukan protes yang sebenarnya tidak diperlukan. Pasien dengan kleptomania mungkin juga mengalami gejala depresi dan kecemasan-mungkin atau nyata. Karena tindakannya, pasien merasa bersalah, malu, dan terhina.

Teori model diatesis-stres mengatakan bahwa kleptomania dapat dijelaskan oleh tiga hal : faktor psikodinamik, faktor biologis, dan faktor psikososial. Faktor psikodinamik menjelaskan mengapa penyebab stres yang signifikan seperti kehilangan, perpisahan, dan berakhirnya hubungan yang signifikan sering dikaitkan dengan gejala kleptomania. Kleptomania, seperti gangguan kontrol impuls lainnya, telah dikaitkan dengan faktor biologis yang menjelaskan penyakit otak dan keterbelakangan mental. Beberapa pasien menunjukkan tanda-tanda neurologis fokal, atrofi kortikal, dan pembesaran ventrikel lateral. Gangguan metabolisme serotonin, khususnya, telah dihipotesiskan. Aspek psikososial dari gangguan ini, seperti peristiwa awal kehidupan, ditekankan oleh beberapa peneliti. Selain itu, model yang tidak tepat untuk mengenali impuls dan kesulitan orang

⁴⁵ Harold I. Kaplan, Benjamin J. Sadock, dan Jack A. *Sinopsis Psikiatri Ilmu Pengetahuan Psikiatri Klinis*, (Bandung : Binarupa Aksara, 1997), 240.

tua dalam mengendalikan impuls juga telah terlibat.⁴⁶

d. Perbedaan Kleptomania dan Pencurian

Pencurian adalah suatu perbuatan pidana atau melawan hukum dimana seseorang mencuri barang milik orang lain secara sembunyi-sembunyi sehingga menimbulkan kerugian bagi pihak lain. Perilaku ini mirip dengan kleptomania, yaitu mencuri barang milik orang lain dengan tujuan untuk memilikinya. Cara penanganan barang dan alasan pengambilannya itulah yang membedakan.

Diagnosis kleptomania tidak bisa disamakan dengan diagnosis kejahatan pencurian pada umumnya. Perbedaan utama antara kleptomania dan bentuk pencurian lainnya dibahas oleh Kaplan dan Sadock. Agar kleptomania dapat didiagnosis, pencurian harus selalu disertai dengan ketidakmampuan mengendalikan dorongan hati, harus merupakan tindakan yang terisolasi, dan barang yang dicuri tidak boleh memiliki kepentingan atau tujuan finansial. Dalam demonstrasi perampokan konvensional, kegiatan tersebut umumnya diatur dan barang yang diambil adalah untuk digunakan atau mempunyai nilai finansial. Penyebab kleptomania dipengaruhi oleh berbagai macam faktor.⁴⁷

Orang-orang yang mempunyai keinginan untuk mencuri biasanya mempunyai kemampuan untuk membeli barang-barang yang mereka ambil. Namun, ketidakmampuan untuk melawan dorongan tak terduga untuk mengambil sesuatu

⁴⁶ Ibid, 165.

⁴⁷ Sarlito Wirawan Sarwono, *Pengantar Umum Psikologi (Cet. II)*, (Jakarta : CV. Bulan Bintang, 1982), 127.

itulah yang membuat seseorang dengan terpaksa mencuri, kemudian melakukan perbuatan salah berupa perampokan (karena mereka telah mengambil barang orang lain). Mayoritas barang yang dicuri akan dibuang, dikembalikan secara diam-diam, atau disimpan. Mencuri merupakan tindakan yang tidak terencana dan tidak melibatkan orang lain bagi penderita kleptomania.⁴⁸

4. Santri

a. Pengertian Santri

Ada dua teori mengenai makna kata “santri” menurut Nurcholish Madjid. Kata santri berasal dari kata “shastri” dalam bahasa Sansekerta yang berarti mahir. Kedua, kata “cantrik” dalam bahasa Jawa yang berarti “seseorang yang selalu mengikuti seorang guru kemanapun gurunya itu pergi”, merupakan akar kata dari “santri”. Menurut pandangan tersebut, santri adalah orang yang mempelajari agama melalui kitab-kitab dan mengikuti seorang guru atau kyai. Istilah “santri” mengacu pada seseorang yang bersekolah di pesantren pendidikan agama Islam dan biasanya tinggal di sana sampai lulus.⁴⁹

Dari sudut pandang di atas, nampaknya kata santri yang dipahami saat ini lebih dekat dengan arti “cantrik”, yaitu seseorang atau santri yang konsentrasi pada ajaran yang ketat (Islam) dan selalu teguh mengikuti ajarannya. pendidik di mana pun instruktur melanjutkan untuk tetap tinggal.

⁴⁸ Ekasari Juwanda, “Tinjauan Hukum Terhadap Pencurian yang Dilakukan Oleh Kleptomania Berdasarkan Hukum Islam dan Hukum Positif di Indonesia,” *Skripsi*, Jurusan Hukum Perbandingan Mahdzab dan Hukum Fakultas Syari’ah dan Hukum UIN Alauddin Makassar, 27-26, 2017.

⁴⁹ Ibid, 42.

Tanpa adanya siswa yang harus tetap tinggal dan mengikuti guru, maka tidak akan dibangun pondok-pondok di tempat tinggal siswa tersebut dan kemudian disebut Sekolah Pondok Pesantren. Dapat kita tarik kesimpulan bahwa santri adalah seseorang atau pelajar yang menekuni studinya dengan sungguh-sungguh untuk mempelajari lebih dalam tentang agama Islam dan menetap di suatu tempat sampai ia lulus.

b. Macam-Macam Santri

Para santri di Asrama Putra Sunan Gunung Jati terbagi menjadi dua kelompok, yaitu santri mukim dan santri kalong, seperti yang diungkapkan dalam sumber-sumber sebelumnya yang terungkap dalam penyelidikan ini:

- 1) Siswa sementara adalah siswa yang berasal dari daerah jauh dan tinggal di sekolah pengalaman hidup Islam.
- 2) Siswa Kalong adalah siswa yang berasal dari daerah sekitar pesantren pengalaman hidup Islam dan biasanya tidak tinggal di pesantren all inclusive tersebut. Setelah mengikuti kelas di pesantren, mereka kembali ke rumah masing-masing.

Komponen penting dalam sebuah pesantren adalah santri. Menurut Zamakhsyari Dhofier dalam bukunya yang berjudul Adat istiadat Tinggal di Sekolah Islam, Investigasi terhadap Perspektif Kehidupan Kyai, santri dipisahkan menjadi dua kelompok, yaitu :

- 1) Santri mukim, yaitu siswa yang berasal dari daerah jauh dan hidup dalam lingkungan sekolah pengalaman hidup Islami. Siswa swasta yang paling lama tinggal di sekolah

Islam biasanya merupakan kelompok berbeda yang bertanggung jawab untuk merawat kecenderungan mereka. Mereka juga bertanggung jawab untuk mendidik para santri tentang kegiatan mengaji sehari-hari di pesantren.

- 2) Santri kalong, yaitu siswa yang berasal dari kota sekitar sekolah pengalaman hidup Islam, yang biasanya tidak tinggal di sekolah inklusif tersebut. Mereka melakukan perjalanan dari rumah menuju pesantren untuk mengikuti perkuliahan. Biasanya perbedaan antara sekolah Islam besar yang inklusif dan sekolah Islam kecil yang tinggal di dalam harus terlihat dari sintesis siswa kelelawar. Semakin besar suatu sekolah Islam, maka semakin banyak pula jumlah siswa yang tinggal di dalamnya. Pada akhirnya, sekolah-sekolah Islam kecil yang inklusif akan memiliki lebih banyak siswa kalong dibandingkan siswa swasta.⁵⁰

c. Etika Santri Dalam Menuntut Ilmu

KH menulis tentang Etika Pendidikan Islam dalam bukunya. H. Hasyim Asy'ari mengungkapkan, tidak kurang dari sepuluh macam akhlak yang harus dimiliki oleh seorang pencari informasi (santri), yaitu:

- 1) Sebelum memulai cara yang paling umum dalam mencari informasi, seorang siswa harus terlebih dahulu membersihkan hatinya dari berbagai jenis tanah dan penyakit hati seperti kebohongan, bias yang buruk, impulsif (iri

⁵⁰ Zamakhsyari Dhofier, *Tradisi Pesantren Studi Tentang Pandangan Hidup Kyai (Cet. X)*, (Jombang : LP3ES, 2019), 51.

hati, misalnya, etika, misalnya, kepercayaan diri yang tidak bagus.

- 2) Membentuk tujuan yang terhormat.
- 3) Bergegaslah dan jangan menunda-nunda dalam mencari informasi, mengingat pintu atau kesempatan yang terbuka tidak akan datang di lain waktu.
- 4) Ketika mencari informasi tentang hal-hal seperti makanan, pakaian, dan sebagainya, bersikaplah rela, sabar, dan mau menerima keterbatasan (kekhawatiran).
- 5) Pisahkan dan manfaatkan waktu dan jangan disia-siakan, karena waktu yang terbuang tidak akan berarti lagi.
- 6) Jangan terbawa suasana (kekenyangan berlebihan) saat memoles makanan dan minuman. Karena makan terlalu banyak akan menghalangi Anda untuk beribadah kepada Allah, makan lebih sedikit akan menjaga kesehatan tubuh dan mencegah berbagai penyakit.
- 7) Tetap waspada dan berhati-hati setiap saat.
- 8) Hindari mengonsumsi makanan yang dapat menjadikan kecerdasan (kecerdasan) seseorang menjadi tumpul (bodoh) dan melemahkan organ tubuh. Jenis makanan tersebut antara lain: Air yang mengandung cuka, aneka apel yang rasanya asam, dan lain sebagainya.
- 9) Selama tidak membahayakan kesehatan jasmani dan rohani, jangan tidur terlalu lama.

- 10) Hindari pergaulan yang buruk, terutama dengan lawan jenis.⁵¹
- d. Macam-Macam Permasalahan Santri
- 1) Niat yang salah

Harus diakui, memang awalnya banyak faktor yang membuat seorang anak berbeda motif dan niat untuk mau datang dan tinggal di pondok. Ada beberapa faktor :

- a) Paksaan orang tua, bisa karena orangtuanya pernah mondok ataupun mereka memiliki pesantren. Sehingga wajar jika orang tua mereka memaksa untuk mondok.
- b) Pergi mondok hanya sebatas ikut-ikutan teman, biasanya teman yang mondok dalam pergaulan ia lebih alim, sopan, dan menyenangkan sehingga mampu menginspirasi temannya untuk mondok.
- c) Mondok karena tidak punya pilihan lagi, bisa disebabkan ia tidak diterima di sekolah favorit yang ingin dituju, sehingga pesantren pun menjadi pilihan yang tidak bisa dihindarkan.
- d) Orang pergi mondok karena ikut saudaranya yang sudah mondok terlebih dahulu.

2) Ujian hidup santri

Selama tinggal di pesantren, santri biasanya akan menghadapi berbagai macam cobaan hidup. Mulai dari tidak kerasan, kekurangan biaya, pudarnya dukungan orang tua, sakit dan lain sebagainya.

⁵¹ Hasyim Asy'ari, *Etika Pendidikan Islam*, (Yogyakarta : Titan Wacana, 2007), 21.

3) Kabur tidak mengaji

Kabur dari pondok adalah alasan yang klasik. Dengan bermain di luar pondok lalu meninggalkan pondok dan mengaji benar-benar bukanlah solusi yang jitu. Bila hal tersebut diketahui untadz atau kyai siap-siap diberikan sanksi yang berat.

4) *Ghasab*

Dalam dunia pesantren *ghasab* merupakan bukan masalah yang baru. *Ghasab* merupakan perilaku mengambil atau meminjam barang orang lain tanpa izin.

5) Sulit menerima pelajaran

Segala kesulitan memang kerap menghampiri santri, diantaranya adalah sulitnya memahami ilmu agama yang diberikan oleh guru. Hal ini dikarenakan banyaknya pelajaran yang diberikan seperti, ngaji jawa pegon dan harus bisa membacanya, hafalan, dan mampu mengikuti semua kegiatan pondok.⁵²

B. Penelitian Terdahulu

Pertama, penelitian yang berjudul *Implementasi Terapi Self Management dan Do'a Untuk Menangani Prokrastinasi Akademik di Masa Kuliah Online Seorang Mahasiswi UIN Sunan Ampel Surabaya*, oleh Izzul Ilmi, tahun 2021, skripsi UIN Sunan Ampel Surabaya. Dalam penelitian ini terdapat kesamaan teknik konseling yang digunakan yaitu teknik *self management* (pengelolaan diri), sama-sama menggunakan metode penelitian

⁵² Ahmad Faozan, *Belajar Kepada Guru Santri*, (Jakarta : Kompas Gramedia, 2019), 50-81.

kualitatif. Sedangkan untuk perbedaannya terletak pada jenis permasalahan yang ditangani, dalam penelitian ini permasalahannya adalah prokrastinasi akademik di Masa kuliah *online*, sedangkan penulis mengangkat permasalahan kleptomania. Perbedaan selanjutnya juga terdapat pada terapi Islam yang digunakan, terapi Islam pada penelitian ini menggunakan terapi doa sedangkan penulis menggunakan terapi *sayyidul istighfar*.

Kedua, penelitian yang berjudul *Terapi Sayyidul Istighfar Untuk Meningkatkan Self Esteem (Studi Kasus Seorang Perempuan di Desa Padelegan Pademawu Pamekasan)*, oleh Nikmatus Shaleha, tahun 2019, skripsi UIN Sunan Ampel Surabaya. Dalam penelitian ini terdapat kesamaan terapi Islam yang digunakan yaitu *sayyidul istighfar*, persamaan selanjutnya terdapat pada metode penelitian yang digunakan yaitu sama-sama menggunakan metode penelitian kualitatif. Sedangkan untuk perbedaannya terdapat pada permasalahan dan metode penelitian yang digunakan, untuk permasalahannya penulis mengangkat kleptomania sedangkan penelitian ini mengangkat permasalahan *self esteem*.

Ketiga, penelitian yang berjudul *Penerapan Diversi Terhadap Anak Dengan Kecenderungan Kleptomania Sebagai Pelaku Pencurian di Surakarta*, oleh Ahmad Fuady Syaifudin, tahun 2021, skripsi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Dalam penelitian ini terdapat permasalahan yang dibahas yaitu kleptomania. Sedangkan untuk perbedaannya penelitian ini dilihat berdasarkan perspektif hukum perdata sedangkan penulis menggunakan perspektif psikologi dan bimbingan konseling, perbedaan selanjutnya terdapat pada metode penelitian yang digunakan, untuk penelitian ini menggunakan metode penelitian normatif-empiris, sedangkan penulis menggunakan metode penelitian kualitatif.

Keempat, penelitian yang berjudul *Terapi Sayyidul Istighfar Untuk Menangani Gangguan Kecemasan Akibat Pandemi Covid-19 Pada Remaja di Desa Gresikan Kecamatan Krian Sidoarjo*, oleh Annisa Nurhaliza, tahun 2022, skripsi UIN Sunan Ampel Surabaya. Dalam penelitian ini terdapat kesamaan pada terapi Islam yang digunakan yaitu terapi *sayyidul istighfar*, persamaan selanjutnya terdapat pada metode penelitian yang digunakan yaitu kualitatif. Sedangkan untuk perbedaannya terdapat pada permasalahan yang ditangani, dimana penulis mengangkat permasalahan kleptomania sedangkan untuk penelitian ini mengangkat permasalahan kecemasan akibat pandemi *covid-19*.

Kelima, penelitian ini berjudul *Bimbingan dan Konseling Islam Dengan Terapi Self Management Dalam Mengatasi Insomnia Seorang Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya*, oleh Mohammad Edry Bin Bolhi, tahun 2019, skripsi UIN Sunan Ampel Surabaya. Dalam penelitian ini terdapat kesamaan pada teknik konseling yang digunakan yaitu *self management*, persamaan selanjutnya terdapat pada metode penelitian yang digunakan yaitu kualitatif, sedangkan perbedaannya terdapat pada permasalahan yang diangkat, penulis menggunakan permasalahan kleptomania sedangkan penelitian ini mengangkat permasalahan insomnia atau kesusahan tidur.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

1. Pendekatan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah yang telah penulis jelaskan di halaman awal, maka penulis memutuskan untuk menggunakan pendekatan kualitatif pada penelitian ini. Pendekatan kualitatif merupakan suatu pendekatan dalam melakukan penelitian terfokus pada gejala atau fenomena alam. Menurut Bogdan dan Taylor, penelitian kualitatif adalah suatu metode melakukan penelitian yang menghasilkan produksi data deskriptif berupa perilaku yang dapat diamati dan kata-kata tertulis atau lisan dari individu.⁵³

Jadi penulis mengamati perilaku maladaptif yang dimiliki konseli yaitu kleptomania, dari perilaku tersebut penulis mendeskripsikan apa saja pengertian, penyebab, gejala, dan ciri-cirinya dan menjabarkannya dalam beberapa paragraf. Dengan cara tersebut penulis dapat memperoleh data yang konkret atau data yang sesuai dengan permasalahan konseli.

2. Jenis Penelitian

Sedangkan jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus. Studi kasus merupakan serangkaian kegiatan ilmiah yang dilakukan secara intensif, rinci, dan mendalam mengenai suatu program, peristiwa, atau kegiatan. Kegiatan tersebut dapat dilakukan pada tingkat individu, kelompok, lembaga, atau organisasi untuk memperoleh pemahaman menyeluruh mengenai peristiwa tersebut.

⁵³ Zuchri Abdussamad, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Makassar : Syakir Media Press, 2021), 30.

Secara umum peristiwa-peristiwa yang dipilih, yang selanjutnya disebut kasus, adalah hal-hal yang asli (*genuine events*), yang berlangsung terus-menerus, bukan sesuatu yang telah berlalu.⁵⁴

Jadi melalui studi kasus ini penulis terjun langsung ke lapangan guna mencari data yang faktual mengenai permasalahan yang sedang dialami oleh konseli yaitu kleptomania. Dengan cara wawancara, observasi, dan dokumentasi, kemudian penulis mendeskripsikan hasil pengumpulan data tersebut (sesuai kejadian di lapangan) secara terperinci menjadi beberapa paragraf.

B. Objek dan Lokasi Penelitian

1. Objek Penelitian

Objek penelitian adalah suatu gambaran sasaran ilmiah yang akan dijelaskan untuk mendapatkan informasi dan data yang akurat dengan tujuan dan kegunaan tertentu.⁵⁵ Dalam penelitian kali ini penulis memilih objek penelitian (konseli) pada seorang santri Pondok Pesantren Darul Arqom Surabaya yang mengalami permasalahan kleptomania (sering mengambil barang orang lain tanpa izin), sebut saja namanya Adit. Selain menjadi santri Adit adalah seorang mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya semester III program studi ilmu falak.

2. Lokasi Penelitian

Untuk lokasi penelitian pada penelitian ini adalah Pondok Pesantren Darul Arqom (khusus putra) Wonocolo Surabaya.

⁵⁴ Dedy Mulyana, *Metodologi Penelitian Kualitatif : Paradigma Baru Ilmu Komunikasi dan Ilmu Sosial Lainnya*, (Bandung : PT. Remaja Rosdakarya, 2013), 43.

⁵⁵ Husein Umar, *Metode Penelitian Untuk Skripsi dan Tesis*, (Jakarta : Rajawali, 2013), 18.

C. Jenis dan Sumber Data

1. Jenis Data

Karena ini adalah penelitian kualitatif, maka data verbal digunakan sebagai sumber datanya. Data primer dan sekunder adalah dua jenis data yang digunakan dalam penelitian ini. Data yang penulis peroleh langsung dari objek penelitian (konseli) dianggap data primer. Sedangkan informasi tambahan adalah informasi yang diperoleh penulis sebagai bantuan dari sumber data utama dan dapat dianggap sebagai informasi yang disusun sebagai catatan dan *significant other* (individu terdekat konseli).⁵⁶

2. Sumber Data

Karena sumber data akan mempengaruhi kualitas hasil penelitian, maka itu merupakan faktor yang sangat penting dalam penelitian. Dengan demikian, sumber informasi merupakan suatu pemikiran dalam menentukan teknik pengumpulan informasi. Sumber informasi subyektif dalam pemeriksaan ini terdiri atas : sumber informasi primer dan sumber informasi skunder.⁵⁷

a. Sumber data primer

Sumber data primer adalah sumber data yang penulis dapatkan secara langsung dari objek penelitian (konseli) dengan cara mewawancarai atau mengajukan beberapa pertanyaan terkait permasalahan yang sedang konseli alami yaitu kleptomania.

1) Sumber data skunder

⁵⁶ Iqbal Hasan, *Analisis Data Penelitian Dengan Statistik*, (Jakarta : Media Grafika, 2004), 19.

⁵⁷ Wahyu Purhantara, *Metode Penelitian Kualitatif Untuk Bisnis*, (Yogyakarta : Graha Ilmu, 2010), 79.

Sumber data skunder yaitu sumber data pendukung untuk melengkapi data primer seperti buku, jurnal, artikel, penelitian terdahulu yang relevan yang membahas tentang teknik *self management*, terapi *sayyidul istighfar*, kleptomania, dan topik-topik terkait. Tak lupa juga orang terdekat konseli (*significant other*) untuk dimintai keterangan terkait permasalahan konseli, baik dari teman, keluarga, maupun pengurus pondok.

D. Tahap-Tahap Penelitian

1. Tahap pra lapangan

Setelah menentukan objek penelitian (konseli), teori yang dipakai dan topik permasalahan yang ingin diteliti. Maka penulis harus mempelajari setiap variabel yang penulis teliti baik dari jurnal maupun buku. Setelah itu penulis harus menyiapkan alat atau bahan apa saja yang diperlukan saat pengumpulan data misalnya : menyusun pertanyaan terstruktur dan tidak terstruktur saat wawancara, menyiapkan perlengkapan elektronik yang berfungsi untuk merekam pernyataan konseli dan dokumentasi guna sebagai bahan bukti. Untuk mengurus perizinannya penulis hanya perlu konfirmasi secara lisan kepada pihak pengurus pondok karena kebetulan tempat penelitiannya tempat mondok penulis sendiri yaitu Pondok Pesantren Darul Arqom Surabaya.

2. Tahap pekerjaan lapangan

Setelah menyelesaikan semua persiapan di tahap pra lapangan, maka tahap selanjutnya adalah tahap pekerjaan lapangan. Pada tahap pekerjaan lapangan ini penulis melakukan semua kegiatan yang sudah direncanakan sebelumnya diantaranya, observasi atau

mengamati perilaku konseli selama satu bulan penuh, dari observasi tersebut penulis akan mengetahui sifat dan perilaku asli konseli yang bermasalah. Selanjutnya adalah mewawancarai konseli dan *significant other* (orang terdekat konseli) seperti teman dekat, keluarga, dan pengurus pondok dengan pertanyaan terstruktur dan tidak terstruktur yang telah dibuat. Untuk dokumentasi penulis sudah menyiapkan alat elektronik seperti HP untuk merekam dan menfoto selama kegiatan berlangsung. Setelah penulis berhasil mendapatkan data konseli kemudian penulis menyusun data tersebut menjadi sebuah paragraf yang terperinci.

3. Tahap analisis data

Setelah menyusun data menjadi sebuah paragraf, tahap selanjutnya adalah tahap analisis data. Pada tahap analisis data ini penulis menggunakan dua metode utama yaitu :

a. Member *check*

Dalam kegiatan ini penulis memeriksa kembali apakah data yang telah disusun itu sesuai dengan sumber aslinya (informan) atau belum. Selain itu, penulis juga memeriksa kembali penggunaan tata bahasanya apakah sudah sesuai dengan EYD (ejaan yang disempurnakan) atau belum.

b. Triangulasi

Setelah data terkumpul melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi dan ditafsirkan melalui sebuah paragraf, maka penulis harus memeriksa kembali apakah data yang penulis susun dari teknik pengumpulan data tersebut sudah valid atau belum. Yaitu dengan cara membandingkan wawancara konseli dengan *significant other* (orang terdekat konseli) apakah sama atau berbeda, kemudian penulis juga membandingkan hasil pengumpulan

data dengan literatur bacaan dan penelitian terdahulu yang membahas tema permasalahan terkait.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan serangkaian kegiatan terstruktur yang dilakukan oleh peneliti untuk memperoleh sebuah informasi penting yang berhubungan dengan objek penelitian, diantaranya adalah :

1. Wawancara

Wawancara merupakan salah satu teknik pengumpulan data yang berusaha mengumpulkan informasi melalui objek penelitian (konseli) dan *significant other* (orang terdekat koseli) dengan cara memberikan pertanyaan terstruktur dan tidak terstruktur. Dari pertanyaan tersebut penulis akan mengetahui lebih dalam terkait permasalahan yang dialami oleh konseli yaitu kleptomania, yang meliputi penyebab, gejala, aktivitas kesehariannya, dan dampak apa yang ditimbulkan dari permasalahan tersebut. Peran wawancara sangat penting bagi terkumpulnya sebuah data utama dalam sebuah penelitian, terutama data permasalahan yang penulis teliti yaitu kleptomania beserta indikator-indikatornya dan cara menanganinya yaitu dengan menggunakan terapi *self managment* dan *sayyidul istighfar*, karena dengan wawancara penulis akan mengetahui detail masalah secara langsung dari informan utama.

2. Observasi

Observasi merupakan kegiatan yang berfokus pada pengamatan objek penelitian baik dari aktivitas kesehariannya maupun lingkungan di sekitarnya. Observasi pada penelitian ini berfokus pada pengamatan permasalahan konseli yaitu kleptomania

yang dilaksanakan di Pondok Pesantren Darul Arqom Surabaya selama satu bulan penuh, dimana kleptomania meliputi perilaku, gejala, dan dampak apa yang ditimbulkan dari permasalahan tersebut. Peran observasi sangat penting bagi terkumpulnya sebuah data, karena dengan observasi penulis akan mengetahui secara langsung peristiwa apa saja yang terjadi pada konseli di lapangan.

3. Dokumentasi

Studi dokumentasi merupakan suatu cara untuk mendapatkan data kualitatif dengan cara melihat dan menganalisis dokumen-dokumen tentang suatu subjek yang dibuat oleh subjek atau orang lain. Laporan bisa melalui komposisi, gambar, jurnal, kisah hidup, pedoman, pendekatan atau karya luar biasa seseorang.⁵⁸ Pada kegiatan dokumentasi ini penulis berhasil mendapatkan hal-hal yang berhubungan dengan konseli seperti, buku tulisan tangan, biografi, akun sosial medianya, dan nilai tugasnya.

F. Teknik Validitas Data

Derajat keakuratan antara data yang ada pada objek penelitian dengan kekuatan yang dapat dilaporkan oleh peneliti dikenal dengan teknik keabsahan data dalam penelitian kualitatif. Menurut operator Creswell dan Mill, legitimasi bergantung pada jaminan apakah hasil pemeriksaan akurat menurut sudut pandang analis, anggota, atau pembaca secara keseluruhan.⁵⁹ Sehingga

⁵⁸ Haris Herdiansyah, *Metode Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu-Ilmu Sosial*, (Jakarta : Slemba Humanika, 2010), 143.

⁵⁹ John W. Creswell, *Research Design : Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed Edisi Ketiga terjemahkan : Achmad Fawaid*, (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2013), 286.

untuk teknik validitas data pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Memperpanjang pengamatan

Untuk menguji validitas dan keabsahan data pada penelitian, maka salah satu cara yang digunakan adalah dengan memperpanjang waktu pengamatan (observasi). Dengan memperpanjang waktu pengamatan maka penulis akan mengetahui lebih detail tentang sifat dan permasalahan konseli secara alamiah atau tanpa dibuat-buat. Hal tersebut dapat dilakukan dengan cara membina hubungan yang baik dengan konseli (*rapport*) agar tidak ada kecanggungan antara kedua belah pihak sehingga konseli akan lebih terbuka dalam menyampaikan keluh kesahnya.

2. Meningkatkan ketekunan

Kegiatan untuk membangun ketekunan dapat berarti menyelesaikan lebih banyak penilaian poin demi poin dan dari atas ke bawah sehubungan dengan informasi yang sedang dianalisis oleh penulis. Urutan kejadian dan kepastian data dapat dicatat dengan cara ini.⁶⁰ Dalam penelitian ini penulis mengumpulkan beberapa literatur bacaan baik dari jurnal, buku, maupun penelitian terdahulu yang relevan kemudian penulis bandingkan dengan data penelitian yang penulis susun guna meningkatkan keabsahan data. Selain itu, penulis juga memeriksa susunan bahasa yang ada dalam data penelitian apakah sesuai dengan EYD (ejaan yang disempurnakan) atau belum.

3. Triangulasi

Triangulasi merupakan suatu metode untuk mengkaji data penelitian dari berbagai referensi dengan

⁶⁰ Burhan Bungin, *Analisis Data Penelitian Kualitatif*, (Jakarta : Rajawali Press, 2015), 58.

berbagai cara dan waktu yang berbeda. Dengan metode triangulasi ini, dimungkinkan untuk memperoleh informasi yang seluas-luasnya atau terlengkap.⁶¹

a. Triangulasi sumber

Triangulasi sumber berarti penulis mengecek kembali dengan cara mewawancarai orang terdekat konseli (*significant other*) seperti teman, keluarga, dan pengurus pondok untuk penulis bandingkan dengan hasil wawancara objek penelitian (konseli) apakah sama atau berbeda.

b. Triangulasi teknik

Triangulasi teknik adalah pengecekan data yang dilakukan oleh penulis kepada orang yang sama tetapi teknikanya berbeda yaitu konseli dan *significant other*. Triangulasi teknik pada penelitian ini meliputi wawancara, observasi, dan dokumentasi sehingga data yang dihasilkan memiliki sudut pandang yang berbeda tetapi memiliki penafsiran yang sama. Tetapi apabila ada ketidakcocokan pada data yang dihasilkan maka penulis akan mendiskusikan hal tersebut kepada pihak yang bersangkutan.

c. Triangulasi waktu

Triangulasi waktu berarti kegiatan mengumpulkan data dengan cara wawancara, observasi, dokumentasi di waktu dan kondisi yang berbeda. Jadi pada penelitian ini penulis berusaha mengumpulkan data dari konseli maupun *significant other* di waktu yang berbeda guna memastikan keabsahan data apakah informan konsisten dalam memberikan pernyataannya.

⁶¹ Ibid, 60

G. Teknik Analisis Data

Apabila data empiris yang diperoleh merupakan data kualitatif yang berupa kumpulan kata-kata, bukan rangkaian angka-angka dan tidak dapat disusun dalam kategori atau struktur klasifikasi, maka dilakukan analisis data kualitatif. Informasi dapat dikumpulkan dengan berbagai cara (persepsi, wawancara, intisari arsip, rekaman kaset) dan umumnya ditangani terlebih dahulu sebelum layak digunakan (melalui pencatatan, penyusunan, perubahan, atau rendering), namun pemeriksaan subjektif sebenarnya menggunakan kata-kata yang biasanya disusun dalam teks diperluas, dan tidak melibatkan estimasi atau pengukuran numerik sebagai perangkat investigasi.⁶²

Penelitian ini menggunakan analisis deskriptif dalam analisis datanya, dengan tujuan untuk menggambarkan secara sistematis, faktual, dan tepat fakta-fakta dan hubungan antara fenomena-fenomena yang diselidiki. Pemeriksaan dilakukan setelah informasi yang diperlukan dalam eksplorasi ini telah terkumpul semua.⁶³ Beberapa tahapan teknik analisis data dalam data penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Pengumpulan data

Seperti yang telah dijelaskan di teknik pengumpulan data diatas bahwasannya teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan tiga teknik yaitu wawancara, observasi, dan dokumentasi. Dimana wawancara penulis targetkan

⁶² Silalahi Ulber, *Metode Penelitian Sosial*, (Bandung : PT. Refika Aditama, 2009), 339.

⁶³ Miles, Matthew B., *Analisis data kualitatif : Buku Sumber Tentang Metode-Metode Baru / Matthew B, Miles dan A. Michael Huberman : Penerjemah Tjejep Rohendi Rohidi*, (Jakarta : Penerbit Universitas Indonesia, 1992), 15.

pada dua sumber yaitu konseli dan *significant other* (orang terdekat konseli), untuk observasi penulis hanya mengamati kegiatan atau perilaku konseli selama dilapangan, sedangkan untuk dokumentasi penulis berhasil mendapatkan hal-hal yang berhubungan dengan konseli seperti biografi, buku tulisan tangan, akun sosial mediana, dan nilai tugasnya.

2. Reduksi data

Maksud dari reduksi data pada penelitian ini adalah kegiatan yang dilakukan penulis dengan cara memilih, merangkum, mengelompokkan, dan membuang pernyataan yang tidak terlalu penting. Jadi pada tahap reduksi data ini penulis mengelompokkan beberapa data permasalahan yang telah penulis kumpulkan ke dalam judul topik-topik tertentu seperti penyebab kleptomania, gejala yang muncul, dan pendapat *significant other* terhadap permasalahan konseli yang dideskripsikan melalui sebuah paragraf.

3. Penyajian data

Setelah mengetahui data-data yang telah penulis susun pada tahap reduksi data, maka tahap selanjutnya adalah penyajian data penelitian. Melihat pendekatan pada penelitian ini yaitu kuantitatif maka penyajian data yang tepat yaitu narasi deskriptif, maksudnya yaitu penulis menyusun data penelitian dalam bentuk paragraf yang didalamnya berisi data penelitian dan dideskripsikan secara rinci mengenai permasalahan yang dialami konseli.

4. Penarikan kesimpulan (verifikasi)

Setelah penulis selesai dalam menyajikan data penelitian, maka pada tahap selanjutnya penulis tinggal menarik kesimpulan dari data yang telah disajikan. Sebelum menarik kesimpulan penulis harus mengecek ulang data hasil wawancara, observasi, dan

dokumentasi terlebih dahulu untuk meminimalisir kesalahan pada data penelitian. Kesimpulan berisi jawaban dari rumusan masalah yang telah penulis buat di bab dua.



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

Penelitian ini dilaksanakan di salah satu pondok pesantren yang ada di Surabaya yaitu Pondok Pesantren Darul Arqom Surabaya yang beralamatkan di Gg. Pondok. No.12 A, Jemur Wonosari, Kec. Wonocolo, Surabaya, Jawa Timur (60237). Pondok Pesantren Darul Arqom Surabaya didirikan oleh Alm. KH. Abdul Fatah yang saat ini memiliki lebih dari 50 santri dan dipimpin langsung oleh seorang Bu Nyai yang bernama Ibu Hj. Dra. Zainiyah sekaligus sebagai pengasuh utama Pondok Pesantren Darul Arqom Surabaya, sedangkan untuk pembinanya diketuai oleh Bapak Dr. KH. Khoirul Anwar, M.E.I sekaligus sebagai dosen di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Surabaya. Sedangkan untuk rincian sejarah berdirinya Pondok Pesantren Darul Arqom Surabaya akan di jelaskan dibawah ini.

Pada mulanya KH. Abdul Fatah adalah seorang Tokoh Veteran. Pejuang kemerdekaan ikut dalam barisan pasukan Hizbullah dalam bertempur melawan penjajah Jepang untuk membebaskan Indonesia menjadi negara yang merdeka. Seusia berperang dan Indonesia merdeka, KH. Abdul Fatah memilih untuk menetap di kota Surabaya, tepatnya di Wonocolo. Di Wonocolo KH. Abdul Fatah terkenal sebagai seorang Mubaligh dan Dai' yang kharismatik. Atas kehebatannya inilah beliau di panggil oleh partai Golkar untuk berjuang bersama dengan menjadi juru kampanye, hingga akhirnya Golkar menjadi pemenang di pemilu pada tahun 1971. Tak hanya sebagai juru

kampanye, namun KH. Abdul Fatah juga diangkat sebagai dewan pembina dan penasehat partai Golkar wilayah kota Surabaya. Dan pada puncaknya, beliau pernah mewakili masyarakat kota Surabaya sebagai Dewan Perwakilan Rakyat Daerah (DPRD) di komisi E yakni komisi kesejahteraan. Dengan kemenangan yang diraih partai Golkar pada pemilu tahun 1971, partai Golkar merasa berhutang budi kepada KH. Abdul Fatah. Dan perlu untuk membalas jasa dari KH. Abdul Fatah, Maka ditawarkan KH. Abdul Fatah oleh partai Golkar. Apa yang beliau inginkan, hajat apa yang selama ini belum pernah terlaksana. dan beliau menjawab ingin mendirikan sebuah pondok pesantren. Karena dengan pondok pesantren beliau bisa mengamalkan ilmu-ilmu agama yang pernah didapat sewaktu masih muda. Akhirnya atas dasar saling tolong menolong dalam ketaqwaan, diberilah KH. Abdul Fatah sebidang tanah oleh pemerintah Surabaya melalui partai Golkar yang sekarang ini bisa kita saksikan berupa bangunan Pondok Pesantren Darul Arqom.⁶⁴

Teringat akan kisah awal Nabi Muhammad Saw ketika berdakwah di kota Makkah. Ada sekumpulan sahabat-sahabat yang beriman kepada Nabi SAW. Mereka adalah orang-orang yang pertama masuk Islam dan mereka lebih dikenal dengan sebutan *Al-Sabiqun Al-Awwalun*. Sebagaimana dalam buku Syaikh Shafiyyurrahman Al-Mubarakfuri yang berjudul Sirah Nabi. Berbunyi : *“Orang-orang yang terdahulu dan pertamamata masuk Islam, serta orang-orang yang bersama mereka dikenal dengan sebutan Al-Sabiqun*

⁶⁴ Ahmad Khoirul Anwar, Wawancara, (Surabaya, 20 November 2023)

Al-Awwalun.”⁶⁵ Dan diantara sebutan *Al-Sabiqun Al-Awwalun* Ada seorang nama, bernama Al-Arqam ibn Abu Al-Arqam atau yang lebih familiar kita kenal dengan nama Arqom bin Abil Arqom. Dia adalah sahabat Nabi, seorang pemuda yang masih berusia belasan tahun dan sudah menyatakan keimanannya kepada Nabi Muhammad Saw. Melalui Arqom bin Abil Arqom inilah, rumah tempat tinggalnya dipersilahkan untuk Nabi Muhammad Saw berdakwah, mengajarkan Islam dan sebagai tempat pendidikan pertama kali. Dan kesemua kegiatan dakwah di rumah Arqom bin Abil Arqom dilaksanakan secara sembunyi-sembunyi, takut akan keadaan kaum kafir Quraisy pada saat itu. hingga menunggu turunya wahyu agar berdakwah secara terangterangan.

Dari secara bahasa berarti tempat. Dan ini merujuk pada tempat pusat dakwah Islam pertama Nabi. Yakni berada di rumah sahabat Arqom bin Abil Arqom. Dalam buku Sejarah Pendidikan Islami tertulis “pada tahap ini, pusat kegiatan pendidikan Islami tersebut diselenggarakan secara tersembunyi di rumah Arqom bin Abi Arqom.” Dan dari sinilah nama Pondok Pesantren Darul Arqom itu dinamakan demikian. Dengan kata lain, nama pondok pesantren Darul Arqom diadopsi atau diambil dari pusat dakwah dan pusat pendidikan Islam pertama kali, yakni pada zaman Nabi Muhammad SAW.⁶⁶

2. Deskripsi Konselor

⁶⁵ Syaikh Shafiyurrahman Al-Mubarakfuri, *Sirah Nabi: Ringkasan Ar-Rahiq Al Makhtum Terjemahan Ganna Pryadharizal Anaedi*, (Bandung : PT. Mizan Pustaka, 2012), 45.

⁶⁶ Ibu Zainiyah, Wawancara, (Surabaya, 23 November 2023)

Tabel 4.1
Identitas Konselor

Nama	M. Reza Rahmatullah (Reza)
TTL	Pasuruan, 3 April 2001
Alamat	Pasuruan
Jenis Kelamin	Laki-Laki
Jumlah Saudara	3
Anak Ke	1
Pendidikan Terakhir	S1 Bimbingan dan Konseling Islam – UIN Sunan Ampel Surabaya
Pendidikan saat ini	PPG Universitas PGRI Adi buana Surabaya
Pekerjaan Ayah	Pemilik Travel Haji & Umrah, Guru
Pekerjaan Ibu	Pemilik Travel Haji & Umrah
No. HP	085895070244
Riwayat Pekerjaan	<ul style="list-style-type: none"> - SLB Santi Mulia Surabaya (2022) - MI El-Rahmah Surabaya (2023) - SMP Al-Izzah Batu (2023)
Riwayat Organisasi dan Pengabdian	<ul style="list-style-type: none"> - Pengurus HMP BKI Devisi Acara - Pengurus DEMA FDK Devisi PSDM - Pengurus IKMAPAS - Ketua KKN 133 Uinsa 2022 - Ketua KKI BKI Uinsa 2022

3. Deskripsi Konseli

a. Identitas Konseli

Tabel 4.2
Identitas Konseli

Nama	Sani (Nama Samaran)
Nama Panggilan	Sani
TTL	Lamongan, 21 September 2002
Agama	Islam
Usia saat ini	21
Cita-cita	Pengusaha, Penulis
Status	Mahasiswa
Pendidikan saat ini	UIN Sunan Ampel Surabaya, PP Darul Arqom Surabaya
Program Studi	Ilmu Falak
Alamat Asli	Sedayulawas, Paciran, Lamongan
Anak ke	1
Jumlah Saudara	1
Nama Ayah	Nur Hariyadi
Pekerjaan Ayah	PNS (Dosen)
Nama Ibu	Khumairoh
Pekerjaan Ibu	Ibu Rumah Tangga

Tabel 4.3
Tabel Kegiatan Harian Konseli

No.	Waktu	Kegiatan
1.	03.30 – 05.15	Sholat subuh dan kegiatan pondok (Pengajian, Setoran hafalan)
2.	05.20 – 07.20	Persiapan kuliah (mandi,

		makan, dll)
3.	07.30 – 11.20	Perkuliahan
4.	11.30 – 12.30	Ishoma (istirahat, sholat, makan)
5.	12.35 – 15.00	Perkuliahan
6.	15.10 – 16.00	Sholat ashar
7.	16.15 – 17.00	Mandi, makan, istirahat
8.	17.15 – 18.00	Persiapan sholat maghrib dan sholat maghrib
9.	18.15 – 19.00	Kegiatan pondok (maulid diba', rotib hadad, tahlil dan istighosah)
10.	19.10 – 19.30	Sholat Isya
11.	20.00 – 03.20	Ngopi dan tidur

Keterangan :

Dari tabel pemaparan jadwal kegiatan harian konseli diatas maka dapat di deskripsikan sebagai berikut, jadwal kegiatan harian konseli penulis buat sesuai kesibukan konseli sebagai santri di Pondok Pesantren Darul Arqom Surabaya dan aktif perkuliahan. Hari konseli diawali dengan bangun tidur pukul 03.30 dan dilanjutkan dengan sholat subuh berjamaah kemudian dilanjut dengan kegiatan pondok seperti pengajian dan hafalah Al-Qur'an pada jam 05.50. Setelah selesai melakukan kegiatan pondok konseli melakukan persiapan untuk berangkat kuliah seperti makan, mandi, dan bersih-bersih pada jam 05.20 dan berangkat kuliah pada jam 07.20. Perkuliahan konseli dilaksanakan pada jam 07.30 sampai jam 11.20. setelah itu konseli melaksanakan ishoma (istirahat, sholat, dan makan).

Kemudian perkuliahan tahap dua atau setelah ishoma dilaksanakan pada jam 12.35 sampai jam 15.00. Kemudian sholat ashar dilaksanakan antara jam 15.10 sampai jam 16.00. Selanjutnya adalah waktu istirahat sore pada jam 16.15 sampai jam 17.00 biasanya konseli melaksanakan mandi, makan, dan istirahat. Kemudian konseli melaksanakan persiapan sholat maghrib pada jam 17.15 dan sholat maghrib dilaksanakan pada jam 18.00. Selanjutnya konseli melaksanakan rutinitas kegiatan pondok seperti *maulid diba'*, *rotib hadad*, *tahlilan*, dan *istighosah* pada jam 18.15 sampai jam 19.00. Kemudian sholat isya dilaksanakan pada jam 19.10 sampai jam 19.30. Dan yang terakhir adalah ngopi dan tidur pada jam 20.00 sampai jam 03.20.

b. Latar Belakang Keluarga

Berdasarkan hasil wawancara penulis dengan konseli, konseli mengatakan bahwasannya dia merupakan anak tunggal dari pasangan suami istri yang asli orang Lamongan. Hubungan konseli dengan keluarganya bisa dikatakan cukup harmonis atau tidak ada masalah besar yang mengganggu kenyamanan konseli, ayahnya adalah seorang PNS (Pegawai Negeri Sipil) yang mengajar di salah satu universitas di Jawa Timur dan ibunya adalah seorang ibu rumah tangga yang kegiatan kesehariannya mengurus pekerjaan rumah tangga saja.

Konseli bilang bahwasannya ayahnya adalah orang yang perfeksionis dalam artian konseli dituntut oleh orang tuanya untuk belajar dengan serius dan harus mendapatkan nilai yang bagus, disamping itu konseli juga disarankan ayahnya untuk mengikuti berbagai jenis lomba non

akademik seperti LKTI (lomba karya tulis ilmiah) dan *alhamdulillah* pernah menjuarai juga tingkat Lamongan. Berbeda dengan ayahnya, ibu konseli lebih memiliki sifat yang penyayang dan lemah lembut seperti ibu-ibu pada umumnya. Konseli juga sering diajak orang tuanya liburan ke luar kota, jadi bisa dikatakan konseli merupakan keluarga yang cukup berada dari segi ekonomi.

c. Latar Belakang Lingkungan Sosial

Berdasarkan pengalaman penulis berteman dengan konseli selama hampir dua tahun dan konseli merupakan anak yang *ekstrovert*, jadi mudah bergaul dan berteman dengan siapa saja. Lingkungan pertemanan konseli dapat dikatakan adalah lingkungan yang kondusif baik dari lingkungan sosial pertemanan maupun lingkungan sosial yang ada di rumahnya.

Namun saat sekolah menengah atas konseli sempat menempuh pendidikan Islam di salah satu pesantren yang ada di Jombang, konseli seringkali dihadapkan dengan pandangan teman-temannya yang sering mengambil barang tanpa izin (kleptomania) sehingga lama-kelamaan konseli ikut terseret ke dalam perilaku tersebut dan berlanjut sampai sekarang. Barang-barang yang sering diambil konseli bukanlah barang yang berharga seperti sandal, baju, makanan, air minum dll. Jadi dapat disimpulkan bahwasannya faktor terbesar permasalahan konseli disebabkan oleh lingkungan pertemanan semasa sekolah menengan atas.

4. Deskripsi Permasalahan Konseli

Masalah yang sedang dihadapi konseli adalah kleptomania atau kebiasaan mengambil barang orang lain tanpa izin, sehingga menyebabkan berbagai

masalah termasuk merugikan orang yang ada di sekitarnya. Dan perlu difahami bahwa kleptomania ini berbeda dengan pencurian, kleptomania dilakukan atas dasar iseng atau hanya ingin memuaskan hawa nafsu semata sedangkan pencurian dilakukan atas dasar kebutuhan yang tak tertahankan pada diri seseorang atau seseorang tersebut memang benar-benar membutuhkan barang tersebut sehingga terpaksa melakukan pencurian.

Hal ini berawal dari latar belakang konseli yang semasa Madrasah Aliyah nya pernah mengenyam pendidikan di Pondok Pesantren di Jombang, disana konseli sering kali menjumpai beberapa temannya mengambil barang orang lain tanpa izin sehingga lama-kelamaan konseli ikut terseret dalam perilaku tersebut dan akhirnya berlanjut sampai sekarang. Jika hal tersebut terus dibiarkan dan tidak ditak lanjuti lebih lanjut maka kemungkinan besar akan mengganggu kesehatan mental konseli, bermasalah terhadap pendidikannya, keluarganya, maupun lingkungan sosialnya.

B. Penyajian Data

1. Proses Terapi *Self Management* Dengan *Sayyidul Istighfar* Dalam Mengatasi Kleptomania Pada Santri Pondok Pesantren Darul Arqom Surabaya.

Teknik pengumpulan data merupakan unsur yang sangat penting dalam *assessment* (penggalan data / informasi pribadi konseli) dimana terdapat tiga teknik dalam pelaksanaannya yaitu wawancara, observasi, dan dokumentasi. Cara tersebut dilakukan demi mendapatkan informasi seakurat mungkin tentang data pribadi maupun permasalahan yang sedang dialami konseli. Setelah penggalan data dilakukan dan

terkumpul data pribadi serta permasalahan konseli, maka tahap selanjutnya adalah konselor melakukan proses bimbingan konseling melalui enam tahapan umum yaitu identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, *treatment* / intervensi / perlakuan, evaluasi, *follow up*. Berikut ini adalah penjelasan mengenai langkah-langkah bimbingan dan konseling yang telah penulis sebutkan :

a. Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah merupakan tahap awal dalam proses konseling, dimana dalam tahap ini penulis berusaha mencari data yang seakurat mungkin mengenai informasi pribadi konseli dan latar belakang mengapa permasalahan tersebut bisa terjadi pada konseli yang penulis teliti. Data yang penulis kumpulkan pada tahap identifikasi masalah ini berupa wawancara langsung dengan konseli, wawancara kepada teman sekamar konseli, dan tentunya mengobservasi perilaku konseli selama di pondok pesantren. Dimana penulis juga satu pondok dengan konseli jadi memudahkan penulis untuk mengamati aktivitas keseharian konseli.

1) Wawancara dengan konseli

Sebelum proses wawancara dimulai, penulis membuat kesepakatan terlebih dahulu dengan konseli mengenai tempat dan waktu dilaksanakannya. Kemudian kami berdua sepakat untuk melaksanakan wawancara pada tanggal 5 November 2023 di kopi siipp Sekaran Lamongan. Selama proses wawancara penulis mengajukan empat pertanyaan yang sudah penulis susun sebelumnya, jadi jenis wawancara yang penulis pakai adalah wawancara terstruktur. Pertanyaan pertama adalah

“*bagaimana awalnya kamu bisa terkena kleptomania ?*” dari pertanyaan tersebut penulis berusaha untuk menggali latar belakang bagaimana awal mulanya konseli bisa memiliki kebiasaan buruk yang disebut kleptomania.

Kemudian konseli menjelaskan kalau awal mulanya saat di Madrasah Aliyah konseli juga berkesempatan menimba ilmu agama di pondok pesantren di Jombang, dari situ konseli mengalami *culture shock* tentang kebiasaan santri yang suka mengambil barang tanpa izin dan seenaknya sendiri dan ini bukan hanya dilakukan oleh satu atau dua santri tetapi kebanyakan santri disitu melakukan hal serupa. Hari demi hari konseli jalani dengan pandangan seperti itu membuat konseli ikut terseret kedalam perbuatan kleptomania atau kebiasaan mengambil barang orang lain tanpa izin, dan barang yang diambil bukanlah barang-barang yang penting, padahal konseli mempunyai uang untuk membeli barang tersebut.

Dari jawaban konseli pada pertanyaan pertama dapat penulis fahami bahwasannya lingkungan sangat berpengaruh terhadap pembentukan sikap dan perilaku seseorang baik secara langsung maupun tidak langsung, hal ini sejalan dengan prespektif teori behavioristik mengenai manusia sehat dan tidak sehat. Jadi konseli kurang bisa membentengi dirinya dari pengaruh negatif lingkungan sekitarnya sehingga konseli mudah terseret kedalam perbuatan negatif yang dapat merugikan dirinya sendiri.

Pertanyaan kedua adalah “*apakah anda tahu kalau kleptomania itu perbuatan dosa ?*”, dari pertanyaan tersebut penulis ingin mengetahui isi pikiran dan hati konseli tentang kesadaran diri terhadap nilai-nilai keagamaan yang telah diajarkan oleh guru maupun orang tuanya. Kemudian konseli menjawab kalau dia mengetahui bahwa kleptomania itu adalah perbuatan dosa, lalu penulis menegaskan lagi “*kalau tahu kenapa masih kamu lakukan ?*”, dan konseli menjawab sebenarnya ada keinginan dalam dirinya untuk menghentikan perbuatan kleptomaniannya tetapi kata konseli susah untuk menghilangkannya karena lingkungan dan teman-teman yang tidak mendukung ditambah lagi tidak ada tindakan tegas dari pihak pondok pesantren.

Dari jawaban konseli di pertanyaan kedua, penulis fahami bahwasannya konseli sudah mengetahui tentang pengertian dari perbuatan kleptomania dan konsekuensi apa yang didapatkan dari perbuatan tersebut yaitu ganjaran berupa dosa. Jadi penulis bisa menilai bahwa konseli tidak bisa bertanggung jawab dengan dirinya sendiri, karena konseli memiliki pengetahuan/ilmu agama yang cukup dan mengetahui kalau kleptomania itu perbuatan dosa tetapi konseli masih melakukan perbuatan tersebut.

Pertanyaan ketiga adalah “*bagaimana perasaan anda ketika melakukan perbuatan kleptomania ?*”, dari pertanyaan tersebut penulis ingin mengetahui apakah konseli sadar atau tidak sadar kalau perbuatan kleptomania adalah

perbuatan dosa dan mengapa konseli masih melakukan perbuatan tersebut, dan apa yang sebenarnya dirasakan konseli ketika melakukan perbuatan tersebut. Kemudian konseli menjawab bahwa dia sadar kalau kleptomania adalah perbuatan dosa tapi masih melakukannya karena kebiasaan yang susah untuk diubah. Dan ketika konseli melakukan perbuatan kleptomania konseli terkadang merasa puas dan terkadang merasa takut, merasa puas karena mampu untuk melampiaskan hawa nafsunya dengan mengambil barang yang bukan miliknya dan merasa takut karena khawatir perbuatannya akan diketahui oleh orang lain terutama pengasuh pondok pesantren.

Dari jawaban di pertanyaan ketiga konseli, dapat penulis fahami bahwa konseli memiliki sifat yang tidak stabil. Seperti yang telah dijelaskan di paragraf atas bahwasannya konseli mengatakan kalau dia mengetahui kalau kleptomania merupakan perbuatan dosa dan mengapa konseli masih melakukannya, di sisi lain juga konseli mengatakan bahwa dia terkadang merasa puas dan khawatir ketika melakukan perbuatan kleptomania. Itu menandakan bahwa konseli masih belum memiliki sikap yang matang dalam menentukan perilakunya diri sendiri.

Pertanyaan ke empat adalah “*adakah kegiatan positif yang ingin kamu lakukan untuk mengurangi perbuatan kleptomania ?*”, dari pertanyaan tersebut penulis ingin mengetahui seberapa besar komitmen konseli terkait keinginannya untuk sembuh dari perbuatan

kleptomania yaitu dengan cara menyibukkan diri dengan kegiatan positif yang diminati. Kemudian konseli menjawab bahwa dia juga ingin menghilangkan kebiasaan buruknya termasuk kleptomanianya, karena menurutnya kebiasaannya tersebut menjadi ketakutan tersendiri kalau suatu hari nanti konseli mendapatkan karma yang buruk. Konseli bilang kalau dia ingin lebih banyak menyibukkan diri dengan cara mengikuti lomba karya tulis ilmiah karena hobi konseli adalah menulis. Konseli berharap dengan sering mengikuti lomba karya tulis ilmiah dapat meminimalisir kebiasaan kleptomania.

Dari jawaban konseli di pertanyaan ke empat, dapat penulis fahami bahwasannya konseli memiliki tekan yang cukup kuat di dalam dirinya untuk menyingkirkan kebiasaan kleptomanianya yaitu dengan cara mengikuti lomba karya tulis ilmiah. Tujuan konseli menanyakan ini adalah untuk menguji keseriusan konseli terkait perubahan perilaku yang diinginkan, karena nantinya hal ini akan sangat berpengaruh selama pelaksanaan proses konseling, *dan* berhasil atau tidaknya proses konseling tergantung keseriusan konseli, sehingga perubahan perilaku yang diinginkan dapat dicapai dengan baik.

2) Wawancara dengan teman konseli

Selanjutnya adalah tahap wawancara dengan *significant other* (teman konseli). Pada tahap ini penulis berusaha mengumpulkan data permasalahan konseli berdasarkan prespektif orang lain, ada dua orang yang penulis

wawancarai yaitu Fikri dan Maulidin. Sebelum memulai proses wawancara seperti biasa penulis membuat kesepakatan terlebih dahulu dengan partisipan yaitu tanggal 07 November 2023 di Pondok Pesantren Darul Arqom Surabaya.

Wawancara pertama penulis lakukan dengan Maulidin, penulis mengajukan pertanyaan terkait perilaku konseli selama mondok di PPDA yaitu *“apakah kamu pernah melihat sani (nama samaran) mengambil barang tanpa izin ?”*. Kemudian Maulidin menjawab kalau dia pernah melihat Sani masuk diam-diam kedalam kamar 1 (sedangkan Sani kamar 5) pada malam hari saat orang-orang lagi tidur, Maulidin melihat Sani membuka satu persatu lemari orang yang ada di kamar 1 seolah-olah ingin mengambil sesuatu. Dari perilaku Sani tersebut sudah menandakan ciri-ciri kleptomania, yaitu keinginan yang tak tertahankan untuk mengambil barang orang lain tanpa izin.

Wawancara ke dua penulis lakukan dengan teman sekamar konseli yaitu Fikri. Penulis mengajukan pertanyaan yang hampir sama dengan pertanyaan yang diberikan dengan Maulidin yaitu *“ketika di kamar pernahkan konseli mengambil barang orang lain tanpa izin ?”*, kemudian Fikri menjawab kalau konseli sering sekali memakai barang yang bukan miliknya ketika dikamar seperti sabun mandi, baju, sandal, dan hanger untuk kepentingan pribadinya padahal kalau dilihat-lihat konseli mampu untuk membeli semua barang tersebut. Dari perilaku tersebut sudah menandakan bahwa

konseli tidak peduli terhadap orang lain yang ada disekitarnya.

b. Diagnosis

Pada tahap ini penulis berusaha memahami lebih dalam tentang informasi yang diberikan konseli dan *significant other* (teman konseli), kemudian penulis menjelaskan tentang sebab atau latar belakang dan indikator perilaku permasalahan yang dialami oleh konseli. Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan penulis dan konseli maka dapat disimpulkan bahwa penyebab kleptomania hanya satu hal yaitu pengaruh lingkungan dan pertemanan yang tidak saat konseli masih sekolah di madrasah aliyah. Dari satu faktor tersebut dapat menyebabkan beberapa perilaku maladaptif terkait kleptomania diantaranya :

- 1) Konseli sering keluar masuk kamar santri lain tanpa izin.
- 2) Konseli beberapa kali membuka lemari orang lain tanpa izin.
- 3) Konseli sering mengambil barang orang lain tanpa izin dan tanpa merasa bersalah.
- 4) Konseli sering meminjam barang temannya tanpa izin.
- 5) Konseli terkadang merasa resah ketika melakukan perbuatan kleptomania.
- 6) Konseli tidak bisa mengendalikan hawa nafsunya atau keinginan yang tidak tertahankan ketika ingin mengambil barang orang lain.

Dari latar belakang dan beberapa indikator yang telah penulis jelaskan pada paragraf diatas dapat disimpulkan bahwa satu penyebab masalah (latar belakang) dapat menciptakan berbagai macam indikator perilaku baik secara internal maupun

eksternal. Setelah penulis mendeskripsikan indikator-indikator kleptomania pada diri konseli yang penulis teliti, penulis juga harus membandingkan indikator perilaku tersebut dengan literatur bacaan diagnosis kleptomania yang resmi sehingga kebenaran data dapat dipertanggung jawabkan. Dan berikut ini adalah beberapa indikator-indikator diagnosis yang penulis cari dari jurnal.

Kriteria diagnostik kleptomania berdasarkan *American Psychiatric Association Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* meliputi:

- 1) Perilaku mencuri yang berulang-ulang.
- 2) Penderita tidak mampu mengendalikan keinginannya.
- 3) Barang yang dicuri biasanya tidak diperlukan oleh pasien dan tidak untuk dijual.
- 4) Penderita merasakan ketegangan yang meningkat sebelum melakukan tindakan dan merasakan kepuasan setelah berhasil melakukan tindakan. Tindakan mencuri bukan untuk mengungkapkan kemarahan atau balas dendam dan bukan merupakan respons terhadap halusinasi atau delusi.
- 5) Meskipun timbul perasaan puas dan senang setelah melakukan tindakannya, penderita juga dapat merasakan perasaan bersalah atau gelisah sesaat setelahnya.
- 6) Penderita kleptomania memilih mencuri dari sasaran yang mudah diakses dan acak, serta

mencuri benda-benda yang tidak berharga seperti pakaian dan kaos kaki.⁶⁷

c. Prognosis

Tahap ini adalah tahap dimana penulis harus menentukan terapi islam dan teknik kontemporer yang tepat kepada konseli guna menyelesaikan masalah yang sedang dialami. Berdasarkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi yang telah penulis lakukan dan telah dijelaskan di tahap identifikasi masalah dan diagnosis, diketahui bahwa penyebab terjadinya masalah pada konseli adalah karena faktor lingkungan dan pertemanan yang tidak sehat ketika konseli mondok di Jombang saat madrasah aliyah. Sehingga menyebabkan perilaku maladaptif terkait kleptomania seperti sering mengambil barang orang lain tanpa izin dan keinginan yang tak tertahankan untuk melakukan perbuatan kleptomania (sudah penulis jelaskan di tahap diagnosis).

Setelah memahami lebih dalam tentang permasalahan konseli yang telah penulis jelaskan di paragraf atas, maka penulis tertarik untuk melakukan intervensi atau *treatment* dengan menggunakan teknik *self management* dari teori behavior dan terapi islam *sayyidul istighfar* dalam mengatasi kleptomania. Alasan penulis menggunakan teknik *self management* adalah untuk mengatur perilaku konseli agar lebih disiplin dan tertata sehingga meminimalisir perbuatan kleptomania pada konseli, teknik *self management* bukan hanya berfokus terhadap perubahan perilaku

⁶⁷ Yelvi Levani, Kleptomania : Manifestasi Klinis dan Pilihan Terapi, *Jurnal Ilmiah Kedokteran dan Kesehatan*, Vol. 6 No. 1, 2019, 32-33.

konseli, tetapi juga pola pikir yang harus diluruskan. Karena sebuah perilaku adalah cerminan dari pikiran seseorang. Selanjutnya adalah penggunaan terapi Islam *sayyidul istighfar* dalam mengatasi kleptomania, alasan penulis menggunakan terapi *sayyidul istighfar* adalah supaya konseli merenungi perbuatan dosanya dengan membaca *sayyidul istighfar* (sesuai tata cara yang telah dijelaskan). Nabi Muhammad SAW juga pernah bersabda bahwa kalau *sayyidul istighfar* adalah raja dari para bacaan *istighfar* yang dapat mengampuni dosa-dosa umat manusia dapat mendapat pahala yang melimpah.

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwasannya terapi *self managemen* dengan *sayyidul istighfar* memiliki nilai-nilai yang relevan dalam mengatasi kebiasaan kleptomania, teknik *self management* berperan dalam mengatasi behavior (perilaku) dan terapi *sayyidul istighfar* berperan mengatasi isi pikiran dan hati. Dari perpaduan teknik *self management* dan terapi *sayyidul istighfar* penulis harapan dapat meminimalisir perilaku kleptomania pada konseli yang penulis teliti.

d. *Treatment* / Intervensi / Perlakuan

Tahap ini adalah tahap dimana konselor melakukan proses konseling menggunakan prosedur teknik *self management* dan terapi *sayyidul istighfar* dalam mengatasi kleptomania, namun penulis disini hanya sebagai pengamat saat proses konseling berlangsung. Tahap *treatment* adalah tahap yang paling penting dalam proses konseling, bisa dibilang tahap *treatment* adalah tahap penentuan berhasil atau tidaknya jenis terapi yang digunakan dalam proses konseling, sehingga sangat

berpengaruh terhadap perubahan perilaku konseli dari yang maladaptif menjadi adaptif. Sebelum memulai proses konseling, konselor telah menjelaskan semua tahap-tahapan terapi *self management* dengan *sayyidul istighfar* kepada konseli agar konseli faham dan memiliki gambaran kedepannya mengenai apa saja yang harus dilakukan saat proses konseling, setelah itu konselor meminta kesediaannya kepada konseli dengan lapang dada agar proses konseling berjalan dengan lancar. Pada tahap ini konselor dan konseli akan melakukan lima tahapan proses konseling dengan menggunakan teknik *self management* dan terapi *sayyidul istighfar* yang telah dijelaskan sebelumnya. Dan tahapannya adalah sebagai berikut :

1) *Self monitoring* (pemantauan diri)

Tahap *self monitoring* ini dilakukan pada tanggal 15 November 2023 di warung minuman permen karet Surabaya. Pada tahap ini konseli disuruh untuk merenungi perilaku buruknya yaitu kleptomania selama lima menit dengan memikirkan seberapa besar pengaruh negatif perilaku kleptomania jika dibiarkan terus menerus tanpa ada tindak lanjut ke arah yang lebih baik. Pada tahap ini konselor berharap agar konseli lebih sadar akan tanggung jawabnya dan membentuk pikiran yang negatif menjadi positif, selain itu konseli juga dituntut untuk lebih sadar akan kesalahan yang pernah dilakukannya terutama perbuatan kleptomania.

Setelah menenangkan pikirannya selama lima menit, konseli disuruh untuk menceritakan semua perilakunya saat melakukan perbuatan kleptomania atau kecanduan mengambil barang

orang lain tanpa izin dan apa saja yang dipikirkan saat melakukan perbuatan tersebut. Kemudian konseli menceritakan bahwa alasan dia kecanduan kleptomania karena lingkungan pertemanan yang tidak sehat semasa di pondok pesantren madrasah aliyah, jadi konseli sering mengambil barang teman-temannya seperti sandal, hanger, makanan ringan, dan barang-barang yang tidak penting lainnya. Konseli juga menyampaikan walaupun dia disuruh membeli barang-barang tersebut masih mampu karena setiap bulan orang tuanya selalu mengirim uang bulanan secara rutin, konseli merasa saat melakukan perilaku kleptomania pikiran dan perasaannya terasa tidak stabil, maksudnya terkadang merasa puas karena berhasil melakukan perbuatan sesuai hawa nafsunya dan terkadang merasa resah karena takut perbuatannya diketahui oleh banyak orang. Jadi menurut pandangan penulis konseli masih bingung dengan dirinya sendiri.

a) Pemantauan pra perilaku (*pra behavior monitoring*)

Setelah menceritakan semua perbuatannya terkait kleptomania dan apa yang dipikirkan saat melakukan hal tersebut. Selanjutnya konselor menyuruh konseli untuk menuliskan semua dampak buruk kleptomania baik yang dirasakan maupun yang belum dirasakan. Kemudian konseli menulis di selembar kertas tentang hal yang sudah disuruh konselor, diantaranya :

(1) Konseli sering kali merasa resah ketika melakukan kleptomania.

- (2) Jika ketahuan melakukan perbuatan kleptomania maka kemungkinan akan dikucilkan teman dan dihukum pihak pondok.
- (3) Menambah amal perbuatan dosa, sehingga menghambat konseli untuk melakukan perbuatan baik.
- (4) Dapat merugikan orang lain, karena konseli mengambil barang yang bukan hak nya.
- (5) Jika dilakukan terus menerus maka kemungkinan besar akan dikeluarkan dari pondok.

Maksud konselor menyuruh konseli menulis dampak buruk dari kleptomania adalah agar konseli memiliki pemahaman lebih terkait bahayanya kleptomania dan konseli merasa takut dengan konsekuensi nanti kedepannya kalau dibiarkan terus menerus, hal tersebut juga bertujuan agar konseli memiliki gairah untuk merubah perilaku maladaptifnya tersebut dengan cara melakukan aktifitas positif lain yang disukai konseli, sehingga mampu meminimalisir perilaku kleptomania. Setelah menuliskan semua dampak buruk perilaku kleptomania, selanjutnya konselor menyuruh konseli untuk merenungi dengan pikiran dan hatinya tentang dampak positif apa yang dirasakan konseli jika konseli mampu meninggalkan perilaku kleptomaniannya tersebut. Setelah itu konseli menulis di secari kertas tentang apa saja yang akan dirasakannya jika konseli

mampu meninggalkan perilaku maladaptifnya, diantaranya :

- (1) Konseli tidak akan merasa khawatir dan cemas lagi.
 - (2) Konseli akan mendapat lebih banyak teman jika dapat meninggalkan perilaku kleptomania dan terus-menerus melakukan kegiatan yang positif.
 - (3) Mengurangi perbuatan dosa, dan dapat meningkatkan kegiatan lain yang lebih positif.
 - (4) Menjadi pelajaran hidup untuk lebih baik kedepannya.
- b) Pemantauan pasca perilaku (*post behavior monitoring*)

Pada tahap pemantauan pasca perilaku ini konselor menyuruh konseli untuk menentukan perilaku-perilaku apa saja yang harus dilakukan sesuai minat dan kesenangan konseli yang sekiranya dapat mengurangi intensitas perilaku kleptomania. Jadi nanti konselor akan memberikan *form* penilaian di selembar kertas yang berisi jenis perilaku, hambatan, kemajuan, dan sejauh mana nilai yang dicapai konseli. Kemudian *form* tersebut akan dikumpulkan kepada konselor di pertemuan ke tiga di tanggal, waktu, dan tempat yang sudah disepakati.

Tabel 4.4
Form Pembuatan Perilaku Baru Konseli

Hari / Tanggal	Jenis Perilaku	Jam	Hambatan	Kemajuan
----------------	----------------	-----	----------	----------

2) *Reinforcement* positif (*self reward*)

Tahap selanjutnya adalah memberi penguatan positif kepada konseli yang dilaksanakan pada 16 November 2023 di Pondok Pesantren Darul Arqom Surabaya. Konselor harapkan di tahap pemberian penguatan positif ini konseli bisa mempertahankan dan mempraktekan perilaku positif yang telah dibuatnya di tahap *self monitoring* dengan baik. Bentuk penguatan tersebut bisa berupa *reward* (hadiah) yang dilakukan oleh konselor maupun konseli sendiri.

Pada tahap ini konselor berusaha menenangkan pikiran dan isi hati konseli dengan cara merilekskan pikirannya selama lima menit. Setelah konseli tenang dan merasa rileks dengan pikirannya, konselor mulai bertanya terkait perilaku positif yang dibuat di tahap *self monitoring* kemarin terkait tantangan atau hambatan, kemajuan, dan manfaat apa yang sudah dirasakan konseli. Konseli merespon dengan menjawab bahwa dia sudah mulai melakukan satu perilaku yang sudah dibuatnya dengan keyakinan penuh bahwa konseli mampu melakukan hal tersebut dengan baik sebagai awal dari perilaku-perilaku positif selanjutnya. Setelah itu konselor memuji konseli dengan

mengacungkan jempol dan bilang konseli pintar, hal tersebut merupakan *reinforcement* awal sebagai pancingan agar konseli senantiasa semangat ketika menjalankan satu-persatu rencana perilaku positif yang telah dibuatnya.

Konselor juga mengatakan kepada konseli bahwa konseli juga bisa memberikan *self reward* pada diri sendiri sesuai apa kemauan dan kesenangan konseli, namun dengan catatan tidak boleh berlebihan dan tidak boleh melanggar norma yang ada. Tujuan lain dari *self reward* ini adalah sebagai stimulus untuk konseli agar lebih termotivasi untuk terus melakukan perbuatan baru yang sudah disusun.

3) *Self contracting* (perjanjian dengan diri sendiri)

Setelah konseli selesai melaksanakan tahap *self monitoring* dan *self reward*, selanjutnya adalah tahap *self contracting* atau perjanjian dengan diri sendiri, pada tahap ini konseli diharapkan lebih banyak memikirkan hal-hal yang positif dan lebih menambah keyakinan atau motivasi diri bahwa konseli mampu untuk melakukan semua perbuatan positif yang telah dia buat. Konselor juga meminta konseli untuk memikirkan kemungkinan konsekuensi dari setiap perbuatan yang telah konseli perbuat, tentunya setiap perbuatan positif yang telah direncanakan konseli memiliki tujuan tersendiri dalam hidupnya. Di sisi lain konselor juga berusaha semaksimal mungkin untuk memberikan arahan kepada konseli tentang bagaimana cara untuk membuat perjanjian dengan diri sendiri tanpa merasa terbebani dalam artian konseli secara sukarela melakukan

perjanjian dengan diri demi kebaikannya sendiri. Adapun langkah-langkah dalam tahap *self contracting* adalah sebagai berikut :

- a) *Pertama*, konseli diminta yakin kepada dirinya sendiri bahwa dia bisa melakukan perubahan perilaku dari yang maladaptif menjadi adaptif demi kebaikan dirinya sendiri. Konseli juga harus yakin bahwa dia mampu untuk melakukan perubahan perilaku yang telah dibuat secara konsisten.
 - b) *Kedua*, Konseli harus bisa memperkuat perilaku yang baru di buat (*reinforcement*) dengan cara memberi *self reward* kepada dirinya sendiri (konselor juga bisa memberi *self reward*), bisa berupa sesuatu hal yang disukai konseli tetapi tidak boleh berlebihan dan tidak boleh melanggar norma.
 - c) *Ketiga*, Konseli diharapkan tidak mudah menyerah dengan segala macam hambatan yang dihadapi ketika melakukan perubahan pada perilaku yang telah dibuatnya, konseli juga bisa meminta bantuan kepada orang-orang terdekatnya untuk mensukseskan usahanya tersebut.
 - d) *Kempat*, Konseli diminta untuk siap dan berani menerima semua konsekuensi dari semua perbuatan yang telah dibuatnya.
 - e) *Kelima*, Konseli harus memiliki kesadaran diri bahwa semua perbuatan baru yang telah dibuatnya bertujuan untuk meminimalisir perbuatan kleptomania dan demi kebaikan konseli sendiri.
- 4) Terapi *sayyidul istighfar*

Setelah melakukan *self monitoring*, *self reward*, dan *self contracting*. Tahap selanjutnya adalah terapi keislaman yaitu terapi *sayyidul istighfar*, alasan penulis memilih terapi *sayyidul istighfar* adalah sesuai hadits nabi yang mengatakan bahwa *sayyidul istighfar* merupakan raja dari *istighfar* yang mampu mengampuni dosa-dosa yang diperbuat hambanya. Jadi penulis memilih terapi *sayyidul istighfar* ini sebagai wadah agar konseli mampu untuk mengamalkan bacaan *sayyidul istighfar* setiap selesai sholat lima waktu dan merenungi makna dari bacaan *sayyidul istighfar*, sehingga mampu mengurangi perilaku maladaptif.

Dan bacaan serta arti *sayidul istighfar* adalah sebagai berikut :

اللَّهُمَّ أَنْتَ رَبِّي ، لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ ، خَلَقْتَنِي وَأَنَا عَبْدُكَ ،
وَأَنَا عَلَى عَهْدِكَ وَوَعْدِكَ مَا اسْتَطَعْتُ ، أَعُوذُ بِكَ
مِنْ شَرِّ مَا صَنَعْتُ ، أَبُوءُ لَكَ بِنِعْمَتِكَ عَلَيَّ وَأَبُوءُ
بِذَنْبِي ، اغْفِرْ لِي ، فَإِنَّهُ لَا يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا أَنْتَ

Dari Syaddad bin Aus Radhiyallahu anhu dari Nabi Shallallahu ‘alaihi wa sallam ,
“Sesungguhnya *Istighfar* yang paling baik adalah seseorang hamba mengucapkan, “*Ya Allah, Engkau adalah Rabbku, tidak ada Ilah yang berhak diibadahi dengan benar selain Engkau. Engkau yang menciptakan aku dan aku adalah hamba-Mu. Aku menetapi perjanjian-Mu dan janji-Mu sesuai dengan kemampuanku. Aku berlindung kepada-Mu dari keburukan*

perbuatanku, aku mengakui nikmat-Mu kepadaku dan aku mengakui dosaku kepada-Mu, maka ampunilah aku. Sebab tidak ada yang dapat mengampuni dosa selain Engkau”. (HR. Bukhari)

‘Ibn al-Qayyim mengatakan bahwa memohon ampun (*istighfar*) memiliki pengaruh yang luar biasa untuk menghilangkan penderitaan, ketakutan, kesedihan, kesulitan, dan penyakit hati. Allah SWT berfirman, “*Maka apabila kamu telah menyelesaikan sholatmu, ingatkah Allah diwaktu berdiri, diwaktu duduk, dan diwaktu berbaring.*” (QS. An Nisa : 103). Waktu berdzikir lisan, yaitu pagi hari sebelum terbit matahari, sesudah selesai mengerjakan sholat dzuhur, waktu petang, sesudah selesai mengerjakan sholat asar, sebelum terbenamnya matahari, ketika reambang matahari, ketika bangun tidur dan terbenamnya bintang, sesudah shalat-shalat wajib.

Dari keterangan dalil diatas penulis sepakat dengan konseli dan konselor untuk menggunakan 5 waktu dalam pelaksanaan terapi *sayyidul istighfar*, yaitu ketika selesai sholat subuh, dhuhur, ashar, maghrib, dan isya, konseli juga bisa melaksanakan terapi di waktu lain sesuai kesenangan konseli. Dan tahap-tahap pelaksanaannya adalah sebagai berikut :

- a) Wudhu
- b) Sholat (lima waktu)
- c) Membaca *sayyidul istighfar* (diawali dengan *ta’awudz*, *basmalah*, dan *syahadat* baru membaca *sayyidul istighfar*)

Pada tahap di pertemuan ini konselor hanya memberi pengarahan kepada konseli mulai dari *self reward*, *self contracting*, dan terapi *sayyidul istighfar*. Konselor berharap konseli lebih memahami terlebih dahulu materi yang telah konselor sampaikan terutama pada tahap terapi *sayyidul istighfar* yang pelaksanaannya memerlukan konsentrasi dan konsisten di setiap tahap-tahapnya. Kemudian konseli memberikan waktu satu minggu untuk melaksanakan perilaku-perilaku barunya dan terapi *sayyidul istighfar* barulah selang satu minggu konseli dan konselor mengadakan pertemuan lagi untuk melaksanakan tahap terapi yang terakhir sekaligus pembahasan mengenai perilaku-perilaku yang sudah dilaksanakan.

5) *Stimulus control* (menerima rangsangan)

Pada tahap *stimulus control* ini konseli diharapkan mampu mengevaluasi diri sendiri terkait kemajuan apa saja yang sudah dicapai dan hambatan apa saja yang menjadi kesulitan yang nantinya bisa dijadikan pelajaran untuk lebih baik lagi kedepannya. Tahap ini juga sebagai penguat perilaku-perilaku baru konseli supaya menjadi kebiasaan yang positif dan mampu meminimalisir perilaku kleptomania.

Pada pertemuan ketiga sekaligus terakhir ini di tanggal 24 November 2023, konselor dan konseli melakukan evaluasi terkait perilaku-perilaku baru yang konseli sudah laksanakan. Konselor dan konseli mulai mendiskusikan *form* penilaian diri yang sudah diberikan konselor di tahap *self monitoring* terkait jenis-jenis perilaku yang dilakukan, hambatan apa saja yang

dihadapi, dan kemajuan-kemajuan apa yang sudah dicapai selama satu minggu pelaksanaan. Kemudian konselor memberikan masukan-masukan hal apa saja yang menjadi keluhan kesah konseli selama pelaksanaan perilaku baru tersebut. Dan berikut adalah hasil dari form penilaian diri konseli saat melaksanakan perilaku-perilaku baru :

Tabel 4.5
Form Hasil Pembuatan Perilaku Konseli

Tanggal	Jenis Perilaku	Jam	Hambatan	Kemajuan
17-23 November 2023	Menulis aktivitas keseharian di buku <i>diary</i>	20.00	-	Mulai terbiasa
	Membantu pengurus untuk menyiapkan kegiatan pondok	Saat waktu sholat dan kegiatan pondok	Saat membantu pengurus membangunkan subuh terkadang ngantuk dan malas sendiri	Mulai terbiasa
	Mengikuti bimbingan LKTI	14.00 (setelah kuliah)	Terkadang merasa lelah, karena sehabis kuliah	Mulai terbiasa
	Membaca limat ayat Al-Qur'an sesudah sholat maghrib	18.20	-	Mulai terbiasa
	Mengurangi ngopi sampai larut malam	19.00	Susah karena sudah kebiasaan	Mulai terbiasa

	Menyapu halaman pondok	16.40	-	Mulai terbiasa
--	------------------------	-------	---	----------------

Dari hasil penilaian *form* pemantauan diri konseli diatas dapat dikatakan bahwa konseli sudah mulai konsisten dalam melakukan perilaku-perilaku barunya dan terdapat kemajuan dibandingkan perilakunya dengan sebelum terapi. Hal tersebut membuktikan bahwa terapi yang dilakukan oleh konselor sangat berpengaruh besar terhadap perubahan perilaku ke arah yang lebih positif sehingga konseli lebih merasa percaya diri. Selain itu konselor juga bertanya mengenai hambatan apa saja yang dialami selama melaksanakan perilaku-perilaku barunya, kemudian konseli menjawab sesuai dengan apa yang dialaminya (di tabel) tanpa membesar-besarkan hambatannya tersebut, dan itu berarti konseli sudah mulai bisa bertanggung jawab dengan dirinya sendiri.

Penulis juga membuat deskripsi proses konseling teknik *self management* dengan *sayyidul istighfar* secara singkat melalui sebuah tabel agar mudah difahami oleh pembaca, dan penjelasannya adalah sebagai berikut :

Tabel 4.6
Deskripsi Singkat Proses *Treatment*

No.	Tahap Terapi	Pelaksanaan
1.	<i>Self monitoring</i> (pemantauan diri)	a. Pra perilaku Pada tahap perilaku ini

		<p>konseli disuruh untuk menceritakan semua perbuatannya dengan cara menenangkan pikirannya selama 5 menit terlebih dahulu. Setelah menenangkan pikirannya selama lima menit, konseli disuruh untuk menceritakan semua perilakunya saat melakukan perbuatan kleptomania atau kecanduan mengambil barang orang lain tanpa izin dan apa saja yang dipikirkan saat melakukan perbuatan tersebut.</p> <p>b. Pasca perilaku</p> <p>Pada tahap pemantauan pasca perilaku ini konselor menyuruh konseli untuk menentukan perilaku-perilaku apa saja yang harus dilakukan sesuai minat dan kesenangan konseli yang sekiranya dapat mengurangi intensitas perilaku kleptomania. Jadi nanti konselor akan memberikan <i>form</i> penilaian di selembar kertas yang berisi jenis perilaku, hambatan, kemajuan, dan sejauh mana nilai yang dicapai konseli.</p>
2.	<p><i>Reinforcement positif (self reward)</i></p>	<p>a. Pada tahap ini konselor memuji konseli setelah konseli menceritakan bahwa dia mulai mengerjakan perilaku barunya</p>

		<p>satu persatu yaitu dengan cara memuji dengan kata-kata sambil mengacungkan jempol, hal tersebut merupakan reinforcement awal sebagai pancingan agar konseli konsisten dalam melaksanakan pekerjaannya.</p> <p>b. Konselor juga mengatakan kepada konseli bahwa konseli juga bisa memberikan <i>self reward</i> pada diri sendiri sesuai apa kemauan dan kesenangan konseli, namun dengan catatan tidak boleh berlebihan dan tidak boleh melanggar norma yang ada.</p>
3.	<p><i>Self contracting</i> (perjanjian dengan diri sendiri)</p>	<p>a. <i>Pertama</i>, konseli diminta yakin kepada dirinya sendiri bahwa dia bisa melakukan perubahan perilaku dari yang maladaptif menjadi adaptif demi kebaikan dirinya sendiri. Konseli juga harus yakin bahwa dia mampu untuk melakukan perubahan perilaku yang telah dibuat secara konsisten.</p> <p>b. <i>Kedua</i>, Konseli harus bisa memperkuat perilaku yang baru di buat (<i>reinforcement</i>) dengan cara memberi <i>self reward</i> kepada dirinya sendiri (konselor juga bisa memberi <i>self reward</i>), bisa berupa sesuatu hal yang disukai</p>

		<p>konseli tetapi tidak boleh berlebihan dan tidak boleh melanggar norma.</p> <p>c. <i>Ketiga</i>, Konseli diharapkan tidak mudah menyerah dengan segala macam hambatan yang dihadapi ketika melakukan perubahan pada perilaku yang telah dibuatnya, konseli juga bisa meminta bantuan kepada orang-orang terdekatnya untuk mensukseskan usahanya tersebut.</p> <p>d. <i>Kempat</i>, Konseli diminta untuk siap dan berani menerima semua konsekuensi dari semua perbuatan yang telah dibuatnya.</p> <p>e. <i>Kelima</i>, Konseli harus memiliki kesadaran diri bahwa semua perbuatan baru yang telah dibuatnya bertujuan untuk meminimalisir perbuatan kleptomania dan demi kebaikan konseli sendiri.</p>
4.	Terapi <i>sayyidul istighfar</i>	<p>a. Wudhu</p> <p>b. Sholat (lima waktu)</p> <p>c. Membaca <i>sayyidul istighfar</i> (diawali dengan <i>ta'awudz</i>, <i>basmalah</i>, dan <i>syahadat</i> baru membaca <i>sayyidul istighfar</i>)</p>

5.	<i>Stimulus control</i> (menerima rangsangan)	<p>Pada tahap <i>stimulus control</i> ini konseli diharapkan mampu mengevaluasi diri sendiri terkait kemajuan apa saja yang sudah dicapai dan hambatan apa saja yang menjadi kesulitan yang nantinya bisa dijadikan pelajaran untuk lebih baik lagi kedepannya. Tahap ini juga sebagai penguat perilaku-perilaku baru konseli supaya menjadi kebiasaan yang positif dan mampu meminimalisir perilaku kleptomania.</p>
----	--------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

e. Evaluasi

Evaluasi berarti mengkaji kembali apa yang kurang dan apa saja yang harus diperbaiki setelah serangkaian kegiatan dilakukan. Dalam bimbingan dan konseling evaluasi termasuk tahap yang paling penting, karena dengan adanya evaluasi kita (konselor dan konseli) bisa mengetahui apa saja yang mungkin belum tercantumkan selama proses konseling, evaluasi juga mampu mengukur sejauh mana keberhasilan dan hasil yang dicapai selama proses konseling.

Pada tahap evaluasi ini konselor dan konseli berdiskusi terkait sejauh mana keberhasilan yang sudah konseli rasakan dan hambatan apa saja yang telah konseli hadapi selama pelaksanaan proses konseling, dan apakah konseli mampu untuk meminimalisir perilaku kleptomania melalui perilaku-perilaku positif yang telah dilaksanakannya. Berikut ini adalah hasil diskusi selama tahap evaluasi :

- 1) Konseli mulai bisa menahan hawa nafsunya atau keinginan untuk mengambil barang orang lain dibandingkan sebelumnya.
- 2) Tidak merasa takut dan cemas lagi
- 3) Konseli mulai terbiasa melakukan perilaku-perilaku baru yang telah dibuat di tahap *self monitoring*.
- 4) Konseli mulai jarang keluar masuk kamar santri lain tanpa izin.
- 5) Mulai bisa bertanggung jawab dengan dirinya sendiri.

f. Follow Up

Tahap *follow up* merupakan tahap lanjutan dari evaluasi, pada tahap ini konselor menindaklanjuti dengan cara memberikan motivasi dan arahan kepada konseli agar selalu melaksanakan perilaku-perilaku barunya dengan konsisten. Adapun bentuk *follow up* yang dilakukan konselor adalah sebagai berikut :

- 1) Konselor meminta konseli untuk konsisten melaksanakan terapi *sayyidul istighfar* sesuai tahapan yang sudah dijelaskan, karena dengan pengamalan terapi *sayyidul istighfar* konseli akan merasa tenang baik pikiran maupun hati.
- 2) Konselor memberikan saran kepada konseli agar mampu untuk menambah perilaku-perilaku baru yang mungkin konseli inginkan tetapi belum kesampaian.
- 3) Konselor memberikan beberapa motivasi agar konseli selalu semangat dalam menjalani hidupnya dan menyarankan agar konseli selalu berbuat baik kepada orang lain, karena sebaik-baik manusia adalah manusia yang bermanfaat bagi orang lain.

2. Hasil Terapi *Self Management* Dengan *Sayyidul Istighfar* Dalam Mengatasi Kleptomania Pada Santri Pondok Pesantren Darul Arqom Surabaya.

Pada tahap ini penulis anak menjelaskan secara detail mengenai perubahan apa yang dirasakan setelah menjalani serangkaian terapi *self management* dengan *sayyidul istighfar*. Berdasarkan proses terapi yang telah dilakukan, maka penulis berusaha menentukan beberapa indikator perubahan perilaku yang konseli rasakan. Oleh karena itu penulis juga membuat beberapa indikator perilaku yang mencerminkan perilaku kleptomania pada diri konseli (*sesuai data assessment*). Adapun datanya adalah sebagai berikut :

Tabel 4.7
Indikator Kleptomania Pada Konseli

No.	Indikator Perilaku
1.	Konseli sering keluar masuk kamar santri lain tanpa izin.
2.	Konseli beberapa kali membuka lemari santri tanpa izin.
3.	Konseli sering mengambil dan meminjam barang orang lain tanpa izin dan tanpa merasa bersalah.
4.	Konseli terkadang merasa resah ketika melakukan perbuatan kleptomania.
5.	Konseli tidak bisa mengendalikan hawa nafsunya atau keinginan yang tidak tertahankan ketika ingin mengambil barang orang lain.

Indikator diatas merupakan bentuk-bentuk perilaku kleptomania yang dilakukan oleh konseli yang penulis teliti, data tersebut penulis ketahui melalui identifikasi masalah atau *assessment*. Setelah mengetahui indikator

indikator permasalahan konseli dan sudah dikelompokkan juga, maka penulis bekerjasama dengan konselor untuk mengintervensi (*treatment*) konseli melalui teknik *self management* dengan *sayyidul istighfar*. Setelah proses konseling selesai, penulis melakukan pengamatan sekaligus wawancara kepada konseli untuk membuktikan apakah proses konseling berhasil atau tidak. Dan berikut ini adalah penjelasan mengenai perilaku konseli setelah proses konseling yang disajikan dalam bentuk tabel :

Tabel 4.8
Perubahan Perilaku Konseli Pasca Terapi

No.	Indikator Perilaku Kleptomania	Perubahan Setelah Terapi		
		Sering	Jarang	Tidak Pernah
1.	Konseli sering keluar masuk kamar santri lain tanpa izin.		✓	
2.	Konseli beberapa kali membuka lemari santri tanpa izin.			✓
3.	Konseli sering mengambil dan meminjam barang orang lain tanpa izin dan tanpa merasa bersalah.			✓
4.	Konseli terkadang merasa resah ketika melakukan			✓

	perbuatan kleptomania.			
5.	Konseli tidak bisa mengendalikan hawa nafsunya atau keinginan yang tidak tertahankan ketika ingin mengambil barang orang lain.			✓

Untuk lebih jelasnya, penulis akan menjelaskan lebih detail mengenai kemajuan terkait indikator-indikator perilaku konseli yang telah penulis jeaskan di tabel atas. Sehingga penjelasannya adalah sebagai berikut :

- a. Konseli sering keluar masuk kamar santri lain tanpa izin.

Setelah menjalani serangkaian terapi *self management* dengan *sayyidul istighfar* dan mendapat motivasi juga dari konselor sehingga membuatnya menyadari akan kesalahan dari dirinya diantaranya adalah keluar masuk kamar santri lain tanpa izin. Menurut pengamatan penulis konseli sudah mulai jarang masuk kamar santri lain tanpa izin terbukti dengan kesaksian santri lain setelah penulis bertanya ke beberapa santri kamar lain, walaupun konseli ingin masuk kamar santri lain konseli sudah mulai mengucapkan salam dan masuk kamar santri lain kalau ada orang didalamnya, hal tersebut supaya tidak menimbulkan fitnah.

- b. Konseli beberapa kali membuka lemari santri lain tanpa izin.

Sebelum melakukan proses konseling, penulis beberapa kali menemukan konseli membuka lemari santri lain tanpa izin, hal tersebut terbukti menurut kesaksian teman penulis yang menyaksikan langsung konseli membuka lemari orang lain tanpa izin di malam hari. Menurut pengamatan penulis konseli sudah tidak pernah lagi melakukan hal tersebut, disamping karena efek dari terapi *self management* dengan *sayyidul istighfar*, konseli juga mendapat peringatan keras dari pengurus pondok terkait tindakannya tersebut. Menurut keterangan dari pengurus pondok jika konseli sudah mendapat peringatan tetapi masih melakukan hal tersebut sebanyak tiga kali, maka kemungkinan besar konseli akan dikeluarkan dari pondok.

- c. Konseli sering mengambil dan meminjam barang orang lain tanpa izin dan tanpa merasa bersalah.

Selama penulis berteman dengan konseli kurang lebih selama satu tahun, penulis seringkali menyaksikan konseli sering meminjam dan mengambil barang santri lain tanpa izin. Barang yang dipinjam konseli bukanlah barang-barang yang sangat penting seperti hanger, sandal, air minum, sabun deterjen, baju dan lain-lain tanpa dikembalikan. Setelah proses terapi dengan konselor dan berkat *form* penilaian perilaku baru sudah diterapkan, konseli mulai meninggalkan perilaku maladaptifnya tersebut. Walaupun konseli ingin meminjam barang konseli izin dulu kepada pemiliknya dan dikembalikan.

- d. Konseli terkadang merasa resah ketika melakukan perbuatan kleptomania.

Ketika konseli melakukan perbuatan kleptomania, konseli seringkali merasa resah dan

khawatir karena takut perilakunya tersebut akan diketahui oleh orang banyak terutama pengurus pondok sehingga menyebabkan dia terkena sanksi. Setelah konseli mendapatkan *treatment*, dia mengatakan bahwa rasa resah dan khawatir sudah berangsur-angsur menghilang bersamaan dengan perilaku kleptomanianya. Karena rasa resah dan khawatir ini hanya muncul ketika konseli melakukan perbuatan kleptomania.

- e. Konseli tidak bisa mengendalikan hawa nafsunya atau keinginan yang tidak tertahankan ketika ingin mengambil.

Kleptomania merupakan perbuatan maladaptif yang pastinya dikendalikan oleh hawa nafsu yang memiliki efek kesenangan sesaat saja. Konseli mengaku bahwa sebelum *treatment* dia susah sekali mengendalikan perilaku kleptomanianya tersebut atau keinginan untuk mengambil barang orang lain tanpa izin. Menurut konseli susah untuk menghilangkan perilaku kleptomanianya karena sudah menjadi kebiasaan sejak madrasah aliyah. Tetapi setelah *treatment* dilakukan konseli sudah mulai bisa mengontrol hawa nafsunya tersebut.

C. Pembahasan Hasil Penelitian

1. Prespektif Teori

a. Analisis Proses Terapi *Self Management* Dengan *Sayyidul Istighfar* Dalam Mengatasi Kleptomania Pada Santri Pondok Pesantren Darul Arqom Surabaya.

Proses terapi *self management* dengan *sayyidul istighfar* dalam penelitian ini dilakukan dalam enam tahapan konseling yaitu : identifikasi

masalah, diagnosis, prognosis, *treatment*, evaluasi, *follow up*.

Tahap pertama adalah identifikasi masalah, dimana dalam tahap ini penulis berusaha mencari data yang seakurat mungkin mengenai informasi pribadi konseli dan latar belakang mengapa permasalahan tersebut bisa terjadi pada konseli yang penulis teliti. Data yang penulis kumpulkan pada tahap identifikasi masalah ini berupa wawancara langsung dengan konseli, wawancara kepada teman sekamar konseli, dan tentunya mengobservasi perilaku konseli selama di pondok pesantren. Dimana penulis juga satu pondok dengan konseli jadi memudahkan penulis untuk mengamati aktivitas keseharian konseli.

Tahap kedua adalah diagnosis, Pada tahap ini penulis berusaha memahami lebih dalam tentang informasi yang diberikan konseli dan *significant other* (teman konseli), kemudian penulis menjelaskan tentang sebab atau latar belakang dan indikator perilaku permasalahan yang dialami oleh konseli. Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan penulis dan konseli maka dapat disimpulkan bahwa penyebab kleptomania hanya satu hal yaitu pengaruh lingkungan dan pertemanan yang tidak saat konseli masih sekolah di madrasah aliyah. Dari satu faktor tersebut dapat menyebabkan beberapa perilaku maladaptif terkait kleptomania diantaranya :

- 1) Konseli sering keluar masuk kamar santri lain tanpa izin.
- 2) Konseli beberapa kali membuka lemari orang lain tanpa izin.

- 3) Konseli sering mengambil barang orang lain tanpa izin dan tanpa merasa bersalah.
- 4) Konseli sering meminjam barang temannya tanpa izin.
- 5) Konseli terkadang merasa resah ketika melakukan perbuatan kleptomania.
- 6) Konseli tidak bisa mengendalikan hawa nafsunya atau keinginan yang tidak tertahankan ketika ingin mengambil barang orang lain.

Tahap ketiga adalah prognosis, tahap ini adalah tahap dimana penulis harus menentukan terapi islam dan teknik kontemporer yang tepat kepada konseli guna menyelesaikan masalah yang sedang dialami. Setelah memahami lebih dalam tentang permasalahan konseli yang telah penulis jelaskan di paragraf atas, maka penulis tertarik untuk melakukan intervensi atau *treatment* dengan menggunakan teknik *self management* dari teori behavior dan terapi islam *sayyidul istighfar* dalam mengatasi kleptomania.

Alasan penulis menggunakan teknik *self management* adalah untuk mengatur perilaku konseli agar lebih disiplin dan tertata sehingga meminimalisir perbuatan kleptomania pada konseli, teknik *self management* bukan hanya berfokus terhadap perubahan perilaku konseli, tetapi juga pola pola pikir yang harus diluruskan. Selanjutnya adalah penggunaan terapi Islam *sayyidul istighfar* dalam mengatasi kleptomania, alasan penulis menggunakan terapi *sayyidul istighfar* adalah supaya konseli merenungi perbuatan dosanya dengan membaca *sayyidul istighfar* (sesuai tata cara yang telah dijelaskan).

Selanjutnya adalah tahap *treatment*, tahap ini adalah tahap dimana konselor melakukan proses konseling menggunakan prosedur teknik *self management* dan terapi *sayyidul istighfar* dalam mengatasi kleptomania, dan prosesnya adalah sebagai berikut :

Tabel 4.9
Deskripsi Singkat Proses *Treatment*

No.	Tahap Terapi	Pelaksanaan
1.	<i>Self monitoring</i> (pemantauan diri)	<p>Pada tahap perilaku ini konseli disuruh untuk menceritakan semua perbuatannya dengan cara menenangkan pikirannya selama 5 menit. Setelah menenangkan pikirannya selama lima menit, konseli disuruh untuk menceritakan semua perilakunya saat melakukan perbuatan kleptomania.</p> <p>Pada tahap pemantauan pasca perilaku ini konselor menyuruh konseli untuk menentukan perilaku-perilaku apa saja yang harus dilakukan sesuai minat dan kesenangan konseli yang sekiranya dapat mengurangi intensitas perilaku kleptomania.</p>
2.	<i>Reinforcement</i> positif (<i>self reward</i>)	<p>Pada tahap ini konselor memuji konseli setelah konseli menceritakan bahwa dia mulai mengerjakan perilaku barunya satu persatu yaitu dengan cara memuji dengan kata-kata sambil</p>

		<p>mengacungkan jempol, hal tersebut merupakan <i>reinforcement</i> awal.</p> <p>Konselor juga mengatakan kepada konseli bahwa konseli juga bisa memberikan <i>self reward</i> pada diri sendiri sesuai apa kemauan dan kesenangan konseli, namun dengan catatan tidak boleh berlebihan dan tidak boleh melanggar norma yang ada.</p>
3.	<p><i>Self contracting</i> (perjanjian dengan diri sendiri)</p>	<p>a. <i>Pertama</i>, konseli diminta yakin kepada dirinya sendiri bahwa dia bisa melakukan perubahan perilaku dari yang maladaptif menjadi adaptif demi kebaikan dirinya sendiri.</p> <p>b. <i>Kedua</i>, Konseli harus bisa memperkuat perilaku yang baru di buat (<i>reinforcement</i>) dengan cara memberi <i>self reward</i> kepada dirinya sendiri (konselor juga bisa memberi <i>self reward</i>).</p> <p>c. <i>Ketiga</i>, Konseli diharapkan tidak mudah menyerah dengan segala macam hambatan yang dihadapi ketika melakukan perubahan pada perilaku yang telah dibuatnya.</p> <p>d. <i>Kempat</i>, Konseli diminta untuk siap dan berani menerima semua konsekuensi dari semua perbuatan yang telah dibuatnya.</p> <p>e. <i>Kelima</i>, Konseli harus memiliki kesadaran diri bahwa semua</p>

		perbuatan baru yang telah dibuatnya bertujuan untuk meminimalisir perbuatan kleptomania.
4.	Terapi <i>sayyidul istighfar</i>	a. Wudhu b. Sholat (lima waktu) c. Membaca <i>sayyidul istighfar</i> (diawali dengan <i>ta'awudz, basmalah,</i> dan <i>syahadat</i> baru membaca <i>sayyidul istighfar</i>)
5.	<i>Stimulus control</i> (menerima rangsangan)	Pada tahap <i>stimulus control</i> ini konseli diharapkan mampu mengevaluasi diri sendiri terkait kemajuan apa saja yang sudah dicapai dan hambatan apa saja yang menjadi kesulitan yang nantinya bisa dijadikan pelajaran untuk lebih baik lagi kedepannya.

Tahap ke lima adalah evaluasi, Pada tahap evaluasi ini konselor dan konseli berdiskusi terkait sejauh mana keberhasilan yang sudah konseli rasakan dan hambatan apa saja yang telah konseli hadapi selama pelaksanaan proses konseling, dan apakah konseli mampu untuk meminimalisir perilaku kleptomania melalui perilaku-perilaku positif yang telah dilaksanakannya.

Dan tahap yang terakhir adalah *follow up*, tahap *follow up* merupakan tahap lanjutan dari evaluasi, pada tahap ini konselor menindaklanjuti dengan cara memberikan motivasi dan arahan kepada konseli agar selalu melaksanakan perilaku-perilaku barunya dengan konsisten. Adapun bentuk *follow up* yang dilakukan konselor adalah sebagai berikut :

- 1) Konselor meminta konseli untuk konsisten melaksanakan terapi *sayyidul istighfar* sesuai tahapan yang sudah dijelaskan, karena dengan pengamalan terapi *sayyidul istighfar* konseli akan merasa tenang baik pikiran maupun hati.
- 2) Konselor memberikan saran kepada konseli agar mampu untuk menambah perilaku-perilaku baru yang mungkin konseli inginkan tetapi belum kesampaian.

b. Analisis Hasil Terapi *Self Management* Dengan *Sayyidul Istighfar* Dalam Mengatasi Kleptomania Pada Santri Pondok Pesantren Darul Arqom Surabaya.

Setelah melewati tahapan konseling melalui terapi *self management* dengan *sayyidul istighfar*, dapat dikatakan bahwa konseli mulai meninggalkan perilaku kleptomanianya dibuktikan pemngamatan dari penulis sendiri dan kesaksian dari teman-teman pondoknya. Untuk lebih jelasnya penulis akan menjelaskan indikator-indikator perilaku konseli dalam bentuk tabel, penjelasannya adalah sebagai berikut :

Tabel 4.10
Perbandingan Perilaku Konseli Sebelum dan Sesudah
Treatment

No	Indikator Perilaku Kleptomania	Sebelum Terapi			Sesudah Terapi		
		S	J	TP	S	J	TP
1.	Konseli sering keluar masuk kamar santri lain tanpa izin.	✓				✓	
2.	Konseli beberapa kali membuka lemari		✓				✓

	santri tanpa izin.						
3.	Konseli sering mengambil dan meminjam barang orang lain tanpa izin dan tanpa merasa bersalah.	✓					✓
4.	Konseli terkadang merasa resah ketika melakukan perbuatan kleptomania.		✓				✓
5.	Konseli tidak bisa mengendalikan hawa nafsunya atau keinginan yang tidak tertahankan ketika ingin mengambil barang orang lain	✓					✓

Keterangan :

- S : Sering
- J : Jarang
- TP : Tidak Pernah

Berdasarkan pemaparan tabel diatas, dapat disimpulkan bahwasannya konseli mulai bisa mengontrol perilaku kleptomanianya dibuktikan dengan penurunan intensitas dan durasi sebelum dan sesudah terapi. Namun dari semua aspek indikator kleptomania, hanya satu yang belum sepenuhnya sembuh yaitu keluar masuk kamar santri lain tanpa izin. Tetapi dari keseluruhan indikator kleptomania pada konseli, sudah dipastikan terdapat perubahan yang signifikan ke arah yang lebih baik (adaptif).

2. Prespektif Islam

Self management berarti manajemen diri atau kemampuan seseorang untuk mengatur perasaan, pikiran, dan perilaku untuk mencapai sesuatu yang positif dan menguntungkan bagi dirinya sendiri. Berdasarkan hasil penelitian yang telah penulis jelaskan bahwasannya terapi *self management* dengan *sayyidul istighfar* dapat mengatasi kleptomania pada seorang santri. Hal tersebut dibuktikan dengan kesaksian teman-teman santri dan pengamatan pribadi penulis tentang perubahan perilaku dari maladaptif ke adaptif.

Membicarakan tentang manajemen kehidupan dalam perspektif Al-Qur'an, sesungguhnya merupakan kisaran diskusi yang mempersoalkan hidup dan kehidupan manusia versi Al-Qur'an. Di mana, kehidupan itu tidak bisa dipisahkan dengan waktu dengan berbagai resiko yang ditinggalkannya. Setiap orang siapapun dia, apakah ibu-ibu rumah tangga, petani, nelayan, teknokrat, pelajar, mahasiswa bahkan politikus sekalipun, bahwa dalam setiap langkah, setiap ucapan, tindakan dan perbuatan dalam keseharian mereka, dapat dipastikan terikat oleh waktu dan sangat mengandung resiko. Dalam sudut pandang Islam manajemen diistilahkan dengan menggunakan kata *al-tadbir* (pengaturan). Kata ini merupakan derivasi dari kata *dabbara* (mengatur) yang banyak terdapat dalam Al Qur'an seperti firman Allah SWT :

يُدَبِّرُ الْأَمْرَ مِنَ السَّمَاءِ إِلَى الْأَرْضِ ثُمَّ يَعْرُجُ إِلَيْهِ
فِي يَوْمٍ كَانَ مِقْدَارَهُ أَلْفَ سَنَةٍ مِّمَّا تَعُدُّونَ

Artinya : *Dia mengatur urusan dari langit ke bumi, kemudian (urusan) itu naik kepadanya dalam satu hari yang kadarnya adalah seribu tahun menurut perhitunganmu (As - Sajdah : 05).*⁶⁸

Dari makna kandungan ayat tersebut dapat diketahui bahwasannya Allah swt merupakan penata alam semesta (*Al Mudabbir /manager*). Keseimbangan dunia ini adalah bukti nyata keagungan Allah swt dalam mengatur dunia ini. Namun, dengan adanya manusia yang Allah SWT ciptakan telah dijadikan sebagai khalifah di bumi, oleh karenanya manusia harus menajemen bumi dengan sebaik mungkin seperti Allah mengatur alam jagat raya ini.⁶⁹

Terapi *sayyidul istighfar* merupakan pengobatan yang dilakukan umat islam untuk mendapatkan ampunan dari Allah SWT dari jiwa yang berantakan menjadi jiwa yang tak bernoda dengan cara menggarap, mensyukuri, menerima, dan diawali dengan mengucapkan *ta'awudz*, basmalah dan syahadat. Seorang hamba beristighfar kepada Allah untuk memohon ampunan atas dosa-dosanya, keringanan dari penderitaannya, dan perlindungan dari penderitaan. Secara bahasa, *istighfar* adalah meminta ampun sekaligus menutupi dosa.

Menurut Ibnu al-Qayyim, memohon ampun (*istighfar*) secara signifikan mengurangi penderitaan, ketakutan, kesedihan, kesulitan, dan penyakit jantung. Allah SWT berfirman, "*Maka apabila kamu telah menyelesaikan sholatmu, ingatkah Allah diwaktu berdiri, diwaktu duduk, dan diwaktu berbaring.*" (QS.

⁶⁸ Qur'an Kemenag, *As-Sajdah (5)*, Diakses Pada 04 Januari 2024 Dari <https://quran.kemenag.go.id/>

⁶⁹ Husaini Usman, *Manajemen : Teori, Praktik dan Riset Pendidikan*, (Jakarta : Bumi Aksara, 2006), 3.

An Nisa : 103). Waktu *dzikir* lisan adalah sebelum matahari terbit, setelah zuhur, sore hari, setelah salat Asar, sebelum matahari terbenam, saat matahari terbit dan bintang terbit, dan setelah shalat wajib.

Membaca *istighfar*, atau memohon ampun kepada Allah, seratus kali setelah shalat subuh, petang, dan Maghrib. Setelah shalat subuh orang mukmin, jika seseorang memohon ampun kepada Allah sebanyak dua puluh tujuh kali sehari, maka yang demikian yang sesuai dengan hadits berikut : *Barangsiapa yang memohonkan ampunan Allah dua puluh tujuh kali untuk kaum mukmin, maka ia akan dimasukkan kedalam golongan mereka yang do'a-do'anya dikabulkan, dan yang karena mereka ini orang-orang hidup dimuka bumi ini beroleh rizki.*



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan pemaparan materi mengenai permasalahan konseli tentang kleptomania dan penanganannya melalui teknik *self management* dan terapi *sayyidul istighfar*, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Proses penerapan terapi *self management* dengan *sayyidul istighfar* dalam mengatasi kleptomania pada seorang santri dilakukan dalam enam tahapan konseling yaitu : identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, *treatment* / intervensi (*self monitoring* / pemantauan diri, *reinforcement* positif, *self contracting* / perjanjian diri, terapi *sayyidul istighfar*, *stimulus control* (menerima rangsangan), evaluasi, *follow up*.
2. Hasil yang diperoleh setelah konseli menjalani terapi *self management* dengan *sayyidul istighfar* adalah konseli mulai bisa mengontrol perilakunya untuk tidak melakukan perilaku kleptomania atau mengambil barang orang lain tanpa izin. Selain itu konseli juga mulai bisa bertanggung jawab dengan dirinya sendiri dengan cara melakukan perilaku-perilaku positif untuk meminimalisir perilaku kleptomania yang telah dibuatnya selama proses *treatment*.

B. Rekomendasi

1. Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam

Penulis menyarankan kepada mahasiswa bimbingan dan konseling islam untuk mempelajari teknik *self management* dari teori behavior, karena teknik ini sangat berguna bagi seseorang yang mengalami permasalahan terkait kurangnya

manajemen diri terutama perilaku kleptomania sama dengan penelitian ini. Untuk terapi islamnya mahasiswa juga bisa memilih berbagai macam terapi islam yang disarankan oleh dosen pembimbing, tetapi terapi *sayyidul istighfar* ini mempunyai berbagai macam manfaat jika dipelajari lebih dalam apalagi dalam pemecahan masalah.

2. Peneliti Lain

Penulis harapan pembaca atau peneliti yang membaca skripsi ini mampu untuk mengambil nilai-nilai pelajaran yang positif untuk dijadikan referensi tambahan sebuah penulisan maupun pengetahuan untuk menangani sebuah permasalahan. Dan jika terdapat kesalahan dalam penulisan penulis mohon maaf yang sebesar besarnya.

C. Keterbatasan Penelitian

Penulis pribadi mengakui bahwa penulisan skripsi ini memiliki banyak sekali kekurangan dan masih jauh kalau dibandingkan dengan penelitian kakak tingkat maupun teman-teman sebaya. Penerapan teknik konseling di penelitian ini mungkin berhasil pada satu konseli yang penulis teliti, namun belum tentu berhasil pada orang lain. Oleh karena itu, penulis mohon maaf yang sebesar-besarnya jika terdapat kesalahan dalam penulisan skripsi ini karena penulis hanyalah manusia biasa yang tidak luput akan kesalahan. Kritik dan saran yang membangun akan selalu penulis terima demi kebaikan skripsi ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdussamad, Zuchri, *Metode Penelitian Kualitatif*, Makassar : Syakir Media Press, 2021.
- Achmad Gufron, Iffan, “Santri dan Nasionalisme,” *Islamic Insights Journal*, vol. 1, no. 1, 2019.
- Af’idah, Maftuhatul, “Tindak Pidana Pencurian Oleh Penderita Kleptomania (Studi Analisis Menurut Hukum Pidana Islam dan Hukum Positif)”, *Skripsi*, Jurusan Siyasaah Jinayah Fakultas Syariah UIN Walisongo Semarang, 2018.
- Al-Ghozali, Iman, *Ihya’ Ulumuddin Imam Al Ghozali*, Surabaya : Gitamedia Press, 2003.
- Al-Muqaddam, Syaikh Ismail, *Fikih Istighfar*, Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2015.
- Ardi Ardani, Trisiadi, *Praktisi Islam*, Malang : UIN Malang Press, 2008.
- Ary Prabowo, Bangkit dan Karyono, “Gambaran Psikologi Individu Dengan Kecenderungan Kleptomania,” *Jurnal Psikologi Undip*, vol. 13, no. 2, 2014.
- Asy’ari, Hasyim, *Etika Pendidikan Islam*, Yogyakarta : Titan Wacana, 2007.
- Barlow, H. D. & Durand, M. V., *Intisari Psikologi Abnormal*, Yogyakarta : Penerbit Pustaka Belajar, 2007.
- Bungin, Burhan, *Analisis Data Penelitian Kualitatif*, Jakarta : Rajawali Press, 2015.
- Corey, Gerald, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi Terjemah : E. Koswara*, Bandung : PT Refika Aditama, 2013.
- Creswell, John W., *Research Design : Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed Edisi Ketiga terjemahkan : Achmad Fawaid*, Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2013.
- Dewi Astuti, Anita dan Dwi Lestari, Sri, “Teknik *Self Management* untuk mengurangi perilaku terlambat

- datang di Sekolah,” *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, vol. 10, no. 1, 2020.
- Dhofier, Zamakhshari, *Tradisi Pesantren Studi Tentang Pandangan Hidup Kyai (Cet. X)*, Jombang : LP3ES, 2019.
- Ermilasari, Danik dkk, *Problematika Anak SD / MI Zaman Now dan Solusinya*, Semarang : Forum Muda Cendekia, 2019.
- Fahmi, Mustofa, *Kesehatan Jiwa Dalam Keluarga, Sekolah dan Masyarakat (Terjemah : Zakiah Daradjat)*, Jakarta: Bulan Bintang, 1977.
- Faozan, Ahmad, *Belajar Kepada Guru Santri*, Jakarta : Kompas Gramedia, 2019.
- Febriani, Heni, “Efektivitas Konseling Behavior Dengan Teknik *Self Management* Dalam Mengurangi Perilaku Membolos Pada Peserta Didik Kelas VII di SMPN 13 Bandar Lampung,” *Skripsi*, Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung, 2017.
- Ghifary, Ifal, *Santri (The Largest Sarungan Comunity)*, Surabaya : CV. Garuda Mas Sejahtera, 2014.
- Hajriansyah, “Akhlah Terpuji dan yang Tercela (Telaah singkat *Ihya’ Ulumuddin* Jilid III),” *Jurnal Nalar*, vol. 1, no. 1, 2017.
- Hamman, Hasan, *at-Tadawi bi-Istighfar : Terjemahan Atiq Fikri Ilyas*, Jakarta : Nakhlah Pustaka, 2014.
- Hamman, Hasan, *Dahsyatnya Terapi Istighfar*, Jakarta : Nakhlah Pustaka, 2013, 13.
- Harahap, Mawaddah dan Muliani, Aninda, “Aplikasi Sistem Pakar Bagi Pengidap Kleptomania Menggunakan Visual Basic 2008,” *Jurnal Penelitian Teknik Informatika*, vol. 1, no. 2, 2018.

- Hasan, Iqbal, *Analisis Data Penelitian Dengan Statistik*, Jakarta : Media Grafika, 2004.
- Herdiansyah, Haris, *Metode Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu-Ilmu Sosial*, Jakarta : Slemba Humanika, 2010.
- Hidayat, Rachmad, *Menghindari Akhlak Tercela Terhadap Allah SWT & Sesama Manusia*, Jakarta : CV. Rizky Aditya, 2012.
- Hirata, Andrea, *Sang Pemimpi*, Yogyakarta : Bentang Pustaka, 2016.
- Jaya Nur, Makmur dkk, *Teori dan Teknik Bimbingan dan Konseling*, Sinjai : CV. Latinulu, 2020.
- Juwanda, Ekasari, “Tinjauan Hukum Terhadap Pencurian yang Dilakukan Oleh Kleptomania Berdasarkan Hukum Islam dan Hukum Positif di Indonesia,” *Skripsi*, Jurusan Hukum Perbandingan Mahdzab dan Hukum Fakultas Syari’ah dan Hukum UIN Alauddin Makassar, 27-26.
- Kaplan I., Harold, J. Sadock, Benjamin dan A., Jack, *Sinopsis Psikiatri Ilmu Pengetahuan Psikiatri Klinis*, Bandung : Binarupa Aksara, 1997.
- Kartono, Kartini, *Patologi Sosial Jilid I*, Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada, 2009.
- Kartono, Kartini, *Psikologi Abnormal dan Abnormalitas Seksual*, Jakarta: PT. Mandar Maju, 1989.
- Komalasari, Kokom, *Pembelajaran Kontekstual*, Bandung : Revika Aditama, 2017.
- Levani, Yelvi, “Kleptomania : Manifestasi Klinis dan Pilihan Terapi,” *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, vol. 6, no. 1, 2019.
- Maramis, W.F., *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa*, Surabaya : Airlangga University Press, 2005.
- Maulana Arabi, Khairi Syekh, *Dahsyatnya Keajaiban Istighfar Bagi Orang-Orang Sibuk*, Yogyakarta : Laksana, 2017.

- Miles, Matthew B., *Analisis data kualitatif : Buku Sumber Tentang Metode-Metode Baru / Matthew B, Miles dan A. Michael Huberman : Penerjemah Tjejep Rohendi Rohidi*, Jakarta : Penerbit Universitas Indonesia, 1992.
- Muftisany, Hafidz, *Istighfar*, Jakarta : CV. Intera, 2021.
- Mulyana, Dedy, *Metodologi Penelitian Kualitatif : Paradigma Baru Ilmu Komunikasi dan Ilmu Sosial Lainnya*, Bandung : PT. Remaja Rosdakarya, 2013.
- Muslim, Rasdian, *Pedoman Pengelolaan dan Diagnosis Gangguan Jiwa Indonesia (Cet. III)*, Jakarta : Bagian Psikiatri Fakultas Kedokteran UI, 2002.
- Narimawati, Umi, *Metodologi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif : Teori dan Aplikasi*, Yogyakarta : Graha Ilmu, 2008.
- Nurhaliza, Annisa, “Penerapan Terapi *Sayyidul Istighfar* Untuk Menangani Gangguan Kecemasan Akibat Pandemi COVID-19 Pada Remaja di Desa Gresikan Kecamatan Krian Sidoarjo,” *Skripsi*, Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah UIN Sunan Ampel Surabaya, 18-20, 2022.
- Purhantara, Wahyu, *Metode Penelitian Kualitatif Untuk Bisnis*, Yogyakarta : Graha Ilmu, 2010.
- Rinasari, Norma, “Cegah Perilaku Kleptomania Sejak Dini di SMK PGRI 2 Kota Kediri,” *Jurnal of Community Engagement in Health*, vol. 3, no. 1, 2020.
- Roisatun Nisa, Arinda dan Purwaningrum, Devia, “Pengaruh Terapi *Sayyidul Istighfar* Terhadap Ketenangan Jiwa,” *Jurnal Psikologi*, vol. 1, no. 1, 2023.
- Sa’diyah, Halimatus, “Penerapan Teknik *Self Management* Untuk Mereduksi Agresifitas Remaja,” *Jurnal Ilmiah Counsellia*, vol. 6, no. 2, 2016.
- Satriadi Muratama, Muhammad, “Layanan Konseling Behavioral Teknik *Self Management* Untuk Meningkatkan Disiplin dan Tanggung Jawab Belajar

- Siswa di Sekolah,” *Jurnal Nusantara of Research*, vol. 5, no. 1, 2018.
- Sekaran, Uma, *Research Methods For Business (Metode Penelitian Untuk Bisnis)*, Jakarta : Salemba Empa, 2011.
- Shafiyurrahman Al-Mubarakfuri, Syaikh, *Sirah Nabi: Ringkasan Ar-Rahiq Al Makhtum Terjemahan Ganna Pryadharizal Anaedi*, Bandung : PT. Mizan Pustaka, 2012.
- Shaleha, Nimatus, “Terapi *Sayyidul Istighfar* Untuk Meningkatkan *Self Esteem* (Studi Kasus Seorang Perempuan di Desa Padelegan Pademawu Pamekasan)”, *Skripsi*, Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya, 2019.
- Suwanto, Insan, “Teori Behavioral Dengan Teknik *Self Management* Untuk Membantu Kematangan Karir Siswa SMK,” *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, vol. 1, no. 1, 2018.
- Ulber, Silalahi, *Metode Penelitian Sosial*, Bandung : PT. Refika Aditama, 2009.
- Umar, Husein, *Metode Penelitian Untuk Skripsi dan Tesis*, Jakarta : Rajawali, 2013.
- Usman, Husaini, *Manajemen : Teori, Praktik dan Riset Pendidikan*, Jakarta : Bumi Aksara, 2006.
- Ustman Kharisman, Abu, *Sukses Dunia Akhirat dengan Istighfar dan Taubat*, Probolinggo : Pustaka Hudaya, 2011.
- Wang, Andri, *The Art Of War : Menelusuri Strategi Perang & Taktik Perang Ala Sun Zi*, Jakarta : Gramedia Pustaka Utama, 2016.
- Wahyuningsih, Diana Dewi, *Teknik Self Management Dalam Bingkai Konseling Cognitive Behavior Untuk*

Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa SMP,
Purwodadi : CV. Sarnu Untung, 2020.
Wirawan Sarwono, Sarlito, *Pengantar Umum Psikologi (Cet.*
II), Jakarta : CV. Bulan Bintang, 1982.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

LAMPIRAN-LAMPIRAN



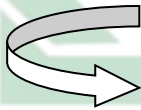
(Wawancara dengan konseli)



(Proses konseli pada pertemuan pertama di warung minuman permen karet surabaya)



(Proses konseling pada pertemuan kedua di mie gacoan)



(Pembuatan perilaku baru di form penilaian)



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UINVERSITAS ISLAM NEGERI UIN SUNAN AMPEL SURABAYA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

Jl. Jend. A. Yani 117 Telp. 031-8437887 Fax. 031-8482245 Tromol Pos 4W/O Surabaya 60237
Website: www.fdk.uinsby.ac.id email: fdk@uinsby.ac.id

Nomor : B - 3062/Un.07/05/D/TL.00.9/12/2023
Lampiran : Satu Berkas
Perihal : **Permohonan Izin Penelitian**

Surabaya, 15 Desember 2023

Kepada Yth,

Pengasuh Pondok Pesantren Darul Arqom Surabaya
Jl. Jemur Wonosari Gang Pondok No. 12A Wonocolo Surabaya
Di Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan Hormat, diberitahukan bahwa mahasiswa :

Nama : **FIRDAUS AZAMI**
NIM : 04040320081
Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam
Semester : 7

Akan mengadakan penelitian dalam rangka Penyusunan penelitian skripsi:

Judul : Terapi Self Management Dengan Sayyidul Istighfar Dalam Mengatasi
Kleptomania Pada Santri Pondok Pesantren Darul Arqom Surabaya.

Lokasi : Pondok Pesantren Darul Arqom Surabaya

Waktu : 15 September s.d. 29 Desember 2023

Sehubungan dengan hal di atas, kami mohon kepada Bapak / Ibu untuk memberikan izin dan membantu kelancaran proses penelitian tersebut. Bersama ini kami lampirkan proposal penelitian yang bersangkutan.

Demikian atas kerjasamanya kami sampaikan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.



Dr. Moch. Choirul Arif, S.Ag, M.Fil.I.
NIP. 197110171998031001

(Surat izin penelitian dari FDK UINSA)



المعهد السالمي السلفي دارالرقم
Pondok Pesantren Darul Arqam
Wonocolo Surabaya

Sekretariat : Jl. Jemurwonosari Gg. Pondok No. 12A Surabaya Hp. 089506742336/085852249678

SURAT KETERANGAN IJIN PENELITIAN

No : 63. 12/PPDA/2023

Surabaya, 10 Desember 2023

Lamp:-

Hal: Ijin Penelitian Skripsi

Kepada.

Yth. Bpk Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
di tempat

Assalamuallaikum Wr. Wb.

Berdasarkan surat permohonan izin penelitian yang diajukan kepada kami selaku Pengasuh Pondok Pesantren Darul Arqom Wonocolo Surabaya memberitakan bahwa:

Nama : Firdaus Azami
Kamar : 01 (Satu)
Universitas : Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi
Prodi : Bimbingan Konseling Islam (BKI)
NIM : 04040320081
Alamat : Dsn. Kedungsogo, Ds. Deketagung, Kec. Sugio, Kab. Lamongan

Menerangkan bahwa mahasiswa tersebut diatas telah melakukan penelitian skripsi dengan judul **Terapi sholat dengan teknik bermain peran dalam mengatasi rasa kurang percaya diri pada santri pondok pesantren darul arqom Surabaya** pada bulan Juni-Desember 2023

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sesungguhnya agar digunakan dengan semestinya, Terimakasih.

Wassalamuallaikum Wr. Wb.

Surabaya, 30 November 2023

Pengasuh Pondok Pesantren Darul Arqom

Dra. Hj. Nyai Zainiyah

(Surat izin penelitian dari PP. Darul Arqom Surabaya)