

**BIMBINGAN DAN KONSELING COGNITIVE BEHAVIORAL  
THERAPY (CBT) DENGAN PENDEKATAN DZIKIR  
DALAM PENANGANAN KENAKALAN REMAJA  
(Studi Kasus Beberapa Remaja Di Desa Jatirejo  
Kecamatan Lekok Kabupaten Pasuruan)**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember  
Untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh  
Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)  
Fakultas Dakwah  
Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam



Oleh:  
Nurul Ulya  
Nim: D20183005

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER  
FAKULTAS DAKWAH  
2022**

**BIMBINGAN DAN KONSELING COGNITIVE BEHAVIORAL  
THERAPY (CBT) DENGAN PENDEKATAN DZIKIR  
DALAM PENANGANAN KENAKALAN REMAJA  
(Studi Kasus Beberapa Remaja Di Desa Jatirejo  
Kecamatan Lekok Kabupaten Pasuruan)**

**SKRIPSI**

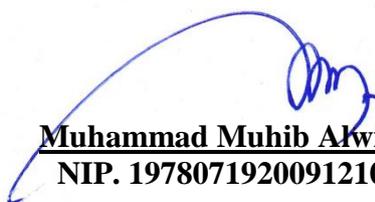
Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember  
Untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh  
Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)  
Fakultas Dakwah  
Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

**Oleh:**

**Nurul Ulya**  
**Nim: D20183005**

**Dosen pembimbing :**

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
JEMBER

  
**Muhammad Muhib Alwi, MA**  
**NIP. 1978071920091210052**

**BIMBINGAN DAN KONSELING COGNITIVE BEHAVIORAL  
THERAPY (CBT) DENGAN PENDEKATAN DZIKIR  
DALAM PENANGANAN KENAKALAN REMAJA  
(Studi Kasus Beberapa Remaja di Desa Jatirejo  
Kecamatan Lekok Kabupaten Pasuruan)**

**SKRIPSI**

Telah diuji dan diterima untuk memenuhi salah satu  
persyaratan memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos)  
Fakultas Dakwah  
Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

**Hari : Rabu  
Tanggal : 26 Oktober 2022**

**Tim Penguji**

**Ketua**

**Sekretaris**

  
**Aprilya Fitriani, S.M.B., M.M.**  
NIP. 199104232018012002

  
**Ahmad Hayvan Najikh, M.Kom.I**  
NIP. 198710182019031004

Anggota :

1. Dr. H. Abdul Mu'is, S.Ag., M.Si (  )  
2. Muhammad Muhib Alwi, MA. (  )

**J E M B E R**  
Menyetujui  
Dekan Fakultas Dakwah

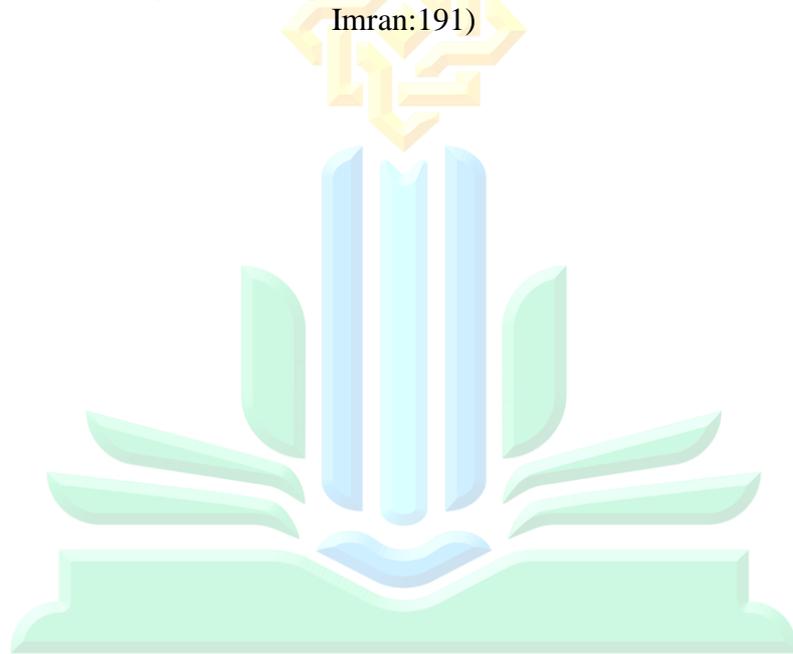


  
**Prof. Dr. Alidul Asror, M. Ag.**  
NIP. 197406062000031003

## MOTTO

الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَمًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ  
السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَطْلًا سُبْحَانَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ

“(yaitu) orang-orang yang mengingat Allah sambil berdiri atau duduk atau dalam keadaan berbaring dan mereka memikirkan tentang penciptaan langit dan bumi (seraya berkata): “Ya Tuhan kami, tiadalah Engkau menciptakan ini dengan sia-sia, Maha Suci Engkau, maka periharalah kami dari siksa neraka.” (QS. Ali Imran:191)



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

## PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, dengan berucap syukur kepada Allah SWT yang maha pengasih lagi maha penyayang. Aku bersaksi bahwa tidak ada Tuhan selain Allah dan Nabi Muhammad adalah Rasul Allah. Penulis sembahkan skripsi ini kepada:

1. Kedua orangtua saya, yang sangat saya sayangi dan saya cintai yaitu Ibu Hayyina dan Ayah M. Musa yang senantiasa memberikan dukungan, kasih sayang, nasehat serta doa-doa yang selalu dipanjatkan dalam setiap waktu demi kelancaran, kemudahan, kesuksesan kepada ketiga putra putrinya. Terimakasih atas pengorbanan dan kesabarannya dalam membimbing dan mengarahkan saya sampai ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi. Semoga ayah dan ibu senantiasa diberikan kesehatan dan limpahan rezeki yang barokah dan penuh dengan keberkahan.
2. Saudara-saudara saya atau kakak-kakak saya, M. Saihu, Nur Hafidzoh, M. Chuzaimi Romli, dan Sunanik yang selalu memberikan *support* untuk saya agar tetap semangat dalam menempuh pendidikan di bangku kuliah demi meraih cita-cita saya.
3. Bapak Muhammad Muhib Alwi, M.A selaku dosen pembimbing saya. Terimakasih karena telah membimbing dan memberi arahan kepada saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Seluruh dosen di Fakultas Dakwah, terimakasih atas ilmu yang diberikan selama saya berkuliah dari semester satu sampai saat ini.

## KATA PENGANTAR

Tiada kata lain selain mengucapkan puji syukur kepada Allah SWT atas limpahan rahmat, karunia-Nya sehingga dapat terselesaikannya skripsi ini dengan judul **“Bimbingan dan Konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) Dengan Pendekatan Dzikir Dalam Penanganan Kenakalan Remaja Di Desa Jatirejo Kecamatan Lekok Kabupaten Pasuruan”**. Penyusunan skripsi ini merupakan salah satu syarat yang harus dipenuhi untuk mendapatkan Gelar sarjana pada Fakultas Dakwah prodi Bimbingan dan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.

Penyusunan skripsi ini tidak akan berhasil apabila tanpa adanya bantuan dan kerjasama dari pihak lain. Sehingga pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu dan mendorong terselesaikannya skripsi ini. Dengan segala kerendahan hati, penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Babun Suharto, S.E., M.M selaku Rektor UIN K.H Achmad Siddiq jember.
2. Bapak Prof. Dr. Ahidul Asror, M.Ag selaku Dekan di Fakultas Dakwah UIN K.H Achmad Siddiq Jember.
3. Bapak Muhammad Ardiansyah, M.Ag selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN K.H Achmad Siddiq Jember.
4. Bapak Muhammad Muhib Alwi, M.A selaku dosen pembimbing skripsi serta Kaprodi dari semester I sampai semester VII yang selalu memberikan

bimbingan, ilmu, arahan dan dukungannya dalam menyelesaikan skripsi ini.

5. Bapak atau Ibu dosen yang mengajar di Fakultas Dakwah yang telah memberikan ilmu serta pengetahuan selama penulis berkuliah di UIN K.H Achmad Siddiq Jember.
6. Bapak Ainul Yakin selaku Kepala Desa Jatirejo yang telah mengizinkan penulis untuk melakukan penelitian di Desa Jatirejo Kecamatan Lekok Kabupaten Pasuruan.
7. Kedua orangtua tercinta Ayah M. Musa dan Ibu Hayyina yang telah memberikan doa, semangat, kasih sayang, perhatian dan motivasi kepada penulis sampai menyelesaikan pendidikan sarjana ini.
8. Saudara-saudara ku tersayang yang selalu memberikan dorongan semangat sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
9. Kepada teman-teman ku Hisbiyah, Hamidah, Aniyatul Fitriyah, Hudaifah, Mutmainnah, Nafisah, Sundusiah Makinah, dll yang selalu memberikan semangat dan dukungan dalam penyelesaian skripsi ini.
10. Keluarga BKI 1 2018 yang selalu memberikan *support* agar tetap semangat dalam menyelesaikan tuntutan baik tugas maupun hal yang lain.
11. Semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu atas partisipasinya dalam penyusunan skripsi ini. Semoga Allah membalas semua kebaikan-kebaikan kalian semua. Amin.

Jember, 29 April 2022

Nurul Ulya

## ABSTRAK

**Nurul Ulya, 2022.** *Bimbingan Dan Konseling Cognitive Behavior Therapy (CBT) Dengan Pendekatan Dzikir Dalam Penanganan Kenakalan Remaja (Studi Kasus Beberapa Remaja Di Desa Jatirejo Kecamatan Lekok Kabupaten Pasuruan)*

**Kata kunci:** Konseling *Cognitive Behavior Therapy*, Kenakalan Remaja, Pendekatan Dzikir

Perilaku nakal pada remaja kini menjadi problem sosial, lebih-lebih pada zaman sekarang ini kenakalan sering sekali diperbuat oleh anak-anak ataupun remaja sehingga pelakunya tidak hanya orang dewasa. Di tahun 2021 angka perilaku nakal remaja di Indonesia sebanyak 7007 kasus, kasus tersebut antara lain pencurian, pembunuhan, pergaulan bebas dan narkoba. Di tahun 2021 jumlah kenakalan remaja pada kota pasuruan mencapai 38,0% pada tahun 2021 dengan kenakalan yang mengakibatkan korban fisik 9,0%, kenakalan yang mengakibatkan korban materi 10,0%, kenakalan sosial yang tidak menimbulkan korban 9,0%, serta kenakalan yang menentang sosial 10,0%.

Fokus penelitian ini yaitu (1) Bagaimana proses Bimbingan dan Konseling *Cognitive Behavioral Therapy* dengan Pendekatan *Dzikir* dalam Penanganan Kenakalan Remaja (studi kasus beberapa remaja di desa jatirejo kecamatan lekok kabupaten pasuruan), (2) Bagaimana Hasil dari Proses Bimbingan dan Konseling *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) dengan Pendekatan *Dzikir* dalam Penanganan Kenakalan Remaja (studi kasus beberapa remaja di desa jatirejo kecamatan lekok kabupaten pasuruan).

Tujuan dari penelitian ini yaitu (1) Untuk menjelaskan proses bimbingan dan konseling *cognitive behavioral therapy* (CBT) dengan pendekatan *Dzikir* dalam penanganan kenakalan remaja (studi kasus beberapa remaja di desa jatirejo kecamatan lekok kabupaten pasuruan), (2) Untuk menjelaskan hasil dari proses bimbingan dan konseling *cognitive behavioral therapy* dengan pendekatan *Dzikir* dalam penanganan kenakalan remaja (studi kasus beberapa remaja di desa jatirejo kecamatan lekok kabupaten pasuruan)

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, jenis penelitian studi kasus yang bersifat deskriptif kualitatif. Untuk pengumpulan data dengan metode yaitu: observasi, wawancara, dokumentasi. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Keabsahan data dalam penelitian ini menggunakan triangulasi sumber. (1) Pelaksanaan konseling *cognitive behavior therapy* dengan pendekatan dzikir dilakukan lima kali pertemuan, yaitu pertama tahap *asesmen* dan diagnosa awal, kedua tahap mencari emosi negative, pikiran otomatis dan keyakinan utama, ketiga tahap menyusun intervensi dengan memberikan konsekuensi positif dan negative, keempat tahap *self-talk*, kelima tahap *self-help*. (2) Hasil pelaksanaan konseling *cognitive behavior therapy* dengan pendekatan dzikir, yaitu kedua subyek mampu merumuskan pokok-pokok permasalahan, subyek mampu mengontrol emosinya, subyek mampu berkomitmen dalam menjalankan perilaku barunya. Hal tersebut dibuktikan ketika peneliti melakukan pengamatan selama dua minggu terkait perilaku baru yang lebih positif, hal tersebut peneliti lakukan setelah kegiatan konseling *cognitive behavior therapy* dengan pendekatan dzikir dilaksanakan. Sehingga proses konseling *cognitive behavior therapy* dengan pendekatan dzikir dapat dikatakan berhasil, meskipun subyek melakukannya secara perlahan dan bertahap.

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>iv</b>
<b>PERSEMBAHAN .....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Konteks Penelitian .....	1
B. Fokus Penelitian .....	7
C. Tujuan Penelitian .....	8
D. Manfaat Penelitian .....	8
E. Definisi Istilah .....	10
F. Sistematika Pembahasan .....	12
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA .....</b>	<b>14</b>
A. Penelitian Terdahulu .....	14
B. Kajian Teori .....	19
1. Bimbingan .....	20
2. Konseling .....	21
3. Terapi .....	22

4. <i>Cognitive Behavior Therapy</i> .....	23
5. Pendekatan <i>Dzikir</i> .....	28
6. Kenakalan Remaja .....	30
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	<b>33</b>
A. Pendekatan Dan Jenis Penelitian .....	33
B. Lokasi Penelitian .....	33
C. Subyek Penelitian .....	34
D. Teknik Pengumpulan Data .....	35
E. Analisis Data .....	37
F. Keabsahan Data .....	38
G. Sistematika Bahasan .....	39
<b>BAB IV PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS</b> .....	<b>41</b>
A. Gambaran Obyek Penelitian .....	41
B. Penyajian Data dan Analisis .....	49
C. Pembahasan Temuan .....	117
<b>BAB V PENUTUP</b> .....	<b>124</b>
A. Kesimpulan .....	124
B. Saran .....	125
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	<b>127</b>

## DAFTAR TABEL

No. Uraian	Hal
2.1 Persamaan dan Perbedaan .....	18
4.1 Jumlah Penduduk Awal Bulan April 2022.....	43
4.2 Jumlah Tambahan dan Pengurangan Penduduk di Bulan April 2022.....	43
4.3 Jumlah Penduduk Desa Jatirejo Akhir Bulan April 2022 .....	44
4.4 Jumlah Penduduk Berdasarkan Kelompok Umur dan Jenis Kelamin .....	44
4.5 Angka Kenakalan Remaja Di Desa Jatirejo Pada Tahun 2021 .....	45
4.6 Perilaku Konseli Sebelum Proses Konseling .....	55
4.7 Hasil Observasi Sebelum Proses Konseling Dilakukan.....	56
4.8 Perilaku Konseli Sebelum Proses Konseling .....	59
4.9 Hasil Observasi Sebelum Proses Konseling Dilakukan.....	60
4.10 Perilaku Konseli Setelah Dilakukannya Proses Konseling .....	114
4.11 Hasil Observasi Setelah Pelaksanaan Proses Konseling.....	115
4.12 Perilaku Konseli Setelah Dilakukannya Proses Konseling .....	116
4.13 Hasil Observasi Setelah Pelaksanaan Proses Konseling.....	117

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### A. Konteks Penelitian

Remaja merupakan individu yang sedang berada dalam proses perkembangan menuju kearah kematangan. Dalam mencapai kematangan tersebut, remaja sangat memerlukan bimbingan dan pengarahan dikarenakan remaja masih kurang memiliki pemahaman atau wawasan mengenai diri dan lingkungan, proses perkembangan individu tidak berlangsung secara mulus tanpa adanya suatu masalah. Pada zaman modern saat ini, mengakibatkan permasalahan kehidupan remaja semakin kompleks dan beranekaragam. Sehingga dengan demikian perkembangan zaman modern yang tidak hanya memberikan pengaruh yang positif. Banyak pengaruh yang negatif yang di timbulkannya, salah satunya ialah timbulnya permasalahan dalam kehidupan sosial serta maraknya perilaku nakal yang dilakukan oleh remaja dari tahun ke tahun.

Pada masa remaja sering dicerminkan sebagai usia dimana manusia dapat ditolerir untuk melakukan banyak pelanggaran pada norma yang ada di masyarakat, hal tersebut membuat remaja bertindak tanpa memikirkan terlebih dahulu apa akibat dan bagaimana mempertanggung jawabkan atas perbuatan mereka yang melanggar aturan dan berdampak negatif, sesuai dengan firman Allah dalam QS. Al-Muddatsir ayat 38 sebagai berikut:

كُلُّ نَفْسٍ بِمَا كَسَبَتْ رَهِيْنَةٌ

Artinya: *Setiap orang bertanggung jawab atas apa yang telah dilakukannya.*(QS. Al-Muddatsir ayat 38)

Masa remaja (*adolensi*) adalah masa yang penuh dengan permasalahan karena masa remaja merupakan masa peralihan (transisi) dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Oleh karena itu masa ini sering terjadi keguncangan dikarenakan mereka belum siap menerima nilai-nilai baru dalam proses perkembangan menuju dewasa. Pada umumnya salah satu terjadinya kenakalan atau perilaku menyimpang yang remaja perbuat biasanya disebabkan oleh faktor keluarga, misalnya kurangnya perhatian dari pihak keluarga yang menyebabkan remaja cenderung melakukan sesuatu hal tanpa arahan dan dorongan dari keluarga.

Perilaku nakal yang dilakukan oleh remaja dapat merugikan dirinya sendiri, karena secara fisik remaja tersebut akan terganggu, mengalami kehidupan yang kurang bergairah, kurangnya semangat dalam bekerja dan belajar. Dan perilaku nakal yang dilakukan oleh remaja tersebut sangat berpengaruh terhadap prestasi belajarnya. Kenakalan remaja tersebut adalah suatu masalah yang kini dihadapi oleh masyarakat. Dan masalah kenakalan hendaknya mendapatkan perhatian yang serius dan terfokus untuk menuntun remaja kearah yang lebih positif.

Adapun tindakan dan kebiasaan remaja yang dapat dipandang sebagai perbuatan yang "nakal", baik yang biasa dilakukan di dalam kehidupan keluarga sendiri yaitu misalnya: kabur dari rumah, berbohong, mencuri, dan lain-lain, maupun dalam kehidupan bermasyarakat yaitu misalnya: melepas kenalpot kendaraan sehingga suaranya sangat mengganggu, gitaran dibarengi

nyanyi-nyanyi bersama-sama di malam hari, nongkrong dipinggir jalan dan mengganggu lawan jenis yang lewat, kebut-kebutan, dan lain sebagainya.<sup>1</sup> Sedangkan, dalam penelitian ini akan meneliti kenakalan remaja yang berjenis kenakalan sosial yang tidak menimbulkan korban di pihak lain yaitu penyalahgunaan minum-minuman yang beralkohol, perjudian, dan taruhan.

Durkheim dan Merton dikutip oleh Badan Pusat Statistik kenakalan dan kriminalitas di kalangan remaja, umumnya dikategorikan sebagai bentuk perilaku yang menyimpang diartikan sebagai bentuk perlawanan pada aturan dan nilai-nilai normative yang berlaku di masyarakat. Untuk mencegah perilaku yang tidak diinginkan pada remaja, maka perlu adanya bantuan untuk memaksimalkan proses perkembangan remaja dalam memperoleh standar yang potensial, serta mencegah terjadinya perilaku criminal di masa depan.<sup>2</sup>

Di tahun 2021 angka perilaku nakal pada remaja di Indonesia sebanyak 3550 kasus yaitu meliputi kasus pencurian, pembunuhan, pergaulan bebas dan narkoba.<sup>3</sup> Dengan demikian berarti kenakalan remaja di Indonesia masih tinggi.

Banyaknya perilaku nakal yang dilakukan oleh remaja di Kabupaten Pasuruan mencapai 38,0% di tahun 2021 dengan kenakalan yang menimbulkan korban fisik 9,0%, kenakalan yang mengakibatkan korban

---

<sup>1</sup>Nurul Chomaria, *Aku Sudah Gede*, (Sukoharjo Jateng, Samudera, 2008), 97.

<sup>2</sup><https://scholar.google.com/scholar/perilakukenakalanremaja> (29 Desember 2021).

<sup>3</sup>RahmiPramuliaFitri S & Yoneta Oktaviani, *Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Kenakalan Remaja Pada Siswa-Siswi MAN 2 Model Kota Pekan Baru Tahun 2018*, (Program Studi IKM, Journal Of Midwifery Science, 2019), 85.

materi 10,0%, kenakalan sosial yang tidak menimbulkan korban 9,0%, serta kenakalan yang menentang sosial 10,0%.<sup>4</sup>

Di tahun 2021 perilaku nakal yang dilakukan oleh remaja pada Kecamatan Lekok Kabupaten Pasuruan sebanyak 36,0% yang dimana dari nilai tersebut terbagi dalam empat jenis kenakalan remaja, yaitu meliputi: kenakalan yang menimbulkan korban fisik 08,0%, kenakalan yang mengakibatkan korban materi 10,0%, kenakalan sosial yang tidak menimbulkan korban 08,0%, kenakalan yang menentang sosial 10,0%. Sedangkan, pada tahun 2021 angka kenakalan remaja di Desa Jatirejo Kecamatan Lekok Kabupaten Pasuruan mencapai angka 28,0% yang dimana dari nilai tersebut terbagi dalam empat jenis kenakalan remaja, yaitu meliputi: kenakalan yang menimbulkan korban fisik 06,0%, kenakalan yang mengakibatkan korban materi 08,0%, serta kenakalan sosial yang tidak mengakibatkan korban 14,0%.<sup>5</sup>

Berdasarkan fenomena diatas tersebut, untuk menangani atau mengatasi perilaku kenakalan remaja tersebut yaitu dengan memberikan layanan bimbingan konseling secara sistematis dan terprogram untuk membantu dalam pengentasan masalah kenakalan remaja. Salah satu upaya dalam mengatasi permasalahan yang dihadapi oleh remaja dengan melalui layanan konseling individu menggunakan teknik *cognitive behavioral therapy*

---

<sup>4</sup>Qurrotul Aini, Hubungan Kontrol Diri dan Konformitas dengan Kenakalan Remaja Pada Siswa MTS Sunan Syarif Hidayatullah Kejayan Pasuruan, (Malang, UIN Maulana Malik Ibrahim, 2018), 61. (15 Desember 2021).

<sup>5</sup>Badan Pusat Statistik Kabupaten Pasuruan, "Kecamatan Lekok dalam Angka", 56.

yang lebih dikenal dengan sebutan CBT dengan menggunakan pendekatan *dzikir*.

CBT adalah terapi yang mengkombinasikan cara berpikir dan berperilaku didasari oleh tiga hal yaitu pikiran, perasaan, dan perilaku, terapi ini mengarahkan konseli agar mampu melakukan perubahan fungsi berpikir, merasa, bertindak dengan menekankan pentingnya peran otak untuk menganalisa pola pikirnya. Sedangkan, pendekatan *dzikir* adalah suatu metode untuk mengingat Allah, hal tersebut lebih baik dilakukan setiap waktu, baik secara lisan ataupun dalam hati. *Dzikir* yaitu menyebut, mengingat, memperhatikan, mengenang, menuturkan, menjaga, mengambil pelajaran, mengenal, dan mengerti. Keutamaan dan manfaat *dzikir* mengandung dampak positif, salah satunya dapat memberikan ketenangan hati serta sarana untuk mendekatkan diri kepada Allah.<sup>6</sup> Sehingga akan mempengaruhi cara berfikir dan berperilaku seseorang.

Beberapa penelitian yang telah dilakukan, antara lain penelitian yang dilakukan oleh Sukarwati Sudarno dalam penelitiannya tentang Efektifitas *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) untuk Menurunkan Perilaku Membolos Pada Siswa SMK Muhammadiyah 3 Yogyakarta. Hasil analisis pre-test dan post-test menggunakan Wilcoxon Signed-Rank menunjukkan nilai t sebesar -2.366 dan nilai  $p = 0,018$  ( $p < 0,05$ ), menunjukkan adanya penurunan yang signifikan antara sebelum dan sesudah perlakuan. Dan pada hasil analisis post-test dan followup menunjukkan nilai t sebesar -0,447 dan nilai  $p = 0,655$

---

<sup>6</sup>Atana Alfuni'mah, *Terapi Dzikir Shalawat Nariyah Untuk Menurunkan Kenakalan Siswa* (Studi Kasus di MA Madarijul Huda Kembang Dukuhseti Kabupaten Pati), Semarang, Skripsi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang, 2019, 4&7.

( $p > 0.05$ ), menunjukkan tidak adanya perbedaan antara sesudah perlakuan dalam jangka waktu 2 minggu. Sehingga, dapat ditarik kesimpulan bahwa *cognitive behavior therapy* (CBT) adalah suatu terapi yang efektif untuk menurunkan perilaku membolos pada siswa.<sup>7</sup>

Sedangkan, penelitian yang dilakukan oleh Atana Alfuni'mah dalam penelitiannya mengenai Terapi *Dzikir* Shalawat Nariyah untuk Menurunkan Kenakalan Siswa (Studi Kasus di MA Madarijul Huda Kembang Dukuhseti Kabupaten Pati). Hasil dari penelitian ini yaitu, Shalawat nariyah menjadi salah satu cara untuk mencapai pribadi yang baik, dan meningkatkan kualitas siswa dari tingkat spiritualitas. Dan menjadi konseling terapi dalam mengatasi sebuah problematika. Supaya hati dan pikiran menjadi tenang. Efek terapi shalawat nariyah dapat menggerakkan kondisi dimana siswa yang enggan melakukan komunikasi menjadi berani melakukan komunikasi, mengutarakan pendapat dan berani mengakui kesalahan serta bangkit dari kenakalan yang dilakukannya.

Sejalan dengan hasil penelitian terdahulu tersebut, penyebab kenakalan remaja yaitu adanya pemikiran yang irasional. Berpikir irasional yang terus menerus akan sangat mempengaruhi pola pikir yang buruk dan perilaku yang buruk pula. Oleh sebab itu terapi *cognitive behavioral therapy* (CBT) dianggap efektif dalam mengubah perilaku kenakalan remaja tersebut. Karena terapi CBT ini mampu mengubah pola pikir dan perilaku yang tidak baik menjadi lebih baik lagi. Sedangkan, hasil dari penelitian terdahulu mengenai

---

<sup>7</sup>Ibid

pendekatan *dzikir*, keutamaan dan manfaat *dzikir* adalah salah satunya mampu membuat hati menjadi tenang. Dengan demikian perilaku kenakalan dapat berkurang. Selain dengan adanya masalah yang membuat remaja melakukan kenakalan, hal itu juga dikarenakan tidak adanya ketenangan dalam hati. Dengan demikian, pendekatan *dzikir* dianggap efektif dalam mengubah perilaku kenakalan remaja.

Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk meneliti dengan judul Bimbingan dan Konseling *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) dengan Pendekatan *Dzikir* dalam Penanganan Kenakalan Remaja di Desa Jatirejo Kecamatan Lekok Kabupaten Pasuruan, guna mengetahui bagaimana hasil dari Bimbingan Konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dengan Pendekatan *Dzikir* dalam Penanganan Kenakalan Remaja Di Desa Jatirejo tersebut.

## **B. Fokus Penelitian**

Setelah mengetahui latar belakang permasalahan di atas dapat dirumuskan permasalahan yang menjadi fokus penelitian, yaitu:

1. Bagaimana proses Bimbingan dan Konseling *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) dengan Pendekatan *Dzikir* dalam Penanganan Kenakalan Remaja di Desa Jatirejo Kecamatan Lekok Kabupaten Pasuruan?
2. Bagaimana Hasil dari Proses Bimbingan dan Konseling *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) dengan Pendekatan *Dzikir* dalam Penanganan Kenakalan Remaja di Desa Jatirejo Kecamatan Lekok Kabupaten Pasuruan?

### C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian merupakan ungkapan "mengapa" penelitian itu dilakukan. Tujuan ini merupakan persepsi yang mampu menguraikan atau memperkirakan situasi atau pemecahan masalah pada keadaan dan dapat membuktikan yang akan dilakukan.<sup>8</sup> Tujuan penelitian ini diantaranya:

1. Untuk menjelaskan proses bimbingan dan konseling *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) dengan pendekatan *Dzikir* dalam penanganan kenakalan remaja di Desa Jatirejo Kecamatan Lekok Kabupaten Pasuruan.
2. Untuk menjelaskan hasil dari proses bimbingan dan konseling *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) dengan pendekatan *Dzikir* dalam penanganan Kenakalan Remaja di Desa Jatirejo Kecamatan Lekok Kabupaten Pasuruan.

### D. Manfaat Penelitian

Setiap penelitian diharapkan mampu mempunyai manfaat. Manfaat tersebut dapat bersifat teoritis dan praktis. Untuk penelitian kualitatif, manfaat penelitian lebih bersifat teoritis, yaitu untuk mengembangkan ilmu, tapi juga tidak menolak manfaat praktisnya untuk menyelesaikan suatu problem. Bila peneliti kualitatif dapat menemukan teori, maka akan berguna untuk menjelaskan, memprediksikan, dan mengendalikan suatu gejala.<sup>9</sup> Dari penelitian ini diharapkan memberikan manfaat diantaranya sebagai berikut:

---

<sup>8</sup>Vivi Candra dkk, Pengantar Metodologi Penelitian, t.tp, Yayasan Kita Menulis, 2021, hlm.2

<sup>9</sup>Prof. Dr. Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D, (Bandung : Alfabeta, 2013), 291.

## 1. Manfaat Teoritis

Diharapkan bahwa penelitian ini akan memajukan pengetahuan tentang topic yang diteliti dan bermanfaat bagi masyarakat. Khususnya, tentang Bimbingan dan Konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dengan Pendekatan *Dzikir* Dalam Penanganan Kenakalan Remaja.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi Desa Jatirejo

Penelitian ini diharapkan dapat memberi kontribusi positif serta dapat memberi kontribusi dalam penanganan kenakalan remaja di Desa Jatirejo Kecamatan Lekok Kabupaten Pasuruan

### b. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan dampak yang baik dalam penanganan kenakalan remaja di Desa Jatirejo Kecamatan Lekok Kabupaten Pasuruan.

### c. Bagi UIN KHAS Jember

Bagi mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling Islam pada khususnya, diharapkan penelitian ini dapat menjadi koleksi dan referensi untuk studi lebih lanjut.

## E. Definisi Istilah

### 1. *Cognitive Behavior Therapy* (CBT)

*Cognitive Behavior Therapy* merupakan semacam psikoterapi yang dikenal sebagai terapi perilaku kognitif yang berusaha untuk meningkatkan perilaku dan cara berpikir manusia menjadi lebih baik.<sup>10</sup>

Dalam penelitian ini, terapi perilaku kognitif digunakan untuk mengobati individu dengan memodifikasi kesalahan kognitif mereka, dan metode untuk mengatasi kenakalan remaja. *Cognitive behavior therapy* pada penelitian ini diberikan dalam lima sesi dan berdurasi 20 menit. Adapun konseling *Cognitive Behavior Therapy* yang digunakan dalam penelitian ini yaitu:

- a. Asesmen dan diagnosa awal, yaitu berupa Peta Masalah dan Catatan Pikiran.
- b. Mencari emosi negatif, pikiran otomatis, dan keyakinan utama. Pada tahap ini diberikan *feedback* mengenai pengerjaan Peta Masalah dan Catatan Pikiran.
- c. Menyusun intervensi dengan memberikan konsekuensi positif dan negatif.
- d. Subyek diajarkan melakukan *Self-Talk* agar subyek melakukan perubahan perilaku adaptif yang dipengaruhi oleh pemikiran yang positif.

---

<sup>10</sup>Rizem Aizid, *Dahsyatnya Kekuatan Pikiran Bawah Sadar*, (t.tp, LAKSANA, t.th), 80.

- e. Subyek diminta mengerjakan lembar *Self-Help* dengan dengan tujuan untuk mengevaluasi perubahan yang diperoleh selama kegiatan berlangsung dan untuk mencegah timbulnya pikiran negatif.

## 2. Pendekatan *Dzikir*

*Dzikir* adalah memuji Allah secara lisan dan berulang-ulang, mengingat kebesaran Allah dan menyebut namanya berulang kali.

Adapun indikator *Dzikir* pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Intensitas pengamalan *dzikir*
- b. Sikap ketika berdzikir
- c. Pemahaman makna *dzikir*.<sup>11</sup>

Sedangkan *dzikir* yang dibaca adalah berupa membaca takbir, tasbih, tahmid, sholawat nariyah dan sholawat munjiyat sebanyak 100 kali.

## 3. Kenakalan Remaja

Kenakalan remaja merupakan masa dimana mereka mulai mengalami fase perubahan perilaku. Namun, jika modifikasi perilaku yang remaja lakukan bertentangan dengan norma atau aturan yang diterimanya maka hal tersebut dianggap dengan sebuah pelanggaran sehingga membuat sebagian orang percaya bahwa itu adalah ciri kenakalan remaja.<sup>12</sup>

Ada empat kategori kenakalan remaja, diantaranya sebagai berikut:

- a. Kenakalan yang merugikan secara fisik.
- b. Kenakalan yang merugikan secara materi.

<sup>11</sup>Faishal Aushafi, *Pengaruh Dzikir Ketenangan Jiwa Pedagang Pasar Johar Pasca Kebakaran*, (Semarang, Skripsi, UIN Walisongo Semarang, 2017), 47.

<sup>12</sup>Fajar Ramadhan. M, *Efektivitas Bimbingan Konseling Dalam Meminimalisir Kenakalan Remaja Di SMP Negeri 9 Palopo*, (Palopo, Skripsi, IAIN PALOPO, 2021), 27.

- c. Kenakalan sosial seperti penyalahgunaan narkoba.
- d. Kenakalan yang melanggar status peraturan pendidikan dan keluarga.

Adapun kenakalan remaja yang dimaksud dalam penelitian ini, yaitu meliputi:

- a. Minum-minuman yang beralkohol atau Miras
- b. Perjudian
- c. Taruhan dengan cara sabung ayam

#### **F. Sistematika Pembahasan**

Penulis memberikan rincian pembahasan sistematis berikut untuk mempermudah pembahasan dalam skripsi ini, yaitu sebagai berikut;

#### **BAB I PENDAHULUAN**

Mencakup konteks masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian dan manfaat penelitian, definisi istilah dan sistematika pembahasan.

#### **BAB II KAJIAN KEPUSTAKAAN**

Berisi mengenai penelitian terdahulu, kajian teori mengenai Bimbingan dan Konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dengan Pendekatan Dzikir dalam Penanganan Kenakalan Remaja di Desa Jatirejo Kecamatan Lekok Kabupaten Pasuruan.

#### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

Pada bab ini merupakan metode penelitian yang berisikan pendekatan dan jenis penelitian, lokasi penelitian, subyek penelitian, teknik pengumpulan data, analisis data, keabsahan data dan tahap-tahap penelitian.

#### **BAB IV PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS**

Pembahasan dalam bab ini membahas tentang deskripsi objek penyajian data dan analisis data, deskripsi objek penelitian, dan temuan penelitian.

#### **BAB V PENUTUP**

Membahas tentang kesimpulan dan saran dari pembahasan atau konsep yang telah ditemukan oleh peneliti atas Kenakalan Remaja yang ada di Desa Jatirejo Kecamatan Lekok Kabupaten Pasuruan.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Penelitian Terdahulu**

Pada bagian ini peneliti meringkas temuan-temuan dari penelitian sebelumnya yang relevan dengan penelitian yang hendak dilakukan. Baik penelitian yang sudah terpublikasikan maupun penelitian yang tidak terpublikasikan (skripsi, tesis, disertasi, dan sebagainya).<sup>13</sup>

1. Penelitian yang dilakukan oleh Iskandar mahasiswa jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Pare-pare pada tahun 2019 dengan judul Perilaku Kenakalan Remaja di Desa Tubo Tengah Kecamatan Tubo Sendana Kabupaten Majene (Analisi Psikologi). Fokus masalah dalam penelitian ini adalah Apa saja macam-macam kenakalan remaja di Desa Tubo Tengah Kecamatan Tubo Sendana Kabupaten Majene, Unsur-unsur apa saja yang mempengaruhi kenakalan remaja di Desa Tubo Tengah Kecamatan Tubo Sendana Kabupaten Majene, dan Bagaimana perilaku kenakalan remaja di Desa Tubo Tengah Kecamatan Tubo Sendana Kabupaten Majene. Hasil dari penelitian ini adalah jenis kenakalan remaja yaitu meliputi minum-minuman yang beralkohol, menggunakan narkoba, mencuri tabung gas, balapan sembarangan, dan menggunakan lem yang terjadi di Desa Tubo Tengah Kecamatan Tubo Sendana Kabupaten Majene. Unsur-unsur yang mempengaruhi terjadinya kenakalan remaja

---

<sup>13</sup>Tim Penyusun, Pedoman Penulisan Karya Ilmiah, (Jember: IAIN Jember Press, 2017), 45

yaitu keluarga (orangtua), lingkungan, tingkat rasa ingin tahu yang tinggi, dampak media sosial, stress.<sup>14</sup>

2. Penelitian yang dilakukan oleh Fajar Ramadhan. M mahasiswa program studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Ushuluddi, Adab dan Dakwah Palopo pada tahun 2021 dengan judul Efektifitas Bimbingan Konseling dalam meminimalisir kenakalan remaja di SMP Negeri 9 Palopo. Fokus masalah dalam penelitian ini adalah seberapa efektifkah bimbingan konseling di SMP Negeri 9 Palopo dalam mengurangi kenakalan remaja, dan Apa upaya dan kendala bimbingan konseling di SMP Negeri 9 Palopo dalam mengurangi kenakalan remaja. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif dalam melakukan penelitian mengenai efektifitas bimbingan konseling dalam meminimalisir kenakalan remaja di SMP Negeri 9 Palopo. Hasil temuan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa layanan Bimbingan Konseling yang ada di sekolah SMP Negeri 9 Palopo dikatakan sangat penting karena Bimbingan Konseling dimaksudkan untuk mendukung dan memotivasi siswa, namun sekolah tersebut kekurangan guru BK, sehingga untuk mengatasi masalah ini harus ada kerjasama yang erat antara wali kelas dan guru BK saat menangani masalah. Oleh karena itu, meskipun tidak sepenuhnya upaya guru BK untuk mengatasi masalah di sekolah tersebut sudah berjalan cukup baik meskipun belum semaksimal mungkin.<sup>15</sup>

---

<sup>14</sup>Iskandar, Perilaku Kenakalan Remaja di Desa Tubo Tengah Kecamatan Tubo Sendana Kabupaten Majene, (Pare-pare, Skripsi, Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah).

<sup>15</sup>Fajar Ramadhan, Efektifitas Bimbingan Konseling dalam Meminimalisir Kenakalan Remaja di SMP Negeri 9 Palopo, (Palopo, Skripsi, Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah).

3. Penelitian yang dilakukan oleh Dini Aninda Mekarsari mahasiswi program studi Bimbingan Konseling Program Pascasarjana Universitas Negeri Makassar pada tahun 2013 dengan judul pengaruh konseling behavioral dengan teknik *self management* terhadap kenakalan remaja anggota geng rabu gaul di SMA Negeri 8 Balikpapan. Fokus masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada pengaruh penerapan konseling behavioral dengan teknik *self-management* (pengelolaan diri) terhadap kenakalan remaja geng rabu gaul di SMA Negeri 8 Balikpapan. Teknis analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis data deskriptif, analisis observasi, dan analisis inferensial dengan uji wilcoxon dalam melakukan penelitian mengenai pengaruh konseling behavior dengan teknik *self-management* terhadap kenakalan remaja anggota geng rabu gaul di SMA Negeri 8 Balikpapan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan strategi behavioral therapy dengan teknik *self-management* berpengaruh terhadap kenakalan remaja anggota rabu gaul di SMA Negeri 8 Balikpapan yang mengalami penurunan dari kategori tinggi sebelum mendapatkan konseling behavioral dengan teknik *self management*.

4. Penelitian yang dilakukan oleh Lale Kalsum mahasiswi program studi Bimbingan Dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Mataram tahun 2020 dengan judul konseling individu dan terapi dzikir dalam mengatasi kenakalan remaja di balai rehabilitasi social anak yang memerlukan perlindungan khusus (BRSAMPK) "paramita" mataram. Focus masalah dalam penelitian ini

adalah Bagaimana strategi untuk menangani kenakalan remaja pada anak yang berhadapan dengan hukum karena kasus pencurian di BRASAMPK “pramita” Mataram, dan Apa penyebab terjadinya kenakalan remaja pada anak berhadapan dengan hukum karena kasus pencurian di BRSAMPK “pramita” mataram. Penelitian ini menggunakan metode pendekatan kualitatif dalam melakukan penelitian mengenai konseling individu dan terapi dzikir dalam mengatasi kenakalan remaja dibalai rehabilitasi social anak yang memerlukan perlindungan khusus (BRSAMPK) “pramita” mataram. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa kemiskinan ekonomi, lingkungan yang buruk, dan teknologi yang mempermudah penyampaian informasi yang disalahgunakan oleh remaja untuk melakukan kenakalan remaja merupakan variable yang sering menyebabkan terjadinya tindak pidana pencurian. Untuk mengatasinya menggunakan teknik konseling individu dengan memberikan motivasi tubuh yang diperkuat. Teknik konseling individu dengan semakin diperkuat dengan penggunaan terapi dzikir, yang memungkinkan penerima manfaat menjadi lebih terhubung secara spiritual dengan tuhan.

5. Penelitian yang dilakukan oleh shidiq ikhasanudin mahasiswa prodi bimbingan konseling islam fakultas ushuluddin dan dakwah institute agama islam negeri Surakarta tahun 2020 dengan judul penerapan *cognitive behavior therapy* (CBT) bagi pecandu narkoba di institusi penerima wajib lapor (IPWL) yayasan mitra alam surakarta. Focus masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana pelaksanaan penerapan

teknik *cognitive behavior therapy* bagi pecandu narkoba di institusi penerima wajib lapor (IPWL) yayasan mitra alam Surakarta. Dalam rangka melakukan penelitian tentang penggunaan terrapin perilaku kognitif (CBT) bagi penyalahguna narkoba di institusi penerima wajib lapor (IPWL) yayasan mitra alam Surakarta, penelitian ini juga menggunakan metode pendekatan kualitatif deskriptif. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa CBT yang digunakan di IPWL yayasan mitra alam Surakarta, yaitu (1) pendekatan, (2) assessment/menggali data, dan yang terakhir (3) tindakan, dalam tindakan inilah klien diberi penjelasan tentang apa yang telah terjadi di diri klien.

**Tabel 2.1 Persamaan dan Perbedaan**

No	Penulis, Tahun, Judul	Persamaan	Perbedaan
1.	Iskandar, 2019, Perilaku Kenakalan Remaja di Desa Tubo Tengah Kecamatan Tubo Sendana Kabupaten Majene (Analisis Psikologi)	Sama-sama membahas mengenai kenakalan remaja dan menggunakan metodologi penelitian kualitatif deskriptif.	Dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis psikologi sedangkan penelitian saat ini menggunakan teknik <i>cognitive behavior therapy</i> (CBT) dengan pendekatan <i>dzikir</i> .
2.	Fajar Ramadhan. M, 2021, Efektifitas Bimbingan Konseling dalam Meminimalisir Kenakalan Remaja di SMP Negeri 9 Palopo	Sama-sama membahas mengenai kenakalan remaja dan menggunakan metodologi penelitian kualitatif	Dalam penelitian ini meneliti kenakalan remaja yang terdapat di lembaga sekolah, sedangkan penelitian saat ini meneliti kenakalan remaja yang ada di masyarakat.
3.	Dini Aninda Mekarsari, 2013, Pengaruh Penerapan Konseling Behavior dengan Teknik Self Management	Sama-sama membahas mengenai kenakalan remaja dan menggunakan metodologi penelitian kualitatif.	Dalam penelitian ini menggunakan teknik konseling <i>Self Management</i> sedangkan penelitian saat ini menggunakan teknik konseling <i>Cognitive</i>

	terhadap Kenakalan Remaja Anggota Geng Rabu Gaul di SMA Negeri 8 Balikpapan		<i>Behavior Therapy</i> dengan pendekatan dzikir.
4.	Lale Kalsum 2020, <i>Konseling Individu dan Terapi dzikir dalam mengatasi Kenakalan Remaja di Balai Rehabilitasi Sosial Anak yang memerlukan Perlindungan Khusus (BRSAMPK) "pramita" Mataram</i>	sama-sama membahas mengenai kenakalan remaja, menggunakan terapi dzikir dan menggunakan metode penelitian kualitatif.	Dalam penelitian ini meneliti kenakalan remaja yang ada dib alai rehabilitasi social anak yang memerlukan perlindungan khusus (BRSAMPK), sedangkan penelitian saat ini meneliti kenakalan remaja di masyarakat.
5.	Shidiq Ikhasanudin, <i>Penerapan Cognitive Behavior Therapy (CBT) Bagi Pecandu Narkoba di Institusi Penerima Wajib Lapor (IPWL) Yayasan Mitra Alam Surakarta</i>	Sama menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dan menggunakan teknik konseling <i>cognitive behaviour therapy (CBT)</i> .	Dalam penelitian ini meneliti pecandu narkoba di institusi penerima wajib lapor (IPWL) yayasan mitra alam Surakarta, sedangkan dalam penelitian saat ini meneliti kenakalan remaja yang ada di masyarakat atau desa.

## B. Kajian Teori

Teori yang berfungsi sebagai perspektif untuk melakukan penelitian dibahas dalam bagian ini. Pemahaman peneliti terhadap masalah yang akan dipecahkan dengan penekanan dan tujuan penelitian akan semakin mendalam dengan pembicaraan yang lebih luas dan mendalam. Posisi teori disajikan sebagai perspektif dalam penelitian kualitatif, bukan sebagai sesuatu yang akan diuji.<sup>16</sup>

<sup>16</sup>Tim Penyusun, "Pedoman Karya Tulis Ilmiah (Jember: IAIN Jember, 2018), 46.

## 1. Bimbingan

Pengertian bimbingan atau *guidance* dalam kamus bahasa Inggris berasal dari kata *guide* yang berarti menunjukkan jalan, memimpin, menuntun, memberikan petunjuk, mengatur, mengarahkan, dan memberikan nasihat.

Menurut Abu Ahmadi, bimbingan adalah bantuan yang diberikan kepada individu (peserta didik) agar dengan potensi yang dimiliki mampu mengembangkan diri secara optimal dengan jalan memahami diri, memahami lingkungan, mengatasi hambatan guna menentukan rencana masa depan yang lebih baik.

Bimbingan merupakan suatu pertolongan yang menuntun. Bimbingan suatu tuntunan, hal ini mengandung pengertian bahwa dalam memberikan bimbingan bila keadaan menuntut, kewajiban dari pembimbing untuk memberikan bimbingan secara efektif, yaitu memberikan arah kepada yang dibimbingnya. Bimbingan itu dapat diberikan kepada seorang individu atau sekumpulan individu. Ini berarti bahwa bimbingan dapat diberikan secara individual atau kelompok. Bimbingan dapat diberikan kepada siapa saja yang membutuhkan tanpa memandang umur sehingga anak atau orang dewasa dapat menjadi objek bimbingan. Dengan demikian, bidang gerak bimbingan tidak hanya berfokus pada anak-anak atau para remaja tetapi juga mencakup orang dewasa.

Dalam mendefinisikan istilah bimbingan tersebut para ahli atau tokoh bidang bimbingan dan konseling memberikan pengertian yang berbeda-beda. Meskipun demikian, pengertian tersebut yang mereka kemukakan memiliki suatu kesamaan makna atau arti yakni bimbingan merupakan suatu proses pemberian bantuan.

## 2. Konseling

Kata konseling (*counseling*) berasal dari kata *counsel* yang dismbil dari bahasa latin yaitu *counselium*, artinya “bersama” atau “bicara bersama” pengertian dari “bicara bersama-sama” dalam hal ini adalah pembicaraan konselor dengan seorang atau beberapa klien (*counselee*). Dengan demikian *counselium* berarti “*people coming togrther to gain an understanding of problem that beset them were evident*”, demikian ditulis oleh Baruth dan Robinson dalam bukunya *An introduction to the counseling profession* menjelaskan secara singkat.

Harold Pepinsky & Pauline Pepinsky menyatakan bahwa konseling merupakan proses hubungan antara satu orang dengan yang lain. Satu orang sedang mengalami masalah yang tidak mampu mengatasi sendiri adalah klien, yang lain adalah orang yang professional terlatih dan berpengalaman serta mempunyai kualitas dalam membantu orang lain disebut konselor. Dalam proses konseling, konselor harus mampu memberikan fasilitas yang memadai pada diri klien agar mampu mengubah tingkah laku mereka.

Melihat dari beberapa pengertian yang dikemukakan oleh tokoh-tokoh diatas dapat disimpulkan bahwa konseling adalah suatu proses pemberian bantuan terhadap seorang atau sekelompok orang yang memerlukan bantuan untuk menyelesaikan permasalahan yang tidak bisa dipecahkan oleh orang tersebut dengan cara professional dan terlatih. Setiap manusia tidak pernah luput dari yang namanya persoalan, akan tetapi ada sebagian orang yang dapat memecahkan permasalahannya dengan sendiri dan tidak memerlukan bantuan orang lain, dan ada pula orang yang tidak mampu memecahkan permasalahannya dengan sendirinya.<sup>17</sup>

### 3. Terapi

#### a. Pengertian Terapi

Terapi adalah melakukan sesuatu secara teratur, terprogram dengan baik dan berulang-ulang untuk tujuan memperbaiki diri agar menjadi lebih sehat dan memperoleh kehidupan yang lebih baik.<sup>18</sup>

Menurut Kamus Besar Indonesia (KBBI), terapi adalah usaha untuk memulihkan kesehatan orang yang sedang sakit, pengobatan penyakit, dan perawatan penyakit.<sup>19</sup> Terapi juga dapat diartikan sebagai suatu

<sup>17</sup> Totok Agus Suryanto, M.Si & Fuadi, *Memahami Bimbingan Dan Konseling Belajar Teori dan Aplikasi Dasar-dasar Bimbingan Serta Konseling Belajar*, (Indramayu, CV. Adanu Abimata Anggota IKAPI, 2020), hlm.7-11.

<sup>18</sup> Drs. Lukman Hakim, *Terapi Qur'ani Untuk Kesembuhan Dan Rizki Tak Terduga*, (Jakarta, Link Consulting, 2012) hlm. 13.

<sup>19</sup> Sutrisna Altahira, dkk, *Aplikasi Terapi Komplementer Di Kebidanan*, (Bandung, CV MEDIA SAINS INDONESIA, 2022), hlm. 171.

jenis pengobatan penyakit dengan kekuatan batin atau rohani, bukan pengobatan dengan obat-obatan.<sup>20</sup>

#### b. Tujuan Terapi

Dalam terapi yang digunakan hampir menyerupai psikoterapi menurut Aziz Ahyadi terdapat tujuan terapi yang juga psikoterapi yaitu:

- 1) Memperkuat motivasi untuk melakukan hal-hal yang benar
- 2) Mengurangi tekanan emosi melalui kesempatan untuk mengekspresikan perasaan yang mendalam.
- 3) Mengubah kebiasaan
- 4) Mengubah struktur kognitif individu.
- 5) Meningkatkan pengetahuan diri.
- 6) Mengubah proses somatic supaya mengurangi rasa sakit dan meningkatkan kesadaran individu.<sup>21</sup>

#### 4. *Cognitive Behavior Therapy* (CBT)

Strategi psikologis yang disebut dengan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) digunakan untuk membimbing orang ke jalan yang lebih benar. Komponen kunci dari CBT adalah penggunaan berbagai pendekatan untuk mengubah kognisi, emosi, dan perilaku. Strategi ini, yang proaktif, direktif, terbatas waktu, terstruktur, dan berpusat pada pasien, menyesuaikan dengan tuntutan pasien.

<sup>20</sup> Yan Pramadya Puspa

<sup>21</sup> Tiara Nurfalalah, dkk, *Kesehatan Mental Memahami Jiwa Dalam Prespektif Psikologi Islam*, (Palembang, Noerfikri, 2016), hlm. 103.

Fakta-fakta hipotesis dalam CBT yang dibahas dibawah ini didasarkan pada analisis CBT oleh Aladdin (2008:ix), yang mempelajari secara dekat di bawah Aaron T. Beck. Dengan mengatasi masalah secara berulang-ulang, dari respon ketakutan yang paling kuat ke yang paling ringan, Beck (Aladin, 2008:ix) mendorong orang atau konseli untuk memahami tindakan untuk mengubah respon tersebut. Cara ini digunakan untuk mengurangi intensitas emosi konseli agar dapat berpikir, merasa dan berperilaku sehat dan benar.<sup>22</sup>

CBT adalah strategi konsling yang menurut Aaron T. Beck bertujuan untuk menyelesaikan masalah konseli saat ini dengan menata ulang perilaku kognitif dan perilaku yang abnormal. Metode CBT didasarkan pada pengembangan keyakinan kognitif dan strategi perilaku yang mengganggu. Konseptualisasi atau pengetahuan tentang keyakinan tertentu dan pola perilaku konseli membentuk dasar dari proses konseling. Proses konseling berdasarkan pada konseptualisasi atau pemahaman konseli atas keyakinan khusus dan pola perilaku konseli. Tujuan terapi CBT ini adalah untuk pengembangan system kepercayaan yang menyimpang dan restrukturisasi kognitif untuk perubahan perilaku dan emosional yang positif.<sup>23</sup>

---

<sup>22</sup>Ns. Afeus Manuntung, S.kep, M.kep, Terapi Perilaku Kognitif Pada Pasien Hipertensi, (t.tp, Wineka Media, 2019), 91 dan 95.

<sup>23</sup>Renni Kurniati, Efektifitas Pendekatan Cognitive Behavior Therapy dengan Teknik Self-management untuk Mengurangi Penggunaan Smartphone Secara Berlebihan pada Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 4 Bandar Lampung, (Bandar Lampung, Skripsi, Fakultas Tarbiah dan Keguruan UIN Raden Intan, 2019), 38.

Menurut Aaron T. Beck *Cognitif Behavior Therapy* (CBT) sebagai pendekatan konseling yang dimaksudkan untuk mengatasi masalah yang dialami klien pada saat perilaku yang menyimpang. Kerangka teoritis yang dikenal sebagai terapi perilaku kognitif (CBT) menghubungkan pikiran, emosi, dan perilaku.

Konseptualisasi atau pemahaman klien tentang keyakinan tertentu dan pola perilaku konseli membentuk dasar dari proses konseling. Harapan dari Proses konseling didasarkan pada konseptualisasi atau pemahaman konseli atas keyakinan khusus dan pola perilaku konseli. Harapan dari *Cognitif Behavior Therapy* (CBT) yaitu munculnya sistem kepercayaan yang salah dan restrukturisasi kognitif yang menyimpang dan sistem kepercayaan untuk membawa peningkatan terhadap emosi dan perilaku ke arah yang lebih baik”.

Konseling *Cognitif Behavior Therapy* (CBT) membantu orang mengidentifikasi dan memperbaiki kesalahan. Berpikir positif (*positif thinking*) dan berpikir ceria (*happy thinking*) keduanya terkait dalam konseling *Cognitif Behavior Therapy* (CBT). Hubungan antara situasi masalah dan pola reaksi masalah diperkuat dengan penggunaan terapi perilaku. Orang belajar untuk mengubah perilaku mereka dan menenangkan tubuh dan pikiran mereka agar merasa lebih baik, berpikir lebih jernih, dan membantu dalam membuat penilaian yang tepat.

*Cognitif Behavior Therapy* (CBT) didasarkan pada gagasan mengurangi pikiran negative. Melalui *Cognitif Behavior Therapy* (CBT),

individu yang terlibat dalam kegiatan dan berpartisipasi dalam terapi untuk diri mereka sendiri dengan tujuan mengembangkan rasa diri dan strategi pengaturan diri lainnya.<sup>24</sup>

a. Perilaku

Pengertian perilaku dalam bahasa Indonesia adalah respon atau reaksi seseorang (individu) terhadap suatu rangsangan atau lingkungan. Menurut agama, perilaku moral adalah perilaku yang sesuai dengan alasan manusia masuk ke dunia, yaitu untuk mengabdikan kepada tuhan.

Menurut Kurt Lewin, perilaku adalah fungsi karakteristik individu (motif, nilai-nilai, sifat kepribadian, dll) dan lingkungan, faktor lingkungan memiliki pengaruh yang signifikan pada perilaku, dan terkadang pengaruh ini lebih besar daripada sifat individu. Kekuatan besar dalam menentukan perilaku, sehingga membuat prediksi perilaku lebih kompleks. Jadi, perilaku manusia adalah keseimbangan antara

factor-faktor yang memotivasi dan membatasi seseorang. Suatu keadaan yang seimbang antara kekuatan-kekuatan pendorong dan kekuatan-kekuatan penahan.

Kurt Lewin mencatat bahwa perilaku dapat berubah jika dua kekuatan dalam diri seseorang tidak seimbang, yang mengarah ke tiga hasil potensial untuk perubahan perilaku pada seseorang, diantaranya adalah:

---

<sup>24</sup>Yahya AD & Egalia, Pengaruh Konseling Kognitif Behavior Therapy (Cbt) dengan Teknik Self Control untuk Mengurangi Perilaku Agresif Peserta Didik Kelas VIII Di SMPN 9 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2016/2017

- 1) Karena stimulus yang memicu terjadinya perubahan perilaku, maka factor pendorongnya pun meningkat.
- 2) Karena adanya stimulus yang mengurangi kekuatan penahan, kekuatan penahan menjadi berkurang.
- 3) Kekuatan penahan berkurang, saat kekuatan pendorong naik.<sup>25</sup>

b. Emosi

Emosi adalah perasaan intens yang ditujukan kepada seseorang atau sesuatu. Emosi adalah tanggapan terhadap seseorang atau sesuatu. Ketika merasa gembira tentang sesuatu, marah pada seseorang, atau takut tentang sesuatu, emosi mungkin ditampilkan.

Menurut Chaplin (2000), emosi adalah keadaan gairah organisme yang meliputi perubahan sadar, yang mendalam sifatnya, mendalam sifatnya, dan perilaku. Chaplin melanjutkan dengan mengatakan bahwa perasaan atau emosi adalah pengalaman sadar yang dapat dipicu oleh jumlah dan upaya yang tepat untuk mengendalikan emosi agar dapat

digunakan untuk mengatasi masalah dalam kehidupan, terutama yang melibatkan hubungan interpersonal. Menurut Goleman, orang dengan kecerdasan emosional yang tinggi mampu memahami beragam emosi secara mendalam ketika muncul. Hal ini dapat menunjukkan empati, pengendalian diri.<sup>26</sup>

---

<sup>25</sup>Dr. Yayat Suharyat, M.Pd, Hubungan Antara Sikap, Minat dan Perilaku Manusia, *Accelerating the world's research*, 16-17.

<sup>26</sup>Ibid.

## 5. Pendekatan *Dzikir*

*Dzikir* secara etimologis berasal dari kata Arab *dzakara, yadzuru, dzikr* yang berarti menyebut atau mengingat. Chodjim mendefinisikan *dzikir* sebagai mengingat, mengisi atau menuangkan. *Dzikir* kepada Allah (*Dzikrullah*) secara sederhana dapat dipahami sebagai mengingat Allah atau sering menyebut nama Allah, menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, yang mendefinisikan *dzikir* sebagai pujian kepada Allah yang diucapkan berulang-ulang.

Menurut Imam Al-ghazali mengatakan bahwa *dzikir* berarti ingatan seseorang bahwa Allah mengamati seluruh tindakan dan pikirannya. Dengan demikian, *dzikir* tidak lagi menjadi media komunikasi sepihak yang dilakukan seseorang hamba kepada Tuhannya, tetapi hubungan timbal balik antara sang pencipta dengan ciptaannya. Tokoh spiritual syiah modern, Imam Khomeini, mengatakan bahwa berdzikir mengingat Allah adalah mengingat seluruh rahmat yang telah dianugerahkannya kepada kita. Dalam *miftahul al-falah wa mishbahu al-arwah* Ibnu Atha'illah As-sakandari mencatat setidaknya terdapat 68 faidah yang akan didapatkan oleh orang yang rajin berdzikir diantaranya yaitu menghilangkan segala kerisauan dan kegelisahan serta mendatangkan kegembiraan dan kesenangan, melenyapkan segala keburukan, mendatangkan sesuatu yang paling mulia dan paling agung dengan demikian kalbu manusia menjadi hidup seperti hidupnya tanaman setelah hujan, *dzikir* merupakan perangkat yang membuat kalbu manusia menjadi bersih dari karat berupa lalai

mengikuti hawa nafsu, menjadi lampu penerang bagi pikiran yang memberi petunjuk dalam kegelapan, dan lain sebagainya.<sup>27</sup>

*Dzikir* yang digunakan untuk menyebut hampir semua ibadah dan perbuatan baik dalam islam, adalah tindakan mengingat Allah dan kegangungannya. Hal tersebut termasuk tasbih, tahmid, shalat, membaca Al-Qur'an, berdoa, melakukan perbuatan baik, dan menjauhkan diri dari kejahatan. *Dzikir* juga dapat didefinisikan sebagai tindakan dengan mulut (menyebut, menceritakan) atau dengan hati (mengingat, menyebut dan membaca). Lebih lanjut ia menyatakan bahwa ada yang berpendapat kata *dzukr* (Bidhammi) mempunyai arti pekerjaan hati dan lisan, sedangkan kata *dzikr* (Bilkasri) mempunyai arti khusus pekerjaan lisan.

a. Tasbih

Kata tasbih yang berasal dari kata *sabh*, merupakan bentuk masdar dari *sabbaha-yusabbihu-tasbihan*. Ibnu Faris, mengklaim bahwa etimologi kata *sabh* memiliki dua arti. Awalnya semacam ibadah,

kedua bentuk perjalanan cepat. Arti pertama dari istilah tasbih adalah mensucikan Allah dari segala kezaliman (*tanzihullahi min kulli su'in*), sedangkan kata *tanzih* berarti *tab'id* (menjauhkan). Menyucikan Allah SWT dari segala kejahatan dan dari segala perilaku atau sifat yang tidak sesuai dengan keagungan, kemuliaan, rahmat, dan kekuasaannya atas segala sesuatu adalah definisi tasbih dari segi bahasa.

<sup>27</sup>Luqman Junaidi, *The Power Of Wirid: Rahasia dan Khasiat Zikir Setelah Sholat Untuk Kedamaian Jiwa dan Kebugaran Raga*, (t.tp, Himah, 2007), 5 dan 11.

Sementara itu, kata *subbuhun* adalah suatu sifat bagi Allah, dan menunjukkan bahwa Allah Maha Suci dan bebas dari segala sesuatu yang tidak layak baginya. Juga diterjemahkan oleh Ar-Ragib Al-Asfihani sebagai “berlari cepat di dalam air (berenang) atau di udara (terbang)”. Ungkapan tersebut dapat merujuk pada gerak bintang-bintang di langit, langkah cepat suatu kuda, atau kecepatan memberi amal untuk memuliakan Allah. Kata ini mengacu pada memilih yang baik daripada yang jahat. Tasbih juga bisa berbentuk perkataan, perbuatan, atau niat menurut Al-Asfahani. Makna ini berkembang hingga saat ini. Dan menjadi makna istilah tasbih.

b. Tahmid

Lafadz *Alhamdulillah* biasa digunakan dalam tahmid mengungkapkan spontanitas seseorang yang baru saja mengalami berkah dan karunia Allah SWT. *Al-hamdulillah wa asy-syukru lillah, wala haula wala quwwata illa billah*, dll adalah contoh baris pendukung yang ditambahkan pada tahmid yang lebih merupakan reaksi batin yang diungkapkan oleh mulut.<sup>28</sup>

6. Kenakalan Remaja

Perilaku yang menyimpang dari undang-undang atau peraturan untuk mengganggu ketertiban dan kerukunan sosial disebut dengan

<sup>28</sup>Prof. Dr. H. Nasaruddin Umar, MA, *Teologi Korupsi*, t.tp, Elex Media Komput Indo, 2021, 200.

kenakalan remaja. Kenakalan remaja adalah setiap perilaku remaja yang dianggap mengganggu ketentraman atau ketertiban umum.<sup>29</sup>

Istilah kenakalan remaja (juvenil delinquency) mencakup berbagai tindakan, mulai dari kegiatan criminal hingga perilaku yang tidak dapat diterima secara sosial. Berkembangnya perilaku kenakalan remaja merupakan tanda adanya penyakit sosial (patologis) pada remaja yang disebabkan oleh semacam pengabaian sosial. Remaja nakal juga disebut sebagai anak cacat sosial, hal tersebut diungkapkan oleh Kartono (1988). Mereka memiliki gangguan mental yang disebabkan oleh tekanan masyarakat dan sebagai akibatnya masyarakat menganggap perilaku mereka kelainan dan menyebut mereka sebagai “kenakalan”.

Perilaku yang melampaui apa yang dapat diterima orang atau lingkungan serta tindakan yang dapat melanggar aturan dan hukum dianggap kenakalan remaja. Suatu jenis pelayanan social dapat menjadi penyebab social dari kenakalan remaja dengan mendorong remaja tersebut untuk terlibat dalam kegiatan yang menyimpang.

Sunarwiyati dalam Sarwirini (2011) membagi kenakalan anak dan remaja ke dalam tiga tingkatan, sesuai dengan bentuknya diantaranya:

- a. Kenakalan biasa, seperti suka berkelahi, suka keluyuran, membolos sekolah, pergi dari rumah tanpa pamit.

---

<sup>29</sup>Ibid.

- b. Kenakalan yang mengakibatkan pelanggaran dan kejahatan seperti mencuri barang orang tua tanpa persetujuan mereka dan mengendarai mobil tanpa SIM.
- c. Perilaku criminal tertentu seperti pemerkosaan, seks di luar nikah, dan penyalahgunaan narkoba.<sup>30</sup>

Menurut bentuknya, Sunarwiyati S (1985) membagi kenakalan remaja menjadi tiga bagian salah satunya yaitu kenakalan biasa, misalnya sering berkelahi, suka keluyuran, membolos sekolah, dan pergi dari rumah tanpa pamit. Adapun menurut Jensen (1985:417) membagi bentuk kenakalan remaja menjadi tiga yaitu pertama, kenakalan yang menimbulkan korban fisik pada pihak atau orang lain misalnya perkelahian, perkosaan, perampokan, pembunuhan, dan lain sebagainya. Kedua, kenakalan yang menimbulkan korban materi misalnya perjudian, perusakan, pencurian, pencopetan, pemerasan, dan lain sebagainya. Dan bentuk kenakalan remaja yang ketiga yaitu kenakalan sosial yang tidak menimbulkan korban pada pihak lain misalnya pelacuran, penyalahgunaan obat, serta berhubungan seks diluar nikah.<sup>31</sup>

---

<sup>30</sup>Dhimas Gobang Pujangga, *Tujuan Hidup Remaja Pelaku Kenakalan*, (Malang, Skripsi Universitas Muhammadiyah, 2015), 3-4.

<sup>31</sup>Maryam B. Gainau, *Perkembangan Remaja Dan Problematikanya*, (Yogyakarta, PT Kanisius, 2015), 84.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Pendekatan Dan Jenis Penelitian**

Metodologi yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif. Penelitian kualitatif adalah bagian dari studi yang tidak mengendalikan metode kuantitatif untuk menghasilkan kesimpulannya, seperti namanya. Perhitungan dalam statistic atau teknik numeric lainnya (Strausi dan Corbin, 2003; Golafshani, 2003). Dalam penelitian kualitatif, kata-kata tertulis atau lisan orang digunakan untuk mengumpulkan data deskriptif tentang perilaku yang diamati. Istilah kualitatif mengacu pada sesuatu yang berkaitan dengan kualitas, nilai, atau signifikansi fakta. Hanya linguistic, bahasa, atau kata-kata yang dapat digunakan untuk berkomunikasi atau menjelaskan kualitas, nilai atau signifikansi.<sup>32</sup>

Studi kasus (*case studies*) kualitatif deskriptif yang digunakan untuk menggambarkan pendekatan penelitian dalam penelitian ini. Peneliti menggunakan jenis penelitian ini karena dalam teknik deskriptif kualitatif mengkaji suatu peristiwa atau fenomena social sebagaimana yang sebenarnya terjadi.

#### **B. Lokasi Penelitian**

Lokasi penelitian merupakan lokasi dimana peneliti mempelajari lebih lanjut mengenai data-data yang diperlukan. Tempat dilakukannya penelitian

---

<sup>32</sup>Muh Fitriyah & Luthfiyah, *Metodologi Penelitian: Penelitian Kualitatif, Tindakan Kelas & Studi Kasus*, (t.tp, CV Jejak (Jejak Publisher), 2018), 47.

disebut dengan lokasi penelitian. Pemilihan tempat harus mempertimbangkan factor-faktor seperti minat, orisinalitas, dan sesuai dengan tema yang dipilih.<sup>33</sup>

Lokasi yang akan digunakan untuk penelitian ini adalah di Desa Jatirejo Kecamatan Lekok Kabupaten Pasuruan.

### C. Subyek Penelitian

Sumber data dan jenis data dilaporkan di bagian ini. Uraian tersebut meliputi data yang ingin diperoleh, informan atau narasumber yang ingin digunakan, serta bagaimana metode pencarian dan pengumpulan untuk memastikan keakuratan data.<sup>34</sup> Remaja yang melakukan tindakan criminal di Desa Jatirejo dijadikan sebagai sumber data yang digunakan dalam penelitian ini. *Purposive sampling*, metode pemilihan sampel dengan pertimbangan tertentu, digunakan untuk memilih subyek yang digunakan dalam penelitian ini.<sup>35</sup> Kriteria subyek dalam penelitian ini adalah:

1. Remaja yang berumur 15-18 tahun.
2. Remaja yang melakukan kenakalan.
3. Remaja yang tingkat pendidikannya SMA atau sederajat.
4. Remaja yang mengikuti majelis *dzikir* di Al-Ma'unah.

Adapun subyek penelitian dalam penelitian ini terdapat 2 orang yaitu subyek MQ dan subyek NF. Peneliti memilih kedua subyek tersebut dikarenakan mereka melakukan kenakalan berupa berjudi dengan cara

---

<sup>33</sup>Eko Sudarmanto, dkk, *Desain Penelitian Bisnis: Pendekatan Kuantitatif*, (t.tp, Yaya-san Kita Menulis, 2021), 207.

<sup>34</sup>Ibid.

<sup>35</sup>M. Ikhwan, dkk, *Islam Universalia, Issue Sept 2019*, (t.tp, Cyber Media Publishing, 2019), 349.

membeli nomer togel dan taruhan dengan cara sabung ayam, dan memenuhi kriteria subyek dalam penelitian ini.

#### **D. Teknik Pengumpulan Data**

Peneliti menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi sebagai teknik pengumpulan data.

##### **1. Observasi atau Pengamatan**

Panca indera mata berfungsi sebagai alat utama untuk observasi atau pengamatan pada manusia setiap harinya, selain panca indera lainnya seperti telinga, penciuman, hidung dan kulit. Oleh karena itu, kemampuan menggunakan pengamatan yang menerima hasil kerja panca indera mata dan dibantu oleh panca indera lainnya itulah yang dimaksud dengan observasi atau pengamatan. Metode observasi adalah teknik pengumpulan data yang melibatkan peneliti mengamati dengan menggunakan panca inderanya.<sup>36</sup> Jadi, dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode observasi partisipasi pasif, peneliti hadir ditempat kegiatan yang diamati tetapi tidak ikut serta didalamnya. Untuk memudahkan peneliti dalam melakukan penelitiannya, peneliti menerapkan pedoman observasi dalam teknik ini.

##### **2. Wawancara**

Wawancara adalah salah satu dari teknik dalam pengumpulan informasi atau data. Wawancara merupakan keterampilan dan kemampuan mutlak yang harus dimiliki oleh setiap peneliti. Slamet (2011)

---

<sup>36</sup>Umrati, Hangka Wijaya, *Analisis Data Kualitatif Teori Konsep dalam Penelitian Pendidikan*, (t.tp, Sekolah Tinggi Theologia Jaffray, 2021), 73.

menyebutkan bahwa wawancara adalah cara yang dipakai untuk memperoleh informasi melalui kegiatan interaksi sosial antara penelitian dengan yang diteliti.<sup>37</sup>

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan jenis wawancara terstruktur, artinya sebagian besar pertanyaan sudah direncanakan sebelumnya atau diputuskan oleh peneliti, termasuk topic dan urutan pertanyaannya. Dalam penelitian ini, wawancara dilakukan untuk memperoleh informasi yang mendalam mengenai objek penelitian.

Wawancara dilakukan kepada:

- a. Orangtua subyek MQ
- b. Ustadz subyek MQ
- c. Saudara subyek MQ
- d. Teman subyek MQ
- e. Orangtua subyek NF
- f. Ustadz subyek NF
- g. Saudara subyek NF
- h. Teman subyek NF

### 3. Dokumentasi

Dokumentasi adalah proses pengumpulan data dari sumber arsip seperti buku tentang teori, argument, undang-undang, dan topic lain yang terkait dengan masalah penelitian. Karena pembuktian hipotesis disajikan secara logis dan rasional melalui pendapat, teori, atau hukum, baik yang

---

<sup>37</sup>Fandi Rosi Sarwo Edi, *Teori Wawancara Psikodignostik*, (t.tp, Penerbit LeutikaPrio, t.th), 1&2.

mendukung maupun yang menolak hipotesis tersebut, maka teknik pengumpulan data sangat penting dalam penelitian kualitatif.<sup>38</sup> Oleh karena itu, saat melakukan proses wawancara dan saat melakukan bimbingan dan konseling *Cognitive Behavior Therapy* dengan pendekatan *dzikir* kepada remaja yang terlibat dalam kenakalan, peneliti menggunakan teknik dokumentasi dengan mengambil gambar dan mendokumentasikan pekerjaan dalam penelitian ini. Adapun data yang ingin diperoleh peneliti dari dokumentasi antara lain yaitu:

- a. Foto kegiatan proses konseling
- b. Dokumentasi terkait proses wawancara

#### **E. Analisis Data**

Berkaitan dengan analisis data ini, Nasution (1996) mengemukakan beberapa kesimpulan yang sangat bermanfaat untuk dijadikan pedoman dalam analisis data untuk penelitian kualitatif, antar lain:

1. Proses pengumpulan, pengklasifikasian, dan pencarian pola atau tema dalam data dengan tujuan menafsirkan maknanya dikenal sebagai analisis data.
2. Dalam penelitian *naturalistic*, generalisasi lebih seperti hipotesis kerja yang perlu diverifikasi dalam berbagai konteks.
3. Analisis data adalah kegiatan kreatif, yang tidak memiliki tahapan tertentu dan setiap peneliti harus menemukan solusinya sendiri.<sup>39</sup>

<sup>38</sup>Herin Mawarti, dkk, *Pengantar Riset Keperawatan*, (t.tp, Yayasan Kita Menulis, 2021), 98.

<sup>39</sup>Dr. Drs I Wayan Suwendra, S.pd, M.pd, *Metode Penelitian Kualitatif dalam Ilmu Sosial, Pendidikan, Kebudayaan, dan Keagamaan*, (t.tp, Nilacakra,2018), 74-75.

Adapun analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Reduksi Data

Merupakan proses merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya dengan demikian data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya dan mencarinya bila diperlukan.

2. Penyajian Data

Proses penyajian data berbentuk sekumpulan informasi yang tersusun sesuai proses penelitian dengan tujuan agar tidak menyimpang dari pokok permasalahan.

3. Penarikan Kesimpulan atau Verifikasi Data

Pada proses ini dilakukan untuk mencari dan memahami makna data yang disimpulkan, kemudian diverifikasi dengan melihat dan mempertanyakan

kembali data atau catatan lapangan sehingga diperoleh pemahaman yang tepat dengan tujuan agar data yang diperoleh dan penafsiran data memiliki validitas.

**F. Keabsahan Data**

Bagian ini menjelaskan langkah-langkah yang peneliti lakukan untuk memastikan keakuratan data yang mereka temukan dilapangan. Untuk memperoleh temuan yang valid perlu dilakukan pengujian kredibilitasnya dengan menggunakan teknik validitas data seperti perpanjangan kehadiran

peneliti di lapangan, observasi lebih mendalam, triangulasi (menggunakan beberapa sumber, metode, peneliti, teori), diskusi sejawat, analisis kasus lainnya, melacak kesesuaian hasil, dan pengecekan anggota (*member check*).<sup>40</sup> Dalam hal ini peneliti menggunakan triangulasi sumber, triangulasi sumber adalah proses uji keabsahan data dengan cara menginformasikan data penelitian yang telah diperoleh pada sumber yang berbeda.<sup>41</sup>

### G. Sistematika Bahasan

Bagian ini menguraikan mengenai rencana yang akan peneliti lakukan dalam penelitiannya, dari penelitian pendahuluan, pengembangan desain, penelitian sebenarnya, sehingga pada penulisan laporan.<sup>42</sup> Dengan ini peneliti memberikan ringkasan secara menyeluruh mengenai tahapan-tahapan penelitian yang akan peneliti lakukan:

1. Tahap Pra Lapangan
  - a. Menemukan tempat penelitian yaitu di Desa Jatirejo Kecamatan Lekok Kabupaten Pasuruan.
  - b. Membuat proposal penelitian
  - c. Menyelenggarakan seminar proposal
  - d. Mengurus surat perizinan untuk meneliti
2. Tahap pelaksanaan penelitian

Tahap pelaksanaan penelitian ini peneliti menggunakan bentuk konseling individu. Dengan demikian, pelaksanaan penelitian ini

<sup>40</sup>Tim Penyusun, *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*, 98.

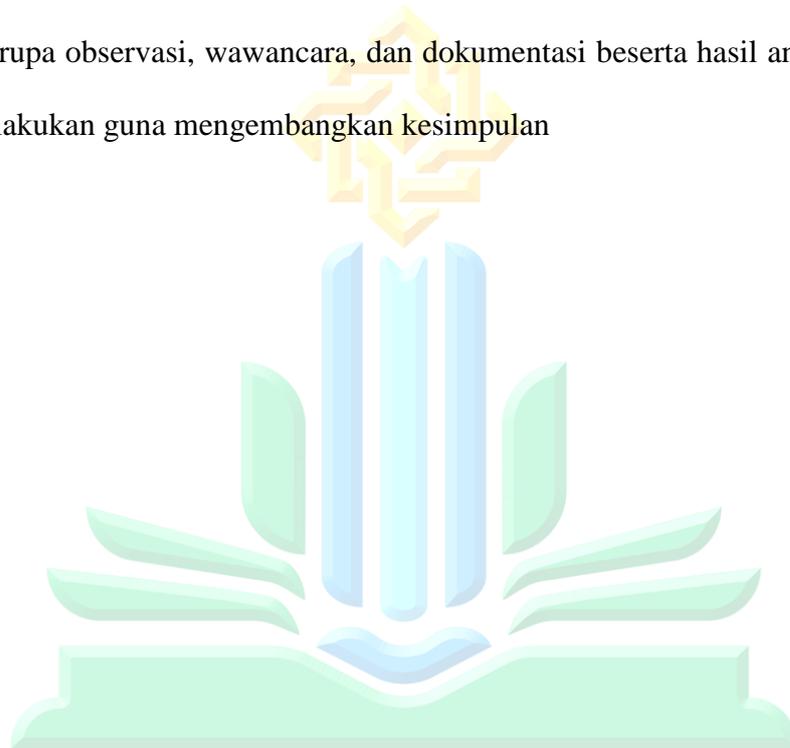
<sup>41</sup>Dr. Sigit Hermawan, SE, M.Si & Aminullah, SE, MM, *Metode Penelitian Bisnis: Pendekatan Kuantitatif & Kualitatif*, (t.tp, Media Nusa Creative (MNC Publishing), 2021), 225.

<sup>42</sup>Tim Penyusun, *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*, 48.

disesuaikan dengan langkah-langkah dalam konseling individu, meliputi tahap awal, tahap inti (tahap kerja), dan tahap akhir (tahap tindakan).

### 3. Tahap penyelesaian

Tahap akhir penelitian adalah tahap penyelesaian. Dimana peneliti mengumpulkan informasi atau data yang dikumpulkan dari lapangan berupa observasi, wawancara, dan dokumentasi beserta hasil analisis yang dilakukan guna mengembangkan kesimpulan



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

## **BAB IV**

### **PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS**

#### **A. Gambara Obyek Penelitian**

##### **1. Deskripsi Umum Objek Penelitian**

###### **a. Kondisi Geografis**

Dengan luas wilayah 223,841 hektar dan kepadatan penduduk mencapai 12,846 penduduk tetap, Desa Jatirejo merupakan bagian dari Kecamatan Lekok. Pada tahun 2018, 8485 jumlah orang terdaftar untuk memilih disana, tetapi jumlah ini rendah mengingat potensi dan luas wilayah tersebut. Kabupaten Pasuruan merupakan tempat Desa Jatirejo secara geografis berada. Mayoritas penduduk Desa Jatirejo bekerja sebagai nelayan, petani, buruh tani, dan peternak (sapi, kambing, ayam, dan itik), serta dibidang perikanan, konstruksi, perdagangan, dan pekerjaan lainnya. Merupakan Wilayah Pesisir mengingat keadaan wilayah Desa Jatirejo.

Ibukota kecamatan berjarak 0,5 kilometer dan dapat ditempuh dalam waktu 10 menit. Sementara sebagian besar jalan lingkungan desa masih dalam kondisi buruk dan terbuat dari tanah, sedangkan beberapa jalan raya telah dibangun kembali dan dalam kondisi layak pada tahun 2021.

## b. Gambaran umum Demografis

### 1) Luas

- Luas Desa : 223,841 Hektar
- Tanah Kas Desa : 6,4 Hektar
- Komplek Balai Desa : 0,2 Hektar
- Tanah Kuburan : 3,2 Hektar
- Sawah Masyarakat : 65,41 Hektar
- Tanah Kering : 12,7 Hektar
- Pekarangan Penduduk : 80,3 Hektar
- Lahan Wakaf : 0,5 Hektar

### 2) Batas Desa

- Sebelah Utara : Selat Madura
- Sebelah Timur : Desa Wates
- Sebelah selatan : Desa Pasinan
- Sebelah Barat : Desa Tambak Lekok

### 3) Jalan Desa

- Panjang Jalan Kabupaten: 1 Km
- Panjang Jalan desa : 3 Km
- Jalan Tanah : 0,5 Km
- Jumlah Jembatan Beton : 2 Unit

Terkait dengan permasalahan tersebut, peneliti memberikan informasi mengenai rasio penduduk laki-laki dan perempuan di Desa Jatirejo yang peneliti peroleh dari Balai Desa.

### Data Rekapitulasi Jumlah Penduduk Bulan April Tahun 2022

#### 1) Jumlah Penduduk Awal Bulan

Tabel 4.1 Jumlah Penduduk Awal Bulan April 2022

No	Nama Dusun/Lingkungan	Jumlah Penduduk Awal Bulan						Jumlah Anggota Keluarga	Jumlah Jiwa (3+8)
		Jumlah KK	WNA		WNI				
			L	P	L	P			
1.	Lampean	257	-	-	491	527	761	1018	
2.	Mimbo	469	-	-	798	853	1182	1651	
3.	Morngelen	185	-	-	354	349	518	703	
4.	Padekan	156	-	-	259	263	366	522	
5.	Pengaletan	147	-	-	249	266	368	515	
6.	Payangan	318	-	-	570	601	853	1171	
7.	Ujung Gunung	388	-	-	634	641	887	1275	
8.	Asem Rajeh	169	-	-	578	361	570	739	
9.	Batu Putih	502	-	-	807	1102	1707	2209	
10.	Paras Gempal	280	-	-	637	506	863	1143	
11.	Tegalan	434	-	-	962	983	1511	1945	
	Jumlah	3305			6439	6452	9586	12891	

Sumber: Jumlah Penduduk Desa Jatirejo

#### 2) Tambahan dan Pengurangan Penduduk

Tabel 4.2 Jumlah Tambahan dan Pengurangan Penduduk di Bulan April 2022

Tambahan Bulan Ini				Pengurangan Bulan Ini			
Lahir		Datang		Mati		Pindah	
WNA	WNI	WNA	WNI	WNA	WNI	WNA	WNI
L	P	L	P	L	P	L	P
-	-	-	2	-	-	-	1
-	1	-	-	-	-	-	1
-	-	-	1	-	-	-	-
-	-	-	-	-	-	-	-
-	-	-	-	-	-	-	1
-	-	2	1	-	-	-	-
-	-	1	1	-	-	-	1
-	-	-	1	-	-	-	-
-	-	1	2	-	-	-	-
-	-	1	-	-	-	-	-
-	-	2	-	-	-	-	1
-	-	8	8	-	-	-	2

Sumber: Jumlah Penduduk Desa Jatirejo

## 3) Jumlah Penduduk Akhir Bulan

Tabel 4.3 Jumlah Penduduk Desa Jatirejo Akhir Bulan April 2022

Jumlah Penduduk Akhir Bulan							Keterangan
WNA		WNI		Jumlah KK	Jumlah Anggota Keluarga	Jumlah Jiwa (30+31)	
L	P	L	P				
-	-	491	528	257	762	1019	
-	-	798	853	469	1182	1651	
-	-	554	350	185	519	704	
-	-	259	263	156	366	522	
-	-	248	266	147	367	514	
-	-	572	602	318	856	1174	
-	-	634	641	388	887	1275	
-	-	378	362	169	571	740	
-	-	1108	1107	502	1710	2212	
-	-	638	506	280	864	1144	
-	-	962	982	434	1511	1945	
		6443	6457	3305	9525	12900	

Sumber: Jumlah Penduduk Desa Jatirejo<sup>43</sup>

Tabel 4.4 Jumlah Penduduk Berdasarkan Kelompok Umur dan Jenis Kelamin

No.	Kelompok Umur	Laki-laki	Perempuan	Jumlah
1.	00-04	3.406	3.389	6.795
2.	05-09	3.747	3.509	7.256
3.	10-14	3.965	3.690	7.655
4.	15-19	3.956	3.913	7.869
5.	20-24	3.557	3.908	7.465
6.	25-29	3.188	3.462	6.650
7.	30-34	3.093	3.299	6.392
8.	35-39	2.854	2.667	5.521
9.	40-44	2.352	2.630	4.982
10.	45-49	2.121	2.443	4.564
11.	50-54	1.915	2.013	3.928
12.	55-59	1.280	1.488	2.768
13.	60-64	1.043	1.192	2.235
14.	65-69	488	759	1.247
15.	70-74	301	543	844
16.	75+	184	400	584

Sumber: Badan Pusat Statistik Kabupaten Pasuruan

<sup>43</sup>Dokumen Jumlah Penduduk Desa Jatirejo Kabupaten Pasuruan, dikutip pada hari Jum'at, 10 Juni 2022, Pukul 20.00 WIB

Dengan demikian jumlah angka remaja di Kecamatan Lekok pada tahun 2020 terdapat sebanyak 7.869 yang terdiri dari remaja laki-laki sebanyak 3.956 dan remaja perempuan sebanyak 3.913.

**Tabel 4.5 Angka Kenakalan Remaja Di Desa Jatirejo Pada Tahun 2021**

No.	Jenis Kenakalan Remaja	Persentase
1.	Perilaku kriminal yang mengakibatkan korban fisik	06,0%
2.	Perilaku kriminal yang mengakibatkan kerugian materi	08,0%
3.	Perilaku kriminal sosial yang tidak menimbulkan korban	14,0%
Jumlah		28,0%

**Sumber: Kecamatan Lekok dalam Angka<sup>44</sup>**

Berdasarkan data diatas, Desa Jatirejo di Kecamatan Lekok Kabupaten Pasuruan tersebut memiliki tingkat kenakalan remaja tertinggi berjumlah 28,0% dari seluruh desa di Kecamatan Lekok pada tahun 2020.

#### 4) Data Perangkat Desa

Desa Jatirejo dibagi menjadi 64 RT dan 13 RW. Berikut

diterangkan data perangkat Desa Jatirejo:

a) Kepala Desa : Ainul Yakin

b) Sekretaris Desa : Muh. Nizar

c) Kadus Lampean : Akib

d) Kadus Mimbo : Nawawi

e) Kadus Morngelen : Sonhaji

f) Kadus Padekan : Yasin Atim

g) Kadus Pegaletan : Mudzakkir

<sup>44</sup> Badan Pusat Statistik “Kecamatan Lekok dalam Angka” tahun 2020.

h) Kadus Payangan : Musthofa

i) Kadus Ujung Gunung : As'ad

## 2. Deskripsi Objek Penelitian (Konseli)

Konseli adalah klien yang datang kepada konselor dalam keadaan tertekan dan menyusahkan serta membutuhkan bantuan konselor untuk memecahkan atau menyelesaikan kesulitannya karena ia tidak mampu melakukannya sendiri. Adapun uraian mengenai kedua konseli sebagai berikut:

### a. Identitas Konseli

#### 1) Identitas Konseli 1

Nama : M. Qoyyubi (MQ)  
 Tempat/Tanggal Lahir : Pasuruan, 15 Februari 2004  
 Agama : Islam  
 Jenis Kelamin : Laki-laki  
 Status : Pelajar

#### 2) Identitas Konseli 2

Nama : Nur Fadilillah (NF)  
 Tempat/Tanggal Lahir : Pasuruan, 28 September 2004  
 Agama : Islam  
 Jenis Kelamin : Laki-laki  
 Status : Pelajar

Untuk memperjelasnya berikut akan dipaparkan mengenai kondisi kedua subyek atau konseli, yaitu sebagai berikut.

b. Kondisi Subyek atau Konseli MQ

Subyek MQ adalah remaja yang dibesarkan dalam rumah tangga yang sederhana. subyek hidup atau tinggal bersama ibu kandung subyek, dikarenakan orang tua subyek berpisah dan ayah dari subyek menikah lagi dengan orang yang lain, akan tetapi ayah subyek tersebut masih bertanggungjawab dengan membiayai kehidupan subyek. Ibu subyek adalah warga asli di Desa Jatirejo Kecamatan Lekok Kabupaten Pasuruan. Subyek adalah anak keempat dari empat bersaudara, yang dimana ketiga saudaranya tersebut merupakan saudara lain ayah dari subyek. Sumber perekonomian keluarga subyek berasal dari ibu subyek yang berprofesi sebagai buruh dari pedagang ikan asin atau biasanya orang desa jatirejo menyebutnya dengan Nyelap, dan dari ayah konseli yang bekerja sebagai Nelayan. Konseli mengalami kesalahan dalam pergaulan sehingga konseli melakukan kenakalan remaja yang bisa dikatakan dengan perjudian, perjudian yang dilakukan oleh konseli tersebut dilakukan dengan cara membeli togel.

Adapun kepribadian dari subyek MQ yaitu subyek MQ merupakan remaja yang tampan, memiliki kulit sawo matang, serta mempunyai postur tubuh yang cukup tinggi. subyek adalah remaja yang mudah berbaur dengan orang yang baru subyek kenal, temperature dan subyek tidak memiliki sikap yang tertutup. Subyek memulai pendidikannya di SDN Jatirejo II, setelah subyek lulus dari

pendidikan pertamanya kemudian konseli meneruskan pendidikannya ke SMP Muhammadiyah Lekok, dan pada saat ini subyek menempuh pendidikan di MA Muhammadiyah yang tempatnya lumayan jauh dari tempat tinggal subyek yaitu berada di Desa Tambak Lekok. Setiap hari jika subyek berangkat sekolah bersama temannya dengan menaiki sepeda dari temannya tersebut. Akan tetapi, setelah pulang sekolah subyek tidak pernah sampai rumah tepat waktu atau tidak langsung pulang ke rumah dikarenakan subyek bermain bersama temannya. Subyek merasa bebas dikarenakan ibunya sedang tidak berada dirumah ketika kepulangan subyek dari rumah, karena ibu subyek bekerja mulai dari pagi sampai sore.

c. Kondisi subyek atau Konseli NF

Subyek NF merupakan remaja yang dibesarkan dalam rumah tangga yang sederhana. Subyek hidup atau tinggal bersama ibu, ayah dan satu adik perempuannya. Ibu subyek merupakan penduduk asli

Desa Jatirejo Kecamatan Lekok Kabupaten Pasuruan, sedangkan ayah subyek merupakan penduduk asli Desa Tambak Lekok Kecamatan

Lekok Kabupaten Pasuruan. Subyek adalah putra pertama dan saru-

satunya dari dua bersaudara, yang dimana adik dari subyek berjenis

kelamin perempuan. Sumber perekonomian keluarga subyek berasal

dari ayah subyek yang berprofesi sebagai buruh dari juragan ikan, dan

dari ibu subyek yang berprofesi sebagai penjual nasi dan sebagainya.

Subyek mengalami kesalahan dalam pergaulan sehingga konseli

melakukan kenakalan remaja yang dikatakan dengan taruhan dengan cara sabung ayam.

Adapun kepribadian dari subyek atau konseli NF yaitu subyek NF memiliki kulit sawo matang, postur tubuhnya tidak terlalu tinggi dan tidak pula pendek, serta badannya lumayan berisi. Subyek adalah remaja yang terbuka dan mudah berbaur dengan orang yang baru subyek kenali. Subyek memulai pendidikannya di SD NU, setelah subyek lulus dari pendidikan pertamanya kemudian subyek meneruskan pendidikannya ke SMP NU Lekok, dan pada saat ini subyek menempuh pendidikan di SMK NU lumayan jauh dari rumah subyek sehingga ketika berangkat sekolah subyek menaiki sepeda motor sendiri, tapi ketika setelah pulang sekolah subyek tidak langsung pulang ke rumahnya sendiri akan tetapi subyek langsung ke rumah neneknya sehingga ibu subyek merasa kebingungan dengan menyangka subyek masih belum pulang sekolah dan subyek ini sering menentang ibunya. Di rumah neneknya subyek tersebutlah subyek melakukan kenakalan berupa taruhan dengan cara sabung ayam bersama dengan orang-orang dewasa yang berbeda jauh umurnya dari subyek, di rumah neneknya subyek merasa bebas dari ibunya yang selalu menentang melakukan hal tersebut.

## **B. Penyajian Data dan Analisis**

Proses pelaksanaan konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dengan pendekatan *dzikir* yang dilakukan melalui beberapa tahapan yang telah

diidentifikasi sebelumnya terkait dengan jenis kenakalan remaja yang dilakukan, dan hasil dari proses pelaksanaan konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) akan disajikan dalam bagian ini berdasarkan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti.

### **1. Proses Konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) Dalam Penanganan Kenakalan Remaja**

Sebelum masuk pada proses pelaksanaan konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) menggunakan pendekatan *Dzikir*, peneliti terlebih dahulu mencari informasi tentang jenis kenakalan remaja yang diperbuat oleh kedua remaja yang menjadi subyek dalam penelitian ini.

#### **a. Gambaran Awal Kecenderungan Kenakalan Remaja**

Peneliti melakukan observasi dan juga mewawancarai sejumlah orang pada bagian ini untuk mengetahui gambaran awal tentang kenakalan remaja, antara lain orang tua subyek, teman subyek, tetangga subyek serta ketua majelis *dzikir* Musholla Al-Ma'unah yang diikuti oleh subyek.

##### **1) Hasil dari pelaksanaan observasi serta wawancara subyek 1**

Ketika peneliti melaksanakan observasinya peneliti memperoleh data bahwa kenakalan remaja yang dibuat oleh subyek MQ yaitu saat pulang sekolah tidak langsung pulang tepat waktu atau tidak langsung pulang kerumah melainkan subyek bermain dengan teman-teman yang bukan teman sekolahnya, dan disinilah subyek melakukan kenakalan remaja dalam bentuk perjudian

dengan cara membeli nomer togel. Dengan tidak langsung pulang ke rumah membuat ibu dari konseli merasa khawatir dan ketika konseli pulang ke rumah lalu ditanya oleh sang ibu konsli selalu menjawab dengan berbohong. Hal ini peneliti dapat dan mendengar langsung saat melakukan observasi langsung dan melakukan kunjungan ke rumah konseli.

Peneliti juga mendapatkan data atau informasi dari orang tua subyek sendiri, beliau mengatakan bahwa:

“Iya mbak MQ ini kalau pulang sekolah tidak pernah langsung pulang kalau bareng sama temannya yang itu (teman yang sering ditebengi konseli), kalau saya pulang dari kerja pas sore itu selalu tidak ada MQ di rumah dan saya bertanya kepada anak tetangga saya yang kebetulan teman sekolah dan sekelas juga sama anak saya mbak kemudian anak tetangga saya ini menjawab bahwa dia sudah pulang dari tadi dan dia juga melihat kalau anak saya pulang bareng temannya tersebut dengan boncengan sepeda motor, sehingga dengan jawaban yang diberikan anak tersebut membuat saya khawatir mbak”

Berdasarkan dari hasil wawancara dengan ibu subyek

tersebut diketahui bahwa memang benar adanya subyek MQ tersebut ketika pulang sekolah tidak langsung pulang melainkan keluyuran bersama temannya yang sering ngebonceng konseli sehingga dengan perilaku konseli tersebut membuat ibu konseli menjadi khawatir.

“Kemudian setelah anak saya sudah pulang saya langsung menanyakan kepadanya mengenai kepergiannya setelah pulang sekolah dan dia menjawab dengan tidak jujur kepada saya mbak bahwa dia dari rumah teman yang ditebengi tersebut, padahal saya sudah mencari anak saya ke rumah temannya tersebut dan dia tidak ada disana mbak. Jujur mbak

saya itu tidak suka kalau anak saya berteman dan bergaul dengan anak tersebut, saya hanya bisa menasehati anak saya mbak dan dia kalau dinasehati jawabnya iya iya tapi besoknya diulang lagi, dan saya tidak berani memukul atau memarahinya mbak karena saya takut anak saya ini memberontak dan nekat” (imbuhnya).<sup>45</sup>

Menurut tetangga konseli sekaligus beliau masih ada hubungan keluarga atau kerabat dengan konseli MQ mengatakan bahwa:

“nak MQ ini mbak awalnya gak sepeerti sekarang ini yang saya lihat semenjak dia mulai sekolah SMA dan kenal anak tersebut (teman yang ditebengi konseli) dan saya denger-denger mbak kalau teman yang sekarang dekat dengan MQ dan MQ juga ini suka beli nomer togel itu mbak dan kadang mabok , hal itukan tidak baik kan mbak, MQ ini mbak sering menentang perkataan atau nasihat dari ibunya, ketika ibunya nasihatin dia, dia marah-marah karena dia menganggap ibunya terlalu nyocot.”<sup>46</sup>

Hasil dari wawancara dengan kerabat subyek, peneliti mendapatkan informasi lain bahwa perilaku negative yang dilakukan MQ ini yaitu membeli nomer togel, mabok, menentang perkataan atau nasihat dari ibunya dan dia sering marah-marah kepada ibunya.

Peneliti juga melakukan wawancara dengan teman sekolah subyek MQ, temannya tersebut mengatakan bahwa:

“Iya mbak saya sering melihat MQ dan MB (teman dekat konseli yg selalu ngeboncengnya) ini kalau pulang sekolah itu mampir ke pos kamling dekat sekolahan dan mereka bergelombor dengan remaja-remaja yang menurutku tidak sekolah karena penampilannya berantakan kayak berandalan

<sup>45</sup> Ibu Suhana, diwawancarai penulis, Pasuruan, 20 Maret 2022

<sup>46</sup> Ibu l’ana (Bu Ik), diwawancarai penulis, Pasuruan, 28 Maret 2022

gitu mbakdan tidak jarang anak dua ini membolos sekolah mbak.”<sup>47</sup>

Berdasarkan hasil wawancara kepada temannya konseli diatas peneliti mendapatkan data baru bahwa subyek MQ ini sering bolos sekolah.

Subyek MQ ini berada atau tinggal didaerah yang tingkat kereligiusan yang cukup kental. Yaitu setiap harinya setiap selesai sholat maghrib ada kegiatan mengaji di mushola-musholla Desa Jatirejo Kecamatan Lekok Kabupaten Pasuruan. Dan pada setiap hari kams malam jum'at ada kegiatan *dzikir* bersama di musholla Al-Ma'unah Desa Jatirejo yang diikitu oleh subyek MQ. Kata ustadz Huzaimi selaku tokoh agama sekaligus ketua majelis *dzikir* di Majelis *dzikir* Al-Ma'unah pada saat peneliti mewawancarai beliau dirumah beliau, beliau berkata:

“Saya mengadakan majelis *dzikir* seperti ini dengan harapan warga di Desa Jatirejo khususnya di Dusun Payangan ini terutama remaja-remaja disini yang merupakan penerus kami, dapat menjadi warga dan remaja yang baik, baik dalam hal perilaku, perkataan, dan perbuatan mbak. Apalagi remaja-remaja disini rata-rata nakal atau bandel mbak, contoh kenakalan yang dilakukan itu seperti ada yang suka taruhan, suka membeli nomer togel, dan ada juga yang mabok-mabokan. Sehingga saya miris mbak melihatnya kaena mereka adalah penerus kami kelak.”

Dari hasil wawancara diatas maka peneliti mendapatkan data baru bahwa memang benar remaja Desa Jatirejo ini banyak yang melakukan kenakalan atau bandel. Adapun jenis kenakalan

<sup>47</sup> Bahrul Ulum, diwawancarai penulis, Pasuruan, 05 April 2022

yang sering diperbuat oleh remaja tersebut yaitu taruhan, membeli nomer togel yang bisa disebut pula dengan berjudi, dan minuman keras. Ketika peneliti menanyakan apa penyebab dari kenakalan yang diperbuat oleh remaja di Desa Jatirejo ini dan apakah remaja yang melakukan kenakalan tersebut ikut dalam majelis *dzikir* di Musholla Al-Ma'unah ini, kemudian ustadz Huzaimi berkata:

“Untuk penyebabnya itu, yaa... karena salah dalam bergaul atau salah pergaulan sehingga remaja tersebut nakal, dan untuk remaja nakal yang ikut dalam majelis dzikir di Musholla Al-Ma'unah ini ada dua remaja yang ikut salah satunya nak MQ ini, tapi awalnya itu ada empat remaja mbak kemudian untuk duanya lagi ini tiba-tiba hilang atau tidak ikut dzikir bareng lagi dan saya sudah mengajaknya lagi dan jawabannya iya mau ikut, tapi pas acara diadakan lagi mereka gak datang mbak.”<sup>48</sup>

Dari hasil observasi dan wawancara yang dilaksanakan oleh peneliti kepada informan diatas dapat diketahui cerminan dari kenakalan remaja yang diperbuat oleh subyek MQ. Berikut perilaku kenakalan yang dilakukan oleh subyek MQ sebelum proses konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dengan pendekatan *Dzikir*:

<sup>48</sup> Ustadz Huzaimi, diwawancarai penulis, Pasuruan, 08 April 2022

**Tabel 4.6**  
**Perilaku konseli sebelum proses konseling**

No.	Perilaku yang tampak sebelum proses konseling	Sangat Nampak	Sedikit Nampak	Tidak Nampak
1.	Membantah perkataan atau nasihat orangtua	V		
2.	Marah-marah ketika dinasehatin orangtua	V		
3.	Berbohong terhadap orangtua	V		
4.	Minum-minuman yang beralkohol atau minuman keras	V		
5.	Melakukan perjudian dengan membeli nomer togel	V		
6.	Merokok		V	
7.	Bolos sekolah	V		

Dan pada hasil wawancara sesuai pedoman wawancara penelitian konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT), subyek MQ pada pertanyaan pertama mengatakan bahwa:

“Sepertinya saya ini kurang bisa merumuskan pokok-pokok permasalahan yang terjadi kepada diri saya mbak, yaa karena masaah yang datang kepada saya tersebut tak anggap sebagai angin lewat aja.”

Dan pada pertanyaan selanjutnya pada wawancara, subyek MQ mengungkapkan bahwa:

“Ketika saya sedang emosi, saya ini tidak bisa mengontrol atau mengelola emosi saya mbak. Karena ketika saya emosi gak mandang itu orangtua saya ataupun siapapun mbak. Karena dengan meluapkan emosi menurut saya dapat melegakan kekesalan saya terhadap orang yang membuat saya kesal tersebut.”<sup>49</sup>

<sup>49</sup> MQ, diwawancarai penulis, Pasuruan, 09 April 2022

Sehingga dari hasil pernyataan dari subyek MQ dapat ditarik kesimpulan bahwa subyek MQ tersebut kurang bisa atau kurang mampu merumuskan pokok-pokok permasalahan yang ada pada dirinya dan subyek juga tidak bisa mengontrol atau mengelola emosi subyek. Berikut tabel hasil dari observasinya:

**Tabel 4.7**  
**Hasil observasi sebelum proses konseling dilakukan**

No.	Indicator	C	K	SB	B
1.	Mampu merumuskan pokok-pokok permasalahan		V		
2.	Mampu mengelola emosi diri sendiri		V		
3.	Mampu berkomitmen atas perilaku barunya		V		

2) Hasil dari pelaksanaan observasi serta wawancara subyek 2

Ketika peneliti melaksanakan observasi peneliti memperoleh informasi bahwa kenakalan remaja yang diperbut oleh subyek NF yaitu sering membantah nasihat atau perintah orang,

marah-marah terhadap orang tua ketika dinasehati, sering kabur dari rumah, dan sering taruhan dengan cara sabung ayam. Hal ini didapatkan oleh peneliti dengan melihat serta mendengarkan secara langsung ketika peneliti melaksanakan observasi dan mengunjungi rumah subyek.

Peneliti juga mendapatkan data lain mengenai konseli NF, data tersebut peneliti dapatkan dari ibu konseli, beliau mengatakan bahwa:

“Anak saya NF ini mbak kalau pulang dari sekolah gak langsung ke rumah mbak, tapi dia langsung ke rumah neneknya. Jujur mbak saya itu kurang suka kalau dia berada di rumah neneknya tersebut karena disitu itu lingkungannya kurang baik, dan anak saya NF ini sudah salah dalam bergaul mbak dia sering ikut-ikutan orang-orang sana untuk taruhan dengan cara sabung ayam mbak.”

Berdasarkan hasil wawancara dengan ibu dari subyek tersebut dapat diketahui bahwa memang benar subyek NF tersebut melakukan kenakalan remaja berupa taruhan dengan cara sabung ayam.

“Saya sudah marahin anak saya NF ini mbak dan saya sudah mengadukan hal tersebut kepada ayahnya akan tetapi perkataan kami berdua tidak dihiraukan oleh NF mbak, perkataan kami ini rasanya dimasukkan telinga kanan kemudian keluar telinga kanan sama NF ini mbak. Bahkan dia marah-marah juga mbak membantah itu kemudian setelah kami marahin dia langsung pergi ke rumah neneknya. (imbuhnya)”<sup>50</sup>

Berdasarkan imbuhan dari ibu subyek tersebut diatas peneliti menemukan data baru yaitu bahwa subyek NF ini kalau dinasehatin oleh kedua orangtuanya sering membantah bahkan konseli berani memarahin orangtuanya.

Menurut tetangga subyek sekaligus beliau masih ada hubungan keluarga atau kerabat dengan subyek NF mengatakan bahwa:

“Iya mbak nak NF ini jarang ada dirumahnya sendiri tapi dia lebih suka berada di rumah neneknya, dan pernah suatu saat saya melihat nak NF ini mengadu ayam itu mbak di rumah neneknya bareng anak-anak muda disana dan mereka sering nongkrong di halaman ruah neneknya NF sambil

<sup>50</sup> Ibu Zuhro, diwawancarai penulis, Pasuruan, 10 April 2022

rokok an sebal sebul mbak. Dan nak NF ini males untuk sekolah mbak”<sup>51</sup>

Berdasarkan hasil wawancara dengan tetangga sekaligus merupakan kerabat atau saudara dari subyek, peneliti menemukan data baru bahwa subyek juga suka merokok bareng teman-teman yang sering main taruhan sabung ayam dan subyek NF ini juga males dalam sekolah.

Peneliti juga melakukan wawancara dengan teman sekolah subyek NF, temannya tersebut mengatakan bahwa:

“NF ini sering taruhan mbak dengan cara sabung ayam sama temannya yyang bukan teman sekolahnya mbak, NF ini juga jarang masuk sekolah mbak padahal dia sudah kelas 12 mbak kalau sering gak masuk gitu kan dapat berpengaruh terhadap kelulusannya mbak.”<sup>52</sup>

Subyek NF ini berada atau tinggal didaerah yang menurut peneliti tingkat kereligiusan cukup kental. Yang dimana setiap harinya setiap selesai sholat maghrib ada kegiatan mengaji di mushola-musholla Desa Jatirejo Kecamatan Lekok Kabupaten

Pasuruan. Dan pada setiap hari kamis malam jum’at ada kegiatan *dzikir* bersama di musholla Al-Ma’unah Desa Jatirejo yang diikitu oleh subyek NF. Kata ustadz Huzaimi selaku tokoh agama sekaligus ketua majelis *dzikir* di Majelis *dzikir* Al-Ma’unah pada saat peneliti mewawancarai beliau dirumah beliau, beliau berkata:

“Nak NF ini merupakan salah satu remaja yang nakal, karena nak NF ini sering membantah atau menentang

<sup>51</sup> Ibu Misrunah, diwawancarai penulis, Pasuruan 12 April 2022

<sup>52</sup> M. Rizal, diwawancarai penulis, Pasuruan, 12 April 2022

perkataan kedua orangtuanya dan bahkan dia bertaruh dengan cara sabung ayam. Dia merupakan salah satu dari kedua remaja yang nakal yang ikut di majelis *dzikir* di musholla Al-Ma'unah yang saya pimpin. Dan menurut saya penyebab kenakalan yang dilakukan oleh NF ini adalah karena salah pergaulan mbak.”<sup>53</sup>

Dari hasil observasi dan wawancara yang dilaksanakan oleh peneliti kepada informan diatas dapat diketahui cerminan dari kenakalan remaja yang diperbuat oleh subyek NF. Berikut perilaku kenakalan yang dilakukan oleh subyek NF sebelum proses konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dengan pendekatan *Dzikir*:

**Tabel 4.8**  
**Perilaku konseli sebelum proses konseling**

No.	Perilaku yang tampak sebelum proses konseling	Sangat Nampak	Sedikit Nampak	Tidak Nampak
1.	Membantah perkataan atau nasihat orangtua	V		
2.	Marah-marah ketika dinasehatin orangtua	V		
3.	Berbohong terhadap orangtua			
4.	Bolos sekolah	V		
5.	Taruhan dengan cara sabung ayam	V		
6.	Merokok		V	

Dan pada hasil wawancara sesuai pedoman wawancara penelitian konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT), subyek NF pada pertanyaan pertama mengatakan bahwa:

*“Kalau ditanya seperti itu, jujur saya tidak bisa merumuskan pokok-pokok permasalahan yang menimpa saya, karena saya kalau ada masalah yaa dijalanin aja*

<sup>53</sup> Ustadz Huzaimi, diwawancarai penulis, Pasuruan, 08 April 2022

atau diasyikin aja tanpa memikirkan pokok-pokok permasalahannya.”

Dan pada pertanyaan selanjutnya pada wawancara, subyek NF mengungkapkan bahwa:

“Ketika saya sedang emosi saya itu tidak bisa mengontrol atau mengendalikan emosi saya tersebut mbak, karena menurut saya dengan meluapkan semua emosi saya tersebut membuat perasaan saya menjadi lebih tenang.”<sup>54</sup>

Sehingga dari hasil pernyataan dari subyek NF dapat ditarik kesimpulan bahwa subyek NF tersebut kurang bisa atau kurang mampu merumuskan pokok-pokok permasalahan yang ada pada dirinya dan subyek juga tidak bisa mengontrol atau mengelola emosi subyek. Dibawah ini tabel hasil dari observasinya:

**Tabel 4.9**  
**Hasil observasi sebelum proses konseling dilakukan**

No.	Indicator	C	K	SB	B
1.	Mampu merumuskan pokok-pokok permasalahan		V		
2.	Mampu mengelola emosi diri sendiri		V		
3.	Mampu berkomitmen atas perilaku barunya		V		

**b. Deskripsi Proses Pelaksanaan Konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dengan Pendekatan *Dzikir* dalam Penanganan Kenakalan Remaja**

Sebelum masuk pada tindakan (*treatment*) penerapan konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dengan Pendekatan *Dzikir* dilakukan, peneliti sekaligus konselor meminta izin terhadap subyek

<sup>54</sup> NF, diwawancarai penulis, Pasuruan, 09 April 2022

atau remaja agar bersedia menjadi konseli dalam pelaksanaan konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dengan Pendekatan *Dzikir* dalam penelitian ini.

Mengacu pada cerminan awal dari kecondongan kenakalan remaja pada subyek MQ dan NF diatas, maka peneliti yang merupakan konselor disini melakukan tindakan (*treatment*) penerapan konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dengan Pendekatan *Dzikir* yaitu, Asesmen dan diagnosa awal, Mencari emosi negative pikiran otomatis dan keyakinan utama, Menyusun intervensi, Melakukan *self-talk*, Mengerjakan lembar *self-help*. Berikut pelaksanaan konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dengan pendekatan *dzikir*.

1) Subyek MQ

a) Pertemuan pertama tahap (*Asesmen dan Diagnosa Awal*)

Hari/Tanggal : Selasa, 12 April 2022

Tempat : Rumah Peneliti Yang Merupakan Konselor

Pada pertemuan pertama ini peneliti yang merupakan konselor mengawali pertemuan dengan mengucapkan salam terhadap subyek dan peneliti yang merupakan konselor bersikap ramah, menaruh perhatian dan konselor juga bersikap hangat terhadap konseli. Kemudian, pada tahap ini juga peneliti yang merupakan konselor memberitahu terhadap subyek mengenai maksud dan tujuan dilaksanakannya konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dengan pendekatan *dzikir*

terhadap subyek. Pada tahap pertama ini disetujui mengenai waktu pelaksanaan konseling dilaksanakan kurang lebih 10-20 menit. Setelah konselor dan subyek menyepakati waktu pelaksanaan konseling, kemudian peneliti yang merupakan konselor memberitahukan terhadap subyek bahwa di pertemuan pertama ini subyek diminta untuk melakukan analisis mengenai masalah yang dialami oleh subyek dengan menggunakan peta masalah. Kemudian peneliti yang merupakan konselor menjelaskan terhadap subyek cara untuk mengerjakan peta masalah tersebut. Focus pada tahap atau pertemuan pertama ini yaitu tentang dampak antara peristiwa, kognisi, afeksi, serta perilaku sehingga subyek mampu mengetahui masalah yang menimpa diri subyek.

Peneliti yang merupakan konselor bertanya kepada subyek atau konseli mengenai informasi yang peneliti peroleh

dari beberapa informan mengenai cerminan perilaku nakal yang dilakukan oleh subyek MQ dan subyek MQ tersebut menjawab "*itu benar mbak*", bahwa perilaku negative yang dilakukan oleh konseli MQ yaitu, membantah atau menentang perkataan atau nasihat dari orangtua, marah-marah jika dinasehati oleh orangtua, serta berbohong terhadap orangtua. Setelah mendapatkan pernyataan dari subyek MQ, peneliti yang merupakan konselor terus bertanya mengenai jenis perilaku

nakal yang diperbuat oleh subyek MQ tersebut, konselor bertanya mengenai berjudi dengan cara membeli nomer togel dan subyek MQ menjawab “*Iya mbak benar saya sering melakukan hal tersebut*” subyek menjawabnya dengan rasa canggung untuk mengatakannya. Subyek MQ juga mengatakan kalau dia melakukan hal tersebut karena hanya untuk senang-senang saja bersama teman-temannya.

Untuk langkah selanjutnya yang dilakukan oleh peneliti yang merupakan konselor adalah menanyakan terhadap subyek mengenai peristiwa apakah yang dialami oleh subyek selama melakukan perilaku negative berupa kenakalan remaja dan bagaimanakah anggapan atau pandangan masyarakat sekitar mengenai hal tersebut. Kemudian peneliti yang merupakan konselor menanyakan bagaimana pemikiran subyek mengenai peristiwa yang dialami subyek tersebut. Selanjutnya peneliti

yang merupakan konselor menanyakan pertanyaan yang ketiga yaitu bagaimanakah perasaan subyek dalam menghadapi peristiwa atau pandangan masyarakat mengenai diri subyek saat ini. Kemudian peneliti yang merupakan konselor menanyakan pertanyaan keempat yaitu bagaimanakah dampak atau akibat yang terjadi terhadap diri subyek mengenai peristiwa yang menimpa diri subyek tersebut.

Berdasarkan keempat pertanyaan peneliti yang merupakan konselor tersebut diatas, kemudian subyek menjawab pada pertanyaan pertama yaitu bahwa peristiwa atau kejadian yang dialami oleh subyek selama melakukan perilaku negative yang berupa kenakalan remaja adalah dipandang atau dinilai nakal dan brutal oleh masyarakat sekitar, kemudian subyek menjawab pertanyaan yang kedua mengenai pemikiran subyek mengenai peristiwa yang dialami subyek adalah bahwa subyek berfikir bahwa perilaku negatifnya tersebut mengganggu kehidupannya. Subyek merasa terganggu dan risih dengan pandangan masyarakat tersebut, sehingga mengakibatkan perilaku subyek selalu marah terhadap orang yang menilai buruk dirinya sehingga dampak dari perilaku subyek tersebut yaitu tidak disukai oleh masyarakat sekitar.

Langkah yang terakhir yang peneliti yang merupakan konselor melakukan langkah yang mengacu pada penerapan konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dengan pendekatan *dzikir* pada tahap pertama yaitu *asesmen dan diagnosa awal*. Pada tahap ini berfokus kepada melakukan analisis terhadap masalah yang dialami oleh subyek berkenaan dengan evaluasi negative terhadap fisik subyek yang diperoleh dari factor internal (dalam diri subyek sendiri) maupun dari factor eksternal (dari luar diri subyek). Penganalisisan

masalah subyek dengan menggunakan peta masalah. Yang dimana dalam peta masalah tersebut subyek akan diminta untuk mengungkapkan atau menulis peristiwa yang dialami subyek, perasaan subyek mengenai peristiwa atau kejadian yang dialaminya, pikiran subyek mengenai peristiwa tersebut, dan akibat atau dampak dari peristiwa tersebut terhadap subyek.

Sehingga dengan demikian pikiran, perilaku, serta perasaan yang ada didalam diri subyek dapat atau mampu mempengaruhi masalah yang dialami oleh subyek. Dengan menggunakan peta masalah, hal-hal tersebut dapat dicerminkan sehingga memudahkan subyek dalam menganalisis permasalahan yang dialami oleh subyek. Adapun salah satu cara untuk mengevaluasi pikiran dan memahami pengaruhnya terhadap perasaan dapat dilakukan dengan menggunakan catatan pikiran.

Pada tahap ini peneliti yang merupakan konselor juga membantu subyek dalam mengerjakan atau mengisi lembar peta masalah dan catatan pikiran. Dalam peta masalah dipertemuan pertama yang dimana subyek diminta untuk mengungkapkan atau menulis peristiwa atau kejadian yang dialami oleh subyek, pikiran subyek terhadap peristiwa tersebut, perasaan subyek terhadap peristiwa tersebut, dan akibat atau dampak yang dialami oleh subyek dari peristiwa

tersebut. Dan dipertemuan pertama juga subyek diminta untuk mengerjakan catatan pikiran yang dimana dalam catatan pikiran yang harus dikerjakan oleh subyek dipertemuan pertama berisi mengenai pertanyaan yaitu antara lain, apakah yang terjadi pada subyek, apakah yang subyek pikirkan ketika hal tersebut terjadi, bagaimanakah perasaan subyek, bukti yang mendukung pikiran negative subyek, pikiran alternative subyek, bukti yang mendukung pikiran alternative yang subyek miliki, dan pertanyaan terakhir pada lembar catatan pikiran yaitu bagaimana perasaan subyek setelah mengerjakan catatan pikiran tersebut. Kemudian pada catatan pikiran ini juga subyek diminta untuk menilai seberapa kuat jawaban dari subyek berkenaan dengan pertanyaan yang ada dilembar catatan pikiran.

Kemudian peneliti yang merupakan konselor bertanya terhadap subyek apakah subyek MQ ini memahami terhadap apa yang dikerjakan atau ditulis dipertemuan pertama yaitu di lembar peta masalah dan catatan pikiran. Dan subyek MQ menjawab dengan jawaban *“iya mbak saya cukup memahaminya”* dengan diiringi oleh anggukan kepala, sehingga peneliti yang merupakan konselor meyakini bahwa subyek MQ benar-benar memahaminya.

Selanjutnya peneliti yang merupakan konselor mengatakan bahwa pemahaman yang didapat subyek dari pertemuan pertama pada proses konseling tersebut adalah sesuatu yang baru, disebut sesuatu yang baru yaitu karena yang awalnya subyek tidak memahami peristiwa atau kejadian yang dialaminya, pikiran subyek terhadap peristiwa tersebut, perasaan subyek terhadap peristiwa tersebut, dan akibat yang dialami subyek dari peristiwa tersebut. Dan akhirnya subyek MQ tersebut dapat memahami hal-hal tersebut. Serta subyek bisa mengevaluasi pikirannya dan memahami pengaruhnya terhadap perasaannya melalui catatan pikiran. Kemudian subyek mengangguk setelah mendengarkan perkataan peneliti yang merupakan konselor yang bertanda subyek mengerti.

Setelah waktu menunjukkan 20 menit selama proses konseling berlangsung maka proses konseling pada pertemuan pertama ini dirasa sudah cukup, dan pada pertemuan pertama ini akan diakhiri oleh peneliti yang merupakan konselor dan peneliti yang merupakan konselor memberitahu subyek bahwa masih ada tahap konseling selanjutnya sehingga peneliti yang merupakan konselor menyuruh subyek untuk mengikuti tahap konseling berikutnya. Kemudian kegiatan konseling di tahap pertama ini peneliti yang merupakan konselor mengakhiri dengan mengucapkan terimakasih terhadap subyek atas

partisipasinya dalam mengikuti proses konseling pada pertemuan pertama ini dan peneliti juga mengucapkan salam.

- b) Pertemuan kedua tahap (*Mencari emosi negative pikiran otomatis dan keyakinan utama*)

Hari/Tanggal : Jum'at, 15 April 2022

Tempat : Rumah Peneliti Yang Merupakan Konselor

Setelah subyek mengikuti proses konseling pada tahap dan pertemuan pertama, pada pertemuan kali ini peneliti yang merupakan konselor melakukan pencarian pada emosi negative, pikiran otomatis, serta keyakinan utama yang dimiliki oleh subyek. Pada pertemuan kedua ini peneliti yang merupakan konselor sebelumnya menghubungi subyek untuk mengikuti proses konseling tahap kedua. Setelah subyek sampai ditempat konseling dan subyek duduk, kemudian peneliti yang merupakan konselor memulai pertemuan kali ini dengan subyek MQ dengan mengucapkan salam dan menanyakan keadaan subyek. Kemudian peneliti yang merupakan konselor mengadakan kesepakatan dengan subyek mengenai batas waktu pelaksanaan kegiatan konseling pada tahap kedua kali ini, dan pada tahap kedua kali ini batas waktu yang telah disetujui antara peneliti yang merupakan konselor dengan subyek yaitu dilaksanakan selama kurang lebih 10-20 menit.

Dipertemuan kedua ini peneliti yang merupakan konselor menanyakan mengenai apakah yang dirasakan oleh subyek setelah diadakannya proses konseling dipertemuan pertama yang dimana subyek diminta untuk mengerjakan peta masalah dan catatan pikiran. Kemudian subyek menjawab bahwa dengan diadakannya proses konseling dipertemuan yang pertama yang dimana subyek diminta untuk mengerjakan atau mengisi peta masalah dan catatan pikiran, dapat membuat subyek memahami mengenai peristiwa yang terjadi dalam diri subyek, subyek memahami bagaimana pikiran subyek mengenai peristiwa tersebut, memahami perasaannya dan subyek memahami dampak atau akibat yang terjadi terhadap dirinya dari adanya peristiwa tersebut.

Selanjutnya peneliti yang merupakan konselor mengatakan terhadap subyek atau konseli bahwa saat ini telah

memasuki proses konseling pada tahap kedua yaitu tahap mencari emosi negative, pikiran otomatis dan keyakinan utama.

Pada tahap ini peneliti yang merupakan konselor melakukan *feedback* atas peta masalah dan catatan pikiran yang telah dikerjakan oleh subyek pada pertemuan pertama, subyek MQ memaparkan bahwa subyek memiliki pikiran negative atas peristiwa atau kejadian perilaku nakal yang dialami oleh subyek. Pada tahap ini peneliti yang merupakan konselor

melakukan tindakan yaitu memberikan bukti hubungan antara keyakinan dan pikiran otomatis dengan emosi dan perilaku (dengan cara menolak pikiran negative secara halus dan menawarkan pikiran positif untuk dibuktikan bersama) dan mendapatkan komitmen subyek untuk melakukan modifikasi menyeluruh mulai dari pikiran, perasaan serta tindakan yang negative menjadi positif. Kemudian peneliti yang merupakan konselor mengajarkan atau membantu subyek untuk mengontrol pikiran negative melalui percobaan pikiran, dan peneliti yang merupakan konselor meminta subyek untuk membuat daftar keuntungan dalam merubah pikiran negative menjadi pikiran positif, serta kerugian dalam mempertahankan pikiran negative.

Kemudian subyek mulai menulis keuntungan dan kerugian dalam merubah pikiran negative menjadi pikiran positif di lembaran kertas yang disediakan oleh peneliti.

Setelah subyek menulis yang diminta oleh peneliti, kemudian peneliti yang merupakan konselor meminta subyek untuk membacakan hasil dari pekerjaannya tersebut. Selanjutnya subyek MQ membacakan hasil pekerjaannya yaitu keuntungan yang didapat oleh subyek dalam merubah pikiran negative menjadi pikiran positif adalah merasa kehidupannya lebih baik, tidak dinilai buruk oleh masyarakat, banyak masyarakat yang

suka terhadap subyek, subyek lebih disayang oleh orangtuanya terutama ibunya, dan subyek merasa semuanya baik-baik saja. Adapun kerugian yang didapat oleh subyek dalam mempertahankan pikiran negative adalah tidak adanya intropeksi diri dalam diri subyek, merasa pusing terhadap penilaian buruk dari orang lain, dan subyek merasa terpuruk dengan keadaan.

Selanjutnya peneliti yang merupakan konselor bertanya terhadap subyek mengenai apakah saat ini subyek memahami dengan apa yang dikerjakan dalam pertemuan kedua ini, kemudian subyek mengatakan bahwa subyek memahami apa yang dikerjakannya dalam pertemuan kedua ini. Dan peneliti yang merupakan konselor bertanya terhadap subyek, bagaimanakah perasaan subyek setelah membuat daftar keuntungan untuk merubah pikiran negative menjadi pikiran positif, serta kerugian dalam mempertahankan pikiran negative.

Kemudian subyek menjawab atau mengungkapkan bahwa saat ini subyek merasa senang karena subyek mampu membuat daftar keuntungan dalam merubah pikiran negative menjadi pikiran positif, dan kerugian dalam mempertahankan pikiran negative. Dimana subyek tidak pernah melakukan hal tersebut sebelumnya.

Setelah itu peneliti yang merupakan konselor mengatakan bahwa pemahaman subyek pada tahap konseling dipertemuan kedua ini merupakan suatu hal baru yang baik atau positif, karena subyek saat ini mampu membuat daftar keuntungan untuk merubah pikiran negative menjadi pikiran positif, serta kerugian dalam mempertahankan pikiran negative. Dan yang dimana dengan demikian subyek akan mampu mengetahui hal apa saja yang akan subyek alami jika subyek merubah pikiran negative menjadi pikiran positif, dan subyek mampu mengetahui hal apa saja yang akan dialaminya jika dirinya mempertahankan pikiran negative.

Setelah waktu menunjukkan 20 menit selama proses konseling berlangsung maka proses konseling pada pertemuan kedua ini dirasa sudah cukup, dan pada tahap kedua ini akan ditutup oleh peneliti yang merupakan konselor dan peneliti

yang merupakan konselor memberitahu subyek bahwa masih ada tahap konseling selanjutnya sehingga peneliti yang merupakan konselor menyuruh subyek untuk mengikuti tahap konseling selanjutnya. Pada tahap kedua ini peneliti yang merupakan konselor mengakhiri dengan mengucapkan terimakasih terhadap subyek atas partisipasinya dalam mengikuti proses konseling pada pertemuan kedua ini dan peneliti juga mengucapkan salam.

c) Pertemuan ketiga (*Menyusun intervensi dengan memberikan konsekuensi positif dan negative*)

Hari/Tanggal : Senin, 18 April 2022

Tempat : Rumah Peneliti Yang Merupakan Konselor

Setelah subyek mengikuti proses konseling pada tahap kedua atau pertemuan sebelumnya yaitu mengenai mencari emosi negative, pikiran otomatis, dan keyakinan utama. Maka pada pertemuan kali ini telah memasuki proses konseling tahap ketiga yaitu menyusun intervensi dengan memberikan konsekuensi positif dan negative. Peneliti yang merupakan konselor memulai tahap ketiga dengan subyek MQ dengan mengucapkan salam dan menanyakan kabar subyek. Kemudian peneliti yang merupakan konselor mengadakan kesepakatan dengan subyek mengenai batas waktu pelaksanaan konseling pada tahap ketiga ini, dan pada pertemuan ketiga ini batas

waktu yang telah disepakati antara peneliti yang merupakan konselor dan subyek yaitu dilaksanakan selama kurang lebih 10-20 menit.

Pada pertemuan ketiga ini peneliti yang merupakan konselor menanyakan terhadap subyek mengenai apa yang dikerjakan oleh subyek pada tahap kedua dan apa subyek merasa kesulitan dalam mengerjakan penugasan pada proses konseling tahap kedua tersebut. Peneliti yang merupakan

konselor mengajukan pertanyaan tersebut terhadap subyek bertujuan agar peneliti yang merupakan konselor mengetahui apakah subyek MQ tersebut masih ingat dengan apa yang dikerjakannya pada pertemuan kedua yang lalu dan apakah subyek merasa kesulitan dalam mengerjakan penugasan dipertemuan kedua tersebut. Kemudian subyek menjawab pertanyaan yang diajukan oleh peneliti, subyek mengatakan bahwa pada pertemuan pertama subyek diminta oleh peneliti untuk membuat daftar keuntungan dalam merubah pikiran negative menjadi pikiran positif dan kerugian apabila mempertahankan pikiran negative. Dan subyek juga mengatakan bahwa selama mengerjakan daftar keuntungan dan kerugian tersebut subyek awalnya sedikit kesulitan, dan setelah peneliti yang merupakan konselor membantu subyek dengan cara menjelaskan kembali sehingga subyek mampu mengerjakannya. Serta subyek merasa senang dengan diadakannya proses konseling pada tahap kedua tersebut karena subyek bisa mengetahui hal-hal yang akan dialami ketika merubah pikiran negative menjadi pikiran positif dan mengetahui konsekuensi jika mempertahankan pikiran negative.

Selanjutnya peneliti yang merupakan konselor mengatakan terhadap subyek bahwa saat ini telah memasuki

proses konseling pada tahap ketiga yaitu tahap menyusun intervensi dengan memberikan konsekuensi positif dan negative. Dalam memperbaiki pola pemikiran negative yang dimiliki oleh subyek maka peneliti yang merupakan konselor melakukan penetapan sasaran perubahan terhadap subyek. Kemudian peneliti yang merupakan konselor menjelaskan bahwa menetapkan sasaran merupakan hal yang penting untuk memulai sesuatu, sasaran yang dibuat dengan fleksibel, dinamis yakni mampu menyesuaikan dengan perubahan yang ada dalam kehidupan dan keinginan pribadi. Dalam menetapkan sasaran, pemilihan kata merupakan hal yang penting. Adapun kata yang harus dipilih oleh subyek antara lain yaitu *saya berharap bisa menghilangkan rasa kekhawatiran saya terhadap perilaku nakal saya, saya tidak mau tertekan dengan perillaku nakal saya, saya ingin menjadi lebih baik lagi dan tidak khawatir dengan perilaku nakal saya*. Penggunaan kata yang paling tepat adalah pilihan kata yang ketiga karena dalam kata tersebut menyatakan sesuatu yang diinginkan atau dipertimbangkan sesuatu yang lebih positif dan sebagai langkah perubahan yang lebih baik. Sedangkan, ketika memilih kata yang pertama yang berupa “harapan” cenderung membuat seseorang untuk tidak berusaha mewujudkan harapannya, makna dari kata harapan yaitu menunggu sesuatu dari luar

untuk mengubah keadaan bukan dirinya sendiri melainkan keadaan tersebut. Sedangkan, pada kata yang kedua lebih merujuk pada keadaan yang tidak mampu dicapai ketika masih hidup sehingga bisa disebut dengan “sasaran mayat” karena hanya bisa dicapai oleh orang yang meninggal dunia.

Terdapat cara dalam menetapkan sasaran yaitu dengan cara SMART. Kemudian peneliti yang merupakan konselor meminta subyek untuk mencoba merumuskan sasaran perilaku yang akan diubah dengan subyek diminta untuk mengisi lembar tabel SMART yang telah peneliti yang merupakan konselor sediakan. Yang dimana dalam tabel SMART tersebut subyek MQ diminta untuk mengungkapkan sasaran utama dan berapa lama subyek dalam mencapai sasaran utama tersebut, serta subyek diminta untuk mengungkapkan sasaran kecil dan berapa lama subyek dalam mencapai sasaran kecil tersebut. Kemudian

subyek MQ mengisi lembar tabel SMART yang telah peneliti yang merupakan konselor sediakan, dan peneliti yang merupakan konselor meminta subyek untuk membacakan hasil dari apa yang dikerjakannya. Setelah subyek selesai mengerjakan atau mengisi lembar tabel SMART, kemudian subyek MQ membacakan hasil dari pekerjaannya bahwa sasaran utama subyek MQ adalah berperilaku lebih baik lagi kedepannya dan untuk mencapai hal tersebut subyek MQ

membutuhkan waktu selama satu bulan, kemudian sasaran kecil subyek atau konseli MQ adalah tidak menghiraukan keritikan dari orang lain mengenai perilakunya, Istiqomah dalam mengikuti majelis *dzikir*, serta melakukan hal-hal yang lebih baik dan untuk mencapai hal tersebut subyek atau konseli membutuhkan waktu selama satu minggu. Yang dimaksud berperilaku lebih baik lagi kedepannya oleh subyek yaitu dengan mentaati orangtuanya, menghormati orang yang lebih tua dan menyayangi yang lebih muda darinya, bersosialisasi dengan baik di masyarakat, dan lebih banyak mendekatkan diri kepada allah agar subyek merasa tenang sehingga dapat berperilaku dan berpikir dengan baik dan benar. Adapun cara subyek dalam memperoleh perilaku yang lebih baik lagi kedepannya yaitu dengan subyekistiqomah melakukan hal-hal yang baik, misalnya istiqomah mengikuti majelis *dzikir* yang terdapat di Desa tempat tinggal subyek MQ saat ini tepatnya di majelis *dzikir* musholla Al-Ma'unah. Yang dimana subyek MQ mengikuti majelis tersebut, majelis *dzikir* tersebut berlangsung selama seminggu sekali tepatnya pada hari kamis malam jum'at dan *dzikir* yang dibaca dalam majelis tersebut yaitu takbir, tasbih, tahmid, sholawat nariyah dan sholawat nunjiyat, masing-masing dibaca sebanyak 100 kali.

Adapun alasan subyek dalam memilih cara dengan istiqomah berdzikir untuk memperoleh perilaku yang lebih baik lagi kedepannya yaitu karena dengan berzikir subyek MQ merasa dirinya lebih tenang dan nyaman, sehingga menurut subyek MQ salah satu cara untuk menenangkan diri dan emosinya ketika dirinya sedang banyak masalah yaitu dengan berdzikir yang mampu membut emosi subyek mereda dan mampu berpikir dengan jernih.

Setelah waktu menunjukkan 20 menit selama proses konseling berlangsung maka proses konseling pada pertemuan ketiga ini dirasa sudah cukup, dan pada pertemuan ketiga ini akan diakhiri oleh peneliti yang merupakan konselor dan peneliti yang merupakan konselor memberitahu subyek bahwa masih ada tahap konseling selanjutnya sehingga peneliti yang merupakan konselor menyuruh subyek untuk ikut dalam proses

konseling dipertemuan selanjutnya. Kemudian kegiatan konseling kali ini peneliti yang merupakan konselor menutup dengan mengucapkan terimakasih terhadap subyek atas partisipasinya dalam mengikuti proses konseling pada pertemuan ketiga ini dan peneliti juga mengucapkan salam.

d) Pertemuan Keempat (*self-talk*)

Hari/Tanggal : Kamis, 21 April 2022

Tempat : Rumah Peneliti Yang Juga Sebagai Konselor

Setelah subyek mengikuti proses konseling pada tahap ketiga atau pertemuan ketiga yaitu mengenai menyusun intervensi dengan memberikan konsekuensi positif dan negatif. Maka pada pertemuan keempat ini telah memasuki proses konseling tahap keempat yaitu subyek diajarkan melakukan *self-talk* agar subyek melakukan perubahan perilaku adaptif yang dipengaruhi oleh pemikiran yang positif. Peneliti yang merupakan konselor memulai tahap keempat dengan subyek MQ dengan mengucapkan salam dan bertanya mengenai keadaan subyek. Kemudian peneliti yang merupakan konselor mengadakan kesepakatan dengan subyek mengenai batas waktu pada pelaksanaan tahap konseling kali ini, dan pada pelaksanaan tahap konseling kali ini batas waktu yang disetujui antara peneliti yang merupakan konselor dan subyek yaitu dilaksanakan selama kurang lebih 10-20 menit.

Dan pada pertemuan keempat ini peneliti yang konselor menanyakan terhadap subyek mengenai apa yang telah diperoleh oleh subyek pada tahap ketiga dan apakah subyek merasa kesulitan dalam mengerjakan penugasan pada proses konseling pada tahap ketiga tersebut. Peneliti yang merupakan konselor mengajukan pertanyaan tersebut terhadap subyek bertujuan agar peneliti yang merupakan konselor mengetahui apakah subyek MQ tersebut dapat memahami dari proses

konseling pada tahap atau pertemuan ketiga yang telah subyek ikuti yaitu mengenai pengerjaan tabel SMART dan peneliti yang merupakan konselor juga ingin mengetahui apakah subyek merasa kesulitan dalam mengerjakan penugasan di pertemuan ketiga tersebut. Kemudian subyek menjawab pertanyaan yang diajukan oleh peneliti, subyek mengatakan bahwa yang diperoleh oleh subyek dari proses konseling tahap ketiga yaitu subyek mampu merumuskan sasaran perilaku yang akan diubah oleh dirinya. Dan subyek juga mengatakan bahwa selama mengerjakan lembar SMART tersebut subyek awalnya sedikit kesulitan, dan setelah peneliti yang merupakan konselor membantu subyek dengan cara menjelaskan kembali sehingga subyek memahami dan mampu mengerjakannya.

Selanjutnya peneliti yang merupakan konselor mengatakan terhadap subyek bahwa saat ini telah memasuki

proses konseling pada tahap keempat yaitu tahap subyek diajarkan melakukan *self-talk* agar subyek melakukan perubahan perilaku adaptif yang dipengaruhi oleh pemikiran yang positif. Pada tahap ini, dilakukan untuk memberikan *feedback* atas perkembangan yang telah terjadi pada subyek, serta mengingatkan focus terapi, dan melakukan evaluasi terhadap pelaksanaan intervensi tingkah laku. Peneliti yang merupakan konselor memberikan dukungan dan semangat

terhadap kemajuan yang telah dicapai oleh subyek serta keyakinan tetap focus pada masalah yang utama.

Kemudian peneliti yang merupakan konselor menjelaskan mengenai pentingnya pemberian intervensi perilaku berupa *self-talk*. *Self-talk* merupakan metode atau cara yang dilakukan dengan diri sendiri untuk mencapai perubahan positif dalam dirinya. Ketika berbicara mengenai keinginan dan pencapaian yang telah dilakukan. Selain itu juga memberikan kalimat positif dan menyemangati diri sendiri untuk melakukan perubahan. Selain itu dengan metode atau cara *self-talk* juga berfungsi untuk mengenali kemampuan dan kelebihan yang ada pada diri sendiri.

Pada tahap atau pertemuan keempat ini peneliti yang merupakan konselor mengarahkan subyek untuk melakukan *self-talk*. Hal tersebut bertujuan untuk menanamkan pada diri

subyek mengenai hal positif pada diri subyek serta menanamkan perasaan percaya diri dengan perilaku barunya.

Kemudian sesuai dengan arahan peneliti yang merupakan konselor subyek MQ melakukan metode atau cara *self-talk* dan subyek mengatakan terhadap dirinya sendiri bahwa perkataan orang lain atau masyarakat mengenai perilakunya merupakan bahan intropeksi diri untuk menjadikan dirinya lebih baik kedepannya. Kritikan dari orang lain atau masyarakat bukanlah

suatu hal yang dapat menjatuhkannya namun sebagai wujud kepedulian orang tersebut terhadap diri subyek.

Setelah peneliti yang merupakan konselor mengarahkan subyek untuk melakukan metode atau cara *self-talk* sehingga subyek melakukan yang sesuai dengan arahan peneliti yang merupakan konselor. Kemudian peneliti yang merupakan konselor menanyakan terhadap subyek apakah dengan diadakannya proses konseling tahap atau pertemuan keempat ini mampu membuat subyek untuk memiliki perasaan percaya diri dengan perilaku baru yang dimilikinya. Kemudian subyek menjawab bahwa proses konseling pada tahap atau pertemuan keempat ini mampu membuat subyek percaya diri, dan tidak hanya itu dengan diadakannya proses konseling pada pertemuan keempat ini membuat untuk subyek tidak berburuk sangka terhadap perkataan masyarakat mengenai dirinya sehingga subyek tidak membenci orang yang mengatakannya.

Setelah waktu menunjukkan 20 menit selama proses konseling berlangsung maka proses konseling pada pertemuan keempat ini dirasa sudah cukup, dan pada pertemuan keempat ini akan diakhiri oleh peneliti yang merupakan konselor dan peneliti yang merupakan konselor memberitahu subyek bahwa masih ada tahap konseling selanjutnya sehingga peneliti yang merupakan konselor menyuruh subyek agar ikut dalam tahap

konseling selanjutnya. Kemudian kegiatan konseling di tahap keempat ini peneliti yang merupakan konselor mengakhiri dengan mengucapkan terimakasih terhadap subyek atas partisipasinya dalam mengikuti proses konseling pada pertemuan keempat ini dan peneliti juga mengucapkan salam.

e) Tahap kelima (*self-help*)

Hari/Tanggal : Selasa, 25 April 2022

Tempat : Rumah Peneliti Yang Merupakan Konselor

Setelah subyek mengikuti proses konseling pada tahap keempat atau pertemuan keempat yaitu mengenai *self-talk*.

Maka pada pertemuan kelima atau terakhir ini telah memasuki proses konseling tahap kelima yaitu subyek diajarkan melakukan *self-help* atau bisa disebut juga dengan tahap pencegahan kekambuhan. Peneliti yang merupakan konselor memulai tahap kelima dengan subyek MQ dengan

mengucapkan salam dan peneliti juga bertanya mengenai keadaan subyek. Kemudian peneliti yang merupakan konselor mengadakan kesepakatan dengan subyek mengenai batas waktu pelaksanaan konseling pada tahap kelima ini, dan pada di tahap kelima ini batas waktu yang telah disepakati antara peneliti yang merupakan konselor dan subyek yaitu dilaksanakan selama kurang lebih 10-20 menit.

Sebelum masuk pada tahap atau pertemuan kelima atau terakhir ini peneliti yang merupakan konselor menanyakan terhadap subyek mengenai pertemuan sebelumnya yaitu mengenai *self-talk*, apakah yang didapat subyek setelah diadakannya proses konseling pada tahap atau pertemuan keempat sebelumnya. Kemudian subyek menjawab bahwa dengan diadakannya proses konseling pada tahap atau pertemuan keempat, subyek mampu tampil percaya diri dikalangan masyarakat dan tidak peduli dengan perkataan tidak baik masyarakat mengenai dirinya dan subyek mampu berpikir secara jernih atas perkataan dari masyarakat tersebut.

Setelah peneliti yang merupakan konselor mengevaluasi pertemuan sebelumnya yaitu tahap atau pertemuan keempat mengenai tahap pencegahan kekambuhan. Kemudian peneliti yang merupakan konselor mengatakan terhadap subyek bahwa

saat ini mulai masuk pada proses konseling tahap atau pertemuan kelima yang juga adalah pertemuan terakhir dari proses konseling pada penelitian ini, pada pertemuan kali ini konselor mengajarkan subyek untuk melakukan pencegahan kekambuhan dengan metode atau cara *self-help*. Sebelum subyek melakukan pencegahan kekambuhan dengan metode *self-help* peneliti yang merupakan konselor menjelaskan terlebih dahulu terhadap subyek dengan tujuan agar konseli

mengerti. Peneliti yang merupakan konselor menjelaskan mengenai tahap pencegahan kekambuhan tersebut memiliki tujuan agar mendapatkan komitmen subyek untuk melaksanakan metode atau cara *self-help* secara seimbang dan komitmen subyek untuk secara aktif membentuk pikiran, perasaan, serta perbuatan positif dalam setiap masalah yang dihadapi. Di tahap ini pula subyek melakukan evaluasi perubahan yang didapatkan selama kegiatan proses konseling berlangsung serta membangkitkan kemampuan yang dimiliki oleh subyek untuk mencegah munculnya pikiran negative dalam menghadapi masalah. Memberi keyakinan pada diri subyek sendiri untuk mampu mengatasi permasalahannya. Untuk melakukan evaluasi dan membangkitkan kemampuan subyek dapat dilakukan dengan cara melakukan *self-help*.

Setelah peneliti yang merupakan konselor menjelaskan

mengenai tahap atau pertemuan kelima ini yaitu mengenai pencegahan kekambuhan dengan metode atau cara *self-help*.

Kemudian peneliti yang merupakan konselor memberikan lembar kerja *self-help* yang telah peneliti siapkan sebelumnya terhadap subyek, yang dimana dilembar kerja *self-help* yang telah peneliti berikan terhadap subyek berisi empat pertanyaan yang harus subyek jawab.

Selanjutnya subyek memaparkan mengenai kondisi subyek setelah mengikuti proses konseling mulai dari tahap awal sampai tahap akhir ini dengan mengisi lembar kerja *self-help*, bahwa subyek memandang positif dirinya saat ini dan subyek mencintai dirinya sendiri. Perubahan yang dialami subyek yaitu lebih yakin bahwa dirinya terlihat baik dan tidak ada yang perlu untuk dikhaatirkan kembali. Perubahan yang telah dicapai subyek yaitu tidak merasa tertekan ketika ada orang lain mengkritik perilaku dirinya. Dan cara subyek MQ untuk mempertahankan perubahan yang perlu dicapai yaitu dengan istiqomah melakukan hal-hal yang baik, misalnya istiqomah mengikuti majelis dzikir yang terdapat di Desa tempat tinggal subyek MQ saat ini tepatnya di majelis dzikir musholla Al-Ma'unah.

Setelah peneliti yang merupakan konselor mengarahkan subyek untuk melakukan metode atau cara *self-help* sehingga subyek melakukan yang sesuai dengan arahan peneliti yang merupakan konselor. Kemudian peneliti yang merupakan konselor menanyakan terhadap subyek apakah dengan diadakannya proses konseling tahap atau pertemuan kelima yang juga merupakan tahap terakhir ini apakah subyek mampu mengevaluasi dan membangkitkan potensi yang dimiliki oleh diri subyek. Kemudian subyek menjawab bahwa proses

konseling pada tahap atau pertemuan kelima ini subyek mampu mengevaluasi perubahan yang didapat selama kegiatan proses konseling berlangsung dan dengan diadakannya proses konseling pada tahap kelima ini mampu membangkitkan potensi yang dimiliki oleh subyek untuk mencegah munculnya pikiran negative dalam menghadapi masalah yang dialami oleh subyek.

Setelah waktu menunjukkan 20 menit selama proses konseling berlangsung maka proses konseling pada pertemuan kelima ini dirasa sudah cukup, dan pada pertemuan kelima ini akan diakhiri oleh peneliti yang merupakan konselor dan peneliti yang merupakan konselor memberitahu subyek bahwa tahap kelima ini merupakan tahap terakhir proses konseling dalam penelitian ini. Kemudian pada tahap konseling kelima ini peneliti yang merupakan konselor mengakhiri dengan

mengucapkan terimakasih terhadap subyek atas partisipasinya dalam mengikuti proses konseling pada pertemuan kelima ini dan peneliti juga mengucapkan salam.

## 2) Subyek NF

### a) Pertemuan pertama tahap (*Asesmen dan Diagnosa Awal*)

Hari/Tanggal : Selasa, 12 April 2022

Tempat : Rumah Peneliti Yang Merupakan Konselor

Sebelum peneliti yang merupakan konselor melaksanakan kegiatan konseling di tahap pertama ini, peneliti yang merupakan konselor menghubungi subyek terlebih dahulu dan memintanya untuk mengikuti proses konseling pada tahap pertama tersebut. Setelah subyek sampai ditempat proses konseling, kemudian peneliti yang merupakan konselor mempersilahkan subyek untuk duduk. Pada tahap pertama ini peneliti yang merupakan konselor memulai pertemuan kali ini dengan memberikan salam terhadap subyek dan peneliti yang merupakan konselor bertanya mengenai keadaan subyek, bersikap ramah, menaruh perhatian dan peneliti yang merupakan konselor juga bersikap hangat terhadap subyek. Kemudian pada tahap pertama ini juga, peneliti yang merupakan konselor memaparkan mengenai maksud dan tujuan dilaksanakannya konseling *cognitive behavior therapy* (CBT)

dengan pendekatan dzikir terhadap subyek. Di tahap pertama ini disetujui mengenai waktu pelaksanaan kegiatan konseling kurang lebih 10-20 menit.

Setelah konselor dan subyek menyepakati waktu pelaksanaan konseling, kemudian peneliti yang merupakan konselor memberitahukan terhadap subyek bahwa di pertemuan pertama ini subyek diminta untuk melakukan analisis tentang masalah yang dialami oleh subyek dengan menggunakan peta

masalah, yang dimana dalam peta masalah tersebut subyek diminta untuk mengisi atau menulis mengenai peristiwa yang dialami oleh subyek selama melakukan perilaku negative berupa kenakalan remaja dan bagaimanakah anggapan masyarakat sekitar mengenai hal tersebut, pemikiran subyek mengenai peristiwa yang dialaminya, perasaan subyek dalam menghadapi peristiwa atau kejadian tersebut, dan dampak atau akibat yang subyek dari peristiwa yang dialaminya. Kemudian peneliti yang merupakan konselor menjelaskan terhadap subyek cara untuk mengerjakan peta masalah tersebut. Adapun focus pada tahap atau pertemuan pertama ini yaitu tentang dampak antara peristiwa, kognisi, afeksi, serta perilaku sehingga subyek mampu mengetahui atau memahami masalah yang dialami oleh subyek.

Peneliti yang merupakan konselor bertanya kepada

subyek mengenai informasi yang peneliti peroleh dari beberapa informan mengenai cerminan perilaku nakal yang dilakukan oleh subyek NF dan subyek NF tersebut mengatakan atau menjawab "*benar mbak yang dikatakan mereka itu benar*", bahwa perilaku negative yang dilakukan oleh subyek NF yaitu, membantah atau menentang perkataan atau nasihat dari orangtua, marah-marah jika dinasehati oleh orangtua, serta berbohong terhadap orangtua. Setelah subyek NF menjawab,

peneliti yang merupakan konselor terus bertanya mengenai bentuk perilaku nakal yang dibuat oleh subyek NF tersebut, konselor bertanya mengenai taruhan dengan cara sabung ayam dan subyek NF menjawab "*Iya mbak saya sering melakukannya*" subyek menjawabnya dengan rasa malu untuk mengatakannya.

Langkah selanjutnya yang dilakukan oleh peneliti yang merupakan konselor memberitahu terhadap subyek atau konseli bahwa saat ini sudah memasuki proses konseling pada tahap pertama, dan peneliti yang merupakan konselor memberikan penjelasan mengenai cara dalam mengerjakan atau mengisi lembar peta masalah dengan tujuan subyek memahaminya dan mudah untuk mengerjakannya. Setelah peneliti yang merupakan konselor menjelaskan cara dalam mengerjakan peta masalah tersebut, kemudian peneliti yang merupakan konselor memberikan lembar peta masalah yang telah peneliti yang merupakan konselor sediakan untuk dikerjakan oleh subyek. Kemudian peneliti yang merupakan konselor meminta subyek membacakan hasil pengerjaan peta masalah tersebut.

Setelah subyek selesai dalam mengerjakan peta masalah, kemudian subyek membaca hasil dari pekerjaannya sesuai dengan permintaan dari peneliti yang merupakan konselor.

Subyek mengatakan bahwa peristiwa atau kejadian yang dialaminya saat ini yaitu di cap nakal oleh masyarakat sekitar, atas peristiwa atau kejadian yang dialami subyek membuatnya memiliki pemikiran bahwa dirinya merupakan orang yang gagal dalam menjalani kebaikan, subyek merasa tertekan dan terganggu dengan peristiwa yang dialaminya mengenai pandangan atau penilaian masyarakat sekitar tentang diri subyek, dan adapun akibat atau dampak yang dialami oleh subyek dari adanya peristiwa tersebut yaitu subyek tidak disukai oleh masyarakat dan dikucilkan.

Dengan demikian pikiran, perilaku, serta perasaan yang ada didalam diri subyek dapat atau mampu mempengaruhi masalah yang dialami subyek. Dengan menggunakan peta masalah, hal-hal tersebut dapat dicerminkan sehingga mempermudah subyek untuk menganalisis permasalahan yang

dialaminya. Adapun salah satu cara untuk mengevaluasi pikiran dan memahami pengaruhnya terhadap perasaan dapat dilakukan dengan menggunakan catatan pikiran

Pada tahap pertama ini peneliti yang merupakan konselor juga memberikan lembar catatan pikiran kepada subyek. Diberikannya lembar catatan pikiran pada tahap pertama ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh pikiran terhadap perasaan, selain itu subyek diminta untuk memberikan

nilai kekuatan terhadap kepercayaan yang dimiliki oleh subyek. Sebelum peneliti yang merupakan konselor memberikan lembar catatan pikiran kepada subyek, peneliti yang merupakan konselor menjelaskan bagaimana cara untuk mengerjakan catatan pikiran tersebut. Kemudian peneliti yang merupakan konselor memberikan lembar catatan pikiran yang telah disediakan kepada subyek untuk dikerjakan.

Setelah subyek mengerjakan lembar peta masalah dan catatan pikiran, peneliti yang merupakan konselor bertanya terhadap subyek mengenai perasaan subyek setelah mengikuti proses konseling pada tahap pertama ini. Kemudian subyek menjawab bahwa subyek merasa senang dalam mengikuti proses konseling pada tahap pertama ini, karena subyek merasa bahwa dirinya mendapatkan ilmu baru dan subyek mampu menganalisis permasalahan yang subyek alami dengan cara

mengerjakan peta masalah, subyek juga mampu mengevaluasi pengaruh pikiran terhadap perasaan, selain itu subyek mampu memberikan nilai kekuatan terhadap kepercayaan yang dimiliki oleh dirinya melalui catatan pikiran.

Berdasarkan pernyataan yang subyek diatas, peneliti yang merupakan konselor merasa bahwa subyek NF ini sudah memahami mengenai proses konseling ditahap pertama ini. Sehingga peneliti yang merupakan konselor mengatakan bahwa

apa yang didapat oleh subyek dalam proses konseling ini merupakan suatu hal yang baru yang positif, dan peneliti yang merupakan konselor juga mengatakan terhadap subyek supaya mempertahankan hal baru yang positif tersebut dan meningkatkan hal-hal yang lebih positif lagi.

Setelah waktu menunjukkan 20 menit selama proses konseling berlangsung maka proses konseling pada pertemuan pertama ini dirasa sudah cukup, dan pada pertemuan pertama ini akan diakhiri oleh peneliti yang merupakan konselor dan peneliti yang merupakan konselor memberitahu subyek bahwa masih ada tahap konseling selanjutnya sehingga peneliti yang sebagai konselor menyuruh subyek untuk ikut tahap konseling berikutnya. Kemudian kegiatan konseling di tahap pertama ini peneliti yang merupakan konselor mengakhiri dengan mengucapkan terimakasih terhadap subyek atas partisipasinya

dalam mengikuti proses konseling pada pertemuan pertama ini dan peneliti juga mengucapkan salam.

b) Pertemuan kedua tahap (*Mencari emosi negative pikiran otomatis dan keyakinan utama*)

Hari/Tanggal : Jum'at, 15 April 2022

Tempat : Rumah Peneliti Yang Merupakan Konselor

Setelah subyek mengerjakan Peta Masalah dan Catatan Pikiran di tahap konseling yang pertama, maka di pertemuan

kali ini peneliti yang merupakan konselor melakukan pencarian pada emosi negative, pikiran otomatis, dan keyakinan utama yang dimiliki oleh subyek. Di pertemuan kali ini peneliti yang merupakan konselor sebelumnya menghubungi subyek untuk mengikuti proses konseling tahap kedua. Setelah subyek sampai ditempat konseling dan subyek duduk, kemudian peneliti yang merupakan konselor memulai tahap konseling kali ini dengan mengucapkan salam dan peneliti yang merupakan konselor bertanya mengenai kabar subyek. Kemudian peneliti yang merupakan konselor mengadakan kesepakatan dengan subyek mengenai batas waktu pelaksanaan kegiatan konseling pada tahap konseling kali ini, dan pada tahap konseling ini batas waktu yang disetujui antara peneliti yang merupakan konselor dengan subyek yaitu dilaksanakan selama kurang lebih 10-20 menit.

Sebelum masuk pada tahap dipertemuan kedua pada proses konseling ini peneliti yang merupakan konselor menanyakan mengenai apakah yang didapat oleh subyek setelah diadakannya proses konseling dipertemuan pertama yang dimana pada pertemuan pertama tersebut subyek diminta untuk mengerjakan lembar peta masalah dan catatan pikiran. Kemudian subyek menjawab bahwa dengan diadakannya proses konseling dipertemuan yang pertama yang dimana

subyek diminta untuk mengerjakan atau mengisi peta masalah dan catatan pikiran membuat subyek mendapatkan ilmu baru, yang sebelumnya dirinya tidak mampu menganalisis permasalahan yang dialami oleh subyek dan tidak mampu mengevaluasi pengaruh pikiran pada perasaan, selain itu subyek mampu memberikan nilai kekuatan pada kepercayaan yang dimiliki oleh dirinya, sehingga dengan diadakannya proses konseling pada tahap pertama membuat subyek melakukan hal tersebut.

Setelah peneliti yang merupakan konselor menanyakan mengenai apa yang didapat oleh subyek pada proses konseling tahap atau pertemuan pertama. Untuk selanjutnya peneliti yang merupakan konselor memberitahu kepada subyek bahwa pada saat ini telah memasuki proses konseling pada tahap kedua yaitu mengenai tahap Mencari emosi negative pikiran otomatis

dan keyakinan utama. Pada tahap ini peneliti yang merupakan konselor melakukan *feedback* atas peta masalah dan catatan pikiran yang telah dikerjakan oleh subyek pada pertemuan pertama, subyek NF memaparkan bahwa subyek memiliki pikiran negative atas peristiwa atau kejadian perilaku nakal yang dialami oleh subyek. Pada tahap ini peneliti yang merupakan konselor melakukan tindakan yaitu memberikan bukti hubungan antara keyakinan dan pikiran otomatis dengan

emosi dan tingkah laku (dengan cara menolak pikiran negative secara halus dan menawarkan pikiran positif untuk dibuktikan bersama) dan mendapatkan komitmen subyek NF untuk melakukan perubahan menyeluruh mulai dari pikiran, perasaan dan perbuatan yang negative menjadi positif. Pada tahap ini juga peneliti yang merupakan konselor mengajarkan atau membantu subyek NF untuk mengontrol pikiran negative melalui eksperimen pikiran, dan peneliti yang merupakan konselor meminta subyek untuk membuat daftar keuntungan dalam merubah pikiran negative menjadi pikiran positif, dan kerugian dalam mempertahankan pikiran negative yang dimilikinya.

Setelah peneliti yang merupakan konselor mengajarkan atau membantu subyek, selanjutnya peneliti yang merupakan konselor memberikan kertas kosong kepada subyek untuk diisi

sesuai dengan permintaan peneliti yang merupakan konselor diatas. Subyek mulai mengerjakan atau menulis sesuai arahan peneliti yang merupakan konselor. Setelah subyek menulis yang diminta oleh peneliti, kemudian peneliti yang merupakan konselor meminta subyek untuk membacakan hasil dari pekerjaannya tersebut. Selanjutnya subyek NF membacakan hasil pekerjaannya yaitu keuntungan yang didapat oleh subyek dalam merubah pikiran negative menjadi pikiran positif adalah

tidak mudah terpengaruh dengan perkataan orang lain, tidak mudah untuk merasa marah dan kecewa karena subyek NF mampu menyaring atau mengambil sisi baik dari setiap permasalahan, dan subyek NF merasa kehidupannya lebih bahagia karena selalu memiliki pemikiran yang lebih positif. Kerugian yang dimiliki oleh subyek ketika mempertahankan pemikiran negatifnya yaitu menjadi pribadi yang terpuruk, mudah menyalahkan orang lain, dan memiliki kepribadian nakal.

Setelah subyek membuat daftar keuntungan dan kerugian, peneliti yang merupakan konselor bertanya terhadap subyek mengenai perasaan subyek setelah mengikuti proses konseling pada tahap kedua ini. Kemudian subyek menjawab bahwa subyek merasa senang dalam mengikuti proses konseling pada tahap kedua ini, karena subyek merasa bahwa

dirinya mendapatkan ilmu baru dan subyek mampu membuat daftar keuntungan dalam merubah pikiran negative menjadi pikiran positif, dan kerugian dalam mempertahankan pikiran negative yang dimilikinya.

Berdasarkan pernyataan yang subyek diatas, peneliti yang merupakan konselor merasa bahwa subyek NF ini sudah memahami mengenai proses konseling ditahap konseling kali ini. Sehingga peneliti yang merupakan konselor berkata bahwa

apa yang didapat oleh subyek dalam proses konseling pada tahap kedua ini adalah suatu hal yang baru yang positif, dan peneliti yang konselor juga mengatakan terhadap subyek supaya mempertahankan hal baru yang positif tersebut dan meningkatkan hal-hal yang lebih positif lagi.

Setelah waktu menunjukkan 20 menit selama proses konseling berlangsung maka proses konseling pada pertemuan kedua ini dirasa sudah cukup, dan pada tahap kedua ini akan ditutup oleh peneliti yang merupakan konselor dan peneliti yang merupakan konselor memberitahu subyek bahwa masih ada tahap konseling selanjutnya sehingga peneliti yang merupakan konselor menyuruh subyek agar ikut pertemuan berikutnya. Kemudian kegiatan konseling ditahap kedua ini peneliti yang merupakan konselor mengakhiri dengan mengucapkan terimakasih terhadap subyek atas partisipasinya

dalam mengikuti proses konseling pada pertemuan kedua ini dan peneliti juga mengucapkan salam.

c) Pertemuan ketiga (*Menyusun intervensi dengan memberikan konsekuensi positif dan negative*)

Hari/Tanggal : Senin, 18 April 2022

Tempat : Rumah Peneliti Yang Merupakan Konselor

Sebelum peneliti yang merupakan konselor melaksanakan kegiatan konseling ditahap kali ini, peneliti yang

merupakan konselor menghubungi subyek terlebih dahulu dan memintanya untuk mengikuti proses konseling pada tahap ketiga tersebut. Setelah subyek sampai ditempat proses konseling, kemudian peneliti yang merupakan mempersilahkan subyek untuk duduk. Setelah subyek mengikuti proses konseling pada tahap kedua atau pertemuan kedua yaitu mengenai mencari emosi negative, pikiran otomatis, dan keyakinan utama. Maka pada pertemuan ketiga ini telah memasuki proses konseling pertemuan ketiga yaitu menyusun intervensi dengan memberikan konsekuensi positif dan negative.

Peneliti yang merupakan konselor memulai tahap ketiga dengan subyek NF dengan mengucapkan salam dan peneliti yang merupakan konselor bertanya mengenai keadaan subyek. Kemudian peneliti yang merupakan konselor

mengadakan kesepakatan dengan subyek mengenai batas waktu pelaksanaan kegiatan konseling ditahap ketiga ini, dan ditahap ketiga ini batas waktu yang telah disepakati antara peneliti yang merupakan konselor dan subyek yaitu dilaksanakan selama kurang lebih 10-20 menit.

Sebelum masuk pada tahap dipertemuan ketiga pada proses konseling ini peneliti yang merupakan konselor menanyakan mengenai apakah yang didapat oleh subyek

setelah diadakannya proses konseling dipertemuan kedua yang dimana pada pertemuan kedua tersebut subyek diminta untuk membuat daftar keuntungan dalam merubah pikiran negative menjadi pikiran positif, dan kerugian dalam mempertahankan pikiran negative yang dimilikinya. Kemudian subyek menjawab bahwa dengan diadakannya proses konseling dipertemuan yang kedua tersebut membuat subyek mendapatkan ilmu atau pengetahuan baru yang berupa subyek mampu membuat daftar keuntungan dalam merubah pikiran negative menjadi pikiran yang lebih baik lagi atau positif dan subyek juga mampu membuat kerugian yang akan dialami oleh subyek NF apabila mempertahankan pikiran negative yang dimilikinya. Dan subyek mempercayai bahwa sesuatu keputusan yang seseorang ambil akan memiliki dampak atau konsekuensi tersendiri terhadap dirinya.

Setelah peneliti yang merupakan konselor menanyakan mengenai apa yang didapat oleh subyek pada proses konseling ditahap atau pertemuan kedua. Untuk selanjutnya peneliti yang merupakan konselor memberitahu kepada subyek bahwa pada saat ini telah memasuki proses konseling pada tahap kedua yaitu mengenai Menyusun intervensi dengan memberikan konsekuensi positif dan negative. Dalam memperbaiki pola pemikiran negative yang dimiliki oleh subyek maka peneliti

yang merupakan konselor melakukan penetapan sasaran perubahan terhadap subyek. Kemudian peneliti yang merupakan konselor menjelaskan bahwa menetapkan sasaran adalah hal yang penting dalam memulai sesuatu, sasaran yang dirangkai dengan fleksibel, dinamis yakni mampu menyesuaikan dengan perubahan yang ada dalam kehidupan dan keinginan pribadi. Dalam menetapkan sasaran, pemilihan kata adalah hal yang penting. Adapun kata yang harus dipilih oleh subyek antara lain yaitu *saya berharap bisa menghilangkan rasa kekhawatiran saya terhadap perilaku nakal saya, saya tidak mau tertekan dengan perillaku nakal saya, saya ingin menjadi lebih baik lagi dan tidak khawatir dengan perilaku nakal saya*. Pemakaian kata yang paling tepat yaitu pilihan kata ketiga karena dalam kata tersebut menyatakan suatu hal yang diinginkan atau dipertimbangkan

suatu hal yang lebih positif dan sebagai langkah perubahan yang lebih baik. Sedangkan, jika memilih kata yang pertama yang berupa “harapan” cenderung membuat seseorang untuk tidak berusaha mencapai harapannya, makna dari kata harapan yaitu menunggu suatu hal dari luar untuk mengubah keadaan bukan dirinya sendiri melainkan keadaan tersebut. Sedangkan, pada kata yang kedua lebih merujuk pada keadaan yang tidak mampu dicapai saat masih hidup sehingga bisa disebut dengan

“sasaran mayat” karena hanya bisa dicapai oleh orang yang telah mati.

Kemudian peneliti yang merupakan konselor memberitahu terhadap subyek bahwa terdapat cara dalam menetapkan sasaran. Adapun cara dalam menetapkan sasaran yaitu dengan cara SMART.

Kemudian peneliti yang juga sebagai konselor meminta subyek untuk mencoba merumuskan sasaran perilaku yang akan diubah dengan subyek diminta untuk mengerjakan lembar tabel SMART yang peneliti yang merupakan konselor sediakan. Kemudian subyek mulai mengisi atau mengerjakan lembar SMART yang telah peneliti yang merupakan konselor berikan. Setelah subyek mengisi lembar tersebut, kemudian subyek mengungkapkan bahwa sasaran utama subyek NF adalah ingin menjadi pribadi yang lebih baik lagi kedepannya

dan untuk mencapai hal tersebut subyek membutuhkan waktu selama satu bulan. Kemudian sasaran kecil subyek NF adalah hidupnya bersikap bodoh amat terhadap omongan orang lain yang tidak baik mengenai perilakunya, berusaha mengamalkan perilaku yang lebih baik, serta selalu Istiqomah dalam mengikuti dzikiran di musholla al-ma'unah dan untuk mencapai hal tersebut subyek membutuhkan waktu selama satu minggu. Yang dimaksud ingin menjadi pribadi yang lebih baik lagi

disini yaitu dengan mentaati perkataan atau nasihat dari orangtuanya, lebih menyayangi orang orangtuanya, berperilaku sopan santun ketika berada dimasyarakat dan lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT agar subyek merasa dirinya menjadi tentram, damai, dan tenang sehingga dengan demikian subyek mampu berperilaku yang lebih baik lagi. Misalnya dengan istiqamah mengikuti majelis *dzikir* yang terdapat di Desa tempat tinggal subyek yaitu di desa Jatirejo tepatnya dimajelis *dzikir* musholla Al-Ma'unah. Subyek NF merupakan salah satu remaja yang mengikuti majelis *dzikir* musholla Al-Ma'unah, dan majelis tersebut dilangsungkan selama satu minggu sekali bertepatan pada hari kamis malam jum'at. Adapun jenis *dzikir* yang dibaca dalam majelis tersebut yaitu antara lain takbir, tahmid, tasbih, sholawat nariyah dan sholawat nunjiyat yang masing-masing dibaca sebanyak 100 kali.

Alasan subyek dalam memilih cara dengan melakukan istiqomah berdzikir untuk mendapatkan perilaku yang lebih baik lagi kedepannya yaitu karena dengan cara berdzikir subyek merasa lebih tenang dan dengan berdzikir pula mampu meredakan emosi subyek, sehingga subyek NF berpendapat bahwa salah satu cara untuk menenangkan dirinya dari emosi dan ketika subyek NF memiliki banyak masalah yaitu dengan

cara berdzikir mendekatkan diri kepa Allah SWT yang mampu membuat subyek merasa tenang dan mampu membuat subyek berpikir dengan lebih baik.

Melihat waktu sudah menunjukkan 20 menit selama proses konseling pada tahap atau pertemuan ketiga ini berlangsung, sehingga proses konseling ditahap ketiga ini telah sampai diwaktu yang disepakati sebelumnya dan diakhiri oleh peneliti yang merupakan konselor dan peneliti juga memberitahu terhadap subyek bahwa masih ada proses konseling ditahap selanjutnya, sehingga peneliti yang merupakan konselor meminta subyek untuk mengikutinya. Kemudian proses konseling pada tahap atau pertemuan ketiga ini diakhiri dengan peneliti yang merupakan konselor mengucapkan terimakasih terhadap subyek karena sudah bersedia berpartisipasi dalam kegiatan konseling ini dan peneliti juga mengucapkan salam penutup.

d) Pertemuan Keempat (*self-talk*)

Hari/Tanggal : Kamis, 21 April 2022

Tempat : Rumah Peneliti Yang Merupakan Konselor

Setelah subyek mengikuti proses konseling pada tahap atau pertemuan ketiga yaitu tentang menyusun intervensi dengan memberikan konsekuensi positif dan negative. Maka pada pertemuan keempat ini telah memasuki proses konseling

pada tahap keempat yaitu subyek diajarkan untuk melakukan *self-talk* dengan tujuan agar subyek melakukan perubahan perilaku yang adaptif yang dipengaruhi oleh pemikiran yang positif. Sebelum dilaksanakannya proses konseling kali ini peneliti yang merupakan konselor menghubungi subyek terlebih dahulu untuk mengikuti proses konseling pada pertemuan keempat ini. Setelah peneliti yang merupakan konselor menghubungi subyek dan kemudian subyek sampai ditempat konseling, kemudian peneliti yang merupakan konselor mengadakan kesepakatan dengan subyek mengenai batas waktu proses konseling. Dan pada pertemuan keempat ini batas waktu yang telah disepakati antara peneliti dan subyek yaitu dilaksanakan selama kurang lebih 10-20 menit.

Pada pertemuan keempat ini peneliti yang merupakan konselor menanyakan terhadap subyek mengenai apakah yang didapat oleh subyek NF setelah mengikuti proses konseling ditahap atau pertemuan ketiga. Kemudian subyek NF menjawab pertanyaan dari peneliti yang merupakan konselor tersebut, bahwa setelah dirinya mengikuti proses konseling pada pertemuan ketiga subyek NF mendapatkan ilmu baru karena subyek mampu merumuskan sasaran perilaku yang akan diubah oleh dirinya. Yang sebelumnya hal tersebut tidak pernah dilakukan dalam hidup subyek.

Selanjutnya peneliti yang merupakan konselor memberitahu terhadap subyek bahwa dipertemuan keempat ini telah memasuki proses konseling pada tahap keempat yaitu mengenai *self-talk*, alasan peneliti yang merupakan konselor menerapkan cara *self-talk* dalam proses konseling pada penelitian ini yaitu dengan tujuan agar subyek mampu melakukan perubahan perilaku yang adaptif yang dipengaruhi oleh pemikiran yang positif. Pada pertemuan atau tahap ini juga dilakukan untuk memberikan *feedback* atas perkembangan yang telah terjadi pada subyek, serta mengingatkan focus terapi dan melakukan evaluasi terhadap pelaksanaan intervensi tingkah laku. Peneliti yang merupakan konselor memberikan dukungan dan semangat terhadap kemajuan yang telah dicapai oleh subyek serta keyakinan tetap focus pada masalah yang utama.

Kemudian peneliti yang merupakan konselor menjelaskan mengenai pentingnya pemberian intervensi perilaku berupa *self-talk* terhadap subyek NF. *Self-talk* adalah cara yang dilakukan dengan diri sendiri untuk mencapai perubahan positif dalam dirinya. Dan memberikan kalimat positif dan menyemangati diri sendiri untuk melakukan perubahan merupakan hal yang penting untuk membuat diri semangat dalam meraih perubahan yang lebih positif. Metode

*self-talk* ini juga berfungsi untuk mengenal kemampuan dan kelebihan yang ada pada diri sendiri.

Setelah peneliti yang merupakan konselor menjelaskan mengenai *self-talk* kepada subyek NF. Kemudian pada tahap atau pertemuan keempat ini peneliti yang merupakan konselor mengarahkan subyek NF untuk melakukan cara *self-talk*, dengan tujuan untuk menanamkan pada diri subyek NF tentang hal positif yang ada pada dirinya serta menanamkan perasaan percaya diri dengan perilaku barunya. Sesuai dengan arahan peneliti kemudian subyek NF melakukan metode *self-talk*, kemudian subyek mengatakan terhadap dirinya sendiri bahwa perkataan orang lain atau masyarakat mengenai perilaku subyek NF merupakan sebagai bahan pelajaran bagi dirinya untuk menjadikan perilakunya lebih baik atau positif lagi kedepannya,. Kritikan dari orang lain atau masyarakat

merupakan wujud dari kepedulian masyarakat tersebut terhadap subyek NF.

Selanjutnya setelah peneliti yang merupakan konselor mengarahkan subyek untuk melakukan metode *self-talk* diatas yang kemudian subyek NF melakukan yang sesuai dengan arahan dari peneliti yang merupakan konselor. Kemudian peneliti yang merupakan konselor menanyakan terhadap konseli apakah dengan diadakannya proses konseling tahap

atau pertemuan keempat ini apakah sudah mampu membuat subyek untuk memiliki perasaan percaya diri dengan perilaku baru yang dimilikinya. Kemudian subyek menjawab bahwa proses konseling pada tahap atau pertemuan keempat ini sudah cukup mampu membuat subyek percaya diri dengan perilaku baru yang dimiliki oleh subyek NF, dan dengan diadakannya proses konseling pada pertemuan keempat ini membuat untuk subyek tidak memiliki perasaan yang tidak baik terhadap orang yang mengkritik perilakunya selama ini sehingga dengan demikian subyek NF tidak memiliki perasaan benci terhadap orang tersebut.

Melihat waktu sudah menunjukkan 20 menit selama proses konseling pada tahap atau pertemuan keempat ini berlangsung, sehingga proses konseling ditahap keempat ini telah mencapai batas waktu yang telah disepakati sebelumnya

dan sebelumnya peneliti juga memberitahu terhadap subyek bahwa masih ada proses konseling ditahap selanjutnya, sehingga peneliti yang merupakan konselor meminta subyek untuk mengikutinya. Kemudian proses konseling pada tahap atau pertemuan keempat ini diakhiri dengan peneliti yang merupakan konselor mengucapkan terimakasih terhadap subyek karena sudah bersedia berpartisipasi dalam kegiatan konseling ini dan peneliti juga mengucapkan salam penutup.

e) Tahap kelima (*self-help*)

Hari/Tanggal : Senin, 25 April 2022

Tempat : Rumah Peneliti Yang Merupakan Konselor

Setelah subyek mengikuti proses konseling pada tahap keempat atau pertemuan keempat yaitu mengenai *self-talk*. Maka pada pertemuan kelima atau terakhir ini telah memasuki proses konseling tahap kelima yaitu subyek diajarkan melakukan *self-help* atau bisa disebut juga dengan tahap pencegahan kekambuhan. Peneliti yang merupakan konselor memulai tahap kelima dengan mengucapkan salam dan peneliti juga bertanya mengenai keadaan subyek. Kemudian peneliti yang merupakan konselor mengadakan kesepakatan dengan subyek mengenai batas waktu pelaksanaan kegiatan konseling pada tahap kelima ini, dan ditahap kelima ini batas waktu yang telah disepakati antara peneliti yang merupakan konselor dan subyek yaitu dilaksanakan selama kurang lebih 10-20 menit.

Sebelum masuk pada tahap atau pertemuan kelima atau terakhir ini peneliti yang merupakan konselor menanyakan terhadap subyek mengenai pertemuan sebelumnya yaitu mengenai *self-talk*, apakah yang didapat subyek setelah diadakannya proses konseling pada tahap atau pertemuan keempat sebelumnya. Kemudian subyek NF menjawab bahwa dengan diadakannya proses konseling pada tahap atau

pertemuan keempat tersebut, subyek mampu tampil percaya diri dengan perilaku baru yang lebih positif yang dimiliki oleh subyek NF dikalangan masyarakat dan bersikap bodoh amat dengan perkataan buruk masyarakat mengenai dirinya dan subyek mampu berpikir secara baik dan tidak mudah emosi atas perkataan dari masyarakat tersebut.

Setelah peneliti yang merupakan konselor mengevaluasi pada pertemuan sebelumnya atau pertemuan keempat yaitu mengenai *self-talk* yang telah diikuti oleh subyek NF. Selanjutnya peneliti yang merupakan konselor memberitahu subyek NF bahwa pada pertemuan kelima ini sudah memasuki proses konseling pada tahap kelima yaitu mengenai *self-help*. Pada tahap ini peneliti yang merupakan konselor mengajarkan subyek NF untuk melakukan pencegahan kekambuhan perilaku negative dengan metode atau cara *self-help* tersebut. Sebelum

peneliti yang merupakan konselor meminta subyek NF untuk melakukan pencegahan kekambuhan perilaku negative dengan metode atau cara *self-help*, peneliti yang juga sebagai konselor menjelaskan terlebih dahulu mengenai metode *self-help* tersebut terhadap subyek atau konseli dengan tujuan subyek atau konseli dapat memahami dan mengerjakan lembar kerja *self-help* dengan mudah. Setelah peneliti yang merupakan konselor menjelaskan terhadap subyek, selanjutnya peneliti

memberikan lembar *self-help* terhadap subyek NF untuk dikerjakan oleh subyek NF.

Setelah subyek NF mengerjakan lembar *self-help* yang diberi oleh peneliti yang merupakan konselor, kemudian peneliti yang merupakan konselor bertanya terhadap subyek mengenai kondisi subyek setelah mengikuti kegiatan konseling mulai dari tahap awal sampai pada tahap atau pertemuan kelima ini yang merupakan pertemuan terakhir dari proses konseling dalam penelitian ini. Kemudian subyek NF mengatakan bahwa subyek saat ini lebih memandang dirinya menjadi lebih baik dan subyek merasa bangga terhadap perubahannya saat ini. Subyek merasa ada perubahan dalam dirinya yaitu menjadi lebih baik lagi dan setiap harinya mampu melakukan hal yang positif. Perubahan yang telah capai yaitu mengubah cara dalam berperilaku dan berpikir dalam hal yang

lebih baik lagi. adapun cara subyek NF dalam mempertahankan perubahannya saat ini yaitu dengan melakukan hal-hal yang lebih positif, berperilaku lebih baik, berpikir lebih baik contohnya istiqomah dalam mengikuti majelis *dzikir* di musholla Al-Ma'unah.

Melihat waktu sudah menunjukkan 20 menit selama proses konseling pada tahap atau pertemuan kelima yang merupakan tahap terakhir dari proses konseling pada penelitian

ini berlangsung, sehingga proses konseling ditahap kelima ini mencapai batas waktu yang telah disepakati sebelumnya dan sebelumnya peneliti memberitahu terhadap subyek bahwa pada pertemuan kelima ini adalah pertemuan penutup dari kegiatan konseling. Kemudian proses konseling pertemuan kelima ini diakhiri dengan peneliti yang merupakan konselor mengucapkan terimakasih terhadap subyek karena sudah bersedia berpartisipasi dalam kegiatan konseling mulai dari awal sampai akhiri dan peneliti juga mengucapkan salam penutup.

## **2. Hasil Pelaksanaan Konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) Dengan Pendekatan *Dzikir***

Hasil pelaksanaan konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dengan pendekatan *dzikir* pada kedua remaja yang mengalami atau memiliki perilaku kenakalan remaja, dengan demikian peneliti paparkan hasil dari proses pelaksanaan konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dengan pendekatan *dzikir*. Yang peneliti rasa cukup membuat perubahan pada perilaku subyek. Dibawah ini merupakan hasil dari terlaksananya proses konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dengan pendekatan *dzikir* kepada dua subyek atau konseli.

### **a. Subyek atau konseli MQ**

Berdasarkan hasil dari proses konseling pada tahap kelima dan berdasarkan hasil dari observasi yang telah dilakukan oleh peneliti

yang juga sebagai konselor bisa diketahui bahwa hasil dari terlaksananya proses konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dengan pendekatan *dzikir* terkait perubahan perilaku yang telah ditunjukkan oleh subyek atau konseli MQ yaitu subyek atau konseli MQ perlahan-lahan telah menjalankan atau mengamalkan perilaku barunya yang lebih baik dan positif. Adapun perilaku baru yang telah dijalankan oleh subyek atau konseli MQ yaitu sudah tidak lagi melakukan perjudian dengan cara membeli nomer togel, tidak lagi membantah atau menentang perkataan atau nasihat dari orangtua, tidak sering berbohong lagi terhadap orangtua, dan tidak marah-marah dinasehatin oleh orangtua. Dan konseli MQ istiqomah mengikuti majelis *dzikir* di Musholla Al-Ma'unah yang diadakan setiap hari Kamis malam Jum'at yang biasanya jarang diikuti oleh subyek atau konseli dan istiqomah dalam melaksanakan sholat lima waktu.

Konseli MQ juga mengatakan bahwa dirinya sudah tidak lagi bermain atau bergaul dengan teman-temannya yang suka mengajak subyek atau konseli MQ untuk melakukan perjudian dengan cara membeli nomer togel. Dan subyek atau konseli MQ juga mengatakan bahwa dirinya sudah tidak sering melakukan pembolosan lagi, subyek atau konseli MQ juga mampu mengevaluasi perubahan perilaku yang telah dimilikinya dan mampu membangkitkan potensi yang dimiliki oleh subyek atau konseli untuk mencegah timbulnya perilaku negatif dalam menghadapi masalah yang dialaminya. Kemudian subyek atau

konseli mengatakan bahwa dirinya sekarang sudah berkomitmen untuk terus melakukan hal-hal yang lebih baik lagi atau lebih positif untuk kedepannya, dan menjauhi perilaku yang buruk atau negative. Dibawah ini merupakan hasil dari perilaku yang ditunjukkan oleh subyek atau konseli MQ setelah mengikuti kegiatan konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dengan pendekatan *dzikir*.

**Tabel 4.10**  
**Perilaku Konseli Setelah Dilakukannya Proses Konseling**

No.	Perilaku yang tampak setelah proses konseling	Sangat Nampak	Sedikit Nampak	Tidak Nampak
1.	Membantah perkataan atau nasihat orangtua		V	
2.	Marah-marah ketika dinasehatin orangtua		V	
3.	Berbohong terhadap orangtua		V	
4.	Minum-minuman yang beralkohol atau minuman keras			V
5.	Melakukan perjudian dengan membeli nomer togel			V
6.	Merokok			V
7.	Bolos sekolah			V

Subyek atau konseli MQ juga mengatakan bahwa dirinya sudah mampu dalam merumuskan pokok-pokok permasalahan yang dialami oleh subyek atau konseli, subyek atau konseli juga mengatakan bahwa dirinya sudah mampu mengontrol atau mengelola emosi dirinya sendiri. Dan subyek atau konseli MQ juga mengatakan terhadap peneliti yang juga sebagai konselor bahwa dirinya sudah mampu berkomitmen dalam menjalankan perubahan perilaku barunya yang

lebih positif. Adapun hasil dari observasi setelah dilakukannya proses konseling adalah sebagai berikut.

**Tabel 4.11**  
**Hasil Observasi Setelah Pelaksanaan Proses Konseling**

No.	Indicator	C	K	SB	B
1.	Mampu merumuskan pokok-pokok permasalahan				V
2.	Mampu mengelola emosi diri sendiri			V	
3.	Mampu berkomitmen atas perilaku barunya				V

b. Subyek atau konseli NF

Berdasarkan hasil dari proses konseling pada tahap kelima dan berdasarkan dari hasil pengamatan yang telah dilaksanakan oleh peneliti yang juga sebagai konselor, bisa diketahui bahwa hasil dari pelaksanaan proses konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dengan pendekatan *dzikir* terkait perubahan perilaku yang telah ditunjukkan oleh subyek atau konseli NF yaitu subyek atau konseli

NF perlahan sudah menjalankan atau mengamalkan perilaku barunya yang lebih baik dan positif dalam sehari-harinya. Adapun perubahan perilaku yang telah diamalkan oleh subyek atau konseli NF yaitu sudah tidak lagi melakukan taruhan dengan cara sabung ayam, tidak lagi marah-marah atau membantah perkataan atau nasihat orangtua, dan subyek atau konseli NF juga mengatakan bahwa ketika dirinya pulang dari sekolah dirinya langsung pulang kerumah orangtuanya sehingga orangtuanya tidak khawatir

mencarinya. Subyek atau konseli juga mengatakan terhadap peneliti yang juga sebagai konselor bahwa dirinya sekarang sudah tidak sering merokok lagi, dan ketika subyek atau konseli NF memiliki keinginan untuk merokok subyek atau konseli menggantinya dengan membeli permen dan snack untuk dibuat cemilan pengganti rokok. Adapun perilaku yang ditunjukkan oleh subyek atau konseli NF setelah dilakukannya proses konseling yaitu sebagai berikut.

**Tabel 4.12**  
**Perilaku Konseli Setelah Dilakukannya Proses Konseling**

No.	Perilaku yang tampak setelah proses konseling	Sangat Nampak	Sedikit Nampak	Tidak Nampak
1.	Membantah perkataan atau nasihat orangtua		V	
2.	Marah-marah ketika dinasehatin orangtua		V	
3.	Berbohong terhadap orangtua			V
4.	Bolos sekolah			V
5.	Taruhan dengan cara sabung ayam			V
6.	Merokok			V

Subyek atau konseli NF juga mengatakan bahwa dirinya sudah mampu dalam merumuskan pokok-pokok permasalahan yang dialami oleh subyek atau konseli, subyek atau konseli juga mengatakan bahwa dirinya sudah mampu mengontrol atau mengelola emosi dirinya sendiri. Dan subyek atau konseli NF juga mengatakan terhadap peneliti yang juga sebagai konselor bahwa dirinya sudah mampu berkomitmen dalam menjalankan perubahan

perilaku barunya yang lebih positif. Adapun hasil dari observasi setelah dilakukannya proses konseling adalah sebagai berikut.

**Tabel 4.13**  
**Hasil Observasi Setelah Pelaksanaan Proses Konseling**

No.	Indicator	C	K	SB	B
1.	Mampu merumuskan pokok-pokok permasalahan				V
2.	Mampu mengelola emosi diri sendiri				V
3.	Mampu berkomitmen atas perilaku barunya				V

### C. Pembahasan Temuan

Pada bagian pembahasan temuan ini merupakan gagasan peneliti, keterkaitan antara kategori-kategori dan dimensi-dimensi, posisi temuan dengan temuan-temuan sebelumnya, serta penafsiran dan penjelasan dari temuan yang diungkap dari lapangan.<sup>55</sup>

Berdasarkan hasil dari penyajian data dan analisis data yang berada pada sub bab sebelumnya diperoleh:

1. Pelaksanaan konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dengan pendekatan *dzikir* dilakukan sebanyak lima kali pertemuan. Pada pertemuan pertama yaitu tahap *asesmen* dan diagnosa awal. Pada pertemuan kedua yaitu tahap mencari emosi negative, pikiran otomatis dan keyakinan utama. Pada pertemuan ketiga yaitu tahap menyusun intervensi dengan memberikan konsekuensi positif dan negative. Pada pertemuan keempat yaitu tahap *self-talk* (memberikan *feedback* atas perkembangan

<sup>55</sup>Tim Penyusun, *Pedoman Karya Tulis Ilmiah Institut Agama Islam Negeri Jember*, (Jember:IAIN JEMBER, 2020) 94.

yang telah terjadi pada subyek atau konseli). Dan pada pertemuan kelima yaitu tahap *self-help* (subyek atau konseli diminta untuk melakukan pencegahan kekambuhan).

2. Hasil pelaksanaan konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dengan pendekatan *dzikir*, kedua subyek atau konseli sudah mampu dalam merumuskan pokok-pokok permasalahan yang dialami oleh subyek atau konseli. Kedua subyek atau konseli sudah mampu mengelola ataupun mengontrol emosi yang ada dalam diri subyek atau konseli. Kedua subyek atau konseli telah mampu untuk berkomitmen dalam menjalankan atau mengamalkan perilaku barunya yang lebih positif. Dan kedua subyek atau konseli juga telah mampu menjalankan perilaku barunya meskipun secara sedikit-sedikit atau perlahan. Hal tersebut dibuktikan pada saat peneliti melakukan observasi selama dua minggu terkait perilaku baru yang lebih positif atau lebih baik dari subyek atau konseli, dan hal tersebut peneliti lakukan setelah proses konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dengan pendekatan *dzikir* dilaksanakan. Sehingga dengan demikian proses konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dengan pendekatan *dzikir* dapat dikatakan berhasil, meskipun subyek atau konseli melakukannya secara perlahan dan bertahap.

Menurut teori Aaron T. Beck (1964) *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) merupakan pendekatan konseling yang dirancang untuk menyelesaikan permasalahan yang dialami oleh konseli pada saat ini dengan metode atau cara melakukan restrukturisasi kognitif dan perilaku yang menyimpang.

Pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) didasarkan pada formulasi kognitif, keyakinan dan strategi perilaku yang mengganggu. Adapun proses konseling pada pendekatan CBT ini yaitu didasarkan pada konseptualisasi atau pemahaman konseli atau keyakinan khusus dan pola perilaku konseli. Dan harapan dari pendekatan CBT ini yaitu munculnya restrukturisasi kognitif yang menyimpang dan system kepercayaan untuk membawa perubahan emosi dan perilaku ke arah yang lebih baik lagi.<sup>56</sup> *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) pada dasarnya meyakini bahwa pola pemikiran manusia terbentuk melalui proses rangkaian stimulus-kognitif-respon yang bisa disingkat dengan SKR, yang dimana ketiga hal tersebut saling berkaitan dan membentuk semacam jaringan SKR dalam otak manusia dimana proses kognitif akan menjadi factor penentu dalam menjelaskan bagaimana manusia berfikir, merasa dan bertindak. Sementara dengan adanya keyakinan bahwa manusia itu memiliki potensi untuk menyerap pemikiran yang rasional maupun irasional, yang dimana pemikiran irasional tersebut dapat menimbulkan gangguan emosi dan tingkah laku pada manusia, maka dengan demikian terapi *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) lebih mengarahkan kepada modifikasi fungsi berpikir, merasa dan bertindak, dengan menekankan peran otak dalam menganalisa, memutuskan, bertanya, berbuat, serta memutuskan kembali. Dengan mengubah status pikiran dan perasaan klien, maka klien diharapkan

---

<sup>56</sup>Ns. Alfeus Manuntung, S. kep, M. Kep, *Terapi Perilaku Kognitif Pada Pasien Hipertensi*, (t.tp, WINEKA MEDIA, 2019), 68.

dapat mengubah tingkah lakunya dari negative menjadi tingkah laku yang lebih positif.<sup>57</sup>

Apabila seorang individu mengalami kegagalan dalam identitasnya, maka dengan demikian dapat menyebabkan individu tersebut mengalami kenakalan remaja. Individu melakukan hal tersebut merupakan sebagai wujud pemenuhan dalam kebutuhan dan keinginannya yaitu dengan melakukan perilaku kenakalan remaja. Masa remaja merupakan masa transisi dari masa anak-anak menuju masa dewasa, pada masa ini individu mengalami berbagai perubahan baik perubahan fisik, psikis, serta perubahan hormone. Perubahan yang terjadi pada remaja tidak hanya dalam diri remaja sendiri, akan tetapi terjadi pula perubahan dalam lingkungan seperti sikap orang tua ataupun anggota keluarga yang lainnya. Masa remaja juga bisa dikatakan sebagai masa yang kritis disebabkan dalam masa remaja banyak dihadapkan dengan apakah individu tersebut mampu dalam menyelesaikan dan menghadapi masalah yang dihadapinya.

Perubahan perilaku yang dialami oleh remaja dapat diatasi dengan dilakukannya konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dengan pendekatan *dzikir*. Yang dimana tujuan dari konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) yaitu mengajak klien atau konseli untuk menentang pikiran dan emosi yang tidak benar dengan menampilkan bukti-bukti yang bertentangan dengan keyakinan klien atau konseli mengenai masalah yang dihadapinya. Adapun tahap-tahap dalam konseling *Cognitive Behavior*

---

<sup>57</sup>Shidiq Ikhsanudin, *Penerapan Cognitive Behavior Therapy (CBT) Bagi Pecandu Narkoba Di Institusi Penerima Wajib Lapir (IPWL) Yayasan Mitra Alam Surakarta*, (Surakarta, IAIN Surakarta, 2020), 9

*Therapy* (CBT) terdiri dari lima tahap yaitu *asesmen* dan diagnosa awal, mencari emosi negative pikiran otomatis dan keyakinan utama, menyusun intervensi dengan memberikan konsekuensi positif dan negative, *self-talk*, dan *self-help*. Dimana pada konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) ini terdapat lima kali pertemuan, yang dimana pada pertemuan yang pertama diawali dengan tahap *asesmen* dan diagnose awal pada tahap pertama ini memfokuskan kepada melakukan analisis pada masalah yang dihadapi oleh klien atau konseli berkenaan dengan evaluasi negative terhadap fisik klien atau konseli yang diperoleh dari factor internal dan factor eksternal. Selanjutnya masuk pada pertemuan atau tahap kedua yaitu mengenai mencari emosi negative pikiran otomatis dan keyakinan utama, yang dimana pada tahap kedua ini konselor melakukan *feedback* pada pertemuan pertama yaitu *asesmen* dan diagnose awal. Selanjutnya konselor mengadakan pertemuan atau tahap ketiga yaitu mengenai menyusun intervensi dengan memberikan konsekuensi positif dan negative, yang dimana pada tahap atau pertemuan ketiga konselor menggunakan pendekatan *dzikir* untuk memperoleh perilaku yang lebih baik dari klien atau konseli.

Pada pertemuan selanjutnya yaitu tahap atau pertemuan keempat klien atau konseli masuk pada tahap *self-talk*, yang dimana tahap ini dilakukan bertujuan agar klien atau konseli melakukan perubahan perilaku adaptif yang dipengaruhi oleh pemikiran yang positif, dan pada tahap ini juga dilakukan untuk memberikan *feedback* atas perkembangan yang telah terjadi pada klien atau konseli serta mengingatkan focus terapi dan melakukan evaluasi terhadap

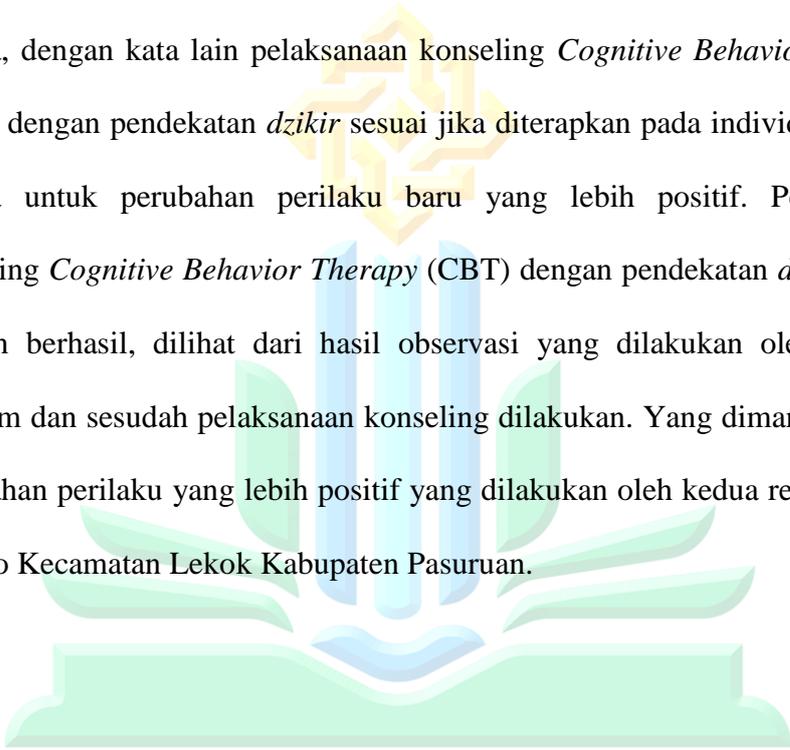
pelaksanaan intervensi tingkah laku. Selanjutnya pada pertemuan atau tahap kelima yang merupakan tahap atau pertemuan terakhir yaitu mengenai *self-help*, yang dimana pada tahap atau pertemuan ini bertujuan untuk memperoleh komitmen klien atau konseli untuk secara aktif membentuk pikiran, perasaan, serta perbuatan positif dalam setiap masalah yang dihadapinya. Pada tahap ini juga klien atau konseli melakukan evaluasi perubahan yang diperoleh selama kegiatan konseling berlangsung dan membangkitkan potensi yang dimiliki oleh klien atau konseli untuk mencegah timbulnya pikiran negative dalam menghadapi masalah, tahap ini juga disebut sebagai tahap pencegahan kekambuhan.<sup>58</sup>

Hasil dari penelitian ini dapat mendukung pernyataan dari beberapa ahli, sehingga dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dengan pendekatan *dzikir* dalam penanganan kenakalan remaja berhasil dilakukan dan sesuai dengan tujuan dari konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) yaitu mengajak klien atau konseli untuk menentang pikiran dan emosi yang tidak benar dengan menampilkan bukti-bukti yang bertentangan dengan keyakinan klien atau konseli mengenai masalah yang dihadapinya. Serta sesuai dengan faidah dalam berdzikir yaitu *dzikir* merupakan perangkat yang membuat kalbu manusia menjadi bersih dari karat berupa lalai mengikuti hawa nafsu, menjadi lampu penerang bagi pikiran yang memberi petunjuk dalam kegelapan.

---

<sup>58</sup> Riananda Regita cahyani, *Efektifitas Cognitive Behavior Therapy Untuk Menurunkan Tingkat Body Shame*, (Skripsi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2018), 160.

Berdasarkan hal tersebut diatas, selaras dengan penelitian yang telah dilakukan atau dilaksanakan oleh peneliti bahwa pelaksanaan konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dengan pendekatan *dzikir* dapat dikatakan berhasil. Yang dimana pada penerapan konseling tersebut dilakukan pada remaja yang memiliki perilaku nakal atau bisa disebut juga dengan kenakalan remaja, dengan kata lain pelaksanaan konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dengan pendekatan *dzikir* sesuai jika diterapkan pada individu ataupun remaja untuk perubahan perilaku baru yang lebih positif. Pelaksanaan konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dengan pendekatan *dzikir* dapat dikatakan berhasil, dilihat dari hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti sebelum dan sesudah pelaksanaan konseling dilakukan. Yang dimana terdapat perubahan perilaku yang lebih positif yang dilakukan oleh kedua remaja Desa Jatirejo Kecamatan Lekok Kabupaten Pasuruan.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian bimbingan konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dengan pendekatan *dzikir* dengan judul Bimbingan dan Konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) Dengan Pendekatan *Dzikir* Dalam Penanganan Kenakalan Remaja (Studi Kasus Beberapa Remaja Di Desa Jatirejo Kecamatan Lekok Kabupaten Pasuruan), maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Pelaksanaan konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dengan pendekatan *dzikir* dilakukan sebanyak lima kali pertemuan. Pada pertemuan pertama yaitu tahap *asesmen* dan diagnosa awal. Pada pertemuan kedua yaitu tahap mencari emosi negative, pikiran otomatis dan keyakinan utama. Pada pertemuan ketiga yaitu tahap menyusun intervensi dengan memberikan konsekuensi positif dan negative. Pada pertemuan keempat yaitu tahap *self-talk* (memberikan *feedback* atas perkembangan yang telah terjadi pada subyek atau konseli). Dan pada pertemuan kelima yaitu tahap *self-help* (subyek atau konseli diminta untuk melakukan pencegahan kekambuhan).
2. Berdasarkan hasil pelaksanaan konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dengan pendekatan *dzikir*, kedua subyek atau konseli sudah mampu dalam merumuskan pokok-pokok permasalahan yang dialami oleh subyek atau konseli. Kedua subyek atau konseli sudah mampu mengelola ataupun

mengontrol emosi yang ada dalam diri subyek atau konseli. Kedua subyek atau konseli telah mampu untuk berkomitmen dalam menjalankan atau mengamalkan perilaku barunya yang lebih positif. Dan kedua subyek atau konseli juga telah mampu menjalankan perilaku barunya meskipun secara sedikit-sedikit atau perlahan. Hal tersebut dibuktikan pada saat peneliti melakukan observasi selama dua minggu terkait perilaku baru yang lebih positif atau lebih baik dari subyek atau konseli, dan hal tersebut peneliti lakukan setelah proses konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dengan pendekatan *dzikir* dilaksanakan. Sehingga dengan demikian proses konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dengan pendekatan *dzikir* dapat dikatakan berhasil, meskipun subyek atau konseli melakukannya secara perlahan dan bertahap.

## **B. Saran**

### **1. Kepada Desa Jatirejo Kecamatan Lekok**

Peneliti berharap setelah dilaksanakannya konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dengan pendekatan *dzikir* ini, kedua subyek dapat dan mampu berkonsisten dalam menjalankan perilaku barunya yang lebih positif agar dianggap atau dipandang baik oleh masyarakat sekitar misalnya dengan cara mengikuti kegiatan-kegiatan yang religius, seperti istiqomah dalam mengikuti majelis *dzikir* di musholla al-ma'unah yang ada di Desa tempat tinggal subyek yang dimana telah diikuti oleh subyek. Peneliti berharap subyek mampu menjalin silaturahmi yang baik dengan tetangga disekitar subyek, maupun keluarga subyek, serta peneliti berharap

kedua subyek mampu menaati dan patuh kepada orangtua. Dan peneliti berharap kedua subyek menjauhi orang-orang yang sering mengajak kepada hal yang tidak baik.

2. Kepada orangtua subyek

Peneliti berharap bagi orangtua subyek agar lebih memperhatikan pergaulan subyek, dengan cara melihat dengan siapa subyek bermain atau bergaul. Dan kalau dirasa subyek berada dalam lingkungan pergaulan yang tidak baik, diharapkan orangtua untuk menasihati dengan cara baik-baik kepada subyek bahwa pergaulannya tersebut tidak baik. Sehingga subyek tidak terlalu jauh dalam memasuki pergaulan yang tidak baik tersebut.

3. Kepada peneliti selanjutnya

Peneliti disini sangat menyadari bahwa dalam penelitian ini masih terdapat banyak kekurangan dan sangat jauh dari kata sempurna. Sehingga dengan demikian peneliti menyarankan untuk melakukan penelitian selanjutnya agar dapat menyempurnakan hasil dari penelitian ini.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

## DAFTAR PUSTAKA

- AD Yahya dan Egalia. 2017. *Pengaruh Konseling Cognitive Behavior Therapy (CBT) dengan Teknik Self Control Untuk Menangani Perilaku Agresif Peserta Didik Kelas VIII Di SMPN 9 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2016/2017*. Bandar Lampung: UIN Suka Bandar Lampung.
- Agus, Suryanto, Totok dan Fuadi. 2020. *Memahami Bimbingan dan Konseling Belajar Teori dan Aplikasi Dasar-Dasar Bimbingan Serta Konseling Belajar*. Indramayu: CV. Adanu Abimata Anggota IKAPI.
- Aini, Qurrotul. 2018. *Hubungan Kontrol Diri dan Konformitas dengan Kenakalan Remaja Pada Siswa MTS Sunan Syarif Hidayatullah Kejayan Pasuruan*. Malang: UIN Maulana Malik Ibrahim.
- Aizid, Rizem. 2020. *Dahsyatnya Kekuatan Pikiran Bawah Sadar*. Bandung: LAKSANA.
- Alfuni'mah, Atana. 2019. *Terapi Dzikir Sholawat Nariyah Untuk Menurunkan Kenakalan Siswa (Studi Kasus di MA Madarijul Huda Kembang Dukuhseti Kabupaten Pati)*. Semarang: Skripsi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Semarang.
- Altahira, Sutrisna, dkk. 2022. *Aplikasi Terapi Komplementer Di Kebidanan*. Bandung: CV MEDIA SAINS INDONESIA.
- Aushafi, Faisal. 2017. *Pengaruh Dzikir Ketenangan Jiwa Pedagang Pasar Johar Pasca Kebakaran*. Semarang: Skripsi UIN Walisongo Semarang.
- Candra, Vivi. 2021, *Pengantar Metodologi Penelitian*. Surabaya: Yayasan Kita Menulis.
- Chomaria, Nurul. 2008. *Aku Sudah Gede*. Sukoharjo Jateng: Samudera.
- Edi Sarwo, Rosi Fandi. 2020. *Teori Wawancara Psikodignostik*. Yogyakarta: Leutikaprio.
- Fitri, Pramulia, Rahmi S dan Oktaviani, Yoneta. 2019. *Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Kenakalan Remaja Pada Siswa-Siswi MAN 2 Model Kota Pekan Baru Tahun 2018*. Pekan Baru: Journal Of Midwifery Science.
- Fitriyah, Muh dan Luthfiyah. 2018. *Metodologi Penelitian: Penelitian Kualitatif, Tindakan Kelas & Studi Kasus*. Jawa Barat: CV Jejak (Jejak Publisher).
- Gainau, B Maryam. 2015. *Perkembangan Remaja dan Problematikanya*. Yogyakarta: PT.Kanisius.

- Hakim, Lukman. 2012. *Terapi Qur'ani Untuk Kesembuhan Dan Rizki Tak Terduga*. Jakarta: Link Conselting.
- Hermawan, Sigit dan Aminullah. 2021. *Metode Penelitian Bisnis: Pendekatan Kuantitatif & Kualitatif*. Kalimantan Selatan: Media Nusa Creative (MNC Publishing).
- Ikhasanudin, Shidiq. 2020. *Penerapan Cognitive Behavior Therapy (CBT) Bagi Pecandu Narkoba Di Institusi Penerima Wajib Laport (IPWL) Yayasan Mitra Alam Surakarta*. Surakarta: IAIN Surakarta.
- Ikhwan, M, dkk. 2019. *Islam Universila, issue sept 2019*. Malang: Cyber Media Publishing.
- Iskandar. 2018. *Perilaku Kenakalan Remaja di Desa Tubo Tengah Kecamatan Tubo Sendana Kabupaten Majene*. Pare-pare: Skripsi Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah.
- Junaidi, Luqman. 2007. *The Power Of Wirid: Rahasia dan Khasiat Zikir Setelah Sholat Untuk Kedamaian Jiwa dan Kebugaran Raga*. Yogyakarta: Himah.
- Kurniati, Renni. 2019. *Efektivitas Pendekatan Cognitive Behavior Therapy dengan Teknik Self-Management untuk Mengurangi Penanganan Smartphone Secara Berlebihan Pada Peserta Didik Kelas VIII SMP 4 Bandar Lampung*. Bandar Lampung: Skripsi Fakultas Tarbiah dan Keguruan UIN Raden Intan.
- Manuntung, Afeus Ns. 2019. *Terapi Perilaku Kognitif Pada Pasien Hipertensi*. Jakarta: Wineka Media.
- Mawarti, Herin, dkk. 2021. *Pengantar Riset Keperawatan*. Bandung: Yayasan Kita Menulis.
- Nazir, Moh. 2021. *Kecamatan Lekok Dalam Angka*. Badan Pusat Statistik Kabupaten Pasuruan
- Nurfalah, Tiara, dkk. 2016. *Kesehatan Mental Memahami Jiwa Dalam Perspektif Psikologi Islam*. Palembang: Noerfikri.
- Pujangga, Gobang, Dhimas. 2015. *Tujuan Hidup Remaja Pelaku Kenakalan*. Malang: Skripsi Universitas Muhammadiyah.
- Ramadhan, Fajar. 2021. *Efektivitas Bimbingan Konseling Dalam Meminimalisir Kenakalan Remaja Di SMP Negeri 9 Palopo*. Palopo: Skripsi IAIN PALOPO.

- Regita, Cahyani, Riananda. 2018. *Efektivitas Cognitive Behavior Therapy untuk Menurunkan Tingkat Body Shame*. Malang: Skripsi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Sudarmanto, Eko, dkk. 2021. *Desain Penelitian Bisnis: Pendekatan Kuantitatif*. Bandung: Yayasan Kita Menulis.
- Sugiono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suwendra, Wayan. 2018. *Metode Penelitian Kualitatif dalam Ilmu Sosial, Pendidikan, Kebudayaan dan Keagamaan*. Jawa Barat: Nilacakra.
- Tim Penyusun. 2018. *Pedoman Karya Ilmiah*. Jember: IAIN Jember Press.
- Umar, Nasiruddin. 2021. *Teologi Korupsi*. Surabaya: Elex Media Komput Indo.
- Wijaya, Hangka dan Umrati. 2021. *Analisis Data Kualitatif Teori Konsep dalam Penelitian Pendidikan*. Jawa Timur: Sekolah Tinggi Theologia Jaffray.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

## PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertandatangan dibawah ini.

Nama : Nurul Ulya

Nim : D20183005

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Fakultas : Dakwah

Institusi : UIN K.H Achmad Siddiq Jember

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul “Bimbingan Dan Konseling Cognitive Behavioral Therapy (Cbt) Dengan Pendekatan Dzikir Dalam Penanganan Kenakalan Remaja (Studi Kasus Beberapa Remaja Di Desa Jatirejo Kecamatan Lekok Kabupaten Pasuruan)” adalah karya saya sendiri. Kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam unsure kutipan dan daftar pustaka.

Apabila dikemudian hari ternyata hasil penelitian ini terbukti terdapat unsure-unsur penjiplakan dan klaim dari pihak lain, maka saya bersedia untuk diproses sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

UNIVERSITAS IS  
KIAI HAJI ACHM  
J E M E

Jember, 29 April 2022-07-28

Saya yang menyatakan

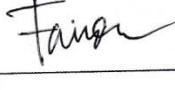
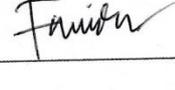
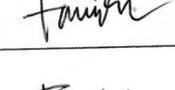
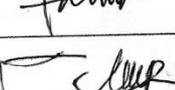
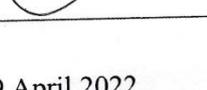


Nurul Ulya

D20183005

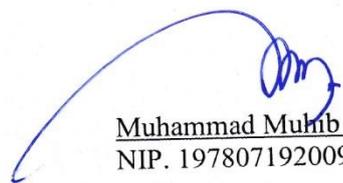
### Matrik Penelitian

Judul Penelitian	Fokus Permasalahan	Varibel	Sub Variabel	Indikator	Sumber Data	Metode Penelitian
Bimbingan Dan Konseling Cognitive Behavioral Therapy (CBT) Dengan Pendekatan Dzikir Dalam Penanganan Kenakalan Remaja Di Desa Jatirejo Kecamatan Lekok Kabupaten Pasuruan.	<p>1. Bagaimana proses Bimbingan dan Konseling Cognitive Behavior Therapy (CBT) dengan Pendekatan Dzikir dalam Menanganan Kenakalan Remaja di Desa Jatirejo Kecamatan Lekok Kabupaten Pasuruan.</p> <p>2. Bagaimana Hasil dari Proses Bimbingan dan Konseling Cognitive Behavior Therapy (CBT) dengan Pendekatan dalam Menangani Kenakalan Remaja di Desa Jatirejo Kecamatan Lekok Kabupaten Pasuruan.</p>	<p>1. Cognitive Behavioral Therapy (CBT)</p> <p>2. Pendekatan Dzikir</p> <p>3. Kenakalan Remaja</p>	<p>1. Menurut Aaron T. Beck</p> <p>a. Pikiran</p> <p>b. Emosi</p> <p>2. Pendekatan Dzikir:</p> <p>a. Tasbih</p> <p>b. Tahmid</p> <p>Kenakalan Remaja:</p> <p>- Kenakalan Secara Sosial yang tidak menimbulkan korban</p>	<p>1. Mampu merumuskan pokok-pokok permasalahan.</p> <p>2. Mampu mengelola emosi diri sendiri.</p> <p>1. Mampu membuat hati menjadi gembira, senang, dan tentram.</p> <p>2. Mampu menentramkan Jiwa</p> <p>1. Minum-minuman yang beralkohol</p> <p>2. Berjudi</p> <p>3. Taruhan dengan cara sabung ayam.</p>	<p>1. Subyek Penelitian: Beberapa remaja di Desa Jatirejo Kecamatan Lekok Kabupaten Pasuruan.</p> <p>2. Informan Penelitian: Kepala Desa di Desa Jatirejo Kecamatan Lekok Kabupaten Pasuruan.</p> <p>3. Kepustakaan</p>	<p>1. Jenis Penelitian: Kualitatif</p> <p>2. Metode Pengumpulan Data:</p> <p>a. Observasi</p> <p>b. Wawancara</p> <p>c. Dokumentasi</p>

17.	Kamis, 21 April 2022	Pelaksanaan konseling CBT dengan pendekatan dzikir tahap 4 pada subyek penelitian 1	
18.	Selasa, 25 April 2022	Pelaksanaan konseling CBT dengan pendekatan dzikir tahap 5 pada subyek penelitian 1	
19.	Selasa, 12 April 2022	Pelaksanaan konseling CBT dengan pendekatan dzikir tahap 1 pada subyek penelitian 2	
20.	Jum'at, 15 April 2022	Pelaksanaan konseling CBT dengan pendekatan dzikir tahap 2 pada subyek penelitian 2	
21.	Senin, 18 April 2022	Pelaksanaan konseling CBT dengan pendekatan dzikir tahap 3 pada subyek penelitian 2	
22.	Kamis, 21 April 2022	Pelaksanaan konseling CBT dengan pendekatan dzikir tahap 4 pada subyek penelitian 2	
23.	Selasa, 25 April 2022	Pelaksanaan konseling CBT dengan pendekatan dzikir tahap 5 pada subyek penelitian 2	
24.	Senin, 06 Juni 2022	Menyerahkan surat izin penelitian	

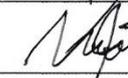
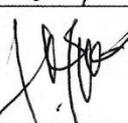
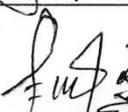
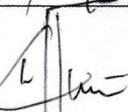
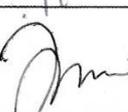
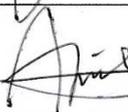
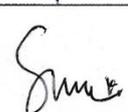
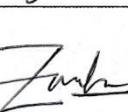
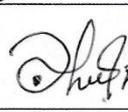
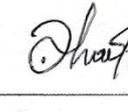
Jember, 29 April 2022

Pembimbing,



Muhammad Muhib Alwi, M.A  
NIP. 1978071920091210052

### Jurnal Kegiatan Penelitian

No.	Hari/Tanggal	Uraian Kegiatan	Paraf
1.	Senin, 14 Maret 2022	Observasi kenakalan remaja	
2.	Selasa, 15 Maret 2022	Observasi kenakalan remaja	
3.	Rabu, 16 Maret 2022	Observasi kenakalan remaja	
4.	Kamis, 17 Maret 2022	Observasi kenakalan remaja	
5.	Jum'at, 18 Maret 2022	Observasi kenakalan remaja	
6.	Sabtu, 19 Maret 2022	Observasi kenakalan remaja	
7.	Minggu, 20 Maret 2022	Wawancara kepada orangtua subyek penelitian 1	
8.	Senin, 28 Maret 2022	Wawancara kepada tetangga subyek penelitian 1	
9.	Selasa, 05 April 2022	Wawancara kepada teman subyek penelitian 1	
10.	Jum'at, 08 April 2022	Wawancara kepada tokoh masyarakat	
11.	Minggu, 10 April 2022	Wawancara kepada orangtua subyek penelitian 2	
12.	Selasa, 12 April 2022	Wawancara kepada tetangga subyek penelitian 2	
13.	Selasa, 12 April 2022	Wawancara kepada teman subyek penelitian 2	
14.	Selasa, 12 April 2022	Pelaksanaan konseling CBT dengan pendekatan dzikir tahap 1 pada subyek penelitian 1	
15.	Jum'at, 15 April 2022	Pelaksanaan konseling CBT dengan pendekatan dzikir tahap 2 pada subyek penelitian 1	
16.	Senin, 18 April 2022	Pelaksanaan konseling CBT dengan pendekatan dzikir tahap 3 pada subyek penelitian 1	



**PEMERINTAH KABUPATEN PASURUAN**  
**KECAMATAN LEKOK**  
**KANTOR KEPALA DESA JATIREJO**

*Jln. Semeru Desa Jatirejo Kecamatan Lekok Kabupaten Pasuruan 67186*

Pasuruan, 20 Oktober 2022

Nomor : 420/689/424.308.2.08/2022  
Lampiran : -  
Pertihal : Pemberitahuan Selesai Penelitian Skripsi

Kepada,  
Yth, Wakil Dekan Bid. Akademik  
Di, Jember

Dengan hormat,

Sehubungan dengan surat No : B.1431/Un.22/6.a/PP.00.9/6/2022 Tentang Permohonan Tempat Penelitian Skripsi Mahasiswa Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember di Desa Jatirejo Kecamatan Lekok Kabupaten Pasuruan, Dengan ini kami nyatakan telah selesai dilakukan oleh :

N a m a : NURUL ULYA  
N I M : D20183005  
Prodi/Jurusan : Bimbingan Konseling Islam  
Topik/Judul : Bimbingan Konseling Cognitive Behavior Therapy (CBT)"

Demikian Surat Pemberitahuan ini diberikan kepada yang bersangkutan untuk selanjutnya dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.





KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER  
FAKULTAS DAKWAH

Jl. Mataram No. 1 Mangli Kaliwates Jember, Kode Pos 68136 Telp. 0331-487550  
email : [fakultasdakwah@uinkhas.ac.id](mailto:fakultasdakwah@uinkhas.ac.id) website: <http://fdakwah.uinkhas.ac.id/>

Nomor : B.1431 /Un.22/6.a/PP.00.9/ 6 /2022 6 Juni 2022  
Lampiran : -  
Hal : Permohonan Tempat Penelitian Skripsi

Yth.  
Desa Jatirejo

**Assalamu'alaikum Wr. Wb.**

Dengan ini kami memohon dengan hormat agar mahasiswa berikut :

Nama : Nurul Ulya  
NIM : D20183005  
Fakultas : Dakwah  
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam  
Semester : VIII (delapan)

Dalam rangka penyelesaian / penyusunan skripsi, yang bersangkutan mohon dengan hormat agar diberi ijin mengadakan penelitian / riset selama  $\pm$  30 hari di lembaga yang Bapak/Ibu pimpin.

Penelitian yang akan dilakukan berjudul "Bimbingan konseling cognitive behavior therapy (CBT) dengan pendekatan dzikir dalam penanganan kenakalan remaja di Desa Jatirejo Kecamatan Lekok Kabupaten Pasuruan"

Demikian atas perkenan dan kerjasama Bapak/Ibu, kami sampaikan terimakasih.

**Wassalamu'alaikum Wr.Wb.**



An. Dekan,  
Wakil Dekan Bidang Akademik

  
Siti Raudhatul Jannah

### PEDOMAN OBSERVASI

No.	Indicator	C	K	SB	B
1.	Mampu merumuskan pokok-pokok permasalahan		V		
2.	Mampu mengelola emosi diri sendiri		V		
3.	Mampu berkomitmen atas perilaku barunya		V		

### PEDOMAN WAWANCARA

Kepada Orang Tua, Tetangga, Teman, Tokoh Masyarakat

4. Apakah anda mengetahui bahwa remaja tersebut melakukan kenakalan remaja?
5. Kenakalan remaja yang seperti apa yang anda ketahui?
6. Mengapa remaja tersebut melakukan kenakalan remaja?
7. Bagaimana tindakan yang sudah diberikan terkait kenakalan tersebut?
8. Bagaimana pribadi remaja tersebut?
9. Bagaimana pendapat anda mengenai kenakalan remaja yang dilakukan remaja tersebut?
10. Kapan waktu yang rentan bagi remaja tersebut untuk melakukan kenakalan remaja?
11. Apakah remaja tersebut mengikuti kegiatan religius yang ada di desa?

Kepada Subyek Penelitian

1. Apakah anda mampu merumuskan pokok-pokok permasalahan yang sedang anda alami?
2. Apakah anda mampu mengelola atau mengontrol emosi anda sendiri?
3. Apakah anda mampu berkomitmen dalam menjalankan perilaku yang lebih positif?

# PETA INDUK DESA JATIREJO

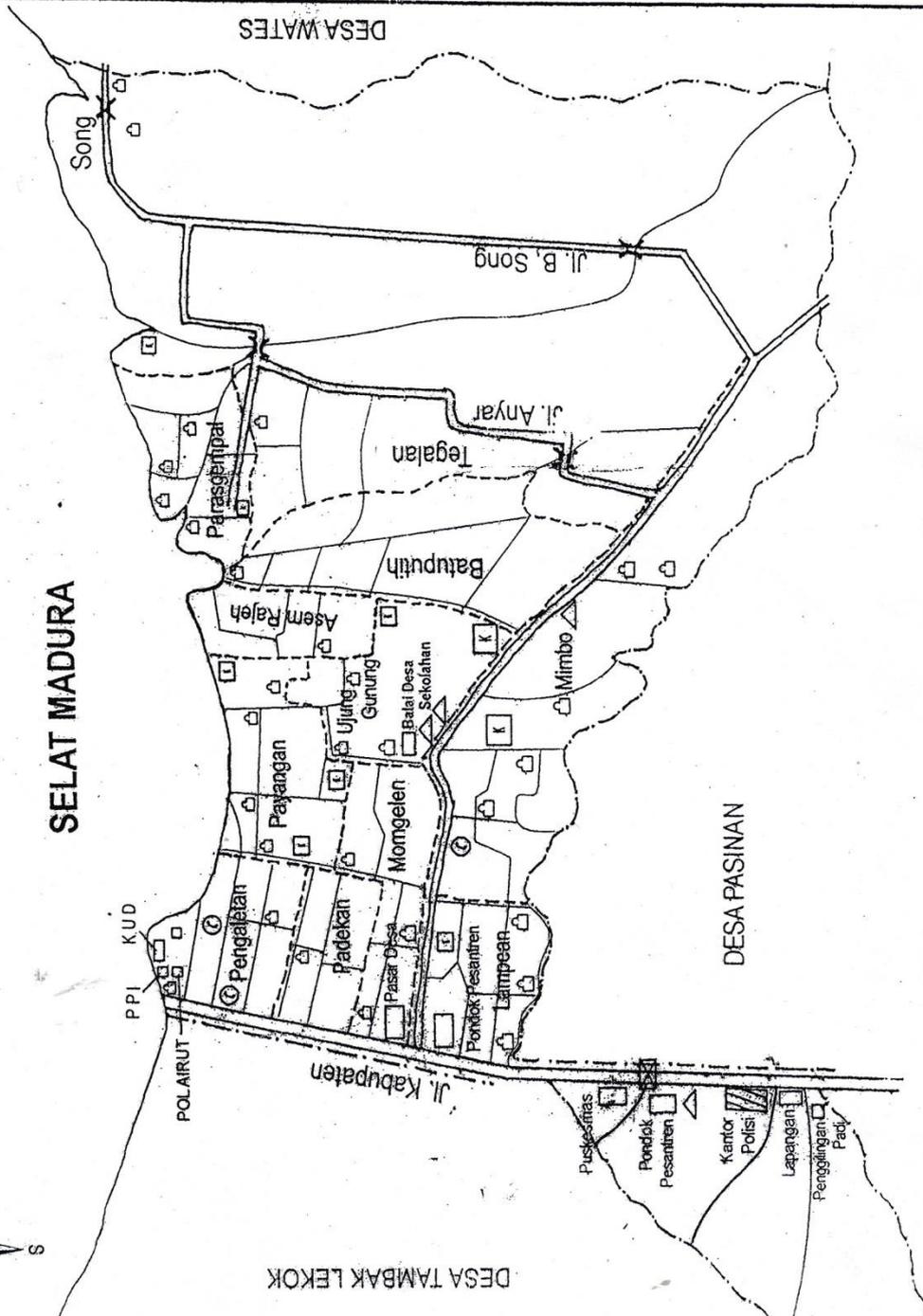
# PETA

DESA : JATIREJO  
 KECAMATAN : LEKOK  
 KABUPATEN : PASURUAN

SKALA 1 : 10.000

## KETERANGAN

- : BATAS DESA
- : BATAS DUSUN
- : JALAN KABUPATEN
- : JALAN DESA
- : SUNGAI
- : JEMBATAN
- : MASJID
- : SEKOLAHAN
- : TEMPAT PENTING
- : KUBURAN
- : WARTEL



## DOKUMENTASI



Wawancara kepada tokoh masyarakat pada tanggal 8 mei 2022 (dok. Pribadi)



Wawancara kepada orangtua konseli NF pada tanggal 20 maret 2022 (dok. Pribadi)



Wawancara kepada orangtua konseli MQ pada tanggal 10 april 2022 (dok. Pribadi)



Pelaksanaan konseling CBT pertemuan pertama tahap 1 konseli NF pada tanggal 12 april 2022 (dok. Pribadi)



Pelaksanaan konseling CBT pertemuan pertama tahap 1 konseli MQ pada tanggal 12 april 2022 (dok. Pribadi)



Pelaksanaan konseling CBT pertemua kedua tahap 2 konseli NF pada tanggal 15 april 2022 (dok. Pribadi)



Pelaksanaan konseling CBT pertemuan kedua tahap 2 pada tanggal 15 april 2022  
(dok. Pribadi)



Perizinan tempat penelitian kepada Sekretaris Desa Jatirejo bapak Muh. Nizar  
pada tanggal 6 juni 2022 (dok. Pribadi)

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

## BIODATA PENULIS



Nama : Nurul Ulya  
NIM : D20183005  
Tempat, Tanggal Lahir : Pasuruan, 28, September 1999  
Jurusan/Prodi : Dakwah/ Bimbingan dan Konseling Islam  
Alamat : Dusun Payangan Barat RT. 002 RW. 008 Desa  
Jatirejo Krcamatan Lekok Kabupaten Pasuruan  
Email : [nurululya599@gmail.com](mailto:nurululya599@gmail.com)

### Riwayat Pendidikan :

6. SDN Jatirejo II : (2006-2012)
7. SMP NU Lekok : (2012-2015)
8. MA NU Lekok : (2015-2018)
9. UIN KHAS Jember : (2018-2022)

### Pengalaman Organisasi

1. Anggota Kader KOPMA Pandhalungan UIN KHAS Jember
2. Anggota FORSA UIN KHAS Jember
3. Defisi Keilmuan IMAMAN (Ikatan Mahasiswa Alumni MA NU)