

**BIMBINGAN KELOMPOK BERBASIS ISLAM  
DALAM MENINGKATKAN KONTROL DIRI SISWA SMA IT  
ABU BAKAR YOGYAKARTA**



**Skripsi**

**Disusun Oleh :**

Lu'lu'ul Ilmi Nurkholishoh Al Islami  
NIM : 17102020023

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA**

**2021**



## PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-1651/Un.02/DD/PP.00.9/11/2021

Tugas Akhir dengan judul : BIMBINGAN KELOMPOK BERBASIS ISLAM DALAM MENINGKATKAN KONTROL DIRI SISWA SMA IT ABU BAKAR YOGYAKARTA

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : LU`LU`UL ILMI NUR KHOLISHOH AL-ISLAMI  
Nomor Induk Mahasiswa : 17102020023  
Telah diujikan pada : Rabu, 01 September 2021  
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

### TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang

Citra Widyastuti, M.Psi.

SIGNED

Valid ID: 6188aff38fe08



Penguji I

A. Said Hasan Basri, S.Psi., M.Si.

SIGNED

Valid ID: 617a2d14a2d97



Penguji II

Sudharno Dwi Yuwono, M.Pd.

SIGNED

Valid ID: 617f5e283a579



Yogyakarta, 01 September 2021

UIN Sunan Kalijaga

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Prof. Dr. Hj. Marhumah, M.Pd.

SIGNED

Valid ID: 6188d0b8f2fe5

## SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada:  
Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta  
Di Yogyakarta

*Assalamualaikum wr.wb*

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk, dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Lu'lu'ul Ilmi Nurkholishoh Al-Islami

NIM : 17102020023

Jurusan : Bimbingan Konseling Islam

Judul Skripsi : Bimbingan Kelompok Berbasis Islam Dalam Meningkatkan Kontrol Diri Siswa di SMA IT Abu Bakar Yogyakarta

sudah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata satu dalam bidang Komunikasi dan Penyiaran Islam.

Dengan ini kami berharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 2021

Mengetahui,

Ketua Program Studi

Dosen Pembimbing Skripsi



**Slamet, S. Ag., M.Si.**

**NIP. 19691214 199803 1 002**



**Citra Widiastuti, M. Psi.**

**NIP. 19860908 201801 2 002**

### **SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Lu'lu'ul Ilmi Nurkholishoh Al-Islami

NIM : 17102020023

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul : Bimbingan Kelompok Berbasis Islam Dalam Meningkatkan Kontrol Diri Siswa di SMA IT Abu Bakar Yogyakarta adalah hasil karya pribadi yang tidak mengandung plagiarisme dan tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penyusun ambil sebagai acuan dengan tata cara yang dibenarkan secara ilmiah.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka penyusun siap mempertanggungjawabkannya sesuai hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 1 September 2021

Yang menyatakan,



Lu'lu'ul Ilmi Nurkholishoh Al-Islami

NIM 17102020023

## SURAT PERNYATAAN MEMAKAI JILBAB

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Mahasiswa : Lu'lu'ul Ilmi Nurkholishoh Al-Islami

NIM : 17102010072

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Dengan ini menyatakan saya benar-benar berjilbab dengan kesadaran tanpa paksaan dari pihak manapun. Apabila terjadi hal yang tidak diinginkan maka saya tidak akan menyangkutpautkan kepada pihak fakultas. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Yogyakarta, 1 September 2021

Yang menyatakan,



Lu'lu'ul Ilmi Nurkholishoh Al-Islami

NIM 17102020023

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
YOGYAKARTA

## HALAMAN PERSEMBAHAN

*Alhamdulillahirrabbi'l'aalamiin,*

Karya ini penulis persembahkan kepada kedua Orangtua tercinta

Ayahanda Kasna dan Ibunda Iin Dariin

Sebagai bentuk cinta kasih penulis

Atas segala doa yang tidak pernah terlewatkan serta perjuangan dan pengorbanan yang telah diberikan.



## MOTTO

"Katakanlah : "Hai hamba-hamba-Ku yang malampaui batas terhadap diri mereka sendiri, janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya Allah mengampuni dosa-dosa semuanya Sesungguhnya Dialah Yang Maha Pengampun lagi Maha Penyayang."<sup>1</sup>  
(Q.S Az Zumar : 53)



---

<sup>1</sup> <https://www.detik.com/edu/detikpedia/d-5550145/isi-kandungan-surat-az-zumar-ayat-53-perintah-untuk-bertaubat-dan-optimistis>



## KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufiq dan hidayahnya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Bimbingan Kelompok Berbasis Islam Dalam Meningkatkan Control Diri Siswa SMA IT Abu Bakar Yogyakarta”. Penulis pun menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini ada banyak pihak yang telah membantu dengan sabar dan ikhlas. Untuk itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Phil Al Makin, MA, selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Ibu Prof. Dr. Hj. Marhumah, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Bapak Slamet, S.Ag., M.Si., selaku ketua prodi Bimbingan dan Konseling Islam.
4. Ibu Citra Widiastuti, M.Psi., selaku dosen pembimbing skripsi yang selalu meluangkan waktu untuk mengingatkan, memberikan motivasi dan menghadirkan pencerahan-pencerahan selama proses penulisan. Terimakasih atas segala bimbingan, masukan, dan pengarahannya dari awal hingga terselesaikannya skripsi ini.
5. Para Dosen Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta atas berbagai ilmu yang telah diberikan.
6. Ustadzah Estuning, Ustadzah Putri, Rahma dan Azka yang sudah bersedia menjadi informan dalam penelitian.
7. Kepala Sekolah SMA IT Abu Bakar Yogyakarta Ustadzah Nur Khasanah, M.Ag dan Ustadz . Harman, S. Pd. M.M selaku Waka Humas yang telah mengizinkan penulis untuk melakukan penelitian.
8. Ustadzah Emi dan Ustadzah Susanti berserta anggota kelompok BPI nya yang telah bersedia di observasi.



9. Keluarga besar BKI 2017, terimakasih telah menjadi bagian dari perjalanan studi di BKI UIN Sunan Kalijaga. Mengenal kalian adalah satu yang berharga. Semoga silaturahmi kita tetap terjalin.
10. Sahabat-sahabatku Terimakasih telah menjadi sahabat yang selalu ada dan mensupport. Semoga bisa menjadi sahabat dunia akhirat.
11. Teman-teman seperjuangan, kakak-kakak maupun adik-adik di KAMMI yang telah memberikan banyak sekali pembelajaran sehingga penulis bisa terus berkembang ke arah yang lebih baik.
12. Keluarga RQJ khususnya chapter kota Bantul yang senantiasa membersamai menciptakan lingkungan yang InsyaAllah di ridhoi Allah.
13. Semua pihak yang telah memberikan motivasi dan bantuan selama proses penulisan skripsi ini baik secara moril ataupun material yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu.

Semoga semua kebaikan, jasa, dan bantuan yang diberikan kepada penulis menjadi ladang pahala bagi kita semua dan mendapatkan balasan dari Allah SWT.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa skripsi yang dibuat masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis menerima segala kritik dan saran dari pembaca untuk perbaikan selanjutnya. Penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis dan pembaca pada umumnya

Yogyakarta, Agustus 2021

Penulis



Lu'lu'ul Ilmi Nurkholishoh Al-Islami

## ABSTRAK

LU'LU'UL ILMI NURKHOLISHOH AL-ISLAMI (17102020023). Bimbingan Kelompok Berbasis Islam Dalam Meningkatkan Kontrol Diri Siswa di SMA IT Abu Bakar Yogyakarta : Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2021. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh mengingat pentingnya kontrol diri yg perlu di asah dan dilatih terlebih masa remaja yang mulai memiliki banyak peran dan pilihan dalam hidupnya. Namun disini lain mereka juga masih labil dalam mengambil keputusan. Tentunya semua orang tidak ingin sampai salah mengambil keputusan dalam bertindak. Maka dari itu dengan mengikuti kegiatan BPI (Bina Pribadi Islam) atau bimbingan kelompok berbasis Islam siswa bisa meningkatkan kontrol dirinya bukan hanya mengenai hal duniawi saja tapi juga akhiratnya.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan tahap-tahap atau proses kegiatan bimbingan kelompok berbasis Islam di SMA IT Abu Bakar Yogyakarta dalam upaya meningkatkan kontrol diri siswa. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Analisis data dilakukan dengan menggunakan teknik pengumpulan data berupa catatan hasil wawancara, dokumentasi dan observasi. Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat empat tahap-tahap bimbingan kelompok berbasis Islam di SMA IT Abu Bakar Yogyakarta yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan dan tahap pengakhiran. Tahap pembentukan dilaksanakan ketika awal siswa mendaftar ke sekolah. Tahap peralihan dilaksanakan pada saat MOS/PLS. Tahap kegiatan memiliki tata acara yaitu pembukaan, tilawah, berita aktual, kultum, materi inti, sharing atau lainnya, kemudian penutup. Tahap pengakhiran dilakukan dengan mengevaluasi sejauh mana pemahaman siswa dengan melaksanakan ujian seperti halnya mata pelajaran pada umumnya.

**Kata kunci :** *Bimbingan Kelompok Berbasis Islam, Kontrol Diri, Tahap-Tahap*

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PENGESAHAN TUGAS AKHIR .....	ii
URAT PERSETUJUAN SKRIPSI .....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iv
SURAT PERNYATAAN MEMAKAI JILBAB .....	v
KATA PENGANTAR .....	viii
ABSTRAK .....	x
DAFTAR ISI.....	xi
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Penegasan judul.....	1
B. Latar Belakang .....	4
C. Rumusan Masalah .....	9
D. Landasan Teori.....	15
E. Metode Penelitian.....	38
F. Keabsahan Data.....	45
BAB II. GAMBARAN UMUM BIMBINGAN KELOMPOK BERBASIS ISLAM DALAM MENINGKATKAN KONTROL DIRI SISWA SMA IT ABU BAKAR YOGYAKARTA .....	50
A. Profil SMA IT Abu Bakar Yogyakarta .....	50
B. Gambaran Umum Bimbingan Kelompok Berbasis Islam terhadap kontrol diri siswa SMA IT Abu Bakar Yogyakarta .....	55
BAB III. TAHAP-TAHAP BIMBINGAN KELOMPOK BERBASIS ISLAM DALAM MENINGKATKAN KONTROL DIRI SISWA SMA IT ABU BAKAR YOGYAKARTA .....	65
A. Tahap pembentukan .....	66
B. Tahap Peralihan.....	68
C. Tahap pelaksanaan kegiatan.....	70
D. Tahap Pengakhiran .....	80
BAB IV. PENUTUP .....	84
A. Kesimpulan .....	84
B. Saran.....	85
C. Kata Penutup .....	86
DAFTAR PUSTAKA .....	87
LAMPIRAN.....	90
RIWAYAT HIDUP.....	118

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Penegasan judul**

Untuk menghindari kesalahpahaman dalam pembahasan skripsi yang berjudul “Efektivitas Bimbingan Kelompok Berbasis Islam terhadap Kontrol Diri Siswa SMA IT Abu Bakar Yogyakarta”. Peneliti akan memberikan penjelasan dan pembatasan istilah, yaitu :

#### **1. Bimbingan Kelompok Berbasis Islam**

Menurut Gibson dan Marianne, istilah bimbingan kelompok mengacu pada aktivitas-aktivitas kelompok yang berfokus pada penyediaan informasi atau pengalaman lewat aktivitas kelompok yang terencana atau terorganisir. Pelaksanaan bimbingan kelompok merupakan suatu kegiatan kelompok yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok.<sup>2</sup>

Menurut Sutoyo hakikat Bimbingan dan Konseling Islami ialah upaya membantu individu belajar mengembangkan fitrah-iman dan atau kembali kepada fitrah-iman dengan cara memberdayakan (*empowering*) fitrah-fitrah(jasmani, rohani, *nafs*, dan iman) agar fitrah-fitrah yang ada pada individu berkembang dan berfungsi dengan baik dan benar.<sup>3</sup>

---

<sup>2</sup> Gibson, R.L. dan M.H. Mitchell. *Bimbingan dan Konseling*. (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011) Diterjemahkan dari; *Introduction to Counseling and Guidance*, First publisher 2008 by Pearson Prentice Hall. Pearson education, Inc, Upper Saddle River, New Jersey. Hlm 275

<sup>3</sup> Sutoyo, Anwar. *Bimbingan dan Konseling Islami (Teori dan Praktik)*. (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2009)

Bimbingan kelompok berbasis Islam adalah bimbingan kelompok yang materinya diisi dengan konsep-konsep yang digali dari ajaran Islam agar siswa bisa meningkatkan kontrol diri didalam kehidupannya. Bimbingan kelompok berbasis Islam diharapkan dapat memberi kontribusi positif dalam mengeliminasi pengaruh-pengaruh negatif yang memasuki kehidupan siswa melalui konsep Islam.<sup>4</sup>

Bimbingan kelompok berbasis Islami adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang ahli kepada individu melalui suasana kelompok dengan mengintegrasikan nilai-nilai yang terkandung di dalam ajaran Islam yang memungkinkan setiap anggota untuk belajar berpartisipasi aktif dan berbagi pengalaman dalam upaya pengembangan wawasan, sikap dan atau keterampilan yang diperlukan untuk mencegah timbulnya masalah atau pengembangan pribadi dalam rangka membantu individu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.<sup>5</sup>

Sebagaimana pengertian di atas tentang bimbingan kelompok berbasis Islam, maka peneliti mendefinisikan bimbingan kelompok berbasis Islam adalah proses membantu individu dalam situasi kelompok untuk mencapai perkembangan yang optimal dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung di dalam al-Qur'an dan Hadits Rasulullah ke dalam dirinya,

---

<sup>4</sup> Sya'ban Maghfur. Bimbingan Kelompok Berbasis Islam untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Santri Pondok Pesantren Al Islhan Darussalam Semarang. *KOMUNIKA: Jurnal Dakwah dan Komunikasi* Vol. 12, No. 1, Januari - Juni 2018. Hlm 91

<sup>5</sup> Riki Maulana. "Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Berbasis Islami Untuk Meningkatkan Kecerdasan Sosial Siswa SMK", *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling*, Volume 2 Nomor 1 Juni 2016. Hlm 60

sehingga ia dapat hidup selaras dan sesuai dengan tuntunan al-Qur'an dan Hadits.

## 2. Kontrol Diri

Kontrol diri adalah kemampuan tubuh dan pikiran untuk melakukan apa yang semestinya dilakukan. Sehingga membuat kita mampu mengambil pilihan yang tepat ketika menghadapi godaan, walaupun pada saat itu muncul pikiran dan ide buruk di kepala kita. Kontrol diri membuat kita memikirkan apa yang akan terjadi jika kita mengambil pilihan yang berbahaya. Kontrol diri menjauhkan kita dari persoalan dan membantu kita bertindak tepat.<sup>6</sup>

Kontrol diri dapat dipahami sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif serta merupakan salah satu potensi yang dapat dikembangkan dan digunakan individu selama berproses dalam kehidupan, termasuk dalam menghadapi kondisi yang terdapat dilingkungan sekitarnya.<sup>7</sup>

Dari penjelasan di atas peneliti mengartikan bahwa kontrol diri adalah kemampuan mengontrol diri seseorang yang meliputi aspek emosi, perasaan, tingkah laku, dan semuanya yang mampu manusia kendalikan.

Berdasarkan batasan-batasan pengertian di atas, penelitian ini akan meneliti tahap-tahap dan metode yang digunakan dalam proses bimbingan

---

<sup>6</sup> Michele Borba. *Membangun Kecerdasan MoraL : Tujuh Kebijakan Utama Agar Anak Bermoral Tinggi*. Jakarta : Gramedia. 2008. Hlm 112

<sup>7</sup> Marsela & Supriatna. Kontrol Diri : Definisi dan Faktor. *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research*. Program Studi Bimbingan dan Konseling .Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya (UMTAS). Vol.3, No.2, Agustus 2019. Hlm 67

kelompok berbasis Islam dalam meningkatkan kontrol diri siswa SMA IT Abu Bakar Yogyakarta. Dalam proses bimbingan kelompok tersebut nantinya akan dimasukkan muatan-muatan tentang keislaman agar bermanfaat bagi yang mengikutinya.

## B. Latar Belakang

Pada dasarnya manusia memiliki dorongan-dorongan yang kuat untuk melakukan atau memenuhi sesuatu yang diinginkan dalam dirinya, dan apabila manusia tidak memiliki kemampuan untuk mengendalikan dorongan-dorongan tersebut maka kehidupannya tidak dapat berjalan seimbang. Individu dengan pengendalian diri yang baik dapat memahami setiap konsekuensi dari tindakan yang dilakukannya. Hal ini tak terlepas dari sebuah kontrol pada dirinya, berperilaku baik tentu akan memberikan efek yang baik pula bagi orang yang melakukannya. Allah SWT berfirman:

إِنْ أَحْسَنْتُمْ أَحْسَنْتُمْ لِأَنفُسِكُمْ وَإِنْ أَسَأْتُمْ فَلَهَا □ فَإِذَا جَاءَ وَعْدُ الْآخِرَةِ لِيُسُوءَ □ أَوْجُوبَكُمْ وَلِيَدْخُلُوا الْمَسْجِدَ كَمَا دَخَلُوهُ أَوَّلَ مَرَّةٍ وَلِيُتَبِّرُوا مَا عَلَوْا تَتْبِيرًا

*Jika kamu berbuat baik (berarti) kamu berbuat baik untuk dirimu sendiri. Dan jika kamu berbuat jahat, maka (kerugian kejahatan) itu untuk dirimu sendiri. Apabila datang saat hukuman (kejahatan) yang kedua, (Kami bangkitkan musuhmu) untuk menyuramkan wajahmu lalu mereka masuk ke dalam masjid (Masjidil Aqsa), sebagaimana ketika mereka memasukinya pertama kali dan mereka membinasakan apa saja yang mereka kuasai. (QS. Al-Isra : 7)''<sup>8</sup>*

<sup>8</sup> RisalahMuslim by MOTIVASEE. <https://risalahmuslim.id/quran/al-israa/17-7/>, diakses tanggal 8 Maret 2021.



Menurut penjelasan yang terbitkan oleh Kementrian Agama Republik Indonesia, Kebaikan yang akan mereka terima di dunia ialah mereka akan menjadi umat yang kuat mempertahankan diri dari maksud jahat yang direncanakan oleh para musuh mereka. Mereka akan memperoleh kesempatan untuk melipat gandakan harta sebagai sarana hidup, dan melanjutkan keturunan sebagai khalifah di muka bumi. Mereka akan menjadi bangsa yang kuat, yang dapat mewujudkan budaya yang tinggi untuk lebih menggairahkan kehidupan mereka, dan menjamin kelancaran usaha dan ibadah mereka kepada Allah SWT. Sedangkan kebahagiaan yang abadi adalah surga yang penuh dengan kenikmatan yang disediakan dan dijanjikan kepada mereka, sebagai bukti keridaan Allah SWT atas kebajikan yang mereka lakukan. Apabila mereka berbuat jahat dengan melakukan perbuatan yang bertentangan dengan wahyu dan fitrah kejadian mereka sendiri, seperti menentang kebenaran dan norma-norma dalam tata kehidupan mereka sendiri, maka akibat dari perbuatan mereka itu adalah kemurkaan Allah kepada mereka.<sup>9</sup>

Berdasarkan penjelasan dari tafsir Kementrian Agama Republik Indonesia ialah segala perbuatan manusia baik dan buruknya pasti akan Allah balas sesuai dengan apa yang dikerjakan manusia itu sendiri. Manusia diberikan kemampuan untuk menentukan perbuatannya sendiri. Baik dan buruk perbuatannya tergantung pada tingkatan kontrol diri yang dimiliki. Seluruh kontrol diri berasal dari pikiran yang kemudian berubah menjadi sebuah perilaku atau kegiatan. Dalam psikologi-sosial, ilmuwan mendefinisikan “berpikir” sebagai bagian terpenting yang

---

<sup>9</sup> *ibid*

membedakan manusia dari binatang, tumbuhan dan benda mati. Dengan berpikir manusia bisa membedakan yang bermanfaat dan tidak bermanfaat; antara halal dan haram; antara positif dan negatif.<sup>10</sup> Dengan begitu ia bisa mengontrol dirinya, yang baik bagi dirinya dan bertanggung jawab atas pilihannya. . Kontrol diri sangat penting karena jika setiap orang memiliki kontrol diri yang baik maka ia akan melakukan segala hal dengan bermanfaat tanpa sia-sia

Begitu pula menurut Gottfredson dan Hirschi yang menyatakan bahwa individu yang memiliki kontrol diri rendah cenderung bertindak impulsif, lebih memilih tugas sederhana dan melibatkan kemampuan fisik, egois, senang mengambil resiko, dan mudah kehilangan kendali emosi karena mudah ‘frustasi’. Setiap manusia perlu memiliki kontrol diri, agar ia bisa berperilaku sesuai dengan apa yang seharusnya. Terkait masa SMA atau yang bisa disebut mulai memasuki remaja awal, mereka akan menghadapi masa pencarian identitas diri. Masa remaja merupakan masa dimana banyak keputusan penting menyangkut masa depan harus ditentukan, misalnya tentang pekerjaan, sekolah atau pernikahan.<sup>11</sup> Individu akan dihadapkan oleh peran-peran baru dan juga status dewasa, dengan demikian individu harus memperbanyak pengalaman dan menentukan peran-peran dan tugas-tugas perkembangan yang berbeda dalam hidupnya.

Berdasarkan rilis akhir tahun yang dikeluarkan oleh Polda DIY, selama tahun 2016 terjadi 43 kasus klitih. Klitih ialah salah satu kekerasan yang terjadi di jalanan yang dilakukan oleh segerombolan remaja. Kapolda DIY Brigjen Pol Ahmad Dofiri mengatakan, kasus klitih adalah salah satu kasus di DIY yang

<sup>10</sup> Ibrahim Elfiky. *Terapi Berpikir Positif*. (Jakarta : Serambi Ilmu Semesta, 2019). hlm 3

<sup>11</sup> Laurence Teinberg. *Adolescence*. (New York: McGraw-Hill Companies.Inc, 2002).hlm 257.

menjadi perhatian serius. Citra DIY sebagai kota pelajar, kota Pendidikan dan kota wisata bisa tercoreng dengan maraknya kasus klitih yang sebagian besar pelaku maupun korban adalah pelajar.<sup>12</sup>

Salah satu pentingnya kontrol diri bagi remaja SMA ialah untuk menghindari dari berbagai kenakalan dan penyimpangan yang bermuculan. Kenalan remaja yang sering terjadi selain klitih ialah seperti pelaku seks bebas, prostitusi, pelaku miras, narkoba, tawuran, dan sebagainya. Selain itu, remaja usia SMA hampir semuanya sudah memasuki masa pubertas atau dalam Islam biasa disebut *aqil baligh*. Hal ini merupakan pertanda bahwa seseorang sudah dibebani kewajiban menjalankan syariat Islam sepenuhnya. Seseorang yang sudah mengalami *aqil baligh* harus memahami perbuatan mana yang benar dan yang salah. Berbagai kenakalan dan penyimpangan generasi muda adalah disebabkan oleh kesenjangan antara masa *baligh* (dewasa biologis) dan *aqil* (dewasa mental) akibat sistem sosial dan sistem persekolahan yang melambatkan kedewasaan melalui pembocohan (*infantization*) yang panjang.<sup>13</sup> Situasi ini tentunya harus segera diselesaikan, karena mengingat remaja adalah generasi muda yang kelak akan memengaruhi peranan penting dalam terciptanya bangsa dan negara yang baik. Negara yang baik ialah berasal dari kumpulan masyarakat dan keluarga yang baik. Semua ini bisa dimulai dengan membentuk generasi mudanya sejak di sekolah, dengan mengadakan kegiatan yang bisa membiasakan siswa untuk berbuat baik dan memiliki kontrol diri yang tinggi. Pembiasaan sejak dini bisa

---

<sup>12</sup> Purnomo edi, “anarkisme remaja di yogyakarta selama 2016 terjadi 43 kasus” <https://m.merdeka.com/peristiwa/anarkisme-remaja-di-yogyakarta-selama-2016-terjadi-43-kasus.html> diakses tanggal 14 Juli 2021

<sup>13</sup> Santosa, Harry. *Fitrah Based Education*. (Bekasi :Yayasan Cahaya Mutiara Timur, 2018). Hlm 262

menghasilkan kecenderungan berbuat baik hingga dewasa bahkan sampai tua. Hal itu terjadi karena nilai-nilai kebaikan telah meresap dalam dirinya dan telah menjadi pola pikir, sikap dan perilakunya.<sup>14</sup>

Hadirnya bimbingan kelompok berbasis Islam diharapkan bisa menjadi penyeimbang dan membantu individu untuk bisa menentukan keputusan-keputusan atau perilaku yang tidak hanya bersifat duniawi tetapi juga bernilai akhirat. Pentingnya bimbingan berbasis Islam ini dilakukan ialah karena memiliki beberapa kelebihan yang tidak dimiliki bimbingan dan konseling pada umumnya yaitu :

- 1) bimbingan dan konseling Islami bersifat theosentris, artinya bahwa proses layanan bimbingan dan konseling semua berpusat kepada Allah SWT, dipandangnya suatu bentuk ibadah, sebagai salah satu realisasi dari kehidupan umat yang beriman kepada Allah.
- 2) didasarkan atas dua sumber, yaitu pertama : Al-Qur'an Dan Sunah, dan kedua : aktivitas akal dan pengalaman manusia.
- 3) meyakini adanya kehidupan sesudah mati dan memikirkan upaya agar orang dapat hidup seimbang antara kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat.
- 4) memikirkan perihal pahala dan dosa aitu merupakan hal yang selalu hidup dalam dunia batinya dan memperngaruhi serta mengarahkan gerak perilakunya.<sup>15</sup>

---

<sup>14</sup>Wahidah . Reaktualisasi Pendidikan Aqil Bailgh Di Sekolah *At-Tarbawi* : *Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Kebudayaan*. Vol 12 No 2 Tahun 2020. Hlm 199-200

<sup>15</sup> Sodik, Abror. *Pengantar Bimbingan dan Konseling*. (Yogyakarta : Aswaja Pressindo,2017). hlm 6-7

Dari uraian di atas, peneliti menilai bahwa layanan bimbingan kelompok berbasis Islam cocok untuk digunakan sebagai *treatment* dalam rangka peningkatan kemampuan kontrol diri oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian berjudul “Bimbingan Kelompok Berbasis Islam dalam Meningkatkan Kontrol Diri Siswa SMA IT Abu Bakar Yogyakarta”.

### **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian dari latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu bagaimana tahap-tahap pelaksanaan layanan bimbingan kelompok berbasis Islam dalam meningkatkan kontrol diri siswa SMA IT Abu Bakar Yogyakarta?

### **D. Tujuan dan Kegunaan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka dapat ditentukan tujuan skripsi adalah untuk mengetahui tahap-tahap pelaksanaan layanan bimbingan kelompok berbasis Islam dalam meningkatkan kontrol diri siswa SMA IT Abu Bakar Yogyakarta.

### **E. Kegunaan Penelitian**

Berdasarkan tujuan penelitian yang hendak dicapai, maka penelitian ini diharapkan mempunyai kegunaan pada bidang pendidikan baik secara langsung maupun tidak langsung. Adapun kegunaan penelitian ini adalah sebagai berikut:

#### **1. Kegunaan Teoritis**

Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmu pengetahuan khususnya pada bidang bimbingan dan

konseling Islam tentang penerapan layanan bimbingan kelompok berbasis Islam pada siswa dalam meningkatkan kemampuan kontrol diri.

## 2. Kegunaan Praktis

Secara praktis, penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak yang terlibat dalam proses layanan bimbingan dan konseling yaitu sebagai berikut :

### a. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Menjadi bahan rujukan bagi guru bimbingan dan konseling dalam membantu permasalahan konseli dengan merencanakan, melaksanakan layanan bimbingan dan konseling, sehingga dapat memperbaiki dan menyempurnakan serta meningkatkan efektivitas layanan bimbingan dan konseling di sekolah.

### b. Bagi Siswa

Siswa yang masih memiliki tingkat kontrol diri yang rendah dapat dibantu dengan bimbingan kelompok berbasis Islam oleh guru bimbingan dan konseling.

### c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat menjadi salah satu referensi atau dasar bagi penelitian selanjutnya untuk meneliti lebih dalam mengenai bimbingan kelompok berbasis Islam terhadap kontrol diri.

## F. Kajian Pustaka

Tinjauan pustaka penting dilakukan untuk mengetahui dan menunjukan adanya persamaan dan perbedaan penelitian. Untuk memperkuat proses penelitian

ini, peneliti akan mengemukakan hasil penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian yang akan dilakukan. Berikut beberapa penelitian yang telah diidentifikasi oleh peneliti sebagai bahan rujukan diantaranya sebagai berikut :

1. Penelitian pertama yang menjadi rujukan adalah penelitian milik Selvy Yuliandita, dalam penelitiannya yang berjudul *Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Peningkatan Pemahaman Self-Control Siswa Kelas Ix Di Smp N 1 Wanasari Kabupaten Brebes Tahun Ajaran 2015/2016*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian layanan bimbingan kelompok efektif dalam meningkatkan pemahaman *self-control* siswa.

Penelitian menggunakan metode eksperimen dengan desain penelitian *one group pre-test and post-test*. Penelitian ini menggunakan 10 subjek penelitian yang memiliki tingkat pemahaman *self-control* yang beragam. Pemilihan subjek penelitian berdasarkan hasil perhitungan *pre-test*. Metode pengumpulan data menggunakan skala *self-control* yang diberikan sebelum dan setelah pemberian *treatment* berupa layanan bimbingan kelompok. Analisis data yang digunakan yaitu analisis data deskriptif presentase dan uji wilcoxon. Pemahaman *self-control* siswa sebelum pemberian *treatment* berupa layanan bimbingan kelompok sebesar 55% dan termasuk dalam kategori sedang. etelah pemberian bimbingan kelompok sebanyak delapan kali mengalami perubahan menjadi 81%. Dengan kata lain bahwa terjadi perubahan tingkat kemampuan *self-control* siswa setelah diberikan layanan



bimbingan kelompok, maka dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok berpengaruh terhadap peningkatan pemahaman *self-control* siswa.<sup>16</sup>

Perbedaan antara penelitian yang dilakukan oleh Selvy dan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti terletak pada variabel pertama, jika penelitian Selvy meneliti tentang bimbingan kelompok secara umum, penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti bersifat lebih khusus yakni bimbingan konseling berbasis Islam. Adapun perbedaan yang terdapat pada variabel kedua yaitu, bahwa penelitian Selvy mencakup pemahaman siswa mengenai *self-control*, sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti lebih mencakup kepada perilaku atau sikap dari siswa yang diteliti. Selain itu metode yang digunakan pun berbeda yakni Selvy menggunakan metode eksperimen sedangkan penelitian ini kuantitatif.

2. Penelitian kedua yang diteliti oleh Isti Bandini berjudul *Efektivitas Bimbingan Kelompok Berbasis Islam Guna Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa (Studi Eksperimen Siswa MTsN Wonokromo Yang Tinggal Di Pesantren)*. Menunjukkan hasil bahwa bimbingan kelompok berbasis Islam efektif guna meningkatkan penyesuaian diri di MTsN Wonokromo, peningkatan terjadi sebesar 14,12%. Hasil tersebut menunjukkan kemampuan penyesuaian diri santri meningkat setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok berbasis

---

<sup>16</sup> Selvy Yuliandita. *Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Peningkatan Pemahaman Self-Control Siswa Kelas Ix Di Smp N 1 Wanasari Kabupaten Brebes Tahun Ajaran 2015/2016*. (Skripsi S1 Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang 2015)

Islam. Dengan kata lain, penyesuaian diri siswa santri dapat meningkat setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok berbasis Islam.<sup>17</sup>

Dari penelitian Isti mengenai bimbingan kelompok berbasis Islam hasil penelitian tersebut menjadi rujukan untuk peneliti, dan penelitian tersebut mendukung penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu bahwa bimbingan kelompok secara efektif dapat digunakan dalam peningkatan penyesuaian diri. Pengambilan keputusan termasuk dalam salah satu aspek kontrol diri, oleh karena itu melalui layanan bimbingan kelompok berbasis Islam peneliti mencoba untuk meneliti efektivitasnya terhadap kontrol diri siswa kelas di SMA IT Abu Bakar. Adapun perbedaannya ialah metode yang digunakan oleh Isti adalah metode eksperimen sedangkan penelitian ini kualitatif.

3. Penelitian ketiga oleh Sya'ban Maghfur berjudul *Bimbingan Kelompok Berbasis Islam Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Santri Pondok Pesantran Al Ishlah Darussalam Semarang*. Menunjukan hasil bahwa bimbingan kelompok berbasis islam mampu meningkatkan penyesuaian diri santri Pondok Pesantran Al Ishlah Darussalam Semarang. Menghasilkan kenaikan sebesar 8,53% dari sebelumnya 62,04% menjadi 70,57%. Materi bimbingan kelompok berbasis Islam yang disampaikan diisi dengan konsep-

---

<sup>17</sup> Isti bandini. Efektivitas bimbingan kelompok berbasis islam guna meningkatkan penyesuaian diri siswa (studi eksperimen siswa MTsN Wonokromo Yang Tinggal Di Pesantren ). Tesis . prodi Pendidikan islam konsentrasi bimbingan dan konseling Islam. UIN SUKA. 2016

konsep yang Islami seperti : membangun kehidupan yang seimbang, kewajiban menuntut ilmu, menjaga kebersihan dan sebagainya<sup>18</sup>.

Penelitian yang dilakukan oleh Sya'ban bisa dijadikan referensi tambahan mengenai bimbingan kelompok berbasis Islam, yang membedakan dengan penelitian yang akan diteliti adalah variabel keduanya yaitu jika Sya'ban meneliti tentang penyesuaian diri sedangkan yang akan diteliti adalah kontrol diri. Selain itu metode yang digunakan pun berbeda yakni Sya'ban menggunakan metode kuantitatif sedangkan penelitian ini kualitatif.

4. Penelitian keempat sebuah jurnal yang diteliti oleh Riki Maulana dengan judul *Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Berbasis Islami Untuk Meningkatkan Kecerdasan Sosial Siswa SMK*. Hasil dari penelitian ini adalah model bimbingan kelompok berbasis Islami yang terdiri dari rasional, visi dan misi, tujuan, isi model, tahapan bimbingan kelompok berbasis Islami, peran dan fungsi pemimpin kelompok, kualifikasi anggota kelompok, evaluasi dan tindak lanjut. Metode dalam penelitian ini menggunakan research and development (R & D). Teknik analisis data menggunakan teknik kualitatif dan kuantitatif.<sup>19</sup>

Penelitian yang dilakukan oleh Riki Maulana bisa dijadikan referensi tambahan mengenai bimbingan kelompok berbasis Islam, yang

---

<sup>18</sup> Sya'ban Maghfur. 2015. *Bimbingan Kelompok Berbasis Islam Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Santri Pondok Pesantren Al Ishlah Darussalam Semarang*. Tesis, program studi Pendidikan islam konsnetrasi bimbingan dan konseling islam, pascasarjana uin sunan kalijaga yogyakarta..

<sup>19</sup> Riki Maulana. "Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Berbasis Islami Untuk Meningkatkan Kecerdasan Sosial Siswa SMK", *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling*, Volume 2 Nomor 1 Juni 2016. Hlm 58.

membedakan dengan penelitian yang akan diteliti adalah variabel kedua yaitu kecerdasan social, sedangkan pada penelitian ini akan diteliti mengenai control diri. Perbedaan juga terdapat pada metode penelitian dan teknik analisis data, penelitian riki menggunakan metode R&D dengan teknik analisis kualitatif dan kuantitatif, sedangkan penelitian ini hanya menggunakan metode penelitian kualitatif.

Berdasarkan beberapa penelitian di atas yang peneliti temukan terdapat beberapa perbedaan dan kesamaan, tetapi tidak ada satupun diantaranya yang memiliki penelitian yang sama secara keseluruhan. Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa penelitian ini belum pernah dilakukan sebelumnya karena berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya.

## **G. Landasan Teori**

Landasan teoritis dimaksudkan sebagai pijakan dasar dan pijakan peneliti dalam melakukan analisis masalah utama penelitian. Dengan demikian, cara berpikir peneliti dan alur analisis yang diterapkan sesuai dengan teori-teori yang dipergunakan.

### **1. Tinjauan Tentang Bimbingan Kelompok Berbasis Islam**

#### **a. Pengertian Bimbingan kelompok berbasis Islam**

Bimibingan berasal dari kata “*guidance*” yang mempunyai arti mengarahkan, memandu, mengelola dan menyetir. Selain itu, “*guidance*” mempunyai hubungan dengan “*guiding*” yang berarti menunjukkan jalan, memimpin, menuntung, memberikan petunjuk, mengatur, mengarahkan, dan memberi nasihat. Adapun menurut istilah Yusuf, dkk dalam Fuad

Anwar, Shertzer dan Stone menyatakan bahwa bimbingan sebagai “... *process of helping an individual to understand himself an his world*”. Bimbingan adalah proses pemberian bantuan kepada individu agar mampu memahami diri dan lingkungannya.<sup>20</sup>

Menurut Prayitno, bimbingan kelompok ialah bimbingan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama melalui dinamika kelompok untuk memperoleh berbagai hal dari guru pembimbing untuk mengambil keputusan demi perkembangan dirinya.<sup>21</sup>

Kartadinata menyatakan bahwa bimbingan dan konseling adalah proses membantu individu memahami diri sendiri dan dunia. Di lingkungan sekolah, bimbingan berfokus pada penciptaan lingkungan belajar yang optimal bagi setiap siswa. Bimbingan dilakukan di dalam seluruh kelas yang dilakukan secara rutin dalam kurun waktu mingguan. Sedangkan konseling merupakan rahasia antara konselor dan siswa atau kelompok kecil siswa. Siswa berpartisipasi dalam konseling untuk membantu mereka menyelesaikan atau mengatasi masalah yang mereka hadapi secara konstruktif dan mengembangkan mental mereka (baik secara individu maupun kelompok kecil).<sup>22</sup>

Menurut Mills dalam Namora dan Hasnida, kelompok adalah satu unit yang terdiri dari dua orang atau lebih yang bekerja sama atau melakukan kontak untuk mencapai tujuan dan mempertimbangkan

---

<sup>20</sup> M Fuad Anwar. *Landasan Bimbingan dan Konseling Islam*. (Yogyakarta : Deepublish2019). Hlm 2

<sup>21</sup> Prayitno. *Seri Pemandu Pelaksanaan Bimbingan Konseling di Pesantren*.( Jakarta: Ikrar Mandiri Abadi, 2007). Hlm 80

<sup>22</sup> *Ibid* Hlm 4

kerjasama diantara kelompok sebagai satu yang berarti.<sup>23</sup> Kelompok adalah berkumpulnya sejumlah orang yang saling berkaitan satu sama lainnya. Dengan kelompok, manusia dapat mengembangkan potensi, aktualisasi dan eksistensi dirinya.

Sedangkan dalam jurnal psikologi Pendidikan dan konseling yang ditulis oleh Riki Maulana, bimbingan kelompok berbasis Islam adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang ahli kepada individu melalui suasana kelompok dengan mengintegrasikan nilai-nilai yang terkandung di dalam ajaran Islam yang memungkinkan setiap anggota untuk belajar berpartisipasi aktif dan berbagi pengalaman dalam upaya pengembangan wawasan, sikap dan atau keterampilan yang diperlukan untuk mencegah timbulnya masalah atau pengembangan pribadi dalam rangka membantu individu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.<sup>24</sup> Adapun dalam Psikopedagogia jurnal bimbingan dan konseling menyatakan bahwa bimbingan kelompok Islami merupakan sarana untuk menunjang perkembangan optimal masing-masing individu melalui dinamika kelompok dengan memasukkan nilai Islami yang bersumber dari Al- Quran dan Al-Hadits sebagai petunjuk agar individu bisa mendapatkan kesuksesan di dunia dan Akhirat.<sup>25</sup>

---

<sup>23</sup> Namora lumongga. *Konseling kelompok*. ( Jakarta: kencana, 2017). Hlm 3

<sup>24</sup> Riki Maulana. "Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Berbasis Islami Untuk Meningkatkan Kecerdasan Sosial Siswa SMK", *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling*, Vol 2 No 1 Juni 2016. Hlm 60.

<sup>25</sup> Asroful Kadafi. " efektivitas bimbingan kelompok islami untuk meningkatkan aspirasi karir mahasiswa", jurnal bimbingan dan konseling Vol. 5, No. 1.2016. hlm 44.

Sebagaimana pengertian di atas tentang bimbingan kelompok, maka peneliti mendefinisikan bimbingan kelompok adalah proses membantu individu dalam situasi kelompok untuk mencapai perkembangan yang optimal dengan saling membantu satu sama lain atau saling mengutarakan pendapat guna meringankan masalah anggota kelompoknya, dengan konselor sebagai pemimpin yang memberikan informasi dan arahan guna tercapainya tujuan bersama.

Berdasarkan pengertian diatas maka bimbingan kelompok berbasis Islam adalah salah satu layanan yang berusaha membantu individu atau kelompok individu dalam hal memperbaiki kehidupan antara makhluk dan Tuhan yang dilaksanakan dalam situasi kelompok berlandaskan Al-Qur'an dan Hadits.

#### **b. Metode Bimbingan kelompok dalam Islam**

Bimbingan kelompok Islam memiliki beberapa metode yang berlandaskan tentang bagaimana proses konseling itu dapat berlangsung dengan baik dan menghasilkan perubahan-perubahan positif pada klien mengenai cara dan paradigma berfikir, cara menggunakan potensi nurani, cara berperasaan, cara berkeyakinan dan cara bertingkah laku berlandaskan wahyu (Al-Qur'an) dan paradigma kenabian (Sunnah).<sup>26</sup> Allah SWT berfirman yang artinya : *“Serulah (manusia) kepada jalan Tuhan-mu dengan hikmah dan pelajaran yang baik dan bantahlah mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhanmu Dialah yang*

---

<sup>26</sup> Hamdani Bakran Asz-Dzaky. *Konseling dan Psikoterapi Islam*. (Yogyakarta : Al Manar, 2018). Hlm 190



*lebih mengetahui tentang siapa yang tersesat dari jalan-Nya dan Dialah yang lebih mengetahui orang-orang yang mendapat petunjuk”.* (An-Nahl 16 : 125).

Ayat di atas menjelaskan tentang metode dalam membimbing, mengarahkan dan mendidik untuk menuju kepada perbaikan, perubahan dan pengembangan yang lebih positif dan membahagiakan. Metode tersebut ialah sebagai berikut :

#### 1) Hikmah

Kata “al-hikmah” menurut bahasa mengandung makna mengetahui keunggulan sesuatu melalui suatu pengetahuan, sempurna, bijaksana dan suatu yang tergantung padanya akibat sesuatu yang terpuji.<sup>27</sup>

Al-Hikmah adalah : (a) sikap kebijaksanaan yang mengandung asas musyawarah dan menjauhkan mudharat serta rasa kasih sayang, (b) energi ilahiyah yang mengandung potensi perbaikan, perubahan, pengembangan dan penyembuhan, (c) esensi ketaatan ibadah, (d) wujudnya berupa cahaya yang selalu menerangi jiwa, kalbu, akal fikiran dan inderawi, (e) kecerdasan ilahiyah, yang dengannya segala persoalan hidup dapat teratasi dengan benar, (f) rahasia ketuhanan yang tersembunyi dan gaib, (g) ruh dan esensi al-Qur'an, (h) potensi kenabian.<sup>28</sup>

---

<sup>27</sup>*Ibid.* hlm 191

<sup>28</sup>*Ibid.* Hlm 198

Metode hikmah ialah metode yang bisa memberikan pengajaran kepada klien melalui keshalihan dan ketauladanan konselor. Maka dari itu hendaknya konselor harus juga orang yang senantiasa dekat pada Allah SWT, agar tersampaikan hikmahnya kepada konseli. Karena sesuatu yang disampaikan dari ketulusan dan kebersihan hati maka akan sampai juga pada hati yang ditujunya.

## 2) *Mau'izhotil Hasanah*

*Mau'izhotil Hasanah* ialah metode bimbingan dengan cara mengambil pelajaran-pelajaran dari perjalanan para Nabi, Rasul, Sahabat, dan lainnya. Dengan mereka Allah memberikan dan membimbing dari mulai cara berfikir, berperasaan, berperilaku serta menanggulangi problem kehidupan. Semua itu tidak terlepas Allah berikan karena mereka adalah orang-orang yang senantiasa taat dan selalu mendekatkan diri pada Allah dalam keadaan lapang maupun sempit.

*Mau'izhotil Hasanah* adalah pelajaran baik yang dalam pandangan Allah dan RasulNya, sehingga pelajaran itu dapat membantu konseli dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi. Dalam hal ini konselor perlu menguasai materi yang mengandung pelajaran-pelajaran yang bermanfaat.<sup>29</sup>

Materi *Mau'izhotil Hasanah* dapat diambil dari sumber-sumber pokok ajaran Islam maupun dari para pakar selama tidak

---

<sup>29</sup> *Ibid.* Hlm 202

bertentangan dengan norma-norma Islam. Sumber-sumber yang dimaksud adalah :

- a) Al-quran
- b) Sunnah
- c) Atsar
- d) Ijma ulama
- e) Pendapat atau penemuan para pakar non Muslim seperti: terapi psikoanalitik dari Freud, terapi eksistensial-humanistik dari May, Maslow, Frangke dan Jourarat, terapi *client centered* dari Carl Regers, dan lain-lain.

### 3) *Mujadalah*

Proses *mujadalah* ini merupakan proses yang dilakukan ketika konseli sedang dalam kebimbangan. Sehingga cara ini bisa dilakukan ketika konseli ingin mencari kebenaran yang dapat meyakinkan dirinya, yang selama ini ia memiliki problem kesulitan mengambil suatu keputusan ari dua hal atau lebih, sedangkan konseli berasumsi bahwa semua pilihan itu baik dan benar untuk dirinya. Padahal dalam pandangan konselor hal itu dapat membahayakan perkembangan jiwa, akal fikiran, emosional dan lingkungannya.<sup>30</sup>

*Mujadalah* atau bisa disebut juga diskusi dengan cara yang baik memiliki beberapa prinsip dan ciri khas yaitu, harus adanya kesabaran tinggi dari konselor, konselor harus menguasai akar

---

<sup>30</sup> *Ibid.* hlm 202

permasalahan dengan baik, saling menghormati dan menghargai, tidak bertujuan menjauhkan atau mengalahkan, melainkan membimbing konseli agar mendapatkan jalan keluar, kemudian tidak menyinggung perasaan konseli, mengemukakan dalil-dalil Al-Qur'an dan Sunnah dengan tepat dan jelas, dan terakhir tentunya konselor harus menjadi contoh tauladan bagi konselinya. Karena Allah pun murka kepada orang yang tidak mengamalkan apa yang ia nasehatkan kepada orang lain.

**c. Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok**

Menurut Amti, bahwa tujuan bimbingan kelompok terdiri dari tujuan umum dan tujuan khusus. Secara umum bimbingan kelompok bertujuan untuk membantu para siswa yang mengalami masalah melalui prosedur kelompok. Selain itu juga mengembangkan pribadi masing-masing anggota kelompok melalui berbagai suasana yang muncul dalam kegiatan itu, baik suasana yang menyenangkan maupun menyedihkan. Secara khusus bimbingan kelompok bertujuan untuk :

- a) Melatih siswa untuk berani mengemukakan pendapat dihadapan teman-temannya,
- b) Melatih siswa dapat bersikap terbuka di dalam kelompok.
- c) Melatih siswa untuk dapat membina keakraban Bersama teman-teman dalam kelompok khususnya dan teman di luar kelompok pada umumnya.

- d) Melatih siswa untuk dapat mengendalikan diri dalam kegiatan kelompok.
- e) Melatih siswa untuk dapat bersikap tenggang rasa dengan orang lain.
- f) Melatih siswa memperoleh keterampilan sosial.
- g) Membantu siswa mengenali dan memahami dirinya dalam hubungannya dengan orang lain.

Pendapat lain mengenai tujuan bimbingan kelompok dikemukakan oleh Winkel dan Hastuti yaitu supaya orang yang dilayani menjadi mampu mengatur kehidupan sendiri, memiliki pandangannya sendiri dan tidak sekedar meniru pendapat orang lain, mengambil sikap sendiri, dan berani menanggung sendiri efek serta konsekuensi dari tindakan-tindakannya.<sup>31</sup> Menurut Prayitno tujuan bimbingan kelompok juga dapat dilihat dari dua sisi yaitu tujuan secara umum dan tujuan secara khusus. Tujuan bimbingan kelompok dapat dibagi menjadi dua, yaitu tujuan secara umum dan tujuan secara khusus. Tujuan umum layanan bimbingan kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa siswa, khususnya kemampuan komunikasi peserta layanan. Sedangkan tujuan khusus layanan bimbingan kelompok bermaksud membahas topik-topik tertentu yang mengandung permasalahan aktual (hangat) dan menjadi perhatian peserta. Melalui dinamika kelompok yang intensif, pembahasan topik-topik itu mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, dan sikap yang menunjang

---

<sup>31</sup> Winkel, W.S dan M.M Sri Hastuti.. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*.(Yogyakarta: Media Abadi,2004). Hlm 564.

diwujudkannya tingkah laku yang lebih efektif. Dalam hal ini kemampuan berkomunikasi, verbal maupun non verbal ditingkatkan.<sup>32</sup>

Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa tujuan dari bimbingan kelompok adalah untuk membantu setiap anggota kelompok mampu bersosialisasi dengan lingkungan sekitar dengan baik yakni saling menerima, menanggapi, toleransi, dan juga memberi. tujuan dibentuknya kelompok ini adalah sebagai sarana mengembangkan dan pembiasaan diri sebelum terjun ke dunia yang lebih luas, maka dari itu diharapkan setiap kelompok bimbingan ini mampu menjadikan anggotanya bisa bersosialisasi dengan baik kelak di dunia luar. Serta mampu memahami diri sendiri dan mengambil keputusan dengan tepat sehingga mencapai perkembangan diri yang optimal dan terlaksananya kehidupan sehari-hari yang efektif.

#### **d. Fungsi Layanan Bimbingan Kelompok Islami**

Fungsi layanan bimbingan kelompok berbasis Islam di golongan kepada tiga fungsi, yaitu :

##### **1) Remedial atau Rehabilitatif**

Yang dimaksud dengan fungsi remedial atau rehabilitatif ialah peranan yang berfokus pada masalah : (a) penyesuaian diri, (b) menyembuhkan masalah psikologis yang dihadapi, (c) mengembalikan kesehatan mental dan mengatasi gangguan emosional.

---

<sup>32</sup> Prayitno. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. (Jakarta : Rineka Cipta2004). Hlm 4

## 2) Fungsi Edukasi atau Pengembangan

Fungsi ini berfokus kepada masalah : (a) membantu meningkatkan keterampilan-keterampilan dalam kehidupan, (b) mengidentifikasi dan memecahkan masalah-masalah hidup, (c) membantu meningkatkan kemampuan menghadapi transisi dalam kehidupan, (d) untuk keperluan jangka pendek, bimbingan membantu individu-individu menjelaskan nilai-nilai, menjadi lebih tegas, mengendalikan kecemasan, meningkatkan keterampilan komunikasi antar pribadi, memutuskan arah hidup, menghadapi kesepian dan sebagainya.

## 3) Fungsi Preventif (Pencegahan)

Fungsi ini berupaya agar konseli terhindar dari masalah-masalah yang tidak diinginkan. Upaya preventif meliputi pengembangan strategi-strategi dan program-program yang dapat digunakan untuk mencegah dan mengantisipasi resiko-resiko hidup yang tidak perlu terjadi.<sup>33</sup>

### e. **Komponen-Komponen Layanan Bimbingan Kelompok**

Komponen-komponen yang harus diperhatikan sehingga kelompok dapat berjalan menurut Prayitno adalah dinamika kelompok, pemimpin kelompok dan anggota kelompok. Berikut penjelasannya :

---

<sup>33</sup> Hamdani Bakran Asz-Dzaky. *Konseling dan Psikoterapi Islam*. (Yogyakarta : Al Manar. 2018). Hlm 217-218



### 1) Pemimpin Kelompok

Pemimpin kelompok merupakan unsur yang menentukan akan berjalan dengan baik atau tidak bimbingan kelompok yang akan dilaksanakan. Lancarnya proses bimbingan kelompok ini perlu ditunjang dengan konselor atau pemimpin yang profesional. Hal ini dapat dipenuhi dengan banyak mempelajari teori dan juga pengalaman. Sehingga konselor akan semakin pandai dalam memimpin jalannya proses bimbingan.

Pemimpin kelompok menurut Prayitno, memiliki peran dalam mengarahkan suasana kelompok yaitu 1) pembentukan kelompok dari sekumpulan (calon) peserta (terdiri dari 8-10 orang), sehingga terpenuhi syarat-syarat kelompok yang mampu secara aktif mengembangkan dinamika kelompok, 2) penstrukturan, yaitu membahas Bersama anggota kelompok, apa, mengapa, dan bagaimana layanan bimbingan kelompok dilaksanakan, 3) tahapan kegiatan bimbingan kelompok, 4) penilaian segera (laiseg) hasil layanan bimbingan kelompok, dan 5) tindak lanjut layanan.

Secara umum hal yang harus dimiliki oleh konselor atau pemimpin kelompok ialah keterampilan dalam membuat dinamika kelompok dapat terwujud. Dengan hal itu konselor akan dinyatakan berhasil dalam memimpin jalannya proses bimbingan kelompok.

## 2) Anggota Kelompok

Anggota kelompok merupakan salah satu unsur pokok dalam layanan bimbingan kelompok. Tanpa anggota kelompok tidaklah mungkin ada kelompok dan sebagian besar kegiatan bimbingan kelompok di dasarkan atas peranan dari anggota kelompok. Tidak semua kumpulan individu dapat dijadikan anggota bimbingan kelompok, tetapi kelompok di bentuk oleh konselor sesuai dengan persyaratan yang ada.

Peranan anggota kelompok ketika bimbingan kelompok adalah 1) mendengar dan memahami, 2) berpikir dan berpendapat, 3) menganalisis dan berargumentasi, 4) merasa, berempati, dan bersikap, dan 5) berpartisipasi dalam kegiatan bersama.

Dapat di simpulkan bahwa peran anggota dalam kelompok adalah berpartisipasi aktif pada setiap sesi. Anggota boleh menanggapi pendapat dari anggota lain, dengan catatan ia harus mengikuti arahan dari pemimin kelompok.

## 3) Dinamika Kelompok

Definisi dinamika kelompok yaitu kuatnya interaksi antar anggota kelompok yang terjadi untuk mencapai tujuannya. Dikemukakan pula bahwa produktivitas kelompok akan tercapai apabila ada interaksi yang harmonis antar anggotanya.<sup>34</sup> Dalam kegiatan bimbingan kelompok dinamika kelompok sangat perlu

---

<sup>34</sup> Tatiek, Romlah. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*, (Malang: Universitas Negeri Malang, 2001), hlm.32.

karena dinamika kelompok adalah hubungan interpersonal yang ditandai dengan semangat, kerjasama antar anggota kelompok, saling berbagi pengetahuan, pengalaman dan mencapai tujuan kelompok. Dinamika kelompok merupakan jiwa dalam kehidupan kelompok yang menentukan gerak dan arah untuk mencapai tujuan bimbingan kelompok.<sup>35</sup>

Dari uraian diatas, dinamika kelompok merupakan hal penting yang perlu terjadi pada proses bimbingan kelompok. Karena dengan dinamika kelompok terwujudnya tujuan kelompok memiliki kemungkinan yang besar.

#### **f. Tahap-Tahap Bimbingan Kelompok**

Setiap kegiatan pasti memiliki tahap-tahap dalam pelaksanaannya. Begitupun dengan bimbingan kelompok, menurut Prayitno tahap-tahap bimbingan kelompok yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap pelaksanaan kegiatan, dan tahap pengakhiran. Berikut ini merupakan penjelasannya:

##### **1) Tahap Pembentukan**

Tahap pembentukan yaitu tahapan membentuk sejumlah individu menjadi suatu kelompok yang siap mengembangkan dinamika kelompok dalam mencapai tujuan bersama. Pada tahap ini pada umumnya para anggota saling memperkenalkan diri, kemudian penjelasan pengertian dan tujuan yang ingin di capai dalam kelompok

---

<sup>35</sup> Prayitno. 2004. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta : Rineka Cipta. Hlm 4-

akan disampaikan oleh pemimpin kelompok. Pemahaman anggota tentang ini memungkinkan untuk menjadikan mereka berperan secara aktif dalam bimbingan kelompok dan selanjutnya dapat menumbuhkan minat untuk mengikuti bimbingan kelompok. Tahap ini juga bertujuan untuk menumbuhkan suasana saling mengenal, saling percaya, saling menerima, dan membantu antar anggota kelompok.

Dalam tahap ini anggota diberikan penjelasan seluruhnya mengenai bimbingan kelompok dari mulai pengertian dan tujuan dari kelompok dalam rangka pelayanan bimbingan dan konseling, penjelasan cara dan asas-asas bimbingan kelompok, pengenalan dan pengungkapan diri dari anggota kelompok, serta melakukan permainan keakraban bila diperlukan.

## **2) Tahap Peralihan**

Tahap peralihan atau disebut juga tahap transisi, yakni mengalihkan kegiatan dari tahap pembentukan ke tahap kegiatan yang lebih terarah pada pencapaian tujuan kelompok. Pada tahap peralihan pemimpin kelompok harus berperan aktif membawa suasana, keseriusan dan keyakinan anggota kelompok dalam mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Anggota kelompok diyakinkan lagi sebelum masuk tahap selanjutnya mengenai harapan yang ingin dicapai di dalam bimbingan kelompok. Sehingga apabila sudah jelas kegiatan apa saja yang akan dilakukan anggota kelompok tidak akan memiliki

keraguan atau merasa tidak siap melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok.

### **3) Tahap Kegiatan**

Tahap kegiatan merupakan tahap inti dari bimbingan kelompok. Merupakan tahap pembahasan masalah-masalah yang akan dibahas dalam bimbingan kelompok. Tujuan yang hendak dicapai dalam tahap ini yaitu terbahasnya secara tuntas permasalahan yang dihadapi anggota kelompok dan terciptanya suasana untuk mengembangkan diri, baik menyangkut pengembangan kemampuan berkomunikasi maupun pendapat yang dikemukakan oleh anggota kelompok.

Pada tahap ini semua anggota kelompok mulai saling bertukar pendapat atau pengalamannya masing-masing secara bebas. Para anggota bersikap saling membantu, saling menerima, saling kuat menguatkan, dan saling berusaha untuk membangun rasa kebersamaan. Dalam penelitian ini digunakan topik kelompok pertumbuhan dan pengalaman. Maka pada tahap kegiatan pemimpin kelompok akan memberikan materi yang akan disampaikan mengenai topik-topik perkembangan siswa mengenai kontrol diri. Setelah disampaikan materi siswa akan saling menanggapi dan berdiskusi mengenai apa yang mereka rasakan dan sejauh mana perbaikannya yang telah dicapai.

#### 4) Tahap Pengakhiran

Dalam tahap pengakhiran merupakan akhir dari seluruh kegiatan bimbingan kelompok. Pada tahap ini anggota kelompok mengungkapkan kesan, pesan dan evaluasi akhir terhadap kegiatan bimbingan kelompok.<sup>36</sup> Selain itu kelompok juga merencanakan kegiatan lanjutan (*follow up*) dari bimbingan kelompok yang telah dilakukan. Kemudian pada tahap ini, pemimpin kelompok menyimpulkan hasil pembahasan.<sup>37</sup>

## 2. Kontrol diri

### a. Pengertian *self-control*

Pengendalian diri (*Self-control*) didefinisikan sebagai pengaturan proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang, dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri. Kontrol diri juga dapat diartikan sebagai suatu aktivitas pengendalian tingkah laku, pengendalian tingkah laku mengandung makna yaitu melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak.<sup>38</sup>

Kemampuan *self control* juga memiliki hubungan dengan berbagai perasaan yang ada pada diri setiap individu. Menurut Messina dan Messina, menyatakan bahwa pengendalian diri adalah seperangkat

---

<sup>36</sup> Hallen, *Bimbingan dan Konseling. Edisi Revisi*, (Jakarta: Quantum Teaching, 2005), hlm.132

<sup>37</sup> Prayitno. 1995. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil)*. Jakarta: Ghalia Indonesia. Hlm 40-60

<sup>38</sup> M. Nur Ghufro dan Rini R.W S. 2011. *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta : Arr-Ruzz Media. Hlm 25

tingkah laku yang berfokus pada keberhasilan mengubah diri pribadi, keberhasilan menangkal pengrusakan diri (*self destructive*), perasaan mampu pada diri sendiri, perasaan mandiri (*autonomy*) atau bebas dari pengaruh orang lain, kebebasan menentukan tujuan, kemampuan untuk memisahkan perasaan dan pikiran rasional, serta seperangkat tingkah laku yang berfokus pada tanggung jawab atas diri pribadi.<sup>39</sup> Sedangkan menurut Averill, kontrol diri adalah kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, kemampuan individu dalam mengelola informasi yang diinginkan dan yang tidak diinginkan, dan kemampuan individu untuk memilih salah satu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini.<sup>40</sup>

Berbagai pengertian yang telah disampaikan oleh para ahli, dapat disimpulkan bahwa pengertian *self control* merupakan suatu kemampuan individu dalam upaya mengendalikan diri sendiri, baik itu dalam hal perilakunya, pemikirannya, maupun pengambilan keputusan yang akan diambil oleh individu tersebut. Selain itu, *self control* juga berguna sebagai bentuk pencegahan dari suatu hal yang dapat merugikan diri sendiri dan orang lain.

#### **b. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri**

Sebagaimana faktor psikologis lainnya, kontrol diri dipengaruhi oleh beberapa faktor. Secara garis besarnya faktor-faktor yang mempengaruhi *self control* terdiri dari faktor internal (dari diri individu)

---

<sup>39</sup> Gunarsa, S.D. 2009. *Dari Anak Sampai Usia Lanjut Bunga Rampai Psikologi Perkembangan*. Jakarta : PT BPK Gunung Mulia. Hlm 251

<sup>40</sup> Marsela dan Supriatna. Kontrol diri : definisi dan faktor. *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research*. Vol.3, No.2, Agustus 2019. Hlm 67



dan faktor eksternal (lingkungan individu).<sup>41</sup> Berikut adalah penjelasannya :

1) Faktor internal

Faktor internal yang ikut andil terhadap kontrol diri adalah usia. Semakin bertambah usia seseorang maka, semakin baik kemampuan mengontrol diri seseorang itu.

2) Faktor eksternal

Faktor eksternal ini diantaranya adalah lingkungan keluarga dan lingkungan sekitarnya. Lingkungan keluarga terutama orang tua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang.

Hasil penelitian Nasichah dalam Ghufon dan Risnawita menunjukkan bahwa persepsi remaja terhadap penerapan disiplin orang tua yang semakin demokratis cenderung diikuti tingginya kemampuan mengontrol dirinya. Oleh sebab itu, bila orang tua menerapkan sikap disiplin kepada anaknya secara intens sejak dini, dan orang tua tetap konsisten terhadap semua konsekuensi yang dilakukan anak bila ia menyimpang dari yang sudah ditetapkan, maka 19 sikap kekonsistensian ini akan diinternalisasi anak dan kemudian akan menjadi kontrol diri baginya.

Sedangkan faktor-faktor yang mempengaruhi *self-control* menurut Gilliom dalam Gunarsa ada beberapa sub-faktor yang mempengaruhi pembentukan pengendalian diri dalam diri individu. Keseluruhan sub-

---

<sup>41</sup> M. Nur Ghufon dan Rini R.W S. 2011. *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta : Arr-Ruzz Media. Hlm 32

faktor tersebut termasuk dalam faktor *emotion regulation* (terdiri dari *active distraction*, *passive waiting*, *information gathering*, *comfort seeking*, *focus on delay object/task*, serta *peak anger*).<sup>42</sup>

Selain sub-sub faktor yang telah disebutkan diatas, ada faktor lain yang turut mempengaruhi pengendalian diri individu yaitu *self regulation*. Hal ini dikarenakan pengendalian diri individu merupakan pengembangan *self regulation* pada masa anak-anak. Dapat dikatakan bahwa pengendalian diri juga akan dipengaruhi oleh faktor-faktor yang mempengaruhi *self regulation*. Menurut Bandura, faktor-faktor yang mempengaruhi *self-regulation* adalah faktor umpan balik (*adequate feedback*), dan faktor perasaan mampu (*self-efficacy*).<sup>43</sup>

Berdasarkan faktor-faktor yang telah disampaikan para ahli, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri ialah faktor internal dan eksternal, selain itu ada pula yakni pengaruh dari *self regulation* yaitu faktor umpan balik dan perasaan mampu.

### c. Jenis-Jenis Kontrol Diri

Kemampuan kontrol diri sama hal-nya seperti kemampuan individu lainnya, yakni memiliki beberapa jenis dan menunjukkan tingkatan yang berbeda-beda sesuai kemampuan inididu, yaitu sebagai berikut :

#### 1) *Over Control*

<sup>42</sup> Gunarsa, S.D. 2009. *Dari Anak Sampai Usia Lanjut Bunga Rampai Psikologi Perkembangan*. Jakarta : PT BPK Gunung Mulia. Hlm 253

<sup>43</sup> Fundukian, L.J and Jeffrey W. 2008. *Self-control Strategies Vol 2*. The Gale Encyclopedia of Mental Health. Detroit : Gale, Cengage Learning. Hlm 1027

*Over control* ialah tingkat kemampuan individu dalam mengontrol diri yang berlebihan pada diri mereka sendiri. Pengendalian diri yang dilakukan oleh individu secara berlebihan yang menyebabkan individu banyak menahan diri beraksi terhadap stimulus.

## 2) *Under Control*

*Under control* yaitu suatu kecenderungan individu untuk melepaskan impuls dengan bebas. Individu cenderung bertindak tanpa berpikir panjang atau melakukan segala tindakan tanpa perhitungan yang matang.

## 3) *Appropriate Control*

*Appropriate control* yaitu individu yang memiliki pengendalian diri yang baik, yaitu individu yang mampu mengendalikan keinginan atau dorongan yang mereka miliki secara tepat.<sup>44</sup>

Sebagaimana yang telah dijelaskan sebelumnya bahwa kontrol diri dibagi menjadi tiga jenis yaitu *over control*, *under control*, dan *appropriate control*.

### d. Aspek- Aspek Kontrol Diri

Menurut Averill dalam Zulkarnain, terdapat tiga aspek kontrol diri, yaitu sebagai berikut :

- 1) Kendali tingkah laku (*behavior control*), ialah kesiapan atau kemampuan seseorang memodifikasi suatu keadaan yang tidak

<sup>44</sup> Zulkarnain. 2002. Hubungan Kontrol Diri Dan Kreatifitas Pekerja. Laporan Penelitian. Universitas Negeri Sumatera Utara. Online at <http://Repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/3494/Zulkarnaen>. Hlm 10

menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku dalam hal ini berupa kemampuan untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi, dirinya sendiri, orang lain, atau sesuatu di luar dirinya.

- 2) Kendali kognitif (*cognitive control*), ialah kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan.
- 3) Mengontrol keputusan (*decision control*), ialah kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya.<sup>45</sup>

**e) Fungsi Kontrol Diri**

Setiap individu secara tidak sadar setiap harinya telah menggunakan kemampuan kontrol diri untuk beberapa hal dalam kehidupan sehari-harinya. Tentu dengan pembiasaan dan pembelaran yang telah mereka lakukan. Menurut Messina & Messina pengendalian diri memiliki beberapa fungsi, yaitu:

**1) Membatasi Perhatian Individu Kepada Orang Lain**

Sering kali individu melupakan kepentingan atau kebutuhan dirinya sendiri hanya karena lebih mendahulukan perhatiannya untuk orang lain di sekitarnya. Dengan adanya kontrol diri, individu akan memberikan perhatian pada kebutuhan pribadinya pula.

---

<sup>45</sup> *Ibid* hlm 12.

2) Membatasi Keinginan Individu Untuk Mengendalikan Orang Lain di Lingkungannya.

Sebagai makhluk sosial, manusia sudah seharusnya saling berbagi ruang aspirasi dengan yang lain. Namun terkadang masih ada individu yang egois. Dengan adanya kontrol diri, individu akan membatasi ruang bagi aspirasi dirinya dan memberikan ruang bagi aspirasi orang lain supaya dapat terakomodasi secara bersama-sama.

3) Membatasi Individu untuk Bertingkah Laku Negatif

Dengan adanya kontrol diri yang dimiliki individu akan menghindarinya dari berbagai tingkah laku negatif. Memiliki kemampuan kontrol diri berarti individu mampu untuk menahan dorongan atau keinginan untuk bertingkah laku (negatif) yang tidak sesuai dengan norma sosial. Tingkah laku negatif yang tidak sesuai dengan norma sosial tersebut meliputi ketergantungan pada obat atau zat kimia, ketergantungan pada alkohol, rokok, serta ketergantungan untuk bermain judi.

4) Membantu Individu Untuk Memenuhi Kebutuhan Hidup Secara Seimbang

Individu yang memiliki pengendalian diri yang baik, akan berusaha memenuhi kebutuhan hidupnya dalam takaran yang sesuai dengan kebutuhan yang ingin dipenuhinya. Dalam hal ini, pengendalian diri membantu individu untuk menyeimbangkan pemenuhan kebutuhan hidup, seperti tidak memakan makanan secara

berlebihan, tidak melakukan hubungan seks berlebihan berdasarkan nafsu semata-mata, atau tidak melakukan kegiatan berbelanja secara berlebihan melampaui batas kemampuan keuangan.<sup>46</sup>

Dapat disimpulkan bahwa kontrol diri kurang lebih memiliki empat fungsi yang sangat penting untuk dimiliki setiap individu yaitu membatasi perhatian individu kepada orang lain, membatasi keinginan individu untuk mengendalikan orang lain di lingkungannya, membatasi individu untuk bertingkahtaku negatif, membantu individu untuk memenuhi kebutuhan hidup secara seimbang.

#### **H. Metode Penelitian**

Metode penelitian yang digunakan peneliti adalah metode penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif didefinisikan sebagai penelitian yang memperoleh gambaran yang rasional dan lebih mendalam dengan perolehan data yang ekstensif pada beberapa variabel pendekatan naturalistic inkuiri. Hampir sama dengan penelitian historis, akan tetapi penelitian kualitatif mempunyai ruang lingkup yang lebih luas yang bertujuan meningkatkan pemahaman bahkan menyangkut hubungan sebab-akibat. Strategi yang biasa digunakan di antaranya observasi partisipatif yang dilengkapi dengan pengumpulan dokumen yang relevan dan wawancara informal dengan data yang lengkap melalui pencatatan dan rekaman yang ekstensif.<sup>47</sup> Semakin jelas dan detail metode penelitian

---

<sup>46</sup> Gunarsa, S.D. 2009. *Dari Anak Sampai Usia Lanjut Bunga Rampai Psikologi Perkembangan*. Jakarta : PT BPK Gunung Mulia. Hlm 255-256.

<sup>47</sup> Suprpto. *Metodeloogi Pnelitian Ilmu Pendiidikan Dan Ilmu-Ilmu Pengetahuan Sosial*. (Yogyakarta : Buku Seru, 2013), hlm, 34-35.

yang di gunakan, semakin memudahkan peneliti ketika terjun di lapangan.

### 1. Jenis Penelitian

Jenis metode peneletian kualitatif yang digunakan peneliti adalah penelitian metode lapangan dengan metode deskriptif. Metode penelitian lapangan dengan pendekatan kualitatif merupakan metode yang dilakukan ditempat atau lokasi dilapangan. Sedangkan metode deskriptif adalah metode yang digunakan untuk meneliti status kelompok manusia, suatu objek, suatu set kondisi, suatu sistem pemikiran, ataupun suatu kelas peristiwa pada masa sekarang.<sup>48</sup>

Menurut Bogdan dan Biklen, S dalam jurnal yang ditulis oleh Pupu Saeful menjelaskan bahwa penelitian kualitatid adalah salah satu prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa ucapan atau tulisan dan perilaku orang-orang yang diamati. Penelitian kualitatif bertujuan untuk mendapatkan pemahaman yang sifatnya umum terhadap kenyataan sosial dari prespektif partisipan. Pemahaman tersebut tidak ditentukan terlebih dahulu, tetapi didapat setelah melakukan analisis terhadap kenyataan sosial yang menjadi focus penelitian. Penelitian kualitatif juag disebut dengan : *interpretive reseach, naturalistic reseach, phenomological reseach*.<sup>49</sup>

Penelitian kualitatif menurut Strauss dan Corbin dalam Crsswell,J adalah jenis penelitian yang menghasilkan penemuan-

<sup>48</sup> Andi Prastowo, Metode Penelitian..., hlm 183-186

<sup>49</sup> Pupu. Penelitian Kualitatif. *Jurnal Equilibrium*. Vol.5, No.9, Januari-Juni 2009. Hlm 2-



penemuan yang tidak dapat dicapai atau diperoleh dengan menggunakan prosedur-prosedur statistic atau cara-cara lain dari kuantifikasi (pengukuran).<sup>50</sup>

Teknik ini digunakan untuk mendeskripsikan data di lapangan mengenai tahapan dan metode yang digunakan dalam bimbingan kelompok berbasis Islam dalam meningkatkan kontrol diri siswa SMA IT Abu Bakar Yogyakarta.

## 2. Subjek dan Objek Penelitian

### a. Subjek Penelitian

Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *nonprobability* sampling yaitu teknik sampling yang tidak memberikan peluang atau kesempatan yang sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel. Jenis *nonprobability* sampling yang dipakai yaitu *sampling purposive* yang berarti suatu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Peneliti memilih subjek sebagai sampel yang benar-benar mengetahui atau memiliki kompetensi dengan topik penelitian yang dilakukan.<sup>51</sup> Oleh karena itu, peneliti menetapkan kriteria-kriteria tertentu yang harus dimiliki oleh sampel-sampel yang dijadikan subjek penelitian. Subjek penelitian ini adalah guru yang menjabat

---

<sup>50</sup>Cresswell, J. 1998. *Research Design: Qualitative & Quantitative Approach*. Thousand Oaks, CA : Sage Publications. Hlm 24

<sup>51</sup> Nanang Martono, *Metode Penelitian Kuantitatif: Analisis Isi dan Analisis Data Sekunder*, (Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2012), hlm. 78-79

sebagai koordinator kegiatan bimbingan kelompok berbasis Islam serta siswa yang memiliki kriteria sebagai berikut :

- a) Siswa kelas X dan XI yang masih aktif di SMA IT Abu Bakar Yogyakarta pada tahun 2021.
- b) Bersedia menjadi informan.
- c) Mampu berkomunikasi dengan baik.

Berdasarkan teori Moustakas jumlah informan penelitian kualitatif berjumlah antara 3-10 orang atau lebih, sesuai dengan keperluan hingga mencapai saturasi data.<sup>52</sup> Saturasi data yaitu suatu kondisi yang dialami ketika informasi yang diperoleh melalui sumber data sudah tidak ada informasi baru yang didapatkan dan pengalaman telah dicapai.<sup>53</sup>

Penelitian ini menargetkan kepada guru pembina BPI, guru BK dan siswa kelas X dan XI. Terdapat 46 guru pembina BPI, yang dijadikan subjek pada penelitian adalah 1 koordinator BPI. Terdapat 3 guru BK, yang dijadikan subjek pada penelitian adalah 1 koordinator BK. Terdapat 197 siswa kelas X dan 167 siswa kelas XI, yang dijadikan subjek pada penelitian adalah masing-masing 1 siswa dari kelas X dan kelas XI yang sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan.

---

<sup>52</sup> Moustakas, C. E. *Phenomenological research methods*. Thousand Oaks, Calif: Sage Publ. (1999), hlm. 25.

<sup>53</sup> Saunders, B., dkk, *Saturation in qualitative research: exploring its conceptualization and operationalization*. (Quality and quantity, 2018), hlm. 1893.

## **b. Objek Penelitian**

Objek penelitian yaitu permasalahan yang menjadi titik sentral perhatian suatu permasalahan.<sup>54</sup> Adapun yang menjadi objek penelitian adalah tahap-tahap bimbingan kelompok berbasis Islam dalam meningkatkan kontrol diri.

## **3. Teknik Pengumpulan Data**

### **a. Metode Observasi**

Metode observasi meliputi kegiatan pencatatan sistematis kejadian-kejadian, perilaku, obyek-obyek yang dilihat dan hal-hal lain yang diperlukan dalam mendukung penelitian yang sedang dilakukan. Pada tahap awal observasi dilakukan secara umum, peneliti mengumpulkan data atau informasi sebanyak mungkin. Tahap selanjutnya peneliti harus melakukan observasi yang terfokus, yaitu mulai menyempitkan data atau informasi yang diperlukan sehingga peneliti menemukan pola-pola perilaku dan hubungan yang terus menerus terjadi. Salah satu peranan pokok dalam melakukan observasi ialah untuk menemukan interaksi yang kompleks dengan latar belakang sosial yang alami.<sup>55</sup>

---

<sup>54</sup> Suharsimi Arikunto. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. (Jakarta : Rineka Cipta, 1991), Hlm 115

<sup>55</sup> Jonathan Sarwono. *Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif*. (Yogyakarta : Graha Ilmu, 2006). Hlm 224

Teknik observasi yang dilakukan peneliti yaitu observasi non partisipatif, observasi non partisipan adalah metode observasi dimana observer tidak ambil bagian dalam peristiwa kehidupan yang diobservasi.<sup>56</sup> Peneliti menggunakan teknik ini untuk memperoleh informasi terkait proses kegiatan, kondisi dan situasi layanan bimbingan kelompok berbasis Islam, jumlah subjek, dan lain sebagainya. Observasi dilakukan sebanyak dua kali di dua kelompok yang berbeda dengan mengamati proses pelaksanaan bimbingan kelompok berbasis Islam. Terdapat 9 anggota yang menghadiri bimbingan pada tanggal 24 April 2021 dari jumlah keseluruhan 10 anggota pada kelompok kelas XI, sedangkan di kelompok kelas X terdapat semua anggota hadir dalam bimbingan kelompok yaitu 10 anggota, pada tanggal 23 April 2021.

#### **b. Metode Wawancara**

Wawancara pada penelitian kualitatif merupakan pembicaraan yang mempunyai tujuan dan didahului beberapa pertanyaan informal. Wawancara penelitian lebih dari sekedar percakapan dan berkisar dari informal ke formal. Peneliti cenderung mengarahkan wawancara pada penemuan perasaan,

---

<sup>56</sup> Hasyim Hasanah. Teknik-Teknik Observasi (Sebuah Alternatif Metode Pengumpulan Data Kualitatif Ilmu-ilmu Sosial). *Jurnal at-Taqaddum*, Volume 8, Nomor 1, Juli 2016. Hlm 36

persepsi, dan pemikiran partisipan.<sup>57</sup> Adapun jenis wawancara menurut Patton, wawancara informal atau tidak berstruktur, wawancara terarah atau berstruktur, dan wawancara terbuka yang standar atau semi berstruktur.<sup>58</sup>

Teknik wawancara yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik wawancara semi berstruktur. Wawancara ini dimulai dari isu yang dicakup dalam pedoman wawancara. Pertanyaan yang diberikan tidaklah sama pada tiap partisipan bergantung pada proses wawancara dan jawaban tiap individu. Namun dengan adanya pedoman wawancara menjamin peneliti dapat mengumpulkan jenis data yang sama dari partisipan. Peneliti dapat mengembangkan pertanyaan dan memutuskan sendiri mana isu yang dimunculkan. Waktu wawancara akan berlangsung sekitar 45menit sampai 1 jam. Jika dalam waktu yang maksimal tersebut data belum semua diperoleh, wawancara dapat dilakukan kembali.

Wawancara dilakukan sebanyak total 7 kali. Wawancara dilakukan kepada koordinator BPI untuk mendapatkan data mengenai sistem dan tahap-tahap bimbingan kelompok berbasis Islam di SMA IT Abu Bakar. Wawancara yang dilakukan dengan Koordinator BK bertujuan untuk mengetahui data seputar BK dan

---

<sup>57</sup>Imami Nur Rachmawati. Pengumpulan Data Dalam Penelitian Kualitatif: Wawancara. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, Volume 11, No.1, Maret 2007. Hlm 35

<sup>58</sup>Jonathan Sarwono. *Metode Penelitian....* Hlm 224

kondisi kontrol diri siswa di SMA IT Abu Bakar. Wawancara dengan kesiswaan bertujuan untuk melengkapi data bimbingan kelompok berbasis Islam dan kondisi kontrol diri siswa. Wawancara dengan siswa kelas X dan XI untuk melihat sejauh mana kontrol diri siswa di SMA IT Abu Bakar.

### c. Metode Dokumentasi

Teknik dokumentasi merupakan sarana pembantu peneliti dalam mengumpulkan data atau informasi dengan cara membaca surat-surat, pengumuman, iktisar rapat, pernyataan tertulis kebijakan tertentu dan bahan-bahan tulisan lainnya.<sup>59</sup>

Data yang diperoleh dalam skripsi ini, dokumentasi dilakukan untuk mendapatkan gambaran umum sekolah, mengabadikan proses kegiatan bimbingan kelompok berbasis Islam secara daring, laporan hasil penilaian BPI, daftar nama pembina BPI, dan SKL BPI.

## 4. Keabsahan Data

Dalam penelitian kualitatif uji keabsahan data meliputi uji *credibility* (validitas internal), *transferability* (validitas eksternal), *dependability* (reliabilitas), dan *confirmability* (obyektivitas).<sup>60</sup>

Keabsahan data dilakukan untuk membuktikan penelitian yang

<sup>59</sup> Jonathan Sarwono. *Metode Penelitian....*, hlm. 225

<sup>60</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan...*, hlm. 366

dilakukan benar-benar merupakan penelitian ilmiah sekaligus untuk menguji data yang diperoleh.

Teknik triangulasi yang dilakukan dalam penelitian ini ialah triangulasi teknik, Triangulasi teknik. adalah menguji kredibilitas data yang dilakukan dengan cara mengecek data kepada sumber yang sama dengan teknik yang berbeda.<sup>61</sup> Peneliti melakukan konfirmasi data dengan pengecekan kembali melalui tiga sumber data yang diperoleh, peneliti mengecek data yang didapat dari guru dan siswa yang dijadikan subjek.

## 5. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan bahan-bahan lain, sehingga dapat mudah dipahami, dan temuannya dapat diinformasikan kepada oranglain. Analisis data dilakukan dengan mengorganisasikan data, menjabarkannya ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun kedalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan yang dapat diinformasikan kepada oranglain.<sup>62</sup> Kegiatan dalam analisis data meliputi reduksi data (*data reduction*), penyajian data (*data display*), serta penarikan kesimpulan (*conclusion drawing*), sebagaimana dijelaskan sebagai berikut:

---

<sup>61</sup> *Ibid.* hlm 373

<sup>62</sup> Sugiyono, Metode Penelitian Pendidikan, Bandung: Alfabeta, 2017, hal. 335



#### a. Reduksi Data

Reduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya. Dengan demikian data yang direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas, dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya dan mencarinya bila diperlukan.<sup>63</sup> Berdasarkan Miles dan Huberman, reduksi data merupakan suatu bentuk analisis yang menajamkan, menggolongkan, mengarahkan, membuang yang tidak perlu, dan mengorganisasi data dengan cara sedemikian rupa sehingga kesimpulannya dapat ditarik dan diverifikasi.<sup>64</sup> Dalam penelitian ini data yang direduksi adalah hasil wawancara dan observasi yang mampu memberikan informasi mengenai hal yang akan diteliti.

#### b. Penyajian Data

Penyajian data merupakan sekumpulan informasi tersusun yang memberi kemungkinan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan. Dengan melihat penyajian, akan memahami apa yang sedang terjadi dan apa yang harus dilakukan berdasarkan atas pemahaman yang kita dapat dari penyajian-penyajian tersebut.<sup>65</sup> Penyajian data dalam penelitian ini merupakan

---

<sup>63</sup> Sugiyono. *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. (Bandung : Alfabeta, 2013). Hlm. 336

<sup>64</sup> J. R. Raco. *Metode Penelitian Kualitatif Jenis Karakteristik dan Keunggulan*. (Jakarta: Kasindo, 2010), hlm. 121

<sup>65</sup> *Ibid.*, hlm. 244.

gambaran seluruh informasi mengenai tahap-tahap proses bimbingan kelompok berbasis Islam di SMA IT Abu Bakar Yogyakarta.

c. Penarikan Kesimpulan

Setelah melakukan analisis dan penyajian data, maka hal yang dilakukan peneliti adalah menyimpulkan hasil penelitian yang menjawab rumusan masalah yang telah ditetapkan sebelumnya oleh peneliti.

## **BAB IV**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan serta pembahasan tentang Bimbingan Kelompok Berbasis Islam dalam Meningkatkan Kontrol Diri Siswa SMA IT Abu Bakar Yogyakarta dapat ditarik kesimpulan bahwa tahap-tahap pelaksanaan yang terdapat dalam bimbingan kelompok berbasis Islam memiliki semua tahapan yang dimiliki oleh bimbingan kelompok umum, yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap pengakhiran. Namun, ada perbedaan didalam tahapan kegiatan yakni jika bimbingan kelompok umum hanya membahas terkait masalah-masalah yang dialami oleh anggotanya dan tidak wajib memasukan nilai-nilai keagamaan. Sedangkan bimbingan kelompok berbasis Islam memiliki kegiatan yang lebih banyak, yang tentunya terdapat nilai-nilai keagamaan. Kegiatan tersebut yaitu : pembukaan, pembacaan ayat suci al-Qur'an, berita aktual, kultum, materi inti, *sharing*, penutup. Pembukaan yang diawali dengan membaca *basmallah* bersama-sama, kemudian pembacaan al-Qur'an secara bergantian. Pembacaan al-Qur'an ini bisa diganti dengan *muroja'ah* atau membaca hadits. Setelah itu kemudian dilanjut dengan penyampaian berita aktual, penyampaian kultum atau pembacaan kisah nabi dan para sahabat, kemudian memasuki acara inti yakni penyampaian materi oleh pembina kelompok. Materi yang disampaikan tentunya tentang nilai-nilai Islam yang sesuai dan dibutuhkan oleh siswa, yakni seperti akidah, akhlak, adab, fiqih, dan lain-lain. Kegiatan selanjutnya setelah

penyampaian materi ialah *sharing* atau lainnya, didalam sesi ini bisa diisi dengan diskusi tanya jawab terkait materi, atau setiap anggota bercerita tentang keadaannya masing-masing baik itu yang memiliki masalah maupun yang merasa tidak memiliki masalah dan terakhir adalah penutup, ditutup dengan bersama-sama membaca *hamdalah*, *istighfar* tiga kali dan doa *kafaratul majelis* dan salam.

Setelah melakukan semua metode penelitian, peneliti juga menyimpulkan bahwa kegiatan bimbingan kelompok berbasis Islam ini bisa meningkatkan kontrol diri siswa. Meskipun pihak sekolah mengatakan masih terus berusaha untuk mencapai tujuan itu. Namun setidaknya ini adalah sebuah usaha yang sangat baik dan perlu terus dipertahankan dan dikembangkan.

## **B. Saran**

Kegiatan bimbingan kelompok berbasis Islam yang diadakan oleh SMA IT Abu Bakar Yogyakarta ini adalah sebuah usaha yang sangat baik, sehingga perlu dipertahankan dan dikembangkan lagi supaya semakin optimal kebermanfaatannya. Adapun saran yang ingin diberikan sebagai berikut :

### **1. Untuk Tim BPI**

- a. Lebih ditekankan lagi bagi siswa yang suka hadir terlambat supaya tidak menghambat ke acara selanjutnya dan bisa selesai dengan lancar.
- b. Kalau bisa materi yang disampaikan ada yang berbentuk file juga, supaya ada gambaran lebih tentang materinya.

## 2. Untuk Siswa

Tetap semangat dan *istiqomah* dalam beramal shalih melalui kegiatan Bina Pribadi Islam (BPI). Selalu bersemangat untuk mencari ilmu dan mengaplikasikannya kedalam kehidupan sehari-hari.

## 3. Untuk Peneliti Selanjutnya

Peneliti-peneliti lain diharapkan dapat mempedalam atau mengembangkan lagi bimbingan kelompok berbasis Islam ini supaya bisa terus mencapai tujuan-tujuan yang diharapkan.

## C. Kata Penutup

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT. Yang telah memberikan rahmat dan hidayahnya-Nya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini, Penulis menyadari masih banyak kekurangan dan masih jauh dari kesempurnaan dalam penyusunan skripsi ini. Hal ini disebabkan karena keterbatasan pengetahuan penulis. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi perbaikan skripsi ini

Penyusunan skripsi ini penulis merasa banyak kekurangan dan penulis merasa bahwa tulisan ini masih jauh dari kesempurnaan. Maka dari itu penulis masih mengharapakan kritik dan saran agar tulisan ini lebih baik dan supaya bisa berguna bagi perkembangan keilmuan terutama dalam dunia pendidikan. akhirnya penulis mengucapkan terimakasih yang dalam-dalamnya kepada pihak yang membantu dalam penyelesaian skripsi ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adz-Dzaky, Hamdani Bakran. *Konseling dan Psikoterapi Islam*. 2018. Yogyakarta : Al Manar.
- Anwar, M Fuad. 2019. *Landasan Bimbingan dan Konseling Islam..* Yogyakarta : Deepublish.
- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Aroma, Iga S. & Suminar, Dewi R.. (2012). Hubungan antara tingkat kontrol diri dengan kecenderungan perilaku kenakalan remaja. *Jurnal Psikologi dan Perkembangan* Vol.1 No.02 hal 1-6.
- Bandini, Isti. 2016. *Efektivitas bimbingan kelompok berbasis islam guna meningkatkan penyesuaian diri siswa (studi eksperimen siswa MTsN Wonokromo Yang Tinggal Di Pesantren )*. Tesis . Prodi Pendidikan Islam Konsentrasi Bimbingan Dan Konseling Islam UIN Suka.
- Borba, Michele. 2008. *Membangun Kecerdasan Moral : Tujuh Kebijakan Utama Agar Anak Bermoral Tinggi*. Jakarta : Gramedia.
- Cresswell, J. 1998. *Research Design: Qualitative & Quantitative Approach*. Thousand Oaks,, CA : Sage Publications.
- Elfiky, Ibrahim. 2019. *Terapi Berpikir Positif*. Jakarta : Serambi Ilmu Semesta.
- Fundukian, L.J and Jeffrey W. 2008. *Self-control Strategies Vol 2*. The Gale Encyclopedia of Mental Health. Detroit : Gale, Cengage Learning
- Ghufron , M. Nur dan Rini R.W S. 2011. *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta : Arr-Ruzz Media
- Gibson, R.L. dan M.H. Mitchell. (2011). *Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. Diterjemahkan dari; Introduction to Counseling and Guidance. First publisher 2008 by Pearson Prentice Hall. Pearson education, Inc, Upper Saddle River, New Jersey.
- Gunarsa, S.D. 2009. *Dari Anak Sampai Usia Lanjut Bunga Rampai Psikologi Perkembangan*. Jakarta : PT BPK Gunung Mulia.
- Gymnastiar, Abdullah. *Kiat Praktis Manajemen Waktu*. 1999. Daarut tauhid press. Bandung.

- Hallen, A. 2005. *Bimbingan dan Konseling. Edisi Revisi*. Jakarta: Quantum Teaching.
- Lumongga, Namora. 2017. *Konseling kelompok*. Jakarta: Kencana
- Maghfur, Sya'ban. 2015. *Bimbingan Kelompok Berbasis Islam Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Santri Pondok Pesantren Al Ishlah Darussalam Semarang*. Tesis, program studi Pendidikan islam konsnetrasi bimbingan dan konseling islam, pascasarjana uin sunan kalijaga yogyakarta.
- Maulana, Riki. 2016. Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Berbasis Islami Untuk Meningkatkan Kecerdasan Sosial Siswa SMK, *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling*, Volume 2 Nomor 1 Juni
- Nsrti, Sri. 2019. *Kumpulan contoh laporan hasil penelitian tindakan bimbingan konseling*. Yogyakarta : Deepublish.
- Santosa, Harry. 2018. *Fitrah Based Education*. Bekasi :Yayasan Cahaya Mutiara Timur.
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Tatiek, Romlah, *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*, (Malang: Universitas Negeri Malang, 2001).
- Tangney, Baumiester, & Boone. (2004), "High Self-Control Predicts Adjustment, Less Pathology, Better Grades, and Interpersonal Success." *Journal of Personality*", 72 (april), 271-322.
- Rahmat, Pupu Saeful. Penelitian Kualitatif. *Jurnal Equilibrium*. Vol.5, No.9, Januari-Juni 2009
- Prayitno. 2004. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta : Rineka Cipta.
- . 1995. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil)*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- . 2007. *Seri Pemandu Pelaksanaan Bimbingan Konseling di Pesantren*. Jakarta: PT. Ikrar Mandiri Abadi.
- Rasimin dan Muhammad Hamdi. 2018. *Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Sodik, Abror. 2017. *Pengantar Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta : Aswaja Pressindo.



- Sutoyo, Anwar. 2009. *Bimbingan dan Konseling Islami (Teori dan Praktik)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Wahidah. Reaktualisasi Pendidikan Aqil Baligh Di Sekolah At-Tarbawi : *Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Kebudayaan*. Vol 12 No 2 Tahun 2020.
- Winkel, W.S dan M.M Sri Hastuti. 2004. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.
- Yuliandita, Selvy. *Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Peningkatan Pemahaman Self-Control Siswa Kelas Ix Di Smp N 1 Wanasari Kabupaten Brebes Tahun Ajaran 2015/2016*. (Skripsi S1 Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang 2015).
- Zulkarnain. 2002. *Hubungan Kontrol Diri Dan Kreatifitas Pekerja. Laporan Penelitian. Universitas Negeri Sumatera Utara*. Online at [Http://Repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/3494/Zulkarnaen](http://Repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/3494/Zulkarnaen). diakses tanggal [15/12/2020]
- RisalahMuslim by MOTIVASEE. <https://risalahmuslim.id/quran/al-israa/17-7/> , diakses tanggal 8 Maret 2021.
- <https://m.merdeka.com/peristiwa/anarkisme-remaja-di-yogyakarta-selama-2016-terjadi-43-kasus.html> diakses tanggal 14 Juli 2021