

**PENGARUH TERAPI ZIKIR TERHADAP PENURUNAN
AGRESIVITAS PEMAIN GAME ONLINE DI NGALIYAN,
SEMARANG**
(Studi Kasus Pemain PUBGM Di Karonsih, Ngaliyan, Semarang)



SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana
Dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora
Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi

Oleh :

Alfan Nur Hakim

NIM : 1504046072

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO**

SEMARANG

2019

DEKLARASI KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Alfian Nur Hakim

Nim : 1504046072

Program : S.1 Ilmu Ushuluddin dan Humaniora

Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi

Judul Skripsi : Pengaruh Terapi Zikir Terhadap Penurunan Agresivitas Pemain Game Online Di Ngaliyan, Semarang

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil kerja saya sendiri dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab dan didalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi di lembaga pendidikan lainnya, kecuali pengetahuan dan informasi yang diambil penerbitan maupun belum atau tidak diterbitkan di cantumkan sebagai sumber referensi yang menjadi bahan rujukan.

Semarang, 27 Desember 2019

Peneliti

Alfian Nur Hakim

**PENGARUH TERAPI ZIKIR TERHADAP PENURUNAN
AGRESIVITAS PEMAIN GAME ONLINE DI NGALIYAN,
SEMARANG**
(Studi Kasus Pemain PUBGM Di Karonsih, Ngaliyan, Semarang)



SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat

Guna Memperoleh Gelar Strata 1 (S1)

Dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora

Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi

Disusun oleh:

Alfan Nur Hakim

NIM: 1504046072

Semarang, 27 Desember 2019

Disetujui oleh:

Pembimbing I

Prof. Dr. H.M. Amin Syukur, M.A.

NIP. 19520717 198003 1 004

Pembimbing II

Sri Rejeki, S.sos. I., M.si

NIP. 19790304 200604 2 001

NOTA PEMBIMBING

Lamp : -

Hal : Persetujuan Naskah Skripsi

Kepada

Yth. Bapak Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora

UIN Walisongo Semarang

Assalamu'alaikum wr.wb

Setelah membaca, mengadakan koreksi dan perbaikan sebagaimana mestinya, maka saya menyatakan bahwa skripsi saudara:

Nama : Alfian Nur Hakim

Nim : 1504046072

Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi

Judul Skripsi: Pengaruh Terapi Zikir Terhadap Penurunan Agresivitas Pemain Game Online Di Ngaliyan, Semarang (Studi Kasus Pemain Pubgm Di Karonsih, Ngaliyan, Semarang)

Dengan ini telah kami setuju dan mohon agar segera diujikan. Demikian atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum wr.wb

Semarang, 27 Desember 2019

Pembimbing I,



Prof. Dr. H. M. Amin Syukur, MA.

NIP. 19520717 198003 1 004

Pembimbing II,



Sri Rejeki, S.sos. I., M.si

NIP. 19790304 200604 2 001

MOTTO

Play Hard and Pray Hard

bermain keras (bersungguh-sungguh) dan berdo'a secara
keras (bersungguh-sungguh)

TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Transliterasi kata-kata bahasa Arab yang dipakai dalam penulisan skripsi ini berpedoman pada "Pedoman Transliterasi Arab-Latin" yang dikeluarkan berdasarkan Keputusan Bersama Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 158 Tahun 1987. Berikut penjelasan pedoman tersebut:

A. Kata Konsonan

Fonem konsonan bahasa Arab yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf, dalam transliterasi ini sebagian dilambangkan dengan huruf dan sebagian dilambangkan dengan tanda, dan sebagian lain lagi dengan huruf dan tanda sekaligus.

Dibawah ini daftar huruf Arab itu dan Translitasinya dengan huruf latin.

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	Tidakdilambangkan	Tidakdilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Sa	š	es (dengantitik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ha	ḥ	ha (dengantitik di bawah)
خ	Kha	Kha	Kadan ha
د	Dal	D	De
ذ	Zal	Ẓ	zet (dengantitik di atas)
ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	Esdan ye
ص	Sad	ṣ	es (dengantitik di bawah)
ض	Dad	ḍ	de (dengantitik di bawah)
ط	Ta	ṭ	te (dengantitik di bawah)
ظ	Za	ẓ	zet (dengantitik di bawah)

ع	'Ain	'	komaterbalik di atas
غ	Gain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Ki
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wau	W	We
ه	Ha	H	Ha
ء	Hamzah	'	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

B. Vokal

Vokal bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia, terdiri dari vokal tunggal atau monoftong dan vokal rangkap atau diftong.

1. Vokal Tunggal

Vokal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat, transliterasinya sebagai berikut:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
َ-	Fathah	A	A
ِ-	Kasrah	I	I
ُ-	Dhammah	U	U

2. Vokal Rangkap

Vokal rangkap bahasa Arabnya yang lambangnya berupa gabungan antara harakat dan huruf, transliterasinya sebagai berikut:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
َ-ي	Fathahdanya	Ai	a dan i
َ-و	Fathahdanwau	Au	a dan u

3. Vokal Panjang (maddah)

Vokal panjang atau maddah yang lambangnya berupa harakat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda, yaitu:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
آ	Fathahdanalif	Ā	a dangaris di atas
يَ	Fathahdanya'	Ā	a dangaris di atas
يِ	Kasrahdanya'	Ī	i dangaris di atas
وُ	Dhammahdanwau	Ū	u dangaris di atas

C. Ta Marbutah

Transliterasi untuk ta marbutah ada dua yaitu:

1. Ta marbutah hidup

Ta marbutah yang hidup atau mendapat harakat fathah, kasrah, dan dhammah, transliterasinya adalah (t)

2. Ta marbutah mati

Ta marbutah yang mati atau mendapat harakat sukun, transliterasinya adalah (h)

3. Kalau pada kata yang terakhir dengan ta marbutah diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang al serta bacaan kedua kata itu terpisah, maka ta marbutah itu ditransliterasikan dengan ha (h)

Contoh:

روضة الاطفال : raudah al-atfāl

D. Syaddah (Tasydid)

Syaddah atau tasydid yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda, tanda syaddah atau tanda tasydid, dalam transliterasi ini tanda syaddah tersebut dilambangkan dengan huruf, yaitu huruf yang sama dengan huruf yang diberi tanda syaddah itu.

Contoh:

زَيْن: zayyana

E. Kata Sandang

Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf al namun dalam transliterasi ini kata sandang dibedakan atas kata sandang yang diikuti huruf syamsiyah dan kata sandang yang diikuti oleh huruf qamariyah.

1. Kata sandang diikuti huruf syamsiyah

Kata sandang yang diikuti oleh huruf syamsiyah ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu huruf (1) diganti dengan huruf yang sama dengan huruf yang langsung mengikuti kata sandang itu.

2. Kata sandang diikuti huruf qamariyah

Kata sandang yang diikuti huruf qamariyah ditransliterasikan sesuai dengan aturan yang digariskan di depan dan sesuai pula bunyinya. Baik diikuti oleh huruf syamsiyah maupun huruf qamariyah, kata sandang ditulis terpisah dari kata yang mengikuti dan dihubungkan dengan kata sandang.

Contoh:

الرَّجُلُ : ar-rajulu

F. Hamzah

Dinyatakan di depan bahwa hamzah ditransliterasikan dengan apostrof, namun itu hanya berlaku bagi hamzah yang terletak di tengah dan di akhir kata. Jika hamzah itu terletak di awal kata, maka hamzah itu tidak dilambangkan karena dalam tulisan Arab berupa alif.

Contoh:

شَيْءٌ : syai'un

G. Penulisan kata

Pada dasarnya setiap kata, baik fi'il, isim, maupun harf, ditulis terpisah, hanya kata-kata tertentu yang penulisannya dengan huruf Arab sudah lazimnya dirangkaikan dengan kata lain karena ada huruf atau harakat yang dihilangkan. Maka dalam transliterasi ini penulisan kata tersebut dirangkaikan juga dengan kata lain yang mengikutinya.

Contoh:

فَأَوْفُوا الْكَيْلَ وَالْمِيزَانَ : Fa aufu al-kaila wa al-mîzāna

H. Huruf kapital

Meskipun dalam sistem tulisan Arab huruf kapital tidak dikenal, dalam transliterasi ini huruf tersebut digunakan juga. Penggunaan huruf kapital seperti apa yang berlaku dalam EYD, diantaranya: huruf kapital digunakan untuk menuliskan huruf awal nama diri dan permulaan kalimat. Bila nama diri itu didahului oleh kata sandang, maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersendiri, bukan huruf awal kata sandangnya.

Contoh:

وَمَا مُحَمَّدٌ إِلَّا رَسُولٌ : wa mā Muhammadun illā rasuul

Penggunaan huruf kapital untuk Allah hanya berlaku bila dalam tulisan Arabnya memang lengkap demikian dan kalau penulisan itu disatukan dengan

kata lain, sehingga ada huruf atau harakat yang dihilangkan, huruf kapital tidak dipergunakan.

Contoh:

لله الأمر جميعا : Lillāhi al-amru jamî'an

UCAPAN TERIMA KASIH

Bismillahirrahmanirrohim

Segala puji kehadirat Allah SWT Tuhan semesta alam, bahwa atas limpahan rahmat, taufiq, hidayah, serta inayah-Nya peneliti dapat menyusun dan menyelesaikan skripsi dengan judul “hubungan intensitas muhasabah dengan kontrol diri santri dalam mematuhi peraturan di pondok pesantren al-Itqon banat Semarang.”

Skripsi ini disusun sebagai salah satu persyaratan dalam menyelesaikan program pendidikan Strata Satu (S.1) jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo Semarang. Penulis mengakui bahwa tersusunnya skripsi ini berkat bimbingan, dorongan, dan kerja sama serta saran-saran dari berbagai pihak. Maka pada kesempatan ini, penulis menyampaikan rasa terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Prof. Dr. Imam Taufiq, M.Ag. selaku Rektor UIN Walisongo Semarang
2. Dr. Hasyim Muhammad, M.Ag selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang
3. Fitriyati, M.Psi. selaku Ketua dan Ulin Ni'am Masruri, MA selaku Sekretaris Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi yang telah bersedia mendampingi seluruh mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi.
4. Pembimbing skripsi, Prof. Dr. H. M. Amin Syukur, MA selaku Pembimbing I dan Sri Rejeki, S.Sos.I, M.Si selaku Pembimbing II karena dengan bimbingan, pengarahan dan petunjuknya selama penyusunan skripsi, penulis mampu mengembangkan dan mampu menyelesaikan penulisan skripsi ini.
5. Segenap dosen dan karyawan di lingkungan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang yang telah membekali berbagai pengetahuan yang bermanfaat, sehingga penulis mampu menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
6. Terima kasih yang tak terhingga kepada kedua orang tua saya, Bapak Kusmani dan Ibu Sofiatun, yang selalu memotivasi dan sumber kekuatan

serta berkat kerja keras dan doa yang tulus dari kedua orang tua, peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.

7. Terima kasih untuk adik ku Alfian Khoirul Anam yang selalu menyemangati untuk segera menyelesaikan skripsi.
8. Terima kasih kepada responden penelitian (Skirzank, Masako, Pyrus) atas kesedian, dukungan dan kesabaran dalam mengikuti sesi-sesi penelitian.
9. Terima kasih untuk keluarga besar Bapak Djuwair dan Ibu Handayati atas segala dukungan dan motivasinya.
10. Terima kasih kepada Mas Irkham dan Mbak Tiwi yang telah merubah *mindset* saya tentang skripsi sehingga dapat peneliti gunakan dalam menyelesaikan karya ini.
11. Untuk orang-orang tercinta dan terkasih seluruh keluarga yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada penulis, serta orang terkasih yang selalu setia menemani dalam proses pengerjaan skripsi ini
12. Sahabat-sahabati PMII Rayon Ushuluddin yang telah membantu dan mengajarkan tentang apa itu organisasi dan semua ilmu yang telah diajarkan.
13. Terima kasih kepada sahabat – sahabati al-Mapaba 2015 yang telah membantu baik materil maupun non materil
14. Teman dan sahabat seperjuangan TP 2015 yang telah menjadi teman belajar serta teman seperjuangan. Terima kasih juga untuk Iiril, Samsul, Bayu, Tholib, Hauzal, Sandy, Rohmat, Sahal yang telah menjadi teman suka maupun duka.
15. Terima kasih kepada keluarga tanpa kartu keluarga kelompok KKN 03 Mangkang Wetan, Tugu, Semarang yang telah mensupport satu sama lain dan juga mengajarkan ku arti sebuah hidup bersama.
16. Terima kasih kepada semua anggota MTC baik dari devisi game apapun, tanpa adanya kalian, peneliti tidak bisa mengerjakan skripsi ini.
17. Berbagai pihak yang telah membantu terselesaikannya penulisan skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa penyusunan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, meskipun peneliti telah mencurahkan seluruh

kemampuan peneliti. Untuk itu segala kritik dan saran yang bersifat membangun akan penulis terima dengan senang hati.

Semarang, 27 Desember 2019

Alfan Nur Hakim

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN DEKLARASI KEASLIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
HALAMAN NOTA PEMBIMBING	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN TRANSLITERASI	vi
HALAMAN UCAPAN TERIMA KASIH	xi
HALAMAN DAFTAR ISI	xiv
HALAMAN ABSTRAK	xviii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GRAFIK	xvii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian Dan Manfaat Penelitian	5
D. Kajian Pustaka	6
E. Sistematika Penulisan	8
BAB II TINJAUAN UMUM MENGENAI TERAPI ZIKIR DAN AGRESIVITAS PEMAIN GAME ONLINE	
A. Zikir	
1. Pengertian Zikir	11
2. Jenis jenis Zikir	13
3. Adap Berzikir	15
4. Manfaat Zikir	15
B. Agresivitas	
1. Pengertian Agresivitas	17
2. Fase Dalam Agresivitas	17
3. Faktor Penyebab Agresivitas	18
4. Bentuk Bentuk Agresivitas	20
5. Cara Menurunkan Agresivitas	21

C. Game Online	
1. Pengertian Game Online.....	22
2. Jenis jenis Game Online	22
3. Manfaat dan Dampak Buruk Game Online	23
D. Hubungan Terapi Zikir Terhadap Agresivitas	26
E. Hipotesis	27
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	28
B. Variabel Penelitian	28
C. Definisi Operasional	29
D. Subjek Penelitian	30
E. Desain Eksperimen	31
F. Tempat dan Waktu Penelitian.....	32
G. Metode Pengumpulan Data	34
H. Validitas dan Reliabilitas Instrumen.....	35
I. Teknik Analisis Data	36
J. Prosedur Penelitian.....	37
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data Kualitatif	38
B. Deskripsi Hasil Penelitian	47
C. Pembahasan	50
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	57
B. Saran	58

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

RIWAYAT HIDUP

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jadwal Pelaksanaan Terapi Zikir

Tabel 3.2 Blue Print Item Skala Sebelum diuji

Tabel 3.3 Blue Print Item Skala Setelah Diuji

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1 Hasil Skala Agresivitas Pada Subjek RCK

Grafik 4.2 Hasil Skala Agresivitas Pada Subjek AA

Grafik 4.3 Hasil Skala Agresivitas Pada Subjek MNFH

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas terapi zikir dalam menurunkan agresivitas pada pemain game online. Desain penelitian ini adalah eksperimen kasus tunggal (*single case experimental design*) dengan tipe A-B-A. Teknik pengumpulan data menggunakan skala kecemasan dan wawanara. Subjek penelitian ini adalah tiga orang laki-laki beragama Islam, dalam tahap perkembangan dewasa awal yang memiliki Agresvitas yang tinggi. Kemudian akan diberi *treatmen* sebanyak 3 kali dan hasilnya akan dibandingkan dengan agresivitas subjek sebelum dilakukan *treatment*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi zikir dapat menurunkan agresiitas pada pemain game online dengan melihat dari hasil pengukuran tingkat kondisi agresivitas dari hasil kuesioner skala kecemasan pada subjek. Subjek AA sebelum perlakuan skornya 32 dan setelah perlakuan skornya adalah 16, subjek MNFH sebelum perlakuan skornya 31 dan setelah diberi perlakuan skornya adalah 16, subjek RCK sebelum perlakuan skornya 32 dan setelah diberi perlakuan skornya 17. Adanya perubahan perilaku, pikirn yang lebih positif, perasaan yang lebih tenang menunjukkan bahwa subjek mampu mengurangi agresivitasnya. Kesimpulan bahwa dengan menggunakan terapi zikir dapat menurunkan agrevitas pemain game online di Ngaliyan, Semarang

Kata Kunci : Terapi Zikir, Agresivitas, Game Online



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA**

Kampus II Jl. Prof. Dr. Hamka Km.1, Ngaliyan-Semarang Telp. (024) 7601294
Website: www.fuhum.walisongo.ac.id; e-mail: fuhum@walisongo.ac.id

SURAT KETERANGAN PENGESAHAN SKRIPSI

Nomor : B-0198/Un.10.2/D1/PP.009/1/2021

Skripsi di bawah ini atas nama:

Nama : ALFAN NUR HAKIM
NIM : 1504046072
Jurusan/Prodi : Tasawuf dan Psikoterapi
Judul Skripsi : **PENGARUH TERAPI ZIKIR TERHADAP PENURUNAN AGRESIVITAS
PEMAIN GAME ONLINE DI NGALIYAN, SEMARANG: STUDI KASUS
PEMAIN PUBGM DI KARONSIH, NGALIYAN, SEMARANG**

telah dimunaqasahkan oleh Dewan Penguji Skripsi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, pada tanggal **18 Maret 2020** dan telah diterima serta disahkan sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana dalam ilmu ushuluddin dan humaniora.

NAMA	JABATAN
1. Dr. H. Sulaiman, M.Ag.	Ketua Sidang
2. M. Sihabudin, M.Ag.	Sekretaris Sidang
3. Fitriyati, M.Si.	Penguji I
4. Nidlomun Niam, M.Ag.	Penguji II
5. Prof. Dr. HM. Amin Syukur, M.A.	Pembimbing
6. Sri Rejeki, M.Si.	

Demikian surat keterangan ini dibuat sebagai **pengesahan resmi skripsi** dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya

Semarang, 27 Januari 2021

an. Dekan

Wakil Bidang Akademik dan Kelembagaan



SULAIMAN

BAB I

A. Latar Belakang

Kemajuan zaman dan teknologi membuat situasi manusia semakin kompleks. Persaingan yang semakin tajam telah mendorong timbulnya berbagai bentuk kekerasan yang dilakukan manusia, baik orang dewasa, remaja maupun anak-anak. Tindak kekerasan terjadi di seluruh dunia dan seluruh segmen masyarakat.

Kecanggihan teknologi sekarang sudah semakin maju membuat seseorang mau tidak mau harus mengikuti perkembangan teknologi agar tidak dikatakan *kudet* (*kurang update*), hal ini lah membuat seseorang harus selalu siap menghadapi problem baru, diantaranya penyebaran berita *Hoax* atau berita palsu agar tidak mudah termakan isu provokatif dan perpecahan. Seseorang juga harus pintar membagi waktu agar aktivitas yang lain tidak terganggu, terlebih agar tidak selalu bergantung pada *gawai* yang sedang di gunakan.

Teknologi sekarang membuat seseorang bisa membunuh orang lain tanpa harus mengotori tangannya, seperti contoh menggunakan akun *fake* lalu meneror orang itu atau mebully nya atau lebih di kenal dengan *cyber bullying*. Orang tersebut akan merasa dirinya tidak berguna lagi hidup di dunia, sehingga orang tersebut memilih untuk bunuh diri. Secara tidak langsung orang yang membullynnya lah yang membunuhnya secara perlahan.

Game online sendiri adalah salah satu dari kemajuan teknologi sekarang, game online bisa membuat orang yang memainkannya kecanduan, hal ini dikarenakan fitur dari game online yang sangat memanjakan para pemainnya, diantaranya adalah gambar yang hampir mirip dengan aslinya, permainan yang sangat menarik, bahkan hadiah yang tidak tanggung tanggung berupa barang atau uang yang bisa di dapatkan dengan menyelesaikan misi yang di berikan atau dengan *lucky spin*.

Game online mempunyai banyak jenis, salah satunya adalah *Massively multiplayer online firs-person shooter games* (MMOFPS)¹, dimana game ini adalah jenis game perang atau kekerasan dan masih banyak juga jenis game yang lain. Banyak

¹ Rahmat Anhar, *hubungan kecanduan game online dengan keterampilan sosial remaja di 4 game centre di kecamatan klojen kota Malang*. Skripsi UIN MAULANA MALIK IBRAHIM,2014. hlm 13

game online sekarang yang di gandrungi oleh para remaja, bahkan anak-anak sampai memainkannya. Salah satu contoh dari game MMOFPS adalah PUBG, PUBG sendiri adalah game besutan dari salah satu *developer* atau pengembang yang cukup ternama yaitu Tencent.

Game PUBG adalah sebuah permainan dengan genre *battle royale*, yang para pemainnya bisa bermain dengan 100 orang sekaligus secara *daring*. Di dalam permainan ini pemain bisa bermain solo, tim 2 orang, dan tim 4 orang, serta bisa mengundang teman untuk bergabung ke dalam permainan sebagai tim. Game PUBG sendiri pertama kali rilis pada tahun 2017 untuk versi komputer dan tahun 2018 untuk versi *mobile phone* atau HP.²

Orang-orang yang memainkan game online terutama PUBG bisa menghasilkan uang dari game yang di mainkan dengan cara *me-record* lalu mengedit dan mengunggahnya di media sosial dan mendapatkan *endors* atau iklan suatu produk. Banyak orang menjadikannya sebagai pekerjaan tetap.

Di beberapa perguruan tinggi di dalam negeri maupun di luar negeri sudah banyak yang menjadikan game online sebagai salah satu jurusan di kampusnya dengan tujuan agar mahasiswanya menjadi atlet *e-sport* atau menjadi *developer* dari suatu game. Banyaknya manfaat dari game online sendiri membuat kalangan remaja menjadi lebih tertarik untuk memainkannya dan ingin menjadi atlet cabang lomba *e-sport*. Seperti yang sudah di laksanakan di piala presiden kemarin, yang di ikuti oleh banyak pemain *pro player* dan banyak tim besar.³

Ada beberapa hal positif yang dapat ditimbulkan dari bermain game online :salah satunya adalah meningkatkan kemampuan motorik pemain game online Koordinasi mata dan tangan pemain game akan lebih sensitif dan juga akan lebih jeli ketika bermain game⁴.

Jika dilihat dari segi agama, game online memiliki dampak negatif, waktu yang terbuang percuma adalah salah satu dampak negatif dari game online apabila memainkannya secara berlebihan hingga lupa waktu, dan melupakan kewajiban sebagai

² <https://www.pubgmobile.com> di akses pada tanggal 19 september pada pukul 23.26 WIB

³ <https://www.tribunnews.com/section/2019/03/18/jadwal-pertandingan-piala-presiden-esports-2019> di akses pada 30 juli 2019 pukul 20.57 WIB

⁴Andri Arif Kustiawan, S.Pd., M. Or. , Andy Widhiya Bayu Utomo, S.Pd., M. Or. Jangan Suka Game Online: Pengaruh Game Online Dan Tindakan Pencegahan (Cv. Ae Media Grafika) hlm. 12-14

mahluk Tuhan yang harus beribadah kepada-Nya. Dalam surat al-Ankabut ayat 64 jelaskan bahwa di dunia ini hanya senda gurau dan main main.

وَمَا هَذِهِ الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَهُوٌّ وَلَعِبٌ وَإِنَّ الدَّارَ الْآخِرَةَ لَهِيَ الْحَيَوَانُ لَوْ كَانُوا يَعْلَمُونَ

Artinya ;*Dan tiadalah kehidupan dunia ini melainkan senda gurau dan main-main. Dan sesungguhnya akhirat itulah yang sebenarnya kehidupan, kalau mereka mengetahui.*(Q.S al-Ankabut. 64)

Jika dilihat secara umum, game juga masih mempunyai dampak negatif. Meningkatkan kemampuan motorik pemain game online dan bisa menghasilkan uang dari game yang dimainkan adalah salah satu dampak positif dari game online, maka kecanduan game adalah salah satu dampak negatif yang di berikan oleh game online. Tidak hanya kecanduan game saja yang menjadi dampak negatif dari game online, masih ada beberapa dampak negatif yang di timbulkan oleh game online, misal mempengaruhi keadaan psikologis pemainnya.⁵

Penggunaan game online yang berlebih menunjukkan bahwa ada paparan singkat dari game kekerasan yang dimainkan dan dapat mengakibatkan peningkatan tindakan agresif. Selain itu penggunaan game online bisa menyebabkan perilaku anti sosial, penurunan interaksi sosial dan penurunan empati.

Misal dalam kejadian dimana ada seseorang murid berusia 16 tahun menikam gurunya hingga tewas ketika sedang privat di rumah gurunya. Kepada polisi, siswa bernama Seif itu mengaku ia hanya ingin meniru karakter game yang ada di PUBG. Kasus lainnya yakni terjadi pada akhir Oktober 2018, dimana seorang pemuda menembak temannya sendiri sampai tewas karena terinspirasi dari PUBG.⁶ Lalu Pada tahun 2004, seorang gamer asal Cina bernama Zhu Caoyuan ditikam sampai tewas oleh Qiu Chengwei, yang juga seorang gamer. Diketahui jika pembunuhan ini terjadi

⁵Eka Widiya Oktavianti,Skripsi, *Hubungan Frekuensi Bermain Game Online Terhadap kemampuan Interaksisosial Padaremaja Di Kecamatan Bobotsari Kabupaten Purbalingga*. UMP,2013. hlm.31

⁶Buntut-penembakan-selandia-baru-mui-pertimbangkan-fatwa-haram-game-pubg <https://makassar.terkini.id/> diakses pada tanggal 29 Oktober 2019 pukul 04.35 WIB.

lantaran Zhu menjual item pedang virtual dari game Legend Of Mir III yang dipinjamkan oleh Qiu.⁷

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi agresi seseorang, baik dari faktor internal dan juga faktor eksternal. Adapun faktor eksternal tersebut diantaranya adalah keadaan yang sumpek atau penuh sesak. Keadaan sumpek secara psikologis memberi pengaruh negatif terhadap perilaku sosial individu. Mereka frustrasi dengan keterbatasan sarana angkutan dalam kota, namun terpaksa berdesakan ketempat pekerjaan atau sekolah karena suatu kewajiban yang harus dia lakukan.⁸

Agresi memiliki banyak bentuk, dan kekerasan fisik hanyalah salah satu satunya. Setiap usaha yang di sengaja untuk menyakiti, entah secara fisik atau psikologis, adalah tindak agresi; bukanlah agresif jika merugikan orang lain atau sesuatu secara tidak sengaja.⁹

Perilaku agresif bisa saja di lakukan oleh remaja. Dimana masa remaja merupakan suatu masa transisi dari kehidupan anak-anak ke kehidupan orang dewasa yang mana pada tahap ini individu mengalami perubahan fisik, psikis, dan sosial. Tingkat pengontrolan agresif setiap orang berbeda sehingga ada yang langsung melakukan tindakan agresif ketika merasa tidak nyaman dan ada pula yang tetap tenang meskipun dalam kondisi yang sangat tertekan.

Seseorang biasanya melakukan perilaku agresif ketika dirinya merasa tidak nyaman dengan keadaan ataupun ada hal mendorongnya untuk berperilaku agresif. Misal ketika seseorang bermain game dan ada gangguan dari orang sekitar ataupun dari game itu sendiri, entah itu jaringan yang *trouble* atau menemukan satu teman team yang bermain kurang bagus. Hal ini mendorong seseorang untuk berperilaku agresif secara non verbal.

Ada beberapa cara untuk mengurangi tingkat agresif seseorang seperti penelitian yang dilakukan oleh Meytha,dkk dengan hasil bahwa kontrol diri merupakan

⁷ Arif Gunawan, *kasus kematian karena video game*. <https://www.idntimes.com/tech/games/> diakses pada 19 Maret 2019 pukul 20.20 WIB.

⁸ Sofyan S. Willis, *Remaja & masalahnya: mengupas berbagai bentuk kenakalan remaja seperti narkoba, free sex dan pemecahannya*, (Bandung :Alfabeta, 2010) hlm.126

⁹ Breakwell M. Glynis, *Coping With Aggressive Behaviour (Mengatasi Perilaku Agresif)*,(Yogyakarta : Kanisius, 1998). hlm. 5

salah satu faktor yang dapat mempengaruhi agresivitas pemain game online. Kontrol mempunyai pengaruh sebesar 29% dan sisanya dari faktor yang lain.¹⁰

Adapun salah satu untuk meningkatkan kontrol diri adalah dengan meditasi. Meditasi menurut Walsh adalah teknik atau metode latihan yang digunakan untuk melatih perhatian agar dapat meningkatkan taraf kesadaran, dan selanjutnya dapat membawa proses mental yang lebih terkontrol. Dalam khazanah pengetahuan islam, meditasi identik dengan *Ẓikir*, karena meditasi dan *Ẓikir* terdapat elemen elemen yang sama. Kesamaannya terletak pada pengkontrensian pikiran pada objek tertentu dan pelepasan dari segala sesuatu yang mengganggu, baik secara lahir maupun batin.¹¹

Ẓikir kepada Allah SWT merupakan suatu cara mengurangi dan mencegah perilaku agresif. Bila seseorang ingat dengan Allah maka orang itu akan selalu tenang dan tidak arogan. Dengan *Ẓikir* seseorang bisa lebih mendapatkan hal yang menenangkan jiwa dan pikiran.

Ẓikir sendiri bisa menjadi sebuah terapi dalam pelaksanaannya, dengan melakukan meditasi *Ẓikir* membuat individu bisa memahami dengan tepat setiap perubahan-perubahan yang ada dalam jiwanya. Kemudian berusaha memunculkan faktor-faktor jiwa yang sehat sehingga menekan faktor-faktor jiwa yang tidak sehat. Terapi *Ẓikir* juga bisa menyadarkan akan konflik yang terpendam agar bisa menyelesaikan secara lebih tuntas.

Dalam perkembangannya, *Ẓikir* kepada Allah tidak hanya dibatasi sebagai bacaan-bacaan mulia tuntutan Nabi Muhammad saw dalam waktu-waktu tertentu, tetapi lebih luas dari itu. *Ẓikir* diartikan sebagai kesadaran manusia akan kewajiban agamanya, yang mendorong untuk melaksanakan segala perintah Allah dan meninggalkan segala yang dilarang-Nya.¹²

B. Rumusan Masalah

¹⁰Meytha fitri hapsari,dkk,*agresivitas ditinjau dari kontrol diri pada remaja pemain game online di kota semarang*. Fakultas Psikologi,UNDIP

¹¹ Baidi Bukhori,S.Ag.,M.Si.,*Zikir Al-Asma Al-Husna: solusi atas problem agresivitas remaja*.(semarang:syiar media publisng) hlm.11

¹² Ibid hlm.16

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah : apakah ada pengaruh terapi Zikir dalam menurunkan agresivitas pemain game PUBGM Di Ngaliyan, Semarang ?

C. Tujuan Dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan penelitian

Untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh terapi Zikir dalam penurunan agresivitas pemain game On-Line di Ngaliyan, Semarang.

2. Manfaat penelitian

a. Secara teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi khazanah keilmuan psikologi dan tasawuf, bagi keilmuan psikologi khususnya psikologi sosial, pendidikan dan perkembangan

b. Secara praktis

a. Pemain Game On-Line

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu para pemain game On-line Ngaliyan, Semarang dalam hal menurunkan agresivitas pemainnya melalui terapi Zikir.

b. Bagi Jurusan Tasawuf Psikoterapi

Hasil penelitian ini akan menambah daftar penelitian baru bagi jurusan Tasawuf Psikoterapi dalam mengaplikasikan salah satu terapi yang diajarkan dosennya dan menjadi salah satu referensi usaha untuk menyelesaikan permasalahan baik fisik maupun psikis pada klien.

D. Kajian Pustaka

Salah satu syarat diterimanya sebuah penelitian adalah adanya unsur kebaruan yakni penelitian tersebut belum pernah dilakukan oleh pihak lain. Oleh karena itu untuk menghindari kesamaan dengan penelitian lain yang telah ada, maka perlu diuraikan beberapa penelitian yang telah ada. Diantara penelitian tersebut adalah :

1. Ihda Nurul Layyinah, Skripsi, Pengaruh pengaruh pelatihan sabar terhadap penurunan agresivita siswa SMK Palapa, Semarang. UIN Walisongo Semarang,

- Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, jurusan Tasawuf Psikoterapi (2018). Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan eksperimental. Hasil dari penelitian ini adalah adanya penurunan agresivitas siswa SMK Palapa Semarang yang mengikuti pelatihan sabar.
2. Ismatun Khasanah, Skripsi, Pengaruh Melakukan Zikir Asmaul Husna Terhadap Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian Nasional Anak Panti Asuhan Darussalam Mranggen Demak. UIN Walisongo Semarang. Fakultas Dakwah dan Komunikasi (2015) jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam. Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh Zikir Asmaul Husna dalam menurunkan kecemasan siswa dalam menghadapi ujian nasional yang dilakukan di panti asuhan Darussalam, Mranggen, Demak. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen berdasarkan uji beda *pre-test* dan *post-test* kelompok eksperimen yang menunjukkan hasil bahwa ada perbedaan kecemasan sebelum dan sesudah diberi perlakuan Zikir Asmaul Husna pada kelompok Eksperimen.
 3. Nispu Lailia, Skripsi Pengaruh Terapi Zikir Jama'i Terhadap Agresivitas Verbal Eks Wanita Tuna Susila Di Rehabilitasi Sosial Bina Karya Wanita Kediri. IAIN TULUNGAGUNG (2018). Penelitian ini menggunakan metode pendekatan kuantitatif, yang penelitiannya menggunakan penelitian eksperimental dengan hasil terapi Zikir jama'i efektif dalam menurunkan agresivitas verbal eks wanita tuna susila di Rehabilitasi Sosial Bina Karya Kediri, dengan bukti kuesioner kontrol diri pada saat *pre-test* dan *post-test* kelompok eksperimen dan juga adanya perubahan perilaku dari responden.
 4. Faishal Aushafi, Skripsi, Pengaruh Zikir terhadap Ketenangan jiwa pedagang Pasar Johar pasca kebakaran. UIN Walisongo, Fakultas ushuluddin dan Humaniora, jurusan Tasawuf psikoterapi (2017). Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang bersifat angka dengan hasil adanya pengaruh yang signifikan Zikir terhadap ketenangan jiwa pedagang pasar Johar, terbukti dari besarnya presentasi ketenangan jiwa sebesar 96%, hal tersebut tentunya dipengaruhi oleh faktor lingkungan hidup dan tata tertib yang diterapkan pedagang pasar Johar sendiri.
 5. Tammy Nur Komala Jabbar, Hubungan game online terhadap pengaruh Agresif remaja. UIN Syarif Hidayatullah, FISIP, Jurusan Sosiologi (2014). Dengan hasil

penelitian menunjukkan bahwa frekuensi bermain game online dan jenis game online berpengaruh terhadap perilaku agresif remaja. Para remaja yang bermain game lebih 40 jam dalam sebulan terdapat adanya perilaku tindakan yang agresif.

6. Rika Agustina Amanda, Junal, Pengaruh Game Online terhadap perubahan perilaku agresif remaja di Samarinda. UNMUL, FISIP, Jurusan Ilmu Komunikasi (2106). Hasil dari penelitian yang dilakukan adalah adanya pengaruh yang sedang terhadap perubahan perilaku agresif remaja.

Beberapa karya tulis ilmiah atau skripsi yang telah penulis temukan menunjukkan bahwa penelitian yang akan penulis teliti berbeda dengan penelitian yang dilakukan sebelumnya. Perbedaan itu meliputi judul, hubungan antar variabel bebas dan variabel terikat, metode penelitian, subjek, waktu, dan lokasi penelitian.

E. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan bertujuan untuk memperjelas garisgaris besar dari masing-masing bab secara sistematis agar tidak terjadi kesalahan dalam penyusunannya. Untuk memudahkan dalam memahami masalah yang dibahas dalam penelitian ini peneliti akan menyusun skripsi ini dengan sistematika sebagaiberikut :

1. Bagian Muka

Pada bagian ini membuat halaman judul, halaman deklarasi keaslian, persetujuan pembimbing, pengesahan, persembahan, motto, ucapan terima kasih, daftar isi, abstrak penelitian, daftar table, daftar grafik dan daftar lampiran.

2. Bagian Isi

Bab pertama, bab ini merupakan pendahuluan yang akan mengantarkan pada bab-bab berikutnya. Bab pertama terdiri dari latar belakang masalah yang mengupas tentang asal usul pengambilan judul dimana peneliti mengetengahkan tentang terapi Žikir untuk mengatasi agresivitas. Semakin majunya tekonlogi terutama dibidang Game online membuat seseorang yang memainkannya ketagihan dan memunculkan agresivitas yang tinggi. Salah satu cara mengatasi agresivitas ini adalah dengan terapi Žikir. Dari latar belakang tersebut kemudian diambil rumusan masalah yaitu adakah pengaruh terapi Žikir terhadap penurunan agresivitas pemain game online di Ngaliyan Semarang. Setelah itu peneliti juga menyertakan tujuan dan manfaat penelitian. Tinjauan pustaka juga mengambil posisi yang sangat penting dalam

penelitian ini karena dari sinilah kemudian diketahui dimana posisi penelitian ini dari penelitian-penelitian sejenis sebelumnya. Tidak ketinggalan kerangka teori juga dituliskan dalam bab ini yang menjadi dasar bagi penulisan bab-bab selanjutnya. Metode penelitian menjadi bagian yang tak terpisahkan karena dengan metode inilah penelitian dilakukan dan skripsi dibuat. Adapun metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan pendekatan eksperimen. Yang terakhir yaitu sistematika penulisan yang bertujuan agar skripsi ini pembahasannya teratur dan sistematis sehingga dapat memenuhi kriteria penulisan ilmiah.

Bab kedua, pada bab ini peneliti akan membahas tentang tinjauan umum terapi Zikir terhadap penurunan agresivitas pemain game online. Bab ini akan dibagi menjadi beberapa sub yaitu: Zikir yang meliputi pengertian Zikir. Pengertian Zikir diambil dari beberapa sumber di antaranya ada beberapa pendapat ahli sehingga didapatkan pengertian yang komprehensif mengenai Zikir. Macam-macam Zikir, serta manfaatnya menjadi pembahasan selanjutnya agar urgensi dari terapi Zikir dapat diketahui oleh pembaca sehingga muncul kesadaran untuk mengetahui lebih dalam tentang tema ini. Sedangkan pembahasan tentang agresivitas, peneliti hanya menengahkan tentang pengertian agresivitas, factor-faktor penyebab agresivitas, jenis agresivitas, fase terjadinya agresivitas, serta cara menurunkan agresivitas. Adapun setelah pembahasan agresivitas, peneliti juga membahas tentang game online dari pengertian game, jenis game dan tidak lupa manfaat dan dampak buruk dari game online.

Pada bab ketiga peneliti akan memaparkan tentang jenis penelitian yang akan digunakan dalam skripsi ini baik dari menguraikan tentang jenis penelitian yang digunakan, variabel penelitian, definisi operasional variable yang akan menjelaskan teori yang hendak digunakan Metode pengambilan data yang berisi tentang teknik yang akan digunakan untuk menganalisis data yang telah terkumpul. Uji validitas dan uji realibilitas instrument yang berisi tentang uji coba instrumen berupa skala, apakah skala yang digunakan dalam penelitian ini valid atau tidak dan reliabel atau tidak.

Bab keempat merupakan inti dari skripsi ini, karena peneliti menulis analisis tentang pengaruh terapi Zikir terhadap penurunan agresivitas pemain game online (

studi pemain game PUBG di Ngaliyan, Semarang) apakah data itu sesuai dengan landasan teori yang atau tidak. Dari pembahasan ini kemudian diikuti dengan kesimpulan yang dituangkan dalam bab berikutnya.

Bab kelima merupakan penutup. Sebagai bab terakhir dari keseluruhan pembahasan, peneliti menyusun bab ini dalam tiga sub bab yaitu: kesimpulan yang berisi benang merah dari keseluruhan bab yang ada, saran-saran berupa masukan secara umum kepada pembaca terkait berpikir positif dan masukan bagi penelitian selanjutnya, dan penutup.

3. Bagian Akhir

Bagian akhir terdiri dari daftar pustaka, modul eksperimen, dan lampiran-lampiran yang mendukung pembuatan skripsi.

BAB II

TERAPI ŽIKIR, AGRESIVITAS, GAME ONLINE

A. Terapi Žikir

1. Pengertian

Žikir berasal dari bahasa Arab, yaitu *dzakara, yadzuru, dzikran* yang mempunyai arti sebut dan ingat. Žikir juga merupakan asal kata *dzikr* yang artinya ingat, sebut, dan ajaran. Žikir dalam pengertian mengingat Allah, sebaiknya dilakukan setiap saat, baik secara lisan maupun dalam hati. Artinya, kegiatan apapun yang dilakukan oleh seorang muslim sebaiknya jangan sampai melupakan Allah SWT. Dimanapun seorang muslim berada, sebaiknya selalu ingat, sehingga akan menimbulkan cinta, beramal shaleh serta malu berbuat dosa dan maksiat kepadanya. Sedangkan žikir dalam arti menyebut asma-Nya yang diamalkan secara rutin, biasa disebut wirid.¹³

Secara *etimologi*, Žikir berasal dari kata *dzakara* artinya mengingat, memperhatikan, mengenang, mengambil pelajaran, mengenal atau mengerti dan mengingat.¹⁴

Secara terminologi Žikir adalah usaha manusia untuk mendekatkan diri pada Allah dengan cara mengingat Allah dengan cara mengingat keagungan-Nya. Adapun realiasi untuk mengingat Allah dengan cara membaca firman-Nya, menuntut ilmu-Nya dan memohon kepada-Nya.¹⁵

Menurut Chodjim Žikir berasal dari kata *dzakara* yang berarti mengingat, mengisi atau menuangi, artinya, bagi orang yang berŽikir berarti mencoba mengisi dan menuangi pikiran dan hatinya dengan kata-kata suci.¹⁶

Menurut Askat, Žikir adalah segala sesuatu atau tindakan dalam rangka mengingat Allah SWT, mengagungkan asma-Nya dengan lafal-lafal tertentu, baik yang dilafalkan dengan lisan atau hanya diucapkan dalam hati saja yang dapat

¹³ In'amuzzahiddin Masyhudi dan Nurul Wahyu Arvitasari, *Berdžikir dan Sehat Ala Ustadz HLM. Hariyono*, (Semarang: Syifa Press. 2006), hlm. 8.

¹⁴ Samsul Munir Amin, *Energi Žikir*, (Bumiaksara, Jakarta, 2008.), hlm.11.

¹⁵ Al-Islam, *Muamalah dan Akhlak*, (PT. Rineka Cipta, Jakarta, 1987), hlm.187.

¹⁶ Ahmad Chodjim, *Alfatihah Membuka matahari dengan surat pembuka*, (Jakarta: PT. Serambi Ilmu Semesta, 2003), hlm.181.

dilakukan di mana saja tidak terbatas pada ruang dan waktu. Said Ibnu Djubair dan para ulama lainnya menjelaskan bahwa yang dimaksud dengan *Zikir* itu adalah semua ketaatan yang diniatkan karena Allah SWT, hal ini berarti tidak terbatas masalah tasbih, tahlil, tahmid dan takbir, tapi semua aktifitas manusia yang diniatkan kepada Allah SWT.¹⁷

Menurut Prof. Dr. H. Aboebakar Atjeh, *Zikir* ialah ucapan yang dilakukan dengan lidah atau mengingat akan Tuhan dengan hati, dengan ucapan atau ingatan yang menyucikan Tuhan dan membersihkannya dari sifat-sifat yang tidak layak untuk-Nya, selanjutnya manusia memuji dengan puji-pujian dan sanjungan-sanjungan dengan sifat-sifat yang sempurna, sifat-sifat yang menunjukkan kebesaran dan kemurnian. *Zikir* adalah salah satu kata yang penting di dalam kerangka pemahaman ajaran Islam bahkan kata ini tampak sangat bernilai, karena *Zikir* menjadi salah satu nama lain dari Kitab Suci Al-Qur'an. Sebagaimana firman Allah Surat al-Hijr ayat 9.

إِنَّا نَحْنُ نَزَّلْنَا الذِّكْرَ وَإِنَّا لَهُ لَحَافِظُونَ

Artinya: *Sesungguhnya Kami-lah yang menurunkan Al Quran, dan sesungguhnya Kami benar-benar memeliharanya.*

Selain definisi dari beberapa ahli diatas tentang *Zikir*, ada beberapa pengertian *Zikir* yang terdapat di dalam al-Qur'an yaitu :

- a. *Zikir* diartikan sebagai peringatan, seperti yang terdapat dalam firman Allah SWT dalam surat al-A'raf ayat 69

أَوْعَجِبْتُمْ أَنْ جَاءَكُمْ ذِكْرٌ مِنْ رَبِّكُمْ عَلَى رَجُلٍ مِنْكُمْ لِيُنذِرَكُمْ ۖ وَادْكُرُوا إِذْ جَعَلْنَا خُلَفَاءَ مِنْ بَعْدِ قَوْمِ نُوحٍ زَادَكُمْ فِي الْخَلْقِ بَسْطَةً ۖ فَادْكُرُوا آيَاءَ اللَّهِ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ

Artinya: *Apakah kamu (tidak percaya) dan heran bahwa datang kepadamu peringatan dari Tuhanmu yang dibawa oleh seorang laki-laki di antaramu untuk memberi peringatan kepadamu? Dan ingatlah oleh kamu sekalian di waktu Allah menjadikan kamu*

¹⁷ Abu Wardah Bin Askat, *Wasiat Zikir dan Do'a Rasullullah SAW*,(Yogyakarta:Kreasi Wacana,2000),hlm.6

sebagai pengganti-pengganti (yang berkuasa) sesudah lenyapnya kaum Nuh, dan Tuhan telah melebihi kekuatan tubuh dan perawakanmu (daripada kaum Nuh itu). Maka ingatlah nikmat-nikmat Allah supaya kamu mendapat keberuntungan.

- b. *Ẓikīr* diartikan sebagai penjelasan, sebagaimana dalam firman Allah SWT dalam surat Maryam ayat 2

ذِكْرُ رَحْمَتِ رَبِّكَ عَبْدَهُ زَكَرِيَّا

Artinya: *(Yang dibacakan ini adalah) penjelasan tentang rahmat Tuhan kamu kepada hamba-Nya, Zakaria,*

Dari beberapa penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa menurut al-Quran dan as-Sunnah *Ẓikīr* dapat diartikan sebagai segala macam bentuk mengingat Allah, meyebut nama Allah, baik dengan cara membaca tahlil, tasbih, tahmid, taqdis, takbir, tasmiyah, hasbalah, asmaul husna, maupun membaca do'a-do'a yang *ma'tsur* dari Rasulullah.

2. Jenis jenis *Ẓikīr*

a. *Ẓikīr* jahr

Ẓikīr jahr adalah *Ẓikīr* yang dilakukan dengan suara keras. *Ẓikīr* ini disebut pula dengan *Ẓikīr* lian, yakni dengan mengucapkan *tasbih*, *tahmid*, *tahlil*, *takbir*, dan atau menyebut nama Allah dan sifat-sifat-Nya. *Ẓikīr* tingkat ini adalah *Ẓikīr* pada taraf elementer. *Ẓikīr* yang dilakukan dengan lisan akan membimbing hati agar selalu ingat kepada Allah.¹⁸

Ẓikīr disyariatkan baik secara *jahr* maupun secara *sirr*. Rasulullah juga menganjurkan *Ẓikīr* dengan kedua model ini. Akan tetapi, para ulama menegaskan bahwa *Ẓikīr jahr* lebih utama dari *Ẓikīr sirr* atau *khafi* jika terbebas dari hasrat pamer atau tidak mengganggu orang yang sedang sholat, orang yang membaca al-Quran, atau yang sedang tidur.¹⁹

b. *Ẓikīr* Khafi

¹⁸ Amin Syukur, *Tasawuf Sosial*, (Pustaka Pelajar, : Yogyakarta 2004) hlm. 47.

¹⁹ Abdul Qadir Isa, *Hakekat Tasawuf*, (Qishti Press : Jakarta), 2011 hlm. 101

Ẓikir *khafi* artinya Ẓikir samar atau Ẓikir rahasia atau Ẓikir dalam hati. Perbedaan istilah ini disebabkan karena beda sudut pandang yang tidak berbeda dalam esensinya.²⁰

Sebagaimana telah kita ketahui Ẓikir artinya mengingat-ingat bisa secara lisan dan bisa secara hati/batin. Ẓikir lisan diharapkan bisa menuntun Ẓikir hati/batin. Ẓikir lisan diharapkan bisa menuntun Ẓikir hati atau *khafi*. Apabila seseorang sudah bisa Ẓikir hati, berarti ia bisa melakukan sikap Ẓikir; artinya, setiap saat ia selalu ingat kepada Allah.²¹

Orang yang melakukan Ẓikir *khafi* atau Ẓikir hati akan merasakan kehadiran Allah. Jika hendak melakukan tindakan ataupun perbuatan, ia meyakini dalam hatinya yang paling dalam bahwa Allah senantiasa bersamanya. Dirinya sadar bahwa Allah selalu melihatnya. Ẓikir hati ini lazim disebut dengan *ihsan*.²²

Dengan demikian, Ẓikir hati berarti diri sendiri sadar dan merasa selalu dilihat dan diawasi oleh Allah. Jika kita sudah bisa mencapai tingkat kesadaran semacam ini, maka akan timbul dampak yang besar bagi diri sendiri. *Pertama*, hati akan selalu bersih. *Kedua*, apapun yang kita kerjakan akan menjadi ibadah. Dan, *ketiga*, kita akan memperoleh nilai tambah dalam hidup, yakni nilai keridhaan Allah.²³

c. Ẓikir *Af'al*

Ẓikir *af'al* merupakan refleksi dari Ẓikir lisan dan Ẓikir hati. Ia merupakan Ẓikir yang bersifat aktif dan berdimensisosial. Ia diwujudkan dalam perbuatan sehari-hari, seperti menyantuni yatim piatu, menginfakkan sebagian harta untuk kepentingan sosial, membantu perbaikan jalan umum, perbaikan tempat ibadah, dan melakukan hal-hal yang berguna bagi pembangunan bangsa, negara, serta agama.²⁴

²⁰ Khoirul Amru Harahap, Lc, M.HLM.I. & Reza Pahlevi Dalimunthe, Lc, M.Ag , *Dasyatnya Doa dan Zikir*. hlm 106.

²¹ Amin Syukur, *Tasawuf Konstektual*, (Pustaka Pelajar : Yogyakarta., 2003) hlm.271

²² Khoirul Amru Harahap, Lc, M.HLM.I. & Reza Pahlevi Dalimunthe, Lc, M.Ag , *Dasyatnya Doa dan Zikir*. hlm. 107

²³ Ibid. hlm. 107

²⁴ Ibid . hlm. 107

3. Adab BerZikir

Agar Zikir bisa khusuk dan membekas dalam hati, maka perlu dilakukan sesuai adab yang diajarkan dalam Islam. Apabila tidak lakukan maka Zikir hanya sekedar ucapan belaka dan tidak akan membekas sama sekali. Albanna menyatakan bahwa adab berZikir ada diantaranya adalah:

- a. Kekhusyukan dan kesopanan, menghadirkan makna kalimat-kalimat Zikir, berusaha memperoleh kesan-kesannya, dan memperhatikan maksud-maksud serta tujuannya.
- b. Merendahkan suara sewajarnya disertai konsentrasi sepenuhnya dan kemauan secukupnya sampai tidak terkacau oleh hal lain.
- c. Menyesuaikan Zikir kita dengan suara jamaah, kalau Zikir dibaca secara jamaah, maka tak akan seorangpun akan terlambat atau mendahului dari mereka.
- d. Bersih pakaian dan tempat, serta memelihara tempat-tempat yang dihormati dan waktu-waktu yang cocok. Hal ini menyebabkan adanya konsentrasi penuh, kejernihan hati dan keikhlasan niatnya.
- e. Setelah selesai berZikir dengan penuh kekhusuan dan kesopanan, disamping meninggalkan perkataan yang tidak berguna juga meninggalkan permainan yang dapat menghilangkan faedah dan kesan Zikir.

Dalam pandangan al-Nawawi bahwa seseorang diperbolehkan berZikir dalam segala keadaan, hanya dalam beberapa hal saja yang tidak dianjurkan berZikir, diantaranya adalah dikala sedang melakukan hajat, sedang berhubungan suami istri, sedang mendengarkan khutbah dan sedang mengantuk berat.²⁵

4. Manfaat terapi Zikir

Zikir mempunyai manfaat yang besar terutama dalam dunia modern seperti sekarang, manfaat Zikir dalam kehidupan menurut Amin Syukur antara lain:²⁶

²⁵Baidi Bukhori, S.Ag., M.Si., *zikir Al-Asma Al-Husna: solusi atas problem agresivitas remaja*. (Semarang: Syiar Media Publisng), hlm. 54

²⁶ Amin Syukur dan Fathimah Utsman, *Insan Kamil, Paket Pelatihan Seni Menata Hati (SMH) LEMBKOTA*, (CV. Bima Sakti, Semarang,) 2006, hlm. 36.

a. *Ẓikīr* memantapkan iman

Jiwa manusia akan terawasi oleh apa dan siapa yang selalu melihatnya. Ingat kepada Allah berarti lupa kepada yang lain, ingat yang lain berarti lupa kepada-Nya. Melupakan-Nya akan mempunyai dampak yang luas dalam kehidupan manusia.

b. *Ẓikīr* dapat menghindarkan dari bahaya

Dalam kehidupan ini, seseorang tak bisa lepas dari kemungkinan datangnya bahaya. Hal ini dapat diambil pelajaran dari peristiwa Nabi Yunus As yang tertelan ikan. Pada saat seperti itu Yunus As berdoa: *la ilaha illa anta subhanaka inni kuntu minadh dhalimin* (tiada Tuhan selain engkau, maha suci engkau, sesungguhnya aku adalah termasuk orang-orang yang dhalim) (al- Anbiya':27). Dengan do'a dan *Ẓikīr* itu Yunus As dapat keluar dari perut ikan.

c. *Ẓikīr* sebagai terapi jiwa

Islam sebagai agama rahmatan lil alamin menawarkan suatu konsep di kembangkannya nilai-nilai ilahiah dalam batin seseorang. Shalat misalnya yang didalamnya terdapat penuh do'a dan *Ẓikīr*, dapat dipandang sebagai *malja'* (tempat berlindung) di tengah badai kehidupan modern, disinilah misi Islam untuk menyejukkan hati manusia. *Ẓikīr* sangatlah fungsional, akan mendatangkan manfaat, antara lain mendatangkan kebahagiaan, menentramkan jiwa, obat penyakit hati dan sebagainya.

d. *Ẓikīr* menumbuhkan energi akhlak

Kehidupan modern yang kita alami sekarang ditandai dengan dekadensi moral akibat dari berbagai rangsangan dari luar khususnya melalui media masa. Pada saat seperti ini *Ẓikīr* yang dapat menumbuhkan iman dapat menjadi sumber akhlak. *Ẓikīr* tidak hanya *Ẓikīr* substansial, namun *Ẓikīr* fungsional. Dengan demikian, betapa penting mengetahui, mengerti dan mengingat Allah, baik terhadap nama-nama maupun sifat-sifat-Nya, kemudian maknanya ditumbuhkan dalam diri secara aktif,

karena sesungguhnya iman adalah keyakinan dalam hati, diucapkan dalam lisan dan direalisasikan dalam amal perbuatan.

B. Agresivitas

1. Pengertian

Agresi menurut Robert Baron adalah tingkah laku individu yang ditujukan untuk melukai atau mencelakakan individu lain yang tidak menginginkan datangnya tingkah laku tersebut. Definisi agresi dari Baron ini mencakup empat faktor yaitu: tingkah laku, tujuan untuk melukai atau mencelakakan (termasuk mematikan atau membunuh), individu yang menjadi pelaku dan individu yang menjadi korban, ketidakinginan si korban menerima tingkah laku si pelaku.

Elliot Aronson mengajukan definisi agresi, menurutnya agresi adalah tingkah laku yang dijalankan oleh individu dengan maksud melukai atau mencelakakan individu lain dengan ataupun tanpa tujuan tertentu. Sementara itu, Moore dan Fine mendefinisikan agresi sebagai tingkah laku kekerasan secara fisik ataupun secara verbal terhadap individu lain atau terhadap objek lain.²⁷

2. Fase dalam agresivitas

Agresivitas secara fisik hampir didahului dengan caci maki atau ancaman, dari analisis situasional mengenai tindakan kekerasan telah membuat para peneliti menegaskan bahwa suatu kekerasan adalah bagian dari siklus perilaku, ada beberapa fase yang saling berkaitan menurut Breakwell Gilynis yang biasanya ditemukan dalam sebagian besar situasi penyerangan, sebagai berikut:²⁸

- a. Fase pemicu adalah titik dimana individu pertama-tama menunjukkan suatu gerakan menjauh dari perilaku normal mereka. Perubahan-perubahan seperti itu ditangkap dalam perilaku non verbal dan verbal misalnya tidak bersedia untuk duduk, tidak mampu untuk menunggu sampai anda menyelesaikan kalimat anda, menjawab sebelum pertanyaan-pertanyaan diselesaikan, kurang sabar.

²⁷ Koeswara, *Agresi Manusia*, (Bandung : PT ERESKO, 1988), hlm. 5

²⁸ Breakwell M. Glynis, *Coping With Aggressive Behaviour (Mengatasi Perilaku Agresif)*, (Yogyakarta : Kanisius, 1998). hlm. 75

Masalah utama dengan pemicu adalah keanekaragaman mereka. Dalam situasi yang berpotensi beringas, pemicu-pemicu yang mungkin adalah sangat banyak. Anda seakan-akan berjalan disebuah lapangan ranjau yang tidak dipetakan. Fase eskalasi, fase ini mengarah pada perilaku beringas, perilaku individu

- b. Fase eskalasi, fase ini mengarah pada perilaku beringas, perilaku individu semakin menyimpang dari tingkat dasarnya. Jika tidak ada intervensi. Penyimpangan ini akan semakin nyata dan sulit dialihkan. Misalnya, individu mulai berjalan hilir mudik, kecepatan bicara mereka semakin meningkat begitupun dengan volume suaranya, berteriak – teriak atau menjerit dan lain sebagainya.

3. Faktor penyebab agresivitas

Faktor penyebab perilaku agresif pada remaja secara umum disebabkan oleh dua faktor, yaitu internal dan eksternal ;²⁹

a. Faktor Internal

1) Naluri agresif

Mengenai tindakan agresif yang disebabkan oleh dasar alamiah atau pembawaan (naluri agresif) dikemukakan oleh Sigmund Freud. Freud melihat bahwa perbuatan agresif disebabkan suatu dorongan naluri yang mewakili naluri kematian (*the death instinct*). Hidup menurut Freud merupakan konflik abadi antara dorongan hidup (*life instinct*) dengan dorongan mati (*death instinct*). Diantara dua dorongan tersebut manusia berusaha untuk hidup dan membangun.

Id, Ego, Super ego, merupakan dasar struktur kepribadian manusia yang digambarkan oleh Freud dalam psikologi analisis. Masing-masing unsur memiliki kecenderungan tertentu. Id mempunyai kecenderungan nafsu, libido seks, dan perbuatan destruktif. Menahan lajunya id sehingga ego menjadi tenang dan berkembang. Jika dorongan

²⁹ Sofyan S. Willis, *Remaja & masalahnya: mengupas berbagai bentuk kenakalan remaja seperti narkoba, free sex dan pemecahannya*, (Bandung :Alfabeta, 2010) hlm. 122-126

id yang destruktif tidak dapat ditahan oleh “super ego” maka ego akan terjebak pada perbuatan-perbuatan jahat termasuk agresivitas yang cenderung yang merusak orang lain dan dirinya.

2) Frustrasi

Teori yang dikemukakan oleh Yale dan Dolar (1939) mengatakan bahwa penyebab perilaku agresif adalah paling banyak mengalami kegagalan dalam memenuhi kebutuhannya. Karena kegagalan yang bertumpuk maka ia menjadi frustrasi dan kecewa berat.

3) Tekanan

Tekanan lingkungan individu dan kelompok menimbulkan stress. Artinya individu merasakan pukulan hebat terhadap usaha dan tujuannya. Kemungkinan perilaku yang terjadi akibat serangan stress adalah:

- a) Perilaku ketidakberdayaan (*helpness*) dan dibumbui depresi. Biasa orang berserah diri, pasrah menyalahkan diri sendiri, bahkan “*self destructive*”.
- b) Berespons menentang lingkungan dengan nekat, lalu bertindak menghancurkan rintangan melalui perilaku agresif.

4) Balas dendam

Balas dendam merupakan penyaluran frustrasi melalui proses internal yakni merencanakan pembalasan terhadap obyek yang menghambat dan merugikan. Biasanya balas dendam bisa dalam bentuk yang paling ringan seperti menjahili atau meliciki, dan bisa juga dengan perusakan atau penganiayaan terhadap orang lain.

b. Faktor Eksternal

1) Keadaan Sumpek (*Crowding*)

Pengertian fisiologis dari keadaan sumpek (*crowding*) adalah penuh sesaknya manusia di suatu tempat, seperti jalanan, bus kota,

kereta api, pasar, stasiun, dan terminal bus. Keadaan sumpek secara psikologis memberi pengaruh negatif terhadap perilaku sosial individu. Mereka frustrasi dengan keterbatasan sarana angkutan dalam kota, namun terpaksa berdesakan ketempat pekerjaan atau sekolah karena suatu kewajiban yang harus dia lakukan. Antara kebutuhan dan sarana transportasi yang tersedia dengan keadaan sumpek membuat individu konflik, stress, marah, agresif. Disamping itu efek nyata dari sumpek adalah timbulnya penyakit fisik seperti penyakit menular.

2) Tindakan agresif yang dipelajari

Teori yang dekat dengan belajar yang terkondisi adalah teori behavioral khususnya *conditioning*. Menurut teori ini tindakan agresif merupakan perilaku hasil belajar. Kebanyakan ahli – ahli psikologi berpendapat bahwa belajar adalah determinan utama dalam perilaku agresif. Dengan kata lain, semua tindakan agresif adalah dipelajari. Hanya sedikit sekali yang disebabkan oleh naluri.

Anak kecil yang selalu mendapat tekanan, lingkungan yang bertengkar, akan menjadi anak pemarah dan agresif. Dasar perilaku pemarah dapat diperluas dan diperkuat melalui contoh-contoh dari orang dewasa tayangan film di televisi. Orang tua, yang agresif akan ditiru oleh anak-anaknya, demikian juga oleh masyarakat yang agresif . sebaliknya orang tua yang permisif (masa bodoh) cenderung membuat anak selalu dibiarkan saja tanpa ada norma evaluasi dan pembatasan.

4. Bentuk bentuk agresivitas

Jika dilihat dari bentuk perilaku yang ditampilkan, Buss dan Perry membagi bentuk perilaku agresi kedalam empat macam yaitu :³⁰

- a. Agresi verbal yaitu suatu tindakan dalam bentuk ucapan yang dapat menyakiti orang lain. Perilaku verbal bisa berupa menghina, mengancam, memaki, menjelek- jelek kan orang lain.

³⁰ Baidi Bukhori, S.Ag., M.Si., *Zikir Al-Asma Al-Husna: solusi atas problem agresivitas remaja.* (Semarang: Syiar Media Publisng) hlm 41

- b. Agresi non verbal yaitu suatu perilaku dalam bentuk tindakan fisik yang dapat merugikan, merusak, dan melukai orang lain. Perbuatan tersebut bisa berupa menendang, memukul, meludahi.
 - c. Agresi kemarahan yaitu suatu bentuk agresi yang sifatnya tersembunyi dalam perasaan seseorang tapi efeknya juga dapat menyakiti orang lain. Dalam hal ini perilakunya bisa tampak juga bisa tidak tampak.
 - d. Agresi permusuhan yaitu suatu bentuk agresi berupa perasaan negatif terhadap orang lain yang muncul karena perasaan tertentu, misalnya cemburu, dengki, agresi permusuhan ini dapat ditimbulkan dari beberapa agresi yang telah disebutkan diatas.
5. Cara menurunkan agresivitas

Koeswara menyatakan bahwa agresivitas bisa dicegah dengan penanaman moral, pengembangan perilaku non agresi, dan pengembangan kemampuan memberikan empati:³¹

a. Penanaman moral

Nurani atau moral yang diinternalisasikan dan diintegrasikan kedalam kepribadian individu merupakan rem yang efektif bagi kemunculan perilaku destruktif, termasuk agresivitas. Oleh karena itu, penanaman moral merupakan cara yang tepat guna mencegah kemunculan agresivitas tersebut.

b. Pengembangan perilaku agresi

Mengembangkan nilai-nilai yang mendukung perkembangan perilaku non agresi, dan sebaliknya menghapus atau setidaknya mengurangi nilai-nilai yang mendorong perkembangan agresivitas. Nilai-nilai merupakan daya pendorong dalam hidup, yang memberi makna dan pengabsahan pada tindakan seseorang. Nilai-nilai tersebut bisa bersumber dari agama maupun etika. Adapun nilai-nilai yang dapat menurunkan agresivitas antara lain nilai yang mendorong manusia untuk saling mengasihi dan menghormati sesama manusia, bersikap sabar dan pemaaf, maupun sikap prososial lainnya.

³¹ Koeswara, *Agresi Manusia*, (Bandung : PT ERESKO), 1988, hlm 39 - 42

c. Pengembangan kemampuan memberikan empati

Pencegahan agresivitas bisa dan perlu menyertakan pengembangan kemampuan mencintai pada individu. Dengan kata lain, pengembangan kemampuan memberikan empati merupakan langkah yang perlu diambil dalam rangka mencegah berkembangnya agresivitas.

C. Game online

1. Pengertian

Game online menurut Kim dkk adalah game atau permainan dimana banyak orang yang dapat bermain pada waktu yang sama dengan melalui jaringan komunikasi *online*. Selanjutnya Winn dan Fisher mengatakan Multiplayer Online game merupakan pengembangan dari game yang dimainkan satu orang dalam bagian yang besar, menggunakan bentuk yang sama dan metode yang sama serta melibatkan konsep umum yang sama seperti semua game lain, perbedaannya adalah bahwa untuk multiplayer game dapat dimainkan oleh banyak orang dalam waktu yang sama.³²

Menurut Adams dan Rollings bahwa: “*Game online* adalah permainan yang dapat diakses oleh banyak pemain, dimana mesin-mesin yang digunakan pemain dihubungkan oleh *internet*”. Kepuasan yang diperoleh dalam *game* tersebut akan membuat pemain semakin tertarik untuk memainkannya.³³

Young mendefinisikan MMORPG adalah permainan dengan jaringan, dimana interaksi antara satu orang dengan lainnya untuk mencapai tujuan, melaksanakan misi dan meraih nilai tertinggi dalam dunia virtual. Permainan awal MMORPG adalah *dungeons and dragons* yang dimainkan menggunakan pena dan kertas pada tahun 1970an.³⁴

2. Jenis game online

Game online memiliki jenis yang banyak, mulai dari permainan sederhana berbasis teks sampai permainan grafik kompleks dan membentuk dunia virtual

³² Andri Arif Kustiawan, S.Pd., M. Or. , Andy Widhiya Bayu Utomo, S.Pd., M. Or. Jangan Suka Game Online: Pengaruh Game Online Dan Tindakan Pencegahan (Cv. Ae Media Grafika) hlm. 5

³³ Ika Herani, Ilhamuddin, hubungan motivasi bermain *game online* pada masa Dewasa awal terhadap perilaku kecanduan *game Online defence of the ancients (dota 2)*, jurnal psikologi perkembangan. hlm 9

³⁴ Muhammad arifin, *pengaruh game online terhadap tingkat efektivitas komunikasi interpersonal pada kalangan pelajar kelas 5 sdn 009 samarinda*, e-Jurnal Ilmu Komunikasi, 2013

yang di tempati oleh banyak pemain sekaligus. Diantaranya jenis-jenis game tersebut adalah :

- a. *Massively multiplayer online first-person shooter games* (MMOFPS), game jenis ini mengambil sudut pandang orang pertama sehingga seolah-olah pemain berada dalam permainan tersebut dalam sudut pandang orang pertama atau tokoh utama. Permainan ini melibatkan banyak orang dan biasanya permainan ini mengambil setting antara peperangan dengan senjata militer. Contoh game ini adalah *PUBG, Free Fire, Counter Strike, Point Blank*, dan masih banyak lagi
 - b. *Massively multiplayer online real time strategy games* (MMORTS), game jenis ini menekankan kepada kehebatan strategi pemainnya. Permainan ini memiliki ciri khas dimana pemain harus mengatur strategi permainan. Dalam RTS, tema permainan bisa berupa sejarah (misal *Age Of Empires*), fantasi (misal *Warcraft*), dll.
 - c. *Massively multiplayer online role playing games* (MMORPG). Game jenis ini biasanya memainkan peran tokoh khayalan dan berkolaborasi untuk merajut sebuah cerita bersama. RPG biasanya lebih mengarah ke kolaborasi sosial daripada kompetisi. Pada umumnya dalam RPG, para pemain tergabung dalam satu kelompok. Contoh *Mobile Legend, DOTA, Ragnarok Online*.³⁵
3. Manfaat dan dampak buruk game online

Banyak manfaat banyak pula dampak buruk dari suatu game online, banyak orang bahwa game online sendiri hanya bisa menimbulkan dampak buruk, terutama orang tua yang berpendapat bahwa game hanya bisa menimbulkan kekerasan bagi si anak, padahal semua itu belum tentu, semua itu tergantung dari pengawasa orang tua dan pengaruh lingkungan. Oleh sebab itu maka harus di bahas apa saja dampak buruk dan juga manfaat dari game online

³⁵ Rahmat Anhar, *hubungan kecanduan game online dengan keterampilan sosial remaja di 4 game centre di kecamatan klojen kota Malang*. Skripsi UIN MAULANA MALIK IBRAHIM, 2014. Hlm 13

sendiri. Berikut beberapa hal positif yang dapat ditimbulkan dari bermain game online :³⁶

a. Meningkatkan kemampuan konsentrasi

Setiap memiliki tingkat level atau tingkat kesulitan yang berbeda. Permainan gam online akan melatih pemainnya untuk dapat memenangkan permainan secara cepat, efisien dan menghasilkan lebih banyak. Konsentrasi pemain game online akan meningkat karena mereka harus menyelesaikan beberapa tugas, mencari celah yang mungkin bisa dilewati dan memonitor jalannya permainan. Semakin sulit suatu game maka akan semakin tinggi konsentrasi yang dibutuhkan.

b. Meningkatkan kemampuan motorik

Koordinasi tangan dan mata, orang yang bermain game dapat meningkat koordinasi atau kerjasama antara tangan dan mata. Terlebih mata jadi lebih jeli dalam mengamati sesuatu.

c. Meningkatkan pengetahuan tentang komputer dan *gadget*

Agar dapat menikmati permainan yang nyaman dan kualitas gambar yang prima, seornag pemain game online akan berusaha mencari informasi tentang spesifikasi computer dan koneksi internet yang dapat digunakan untuk memainkan game tersebut.

d. Meningkatkan kemampuan berbahasa inggris atau asing

Kebanyakan game online menggunakan bahasa inggris dalam pengopresaiannya, ini yang hal yang bisa membuat seorang pemain game online bisa memahami dan harus bisa berbahasa inggris atau asing agar bisa mengoperasikan game tersebut.

Namun perlu disadari bahwa tetap ada beberapa dampak negatif dari game online sendiri. Diantaranya adalah :³⁷

³⁶Andri Arif Kustiawan, S.Pd., M. Or. , Andy Widhiya Bayu Utomo, S.Pd., M. Or. Jangan Suka Game Online: Pengaruh Game Online Dan Tindakan Pencegahan (Cv. Ae Media Grafika) hlm. 12-14

³⁷Eka Widiya Oktavianti, Skripsi, *Hubungan Frekuensi Bermain Game Online Terhadap kemampuan Interaksisosial Padaremaja Di Kecamatan Bobotsari Kabupaten Purbalingga*. UMP, 2013. hlm.31

a. Masalah psikologis

Pengguna game online yang mengandung kekerasan dan agresi menunjukkan bahwa dengan paparan singkat (misal bermain 25-30 menit) game kekerasan saat bermain dapat mengakibatkan peningkatan pikiran dan tindakan agresif (bailey, west, & anderson, 2009). Selain itu penggunaan game online yang berlebihan dapat menyebabkan perilaku anti sosial, penurunan interaksi sosial, dan penurunan empati. Penelitian menyimpulkan bahwa seseorang bermain game online yang mengandung kekerasan, pemain menunjukkan adanya penurunan yang signifikan dalam aliran darah otak di korteks. Game yang mengandung kekerasan memiliki tingkat koherensi jantung yang lebih rendah dan tingkat agresi yang lebih tinggi dibandingkan pemain game non-kekerasan.

b. Menyebabkan perilaku kecanduan game

Secara umum kecanduan game adalah hal yang kompleks, dalam definisi terakhir kecanduan dibatasi untuk obat-obatan dan konsumsi alkohol, namun baru-baru ini kecanduan diperluas pada perilaku seperti olahraga, seks, perjudian, video game dan internet. Kecanduan game merupakan aktivitas bermain game online yang dilakukan secara berlebihan yang dapat membawa pengaruh negatif pada anak. Frekuensi bermain game online dikatakan tidak pernah jika kurang dari 2 jam, kadang-kadang jika 2-4 jam, sering jika 4-6 jam dan selalu lebih jika lebih dari 6 jam menurut panjaitan.

c. Mempengaruhi kecerdasan emosional

Menurut penelitian Mesgarani & Shafiee, yang dilakukan kepada 201 mahasiswa yang berada di Iran, bahwa mahasiswa yang mengalami kecanduan *game online* mempengaruhi tingkat kecerdasan emosional.

Berbagai dampak negatif yang timbul dari hasil bermain game online seperti; kurangnya sosialisasi terhadap lingkungan, melupakan kehidupan

sebenarnya, membuat ketagihan, lupa waktu, mempengaruhi pola pikir dan sebagainya. Beberapa hal tersebut dialami oleh kedua subyek yang secara rutin bermain game online atau jenis game yang lainnya sebagai sarana alternative bermain game.³⁸

D. Hubungan Terapi Zikir Dengan Agresivitas

Agresivitas merupakan permasalahan yang berkaitan dengan masalah emosional, khususnya perasaan marah. Penanganan perasaan marah dapat ditangani dengan peningkatan kontrol diri secara internal.³⁹ Salah satu cara untuk meningkatkan kontrol diri adalah dengan cara Zikir. Zikir telah dikenal sebagai salah satu cara untuk mengembangkan dunia internal seseorang dan memiliki efek efek yang mapu menciptakan keadaan rileks, serta menimbulkan ketenangan.

Teori yang bisa digunakan untuk menerangkan bahwa Zikir bisa menurunkan agresivitas adalah teori kognitif. Menurut Burn, kemarahan disebabkan adanya penyimpangan pemikiran yang dilakukan individu, sehingga untuk menanganinya digunakanlah cara yang bisa mempengaruhi pola pikirnya. Cara tersebut antara lain dengan teknik membayangkan.

Zikir sebagai salah satu bentuk ibadah dalam agama Islam merupakan relaksasi religious, dengan mengucapkan lafadz Allah atau Ahad secara terus menerus dengan pelan dan ritmis akan dapat menimbulkan respon relaksasi dan akan meningkatkan terhadap kontrol diri. Pengulangan lafadz tersebut disertai dengan keyakinan terhadap kasih sayang-Nya, perlindungan-Nya dan sifat-sifat baik-Nya yang lain akan menimbulkan rasa tenang dan rasa aman.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Baidi Bukhori menunjukkan adanya perubahan pada remaja yang diberikan terapi Zikir *al-Asma' al-Husna* yakni dapat menurunkan agresivitas dan bisa digunakan sebagai ekstra kulikuler pada sekolah yang siswanya memiliki masalah agresivitas.⁴⁰

³⁸ Ridwan Syahrani, *Ketergantungan Online Game Dan Penanganannya*, Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling Volume 1 Nomor 1 Juni 2015. HLM. 90

³⁹ Meichati, sm., *Kesehatan Mental*. (Yogyakarta : Yayasan Penerbit Fakultas Psikologi UGM.1983). hlm.8

⁴⁰Baidi Bukhori, S.Ag., M.Si., *Zikir Al-Asma Al-Husna: solusi atas problem agresivitas remaja*. (semarang: syiar media publisng) hlm.61

Bertolak dari uraian tersebut, bisa diasumsikan bahwa Žikir bisa mengarahkan individu untuk meningkatkan kontrol diri dan bisa menurunkan agresivitas, sehingga mempunyai pemikiran positif terhadap suatu tindakan atau peristiwa, yang pada akhirnya akan membentuk perilaku yang tidak agresif.

E. Hipotesis

Hipotesis dapat diartikan sebagai pendapat atau pernyataan atau kesimpulan yang masih kurang atau belum selesai atau masih bersifat sementara.⁴¹ Hipotesis diterima jika fakta membuktikan kebenarannya, dan akan ditolak jika hipotesis tidak ada keterkaitan dengan fakta. Berdasarkan latar belakang penelitian yang telah di jelaskan sebelumnya, maka peneliti membuat hipotesis terapi Žikir berpengaruh terhadap penurunan agresivitas pemain game online di Ngaliyan Semarang.

⁴¹ Jusuf Soewadji, *Pengantar Metode Penelitian* (Jakarta: Penerbit Mitra Wacana Media, 2012), hlm. 123

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian eksperimen. Penelitian eksperimen merupakan penelitian yang dilakukan dengan memberikan manipulasi yang bertujuan untuk mengetahui akibat manipulasi terhadap perilaku individu yang diamati.⁴²

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian Eksperimen kasus tunggal (*Single Case Study*) dengan desain A-B-A. Penelitian ini bekerja dengan mengevaluasi efek suatu perlakuan (intervensi) dengan kasus tunggal, yang datanya berwujud bilangan (skor atau nilai peringkat atau frekuensi) yang dianalisis dengan menggunakan statistik untuk menjawab pertanyaan atau hipotesis penelitian yang bersifat spesifik dan untuk melakukan prediksi bahwa suatu variabel tertentu mempengaruhi variabel yang lain.⁴³ Penelitian ini menggunakan desain eksperimen kasus tunggal yang merupakan sebuah desain penelitian untuk mengevaluasi efek suatu perlakuan dengan kasus tunggal.⁴⁴

Dalam penelitian ini, peneliti akan memfokuskan diri untuk menguji hipotesis tentang penyebab perilaku agresif dan memungkinkan untuk memutuskan apakah sebuah perlakuan atau penanganan atau program mengubah perilaku secara efektif. Dalam hal ini, perlakuan terapi *Zikir* dalam menurunkan perilaku agresif pemain game online. Jadi, eksperimen ini bukan hanya bermanfaat ketika peneliti bermaksud menguji tetapi juga ketika peneliti mencari solusi atas berbagai masalah masyarakat.

B. Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk

⁴² Latipun, *Psikologi Eksperimen*, (Malang: UMM Pres, 2002), hlm. 8

⁴³ Asmadi Asla, *Pendekatan Kuantitatif dan Kualitatif Serta Kombinasinya Dalam Penelitian Psikologi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003)

⁴⁴ Latipun, *Psikologi Eksperimen*, (Malang: UMM Press, 2002), hlm. 85

dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.⁴⁵ pada penelitian ini ada dua variabel:

1. Variabel bebas

Variabel bebas adalah variabel yang menentukan atau mempengaruhi adanya variabel yang lain.⁴⁶ Dalam penelitian ini variabel bebas adalah terapi *Ẓikir*.

2. Variabel tidak bebas

Variabel tidak bebas adalah variabel yang diduga sebagai akibat atau dipengaruhi oleh variabel yang mendahuluinya, yakni variabel bebas.⁴⁷ Dalam penelitian ini variabel bebasnya adalah agresivitas.

C. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional merupakan spesifikasi kegiatan peneliti dalam mengukur suatu variabel. Spesifikasi tersebut menunjuk pada dimensi-dimensi dan indikator-indikator dari variabel penelitian yang diperoleh melalui studi pustaka sebagai parameter untuk mengukur variabel. Dalam definisi operasional atau operasional variabel setidaknya terdapat definisi konseptual dan dimensi-dimensi atau indikator-indikator variabel penelitian. Dengan demikian definisi operasional adalah kegiatan pengukuran variabel penelitian dilihat berdasarkan ciri-ciri spesifik yang tercermin dalam dimensi-dimensi atau indikator-indikator variabel penelitian.⁴⁸

1. Terapi *Ẓikir*

Ẓikir adalah pujian kepada Allah yang diucapkan secara dan berulang-ulang, mengingat kebesaran Allah dan menyebut asmanya berulang-ulang. Adapun realisasinya dengan mengucapkan *al-Asmaul-Husna*, yang terdiri dari *al-Rahim* (Yang Maha Penyayang), *al-Lathif* (Yang Maha lembut), *al-Shabur* (Yang Maha Penyabar), *al-Afuw* (Yang Maha Pemaaf) secara berulang-ulang, masing-masing *al-Asmaul Husna* sebanyak 720 kali. Dan ditambah dengan membaca kalimat *Istighfar* dan sebanyak 99 kali

⁴⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Administrasi*, (Bandung: Alfabeta, 2016), hlm. 39

⁴⁶ Jusuf Soewadji, *Pengantar Metodologi Penelitian*, (Jakarta: Mitra Wacana Media, 2012), hlm. 115.

⁴⁷ Ibid. hlm.115

⁴⁸ Dr.Widodo, *metodologi penelitian populer dan praktis*. (JAKARTA:PT. Raja Grafindo Persada)

2. Agresivitas adalah perilaku atau tindakan individu untuk melukai atau menyakiti orang lain baik secara fisik maupun verbal dan tindakan ini akan mengakibatkan kelukaan pada orang lain atau subjek yang menjadi sasarannya. Dalam penelitian ini , teori yang digunakan adalah teori dari Buss dan Perry dengan beberapa aspek sebagai berikut;
 - a. Agresi verbal, misalnya: mengumpat atau berkata kasar, menyakiti menggunakan kata-kata
 - b. Agresi non verbal, misalnya: menendang, memukul, melempar barang.
 - c. Agresi kemarahan, misalnya: muka merah padam, tidak membalas sapaan, mata melotot.
 - d. Agresi permusuhan, misalnya: iri, dengki, cemburu.

D. Subjek Penelitian

Suharsini Arikunto mengungkapkan bahwa subjek penelitian merupakan sesuatu yang kedudukannya sangat sentral pada subjek penelitian itulah data variable yang diteliti berada dan diamati oleh peneliti.⁴⁹ Peneliti sudah memiliki berbagai pertimbangan terkait dengan pemilihan subjek penelitian. Peneliti mencari subjek penelitian dengan menggunakan teknik *purposif sampling*. Teknik sampling ini dapat langsung mengarahkan peneliti pada karakteristik subjek penelitian secara lebih pasti, sehingga informasi yang dikumpulkan serta program intervensi benar-benar relevan dengan tujuan awal penelitian.

Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah pemain game online berjumlah tiga orang yang biasa nongkrong di Warung Mbak Tik di Karonsih,. Pemain game online yang dibutuhkan dalam penelitian ini harus memenuhi beberapa kriteria, yaitu :

1. Pemain game online kategori FPS (PUBGM).
2. Melakukan tindakan agresivitas ketika bermain game atau sesudah bermain game.
3. Rata rata waktu bermain game antara 1-3 jam.
4. Tidak sedang dan belum pernah mengikuti intervensi psikologi untuk mengatasi agresivitas.
5. Bersedia mengikuti keseluruhan proses intervensi.

⁴⁹ Suharsini Arikunto, *Prosedur Penelitian*, (Rineka Cipta, Jakarta,2010), hlm. 90.

E. Desain Eksperimen

Metode penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan.⁵⁰ Desain eksperimen kasus tunggal, baik sampel kelompok maupun N=1, untuk kasus tertentu dianggap paling cocok untuk meneliti manusia, terutama apabila perilaku yang diamati tidak mungkin diambil rata-ratanya. Dalam beberapa kasus, rata-rata kelompok tidak dapat mencerminkan keadaan perilaku individu di dalam kelompok itu. Dengan kata lain, rata-rata kelompok tidak selalu mencerminkan keadaan individu-individu dalam kelompoknya. Kasus-kasus khusus demikian jika hendak dieksperimen yang paling memungkinkan adalah eksperimen kasus tunggal.

Desain eksperimen kasus tunggal dapat dipakai apabila sampelnya berjumlah satu. Sekalipun semuanya menggunakan kasus tunggal, desain eksperimen kasus tunggal berbeda dengan studi kasus. Letak perbedaannya perlakuannya, bahwa dalam eksperimen kasus tunggal sebagaimana suatu desain eksperimen, terdapat perlakuan (intervensi), sementara pada studi kasus tidak ada perlakuan dan biasanya cukup dengan pengamatan saja.⁵¹

Dalam penelitian ini, Peneliti menggunakan desain eksperimen kasus tunggal (*single-case experimental design*). Desain eksperimen kasus tunggal (*single-case experimental design*) merupakan sebuah desain penelitian untuk mengevaluasi efek suatu perlakuan (*intervensi*) dengan kasus tunggal. Kasus tunggal dapat berupa beberapa subjek dalam satu kelompok atau subjek yang diteliti adalah tunggal (N=1).⁵² Beberapa karakteristik desain eksperimen kasus tunggal antara lain: Pertama, peneliti dapat mengambil beberapa subjek dalam satu kelompok atau hanya mengambil subjek tunggal. Kedua, peneliti memanipulasi sebuah variabel independen, dengan demikian memungkinkan dilakukannya pengontrolan yang lebih taat-asas dibanding studi kasus. Ketiga, *baseline observation* mula-mula dicatat untuk mendeskripsikan seperti apa (dan diprediksi akan menjadi seperti apa dimasa yang akan datang) perilaku individu bila tanpa penanganan. Keempat,

⁵⁰ Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2014), hlm. 72.

⁵¹ Latipun, *Psikologi Eksperimen*, (Malang: UMM Pres, 2002), hlm. 99-100.

⁵² Latipun, *Psikologi Eksperimen*, (Malang: UMM Pres, 2002), hlm. 131

perilaku *baseline* dan perilaku setelah intervensi dibandingkan dengan pemeriksaan visual terhadap observasi-observasi tercatat.⁵³

Desain penelitian pada bidang modifikasi perilaku dengan eksperimen kasus tunggal secara garis besar ada tiga kategori yaitu (1) Desain Reversal, yaitu terdiri dari empat macam yaitu (a) desain A-B, (b) desain A-B-A, (c) desain A-B-A-B. (2) Desain *Multiple Baseline*, yang terdiri dari (a) multi garis-dasar kondisi (*multiple baseline cross conditions*), (b) multi garis-dasar variable (*multiple baseline cross variables*), (c) multi garis-dasar subjek (*multiple baseline cross subjects*).¹⁴ (3) Desain Pengubahan atau perlakuan berganti-ganti, yang terdiri dari (a) desain pengubahan kriteria (*changing-criterion design*), dan (b) desain pengubahan-penanganan atau desain multi-unsur (*alternating-treatments design/multielement design*).⁵⁴

Desain A-B-A mempunyai validitas internal yang lebih baik dibanding dengan A-B. pada desain A-B terdapat kemungkinan telah meningkatnya perilaku tanpa campur suatu perlakuan. Meskipun demikian sangat tipis kemungkinan bahwa perilaku akan meningkat hanya secara kebetulan selama fase perlakuan dan juga secara kebetulan merosot selama fase *baseline*.

Desain eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain A-B-A (*Follow up*), yaitu untuk mengetahui efek terapi selama *baseline*, *treatment*, dan *follow up* dan pengaruh antara variabel independen dan variabel dependen. Mula-mula target behavior (variabel terikat) diukur secara kontinyu pada kondisi *baseline* (A) dengan periode waktu tertentu kemudian pada kondisi intervensi (B). Setelah pengukuran pada kondisi intervensi (B) pengukuran pada kondisi *baseline* kedua (A2 atau *follow up*) diberikan. Penambahan kondisi *baseline* kedua ini dimaksudkan sebagai kontrol untuk fase intervensi sehingga memungkinkan untuk menarik kesimpulan adanya hubungan fungsional antara variabel bebas dan variabel terikat.⁵⁵

F. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

⁵³ John J. Shaughnessy, *et al*, *Metodologi Penelitian Psikologi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2007), hlm.362-363

⁵⁴ Garry Martin & Joseph Pear, *Modifikasi Perilaku; Makna dan Penerapannya*, terj. Yudi Santos, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015), hlm. 599-601

⁵⁵ *Ibid.* hlm.59

Penelitian ini dilakukan di Rumah yang berada di Karonsih , Ngaliyan, Semarang.

2. Waktu Penelitian

Setiap subjek menerima 8 sesi, yang dibagi dalam beberapa fase, yaitu: fase *baseline* (tiga sesi), fase *treatment* (tiga sesi), dan fase *follow up* (2 sesi).

Penelitian dimulai pada 14 November 2019 dan berakhir pada 9 Desember 2019

Hari Ke	Tanggal	Tempat	Waktu	Fase
1	14 November 2019	Karonsih Selatan	Kondisional	Asesmen Behavioral, Base Line (B1)
2	15 November 2019	Karonsih Selatan	Kondisional	Psikoedukasi mengenas agresivitas, treatment terapi Zikir. Base Line (B2)
3	16 November 2019	Karonsih Selatan	19.00 – 21.00	Baseline (B3)
4 – 10	17-23 November 2019	Karonsih Selatan	19.00 – 21.00	Treatment Terapi Zikir (T1)
11 – 17	24-30 November 2019	Karonsih Selatan	19.00 – 21.00	Treatment Terapi Zikir (T2)
18 - 24	1-7 Desember 2019	Karonsih Selatan	19.00 – 21.00	Treatment Terapi Zikir (T3)
25-26	8-9 Desember 2019	Karonsih Selatan	19.00 – 21.00	Follow Up (F1,F2)

G. Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data asesmen perilaku melibatkan pengumpulan dan penganalisisan informasi data dalam rangka:

1. Mengidentifikasi dan mendiskripsikan perilaku target.
2. Mengidentifikasi sebab-musabab perilaku yang ada sekarang.
3. Memandu pemilihan penanganan perilaku yang ada sekarang.
4. Mengevaluasi hasil-hasil penanganan

Pengukuran Agresivitas dilakukan sebanyak 8 sesi eksperimen, dengan dibagi tiga fase yaitu baseline 3 sesi, terapi 3 sesi, dan follow up 2 sesi. Adapun metode pengumpulan data adalah:

1. *Behavioral Interview*. Hal ini dilakukan untuk mengetahui latar belakang terjadinya agresivitas dan agresivitas yang dialami subjek sebelum dan setelah intervensi dilakukan.
2. *Behavioral Observatoin* dengan skala agresivitas yang telah disusun.

Dalam skala agresivitas ini terdapat 4 jawaban alternatif, yaitu: Sangat Sering (SS), Jarang (J), Sering (S) Tidak Pernah (TP). Jenis item skala ada 2 macam yaitu Favorable dan Unfavorable. Item Favorable adalah pernyataan yang seiring dengan pernyataan, sedang item Unfavorable adalah pernyataan yang tidak seiring dengan pernyataan, skor tiap item skala agresivitas bersikar antara 1 sampai 4 sebagaimana dalam tabel dibawah ini.

Skor Jawaban Item

Jawaban	Favorable	Unfavorable
SS	4	1
S	3	2
J	2	3
TP	1	4

Makin tinggi skor yang diperoleh subjek, makin tinggi agresivitasnya. Makin rendah skor yang diperoleh subjek, maka semakin rendah pula agresivitasnya. Untuk

mempermudah dalam penyusunan skala agresivitas, maka terlebih dahulu dibuat tabel spesifikasi skala agresivitas seperti dibawah ini

Blue print item skala agresivitas sebelum uji coba

Aspek	No.		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
Verbal	1,2	3	3
Non-verbal	4,5	6	3
Kemarahan	7,8	9	3
Permusuhan	10,11	12	3
	8	4	12

H. Validitas dan reabilitas instrumen

1. Validitas Instrumen

Validitas adalah persoalan yang berhubungan pertanyaan sejauh mana suatu alat ukur telah mengukur apa yang seharusnya diukur.⁵⁶ suatu alat ukur dapat dikatakan valid atau shahih atau sah apabila alat ukur tersebut telah di gunakan untuk mengukur apa yang harusnya diukur.

Sebelum skala agresivitas digunakan pada penelitian yang sesungguhnya, maka dilakukan uji coba terlebih dahulu. Uji coba dilakukan terhadap mahasiswa UIN Walisongo yang bermain game PUBG. Uji coba tersebut dimaksudkan untuk memilih item-item yang memiliki validitas dan reabilitas yang baik.

Seleksi item dilakukan dengan melakukan pengujian terhadap 12 item. Pengujian dilakukan dengan menggunakan bantuan SPSS. Pengujian menghasilkan koefisien validitas yang berkisar antara -0,00 sampai -0,63. Koefisien validitas yang kurang dari 0,30 maka dinyatakan gugur. Dengan demikian dari jumlah item 12 setelah diseleksi, maka tinggal 9 item yang dinyatakan valid.

2. Reabilitas Instrumen

⁵⁶ Jusuf Soewadji, *Pengantar Metodologi Penelitian*, (Jakarta: Mitra Wacana Media, 2012), hlm. 173.

Reabilitas menunjukkan atau tetap dari hasil suatu pengukuran. Alat ukur atau instrumen tersebut di gunakan oleh peneliti yang sama atau yang berbeda secara berulang-ulang. Hasil pengukuran dapat dipercaya hanya apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama diperoleh hasil yang relatif sama, selama aspek yang diukur dalam diri subjek memang belum berubah. Dalam hal ini, relatif sama berarti tetap adanya toleransi adanya perbedaan perbedaan kecil diantara hasil beberapa kali pengukuran. Apabila perbedaan itu terlalu besar dari waktu ke waktu, maka hasil pengukuran tidak dapat dipercaya dan dikatakan sebagai tidak reliabel.

Dalam peelitian ini pengujian reabilitas dilakukan dengan menggunakan teknik Alpha dari Cronbach, dan perhitungannya menggunakan bantuan progam SPSS. Hasil pengujian dengan SPSS mengahsilkan koefisien reabilitas sebesar 0,65 yang berarti reliabel. Dengan demikian, jumlah item yang digunakan untuk pengambilan data agresivitas adalah 9 item.

Item tersebut kemudian diurutkan kembali, setelah item yang gugur di buang. Skala agresivitas sesudah ujicoba sebagaimana dalam lampiran. Lebih jelasnya, sebaran item skala sesudah uji coba yang diurutkan kembali dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Sebaran Item Skala Agresivitas Sesudah Uji Coba

Aspek	No.		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
Verbal	1,2	3	3
Non-verbal	5	6	2
Kemarahan	7,8	-	2
Permusuhan	10	12	2
	6	3	9

I. Analisis Data

Analisis data yang digunakan dalam eksperimen kasus tunggal menggunakan analisis grafik. Dengan menggunakan analisis grafik diharapkan dapat menyajikan

data dan juga menarik kesimpulan yang benar untuk mengambil keputusan yang baik dan benar.

Grafik adalah penyajian data yang terdapat dalam tabel yang ditampilkan kedalam bentuk gambar. Selain itu grafik juga dapat diartikan sebagai suatu kombinasi data-data baik berupa angka, huruf, simbol, gambar, lambang, perkataan, lukisan, yang disajikan dalam sebuah media dengan tujuan memberikan gambaran tentang suatu data dari penyaji materi kepada para penerima materi dalam proses menyampaikan informasi. Kemudian dari grafik tersebut nantinya akan dijelaskan secara deskriptif guna memperoleh hasil penelitian untuk menjawab rumusan masalah penelitian. Grafik berfungsi; Pertama, evaluasi dibuat sehubungan dengan mutu desain. Kedua, dibuat untuk penilaian terhadap keefektifan perlakuan (intervensi). Jadi kriteria utama efektivitas hasil eksperimen ini adalah *signifikansi klinis* (efek terapi). Selanjutnya, data *interview* anamnesa, data observasi, dan data *self report* terkait pikiran, perasaan, perilaku, dan kondisi fisiologis saat intervensi, akan dipaparkan secara deskriptif.

J. Prosedur Penelitian

Langkah-langkah yang ditempuh dalam penelitian eksperimen meliputi:

1. Merancang modul panduan pelaksanaan terapi *Zikir*.
2. Melakukan asesmen pada responden, mengukur tingkat agresivitas responden, dan menentukan jadwal eksperimen.
3. Mengajukan surat pernyataan kesediaan dan *informed consent* pada subjek
4. Memberikan materi tentang terapi *Zikir* dan agresivitas pada subjek dengan metode ceramah dan tanya jawab.
5. Memberikan terapi *Zikir* dengan fase baseline, treatment, dan follow up.
6. Menganalisis data observasi dan jawaban kuesioner (skala) yang telah terkumpul.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data Kualitatif

1. Kasus 1

a. Identitas Subyek 1

Nama subjek : MNFH

Umur : 22

Pendidikan Terakhir : SMK

b. Anamnesa (Latar Belakang Subyek 1)

MNFH adalah mahasiswa di salah satu perguruan tinggi di Semarang. MNFH adalah seorang gamers. MNFH mulai kenal dengan game online mulai sejak 2010 atau sekitar 9 tahun lalu. Banyak Jenis game yang sudah dimainkan oleh MNFH, salah satunya adalah game PUBG baik versi PC atau komputer maupun Versi HP atau *mobile*. Hal ini dapat dibuktikan dari pernyataan subjek berikut ini:

“Saya mulai kenal Game Online sejak lulus SD atau sekitar tahun 2010. Itupun mainnya masih jarang jarang karena lebih sering bermain bersama teman dan itupun dulu mainnya hanya waktu libur sekolah saja”

“Semua jenis game, bahkan pernah ikut *beta tester* itu kelas 2 SMK. Ya sudah lama lah saya bermain game online. Kalau game offline sudah banyak juga. Game online yang saya mainkan misalnya : PUBG PC, PW2INDO, Point Blank, AYO DANCE. Mobile Legend, Free Fire, PUBG Moblie”⁵⁷

Subjek mulai memainkan game PUBG mulai tahun 2018 untuk versi PC atau setelah satu tahun perilisan resmi oleh pihak developer dan subjek memainkan versi *mobile* pada tahun 2019. Dalam sehari subjek bisa memainkan game PUBG sendiri sekitar 3-4 jam dalam sehari, bahkan dulu pernah sampai memainkan 12 jam dalam sehari hanya untuk mengejar *rank* atau tingkatan

⁵⁷ Wawancara Behavioral dengan Subjek MNFH, Semarang, Sabtu 16 November 2019

dalam game PUBG. Hal tersebut dapat dibuktikan dari pernyataan subjek berikut:

“Untuk PC saya mulai main itu tahun 2018. Namun untuk mobile itu saya main pada tahun 2019.”

“Kalau di akumulasikan ya kira kira 3-4 jam lah. Nggak sampai lebih dari itu. Tapi dulu saya pernah sampe 12 jam itu pun sudah lama sekali kalau sekarang ya itu, 3-4 jam dalam sehari. Waktu mainnya ya antara jam 7 malam sampai 12 malam lah.”⁵⁸

Perasaan subjek ketika bermain game lebih sering berubah terkadang merasa senang dan kadang juga merasa sedih dan marah hal ini dikarenakan ketika senang subjek bisa melepas stress, mendapatkan uang dari game dan bisa berkumpul bersama teman. Subjek kadang merasa marah di karenakan saat bermain game subjek mendapatkan gangguan dari luar misalnya: jaringan yang kurang bagus, ada telepon dari pacar atau hal lain yang dapat mengganggu jalannya game. Saat subjek ditanya lebih sering mana antara senang atau marah setelah subjek mengenal game tersebut, subjek mengatakan bahwa lebih sering marah dikarenakan game yang *crash* dan teman yang tidak handal dalam bermain game. Hal tersebut dapat dibuktikan dari pernyataan subjek berikut:

“Ya kadang senang karena bisa melepas stress sama kumpul teman lah . kadang juga sedih karena kalah dan juga ada gangguan dari luar misal sinyal, di telepon pacar saat asik main game. Temen yang tidak handal dan masih banyak lagi lah”

“Lebih seringnya sih sedih sama marah gara-gara gamenya dan juga karena teman teman. Karena game nya rusak atau *crash* sama temen yang nggak handal juga. Apalagi kalau ada gangguan dari luar, pasti langsung marah.”⁵⁹

Subjek bisa membedakan bagaimana keadaan dirinya setelah mengenal game dan sebelum mengenal game. Subjek setelah mengenal game lebih sering marah dan sering *lost control* dalam emosi. Hal ini dikarenakan subjek mendapatkan gangguan saat bermain game dan ada dorongan dari faktor lain seperti teman yang tidak handal saat bermain game. Hal ini dapat di buktikan dari pernyataan subjek berikut:

⁵⁸ *Ibid.*

⁵⁹ *Ibid.*

“Bisa, kalau sebelum bermain game bisa kontrol emosi sih, lebih ke nahan emosi agar tidak keluar. Kalau setelah kenal game saya lebih ke bablasan dalam kontrol emosi, sering marah juga apalagi kalau main bareng terus kalah, rasanya itu marah sama kecewa sama temen yang nggak bisa main.”⁶⁰

Saat bermain dan setelah bermain game subjek melakukan tindakan agresivitas baik agresivitas verbal, non verbal, kemarahan dan permusuhan. Agresivitas verbal yang dilakukan oleh subjek adalah dengan mengucapkan kata-kata kotor atau kasar kepada teman atau orang disekitar yang dirasa mengganggu atau menyebabkan dirinya kalah saat bermain game. Hal ini dapat dibuktikan dengan pernyataan subjek berikut ini:

“Saya pernah mengucapkan kata kotor tapi tidak sering lah. Tergantung tempat juga sih kalau untuk bicara kotor. Kalau kata kotor yang saya ucapkan misalnya : “CUK CUK ISO MAIN RAK!!” “JANGKRIK” “KAKEANE” “PILAT”. Biasanya saya mengucapkan kata kotor atau kasar biasanya karena ada gangguan dari orang lain atau orang disekitar saya yang menyebabkan kalah dan tidak fokus saat bermain game”

Agresivitas kemarahan yang dilakukan oleh subjek adalah marah kepada orang lain atau seseorang yang menyebabkan dirinya kalah dalam bermain game. Hal ini disebabkan karena kalah dalam game saat ada gangguan ketika bermain game. Hal ini dapat di buktikan dengan pernyataan subjek sebagai berikut:

“Ya, Saya sering marah karena game juga , penyebabnya ya lebih seringnya kalah dalam pertarungan game sama ada gangguan dari luar. Gangguannya ya seperti jaringan yang jelek, *drope frame*, ada telpon dari orang lain misal pacar atau temen.”⁶¹

Selain agresivitas verbal dan kemarahan, subjek juga melakukan tindakan agresivitas non-verbal dan permusuhan. Agresivitas non-verbal yang dilakukan oleh subjek MNFH adalah melempar hp kepada teman yang mengganggu subjek saat bermain game dan agresivitas permusuhan yang dilakukan oleh

⁶⁰ *Ibid.*

⁶¹ *Ibid*

subjek adalah tidak mau diajak bermain oleh yang dibenci sehingga membuat yang mengajak merasa tersakiti karena menolak ajakannya. Hal ini dapat dibuktikan berdasarkan pernyataan subjek sebagai berikut:

“Pernah saya melempar hp keteman saya, tapi jarang. Ya paling ketika saya sedang badmood terus waktu main dia nya malah tidak serius, akhirnya kalah . terus saya lempar hp saya ke dia.”

“Pernah, gara gara dia ganggu waktu main game, padahal saya sedang ikut kualifikasi untuk turnamen.”⁶²

2. Kasus 2

a. Identitas Subjek 2

Nama subjek : RCK

Umur : 22

Pendidikan Terakhir : MA

b. Anamnesa (Latar Belakang Subjek 2)

RCK adalah seorang mahasiswa di salah satu perguruan tinggi di Semarang. RCK mulai kenal Game sejak duduk di bangku MTs kelas 3. Sejak saat itu subjek menekuni hobi barunya itu. Hampir semua jenis game dan hampir semua game yang populer di zamannya dimainkan oleh subjek. RCK juga memainkan game PUBG versi *mobile*. Hal ini dapat dibuktikan berdasarkan pernyataan subjek sebagai berikut ini:

“Sejak duduk di bangku MTs kelas 3. Dan mulai di tekuni itu sejak duduk di bangku MA. Ya kira kira sudah 8 tahunan lah.”

“Hampir semua jenis game populer pada zamannya saya mainkan seperti Point Blank, Ninja Saga, Free Fire, PUBG, Mobile Legend dan masih banyak lah saya sama sampai lupa juga.”⁶³

Subjek memainkan game PUBG *mobile* sejak tahun 2018. Dalam sehari subjek menghabiskan waktu 6 jam dalam bermain game, mulai dari bangun tidur dan dikala waktu senggang subjek tetap memainkan game nya. Hal ini dapat dibuktikan berdasarkan pernyataan subjek sebagai berikut:

⁶² *Ibid.*

⁶³ Wawancara dengan Subjek RCK, Semarang 16 November 2019

“Kalau untuk versi PC saya tidak main. Tapi Kalau versi *mobile* atau handphone saya mulai main itu tahun 2018.”

“Kalau diakumulasi kira kira itu 6 jam lah, mulai dari bangun tidur walau satu game terus kalau waktu senggang saya main. Apalagi kalau malam saat bersama teman teman, itu mulai dari kumpul sampai mau pulang.”⁶⁴

Perasaan subjek ketika bermain game lebih sering berubah terkadang merasa senang dan kadang marah hal ini dikarenakan situasi saat memainkan game tersebut. Subjek merasa senang di karenakan bisa mendapatkan hadiah dan menikmati grafik yang bagus dari game kdang juga mendapatkan hadiah pulsa dari game tersebut. Hal ini dapat dibuktikan berdasarkan pernyataan subjek sebagai berikut:

“Tergantung situasi dan mood sih. Kalau menang ya puas ada rasa bangga lah bisa ngalahin banyak orang. Tapi kalau kalah ya rasanya campur aduk sih, antara marah sama kecewa.

“Kalau game nya bagus sih senang , puas gitu lah karena grafik atau tampilan bagus, tambah temen apalagi kalau ada event yang hadiahnya lumayan. Misal gratis senjata, gratis pulsa sama yang lain lah. Tapi kalau lagi badmood ya tidak mau mau main lah. Marah juga gara gara sinyal misal, atau temennya tidak handal, susah dibilangin. Rasanya tidak nyaman aja.”⁶⁵

Subjek bisa membedakan bagaimana keadaan dirinya setelah mengenal game dan sebelum mengenal game. Subjek setelah mengenal game lebih sering marah dan sering *lost control* dalam emosi. Hal ini dikarenakan subjek mendapatkan gangguan saat bermain game dan ada dorongan dari faktor lain seperti teman yang tidak handal ssat bermain game. Hal ini dapat di buktikan dari pernyataan subjek berikut:

“Bisa, kalau sebelum bermain game emosi saya lebih stabil, happy terus lah jarang marahnya. Tapi setelah bermain emosi saya lebih suka *lost control*, banyak marahnya sama kecewa, seakan semua itu salah, ya game yang salah, temen yang salah”.

⁶⁴ *Ibid.*

⁶⁵ *Ibid.*

Saat bermain dan setelah bermain game subjek melakukan tindakan agresivitas baik agresivitas verbal, non verbal, kemarahan dan permusuhan. Agresivitas verbal yang dilakukan oleh subjek adalah dengan mengucapkan kata-kata kotor atau kasar kepada teman atau orang disekitar yang dirasa mengganggu atau menyebabkan dirinya kalah saat bermain game. Hal ini dapat dibuktikan dengan pernyataan subjek berikut ini:

“Pernah, sering malah. Biasanya yang saya ucapkan “ASU” “MATANE” “DJANCUK” KAKEANE” “FUCK LAH” “KONTOL” ”GOBLOK”. Biasanya saya ngomong itu waktu ada gangguan atau kalah saat main. Misalnya : jaringan yang jelek , di telepon orang, temen yang tidak handal, ketemu cheather.”⁶⁶

Agresivitas kemarahan yang dilakukan oleh subjek adalah marah kepada orang lain atau seseorang yang menyebabkan dirinya kalah dalam bermain game. Hal ini disebabkan karena kalah dalam game saat ada gangguan ketika bermain game. Hal ini dapat di buktikan dengan pernyataan subjek sebagai berikut:

"Sering, ya temennya nggak bisa ngimbangan atau tidak bisa *mem-backup* saat main.”⁶⁷

Selain agresivitas verbal dan kemarahan, subjek juga melakukan tindakan agresivitas non-verbal dan permusuhan. Agresivitas non-verbal yang dilakukan oleh subjek adalah melempar benda di sekitar atau hp yang dipegang oleh subjek. Dan agresivitas permusuhan yang dilakukan subjek adalah dendam kepada korban menolak ajakan untuk bermain bersama atau saat orang yang dibensi oleh subjek datang ke tempat tongkrongan, subjek memlih langsung pulang. Hal ini dapat di buktikan berdasarkan pernyataan subjek seagai berikut;

“Pernah saya melempar hp saya ke teman main game saya, karena kalah dalam game akibat temen itu.”

“Pernah saya dendam sama marah kepada teman, gara- gara dia mainnya nggak serius misal atau dalam grup itu dia nggak serius

⁶⁶Ibid.

⁶⁷ Ibid.

ainnya. Paling nggak mau dekat dulu atau ketika dia datang ke tongkrongan saya langsung pergi.”⁶⁸

3. Kasus 3

a. Identitas Subjek

Nama subjek : AA

Umur : 21

Pendidikan Terakhir : MA

b. Anamnesa (latar belakang masalah)

AA adalah seorang mahasiswa di salah satu perguruan tinggi di Semarang. AA kenal game online sejak masih duduk dibangku SMP atau sekitar 2010. Sudah banyak game online yang subjek mainkan, seperti: COC, LGR, PUBG, Mobile Legend, Free Fire, CODM. Hal ini dapat di buktikan berdasarkan pernyataan subjek sebagai berikut:

“Saya kenal game online itu sejak duduk di bangku SMP tahun 2010. Hampir semua jenis game yang saya mainkan , misal COC, LGR (Let’s Get Rich), PUBG, FF, ML,CODM”⁶⁹

Subjek memainkan game PUBG *mobile* sejak tahun 2018 akhir atau Bulan Desember. Dalam sehari subjek menghabiskan waktu 3- 4 jam dalam bermain game, mulai dari jam 9 malam samapai jam 1 pagi . Hal ini dapat dibuktikan berdasarkan pernyataan subjek sebagai berikut:

“Saya mulai main game PUBG Sejak 2018 akhir atau desember 2018. Saya main game PUBG sendiri kira kira 3-4 jam dalam sehari. Itu paling banyak waktunya di malam hari dari jam 9 malam sampai jam 1 pagi, itu waktu buat kumpul sama teman dan main bareng.”⁷⁰

Perasaan subjek ketika bermain game lebih sering berubah terkadang merasa senang dan marah hal ini dikarenakan ketika senang subjek bisa Subjek merasa marah di karenakan saat bermain game subjek mendapatkan gangguan dari luar misalnya: jaringan yang kurang bagus, ada telepon dari pacar atau hal

⁶⁸ *Ibid.*

⁶⁹ Wawancara Behavioral dengan Subjek AA, Semarang, Sabtu 16 November 2019

⁷⁰ *Ibid.*

lain yang dapat mengganggu jalannya game. Saat subjek-subjek juga mengaku mengucapkan kata kotor dan kadang memukul teman meskipun tidak keras karena susah untuk di ajak komunikasi dalam game. Hal tersebut dapat dibuktikan dari pernyataan subjek berikut:

“Ada rasa senang dan marah. Tergantung situasi dan keadaan emosi. Apalagi kalau ada gangguan yang menyebabkan kalah dalam bermain pasti rasanya ingin marah dan kadang mengucapkan kata kata kotor, bahkan pernah hampir pukul temen ketika main game. Gara gara di bilangin tidak sesuai perintah ketika main.”⁷¹

Subjek bisa membedakan bagaimana keadaan dirinya setelah mengenal game dan sebelum mengenal game. Subjek setelah mengenal game lebih sering marah Hal ini dikarenakan subjek mendapatkan gangguan saat bermain game dan ada dorongan dari faktor lain seperti teman yang tidak handal saat bermain game. Hal ini dapat di buktikan dari pernyataan subjek berikut:

“Kalau sebelum bermain game ya kadang biasa aja, nggak ada rasa marah atau kecewa atau bagaimana lebih condong *flat* kalau tidak ada faktor yang menyebabkan berubah si. Kalau setelah bermain game sendiri perasaan atau emosi saya lebih sering marah kadang juga kecewa sama teman. Ya gara gara ada gangguan dan miss komunikasi”⁷²

Saat bermain dan setelah bermain game subjek melakukan tindakan agresivitas baik agresivitas verbal, non verbal, kemarahan dan permusuhan. Agresivitas verbal yang dilakukan oleh subjek adalah dengan mengucapkan kata-kata kotor atau kasar kepada teman atau orang disekitar yang dirasa mengganggu atau menyebabkan dirinya kalah saat bermain game. Hal ini dapat dibuktikan dengan pernyataan subjek berikut ini:

“Pernah, dan cukup sering juga. Biasanya kata di ucapkan seperti ”ASUUU” “DJANCUK” “EEK lah” KOE NGERTI DJANCUK?” “ BANGSAT” dan lainnya lah. Nggak usah di sebut semuanya juga. Lebih seringnya diucapin ke temen yang lagi main bareng. Kalau ada gangguan. Miss komunikasi, temen nggak jago main nya, ya salah satu nya itu.”⁷³

⁷¹ *Ibid.*

⁷² *Ibid.*

⁷³ *Ibid.*

Agresivitas kemarahan yang dilakukan oleh subjek adalah marah kepada orang lain atau seseorang yang menyebabkan dirinya kalah dalam bermain game. Hal ini disebabkan karena kalah dalam game saat ada gangguan ketika bermain game. Hal ini dapat di buktikan dengan pernyataan subjek sebagai berikut:

“Pernah saya dendam sama marah kepada teman, gara- gara dia mainnya nggak serius misal atau dalam grup itu dia nggak serius mainnya.”⁷⁴

Selain agresivitas verbal dan kemarahan, subjek juga melakukan tindakan agresivitas non-verbal dan permusuhan. Agresivitas non-verbal yang dilakukan oleh subjek adalah memukul temannya sendiri. Dan agresivitas permusuhan yang dilakukan subjek adalah dendam kepada korban menolak ajakan untuk bermain bersama atau saat orang yang dibensi oleh subjek datang ke tempat tongkrongan, subjek memlih langsung pulang. Hal ini dapat di buktikan berdasarkan pernyataan subjek seagai berikut;

“Kalau di ingat-ingat sepertinya pernah dulu saya mukul temen saya sendiri. Waktu kita kalah game terus yang bikin kalah itu ada temen yang sengaja ganggu gitu. Ganggunya ya ngrecokin gitu lah, padahal lagi serius seriusnya. Waktu itu saya hanya pukul saja sih, tapi ya nggak keras keras banget.”

“Pernah, gara gara dia ganggu waktu main game, padahal saya sedang ikut kualifikasi untuk turnamen. Saya gagal ikut kualifikasi”⁷⁵

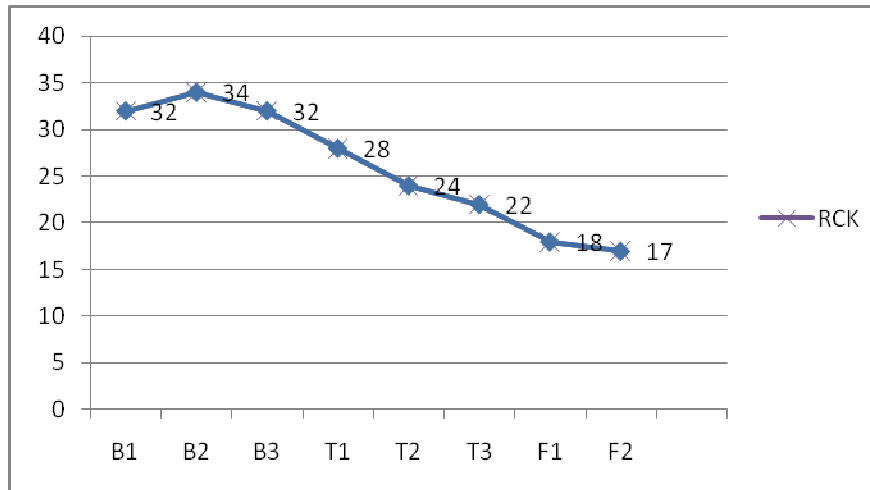
⁷⁴ *Ibid.*

⁷⁵ *Ibid*

B. Deskripsi Hasil Data Eksperimen

Penelitian dilaksanakan di Karansih Selatan, Ngaliyan, Semarang pada tanggal 14 November 2019 sampai 9 Desember 2019 dengan data yang diperoleh dari 3 sampel. Adapun hasil penelitian tersebut akan disajikan dalam 3 grafik di bawah ini:

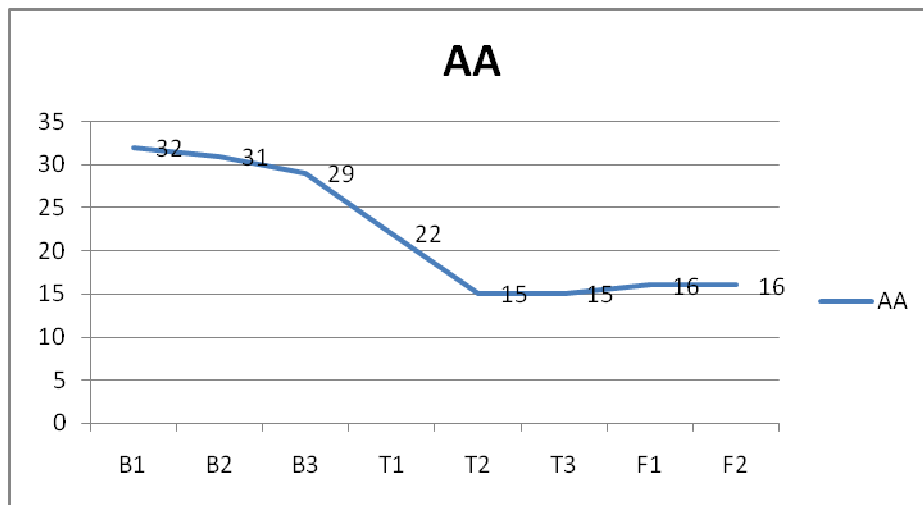
Grafik Hasil Skala Agresivitas Subjek RCK



Grafik diatas menunjukkan bahwa pada fase A atau *baseline* 1 (B1) mendapatkan skor 32 yang menunjukkan bahwa subjek agresivitas yang tinggi, selanjutnya pada sesi *baseline* 2 (B2) skor 34 menunjukkan agresivitas yang tinggi, dikarenakan subjek belum terlalu mengenal peneliti. dan pada sesi *baseline* 3 (B3) skor 32 masih menunjukkan tingkat agresivitas yang tinggi, karena subjek masih belum mendapatkan intervensi dari peneliti. Pengukuran yang dilakukan pada fase A atau *baseline* merupakan keadaan awal subjek dimana subjek belum diberikan *treatment* atau perlakuan.

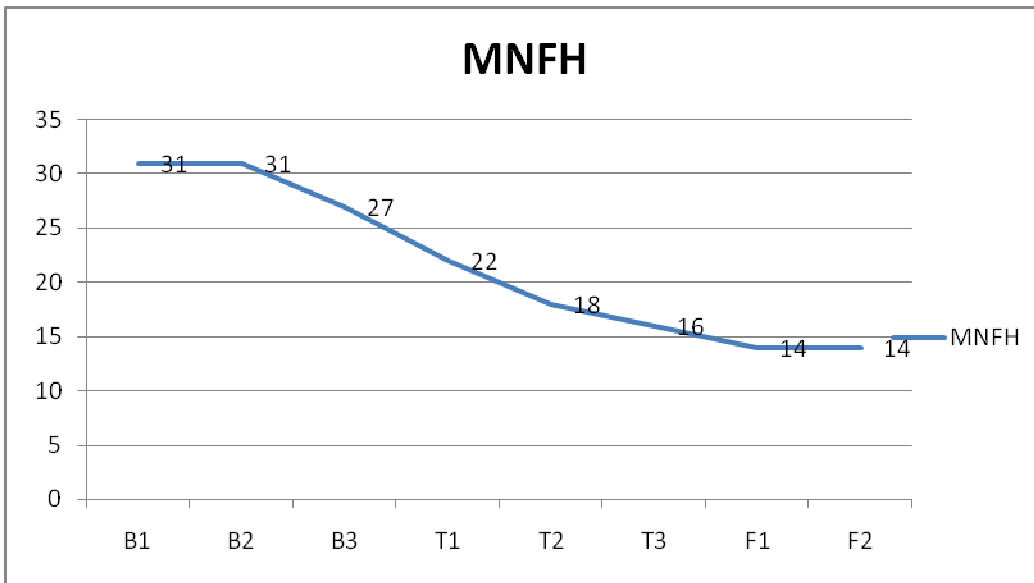
Fase B atau *treatment* diberikan setelah dilakukan pengukuran garis dasar sebanyak tiga kali.berdasarkan hasil pengukuran pada sesi *treatment* 1 (T1) menunjukkan skor 28 atau agresivitas sedang, dan pada *treatment* ke 2 (T2) subjek mengalami penurunan skor yaitu 24, meskipun ada penurunan skor namun tingkat agresivitas yang sedang, karena interaksi sudah mulai enjoy dan juga karena subjek sudah mulai mengenal peneliti. Kemudian pada sesi *treatment* 3 (T3) 22 yaitu agresivitas sedang, skor yang diperoleh subjek menurun tetapi masih dalam taraf

sedangt. Kemudian dilanjutkan kembali dengan Fase Follow Up (F1) dengan skor 18 yaitu menunjukkan skor ringan, gejala semakin ringan dan subjek sudah mulai bisa memecahkan pemikirannya, dan dilanjutkan lagi (F2) 17 yaitu menunjukkan tingkat agresivitas rendah. Walaupun begitu subjek sudah mengalami penurunan dari skor yang sebelun di *treatmen*, karena subjek sudah mulai merubah pola pikirnya. Selanjutnya akan disajikan grafik tentang subjek AA, seperti yang tertera dibawah ini:



Grafik diatas menunjukkan bahwa pada fase A atau *baseline* 1 (B1) mendapatkan skor 32 yang menunjukkan bahwa subjek mengalami agresivitas yang tinggi, karena kegiatan subjek sudah menjadi kebiasaan , selanjutnya pada sesi *baseline* 2 (B2) skor turun yaitu 31 masih menunjukkan agresivitas yang tinggi, pada sesi yang 3 (B3) skor menjadi 29. Pengukuran yang dilakukan pada fase A atau *baseline* merupakan keadaan awal subjek dimana subjek belum diberikan *treatment* atau perlakuan. Fase B atau *treatment* diberikan setelah dilakukan pengukuran garis dasar sebanyak tiga kali.berdasarkan hasil pengukuran pada sesi *treatment* 1 (T1) menunjukkan skor 22 yang masih dalam tingkatan agresivitas yang sedang, dan pada *treatment* ke 2 (T2) subjek mengalami penurunan agresivitas yang cukup signifikan. Kemudian pada sesi *treatment* 3 (T3) dengan hasil skor 15 yaitu masih dengan tingkat agresivitas yang sedang. Kemudian dilanjutkan dengan fase Follow Up (F1) 16 yaitu tingkat agresivitas yang sedang, karena sudah mulai terlihat titik temu permasalahan yang dialami subjek. Selanjutnya (F2) dengan hasil skor 16 yaitu sama dengan fase

sebelumnya yang sudah mengalami penurunan dari agresivitas tinggi ke agresivitas yang sedang. Pada fase ini subjek masih stabil dan masih dalam batas wajar karena peningkatan skor pada fase ini masih menunjukkan agresivitas sedang. Walaupun begitu subjek sudah mengalami penurunan dari skor yang sebelum di treatment. Selanjutnya akan disajikan grafik tentang subjek MNFH, seperti yang tertera dibawah ini:



Grafik diatas menunjukkan bahwa pada fase A atau *baseline* 1 (B1) mendapatkan skor 31 yang menunjukkan bahwa subjek mengalami agresivitas yang tinggi, karena kegiatan subjek sudah menjadi kebiasaan, selanjutnya pada sesi baseline 2 (B2) skor masih sama yaitu 31 atau masih menunjukkan agresivitas yang tinggi. Dan pada B3 skor yang didapat 27 skor mulai menurun dari skor sebelumnya. Pengukuran yang dilakukan pada fase A atau baseline merupakan keadaan awal subjek dimana subjek belum diberikan treatment atau perlakuan.

Fase B atau treatment diberikan setelah dilakukan pengukuran garis dasar sebanyak tiga kali. Berdasarkan hasil pengukuran pada sesi treatment 1 (T1) menunjukkan skor 22 atau agresivitas yang sedang. Dan pada treatment ke ke 2 (T2) subjek mengalami penurunan skor yaitu 18, meskipun ada penurunan skor namun tingkat agresivitas masih sedang. Kemudian pada sesi treatmen 3 (T3) 16 yaitu masih dalam agresivitas sedang.

Selanjutnya akan dilakukan sesi Follow Up (F1) 14 yaitu agresivitas sedang, kemudian dilanjutkan (F2) 14 yaitu masih menunjukkan agresivitas sedang. Skor yang diperoleh subjek semakin menurun, tetapi masih dalam taraf agresivitas sedang. Walaupun begitu subjek sudah mengalami penurunan dari skor yang sebelum di treatment.

Ketertarikan peneliti untuk melakukan penelitian ini adalah karena hubungan dan pengaruh antara terapi Zikir terhadap penurunan agresivitas. Hasil yang diperoleh dari dua variable tersebut yaitu terapi Zikir dan penurunan agresivitas menunjukkan masing-masing tinggi dan rendah. Maka berpengaruh positif sehingga dengan hipotesis yang diajukan bahwa ada pengaruh Zikir terhadap penurunan agresivitas pemain game online.

Dengan demikian, adanya pengaruh ini dapat membuat para pemain game online bisa menurunkan agresivitas dengan meningkatkan intensitas Zikir mereka. Pengaruh ini diharapkan dalam rangka menurunkan agresivitas pemain game online yang berada di Ngaliyan, Semarang.

C. Pembahasan

Pemberian treatment terapi Zikir membantu subjek dalam menurunkan agresivitas saat bermain game dan setelah bermain game. Berdasarkan hasil eksperimen dan observasi selama sesi terapi terhadap ketiga subjek, terdapat penurunan tingkat agresivitas setelah diberikan treatment menggunakan terapi Zikir. Hal ini dapat dibuktikan dari skor yang diperoleh kemudian dijumlahkan untuk mengetahui gambaran tinggi rendahnya agresivitas yang dilakukan oleh subjek. Cara pemberian skor dengan menjumlahkan semua item dengan kisaran 0-36 dengan keterangan:

Skor 0-12 menunjukkan agresivitas rendah

Skor 13-24 menunjukkan agresivitas sedang

Skor 25-36 menunjukkan agresivitas tinggi

Tingkat agresivitas yang dialami subjek sebelum diberikan treatment digolongkan tinggi. Setelah diberikan perlakuan tingkat agresivitas subjek menjadi sedang. Tingkat agresivitas yang rendah menunjukkan adanya kontrol diri dalam bermain game sehingga agresivitas turun.

Dapat dikatakan bahwa hipotesis yang diterima adalah *Ẓikir* bisa menurunkan agresivitas. Setelah diberi perlakuan atau intervensi berupa treatment *Ẓikir*, subjek mengalami penurunan perilaku agresivitas. Penurunan agresivitas dengan *Ẓikir* dapat dijelaskan sebagai berikut:

Subjek AA, RCK, MNFH yang mendapatkan perlakuan berupa treatment *Ẓikir* lebih dapat mengontrol diri terhadap timbulnya agresivitas sehingga terjadinya perlakuan agresivitas lebih dapat diminimalisir. *Ẓikir* mendatangkan ketenangan dan perasaan selalu diawasi oleh Allah SWT, karena pada saat *Ẓikir* mereka memusatkan pikiran dan perasaan pada Allah.

Pengukuran garis dasar pada subjek AA dilakukan setelah dipastikan bahwa subjek mengalami agresivitas saat bermain game dan setelah bermain game berdasarkan keterangan subjek setelah dilakukan proses wawancara. Berdasarkan hasil penelitian pada subjek AA di peroleh data bahwa subjek memiliki tingkat agresivitas tinggi. Hal ini dapat di buktikan pada fase Baseline. Pada sesi baseline sesi pertama (B1) skor subjek 32, untuk base line sesi kedua (B2) skor subjek 31 dan pada baseline sesi ketiga (B3) skor subjek 29. Pada sesi baseline menunjukkan bahwa agresivitas subjek tergolong tinggi.

Pada sesi treatment atau sesi intervensi skor subjek 29 pada sesi treatment pertama (T1), dilanjutkan dengan sesi kedua (T2) skor subjek 15 dan pada sesi treatment ketiga (T3) skor subjek masih sama yaitu 15. Pada sesi intervensi menunjukkan adanya penurunan yang cukup signifikan, pada sesi ini agresivitas subjek masih tergolong sedang. Setelah sesi intervensi diberikan, maka perlu adanya tindak lanjut atau sesi *follow-up*, fase ini berfungsi sebagai kontrol terhadap fase intervensi sehingga peneliti bisa menarik kesimpulan atas efektivitas intervensi yang telah diberikan. Hasil dari fase ini diperoleh skor 16 untuk fase *follow-up* sesi pertama (F1) dan pada fase *follow-up* (F2) kedua skor subjek masih sama yaitu 16.

Terapi *Ẓikir* yang diberikan kepada subjek AA dirasa cukup efektif karena adanya penurunan skor dari keadaan baseline pertama (B1) mendapat skor 32 dan terus menurun, meskipun pada tahap *follow-up* pertama ada sedikit pemingkatan skor meskipun hanya 1 poin. Hal ini pendapat Baidi Bukhori dalam penelitiannya bahwa manfaat orang yang mendapat perlakuan berupa *Ẓikir al-Asma' al-Husna* lebih dapat

mengontrol diri terhadap timbulnya agresivitas.⁷⁶ Hal tersebut juga dikuatkan oleh pendapat Aljauziyah yang menyatakan bahwa *Ẓikir* merupakan salah satu cara agar seseorang merasa selalu terawasi oleh Allah.

Pendapat diatas juga dikuatkan dengan hasil penelitian oleh Hady yang menunjukkan bahwa responden pengamal *dzikrullah* di Alkah Baitul Amin, Cilandak, Jakarta pada umumnya menghayati perasaan tenang dan benar-benar merasakan bahwa kehidupan mereka lebih tenang dan bermakna setelah mereka melazimkan diri mengamalkan *dzikrullah*.⁷⁷

Secara psikologis, akibat perbuatan mengingat Allah ini dalam kesadaran akan berkembang penghayatan akan kehadiran Allah yang senantiasa mengetahui segala tindakan yang nyata maupun tersembunyi. Subjek tidak akan merasa hidup sendiri di dunia ini, karena ada *dzat* Yang Maha Mendengar keluh kesahnya yang mungkin dapat tidak dapat diungkapkan kepada siapapun. Jadi dengan *Ẓikir* tersebut seseorang bisa mendapatkan ketenangan. Dalam kondisi psikis yang tenang seseorang akan berfikir positif terhadap suatu peristiwa, dan menghindarkan diri pemikiran-pemikiran yang menimbulkan kemarahan sehingga agresivitasnya menurun.⁷⁸

Pengukuran garis dasar pada subjek RCK dilakukan setelah dipastikan bahwa subjek mengalami agresivitas saat bermain game dan setelah bermain game berdasarkan keterangan subjek setelah dilakukan proses wawancara. Berdasarkan hasil penelitian pada subjek RCK di peroleh data bahwa subjek memiliki tingkat agresivitas tinggi. Hal ini dapat di buktikan pada fase Baseline. Pada sesi baseline sesi pertama (B1) skor subjek 32 , untuk base line sesi kedua (B2) skor subjek 34 dan pada baseline sesi ketiga (B3) skor subjek 32. Pada sesi baseline menunjukkan bahwa agresivitas subjek tinggi.

Pada sesi intervensi atau sesi treatment skor subjek 28 pada sesi treatment pertama (T1), dilanjutkan dengan sesi kedua (T2) skor subjek 24 dan pada sesi treatment ketiga (T3) skor subjek 22. Pada sesi ini agresivitas subjek masih tergolong

⁷⁶ Baidi Bukhori,S.Ag.,M.Si.,*Zikir Al-Asma Al-Husna: solusi atas problem agresivitas remaja*. (semarang:syiar media publising) hlm.106

⁷⁷ Bastaman, H.D *integrasi Psikologi dengan Islam: Menuju Psikologi Islami* (Yogyakarta:Pustaka Pelajar, 1995) hlm.161

⁷⁸ Baidi Bukhori,S.Ag.,M.Si.,*Zikir Al-Asma Al-Husna: solusi atas problem agresivitas remaja*. (semarang:syiar media publising) hlm.108

sedang. Setelah sesi intervensi diberikan , maka perlu adanya tindak lanjut atau sesi *follow-up*, fase ini berfungsi sebagai kontrol terhadap fase intervensi sehingga peneliti bisa menarik kesimpulan atas efektivitas intervensi yang telah diberikan. Hasil dari fase ini diperoleh skor 18 untuk fase *follow-up* sesi pertama (F1) dan pada fase *follow-up* (F2) kedua skor subjek 17. Pada sesi *follow-up* menunjukkan adanya penurunan yang cukup signifikan.

Materi *Zikir* yang diberikan adalah *Zikir al-Asma' al-Husna* yang meliputi *al-Rahim* (Yang Maha Penyayang), *al-Lathif* (Yang Maha lembut), *al-Shabur* (Yang Maha Penyabar), *al-Afuw* (Yang Maha Pemaaf) yang diadopsi dari penelitian Baidi Bukhori. Bila *al-Asma' al-Husna* tersebut diucapkan secara berulang-ulang sambil membayangkan atau menghayati maknanya akan menghasilkan ketenangan. Pada saat kondisi psikis tenang maka akan menghasilkan ketenangan. Pada saat kondisi psikis tenang maka akan terjadi proses imitasi ataupun internalisasi terhadap *al-Asma' al-Husna* secara lebih intensif. Jika seseorang melakukan imitasi dan internalisasi terhadap *al-Asma' al-Husna*, maka orang tersebut akan memiliki sifat-sifat Allah, serta terhindar dari pikiran negatif yang menimbulkan kemarahan sehingga agresivitasnya menurun.⁷⁹

Pendapat diatas dikuatkan oleh Subandi yang menyatakan bahwa *Zikir al-Asma' al-Husna*, yakni mengulang-ulang satu atau beberapa *al-Asma' al-Husna* dapat menumbuhkan sifat yang dibaca. Misal *al-Shabur* (Yang Maha Penyabar) dapat menmbuhkan rasa sabar dan masih banyak yang lain, Hal itu terjadi karena proses auto-sugesti.⁸⁰

Samsul Munir Amin dalam bukunya berpendapat bahwa ada banyak manfaat *Zikir al-Asma' al-Husna* , dan diantara manfaat *Zikir al-Asma' al-Husna* adalah memberikan kekuatan (energi) lahir dan batin pada yang membaca, menumbuhkan kedamaian dan ketenangan yang sangat mendalam dalam jiwa dan hati yang membaca. Samsul Munir Amin juga berpendapat bahwa *Zikir al-Asma' al-Husna* yang dibaca

⁷⁹ Baidi Bukhori,S.Ag.,M.Si.,*Zikir Al-Asma Al-Husna: solusi atas problem agresivitas remaja.* (semarang:syiar media publising) hlm.109

⁸⁰ *Ibid* hlm.109

secara rutin, Allah akan memberikan ketenangan, ketentraman lahir batin, dunia akhirat, hilang rasa gelisah, susah, stress, dan putus asa.⁸¹

Pada subjek MNFH penelitian dilakukan setelah dipastikan bahwa subjek mengalami agresivitas saat bermain game dan setelah bermain game berdasarkan keterangan subjek setelah dilakukan proses wawancara. Berdasarkan hasil penelitian pada subjek MNFH di peroleh data bahwa subjek memiliki tingkat agresivitas tinggi. Hal ini dapat di buktikan pada fase Baseline. Pada sesi baseline sesi pertama (B1) skor subjek 32, untuk base line sesi kedua (B2) skor subjek 31 dan pada baseline sesi ketiga (B3) skor subjek 27. Pada sesi baseline menunjukkan bahwa agresivitas subjek tergolong tinggi.

Pada sesi treatment atau sesi intervensi skor subjek 22 pada sesi treatment pertama (T1), dilanjutkan dengan sesi kedua (T2) skor subjek 18 dan pada sesi treatment ketiga (T3) skor subjek 16. Pada sesi intervensi menunjukkan adanya penurunan yang cukup signifikan, pada sesi ini agresivitas subjek masih tergolong sedang. Setelah sesi intervensi diberikan, maka perlu adanya tindak lanjut atau sesi *follow-up*, fase ini berfungsi sebagai kontrol terhadap fase intervensi sehingga peneliti bisa menarik kesimpulan atas efektivitas intervensi yang telah diberikan. Hasil dari fase ini diperoleh skor 14 untuk fase *follow-up* sesi pertama (F1) dan pada fase *follow-up* (F2) kedua skor subjek masih sama yaitu 14.

Menurut analisis peneliti terapi *Zikir* untuk penurunan agresivitas pada subjek sangat efektif membantu untuk menurunkan agresivitas yang dilakukan. Hal ini juga didukung karena kemauan subjek untuk mengurangi agresivitas mereka dan keseriusan dalam menjalani sesi-sesi terapi, kemauan subjek. Meskipun terkadang subjek mengaku masih reflek berbicara kotor atau kasar ketika kalah dalam bermain game atau ada gangguan saat bermain game. Namun hal tersebut sudah mulai diganti dengan kalimat *Zikir* yang diberikan saat treatment.

Berdasarkan hasil grafik penelitian dinyatakan adanya penurunan agresivitas dari skor 32 pada kondisi awal atau baseline dan menurun pada akhir sesi dengan skor 16 pada tahap follow up untuk subjek AA. Pada subjek MNFH skor awal 31 dan menurun pada akhir sesi dengan skor 14 dan pada subjek RCK skor awal atau kondisi

⁸¹ Samsul Munir Amin, *Energi Zikir*, (Bumiaksara, Jakarta, 2008,). hlm. 149

baseline adalah 32 dan pada akhir sesi atau tahap *follow up* skor subjek 17. Hal ini menunjukkan adanya penurunan agresivitas dari tinggi ke sedang pada ketiga subjek. Hal ini sejalan dengan pendapat Baidi Bukhori dalam penelitiannya bahwa manfaat orang yang mendapat perlakuan berupa *Ẓikir al-Asma' al-Husna* lebih dapat mengontrol diri terhadap timbulnya agresivitas.⁸² Hal tersebut juga dikuatkan oleh pendapat Aljauziyah yang menyatakan bahwa *Ẓikir* merupakan salah satu cara agar seseorang merasa selalu terawasi oleh Allah.

Menurut latifah *Ẓikir* dapat membawa pengaruh pada diri *zakirin* khususnya untuk kesehatan mental, karena seseorang akan memperoleh ketenangan dan ketentraman batin dengan *Ẓikir*. prinsip pokok dalam *Ẓikir* adalah pemusatan pikiran dan perasaan pada Allah dengan cara menyebut nama-Nya berulang-ulang menyebabkan *zakirin* akan mempunyai pengalaman berhubungan dengan Allah.⁸³

Pendapat diatas juga dikuatkan dengan hasil penelitian oleh Hady yang menunjukkan bahwa responden pengamal *dzikrullah* di Alkah Baitul Amin, Cilandak, Jakarta pada umumnya menghayati perasaan tenang dan benar-benar merasakan bahwa kehidupan mereka lebih tentram dan bermakna setelah mereka melazimkan diri mengamalkan *dzikrullah*.⁸⁴

Ẓikir sendiri dapat memberikan rasa ketenangan. Sebagaimana firman Allah SWT:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya: “Orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan ber*Ẓikir* (mengingat) Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram” (QS. ar-Ra’du: 28).

⁸² Baidi Bukhori, S.Ag., M.Si., *Zikir Al-Asma Al-Husna: solusi atas problem agresivitas remaja*. (Semarang: Syiar Media Publishing) hlm. 106

⁸³ Latifah, skripsi, *Hubungan Intensitas Dzikir dengan Kesehatan Mental Narapidana di LP Wanita Semarang (Studi Analisis Bimbingan Konseling Islam)*. 2006. hlm. 38-39

⁸⁴ Bastaman, H.D *Integrasi Psikologi dengan Islam: Menuju Psikologi Islami* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1995) hlm. 161

Dengan demikian , salah satu solusti alternatif untuk menurunkan agresivitas adalah dengan Žikir. Žikir dapat digunakan sebagai media intervensi untuk memberikan ketenangan dan kontrol diri yang pada akhirnya menurunkan agresivitas.

Dari uraian diatas terlihat bahwa subjek sesudah melaksanakan Žikir akan memperoleh ketenangan dan merasa diawasi oleh Allah. Pada kondisi tersebut memungkinkan seseorang untuk selalu berperilaku positif dan dapat mengontrol emosinya. Dengan perlakuan Žikir yang telah diperoleh selain memperoleh efek ketenangan, subjek juga memperoleh efek dari materi Žikir itu sendiri, yaitu perilaku sebagaimana materi Žikir yang di ucapkan.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang cukup efektif dari terapi Zikir terhadap penurunan agresivitas pemain game online di Ngaliyan, Semarang. Hal itu dibuktikan dari hasil penurunan skor pada grafik yang disajikan. Subjek RCK yang sebelum ditreatment mengalami agresivitas tinggi dengan skor 32 menjadi sedang dengan skor 17, AA yang sebelum ditreatment mengalami Agresivitas dalam kategori tinggi dengan skor 32 menjadi Sedang dengan skor 16, MNFH yang sebelum ditreatment mengalami Agresivitas dalam kategori tinggi dengan skor 32 menjadi sedang dengan skor 14.

Terapi Zikir mampu memberikan rasa ketenangan dan rasa akan diawasi oleh Allah sehingga mampu mendorong subjek untuk merasa tenang dan bisa mengontrol emosi sehingga meminimalisir terjadi agresivitas saat bermain game dan setelah bermain game.

B. Saran

- 1 Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan yang konstruktif dalam rangka mendukung teori-teori yang berkaitan dengan relaksasi sebagai upaya untuk menurunkan Agresivitas pemain game online.
- 2 Diharapkan pula bermanfaat dalam memperkaya dan memperluas kajian keilmuan khususnya bagi mahasiswa program studi Tasawuf dan Psikoterapi (TP) dan dapat dijadikan wawasan pengetahuan bagi mahasiswa UIN Walisongo pada umumnya.

- 3 Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat memberikan efek positif dan membantu proses penurunan agresivitas melalui Zikir bagi para pemain game online di Ngaliyan, Semarang.
- 4 Dengan penelitian yang dilakukan ini, peneliti dapat memperoleh, menambah, dan meningkatkan wawasan ilmu pengetahuan terkait terapi Zikir untuk menurunkan agresiitas pada pemain game online.

DAFTAR PUSTAKA

- Abu Wardah Bin Askat.2000.*Wasiat Dzikir dan Do'a Rasullullah SAW*, Yogyakarta:Kreasi Wacana
- Al-Islam1987,*Muamalah dan Akhlak*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Amin,Samsul Munir,2008.*Energi Dzikir*. Jakarta: Bumiaksara.
- Anhar, Rahmat 2014. *hubungan kecanduan game online dengan keterampilan sosial remaja di 4 game centre di kecamatan klojen kota Malang*. Skripsi UIN MAULANA MALIK IBRAHIM.
- Asla,Asmadi,2003 *Pendekatan Kuantitatif dan Kualitatif Serta Kombinasinya Dalam Penelitian Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bastaman, H.D.1995 *integrasi Psikologi dengan Islam: Menuju Psikologi Islami* Yogyakarta:Pustaka Pelajar,
- Bukhori,Baidi.S.Ag.,M.Si.2008,*dzikir Al-Asma Al-Husna: solusi atas problem agresivitas remaja*. Semarang:Syiar Media Publising
- Chodjim,Ahmad.2003..*Alfatihah Membuka matahari dengan surat pembuka*, Jakarta: PT. Serambi Ilmu Semesta.
- Dr.Widodo,*metodologi penelitian populer dan praktris*. JAKARTA:PT. Raja Grafindo Persada
- Garry Martin & Joseph Pear, 2015. *Modifikasi Perilaku; Makna dan Penerapannya*, terj. Yudi Santos,Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Glynis M,Breakwell.1998.*Coping With Aggressive Behaviour (Mengatasi Perilaku Agresif)*,Yogyakarta : Kanisius
- Hapsari ,Meytha fitri,dkk, *agresivitas ditinjau dari kontrol diri pada remaja pemain game online di kota semarang*. Fakultas Psikologi,UNDIP
- Ilhamuddin Ika,Herani. Hubungan Motivasi Bermain *Game Online* Pada Masadewasa Awal Terhadap Perilaku Kecanduan *Game Online Defence Of The Ancients (DOTA 2)*, jurnal psikologi perkembangan.
- Isa Qadir,Abdul.2011. *Hakekat Tasawuf*, Jakarta:Qishti Press
- Khasanah,Ismatun.2015.Pengaruh Melakukan Dzikir Asmaul Husna Terhadap Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian Nasional Anak Panti Asuhan Darussalam Mranggen Demak. Skripsi UIN Walisongo Semarang

- Khoirul ,Amru Harahap, Lc, M.HLM.I. & Reza Pahlevi Dalimunthe, Lc, M.Ag , *Dasyatnya Doa dan Zikir*.
- Koeswara.1988. *Agresi Manusia*, Bandung : PT ERESKO.
- Kustiawan Arif ,Andri dan Andy Widhiya Bayu Utomo.2018.*Jangan Suka Game Online: Pengaruh Game Online Dan Tindakan Pencegahan*.Jawa Timur:Cv. Ae Media Grafika
- Lailia Nispu, 2018. Pengaruh Terapi Dzikir Jama'i Terhadap Agresivitas Verbal Eks Wanita Tuna Susila Di Rehabilitasi Sosial Bina Karya Wanita Kediri. Skripsi IAIN TULUNGAGUNG
- Latipun, 2002.*Psikologi Eksperimen*, Malang: UMM Press.
- Martin ,Garry & Joseph Pear, 2015.*Modifikasi Perilaku; Makna dan Penerapannya*, terj. Yudi Santos.Yogyakarta: Pustaka Pelajar,
- Masyhudi, In'amuzzahiddin dan Nurul Wahyu Arvitasari, 2006.*Berdzikir dan Sehat Ala Ustadz H. Hariyono*, Semarang: Syifa Press.
- Meichati, sm. 1983..*Kesehatan Mental*. Yogyakarta : Yayasan Penerbit Fakultas Psikologi UGM
- Muhammad arifin. 2013.*pengaruh game online terhadap tingkat efektivitas komunikasi interpersonal pada kalangan pelajar kelas 5 sdn 009 samarinda*, e-Journal Ilmu Komunikasi.
- Oktavianti,Eka Widiya.2013..*Hubungan Frekuensi Bermain Game Online Terhadapkemampuan Interaksisosial Padaremaja Di Kecamatan Bobotsari Kabupaten Purbalingga*. Skripsi, UMP.
- Sakdullah,Muhammad.2013. Pengaruh Seft Dalam Menurunkan Agresivitas Siswa Ma Darul Ulum Ngaliyan Semarang.Skripsi UIN Walisongo Semarang.
- Shaughnessy, John J. *et al* 2007. *Metodologi Penelitian Psikologi*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Soewadji, Jusuf. 2012.*Pengantar Metode Penelitian*. Jakarta: Penerbit Mitra Wacana Media.
- Sugiyono, 2016.*Metode Penelitian Administrasi*, Bandung: Alfabeta,
- Syahran Ridwan, 2015. *Ketergantungan Online Game Dan Penanganannya*, Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling Volume 1 Nomor 1.

Syukur,Amin dan Fathimah Utsman.2006.*Insan Kamil, Paket Pelatihan Seni Menata Hati (SMH) LEMBKOTA*.Semarang:CV.Bima Sakti

Syukur,Amin.2003.*Tasawuf Konseptual*, Yogyakarta:Pustaka Pelajar.

Syukur,Amin.2004. *Tasawuf Sosial*.Yogyakarta:Pustaka Pelajar.

Willis,Sofyan S.2010.*Remaja & masalahnya: mengupas berbagai bentuk kenakalan remaja seperti narkoba, free sex dan pemecahannya* .Bandung :Alfabeta.

<https://www.pubgmobile.com> di akses pada tanggal 19 september pada pukul 23.26 WIB

<https://www.tribunnews.com/section/2019/03/18/jadwal-pertandingan-piala-presiden-esports-2019> di akses pada 31 juni 2019 pukul 20.57 WIB

<https://makassar.terkini.id/buntut-penembakan-selandia-baru-mui-pertimbangkan-fatwa-haram-game-pubg/> diakses pada tanggal 29 Oktober pukul 04.35 WIB.

<https://www.liputan6.com/citizen6/read/2287867/9-kasus-pembunuhan-akibat-video-game> diakses pada tanggal 19 maret 2019 pukul 20.20 WIB.

PEDOMAN BEHAVIORAL OBSERVATION SEBELUM UJI COBA

Nama :

Sesi ke :

Tanggal :

INSTRUKSI Pengerjaan

- Bacalah dengan teliti beberapa kalimat/penyataan dibawah ini.
- Bacalah pernyataan tersebut apakah sesuai dengan pikiran, keadaan, dan perasaan anda baik.
- Tugas anda adalah memberikan tanda (√) sebagai alternatif jawaban yang anda pilih dan tuliskan jawaban pada kolom disebelah kanan yang telah disediakan.
- Terdapat empat alternatif pilihan jawaban sebagai berikut :

TP : Tidak Pernah

J : Jarang

S : Sering

SS : Sangat Sering

No.	Item	SS	S	J	TP
1	Saya berbicara kotor/kasar ketika ada gangguan saat bermain game				
2	Saya membentak teman saat tidak handal dalam bermain game				
3	Saya akan bicara baik baik dengan teman saya ketika membuat kesalahan dalam bermain game				
4	Akan saya pukul teman ketika bermain game jika tidak bersungguh-sungguh sehingga membuat kalah				
5	Saya akan melempar benda disekitar saya saat ada yang mengganggu saya				
6	Jika ada seorang teman yang menendang saya , maka saya hanya diam saja				
7	Saya akan marah bila ada yang mengganggu ketika bermain game				
8	Saya akan marah pada orang lain ketika kalah dalam bermain game				
9	Saya lebih suka diam saat kalah dalam bermain game				
10	Saya tidak mau diajak bermain game oleh orang yang saya benci				
11	Saya akan memusuhi teman yang lebih handal dalam bermain game				
12	Saya tidak tega untuk memusuhi lawan bermain game saya				

PEDOMAN BEHAVIORAL OBSERVATION SETELAH UJI COBA

Nama :

Sesi ke :

Tanggal :

INSTRUKSI Pengerjaan

- Bacalah dengan teliti beberapa kalimat/penyataan dibawah ini.
- Bacalah pernyataan tersebut apakah sesuai dengan pikiran, keadaan, dan perasaan anda baik.
- Tugas anda adalah memberikan tanda (√) sebagai alternatif jawaban yang anda pilih dan tuliskan jawaban pada kolom disebelah kanan yang telah disediakan.
- Terdapat empat alternatif pilihan jawaban sebagai berikut :

TP : Tidak Pernah

J : Jarang

S : Sering

SS : Sangat Sering

No.	Item	SS	S	J	TP
1	Saya berbicara kotor/kasar ketika ada gangguan saat bermain game				
2	Saya membentak teman saat tidak handal dalam bermain game				
3	Saya akan bicara baik baik dengan teman saya ketika membuat kesalahan dalam bermain game				
4	Saya akan melempar benda disekitar saya saat ada yang mengganggu saya				
5	Jika ada seorang teman yang menendang saya , maka saya hanya diam saja				
6	Saya akan marah bila ada yang mengganggu ketika bermain game				
7	Saya akan marah pada orang lain ketika kalah dalam bermain game				
8	Saya tidak mau diajak bermain game oleh orang yang saya benci				
9	Saya tidak tega untuk memusuhi lawan bermain game saya				

MODUL EKSPERIMEN

A. Pendahuluan

Kemajuan zaman dan teknologi membuat situasi manusia semakin kompleks. Persaingan yang semakin tajam telah mendorong timbulnya berbagai bentuk kekerasan yang dilakukan manusia, baik orang dewasa, remaja maupun anak-anak. Tindak kekerasan terjadi di seluruh dunia dan seluruh segmen masyarakat.

Game online sendiri adalah salah satu dari kemajuan teknologi sekarang, game online bisa membuat orang yang memainkannya kecanduan, hal ini dikarenakan fitur dari game online yang sangat memanjakan para pemainnya, diantaranya adalah gambar yang hampir mirip dengan aslinya, permainan yang sangat menarik, bahkan hadiah yang tidak tanggung tanggung berupa barang atau uang yang bisa di dapatkan dengan menyelesaikan misi yang di berikan atau dengan *lucky spin*.

Penggunaan game online yang berlebih menunjukkan bahwa ada paparan singkat dari game kekerasan yang dimainkan dan dapat mengakibatkan peningkatan tindakan agresif. Selain itu penggunaan game online bisa menyebabkan perilaku anti sosial, penurunan interaksi sosial dan penurunan empati.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti mencoba untuk membuat sebuah modul eksperimen terapi zikir sebagai panduan untuk melakukan terapi zikir pada pemain game online PUBG dalam menurunkan agresivitas.

B. Tujuan

Tujuan modul ini adalah sebagai panduan untuk melakukan terapi zikir pada pemain game online PUBG dalam menurunkan agresivitas.

C. Peserta Eksperimen

Peserta eksperimen adalah pemain game dengan kategori sebagai berikut:

1. Pemain game online kategori FPS (PUBGM).
2. Berjumlah tiga orang
3. Melakukan tindakan agresivitas ketika bermain game atau sesudah bermain game.
4. Rata rata waktu bermain game antara 1-3 jam.
5. Tidak sedang dan belum pernah mengikuti intervensi psikologi untuk mengatasi agresivitas.

Fase	Tujuan	Pelaksanaan Eksperimen
Base Line (B1) 14 November 2019	Membentuk hubungan dengan subjek untuk menciptakan ikatan terapeutik. Eksplorasi dan identifikasi objek atau situasi yang menimbulkan agresivitas	<ul style="list-style-type: none"> - Membuat kontrak dengan klien mengenai apa yang seharusnya dilakukan selama terapi. - Mengobservasikan perilaku klien - Wawancara behavioral terhadap klien
Base Line (B2) 15 November 2019	Mendiskusikan tujuan dan juga arahan terapi zikir yang nantinya dapat membantu menurunkan agresivitas	<ul style="list-style-type: none"> - Mengobservasikan perilaku klien
Base Line (B3) 16 November 2019	Observasi klien	<ul style="list-style-type: none"> - Mengobservasikan perilaku klien
Treatment Zikir (T1,T2,T3) 17 November – 7 Desember 2019	Merelaksasikan otot menata niat pelaksanaan treatment zikir	<ul style="list-style-type: none"> - Tahap awal : tahap relaksasi. Menjalin kedekatan emosional, Meregangkan otot agar tidak tegang, Mengatur pernapasan - Tahap Kedua : melakukan terapi zikir, klien belajar prosedur dalam relaksasi dan tata cara zikir yang benar - Tahap Persiapan, klien diminta untuk meluruskan niat hanya untuk beribadah kepada Allah - Klien diminta untuk berlatih konsentrasi dan fokus - Tahap Pelaksanaan, dengan panduan terapis klien mulai merelaksasikan anggota tubuhnya secara pelan-pelan sambil membaca lafad zikir yang telah ditentukan. - Kemudian terapis memberikan bimbingan secara pelan-pelan tentang apa yang dilakukan ketika melakukan
T1 (23 November 2019)	Mengobservasikan perilaku klien selama intervensi	
T2 (30 November 2019)	Mengobservasikan perilaku klien selama intervensi	

<p>T3 (7 Desember 2019)</p>	<p>Mengobvrasikan perilaku klien selama intervensi</p>	<p>zikir. selanjutnya memberikan arahan sedikit demi sedikit mengontrol pikirannya dan menghayati apa yang dibaca secara perlahan. Bahwa apa yang sedang dihadapnya adalah suatu cobaan yang harus dia hadapi dengan ihtiar, dan mempasrahkan segala urusannya kepada Allah. Klien diajari membuat pernyataan diri bahwa tiada kekuatan dan segala upaya melainkan hanya Allah SWT. Dan hanya Allah lah yang maha seglanya, dimana tempat mengadu segala permasalahan, urusan akan terselesaikan.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mengobvrasikan perilaku klien selama intervensi
<p>Follow Up (F1, F2) (8-9 Desember 2019)</p>	<p>Mengobvrasikan perilaku klien</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Mengobvrasikan perilaku klien setelah intervensi

PEDOMAN BEHAVIORAL INTERVIEW

Checklist Wawancara Behavioral

1. Informasi data-data subjek meliputi:

Nama subjek :
Umur :
Pendidikan Terakhir :

2. Riwayat permasalahan

“sejak kapan kamu kenal game online ?”

“game apa saja yang sudah kamu mainkan ?”

”sejak kapan kamu bermain game PUBG ?”

“berapa lama kamu bermain game PUBG dalam sehari ?”

“Setelah bermain game apa yang kamu rasakan ?”

“perasaan apa yang kamu alami sejak bermain game tersebut?”

“bisa tidak kamu membedakan emosi setelah bermain game dan sebelum bermain game ?”

“pernah atau tidak kamu mengucapkan kata kotor atau kasar saat bermain game ? ketika pernah, kata apa saja yang di ucapkan?”

“apakah kamu sering marah pada orang lain ? penyebabnya apa ketika marah”

“ketika sedang bermain game atau selesai bermain game, pernah atau tidak kamu memukul teman atau melempar sesuatu karena kalah atau dapat gangguan saat bermain game? Alasannya apa ?”

“pernah tidak kamu bermusuhan dengan orang lain karena game ? Kalau pernah sebabnya apa?”

D. Pelaksanaan Zikir

Tahap Awal : Relaksasi

Pelaksanaan relaksasi diantaranya sebagai berikut :

- a. Menjalin hubungan kedekatan dengan klien (mengaajak ngobrol, basa basi dan sebagainya).
- b. Klien di instruksikan untuk mempersiapkan diri untuk melakukan relaksasi
- c. Klien diinstruksikan untuk memposisikan tubuh di tempat yang paling nyaman.
- d. Klien di instruksikan untuk memejamkan mata setelah hitungan atu, dua, sampai tiga.
- e. Subjek diinstruksikan untuk bisa menarik napas sedalam- dalamnya lalu dditahan sejenak diperut dan katakan dalam lubuk hati yang terdalam “seluruh jiwa dan raga saya terkait ibadah, hidup, dan mati kupersembahkan kepada Allah SWT” lalu keluarkan napas melalui hidung secara perlahan-lahan.
- f. Selanjutnya klien dibimbing untuk memusatkan pikiranya untuk bisa merilekskan dibagian tubuhnya mulai dari kepala sedikit demi sedikit sampai pada leher merasa rileks dan tenang.
- g. Selanjutnya terapis memberikan arahan pada pasien untuk bisa merilekskan bahu mulai dari kanan hingga kiri. Untuk bisa melukan itu, terapis memberikan arahan pada klien untuk bisa mengucapkan dalam pikiranya dengan kata rileks, rileks secara terus menerus hingga bahu terasa benar-benar rileks.

Tahap Ke Dua : Melakukan Terapi Zikir

Proses Zikir dimulai dengan klien yang telah benar benar rileks dengan mata tertutup. Skenario netral dikemukakan dan klien diminta sedikit demi sedikit membayangkanya. Apabila klien tetap santai, dia diminta untuk membayangkan skenario yang paling sedikit menimbulkan agresivitas. Kemudian dilanjutkan dengan melakukan pelatihan zikir (bersama pernapasan autosugesti). Adapun sistematika dan pelaksanaanya yang diberikan terapis sebagai berikut:

Tahap Persiapan

1. Subjek diminta untuk memulai dari meluruskan niat untuk beribadah kepada Allah.
2. Selanjutnya subjek diminta untuk berwudlu dan melaksanakan shalat Isya' berjama'ah
3. Tempat yang digunakan adalah rumah dengan ventilasi dan sirkulasi udara yang cukup
4. Subjek diminta untuk duduk bersila dengan posisi yang nyaman dan rileks.
5. Subjek diminta untuk melakukan pemanasan ringan dengan melalui pelatihan pernapasan perut.
6. Subjek diminta untuk berlatih konsentrasi dan fokus terlebih dahulu.

Tahap Pelaksanaan

1. Subjek diminta untuk memejamkan mata dengan pikiran dan hati yang tenang.
2. Subjek diminta untuk mengosongkan nafas.
3. Selanjutnya, subjek diminta untuk membaca surah al- Fatihah dengan menghayati setiap makna dari isi surah tersebut.
4. Subjek diminta untuk menekuk lidah atau menempelkan ke langit-langit.
5. Subjek diinstruksikan untuk mulai menarik nafas secara perlahan-lahan melalui kedua lubang hidung sampai rongga dada terasa penuh, kemudian sebentar kemudian keluarkan nafas secara perlahan-lahan melalui kedua lubang hidung sambil membaca *Allahuakbar...* dan merasakan seluruh otot-otot kita mulai dari ujung kaki sampai ke ujung rambut. Kegiatan ini dilakukan berulang kali hingga merasakan keadaan santai, tenang, dan tidak tegang.
6. Subjek diinstruksikan mulai mengucapkan kalimat zikir yang telah ditentukan yaitu *ya-Rahim* (Yang Maha Penyayang), *ya-Lathif* (Yang Maha Penyayang), *ya-Shabur* (Yang Maha Penyabar) sebanyak 720 kali dan juga kalimat *Istigfar* secara berulang sebanyak 99 kali, Jangan tergesa-gesa, dan menghayati saat melakukannya.
7. Subjek diinstruksikan untuk mengonsentrasikan pada kalimat dzikir tersebut, tapi jangan memaksakan konsentrasi, harus berjalan alamiah tanpa paksaan atau dalam istilah lain mengalir seperti air.
8. Subjek diinstruksikan untuk menghayati makna dari kalimat dzikir tersebut dengan merasakan bahwa Allah swt. selalu dekat dengan hamba- Nya, Allah

swt. memiliki zat yang Maha Sempurna dan Allah selalu mengabulkan do'a-do'a hamba-Nya.

9. .Subjek diminta untuk mengambil dan menahan napas pada perut dan mengeluarkannya sebanyak tiga kali sambil membayangkan penyakit seperti cairan hitam.
10. visualisasikan mengeluarkan penyakit dari tubuh sambil visualisasikan gunting memutus penyakit tersebut.

TABEL SKOR RCK

B1	B2	B3	T1	T2	T3	F1	F2
4	4	4	4	3	3	2	2
3	3	3	4	3	3	2	2
3	4	3	3	3	3	2	2
3	4	4	3	3	3	2	2
4	4	4	3	3	3	2	2
4	4	3	2	2	2	2	2
4	3	3	3	2	2	2	2
4	4	4	4	3	2	2	2
3	4	4	2	2	1	2	1
32	34	32	28	24	22	18	17

TABEL SKOR MNFH

B1	B2	B3	T1	T2	T3	F2	F2
3	3	4	3	2	2	2	2
3	3	3	2	2	2	1	1
3	3	3	2	2	2	1	1
3	4	3	2	2	2	1	1
4	4	3	3	2	2	2	2
4	3	3	2	3	2	2	2
3	3	2	2	1	1	2	1
4	4	3	3	2	2	2	2
4	4	3	3	2	1	1	2
31	31	27	22	18	16	14	14

TABEL SKOR AA

B1	B2	B3	T1	T2	T3	F2	F2
4	3	3	3	2	2	2	2
3	4	3	3	2	1	2	1
4	4	4	2	1	2	2	1
3	4	3	2	2	2	2	2
3	3	3	3	2	1	2	2
4	3	4	2	1	1	2	2
4	3	3	3	2	2	1	2
3	3	3	2	2	2	1	2
4	4	3	2	1	2	2	2
32	31	29	22	15	15	16	16

hasi	Pearson Correlation	,776**	,585**	,370*	,088	,537**	,551**	,781**	,496*	,311	,380*	,090	,559**	1
l	Sig. (2-tailed)	,000	,001	,044	,644	,002	,002	,000	,005	,094	,038	,638	,001	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

RELIABILITY

```

/VARIABLES=it2 it3 it4 it5 it6 it7 it8 it9 it10 it11 it12 it1
/SCALE('ALL VARIABLES') ALL
/MODEL=ALPHA.

```

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	30	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,655	12

HASIL UJI COBA VALIDITAS DAN REABILITAS

No. Subjek	Nomor Item												total skor
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
1	4	3	4	3	3	4	4	4	1	4	2	3	39
2	4	3	4	3	4	4	4	4	2	4	2	3	41
3	4	4	4	2	4	4	4	4	1	4	2	4	41
4	3	3	4	3	3	3	3	4	1	4	2	3	36
5	4	4	3	3	3	3	3	4	2	4	3	4	40
6	4	3	4	3	3	3	3	4	2	4	3	4	40
7	4	3	4	3	3	3	3	4	2	4	2	3	38
8	4	3	4	3	3	3	3	4	2	4	3	3	39
9	4	4	4	3	3	3	3	4	2	4	3	3	40
10	4	4	4	3	4	3	3	4	2	4	3	3	41
11	4	4	4	3	4	3	3	4	2	4	2	4	41
12	4	4	4	2	4	3	3	4	2	4	2	4	40
13	3	3	4	3	4	2	2	4	2	4	2	3	36
14	3	3	4	4	3	2	2	3	2	4	2	3	35
15	3	3	3	2	3	2	2	4	1	3	3	3	32
16	3	3	3	2	3	2	2	3	2	4	2	3	32
17	4	4	4	2	4	3	3	3	2	4	2	4	39
18	4	4	4	2	4	3	3	4	2	4	2	4	40
19	4	3	4	2	4	3	3	4	3	4	2	4	40
20	4	4	4	3	4	4	4	4	2	4	2	4	43
21	4	3	4	3	4	2	3	4	2	4	2	4	39
22	4	4	4	3	4	2	3	4	2	4	2	4	40
23	4	4	4	2	4	4	4	4	2	4	2	4	42
24	3	3	4	3	3	4	4	4	2	4	3	3	40
25	4	4	3	3	4	4	4	4	2	4	3	4	43
26	4	4	4	3	4	2	3	4	2	4	3	4	41
27	4	4	4	3	4	2	3	4	2	3	2	4	39
28	4	4	4	3	4	2	3	4	2	4	2	4	40
29	4	4	4	3	4	2	3	4	2	4	2	4	40
30	4	4	4	3	4	2	3	4	2	4	2	3	39

Informed Consent

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efek zikir terhadap penurunan agresivitas pada pemain game online.

Dilakukan oleh Alfian Nur Hakim dibawah bimbingan Prof. Dr. H. M. Amin Syukur, MA dan Sri Rejeki, S. Sos.I, M.Si atas sepengetahuan Jurusan Tasawuf Psikoterapi UIN Walisongo Semarang.

Proses *treatment* ini dilakukan bulan November 2019 sampai bulan Desember 2019.

Waktu yang dibutuhkan/jumlah pertemuan : 7 sesi/pertemuan.

Adapun prosedur/jadwal pelaksanaan penelitian ini sebagai berikut:

- a. Baseline : 3 sesi
- b. Terapi Zikir : 3 sesi
- c. Follow Up : 2 sesi

Adapun resiko yang mungkin dihadapi sebagai dampak dari penelitian ini adalah

Dampak Positif:

1. Mengetahi situasi-situasi yang membuat agresif
2. Mampu mengontrol emosi atau agresivitas saat berhadapan masalah yang menyangkut game

Dampak Negatif:

1. Kondisi psikis bisa bertambah agresif
2. Waktu subjek terbuang untuk melakukan terapi zikir.

Peneliti ini bersedia bertanggung jawab atas resiko fisik, psikologis, dan sosial yang timbul sebagai dampak dari proses penelitian ini.

Bila ada hal-hal yang kurang jelas mengenai proses penelitian, dapat menghubungi:

Alfian Nur Hakim, Nomor HP :085213497374.

Semua data pribadiklien akan kami jaga kerahasiaannya, partisipasi dilakukan secara sukarela tanpa paksaan. Bila dirasa ada ketidakcocokan, dapat menarik diri dari kegiatan penelitian tanpa dikenakan penalti

Setelah membaca keterangan diatas, saya menyatakan bersedia untuk ikut berpartisipasi dalam kegiatan penelitian

Semarang, November 2019

Mengetahui



Subjek

PERNYATAAN KESEDIAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama RCK

Jenis Kelamin L

Pekerjaan Maba Sekwa

Bersedia menjadi subjek dalam penelitian tentang "Pengaruh Terapi Zikir Terhadap Penurunan Agresivitas Pemain Game Online (Studi Pemain Game PUBG Di Karonih, Ngaliyan, Semarang)" yang dilakukan oleh :

Nama : Alfari Nur Hakim

NIM : 1504046072

Pekerjaan : Mahasiswa Tarawuf Psikoterapi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

Surat pernyataan ini saya tandatangani dengan penuh kesadaran dan tanpa adanya paksaan dari pihak manapun.

Semarang, 1 November 2019



Subjek

PERNYATAAN KESEDIAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama: A.A.

Jenis Kelamin: Laki-laki

Pekerjaan: Mahasiswa

Bersedia menjadi subjek dalam penelitian tentang "Pengaruh Terapi Zikir Terhadap Penurunan Agresivitas Pemain Game Online (Studi Pemain Game PUBG Di Karangrejo, Ngahyan, Semarang)" yang dilakukan oleh

Nama: Allan Nur Hakim

NIM: 1504046072

Pekerjaan: Mahasiswa Tasawuf Psikoterapi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

Surat pernyataan ini saya tandatangi dengan penuh kesadaran dan tanpa adanya paksaan dari pihak manapun.

Semarang, 1 November 2019


Sunek

PERNYATAAN KESEDIAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : MNFH

Jenis Kelamin : L

Pekerjaan : Mahasiswa

Bersedia menjadi subjek dalam penelitian tentang "Pengaruh Terapi Zikir Terhadap Penurunan Agresivitas Pemain Game Online (Studi Pemain Game PUBG Di Karonsih, Ngaliyan, Semarang)" yang dilakukan oleh :

Nama : Alfian Nur Hakim

NIM : 1504046072

Pekerjaan : Mahasiswa Tasawuf Psikoterapi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

Surat pernyataan ini saya tandatangani dengan penuh kesadaran dan tanpa adanya paksaan dari pihak manapun.

Semarang, 1 November 2019



Subjek

Informed Consent

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efek zikir terhadap penurunan agresivitas pada pemain game online.

Dilakukan oleh Alfian Nur Hakim dibawah bimbingan Prof. Dr. H. M. Amin Syukur, MA dan Sri Rejeki, S. Sos.I. M.Si atas sepengetahuan Jurusan Tasawuf Psikoterapi UIN Walisongo Semarang.

Proses *treatment* ini dilakukan bulan November 2019 sampai bulan Desember 2019.

Waktu yang dibutuhkan/jumlah pertemuan : 7 sesi/pertemuan.

Adapun prosedur/jadwal pelaksanaan penelitian ini sebagai berikut:

- | | |
|-----------------|--------|
| a. Baseline | 3 sesi |
| b. Terapi Zikir | 3 sesi |
| c. Follow Up | 2 sesi |

Adapun resiko yang mungkin dihadapi sebagai dampak dari penelitian ini adalah

Dampak Positif:

1. Mengetahi situasi-situasi yang membuat agresif
2. Mampu mengontrol emosi atau agresivitas saat berhadapan masalah yang menyangkut game

Dampak Negatif:

1. Kondisi psikis bisa bertambah agresif
2. Waktu subjek terbuang untuk melakukan terapi zikir

Peneliti ini bersedia bertanggung jawab atas resiko fisik, psikologis, dan sosial yang timbul sebagai dampak dari proses penelitian ini

Bila ada hal-hal yang kurang jelas mengenai proses penelitian, dapat menghubungi

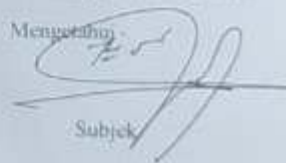
Alfian Nur Hakim, Nomor HP : 085213497374.

Semua data prabadiklien akan kami jaga kerahasiaannya, partisipasi dilakukan secara sukarela tanpa paksaan. Bila dirasa ada ketidakcocokan, dapat menarik diri dari kegiatan penelitian tanpa dikenakan penalti.

Setelah membaca keterangan diatas, saya menyatakan bersedia untuk ikut berpartisipasi dalam kegiatan penelitian.

Semarang, November 2019

Mengetahui



Subjek

Informed Consent

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efek zikir terhadap penurunan agresivitas pada pemain game online.

Dilakukan oleh Alfian Nur Hakin dibawah bimbingan Prof. Dr. H. M. Amin Syukur, MA dan Sri Rejeki, S. Sos.I, M.Si atas sepengetahuan Jurusan Tasawuf Psikoterapi UIN Walisongo Semarang.

Proses *treatment* ini dilakukan bulan November 2019 sampai bulan Desember 2019.

Waktu yang dibutuhkan jumlah pertemuan : 7 sesi/pertemuan.

Adapun prosedur jadwal pelaksanaan penelitian ini sebagai berikut:

- a. Baseline : 3 sesi
- b. Terapi Zikir : 3 sesi
- c. Follow Up : 2 sesi

Adapun resiko yang mungkin dihadapi sebagai dampak dari penelitian ini adalah

Dampak Positif:

1. Mengetahi situasi-situasi yang membuat agresif
2. Mampu mengontrol emosi atau agresivitas saat berhadapan masalah yang menyangkut game

Dampak Negatif:

1. Kondisi psikis bisa bertambah agresif
2. Waktu subjek terbuang untuk melakukan terapi zikir.

Peneliti ini bersedia bertanggung jawab atas resiko fisik, psikologis, dan sosial yang timbul sebagai dampak dari proses penelitian ini.

Bila ada hal-hal yang kurang jelas mengenai proses penelitian, dapat menghubungi :

Alfian Nur Hakin, Nomer HP :085213497374.

Semua data pribadiklien akan kami jaga kerahasiaannya, partisipasi dilakukan secara sukarela tanpa paksaan. Bila dirasa ada ketidakcocokan, dapat menarik diri dari kegiatan penelitian tanpa dikenakan penalti

Setelah membaca keterangan diatas, saya menyatakan bersedia untuk ikut berpartisipasi dalam kegiatan penelitian.

Semarang, November 2019

Mengetahui



Subjek

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

I. Data Pribadi

1. Nama : Alfian Nur Hakim
2. Tempat dan Tanggal lahir : Pati, 25 Juni 1997
3. Jenis Kelamin : Laki-laki
4. Agama : Islam
5. Alamat : Ds. Tambaharjo 04/02 Kec. Tambakromo
Kab. Pati
6. Nomor HP : 085213497274
7. E-mail : alfanel2557@gmail.com

II. Pendidikan Formal

1. SDN Tambaharjo 01 Lulus Tahun 2009
2. MTs. Nihayaturraghibin Lulus Tahun 2012
3. MA Abadiyah Lulus Tahun 2015
4. UIN WALISONGO Lulus Tahun 2015

III. Pendidikan Non-Formal

- Pondok Pesantren Majelis Ta'lim An-Nur Lulus Tahun 2015