

**BIMBINGAN MENTAL SPIRITUAL UNTUK MEMBENTUK
KONTROL DIRI BAGI ANAK PECANDU *GAME ONLINE*
DI LEMBAGA KESEJAHTERAAN SOSIAL ANAK (LKSA)
AL- ANWAR KABUPATEN CIREBON**



SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam

Oleh:

Nasrullah Hidayah

NIM: 1801016022

**BIMBINGAN DAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG
2022**

NOTA PEMBIMBING

NOTA PEMBIMBING

Lamp. : -

Hal : Persetujuan Naskah Skripsi

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Walisongo Semarang
Di Semarang

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, mengadakan koreksi dan melakukan perbaikan sebagaimana mestinya, maka kami menyatakan bahwa naskah skripsi saudara :


Nama : Nasrullah Hidayah
NIM : 1801016022
Fak./Jur. : Dakwah dan Komunikasi / BPI
Judul Skripsi : Bimbingan Mental Spiritual Untuk Membentuk Kontrol Diri Bagi Anak Pecandu *Game online* di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon

Dengan ini kami menyatakan telah menyetujui naskah tersebut, dan oleh karenanya mohon agar segera diujikan.

Atas perhatiannya kami sampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Semarang, 8 Desember 2022
Pembimbing,


Dra. Marvatul Kibtiyah, M. Pd
NIP. 196801131994032001

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

SKRIPSI

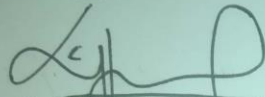
BIMBINGAN MENTAL SPIRITUAL UNTUK MEMBENTUK KONTROL DIRI BAGI ANAK PECANDU GAME ONLINE DI LEMBAGA KESEJAHTERAAN SOSIAL ANAK(LKSA) AL-ANWAR KABUPATEN CIREBON

Disusun oleh:
Nasrullah Hidayah
1801016022

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal 20 Desember 2022 dan dinyatakan telah lulus memenuhi syarat
Guna memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos.)

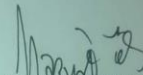
Susunan Dewan Penguji

Ketua/Penguji I



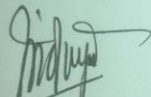
Dr. Ema Hidayanti, S. Sos.I., M.S.I
NIP. 19820307 200710 2 001

Sekretaris/Penguji II



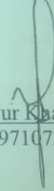
Dra. Maryatul Kibtiyah, M.Pd.
NIP. 19681131 994032 0 001

Penguji III



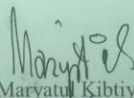
Widayat Mintarsih, M.Pd.
NIP. 19690901 200501 2 001

Penguji IV



Yuli Nur Khasanah, M. Ag., M. Hum
NIP. 19710729 199703 2 005

Mengetahui,
Pembimbing



Dra. Maryatul Kibtiyah, M.Pd.
NIP. 196811319940320001

Disahkan oleh
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Pada tanggal 20 Desember 2022



Prof. Dr. H. Syarifuddin M.Ag.
NIP. 1972040119800121003

PERNYATAAN

PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil kerja saya sendiri dan tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di salah satu perguruan tinggi di lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum diterbitkan. Adapun sumbernya dijelaskan dalam tulisan dan daftar pustaka.

Semarang, 8 Desember 2022



Nasrullah Hidayah
NIM. 1801016022

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan taufiq dan hidayah-Nya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyusun skripsi dengan judul “BIMBINGAN MENTAL SPIRITUAL UNTUK MEMBENTUK KONTROL DIRI BAGI ANAK PECANDU *GAME ONLINE* DI LEMBAGA KESEJAHTERAAN SOSIAL ANAK AL-ANWAR KABUPATEN CIREBON. Sholawat serta salam semoga tercurah limpahkan kepada jujungan Nabi besar Muhammad SAW beserta keluarga dan para sahabatnya, serta semoga semua umatnya senantiasa mendapatkan syafa’at beliau kelak di hari kiamat dan senantiasa dapat menjalankan syari’at-syariatnya, Aamiin.

Skripsi yang telah penulis susun ini adalah salah satu ikhtiar guna memperoleh gelar Sarjana di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang. Penulis menyadari, bahwa skripsi ini tidak dapat terselesaikan secara baik tanpa ada bantuan dari semua pihak yang dengan suka rela dari penuh rasa ikhlas. Oleh karena itu penulis secara khusus menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Prof Dr. H. Imam Taufiq, M. Ag., selaku Rektor UIN Walisongo Semarang.
2. Prof. Dr. H. Ilyas Supena, M. Ag selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang.
3. Dr. Ema Hidayanti, S. Sos.I, M.Si selaku ketua jurusan BPI dan Ibu Widayat Mintarsih M.Pd selaku sekertaris jurusan BPI yang telah memberikan ijin untuk penulisan skripsi ini.
4. Dra. Maryatul Kibtiyah, M.Pd selaku wali dosen sekaligus pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga dan pikirannya dengan penuh kesabaran memberikan pengarahan dan pembimbing dalam penyusunan skripsi ini.
5. Segenap Bapak/Ibu dosen yang telah memberikan ilmunya dan membimbing selama dalam masa perkuliahan beserta seluruh karyawan di lingkungan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang.

6. Segenap dosen bagian Akademik yang selalu membantu penulis dengan ikhlas dalam proses penelitian skripsi ini.
7. Kyai Mustahdi Amin selaku kepala Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon yang telah memberikan ijin kepada penulis untuk melakukan penelitian di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon.
8. Bapak Kadiro, S.Pd selaku kepala Sub Bagian Tata Usaha Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar yang telah membantu mengarahkan penulis untuk melakukan penelitian.
9. Pembimbing dan Pengasuh di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon yang telah membantu dalam proses penelitian.
10. Anak pecandu *game online* di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar yang telah berkenan untuk berinteraksi dan membantu dalam proses penelitian.
11. Kedua orang tua saya tecinta, Mamo Sutarno (alm) dan Mimi Tarsini yang telah memberikan segalanya yang terbaik untuk anaknya selama hidup.
12. Kakak tercinta, Tuti Alawiyah dan Cardali yang telah mendukung sehingga dapat menyelesaikan pendidikan ini.
13. Pemilik NIM 1808101111 yang telah menjadi alasan penulis untuk tetap semangat dalam mengerjakan skripsi ini serta membantu dan mendukung dalam penulisan skripsi ini
14. Teman Kelas BPI A 2018 yang telah bersama menimba ilmu

Semarang, 8 Desember 2022

Penulis



Nasrullah Hidayah
NIM. 1801016022

PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis persembahkan kepada:

- ❖ Bapak Sutarno (Alm) yang menginginkan anaknya menjadi seorang sarjana, yang semasa hidupnya selalu memberikan kasih sayang, do'a dan tidak pernah lelah memberikan yang terbaik baik dari segi materil atau non materil.
- ❖ Ibu Tarsini yang tak pernah lelah memanjatkan do'anya serta berjuang memberikan yang terbaik setelah kepergian *mamo* (Bapak), yang selalu memberikan kasih sayang, motivasi yang tak ternilai, baik dari segi materil maupun non materil sehingga skripsi ini bisa penulis selesaikan
- ❖ Kakak tercinta Tuti Alawiyah yang tak pernah lelah memberikan dorongan dan semangat kepada penulis
- ❖ Kakak sepupu Gufron Akhid yang selalu memberikan motivasi dan juga dorongan kepada penulis agar cepat-cepat menyelesaikan penulisan skripsi
- ❖ Teman-teman pengurus LBKI UIN Walisongo Semarang yang telah menjadi partner dalam menyelesaikan tugas program kerja yang telah memberikan pengalaman berharga
- ❖ Teman-teman seperjuangan kelas BPI-A 2018 di kampus UIN Walisongo Semarang.
- ❖ Almamaterku tercinta UIN Walisongo Semarang
- ❖ Dan tak lupa untuk diri saya sendiri karena sudah menyelesaikan apa yang saya mulai sebagaimana pepatah mengatakan “selesaikan apa yang sudah kamu mulai” sebagai seorang laki-laki.

MOTTO

إِذَا جَاءَ نَصْرُ اللَّهِ وَالْفَتْحُ

"Apabila telah datang pertolongan Allah dan kemenangan;"

(Q.S An-Nasr, 110; 1)

ABSTRAK

Nasrullah Hidayah (1801016022), Bimbingan Mental Spiritual Untuk Membentuk Kontrol Diri Bagi Anak Pecandu *Game online* di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon

Anak pecandu *game online* merupakan salah satu bentuk permasalahan dalam konsep diri yang harus mendapat bimbingan terus menerus serta perhatian dari orang tua, karena dampak yang dirasakan bukan oleh individu saja melainkan lingkungan sekitarnya, teman, kerabat dan juga keluarganya. Dampak yang ditimbulkan yaitu kekerasan yang berawal dari bermain *game* yang tidak sesuai dengan ekspektasi, kurangnya peka terhadap lingkungan sekitar yang diakibatkan oleh bermain *game* hingga lupa waktu. Adanya upaya yang dilakukan untuk mengurangi dampak negatif yang ditimbulkan oleh anak pecandu *game online*

Tujuan penelitian adalah: (1) Mengetahui bagaimana kondisi kontrol diri anak pecandu *game online* di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon. (2) Mengetahui bagaimana proses bimbingan mental spiritual dalam membentuk kontrol diri bagi anak pecandu *game online* di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon. Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif deskriptif, dengan objek penelitiannya adalah anak pecandu *game online*, selain itu pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode observasi, wawancara, dan dokumentasi. Selanjutnya pengolahan data dilakukan dengan tiga langkah dalam penelitian yaitu: reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Hasil dari penelitian ini sebagai berikut: (1) Kondisi kontrol diri anak pecandu *game online* dilihat dari indikatornya kurangnya moral dan kesadaran diri sehingga dapat mempengaruhi aspek dalam kontrol diri dari segi perilaku, kemampuan berfikir dan pengambilan keputusan, tidak bisa mengendalikan dengan baik sehingga anak sering terlibat dalam perkelahian sesama temannya dan juga kurang peka terhadap lingkungan sekitarnya yang diakibatkan oleh bermain *game online* sampai lupa waktu, faktor penyebabnya ialah kurangnya perhatian dari orang tua, terbawa oleh teman-temannya yang mayoritas menggunakan gawai untuk bermain *game online*. (2) Bimbingan Mental Spiritual dilaksanakan pada Selasa, Kamis, malam Jum'at dan Sabtu melalui hadits *mujahadah an-nafs* kepada anak pecandu *game online* agar terbentuknya kontrol diri yang baik sehingga mampu mengontrol dirinya dalam bergaul, dan menanamkan akhlak yang baik anak mampu mengendalikan kontrol dirinya sebagaimana dalam aspek kontrol diri yaitu *behaviour, kognitive, dan decisionnya*. Metode yang digunakan dalam bimbingan ini yaitu metode secara langsung dan tidak langsung. Dengan menggunakan pendekatan emosional secara *face to face* dalam memberi pemahaman tentang hadits *mujahadah an-nafs* (kontrol diri).

Kata Kunci : Bimbingan Mental Spiritual, Kontrol Diri, *Game online*

DAFTAR ISI

| | |
|--|------|
| NOTA PEMBIMBING | ii |
| LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI..... | iii |
| PERNYATAAN | iv |
| KATA PENGANTAR | v |
| PERSEMBAHAN..... | vii |
| MOTTO | viii |
| ABSTRAK..... | ix |
| DAFTAR ISI..... | x |
| DAFTAR TABEL..... | xiii |
| DAFTAR LAMPIRAN..... | xiv |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| A. Latar Belakang | 1 |
| B. Rumusan Masalah | 5 |
| C. Tujuan dan Manfaat Penelitian..... | 5 |
| D. Tinjauan Pustaka | 6 |
| E. Metode Penelitian | 8 |
| 1. Jenis dan Pendekatan Penelitian | 8 |
| 2. Data dan Sumber Data..... | 9 |
| 3. Subjek Penelitian..... | 10 |
| 4. Teknik Pengumpulan Data | 10 |
| 5. Teknik Keabsahan Data..... | 12 |
| 6. Teknik Analisis Data | 13 |
| 7. Sistematika Penulisan..... | 14 |
| BAB II LANDASAN TEORITIS | 16 |
| A. Bimbingan Mental Spiritual | 16 |
| B. Pelaksanaan Bimbingan Mental Spiritual..... | 23 |
| 1. Tujuan Bimbingan Mental Spiritual | 23 |
| 2. Fungsi bimbingan mental spiritual adalah sebagai berikut: | 23 |

| | |
|---|----|
| 3. Metode Bimbingan Mental Spiritual | 25 |
| 4. Pendekatan Bimbingan Mental Spiritual | 29 |
| 5. Materi Bimbingan Mental Spiritual | 29 |
| C. Kontrol Diri..... | 33 |
| a) Jenis Kontrol Diri | 35 |
| b) Ciri-ciri Kontrol Diri | 38 |
| c) Fungsi Kontrol Diri | 39 |
| d) Aspek dalam kontrol diri | 39 |
| D. Anak Pecandu (<i>Child Addiction</i>)..... | 40 |
| E. Dampak Kecanduan <i>game online</i> | 44 |
| F. Urgensi Bimbingan Mental Spiritual Dalam Membentuk Kontrol Diri | 45 |
| BAB III HASIL PENELITIAN..... | 48 |
| A. Gambaran Umum Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon | 48 |
| 1. Sejarah Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar | 48 |
| 2. Profil Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon | 49 |
| 3. Visi | 50 |
| 4. Misi | 50 |
| 5. Struktur Organisasi Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon..... | 50 |
| 6. Agenda Kegiatan Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon..... | 51 |
| 7. Data Anak di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon | 51 |
| B. Kondisi Kontrol Diri Anak Pecandu <i>Game online</i> di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon | 54 |
| C. Pelaksanaan Bimbingan Mental Spiritual Untuk Membentuk Kontrol Diri Bagi Pecandu <i>Game online</i> di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon..... | 63 |

| | |
|---|-----|
| BAB IV ANALISIS HASIL PENELITIAN..... | 71 |
| A. Analisis Kontrol Diri Anak Pecandu <i>Game online</i> di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon | 71 |
| B. Analisis Pelaksanaan Bimbingan Mental Spiritual Untuk Membentuk Kontrol Diri Bagi Anak Pecandu <i>Game online</i> di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon..... | 75 |
| BAB V PENUTUP | 88 |
| A. Kesimpulan | 88 |
| B. Saran | 89 |
| C. Kata Penutup | 89 |
| DAFTAR PUSTAKA | 91 |
| LAMPIRAN-LAMPIRAN..... | 97 |
| DAFTAR RIWAYAT HIDUP..... | 106 |

DAFTAR TABEL

| | |
|----------------|-------|
| Tabel 3.1..... | 47 |
| Tabel 3.2..... | 49 |
| Tabel 3.3..... | 49-52 |
| Tabel 3.4..... | 56-59 |
| Tabel 4.1..... | 79-81 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|----------------------|----|
| Draft Wawancara..... | 91 |
| Documentasi..... | 94 |
| Surat-Surat..... | 98 |

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perkembangan teknologi internet yang semakin meningkat begitu cepat dari masa ke masa membuat segala hal menjadi sangat mudah untuk diakses bagi berbagai kalangan usia termasuk anak-anak. Banyak hal yang mudah didapatkan dan dilakukan apabila memiliki jaringan internet. Salah satu dampak dari perkembangan internet yaitu adanya aplikasi atau sarana *game online*. *Game online* merupakan cara gaya hidup baru bagi beberapa orang disetiap kalangan anak muda ataupun pelajar. *Game online* adalah teknologi daripada genre, sebuah mekanisme untuk menggabungkan permainan bersama daripada pola tertentu *gameplay*. *Game online* yang dimainkan selama beberapa bentuk jaringan komputer, biasanya pada internet (Surbakti, 2017; 30).

Game online pertama kali muncul kebanyakan adalah *game-game* simulasi perang ataupun pesawat yang dipakai untuk kepentingan militer yang akhirnya dilepas lalu dikomersialkan, *game-game* ini kemudian menginspirasi *game-game* yang lain muncul dan berkembang. Pada awalnya *game online* muncul hanya sebagai sarana untuk menghilangkan stress dan juga pengguna *game online* bisa lebih aktif dalam berfikir serta emosional remaja dapat diluapkan lewat *game online*. Selain itu *game online* memiliki kemampuan untuk terhubung ke permainan multiplayer yang berkaitan dengan penggunaan internet untuk melakukan permainan. Namun akibat penggunaan yang berlebihan *game online* akhirnya memiliki dampak negatif yang dapat mempengaruhi sikap giat seseorang tanpa terkecuali bagi siswa (Ulfa, 2017;3).

Merujuk pada laman ([news.okezone.com:2020](https://news.okezone.com)), ditemukan seorang siswa di Madrasah Ibtidaiyah Negeri (MIN) 1 Jombang, Jawa Timur yang bernama Alfian tewas oleh rekan-rekannya disebabkan oleh masalah permainan online (pesan akun *game* dari korban) namun korban tidak datang mengaku kepada tersangka. Data dari Kementerian Komunikasi dan Informatika (Kemkominfo) pengguna *internet* di Indonesia hingga saat ini

telah mencapai 82 juta orang. Dari jumlah pengguna internet tersebut, 80 persen diantaranya adalah remaja berusia 15-19 tahun. Mereka menggunakan internet untuk mengakses media sosial seperti *facebook*, *twitter* dan *youtube*. Banyak juga dari mereka yang menggunakan *internet* untuk bermain *game online*. Saat ini terdapat kurang lebih 700 juta pemain *game online* di dunia. Di Indonesia jumlah pemain *game* terus – menerus bertambah, bahkan saat ini Indonesia mengalami pertumbuhan pemain *game* hingga 33 persen setiap tahunnya (Pitakasari, dkk, 2019;12). Hal ini juga di dukung dara riset dari pemasaran asal Amsterdam, Newzoo, ada 43,7 juta *gamer* (56% di antaranya laki-laki) di Indonesia, yang membelanjakan total US\$ 880 juta. Jumlah pemain *game* di Indonesia terbanyak se Asia Tenggara, baik yang bermain *game* di telepon pintar, personal computer dan laptop, serta konsol. Selain itu ditemukan 150 siswa (10,2%) dari 1477 siswa yang mungkin mengalami kecanduan. Lalu, dengan analisis statistik, didapatkan 89 (59,3%) dari 150 siswa yang mungkin mengalami kecanduan dapat dikategorikan mengalami kecanduan parah, dan sisanya dapat masuk kategori kecanduan ringan. Menurut (WHO 2018) dapat diperkirakan prevelensi orang yang mengalami kecanduan *game* di antara pemain *game* adalah sekitar 6.1% di Indonesia (Abdi, dkk, 2020;10).

Faktor-faktor yang melatar belakangi anak bermain *game* adalah kurangnya perhatian dari orang terdekat antara lain ayah dan ibu, selain kurangnya perhatian dari orang terdekat hal yang mendorong anak untuk bermain *game* adalah lingkungan, karena banyak teman-temannya yang bermain *game online* (Iriawa, dkk, 2021; 11-13). Hal yang sama terjadi pada anak-anak di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA) Al-Anwar, 15 dari 104 anak yang terkena dampak kecanduan terhadap *game online* dan penyebab utamanya ialah kurangnya kontrol diri dalam diri anak tersebut dan juga tidak mendapat perhatian dari orang tua sehingga anak lebih cenderung menyibukkan dirinya dengan bermain *game online* untuk mendapatkan perhatian dari orang tuanya ketika ia memenangkan permainan, anak-anak pada Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA) Al-Anwar memiliki

kontrol diri rendah sehingga tidak dapat mengatur intensitas dalam bermain *game* dan sering melupakan waktu atau mengabaikan kondisi sekitarnya, disisi lain mereka juga sering melakukan tindak kekerasan dan tidak dapat mengatur emosinya ketika kalah dalam bermain *game* (wawancara dengan pengurus LKSA Kang Asep, 22 september 2022).

Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA) Al-Anwar adalah salah satu lembaga berbasis pesantren yang ada di Desa Panguragan Lor Kecamatan Panguragan Kabupaten Cirebon yang memiliki sejumlah anak-anak serta remaja yang cukup banyak. Dimana rata-rata usia anak-anak dan remaja yaitu 12-15 tahun yang tergolong usia remaja awal. Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar beberapa anak yang terkena dampak kecanduan terhadap *game online*, serta memiliki kontrol diri yang rendah, seperti anak-anak tidak mampu mengontrol dirinya ketika bermain *game online* dan kurang mampu memahami emosi dalam diri mereka, anak tidak mampu mengendalikan dan menyalurkan amarahnya sehingga mereka sering terlibat perkelahian dan juga tidak memiliki kepekaan terhadap lingkungan dan temannya. Hal tersebut terjadi karena kurangnya bimbingan mental yang dapat meningkatkan kontrol diri dalam bermain *game online* (observasi dan wawancara dengan pengurus LKSA Ibu Winan, 22 September 2022).

Bimbingan mental spiritual dilakukan untuk membentuk sistem kontrol diri. Sistem kontrol diri merupakan salah satu kompetensi pribadi yang perlu dimiliki setiap individu. Perilaku seorang individu dipengaruhi dengan munculnya suatu tindakan baik untuk dirinya sendiri maupun kepada orang lain yang merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan dirinya. Kontrol diri seseorang bisa terbentuk juga dikarenakan terdapat berbagai aturan hukum atau hukum yang mengikat diri agar tingkah laku yang diwujudkan bisa dikendalikan. Tingkah laku individu ditentukan oleh dua variabel yakni variabel eksternal dan variabel internal. Sekuat apapun stimulus dan penguat eksternal, perilaku individu masih bisa dirubah melalui proses kontrol diri (Suwari, dkk, 2021; 125).

Kontrol diri adalah aspek diri yang terkait untuk memahami perilaku agresif dalam setiap individu. kontrol diri merupakan hambatan internal yang berfungsi untuk mencegah keterlepasan respon agresif seperti perilaku kriminal yang seringkali diikuti dengan kurangnya kontrol diri pada berbagai aktivitas dan mendukung bahwa masalah kontrol diri secara umum mendasari perilaku agresif (Aulia, 2014; 4). Untuk itu perlu adanya bimbingan mental spiritual guna menumbuhkan kontrol diri supaya anak dapat mengontrol dirinya dalam bermain *game online* baik dalam segi waktu bermain maupun emosi yang ada dalam dirinya.

Peranan pentingnya bimbingan mental spiritual terhadap kontrol diri yang menentukan perilaku manusia yaitu akal (*aql*) dan hati (*qalb*). Menurut Al- Ghazali (2008). *aql* hakikatnya adalah insting yang diciptakan untuk menalar khususnya fenomena alam dan ayat-ayat kauniyah Allah. Sementara hati ibarat pemimpin bagi seluruh organ tubuh manusia. Hati menjadi penentu kepribadian individu, mengontrol perilaku serta dorongan baik maupun buruk.

Pengetahuan yang diperoleh dari *aql* mendorong *qalb* untuk tunduk dan melaksanakan tuntunan Allah. Jika *qalb* gagal melakukannya, maka individu tersebut akan condong kepada kejahatan dan derajatnya tak lebih tinggi dari binatang (Cholik, 2015; 292-293).

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Bimbingan Mental Spiritual terhadap Kontrol Diri bagi pelaku *game online* pada LKSA Al-Anwar yang dipicu oleh faktor-faktor personal dan situasional yang memberi perubahan dalam berperilaku, serta kelebihan dan kekurangan dari *game online*, yang akan membawa dampak tersendiri bagi remaja. Dengan adanya masalah tersebut peneliti ingin meneliti tentang Bimbingan Mental Spiritual bagi Kontrol Diri Bagi pemain *game online* pada lembaga kesejahteraan sosial anak Al-Anwar Panguragan mengenai bagaimana proses pemberian bimbingan itu sendiri serta bagaimana kondisi kontrol diri anak sebelum dan sesudah mendapatkan bimbingan.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana kondisi Kontrol diri pada anak pecandu *game online* di LKSA Al-Anwar Kecamatan Panguragan?
2. Bagaimana proses bimbingan mental spiritual dalam membentuk kontrol diri pada anak pecandu *game online* di LKSA Al-Anwar Kecamatan Panguragan?

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

3. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan penelitian diatas maka tujuan yang hendak dicapai penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a) Mengetahui bagaimana kondisi kontrol diri anak pecandu *game online* di LKSA Al-Anwar Kecamatan Panguragan.
- b) Mengetahui bagaimana proses bimbingan mental spiritual untuk membentuk kontrol diri pada anak pecandu *game online* di LKSA Al-Anwar.

4. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini, baik secara teoritis maupun praktis adalah sebagai berikut:

- a) Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah khasanah ilmu dakwah dan Bimbingan Penyuluhan Islam, serta sebagai bahan acuan penulis di Bidang Penyuluhan Islam dan sebagai kajian untuk penulis ilmiah berkenaan dengan upaya mengembangkan kontrol diri pada pemain *game online* melalui Bimbingan Mental Spiritual
- b) Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengalaman empirik dan dapat menjadi sumbangan bagi para pengelola dan pengasuh LKSA Al- Anwar Kabupaten Cirebon, terutama dalam usaha meningkatkan kualitas kontrol diri pada pemain

game online dengan memberikan pengetahuan tentang kecerdasan spiritual melalui Bimbingan Mental Spiritual.

D. Tinjauan Pustaka

Kajian pustaka merupakan telaah kritis dan sistematis atas penelitian sebelumnya yang bertujuan untuk menghindari adanya kesamaan penelitian dan bentuk plagiat, oleh karena itu penulis menemukan beberapa penelitian yang relevansi dengan penelitian ini, yaitu:

Pertama, Jurnal penelitian Kajian Ilmu Komunikasi dan Informasi Vol. 3 No 1. 2018 dari Andri Indi Abriani, Zein Abdullah, Marsia Sumule dari Universitas Halu Oleo dengan judul “Peningkatan Perilaku Komunikasi Pengguna *Game Mobile Legends*”. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa perilaku komunikasi pengguna *game online mobile legend* itu terjadi karena adanya faktor kebiasaan dan faktor emosional, dan hal tersebut digunakan sebagai sarana komunikasi antara bahasa kasar yang pada umumnya bahasa tersebut digunakan sebagai sarana komunikasi antara seseorang dengan lawan bicaranya atau dengan kelompok lainnya yang sudah dipahami dan digunakan sesuai dengan konsep yang didukung dalam bentuk ungkapan yang menjadi kosa kata. Persamaan dalam penelitian ini adalah sama-sama melakukan penelitian pada tingkat komunikasi terhadap lingkungan sekitarnya. Karena lebih fokus pada *gamenya*. Keterkaitan dengan peneliti yaitu tentang *game online* namun lebih spesifik yaitu tentang hubungan bimbingan mental spiritual untuk membentuk kontrol diri bagi anak pecandu *game online* pada Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA) Al – Anwar Kabupaten Cirebon.

Kedua, Jurnal Agung, Vol. 9 No 1. 2018:39-48) “Kematangan Emosi, Kontrol Diri, dan Perilaku Agresif Pada Anggota Korps Brigade Mobil Dalam Mengatasi Huru-Hara”. Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan negatif yang signifikan antara kematangan emosi dan kontrol diri dengan perilaku agresif anggota Brimob dalam menangani huru-hara, dan ada hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan perilaku agresif

anggota Brimob dalam menangani huru-hara. Persamaan pada penelitian ini adalah sama-sama melakukan kegiatan penelitian kontrol diri, akan tetapi dalam penelitian ini lebih menekankan pada kematangan emosi dan perilaku agresif pada anggota korps dalam mengatasi huru hara, perbedaan dalam penelitian ini terletak pada subjeknya dan juga pembahasan yang lebih spesifik yaitu bimbingan mental spiritual untuk membentuk kontrol diri bagi anak pencandu *game online* pada Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA) Al – Anwar Kabupaten Cirebon.

Ketiga, Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling Vol. 1 No 1 Juni 2015 oleh Ridwan Syahrani yang berjudul “Ketergantungan *Game online* dan Penanganannya”. Berdasarkan hasil penelitian ini, bahwa subyek (RZ) dan (MT), kedua subyek penelitian menjadi ketergantungan atau kecanduan untuk bermain *online game* yang dikarenakan tersedianya beberapa fasilitas pendukung untuk bermain *game* di rumah, adanya faktor sosial dari pertemanan dengan teman bermain dengan teman bermain dan keingintahuan yang sangat besar terhadap suatu jenis *game*. Persamaan pada penelitian ini adalah terletak pada masalah umumnya yaitu efek dari *game online*. Adapun perbedaan dalam penelitian ini adalah peneliti akan meninjau dari segi kontrol diri bagi anak pecandu. Dimana objek penelitian adalah anak pecandu *game online* yang berada di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA) Al – Anwar Kabupaten Cirebon.

Keempat, (Jurnal Budhi, dkk, Vol. 4 No 5, 2016: 480) oleh Ferry Hernoyo Budhi, Endang Sri Indrawati yang berjudul “Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Intensitas Bermain *Game online* Pada Mahasiswa Pemain *Game online* Di *Game Center X* Semarang 2016”. Hasil penelitiannya bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dengan intensitas bermain *game online* pada mahasiswa pemain *game online* di *game center X* Semarang. Semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi intensitas bermain *game online* yang di munculkan, demikian pula sebaliknya. Persamaan pada penelitian ini adalah sama-sama membahas tentang kontrol diri bagi pecandu *game online*. Namun, terdapat perbedaan

dalam objek penelitian yaitu dalam penelitian tersebut objeknya adalah remaja dan dilakukan di kelurahan. Sedangkan, objek penelitian adalah anak pecandu *game online* pada LKSA Al – Anwar Kabupaten Cirebon.

Kelima, (*Jurnal Mimi Ulfa* Vol. 4 No 1 2017:1-11) yang berjudul “Pengaruh Kecanduan *Game online* Terhadap Perilaku Remaja Di Mabes *Game Center* Jl. Subrantas Kecamatan Tampan Pekanbaru”. Hasil penelitian ini bahwa pengaruh kecanduan *game online* memiliki pengaruh dengan nilai korelasi 0.198 dengan tingkat signifikansi 0.0000 atau berpengaruh positif atau signifikan. Hal ini dapat diperkuat dengan hasil hipotesis dengan nilai $t_{hitung} \geq t_{tabel}$, atau $23.472 \geq 0.196$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima artinya signifikan yaitu ada pengaruh yang signifikan antara kecanduan *game online*. Persamaan dalam penelitian ini sama-sama membahas tentang anak pecandu *game online*. Namun terdapat perbedaan dalam materi yang disampaikan dimana penelitian tersebut lebih menekankan perilaku agresi yang dipengaruhi *game online*. Sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti adalah tentang bagaimana bimbingan mental spiritual untuk membentuk kontrol diri bagi anak pecandu *game online* pada Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA) Al – Anwar Kabupaten Cirebon.

E. Metode Penelitian

1. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian yang akan dilakukan di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA) Al- Anwar Kabupaten Cirebon adalah penelitian yang dilakukan untuk mengetahui pelaksanaan bimbingan mental spiritual terhadap pembentukan kontrol diri bagi anak pecandu *game online* dengan menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif. Jenis yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif deskriptif merupakan prosedur penelitian yang menghasilkan data berupa kata-kata dan gambar, bukan melalui angka-angka atau dengan kata lain, mendeskripsikan suatu keadaan yang sebenarnya atau fakta dalam bentuk deskripsi (Moleong, 1993; 6).

Penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini adalah dengan pendekatan studi kasus, karena menjelaskan pelaksanaan bimbingan mental spiritual untuk membentuk kontrol diri bagi anak pecandu *game online* serta kondisi kontrol dirinya di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA) Al- Anwar. Menurut stake (1995) pendekatan studi kasus merupakan penelitian yang dilakukan atau digunakan oleh seorang peneliti menyelidiki secara semat dalam suatu program, peristiwa, kegiatan dan proses baik individu maupun kelompok (Creswell, 2003; 19).

2. Data dan Sumber Data

Data merupakan sumber yang diperoleh melalui subjek dari data diperoleh. Apabila peneliti menggunakan dua sumber data sebagai berikut:

a. Sumber data primer

Data primer merupakan data asli yang didapatkan atau diperoleh dari seorang peneliti untuk menjawab semua permasalahan dalam penelitiannya secara khusus karena data primer tidak tersedia, sebab belum pernah ada penelitian sejenis atau penelitian sejenis sudah kadaluarsa (Purahantara, 2010; 79).

Peneliti mengumpulkan data secara langsung di tempat penelitian mengenai profil Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA) Al- Anwar Kabupaten Cirebon. Kondisi kontrol diri anak pecandu *game online* serta bentuk bimbingan mental spiritual untuk membentuk kontrol diri bagi anak pecandu *game online*, serta pelaksanaan bimbingan mental spiritual, waktu, tempat, metode, materi, serta kondisi subjek serta data-data lainnya yang menunjang penelitian. Data diperoleh melalui pengurus Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA) Al- Anwar Kabupaten Cirebon.

b. Sumber data sekunder

Menurut purahantara data sekunder merupakan data yang diperoleh atau didapatkan secara tidak langsung dari objek penelitian, karena data sudah ada atau sudah dikumpulkan bukan dari pihak peneliti melainkan pihak lain. Biasanya, data sekunder didapatkan

berbentuk struktur organisasi kearsipan, laporan-laporan, dokumen serta buku-buku dan lain sebagainya yang bisa untuk menunjang dalam penelitian. Dalam penelitian ini, data sekunder akan diperoleh atau didapatkan melalui jurnal, situs internet, buku ataupun hasil dari penelitian yang hampir sama dengan penelitian yang dapat dipertanggung jawabkan kevaliditasnya (Purhantara, 2010; 79).

3. Subjek Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan metode kualitatif, sehingga dalam pengumpulan data dibutuhkan subjek penelitian baik berbentuk benda, orang maupun data dalam objek yang menjadi permasalahan penelitian. Sehingga dalam hal ini adalah pembimbing mental spiritual di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA) Al – Anwar Kabupaten Cirebon.

Data-data yang dibutuhkan dalam penelitian ini didapatkan dari beberapa informan atau narasumber yang mana meliputi Kepala LKSA, pembimbing mental spiritual dan anak pecandu *game* yang dapat memberikan informasi permasalahan dalam penelitian. Sehingga, apabila data yang diperlukan belum sesuai dan membutuhkan penjelasan secara rinci maka peneliti akan mengulangi kembali sampai mendapatkan hasil yang dibutuhkan.

Dalam menentukan subjek penelitian, peneliti menggunakan *Sampling purposive*. *Sampling purposive* merupakan menentukan jumlah sampel dengan pertimbangan tertentu, dimana dalam penentuan informasi peneliti akan menentukan jumlah informan yang sesuai dengan kebutuhan atau peneliti tidak menentukan jumlah informan atau narasumber akan tetapi informan akan ditentukan berdasarkan kebutuhan penelitian untuk melengkapi data dalam penelitian.

4. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti, terdapat teknik pengumpulan data yang akan digunakan adalah sebagai berikut:

- a. Wawancara

Teknik pengumpulan data wawancara merupakan suatu proses percakapan dengan subjek penelitian untuk menggali informasi mengenai orang, kegiatan, organisasi, kejadian dan sebagainya yang dilakukan oleh seorang peneliti atau pewawancara (*interviewer*) dengan narasumber (Purhantara, 2010; 80)

Penggunaan teknik wawancara dalam penelitian yang dilakukan oleh peneliti ditunjukkan untuk dua hal untuk mengetahui informasi lebih luas serta mengajukan pertanyaan-pertanyaan informasi yang berkaitan dengan penelitian dan untuk memperoleh data serta informasi yang diperlukan, yang dalam hal ini. Kepala LKSA, pembimbing mental spiritual dan anak pecandu *game online*.

b. Observasi

Observasi merupakan pengamatan yang dilakukan langsung oleh seorang peneliti terhadap tempat atau objek penelitian, teknik ini mengharuskan seorang peneliti turun langsung ke lapangan untuk meliputi semua peristiwa ruang, tempat, pelaku, kegiatan, benda-benda, waktu dan lain sebagainya berkaitan dengan penelitian (Purhantara, 2010; 87)

Untuk mendapatkan data, peneliti melakukan observasi atau pengamatan secara langsung mengenai segala bentuk mulai dari kegiatan, materi, metode waktu, dan tempat yang digunakan untuk pemberian bimbingan mental spiritual untuk membentuk kontrol diri serta kondisi kontrol diri anak pecandu *game online*.

c. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan teknik pengumpulan data melalui catatan peristiwa yang sudah berlalu baik berupa gambar, tulisan dan karya-karya monumental dari seseorang. Adanya dokumentasi dalam penelitian adalah untuk memperkuat atau mendukung dalam pengumpulan data wawancara dan observasi (Sugiyono, 2012; 83). Untuk memperoleh data, peneliti menggunakan teknik dokumentasi berupa gambar yang meliputi kumpulan data dan lain sebagainya.

5. Teknik Keabsahan Data

Pemeriksaan terhadap keabsahan data merupakan salah satu bagian yang sangat penting dalam penelitian kualitatif, yang bertujuan untuk mengetahui ketepatan (kredibilitas atau drajat kepercayaan) antara laporan dengan kejadian di lapangan secara langsung sehingga tidak ada perbedaan diantara keduanya dan dikatakan valid. Pencapaian keabsahan data kredibilitas atau drajat kepercayaan dapat digunakan melalui beberapa teknik pemeriksaan keabsahan, yaitu: (a) perpanjangan keikutsertaan, (b) ketekunan pengamatan, (c) triangulasi, (d) pengecekan teman sejawat, (e) kecukupan referensi, (f) kajian kasus negatif, (g) pengecekan anggota (Moleong, 2007; 324). Dalam pelaksanaan peneliti menggunakan triangulasi teknik.

Teknik triangulasi merupakan teknik pemanfaatan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain diluar data itu untuk keperluan perbandingan dan pengecekan terhadap data yang diperoleh. Moleong menjelaskan bahwa teknik triangulasi ini dibedakan menjadi empat macam triangulasi sebagai teknik pengujian data yaitu: triangulasi sumber, triangulasi metode, triangulasi penyidik dan triangulasi teori. beberapa teknik triangulasi yang sering digunakan adalah melalui triangulasi sumber dan triangulasi teknik (Moleong, 2007; 178).

Dalam hal ini peneliti menggunakan *triangulasi sumber*, *triangulasi sumber* merupakan teknik validasi untuk menguji kredibilitas data dengan cara mengecek atau mengoreksi data yang diperoleh melalui beberapa sumber. *Triangulasi teknik* merupakan pengumpulan data berbeda untuk mendapatkan data dan sumber yang sama. Pada penelitian ini misalnya data yang diperoleh melalui wawancara lalu dicek melalui observasi (Sugiyono, 2012: 85).

Data yang diambil melalui beberapa sumber seperti kepala LKSA, kepala bimbingan mental spiritual, pembimbing mental spiritual dan anak pecandu *game online* yang memiliki kriteria yaitu beragama islam, memiliki kontrol diri yang rendah (*under control*) dan memiliki kecanduan

yang akut terhadap *game online*, tinggal di LKSA lebih dari satu tahun dan sudah mengikuti bimbingan 10 bahkan lebih. Penelitian ini menggunakan triangulasi sumber dari kepala LKSA, kepala bimbingan mental spiritual, pembimbing mental spiritual untuk membentuk kontrol diri bagi anak pecandu *game online*.

6. Teknik Analisis Data

Analisis data kualitatif adalah proses mencari dan mengolah secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan dan bahan-bahan lainnya. Penelitian yang dilakukan dengan menggunakan metode kualitatif yang dianalisis menggunakan deskriptif, sehingga dipahami dan diinformasikan kepada orang lain. Analisis data meliputi:

a. Reduksi data

Dalam konteks ini penelitian reduksi data adalah peneliti merangkum dan memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal yang penting, membuat kategori. Dengan demikian data yang telah jelas dan mempermudah untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya dan mencarinya bila dibutuhkan (Sugiyono, 2012: 95).

b. Penyajian data

Setelah melakukan reduksi data, langkah selanjutnya adalah peneliti menyajikan data kedalam pola yang dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, grafik, matrik, network dan chart. Bila pola-pola yang ditemukan telah didukung oleh data selama penelitian, maka pola tersebut telah menjadi pola yang baku yang selanjutnya akan ditampilkan pada laporan akhir penelitian (Sugiyono, 2012: 95).

c. Penarikan kesimpulan

Penarikan kesimpulan merupakan kesimpulan yang ditarik dari semua hal yang terdapat dalam reduksi data dan sajian data. Pada dasarnya makna data harus diuji kevaliditasnya supaya kesimpulan yang diambil menjadi lebih kuat. Kesimpulan merupakan kegiatan yang dilakukan dengan tujuan mencari arti, makna, penjelasan yang dilakukan data yang telah dianalisis hal penting (Sugiyono, 2012: 99)

7. Sistematika Penulisan

Dalam mempermudah penulisan skripsi, maka penulis sistematika penulisan sebagai berikut:

a. Bagian awal

Bagian awal skripsi terdapat halaman sampul depan, halaman judul, nota pembimbing, halaman persetujuan dan pengesahan, halaman pernyataan, kata pengantar halaman persembahan, halaman motto, abstrak dan halaman daftar isi.

b. Adapun bagian utama skripsi terdiri dari lima BAB yang meliputi sebagai berikut:

BAB I :

Pendahuluan yang meliputi latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, tinjauan pustaka, kemudian metode penelitian yang berisi tentang jenis penelitian, sumber data, teknik pengumpulan data, teknik analisis data dan sistematika penulisan.

BAB II :

Landasan teori yang berisikan tinjauan umum mengenai bimbingan mental spiritual untuk membentuk kontrol diri bagi anak pecandu *game online* dibagi menjadi: *pertama*, bimbingan mental spiritual meliputi: pengertian bimbingan mental spiritual, teori bimbingan mental spiritual serta urgensi bimbingan mental spiritual dengan pembentukan kontrol diri. *Kedua*, membahas tentang kontrol diri meliputi: pengertian kontrol diri, jenis kontrol diri, fungsi kontrol diri, serta aspek dalam kontrol diri. *Ketiga*, membahas tentang urgensi bimbingan mental spiritual untuk membentuk kontrol diri

BAB III :

Gambaran umum tentang objek penelitian dan hasil data penelitian, dalam bab ini memaparkan tentang sejarah, visi dan misi, tujuan berdirinya Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA) Al- Anwar Kabupaten Cirebon, serta gambaran umum mengenai kondisi kontrol diri pada anak pecandu *game online* di LKSA Al-Anwar, dan

gambaran umum mengenai pelaksanaan atau proses bimbingan mental spiritual yang meliputi waktu, metode, materi serta hambatan bimbingan mental spiritual untuk membentuk kontrol diri.

BAB IV :

Analisi hasil penelitian atau analisis data penelitian yang dijelaskan secara logis berbentuk uraian sesuai dengan teori yang terdapat pada BAB II dan interpretasi sesuai pemikiran peneliti. Pada bab ini penulis menganalisis bagaimana kondisi kontrol diri pada anak pecandu *game online* serta bagaimana proses pelaksanaan dan hambatannya dalam melakukan proses bimbingan mental spiritual untuk membentuk kontrol diri bagi anak pecandu *game online*.

BAB V :

Penutup, dalam bab ini peneliti akan menyajikan kesimpulan dari keseluruhan yang dibahas dalam skripsi.

c. Bagian akhir

Bagian akhir terdiri dari daftar pustaka, daftar riwayat hidup peneliti beserta lampiran-lampiran yang mendukung dalam penelitian.

BAB II

LANDASAN TEORITIS

A. Bimbingan Mental Spiritual

Bimbingan mental spiritual merupakan salah satu bentuk rehabilitasi sosial yang diamanatkan Undang-Undang Kesejahteraan Sosial Nomor 1 Tahun 2009 pasal 7 ayat 3. Secara jelas dalam pasal tersebut tertulis bimbingan mental spiritual merupakan satu hal yang disandingkan sehingga memberikan kesan sebagai satu variabel yang dimaknai sebagai satu kesatuan yaitu bimbingan mental spiritual. Bimbingan mental spiritual merupakan kegiatan yang dilakukan untuk meningkatkan kesehatan mental sehingga mampu memiliki kualitas spiritual sesuai dengan keyakinan ajaran agama yang dianut dari aspek perbaikan pengetahuan, kepribadian, emosi, sikap dan perilaku dalam beribadah dengan Tuhannya (Mintarsih, 2017; 29). Sebelum sampai pemaknaan bimbingan mental spiritual, marilah melihat makna secara istilah masing-masing kata yaitu bimbingan, mental dan spiritual (Hidayanti, 2014; 19).

Secara etimologis kata bimbingan merupakan terjemahan dari kata "*Guidance*" berasal dari kata kerja "*to guide*" yang mempunyai arti "menunjukkan, membimbing, menuntun, ataupun membantu. Sesuai dengan istilahnya, maka secara umum bimbingan dapat diartikan sebagai suatu bantuan atau tuntunan. Namun demikian tidak berarti semua bentuk bantuan atau tuntunan adalah bimbingan (Hellen, 2015:2-3). Al-Halik juga menjelaskan jika konseling adalah proses pemberian pendampingan secara profesional yang ditandai dengan proses yang berkesinambungan dengan langkah-langkah yang sistematis kepada individu atau sekelompok orang (Al-Halik, 2020; 2).

Prayitno dan Amti (2004; 99) menjelaskan bahwa bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang yang ahli kepada seorang atau beberapa orang individu, baik anak-anak, remaja, maupun dewasa agar orang yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya dan mandiri memanfaatkan kekuatan-kekuatan individu dan sarana

yang ada dan dapat dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku. Pelayanan bimbingan tidak hanya diberikan kepada satu atau beberapa individu tersebut untuk mempersiapkan memasuki suatu jabatan atau pekerjaan tertentu, namun pemberian bantuan juga diberikan dalam pengentasan masalah-masalah diberbagai bidang, seperti masalah-masalah pendidikan, sosial, dan pribadi.

Penjelasan lain menurut Riyadhi, dkk (2019; 88) bimbingan dan konseling islam merupakan pemberian bantuan kepada individu agar dapat mengembangkan segala fitrahnya untuk menghadapi masalahnya sesuai dengan tuntunan ajaran Islam. Konseling Islam juga berarti membantu seorang klien agar kembali bisa hidup selaras dengan fitrah tauhidnya dan mendapatkan kebahagiaan serta kesejahteraan hidup di dunia dan akherat, serta selamat dari api neraka (Komarudin, 2017; 228). Bimbingan adalah proses membantu individu melalui usahanya sendiri untuk menemukan dan mengembangkan potensi mereka baik untuk kebahagiaan pribadi maupun kemanfaatan sosial. Bimbingan adalah istilah yang lebih komprehensif. Ini adalah bantuan yang diberikan kepada seseorang untuk mengelola aktivitas kehidupannya (Ahmed, dkk, 2020; 172). Bimbingan keagamaan merupakan upaya untuk memberikan bantuan kepada mereka yang mengalami kesulitan fisik serta mental yang berkaitan dengan kehidupannya sekarang dan yang akan datang. Pertolongan diberikan oleh mereka yang berkaitan dengan dorongan dan kekuatan iman, ketaqwaan kepada Allah SWT, sehingga maksud bimbingan agama ialah untuk membangkitkan kekuatan spiritual individu melalui keimanan, serta pengabdian terhadap Allah SWT.

Menurut Crow & Crow bimbingan adalah bantuan yang diberikan oleh seseorang, baik pria maupun wanita yang telah terlatih dengan baik dan memiliki kepribadian dan pendidikan yang memadai kepada seseorang, dari semua usia untuk membantunya mengatur kegiatan, keputusan sendiri, dan menanggung bebannya sendiri (Shilpy, 2019; 20)

Berdasarkan dari pengertian bimbingan, baik dari segi etimologis maupun terminologis maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan adalah usaha

membantu orang lain dengan mengungkapkan dan membangkitkan potensi yang dimiliki untuk mengembangkan dirinya secara wajar dan optimal, yaitu dengan cara memahami dirinya, maupun mengambil keputusan untuk hidupnya, maka dengan itu ia akan dapat mewujudkan kemandirian diri, kehidupan yang lebih baik, dengan demikian individu dapat bermanfaat baik bagi dirinya sendiri, orang lain maupun lingkungannya.

Beberapa pengertian tentang bimbingan telah dikemukakan oleh para ahli, sebagaimana diuraikan dibawah ini:

1. Menurut Sukardi dan Kusmawati bimbingan dapat didefinisikan sebagai proses pemberian bantuan oleh seorang konselor terhadap individu atau sekelompok individu yang dilakukan secara berkesinambungan dan sistematis dengan tujuan agar individu atau sekelompok individu dapat tumbuh menjadi pribadi yang mandiri (Susanto, 2018; 2).
2. WS. Winkel mendefinisikan bimbingan sebagai pemberian bantuan kepada seseorang atau kepada sekelompok orang dalam membuat pilihan-pilihan secara bijaksana dan dalam mengadakan penyesuaian diri terhadap tuntunan hidup (Susanto, 2018; 3).
3. Bimbingan menurut Sunaryo Kartadinata, diartikan sebagai proses membantu individu untuk mencapai perkembangan optimal. Definisi tersebut mengisyaratkan bahwa bimbingan merupakan suatu proses berkesinambungan, bukan kegiatan yang seketika atau kebetulan, merupakan rangkaian kegiatan yang sistematis dan berencana serta terarah kepada pencapaian tujuan (Faridah, 2017; 14).
4. Arthur J. Jones mengartikan bimbingan sebagai *“The help given by one person to another in making choices and adjustment and in solving problems”*. Pengertian bimbingan yang dikemukakan Arthur ini amat sederhana yaitu bahwa dalam proses bimbingan ada dua orang yakni pembimbing dan yang di bimbing, dimana pembimbing membantu kliennya sehingga ia mampu membuat pilihan-pilihan, menyesuaikan diri, dan memecahkan masalah-masalah yang dihadapinya (Sofyan, 2017; 11).

Mental diartikan sebagai kepribadian yang merupakan kebulatan dinamik yang dimiliki seseorang yang tercermin dalam sikap dan perbuatan atau terlihat dari psikomotornya. Dalam ilmu psikiatri dan psikoterapi, kata mental sering digunakan sebagai kata ganti dari kata “personality” (kepribadian) yang berarti bahwa mental adalah semua unsur-unsur jiwa termasuk pikiran, emosi, sikap dan perasaan yang dalam keseluruhan dan kebulatannya akan menentukan perilaku, cara menghadapi hal yang menekan perasaan, mengecewakan atau menggembirakan, menyenangkan dan sebagainya (Hidayat, 2012; 22).

Berkenaan dengan hal tersebut, Sigmund Freud mengungkapkan bahwa dalam diri manusia terdapat tiga struktur mental yang terdiri dari *Id*, *Ego* dan *Super Ego* (Ramayulis, 2002; 132). Aspek *Id* merupakan unsur-unsur biologis yang berisikan hal-hal yang dibawa sejak lahir serta merupakan energi psikis yang selalu cenderung pada perkara kesenangan semata. *Ego* merupakan aspek psikologis kepribadian yang timbul karena kebutuhan organisme untuk berhubungan secara baik dengan kenyataan, *ego* juga berfungsi sebagai penekanan dan pengawas. Aspek *Super Ego* merupakan aspek sosiologis yang berisi kaidah moral dan nilai-nilai sosial yang berfungsi sebagai penentu apakah sesuatu itu benar atau tidak, sehingga membuat manusia bertindak sesuai etika dalam masyarakat (An-Najar, 2004; 207). Ketiga aspek tersebut memiliki fungsi yang berbeda-beda namun ketiganya bekerja sama. Oleh karena itu, diperlukan penerapan nilai-nilai positif melalui pembinaan mental spiritual untuk mendapatkan pribadi yang ideal dan sesuai dengan norma agama maupun masyarakat.

Pengertian kesehatan mental diartikan oleh beberapa ahli, diantaranya yaitu:

1. Menurut Kartini Kartono, kesehatan mental atau *Mental hygiene* menitik beratkan pada kehidupan kerohanian. *Mental hygiene* merupakan ilmu kesehatan jiwa yang membahas kehidupan kerohanian yang sehat dengan memandang pribadi manusia sebagai totalitas dari psikis dan fisik yang kompleks. Ilmu kesehatan mental ini erat hubungannya dengan tekanan-

tekanan batin dan konflik-konflik pribadi yang terdapat pada diri manusia. Tekanan-tekanan batin dan konflik-konflik pribadi itu sering mengganggu ketenangan hidup seseorang (Kartono, 2000; 3-4).

2. Menurut Kiliander, orang yang sehat mentalnya adalah yang memperlihatkan kematangan emosional, kemampuan menerima realitas, kesenangan hidup bersama orang lain, dan memiliki pegangan hidup bersama orang lain, dan memiliki kesenangan hidup bersama pada saat ia mengalami komplikasi kehidupan sehari-hari sebagai gangguan (Wirahamiharja, 2004; 4).
3. Menurut Zakiah Drajat, kesehatan mental adalah terhindarnya orang dari gejala-gejala gangguan jiwa (*neurose*) dan dari gejala-gejala penyakit jiwa (*psychose*). Definisi pertama ini banyak mendapat sambutan dari banyak psikiatri (kedokteran jiwa) (Drajat, 2001; 4).

Menurut Dr. Jalaluddin dalam bukunya “Psikologi Agama” bahwa: Kesehatan Mental merupakan suatu kondisi batin yang senantiasa berada dalam kondisi tenang, aman dan tentram, upaya untuk menemukan ketenangan batin dapat dilakukan antara lain melalui penyesuaian diri secara resiganasi (penyerahan diri sepenuhnya kepada Tuhan) (Djalaluddin, 1997; 21). Menurut A.F Jaelani jiwa atau mental yang sehat merupakan sumber bagi akhlak terpuji, sebaliknya jiwa atau mental yang sakit merupakan sumber bagi akhlak tercela (Jaelani, 2000; 72).

Disisi lain kegagalan dalam mencapai kondisi mental yang sehat, berarti berkembangnya pribadi-pribadi yang memiliki mental yang sakit. Mental yang sakit ditandai dengan ciri, seperti:

1. Kecemasan atau kegelisahan dalam menghadapi kehidupan
2. Perasaan mudah tersinggung (perasa)
3. Sikap agresif (pemarrah) atau berperilaku menyerang, dan destruktif (merusak).
4. Sikap kurang mampu menghadapi kenyataan secara realistis (tidak sabar atau qonaah) sehingga mudah frustrasi.
5. Memiliki gejala psikomatis (sakit fisik yang disebabkan oleh gangguan

psikis karena stress)

6. Tidak beriman kepada Allah (Yusuf, 2005; 17).

Mechiati (1971) mengemukakan bahwa ciri orang yang sehat jiwa adalah individu yang memiliki pandangan yang sehat terhadap realitas diri dan lingkungannya. Individu ini dapat beradaptasi dan dapat mengatasi masalah yang dihadapi serta mencapai ketenangan hidup tanpa merugikan orang lain. Individu dapat mencapai kepuasan pribadi dengan kesadaran mereka dan memiliki pandangan yang positif (Maullasari, dkk, 2020; 143).

Berdasarkan uraian diatas dapat diketahui bahwa mental sangat berkaitan dengan kondisi jiwa seseorang, seseorang yang sehat mentalnya mampu mengontrol dirinya dan mampu menggunakan tiga struktur mentalnya yaitu *Id*, *Ego* dan *Super Ego* sehingga ia mampu menghindari konflik yang menjadi tekanan baginya, sehingga ia memiliki kepribadian yang sehat, dapat menyesuaikan diri, dan bertanggung jawab dalam menjalankan hidupnya sehingga tercapailah kualitas hidupnya.

Spiritual merupakan makna inti dari kata spirit. Spirit dari kata personality (kepribadian) yang berarti kekuatan, tenaga, semangat, vitalis, energi, moral atau motivasi sedangkan spiritual berkaitan dengan roh, semangat atau jiwa, religius yang berhubungan dengan agama, keimanan, kesalehan, menyangkut nilai-nilai yang transendental, mental sebagai lawan dari material, fisik atau jasmaniah (Tobroni, 2005; 20).

Spiritual diartikan sebagai, “rohani, batin, mental, moral” yang tertulis dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI 1994; 857). Spiritual menegaskan sifat dasar manusia yaitu sebagai makhluk yang secara mendasar dekat dengan Tuhannya, paling tidak selalu mencoba berjalan kearah-Nya. Kata spiritual sebagai sifat bagi manusia disisipkan dalam pengertian ini untuk menunjukkan kepada sosok manusia yang dekat dengan Tuhannya (Riadi 2014; 15). Dalam perspektif Islam, dimensi spiritualitas senantiasa berkaitan secara langsung dengan realitas Ilahi, Tuhan Yang Maha Esa.

Teori yang menyatakan bahwa sumber kejiwaan atau spiritual adalah satu kesatuan dengan agama, timbul beberapa pendapat yang dikemukakan

para ahli, yaitu:

1. Thomas Van Aquino: mengatakan bahwa sumber kejiwaan agama (spiritual) itu, ialah berpikiran. Manusia ber-Tuhan. Karena manusia menggunakan kemampuan berfikirnya.
2. Fredrick Schleimacher: mengatakan bahwa yang menjadi sumber keagamaan ini adalah rasa ketergantungan yang mutlak (*sense of depend*).
3. W.H Thomas mengemukakan pendapatnya melalui teori “The Four Wishes”, “bahwa yang menjadi sumber kejiwaan agama (spiritual) adalah empat macam keinginan dasar yang ada dalam jiwa manusia yaitu:
 - a. Keinginan untuk keselamatan (*security*)
 - b. Keinginan untuk mendapat penghargaan (*recognition*)
 - c. Keinginan untuk ditanggapi (*response*)
 - d. Keinginan pengetahuan atau pengalaman baru (*new experience*)

Spiritual adalah perasaan dasar atau fundamental yang terhubung dengan sang maha sempurna dan yang menguasai alam semesta yaitu Tuhan Yang Maha Esa serta kepercayaan bahwa ada kekuatan yang lebih tinggi (Amin, 2010; 62).

Berdasarkan uraian diatas dari mental dan spiritual peneliti menyimpulkan bahwa mental spiritual merupakan hal yang mempengaruhi kepribadian seseorang. Kepribadian sering di ukur hanya dari penampilan fisik, karakter atau watak dan sifat-sifat yang terbentuk dalam diri seseorang. Makna kepribadian bukan hanya itu, proses terbentuknya kepribadian Islam adalah ketika kepribadian manusia tersusun antara dua unsur Aqliyah dan Nafsiyah yang seimbang.

Mental spiritual memiliki beberapa unsur yang saling mempengaruhi satu sama lain baik secara jasmani dan rohani, karena kesehatan mental ialah terdapatnya keberfungsian dan koordinasi antara semua unsur jiwa dalam menghadapi kebutuhan perkembangannya selaras dengan pertumbuhan fisiknya, mengupayakan solusi atas permasalahan rutinitas kehidupan sehingga tetap pada kondisi sehat atau ketercapaian mental sehat, sanggup menyesuaikan diri, kepribadian yang utuh, bebas dari frustasi, konflik,

berilmu , bersikap sesuai norma dan bertanggung jawab (Rusmin, 2014; 165).

Berdasarkan pengertian bimbingan spiritual di atas, maka dicermati lebih lanjut pengertian tersebut hampir senada dengan pengertian bimbingan dan konseling agama. Yaitu bimbingan dan konseling agama merupakan bantuan yang diberikan kepada seseorang atau kelompok orang yang sedang mengalami kesulitan lahir batin dalam menjalankan tugas-tugas hidupnya dengan membangkitkan kekuatan getaran iman didalam dirinya untuk mendorongnya mengatasi masalah yang dihadapi, bimbingan spiritual juga dapat diartikan sebagai bimbingan yang berupaya membantu individu untuk meningkatkan pengetahuan, pemahaman dan pengalaman agamanya yang akan dirasakan manfaatnya dalam kehidupan.

B. Pelaksanaan Bimbingan Mental Spiritual

Pelaksanaan bimbingan mental spiritual menyangkut tujuan, fungsi metode serta pendekatan yang dijabarkan sebagai berikut:

1. Tujuan Bimbingan Mental Spiritual

Adapun secara umum tujuan bimbingan adalah membantu individu mewujudkan dirinya menjadi manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat. Tujuan secara khusus sebagai berikut:

- a) Membantu individu agar tidak menghadapi masalah.
- b) Membantu individu mengatasi masalah yang sedang dihadapi.
- c) Membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang baik atau yang telah baik agar tetap baik atau menjadi lebih baik, sehingga tidak akan menjadi sumber masalah bagi dirinya dan orang lain (Faqih, 2001; 35).

2. Fungsi bimbingan mental spiritual adalah sebagai berikut:

Fungsi bimbingan dalam usaha pemberian bantuan kepada individu agar mereka mampu mengatasi masalahnya dengan baik. Menurut mubarak secara umum, fungsi bimbingan adalah memberikan pelayanan, motivasi kepada klien agar mampu mengatasi problem kehidupan dengan kemampuan yang ada pada dirinya sendiri. Fungsi dari bimbingan mental

spiritual antara lain:

- a) Pemahaman, yaitu fungsi pelayanan bimbingan dan konseling yang menghasilkan pemahaman tentang sesuatu oleh pihak-pihak tertentu sesuai dengan kepentingan pengembangan individu, seperti: pemahaman tentang diri, lingkungan terbatas (keluarga, sekolah) dan lingkungan yang lebih luas (dunia pendidikan, kerja, budaya, agama dan adat istiadat).
- b) Pencegahan, yaitu fungsi bimbingan dan konseling yang menghasilkan tercegahnya atau terhindarnya individu dari berbagai masalah yang mengganggu, menghambat atau menimbulkan kesulitan dalam proses pendidikan dan pengembangannya. Maka peranan agama islam terletak pada komitmen keberagaman. Dalam hal ini setiap kali orang menghayati dan menanamkan nilai-nilai akidah, ibadah, akhlak, dan muamalah yang terdapat dalam agama islam maka InsyaAllah individu/orang tersebut akan hidup dengan damai, tenteram dan bahagia.
- c) Pengentasan, yaitu fungsi bimbingan dan konseling yang menghasilkan teratasinya berbagai permasalahan yang dialami individu.
- d) Pemeliharaan dan pengembangan, yaitu fungsi bimbingan dan konseling yang menghasilkan terpelihara dan terkembangkannya berbagai potensi dan kondisi positif individu dalam rangka pengembangan dirinya secara mantap dan berkelanjutan. Kalau fungsi-fungsi bimbingan dan konseling ini fungsional dalam pelayanan, klien akan sampai kepada tujuan bimbingan dan konseling.
- e) Penyembuhan, yaitu fungsi bimbingan yang bersifat kuratif. Fungsi ini berkaitan erat dengan upaya pemberian bantuan kepada konseli yang telah mengalami masalah, baik menyangkut aspek pribadi, sosial, belajar, maupun karir. Teknik yang dapat digunakan adalah konseling, dan remedial teaching.
- f) Perbaikan, yaitu fungsi bimbingan untuk membantu konseli sehingga

dapat memperbaiki kekeliruan dalam berfikir, berperasaan dan bertindak (Octania, 2019; 36-38).

3. Metode Bimbingan Mental Spiritual

Dalam pengertian harfiyyah, metode adalah “jalan yang harus dilalui” untuk mencapai suatu tujuan, karena kata “*metode*” berasal dari “*meta*” yang berarti melalui dan “*hodos*” berarti jalan. Namun pengertian hakiki dari “*metode*” tersebut adalah segala sarana yang dapat digunakan untuk mencapai tujuan yang diinginkan, baik sarana tersebut berupa fisik seperti alat peraga, alat administrasi, dan pagedungan dimana proses kegiatan bimbingan berlangsung.

Ada beberapa metode yang lazim dipakai dalam bimbingan ini dimana sarananya adalah mereka yang berada didalam kesulitan mental spiritual disebabkan oleh faktor-faktor kejiwaan dari dalam dirinya sendiri seperti tekanan batin (depresi mental) gangguan perasaan (emotional disturbance), tidak mampu mengadakan konsentrasi pikiran dan lain-lain gangguan batin yang memerlukan pertolongan. Dan juga disebabkan karena faktor-faktor dari luar dirinya, seperti pengaruh lingkungan hidup yang mengguncangkan perasaan

Metode bimbingan/konseling Islam dilihat dari proses komunikasi, maka dapat diklasifikasikan menjadi metode komunikasi langsung (metode langsung) dan metode komunikasi tidak langsung (metode tidak langsung), sebagai berikut:

1) Metode langsung

Metode langsung (metode komunikasi langsung) adalah metode dimana pembimbing melakukan komunikasi langsung (bertatap muka) dengan orang yang dibimbingnya. Metode ini dapat dirinci antara lain:

1) Metode individual

Pembimbing dalam hal ini melakukan komunikasi langsung secara individual dengan pihak yang dibimbingnya. Hal ini dapat dilakukan dengan mempergunakan teknik:

a) Teknik percakapan pribadi, yakni pembimbing mengadakan

dialog langsung dengan tatap muka dengan pihak yang dibimbing.

- b) Teknik kunjungan ke rumah (home visit), yakni pembimbing mengadakan dialog dengan kliennya tetapi dilaksanakan dirumah klien sekaligus untuk mengamati keadaan rumah klien dan lingkungannya.
- c) Teknik kunjungan dan observasi kerja, yakni pembimbing/konseling jabatan melakukan percakapan individual sekaligus mengamati kerja klien dan lingkungannya.

2) Metode kelompok

Pembimbing melakukan komunikasi langsung dengan klien dalam kelompok. Hal ini dapat dilakukan dengan teknik-teknik:

- a. Teknik diskusi kelompok, yakni pembimbing melaksanakan bimbingan dengan cara mengadakan diskusi dengan/ bersama kelompok klien yang mempunyai masalah yang sama.
- b. Teknik karya wisata, yakni bimbingan kelompok yang dilakukan secara langsung dengan mempergunakan ajang karya wisata sebagai forumnya.
- c. Teknik sosiodrama, yakni bimbingan/konseling yang dilakukan dengan cara bermain peran untuk memecahkan/mencegah timbulnya masalah (psikologis).
- d. Teknik Group Teaching, yakni pemberian bimbingan/konseling dengan memberikan materi bimbingan/konseling tertentu (ceramah) kepada kelompok yang telah disiapkan.

3) Metode Tidak Langsung

Metode tidak langsung (metode komunikasi tidak langsung adalah metode bimbingan/konseling yang dilakukan melalui media komunikasi massa. Hal ini dapat dilakukan melalui media komunikasi massa. Hal ini dapat dilakukan secara individual ataupun kelompok, bahkan massal. Dengan penjelasan antara lain:

a. Metode individual

Metode individual ini dilakukan dengan teknik:

1. Melalui surat menyurat
2. Melalui telepon dan sebagainya.

b. Metode kelompok/massal

Metode kelompok ini dilakukan dengan teknik:

1. Melalui papan bimbingan
2. Melalui surat kabar/majalah
3. Melalui brosur
4. Melalui radio (media audio)
5. Melalui televisi

Metode dan teknik yang seperti apa sebagai pemilihan yang dipergunakan dalam melaksanakan bimbingan atau konseling itu semua tergantung pada: Masalah atau problem yang sedang dihadapi/digarap, tujuan penggarapan masalah, keadaan yang dibimbing atau klien, kemampuan pembimbing/konselor mempergunakan metode atau teknik. Sarana dan Prasarana yang tersedia, kondisi dan situasi lingkungan sekitar, organisasi dan administrasi layanan bimbingan dan konseling, dan biaya yang tersedia (Saerozi, 2015; 36-38).

Selain metode diatas, dalam perpspektif Al-Qur'an ada metode yang bisa dilakukan, yaitu *bil-hikmah*, *bil-mauidzah hasanah* dan *bil-mujadalah*, seperti firman Allah dalam Surat An-Nahl ayat 125 yang berbunyi:

أَدْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَجِدْ لَهُم بِأَتَىٰ هِيَ أَحْسَنُ ۚ إِنَّ رَبَّكَ
هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ ۗ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ

Artinya: “Serulah (manusia) kepada jalan Tuhan-mu dengan hikmah dan pelajaran yang baik dan bantahlah mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhanmu Dialah yang lebih mengetahui tentang siapa yang tersesat dari jalan-Nya dan Dialah yang lebih mengetahui orang-orang yang mendapat petunjuk.” (Q.S An-Nahl:25)

Ayat tersebut menjelaskan bahwa mengajak atau membimbing manusia kepada jalan Allah, hendaknya disesuaikan dengan kondisi

orang yang dibimbing atau diajak, karena daya tangkap atau respon seseorang terhadap ajaran yang disampaikan banyak dipengaruhi oleh realitas kehidupan dan karakteristik diri pribadinya.

- 1) Metode “*bil-hikmah*”. Metode ini digunakan dalam menghadapi orang-orang terpelajar, intelek, dan memiliki tingkat rasional yang tinggi, yang kurang yakin akan kebenaran ajaran agama. Dakwah *bil-hikmah* dilakukan atas dasar persuasive. Seperti dalam firman Allah SWT tentang hikmah dalam Islam (QS. Al-Baqarah:269)

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

Allah menganugerahkan Al-Hikmah (kefahaman yang dalam tentang Al-Qur'an dan As-Sunah) kepada siapa yang dikehendaki-Nya dan barangsiapa yang dianugerahi hikmah, ia benar-benar telah dianugerahi karunia yang banyak, dan hanya orang-orang yang berakallah yang dapat mengambil pelajaran (dari firman Allah) (Q.s Al-Baqarah; 269).

- 2) Metode “*bil-mujadalah*”, perdebatan yang digunakan untuk menunjukkan dan membuktikan kebenaran ajaran agama, dengan menggunakan dalil-dalil Allah yang rasional. Dalam (QS. Yunus: 57-58) Allah SWT Berfirman:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ (لِلْمُؤْمِنِينَ 57) قُلْ بِفَضْلِ اللَّهِ وَبِرَحْمَتِهِ فَبِذَلِكَ فَلْيَفْرَحُوا هُوَ خَيْرٌ مِمَّا يَجْمَعُونَ 58

Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman. Katakanlah: “dengan karunia Allah dan rahmat-Nya itu adalah lebih baik dari apa yang mereka kumpulkan”. (Q.s Yunus; 57-58).

- 3) Metode “*bil-mauidzah*”, dengan menunjukkan contoh yang benar dan tepat, agar yang dibimbing dapat mengikuti dan menangkap dari apa yang diterimanya secara logika dan penjelasan akan teori yang masih baku (Lutfi, 2008; 135-136). Sebagaimana contoh yang sempurna untuk umat islam adalah tertuang dalam Al-Qur'an (QS. Al-Ahzab:21):

لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ
يَرْجُو اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا

“Sesungguhnya telah ada pada (diri) Rasulullah itu suri atuladan yang baik bagimu (yaitu) bagi orang yang mengharap (rahmat) Allah dan (kedatangan) hari kiamat dan Dia banyak menyebut Allah” (Q.s Al-Ahzab; 21).

4. Pendekatan Bimbingan Mental Spiritual

Adapun prinsip dari pendekatan Islami dalam bimbingan mental berprinsip pada hal-hal dibawah ini (Sutirna, 2013; 163).

- a. Selalu memiliki prinsip landasan dan prinsip dasar, yaitu hanya beriman kepada Allah.
- b. Memiliki prinsip kepercayaan, yakni beriman kepada malaikat.
- c. Memiliki prinsip kepemimpinan, yakni beriman kepada Nabi dan Rasulnya.
- d. Selalu memiliki prinsip pembelajaran, yakni berprinsip pada Al-Qur'an
- e. Memiliki prinsip masa depan, yakni beriman kepada hari akhir.
- f. Memiliki prinsip keteraturan, yakni beriman kepada ketentuan Allah.

5. Materi Bimbingan Mental Spiritual

Bimbingan mental harus dilandasi dengan nilai-nilai yang mutlak (pasti) yang tidak berubah-ubah oleh perkembangan waktu dan keadaan. Nilai-nilai yang mutlak dan tidak berubah oleh perkembangan waktu dan keadaan itu adalah agama islam. Adapaun materi pembinaan mental spiritual (agama) dapat di klasifikasikan menjadi 3 hal pokok, yaitu aqidah, syari'ah dan akhlak sebagai berikut:

a. Akidah

Islam menempatkan pendidikan akidah pada posisi yang paling mendasar, yakni terposisikan sebagai rukun yang pertama dalam rukun islam yang lima, sekaligus sebagai kunci yang membedakan antara orang islam dan non-islam (Umar, 2012; 40).

Akidah menurut istilah (terminologi) merupakan iman yang

teguh dan pasti, yang tidak ada keraguan sedikitpun bagi orang yang meyakinkannya. Obyek materi pembahasan mengenai akidah pada umumnya ada 6, yaitu: 1). Iman Kepada Allah. 2). Iman Kepada Malaikat. 3). Iman Kepada Kitab-Kitab. 4). Iman Kepada Rasul.

5). Iman Kepada Hari Akhir. 6). Iman Kepada Qada dan Qadar. Kedudukan akidah haruslah sesuatu yang pertama ada pada setiap pribadi muslim. Dengan akidah, pembentukan keyakinan kepada Allah SWT akan melandasi sikap, tingkah laku dan kepribadian seseorang. Oleh karena itu, pembinaan aqidah ini merupakan yang terpenting dengan tidak melupakan pembinaan mengenai aspek-aspek lainnya.

b. Syari'ah

Syari'ah menurut bahasa berarti jalan, sedangkan menurut istilah adalah system norma yang mengatur hubungan manusia dengan Tuhan, hubungan manusia dengan manusia, dan hubungan manusia dengan alam.

Aturan-aturan syariat yang sudah dikodifikasikan disebut fiqih. Dengan demikian fiqih dapat disebut sebagai hasil kodifikasi syariat Islam yang bersumber dari Al-Qur'an dan Sunnah. Syariat Islam mengatur perbuatan seorang muslim, di dalamnya terdapat hukum-hukum yang terdiri atas:

- 1) Wajib, yaitu perbuatan yang apabila dilakukan mendapatkan pahala apabila ditinggalkan berdosa.
- 2) Sunnah, yaitu perbuatan yang apabila dilaksanakan diberi pahala, apabila ditinggalkan tidak berdosa.
- 3) Mubah, yaitu perbuatan yang boleh dikerjakan atau ditinggalkan, karena tidak diberi pahala dan tidak berdosa.
- 4) Makruh, yaitu perbuatan apabila ditinggalkan mendapat pahala dan apabila dilakukan tidak berdosa.
- 5) Haram, yaitu perbuatan apabila dikerjakan mendapat dosa dan

jika ditinggalkan mendapat pahala.

Syari'at adalah hukum yang mengatur kehidupan manusia di dunia dalam rangka mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat. Syari'at mencakup semua aspek kehidupan manusia, dari urusan yang kecil sampai urusan yang besar, baik sebagai individu maupun sebagai anggota masyarakat, dalam hubungan dengan diri sendiri, manusia lain, alam lingkungan maupun dengan Tuhan.

c. Akhlak

Menurut objek atau sarannya terdapat akhlak kepada Allah, akhlak kepada manusia dan akhlak kepada lingkungan.

1) Akhlak kepada Allah, antara lain:

- a) Melaksanakan segala perintah dan menjauhi segala larangan-Nya.
- b) Mencintai Allah melebihi cinta kepada apa dan siapa juga dengan mempergunakan firman-Nya dalam Al-Qur'an sebagai pedoman hidup dan kehidupan.
- c) Berdzikir kepada Allah, yaitu mengingat Allah dalam berbagai situasi dan kondisi, baik diucapkan dengan mulut maupun dalam hati.

2) Akhlak Terhadap Sesama Manusia (Nata, 2009; 151).

Banyak sekali rincian yang dikemukakan Al-Qur'an berkaitan dengan perlakuan terhadap sesama manusia. Petunjuk mengenai hal ini bukan hanya dalam bentuk larangan melakukan hal-hal negatif seperti membunuh, menyakiti badan, atau mengambil harta tanpa alasan yang benar, melainkan juga sampai kepada menyakiti hati dengan jalan menceritakan aib seseorang dibelakangnya, tidak peduli aib itu benar atau salah.

Akhlak terhadap manusia adalah sikap dan perbuatan yang harus dilakukan oleh manusia terhadap sesama manusia. Ada beberapa macam akhlak terhadap sesama manusia yang terdapat dalam Al-Qur'an, diantaranya adalah:

- a. Mendahulukan kepentingan orang lain
- b. Bertanggung jawab
- c. Merasa bersaudara dan bersahabat (Mahjuddin, 2010; 13-23).
- d. Santun dan ramah tamah (Ittikhadu al-Hilmi waal-Rifqi)
- e. Rendah diri dan pemaaf
- f. Berbuat baik kepada orang tua dan mengupayakan silaturahmi (Birrul-Walidain Wa-Silah al-Arham)

3) Akhlak Kepada Lingkungan Hidup

Akhlak kepada lingkungan merupakan akhlak atau sikap kita terhadap lingkungan, yang dimaksud lingkungan hidup disini bukan hanya tumbuhan saja, namun hewanpun termasuk dalam golongan lingkungan hidup. Pada dasarnya akhlak yang diajarkan Al-Qur'an terhadap lingkungan bersumber dari fungsi manusia sebagai khalifah. Kekhalifahan menurut adanya interaksi antara manusia dengan sesamanya dan manusia terhadap alam. Kekhalifahan mengandung arti pengayoman, pemeliharaan, serta bimbingan, agar setiap makhluk mencapai tujuan penciptaannya. Alam dengan segala isinya telah ditundukkan oleh Tuhan kepada manusia.

Berdasarkan uraian materi-materi diatas (akidah, syari'at dan akhlak) ketiganya memiliki keterkaitan. Akidah atau iman merupakan keyakinan yang mendorong seorang muslim untuk melaksanakan syariah. Apabila syariah telah dilaksanakan berdasarkan aqidah maka akan lahir akhlak. Ketiga materi diatas merupakan materi pokok dalam pembinaan mental agama dalam islam yang merupakan cerminan dari materi tentang pembinaan mental yang lain.

C. Kontrol Diri

Kontrol diri merupakan bagaimana suatu individu untuk mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dalam dirinya. Kontrol diri adalah kemampuan orang untuk mengendalikan perilakunya sendiri dalam otonomi relatif dari tekanan lingkungan luar, bawaan, belajar dan impuls fisiologis (Necka, 2015; 488). Salah satu faktor kontrol diri ialah kematangan emosi. Kematangan emosi merupakan kemampuan individu untuk mengungkapkan emosi secara tepat dan wajar dengan pengendalian diri. Apabila kematangan emosi belum tercapai, maka individu tersebut kemungkinan besar tidak dapat mengendalikan emosinya secara efektif yang pada akhirnya akan menghambat hubungan sosialnya dengan orang lain. Sedangkan orang yang memiliki kematangan emosi yang tinggi akan mampu mengendalikan emosinya dalam menghadapi situasi tertentu (Hutagaol, 2021; 4). Sigmund Freud mengungkapkan bahwa dalam diri manusia terdapat tiga struktur mental yang terdiri dari *Id*, *Ego* dan *Super Ego* (Ramayulis, 2002; 132). Aspek *Id* merupakan unsur-unsur biologis yang berisikan hal-hal yang dibawa sejak lahir serta merupakan energi psikis yang selalu cenderung pada perkara kesenangan semata. *Ego* merupakan aspek psikologis kepribadian yang timbul karena kebutuhan organisme untuk berhubungan secara baik dengan kenyataan, *ego* juga berfungsi sebagai penekanan dan pengawas. Aspek *Super Ego* merupakan aspek sosiologis yang berisi kaidah moral dan nilai-nilai sosial yang berfungsi sebagai penentu apakah sesuatu itu benar atau tidak, sehingga membuat manusia bertindak sesuai etika dalam masyarakat (An-Najar, 2004; 207). Selain kemampuan orang untuk mengendalikan dirinya, kontrol diri juga merupakan kemampuan seorang individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya, selain itu kemampuan mengontrol perilaku sesuai dengan lingkungan sosial serta mempertimbangkan tingkah laku sebelum bertindak (Ghufron, 2017; 21-22). Pendapat lain yang memperjelas mengenai kontrol diri merupakan kemampuan individu yaitu Maruven & Baumeister berpendapat bahwa kontrol diri merupakan upaya yang dikeluarkan seseorang merubah pikiran,

perasaan, dan perilaku untuk mencapai tujuan jangka panjang (Ramdhani, 2018; 58). Jadi kontrol diri merupakan cara memulai, memelihara, dan mengatur perilaku yang berorientasi pada tujuan.

Berk dan Gunarsa juga mengemukakan bahwa kontrol diri adalah kemampuan individu untuk menahan keinginan atau dorongan yang bertentangan dengan perilaku yang tidak sesuai norma sosial. (Khairunnisa 2013; 223). Adapun pendapat dari Goldfried dan Merbaun yang mendefinisikan kontrol diri sebagai proses yang menjadikan individu sebagai agen utama dalam memandu, mengarahkan dan mengatur perilaku utamanya yang dapat membawa ke arah perilaku positif (Runtukahu, dkk 2015; 89).

Dapat ditarik kesimpulan bahwa kontrol diri adalah kemampuan mengontrol dirinya sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing dan mengarahkan perilakunya guna membawa individu ke arah yang lebih baik. Setiap individu memiliki kapasitas yang berbeda dalam upaya melakukan kontrol diri, hal ini berpengaruh pada beberapa aspek seperti emosional, sosial, serta penyesuaian perilaku.

Menurut Necka, dkk, kemampuan untuk mengontrol dan mengatur diri sendiri dalam sebuah situasi bukan hal yang terjadi secara spontan, melainkan harus berusaha. Biasanya seseorang memperlihatkan kontrol dirinya ketika mereka harus mengikuti peraturan yang ada di sekitar mereka. Tetapi kontrol diri dapat juga menurun ketika lingkungan menolak apa yang dilakukan individu atau tidak menganggap keberadaan individu (Kushumawardhi, dkk, : 2018; 135-143).

Beberapa faktor yang mempengaruhi kontrol diri menurut Ghufron dan risnawati. (Runtukahu, dkk 2015: 89-90):

1. Faktor Internal. Diantaranya adalah usia, jenis kelamin dan kematangan berpikir dimana ini dapat mempengaruhi kontrol diri seseorang. Semakin seseorang beranjak dewasa maka semakin baik kemampuan kontrol dirinya, seseorang yang matang secara psikologi mampu mengontrol perilaku dan mempertimbangkan apa yang mereka perbuat.
2. Faktor Eksternal. Dalam hal ini adalah keluarga, lingkungan, teman

sebaya, dan peran orang tua yang menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang. Keluarga adalah hubungan timbal balik antara dua orang atau lebih, dan terdapat suatu sistem yang menghubungkan satu sama lain, misalnya kekerabatan, perjodohan, adanya aturan, perbedaan budaya, perbedaan masing-masing anggota (Kibtyah, 2014; 361).

3. Selaras dengan penelitian dari Nasicha yang membuktikan bahwa disiplin orang tua berpengaruh terhadap kemampuan kontrol diri yang tinggi. Sehingga bila orang tua menerapkan disiplin sejak dini dan menerapkan konsekuensi ketika melanggar secara berkala, maka sikap ini yang dapat menyebabkan diinternalisasi bagi anak dan menjadikan kontrol diri baginya.

Baumeister dan Boden mengatakan faktor yang mempengaruhi kontrol diri adalah sebagai berikut:

1. Orang tua. Faktor yang mempengaruhi kontrol diri adalah hubungan orang tua dengan anak-anaknya. Orang tua yang senantiasa menididik anaknya dengan keras akan menyebabkan anak tersebut kurang dapat mengontrol diri serta tidak peka terhadap situasi yang dihadapi. Sebaliknya jika anaknya di didik secara mandiri, memberikan kepercayaan, memberikan kesempatan untuk memutuskan keputusannya maka anak akan mampu mengontrol dirinya dengan baik.
2. Faktor budaya. Didalam suatu lingkungan sudah semestinya ada hubungan dengan budaya di suatu tempat tersebut. Setiap lingkungan memiliki budaya yang berbeda. Hal ini dapat mempengaruhi kontrol diri seseorang sebagai anggota yang termasuk dalam budaya tersebut.

a) Jenis Kontrol Diri

Menurut Block dan Block (Runtukahu, 2015; 85) jenis kontrol diri terbagi menjadi tiga jenis yaitu:

- 1) *Over Control*, adalah suatu kontrol yang berlebihan atau bisa dibilang kontrol diri yang tinggi sehingga menyebabkan individu tersebut banyak menahan diri untuk bereaksi terhadap stimulus atau

rangsangan.

- 2) *Under Control*, adalah sebuah kontrol diri yang rendah yang dapat menyebabkan individu cenderung untuk melepaskan impuls yang bebas tanpa perhitungan yang matang dan melihat dampak dari perbuatannya.
- 3) *Oppropriate Control*, adalah kontrol diri yang sesuai. Seseorang yang memiliki kontrol diri yang sesuai atau sedang akan memungkinkan individu mengendalikan impulsnya secara tepat. (Runtukahu, dkk 2015: 85).

Frederic Skinner dalam (Budiharjo, 1997; 119) telah menguraikan sejumlah teknik yang digunakan untuk mengendalikan perilaku, yang diantaranya dipelajari oleh social learning theorist. Teknik tersebut adalah:

a. Pengekangan Fisik (*physical retains*)

Individu mengendalikan diri melalui pengekangan terhadap fisik, misalnya menutup mulut, untuk menghindari diri dari menertawakan kesalahan orang lain.

b. Bantuan Fisik (*Physycal aids*)

Menurut Skinner bantuan fisik dapat digunakan untuk mengendalikan perilaku. Seseorang meminum obat untuk mengendalikan perilaku yang tidak diinginkan. Misalnya seorang pengendara mobil minum obat perangsang supaya terhindar dari ketiduran pada waktu mengemudi sewaktu perjalanan jauh. Bantuan fisik juga dapat digunakan untuk memudahkan perilaku tertentu, yang bisa dilihat pada situasi dimana seseorang memiliki masalah penglihatan dengan memakai kaca mata.

c. Mengubah Kondisi Stimulus (*changing the stimulus condition*)

Mengubah stimulus yang bertanggung jawab, tidak menyingkirkan dan tidak mendatangkan stimulus agar melakukan suatu perilaku tertentu, misalnya orang mempunyai kelebihan berat badan menyisihkan sekotak permen dari hadapannya untuk

mengekang diri sendiri.

d. Memanipulasi Kondisi Emosional (*Manipulation Emosional Condition*)

Skinner mengatakan bahwa terkadang seseorang mengadakan perubahan emosional dalam diri untuk mengendalikan dirinya, misalnya beberapa orang menggunakan teknik meditasi untuk menghadapi stress.

e. Melakukan Respon-Respon lain (*performing alternative responses*)

Menahan diri dari perilaku yang membawa hukuman dengan melakukan hal lain, misalnya untuk menahan diri agar tidak menyerang orang yang sangat tidak disukai, seseorang, mungkin melakukan tindakan yang tidak berhubungan dengan pendapat kita tentang mereka.

f. Menguatkan Diri Secara Positif (*positif self reinforcement*)

Individu menghadahkan diri sendiri atas perilaku yang patut dihargai, misalnya seorang pelajar menghadahkan diri sendiri karena telah belajar keras dan dapat mengerjakan ujian dengan baik, dengan makan makanan yang lezat, atau menonton film yang bagus.

g. Menghukum diri sendiri karena gagal melakukan pekerjaan, misalnya gagal mendapatkan nilai yang bagus, seseorang menghukum diri dengan berdiam diri di dalam kamar (Burdiharjo, 1997; 119). Adapun dalam prakteknya terdiri dari tiga cara yaitu: Pertama, *Self Monitoring*, yaitu suatu proses dimana individu mengamati dan merasa peka terhadap segala sesuatu tentang diri dan lingkungannya. Kedua, *Self Reward*, yaitu suatu teknik dimana individu mengatur dan memperkuat perilakunya dengan memberikan hadiah atau hal-hal yang menyenangkan, jika hal yang diinginkan berhasil. Ketiga, *Stimulus Control*, yaitu suatu teknik yang dapat digunakan untuk mengurangi ataupun meningkatkan perilaku tertentu. Kontrol stimulus menekan pada pengaturan kembali atau modifikasi lingkungan sebagai isyarat khusus atau respon tertentu

(Aziz, 2005; 157).

Dapat disimpulkan bahwa kemampuan seseorang dalam mengontrol dirinya terdapat 3 tingkatan. Individu yang memiliki kontrol diri yang bagus mampu mengendalikan dirinya dalam menghadapi situasi dapat disebut dengan *Over control*. Individu yang memiliki kontrol diri yang rendah cenderung mudah bertindak tanpa memperhitungkan masalah yang timbul maka disebut dengan *Under control*. sedangkan individu yang mengendalikan dirinya dengan baik tau ia akan bertindak kearah mana maka disebut dengan *Oppropriate control*.

b) Ciri-ciri Kontrol Diri

Goldfried mengemukakan ciri-ciri kontrol diri (Queen, 2014; 176) yaitu:

1. Kemampuan untuk mengontrol perilaku atau tingkah laku impulsif yang ditandai dengan kemampuan menghadapi stimulus yang tidak diinginkan dengan cara mencegah menjauhi stimulus, merapatkan tenggang waktu diantara stimulus sebelum berakhir dan membatasi intensitas stimulus, kemampuan untuk menentukan siapa yang mengendalikan perilaku, dalam hal ini bila individu tidak mampu mengontrol dirinya sendiri maka inidvidu menggunakan faktor eksternal.
2. Menunda kepuasan dengan segera untuk keberhasilan mengatur perilaku dengan mencapai sesuatu yang lebih berharga atau lebih diterima dalam masyarakat.
3. Mengantisipasi peristiwa, yaitu kemampuan untuk mengantisipasi keadaan melalui berbagai pertimbangan secara relative objektif. Hal ini didukung dengan adanya informasi yang dimiliki individu.
4. Menafsirkan peristiwa, yaitu kemampuan untuk menilai dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subjektif.
5. Mengambil keputusan yaitu kemampuan untuk memilih suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri kontrol diri sangat bergantung oleh inidvidu dalam menerapkannya dimana individu dapat mengontrol perilakunya dengan cara menghadapi stimulus yang tidak diinginkan dengan cara mencegah menjauhi stimulus, menunda kepuasan,

mengantisipasi peristiwa secara relatif objektif, menafsirkan peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif subjektif dan kemampuan mengambil keputusan pada hal yang diyakini.

c) Fungsi Kontrol Diri

Menurut Mesina dan Messina dalam Gunarsa yang dikutip dari jurnal Gretty. Pengendalian diri memiliki beberapa fungsi yaitu:

- 1) Membatasi perhatian terhadap orang lain.
- 2) Membatasi keinginan untuk mengendalikan orang lain sesuai keinginannya.
- 3) Membatasi diri untuk bertingkah laku negatif.
- 4) Membantu individu untuk memenuhi kebutuhan yang seimbang (Runtakahu, dkk 2015; 85).

Dari poin-poin diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa fungsi dari kontrol diri ini positif bagi individu, dimana fungsi-fungsi kontrol diri ini membatasi stimulus dan diri untuk lebih berhati-hati dalam bertindak.

d) Aspek dalam kontrol diri

Terdapat tiga aspek dalam kontrol diri menurut Averil dan Ghufran yaitu:

- 1) Kontrol perilaku (*behaviour control*), yaitu kemampuan untuk memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan, kemampuan ini terdiri dari kemampuan untuk mengontrol perilaku yaitu kemampuan menentukan siapa yang mengendalikan situasi. Dimana individu yang kontrol dirinya baik akan mampu mengatur perilaku dengan kemampuan dirinya, bila tidak mampu maka individu akan menggunakan sumber eksternal untuk mengatasinya. Kemampuan mengontrol perilaku ada dua komponen yaitu:
 - a. Kemampuan mengontrol pelaksanaan suatu individu dalam menentukan pengendalian dirinya sendiri, orang lain ataupun sesuatu yang diluar dirinya.
 - b. Kemampuan mengatur stimulus merupakan kemampuan untuk mengatur bagaimana dan kapan suatu stimulus yang dihadapi.

- 2) Kontrol kognitif (*Cognitive control*), yaitu kemampuan individu untuk mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai untuk memadukan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologi atau mengurangi tekanan. Ada dua komponen dalam mengatur kognitif yaitu:
 - a. Memperoleh informasi, sebagaimana informasi yang dimiliki individu dapat menjadikan sebuah antisipasi dalam menghadapi keadaan dalam berbagai pertimbangan.
 - b. Melakukan penilaian dimana individu berusaha menilai menganalisa dan menafsirkan suatu keadaan dengan memperhatikan segi segi positif secara subjektif
- 3) Kontrol pengambilan keputusan (*decision control*), yaitu kemampuan untuk memilih suatu tindakan berdasarkan suatu yang diyakini atau disetujui. Kontrol pribadi dalam menentukan pilihan akan berfungsi baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih beberapa hal yang saling memberatkan, maka aspek yang diukur adalah kemampuan mengontrol perilaku dan kemampuan mengambil keputusan (Julianti, 2017; 131-145).

Dapat disimpulkan bahwa aspek kontrol diri terdiri dari tiga poin yaitu *Behavioral*, *Cognitive* dan *Decisional Control* dimana ketiga aspek kontrol diri ini saling berhubungan satu sama lain sehingga menjadikan kontrol diri yang baik, dimana *cognitif* mempengaruhi *decisional* sehingga akan mempengaruhi *behavioral* akan bertindak kekerasan atau tidak.

D. Anak Pecandu (*Child Addiction*)

Menurut Undang-Undang Nomor 35 Tahun 2014 Tentang Perlindungan Anak yaitu: “*Anak adalah seseorang yang belum berusia 18 (delapan belas) tahun, termasuk anak yang masih dalam kandungan*”. Pengertian Anak menurut Kitab Undang-Undang hukum perdata: Dalam Pasal 330 Kitab

Undang-Undang Hukum Perdata, mengatakan orang belum dewasa adalah mereka yang belum mencapai umur 21 tahun dan tidak lebih dulu kawin. Jadi anak adalah setiap orang yang belumberusia 21 tahun dan belum menikah. Jika seorang anak telah menikah sebelum umur 21 tahun kemudian bercerai atau ditinggal mati oleh suaminya sebelum genap umur 21 tahun, maka ia tetap dianggap sebagai orang yang telah dewasa bukan anak-anak.

Menurut pasal 1 butir 5 Undang-Undang Nomor 39 tahun 1999 tentang Hak Asasi Manusia adalah sebagai berikut: "*Anak adalah setiap manusia yang berusia di bawah 18 (Delapan belas) tahun dan belum menikah, termasuk anak yang masih dalam kandungan apabila hal tersebut demi kepentingannya*". Menurut pengetahuan umum yang di maksud anak adalah seseorang yang lahir dari hubungan pria dan wanita. Sedangkan yang diartikan anak-anak adalah seseorang yang masih dibawah usia tertentu dan belum dewasa serta belum menikah.

Anak merupakan tunas sumber potensi dan generasi muda penerus perjuangan cita-cita bangsa dimasa yang akan datang nantinya. Setiap anak kelak mampu memikul tanggung jawab tersebut, maka ia perlu mendapat kesempatan yang seluas-luasnya untuk tumbuh dan berkembang secara optimal, baik fisik, mental maupun sosial, dan berakhlak mulia, perlu dilakukan upaya perlindungan serta untuk mewujudkan kesejahteraan anak dengan memberikan jaminan terhadap pemenuhan hak-haknya serta adanya perlakuan tanpa diskriminasi, salah satunya adalah perhatian dan kasih sayang dair orang tua agar anak tidak teralihkan fokusnya pada hal-hal yang membuat mereka candu (Purnamasari, dkk, 2020; 155-156)

Anak dianggap lebih sering dan lebih rentan terhadap kecanduan *game online* daripada orang dewasa. Masa anak-anak yang berada pada periode ketidakstabilan, cenderung lebih mudah terjerumus terhadap percobaan hal-hal baru (Jordan, dkk, 2016). Sebagai contoh remaja asal Taiwan meregang nyawa setelah bermain *game* selama 40 jam tanpa henti (Rania, 2018). Di indonesia Sepuluh anak di Banyumas didiagnosa mengalami gangguan mental akibat kecanduan bermain *game online*. Mereka

mendapat terapi di RSUD Banyumas. 7 dari 10 anak itu merupakan siswa Sekolah Dasar (SD) dan Sekolah Menengah Pertama (SMP). Dokter Spesialis Jiwa RSUD Banyumas, Hilma Paramita mengatakan rata-rata pasien sudah tak bisa mengendalikan diri bermain *game online*. Akibatnya, mereka sudah tak lagi bisa beraktivitas secara normal (Novrialdy, 2019; 149).

Adapun kecanduan *game online* yang dikutip dari (Candrajiwa: 2012; 8), yang ditulis oleh Pradipta, dkk, merupakan salah satu jenis kecanduan yang disebabkan oleh teknologi internet atau yang lebih dikenal dengan *internet addictive disorder*. seperti yang disebutkan bahwa internet menyebabkan kecanduan, salah satunya adalah *computer game Addiction* (berlebihan bermain *game*). Seseorang bisa dikatakan kecanduan jika penggunaannya lebih dari 30 menit dalam sehari atau jika lebih dari 3 kali dalam sehari (Purnamasari, dkk, 2020; 158-159).

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa anak pecandu *game* adalah anak yang belum berusia 18 (delapan belas) tahun dan belum menikah termasuk anak yang masih dalam kandungan. Sedangkan anak-anak adalah seseorang yang masih berada dibawah usia tertentu dan belum dewasa serta belum menikah. Serta tingkah laku yang bergantung pada suatu keadaan yang sangat kuat secara fisik maupun psikologis. Kecanduan *game online* adalah sebuah keadaan kronis dalam memainkan permainan berbasis elektronik yang berhubungan dengan atura-aturan tertentu sehingga lepas kendali dan mengalami kesulitan menghentikan perilaku tersebut.

Kardefelt-Winther (2017) menjelaskan bahwa pada awalnya kecanduan hanya berkaitan dengan zat adiktif (contohnya alkohol, tembakau, dan obat-obatan terlarang) yang masuk melewati darah dan menuju ke otak dan dapat merubah komposisi kimia otak. Namun, saat ini konsep kecanduan telah berkembang. Worl Healt Organization (2018) mendefinisikan kecanduan *game online* sebagai gangguan mental yang dimasukkan ke dalam *International Classification Of Diseases* (ICD-11). Hal ini ditandai dengan gangguan kontrol diri atas *game* dengan meningkatnya prioritas yang diberikan pada *game* lebih dari kegiatan lain. Perilaku tersebut terus

dilanjutkan walaupun memberikan konsekuensi negatif pada dirinya. Sebuah studi menunjukkan bahwa kecanduan *game online* lebih sering terjadi pada anak (Novrialdy, 2019; 150).

King & Delfabro (2018) penggunaan waktu yang berlebihan untuk bermain *game online* membuat terganggunya kehidupan sehari-hari. Gangguan ini secara nyata mengubah prioritas remaja, yang menghasilkan minat sangat rendah terhadap sesuatu yang tidak terkait *game online*. Anak yang kecanduan *game online* semakin tidak mampu untuk mengatur waktu bermain, akibatnya anak mengabaikan dengan dunia nyata dan peran di dalamnya. Kecanduan *game online* dapat memberikan dampak negatif atau bahaya bagi anak yang mengalaminya. Dampak yang muncul akibat kecanduan *game online* meliputi lima aspek, antara lain, kesehatan, aspek psikologis, aspek akademik, aspek sosial, dan aspek keuangan (Novrialdy, 2019; 150-151).

Arthur sebagaimana dikutip oleh Yohanes Yusuf mendefinisikan kecanduan dengan sebuah aktivitas atau substansi yang dilakukan berulang-ulang serta dapat menimbulkan dampak negatif. Kecanduan atau yang dalam bahasa Inggris disebut dengan *Addiction*, dalam istilah psikologi diartikan sebagai keadaan bergantung secara fisik pada suatu obat bius, ketergantungan fisik dan psikologis, dan menambah gejala pengasingan diri dari masyarakat, apabila obat bius dihentikan. Pada mulanya istilah *Addiction* atau kecanduan hanya disematkan pada kasus penyalahgunaan obat, namun dalam perkembangannya kecanduan digunakan pada banyak ranah. Pengertian *Addiction* kemudian meluas pada tingkah laku yang mengandung *intoxicant*, tak terkecuali *video game playing* (Rohman, 2018; 161).

Dalam konteks penelitian ini, pengertian kecanduan *game online* Mobile Legend: Bang-Bang adalah suatu keadaan dimana seseorang memainkan permainan online Mobile Legend: Bang-Bang secara berulang-ulang dan terkait pada kebiasaan tersebut, frekuensi memainkannya terus mengalami peningkatan, dan tidak lagi memperdulikan konsekuensi negatif yang menyertai aktifitas tersebut.

Mengalami ketergantungan pada hal apapun sangatlah tidak baik, tak terkecuali pada *game online*. Perilaku bermain *game online* secara berlebihan dapat mengancam atau setidaknya merusak relasi/pekerjaan/pendidikan para pelakunya. Sebagian besar motif seseorang bermain *game online* adalah sebuah upaya pelarian diri dari perasaan negatif. Setidaknya ada empat indikator seseorang dapat dikatakan telah mengalami kecanduan *game online* sebagaimana yang dikemukakan Chen dan Chang berikut ini:

1. *Compulsion* (Kompulsif/dorongan untuk melakukan secara terus menerus). Ciri utama mereka yang mengalami kecanduan adalah adanya dorongan yang kuat dari dalam diri untuk melakukan sesuatu secara berulang-ulang.
2. *Withdrawal* (penarikan diri). Sebaliknya, ciri kedua dari seorang yang mengalami kecanduan adalah si pelaku merasa tidak sanggup untuk menarik atau menjauhkan diri dari hal yang berhubungan dengan hal tersebut, dalam hal ini adalah *game online*.
3. *Tolerance* (Toleransi). Indikator ketiga seseorang telah mengalami kecanduan akan sesuatu adalah adanya sikap toleransi atau menerima keadaan diri ketika melakukan suatu hal. Toleransi dalam hal ini bisa berkaitan dengan efek negatif akibat kecanduan tersebut, misalnya larangan hukum dan moral, biaya, waktu dan lain sebagainya.
4. *Interpersonal dan health-related problems (masalah hubungan interpersonal dan kesehatan)*. Indikator terakhir yang menandakan seseorang tengah kecanduan adalah pecandu cenderung tidak menghiraukan bagaimana hubungan interpersonal yang mereka miliki karena dalam pikiran mereka hanya ada hasrat untuk melakukan sesuatu tersebut secara berulang, lagi dan lagi (Hardiansyah, dkk, 2016; 107-108)

E. Dampak Kecanduan *game online*

Bagi anak-anak, sarana bermain *game* adalah yang terbanyak digunakan untuk mencari kesenangan selain bermain dengan teman-temannya. Khususnya *game online* merupakan sesuatu yang lain dari aktifitas bermain *game* sehingga anak-anak menjadi tertarik untuk memainkannya. *Game*

online sampai saat ini menyajikan beragam jenis permainan yang lebih canggih dan dibuat khusus untuk memikat siapa saja yang ingin memainkannya, dan jika telah memainkannya fitur-fitur yang ditawarkan menjadi lebih bagus lagi sehingga pemain menjadi lebih sering memainkannya (Sumara, dkk, 2017; 129-389). Penggunaan yang berlebihan dan perilaku yang muncul oleh oemain menjadi negatif maka efek buruk dari bermain *game online* menjadi sangat lekat pada diri si pemain (Prasetya, 2019; 165-184).

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 (Subarkha, 2019; 1689-1695). Beberapa hal tersebut dialami oleh kedua subyek yang secara rutin bermain *game online* atau jenis *game* yang lainnya sebagai sarana alternative bermain *game*. Apa yang dilakukan kedua subyek dalam aktifitas bermain *game*, kadang-kadang tidak diketahui oleh orang tua dan orang tua pun hanya mengetahui anaknya berangkat ke sekolah untuk belajar tetapi hal itu terkadang menjadi lain. Orang tua juga beranggapan bahwa anak bermain *game* karena kesenangan semata, akan tetapi mereka kurang memahami bahwa anak-anak akan terus mencari kesenangan itu yang akhirnya menjadi ketergantungan (Prasetyaningrum, 2012, 47-51). Selain dampak negatif yang ditimbulkan oleh aktifitas bermain *game online*, ada juga dampak positif yang menjadi nilai lebih dari bermain *game* diantaranya, mendapatkan teman baru, mampu mempelajari komputer lebih baik dengan bahasa inggris dan bahasa internet, meningkatkan konsentrasi dan strategi (Ayun, 2017; 102).

F. Urgensi Bimbingan Mental Spiritual Dalam Membentuk Kontrol Diri

Maruven & Baumeister berpendapat bahwa kontrol diri merupakan upaya yang dikeluarkan seseorang merubah fikiran, perasaan, dan perilaku untuk mencapai tujuan jangka panjang (Ramdhani, 2018; 58). Bimbingan mental spiritual merupakan suatu proses bimbinaqn seperti halnya kegiatan, tetapi dalam segala aspeknya didasarka pada al-Qur'an dan Sunnah Nabi

(Wangsanata, dkk, 2020; 101). Urgensinya dengan Bimbingan mental spiritual ialah dalam teori Sigmund Freud. Sigmund Freud mengungkapkan bahwa dalam diri manusia terdapat tiga struktur mental yang terdiri dari *Id*, *Ego* dan *Super Ego* (Ramayulis, 2002; 132). Aspek *Id* merupakan unsur-unsur biologis yang berisikan hal-hal yang dibawa sejak lahir serta merupakan energi psikis yang selalu cenderung pada perkara kesenangan semata. *Ego* merupakan aspek psikologis kepribadian yang timbul karena kebutuhan organisme untuk berhubungan secara baik dengan kenyataan, ego juga berfungsi sebagai penekanan dan pengawas. Aspek *Super Ego* merupakan aspek sosiologis yang berisi kaidah moral dan nilai-nilai sosial yang berfungsi sebagai penentu apakah sesuatu itu benar atau tidak, sehingga membuat manusia bertindak sesuai etika dalam masyarakat (An-Najar, 2004; 207). Ketiga aspek tersebut memiliki fungsi yang berbeda-beda namun ketiganya bekerja sama.

Dalam Islam sendiri istilah *Id*, *Ego* dan *Super Ego* itu sama halnya dengan (akidah, syari'at dan akhlak) ketiganya memiliki keterkaitan. Akidah atau iman merupakan keyakinan yang mendorong seorang muslim untuk melaksanakan syariah. Apabila syariah telah dilaksanakan berdasarkan aqidah maka akan lahir akhlak. Ketiga materi di atas merupakan materi pokok dalam pembinaan mental agama dalam Islam yang merupakan cerminan dari materi tentang pembinaan mental yang lain. Bimbingan mental harus dilandasi dengan nilai-nilai yang mutlak (pasti) yang tidak berubah-ubah oleh perkembangan waktu dan keadaan. Nilai-nilai yang mutlak dan tidak berubah oleh perkembangan waktu dan keadaan itu adalah agama Islam. Adapun materi pembinaan mental spiritual (agama) dapat di klasifikasikan menjadi 3 hal pokok, yaitu aqidah, syari'ah dan akhlak. Selaras dengan bimbingan mental spiritual kontrol diri dalam Islam adalah bagian dari kesabaran, bahkan tergolong dalam tingkatan yang paling tinggi diantara bentuk kesabaran lainnya.

Allah SWT berfirman dalam Al-Qur'an:

يَقُومُ إِنَّمَا هَذِهِ الْحَيَاةُ الدُّنْيَا مَتَّعَ وَإِنَّ الْآخِرَةَ هِيَ دَارُ الْقَرَارِ

"Hai kaumku, sesungguhnya kehidupan dunia ini hanyalah kesenangan (sementara), dan sesungguhnya akhirat itulah negeri yang kekal" (Q.S Al-Mukmin:39)

Dalam ayat ini, Allah menekankan pada manusia bahwa kesenangan dunia apapun bentuknya bersifat sementara, dan bagi orang-orang yang mengerjakan kebaikan dan menahan diri dari mengerjakan kejahatan akan diberi balasan yang bersifat abadi dan lebih besar dari kemewahan di dunia kelak di akhirat nanti. Realisasi dari pemenuhan kebutuhan itu pun harus dengan mengontrol diri agar tidak berlebihan.

Terdapat dua hal penting yang dapat menentukan perilaku manusia yaitu, akal (*aql*) dan hati (*qalb*). Menurut Al-Ghazali (2008) *aql* hakikatnya adalah insting yang diciptakan untuk menalar khususnya fenomena alam dan ayat-ayat kauniyah Allah. Hati ibarat pemimpin bagi seluruh organ tubuh manusia. Hati menjadi penentu kepribadian individu, mengontrol perilaku serta dorongan baik maupun buruk. Pengetahuan yang diperoleh dari *aql* mendorong *qalb* untuk tunduk dan melaksanakan tuntunan Allah. Jika *qalb* gagal melakukannya, maka individu tersebut akan condong kepada kejahatan dan derajatnya tak lebih tinggi dari binatang (Cholik, 2015; 299-300).

Menurut Imam Al-Ghazali, kontrol diri yang baik akan mengantarkan seseorang pada kekuatan karakter. Kontrol diri membutuhkan kematangan spiritual ditambah dengan disiplin diri berupa *tazkiyatun-nafs* dan *riyadhah* yang membuat seseorang yakin atas balasan dari Allah (*delay gratification*). Karena itu seseorang yang matang secara spiritual akan mampu menahan diri dari kesenangan terlarang yang bersifat sementara (Cholik, 2015; 292-293).

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa dalam islam kemampuan kontrol diri erat kaitannya dengan berfungsinya *qalb* yang condong kepada ketaatan. Olehnya itu dalam islam untuk menjaga diri dari berbuat kerusakan.

BAB III

HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon

1. Sejarah Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar

Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak merupakan sebuah lembaga dibawah naungan Yayasan Ma'had Al Ilmi Asy-Syarie Al-Anwar. Yayasan Ma'had Al Ilmi Asy-Syarie Anak Al-Anwar di dirikan pada tahun 2018 oleh Kyai Mustahdi Amin (Arjawinangun) dengan Ibu Nyai. Nur Khasanah (Panguragan-Cirebon). Beliau aktif mengajarkan al-Quran yang kelak menjadi pedoman dasar yang wajib dipelajari oleh remaja yang ada di Lembaga tersebut.

Nama Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar diambil dari nama pesantren Al Anwar Sarang Rembang yang diasuh oleh Kyai Haji Maimun Zubair. LKSA ini berada di Desa Panguragan Lor yang diapit dua jalur besar arah Kapetakan dan Arjawinangun kurang lebih 14 km arah Barat Kota Cirebon.

Lembaga Kesejahteraan Sosial Al-Anwar ini didirikan awal mula karena ketukan hati dari Kyai Mustahdi Amin atau biasa dipanggil Abah pada suatu malam beliau sedang duduk di depan terasa rumah kemudian beliau melihat disekitarnya ada sekumpulan anak-anak yang sedang bermain *game* setiap harinya, namun di sering diwarnai dengan aksi keributan dengan sesama temannya maupun dengan anak-anak yang lain. Mereka bermain *game* hingga lupa waktu meskipun sudah di peringatkan oleh orang tuanya namun tetap saja besoknya mereka mengulanginya lagi kegiatan bermain *game* tersebut. Sampai di suatu malam anak-anak tersebut bertengkar dengan hebat sampai akhirnya di lerai oleh Abah, kemudian salah satu anak yang tidak memiliki orang tua di ajak untuk ke rumah beliau hingga beliau didik dan bimbing dengan ilmu agama agar anak memiliki konsep diri yang baik yang dibekali dengan ilmu agama. Sebulan berjalan anak itu mengalami perubahan hingga akhirnya Abah

berinisiatif untuk memperbaiki sumber daya manusia disekitarnya dengan mendirikan Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar di bawah naungan Yayasan Mahadul Ilmi Asy Syarie Al-Anwar.

Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar mempunyai program Pendidikan Non formal yaitu; Pondok Pesantren Al –Anwar, Madrasah Hidayatus Sholihin putra-putri, Tahfidzul Qur'an, Takhusus Kitab kuning dan lembaga Kesejahteraan Sosial Anak dan tahun 2021 telah membuka lembaga pendidikan formal yaitu Sekolah Menengah Pertama (SMP) AL-ANWAR BERBASIS PESANTREN (Wawancara Kyai Mustahdi Amin, 15 November 2022).

2. Profil Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon

Tabel 3.1
Profil Lembaga

| | | |
|--|-------------------|--|
| | Nama Lembaga | Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar |
| | Alamat | Jln. Balaidesa Rt/Rw: 011/06 Desa Panguragan Lor Kecamatan Panguragan Kabupaten Cirebon |
| | Tahun Didirikan | 2017 |
| | Tahun Beroperasi | 2018 |
| | Kepemilikan Tanah | Milik Yayasan Mahadul Ilmi Asysyarie Al-Anwar |
| | Luas Tanah | 923 M ² |
| | Kamar Tidur | 8 |
| | Mushollah | 1 |
| | Kamar Mandi/WC | 6 |
| | | |

3. Visi

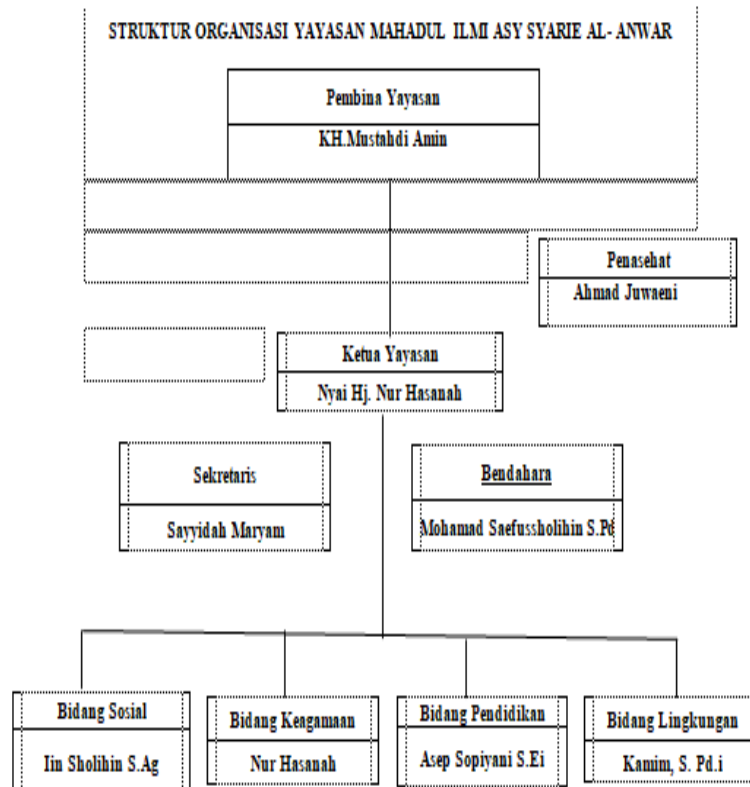
“Mewujudkan Lembaga yang Berbasis pada Nilai-Nilai Pondok Pesantren serta Berorientasi Pada Ilmu Pengetahuan dan Teknologi yang Inovatif, Kreatif, serta Kolaboratif”.

4. Misi

- a) Mengembangkan pola pikir remaja untuk siap berperan sesuai dengan kemampuannya dengan tetap mengedepankan budi pekerti.
- b) Mengembangkan pola pikir yang inovatif dan tradisi berpikir didasari oleh Nilai-Nilai keislaman.
- c) Menumbuhkan sikap disiplin, dan bertanggungjawab serta penghayatan dan pengamalan Nilai-Nilai Agama Islam untuk membentuk kepribadian berakhlak karimah.

5. Struktur Organisasi Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon

Gambar 3.1



(Documentasi Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar

6. Agenda Kegiatan Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon

Tabel 3.2

| WAKTU | KEGIATAN |
|---------------------------------------|-----------------------------------|
| Senin - Sabtu Ba'da Shubuh | Sorogan Iqro' Dan Juz 'Amma |
| Jum'at Ba'da Shubuh | Tahlil |
| Ahad (06.00 WIB s/d selesai) | Ro'an Kubro & kajian Kitab |
| Sore (16.00 WIB s/d Selesai) | Ngaji Waqi'ah & Kajian Kitab |
| Ba'da Maghrib (18.30 s/d selesai) | Sorogan Al-Qur'an |
| Ba'da Isya (20.00 s/d selesai) | Madrasah Hidayatus Sholihin (MHS) |
| Senin – Sabtu (06.00 WIB s/d selesai) | Sekolah Formal |

(Documentasi Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar)

7. Data Anak di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon

Tabel 3.3

Data Anak di LKSA

| No | Nama Klien | Tempat Tanggal Lahir | Jenis Kelamin | | Asal Daerah | Bentuk Pelayanan | |
|----|----------------------------|--------------------------|---------------|---|-------------|------------------|------------|
| | | | L | P | | Dalam Panti | Luar Panti |
| 1 | ADITIYA | RIMBO BUJANG, 07-09-2005 | ✓ | | | ✓ | |
| 2 | AGITS ZHIKRILLAH | CIREBON, 02-05-2008 | ✓ | | Cirebon | ✓ | |
| 3 | AHMAD SYIFA | CIREBON, 02-02-2008 | ✓ | | Cirebon | ✓ | |
| 4 | ALBI KANDI | CIREBON, 15-04-2010 | ✓ | | Cirebon | ✓ | |
| 5 | ANTIYA | CIREBON, 05-07-2000 | | | Cirebon | ✓ | |
| 6 | ANTOSO | CIREBON, 01-07-2000 | ✓ | | Cirebon | ✓ | |
| 7 | ANZALNA BINAFIANI RAMDHANI | CIREBON, 18-09-2007 | ✓ | | Cirebon | ✓ | |
| 8 | AR ROSYID | CIREBON, 26-01-1994 | ✓ | | Cirebon | ✓ | |
| 9 | AZRIEL RAMADHAN | CIREBON, 09-10-2006 | ✓ | | Cirebon | ✓ | |

| | | | | | | | |
|----|------------------------------|------------------------|---|---|------------|---|--|
| 10 | CARIS | CIREBON, 06-03-2001 | ✓ | | Cirebon | ✓ | |
| 11 | DAPIT ANDREAN | BANDUNG, 10-03-2008 | ✓ | | Bandung | ✓ | |
| 12 | DEDE LIA MEIDA | CIREBON, 18-05-2005 | ✓ | ✓ | Cirebon | ✓ | |
| 13 | DEDE WAHYU | CIREBON, 14-12-2006 | ✓ | ☐ | Cirebon | ✓ | |
| 14 | DENI MAULANA YUSUF | INDRAMAYU, 13-05-2011 | ✓ | ☐ | Indramayu | ✓ | |
| 15 | DICKY WAHYUDI | MAJALENGKA, 10-08-2001 | ✓ | ☐ | Majalengka | ✓ | |
| 16 | ERNAWATI | CIREBON, 25-09-2002 | ☐ | ✓ | Cirebon | ✓ | |
| 17 | EVA DAHLIA | CIREBON, 29-12-2005 | ☐ | ✓ | Cirebon | ✓ | |
| 18 | FAHMI NUDIN | CIREBON, 24-01-2003 | ✓ | ✓ | Cirebon | ✓ | |
| 19 | IRFAN NADIF | CIREBON, 19-07-2008 | ✓ | ☐ | Cirebon | ✓ | |
| 20 | IMANUDIN | INDRAMAYU, 15-07-2007 | ✓ | ☐ | Indramayu | ✓ | |
| 21 | IMIN MUSLIMIN | CIREBON, 31-05-2007 | ✓ | ☐ | Cirebon | ✓ | |
| 22 | ISNA | KARAWANG, 15-08-2005 | ☐ | ✓ | karawang | ✓ | |
| 23 | JUMROTUN NIDA | BREBES, 19-12-2007 | ☐ | ✓ | Brebes | ✓ | |
| 24 | KHAFIDZ RISQI M.JAYA PRATAMA | CIREBON, 07-11-2008 | ✓ | ☐ | Cirebon | ✓ | |
| 25 | KHOLIFAH NUR KASANA | CIREBON, 14-03-2006 | ☐ | ✓ | Cirebon | ✓ | |
| 26 | LAELATUL MAKHFUDOH | BREBES, 18-03-2004 | | ✓ | BREBES | ✓ | |
| 27 | LAILA NOVIANA | CIREBON, 10-11-2003 | | ✓ | CIREBON | ✓ | |
| 28 | MOHAMMAD RAIHAN FAZRI | CIREBON, 08/04/2004 | ✓ | | Cirebon | ✓ | |
| 29 | MUHAMAD AMIN LABAIK | CIREBON, 06/12/2007 | ✓ | | Cirebon | ✓ | |
| 30 | MUHAMMAD HABIB NURWAHID | MAJALENGKA, 29/06/2006 | ✓ | | Majalengka | ✓ | |
| 31 | NAURA ANGGUN ZAHIRA | CIREBON, 10/02/2005 | ☐ | ✓ | Cirebon | ✓ | |
| 32 | NENG AYA YANTINUR | CIREBON, 26/09/2006 | | ✓ | Cirebon | ✓ | |
| 33 | NIHAYATUL AMALIYAH | CIREBON, 20/08/2005 | | ✓ | Cirebon | ✓ | |
| 34 | HAYATUN NUFUS | CIREBON, 19/08/2009 | | ✓ | Cirebon | ✓ | |
| 35 | NORMA | WONOSOBO, 15/05/2003 | | ✓ | Wonosobo | ✓ | |
| 36 | NUR FARIHATUL MUBAROKAH | CIREBON, 09/02/2003 | | ✓ | Cirebon | ✓ | |
| 37 | NURUL ALFIYATUL LAILI | CIREBON, 27/08/2007 | | ✓ | Cirebon | ✓ | |
| 38 | PIPIT FATKHOSATUN HASANAH | KUNINGAN, 10/04/2007 | | ✓ | Kuningan | ✓ | |
| 39 | REIHAN SUNANDAR | INDRAMAYU, 11/11/2007 | ✓ | ☐ | Indramayu | ✓ | |
| 40 | RIJIK EMHARIS | CIREBON, 08/01/2003 | ✓ | ☐ | Cirebon | ✓ | |
| 41 | RIKA PUSPITASARI | CIREBON, 21/02/2007 | | ✓ | Cirebon | ✓ | |
| 42 | ROUDLOTUL JANAH | CIREBON, 20/02/2008 | | ✓ | Cirebon | ✓ | |
| 43 | SALMAN ALFARIZI | CIREBON, 03/06/2006 | ✓ | ☐ | Cirebon | ✓ | |
| 44 | SHALLIYANA AULADANI | CIREBON, 20/04/2007 | ✓ | ☐ | Cirebon | ✓ | |

| | | | | | | | |
|----|----------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|-----------|---|--|
| 45 | SILVIA ANANDA PUTRI | CIREBON, 05/01/2007 | <input type="checkbox"/> | ✓ | Cirebon | ✓ | |
| 46 | SITI RATIH NINGRUM | CIREBON, 03/04/2005 | | ✓ | Cirebon | ✓ | |
| 47 | SUCI | CIREBON, 19/05/2009 | | ✓ | Cirebon | ✓ | |
| 48 | TARYADI | CIREBON, 14/07/2004 | ✓ | <input type="checkbox"/> | Cirebon | ✓ | |
| 49 | USMAN | CIREBON, 02/03/2003 | ✓ | <input type="checkbox"/> | Cirebon | ✓ | |
| 50 | WAHIDA MUMTAZZA ALMUMTAHANNAH | CIREBON, 13/02/2004 | <input type="checkbox"/> | ✓ | Cirebon | ✓ | |
| 51 | WILDAN HERDINOTO | CIREBON, 16/09/2006 | ✓ | <input type="checkbox"/> | Cirebon | ✓ | |
| 52 | WILDAN MUBAROK | CIREBON, 07/01/2000 | ✓ | <input type="checkbox"/> | Cirebon | ✓ | |
| 53 | YUGI SUGIONO | CIREBON, 13/02/2008 | ✓ | <input type="checkbox"/> | Cirebon | ✓ | |
| 54 | ADI RIZKY PRATAMA | CIREBON, 01/08/2007 | ✓ | <input type="checkbox"/> | Cirebon | ✓ | |
| 55 | YUGI SUGIONO | CIREBON, 05/04/2010 | ✓ | <input type="checkbox"/> | Cirebon | ✓ | |
| 56 | WASIATUN AINURRIZQI | CIREBON, 16/02/2009 | <input type="checkbox"/> | ✓ | Cirebon | ✓ | |
| 57 | MARATUN SHOLIKHA | CIREBON, 06/07/2002 | <input type="checkbox"/> | ✓ | Cirebon | ✓ | |
| 58 | HAYATUN NIMAH | CIREBON, 19-08- 2009 | <input type="checkbox"/> | ✓ | Cirebon | ✓ | |
| 59 | TRI NUR IJATI | CIREBON, 07-12- 2006 | <input type="checkbox"/> | ✓ | Cirebon | ✓ | |
| 60 | FATASYA DIYAUL AULIYA | KUNINGAN, 08/08/2007 | <input type="checkbox"/> | ✓ | Kuningan | ✓ | |
| 61 | ULFI KOMALA SARI | CIREBON, 14/09/1999 | <input type="checkbox"/> | ✓ | Cirebon | ✓ | |
| 62 | CHILMI AINUN NAF'AH | BREBES, 23-05-2005 | <input type="checkbox"/> | ✓ | Brebes | ✓ | |
| 63 | FITRIYAH NINGSIH | CIREBON, 11-01- 2006 | <input type="checkbox"/> | ✓ | Cirebon | ✓ | |
| 64 | RIHADATUL AISYAH | KUNINGAN, 22-01- 2006 | <input type="checkbox"/> | ✓ | Kuningan | ✓ | |
| 65 | RAISA ISTANIA BALQIS | KUNINGAN, 11-09- 2006 | <input type="checkbox"/> | ✓ | Kuningan | ✓ | |
| 66 | KHODIJAH | CIREBON, 12-09- 2007 | <input type="checkbox"/> | ✓ | Cirebon | ✓ | |
| 67 | ADIYATUL FATAH | Cirebon, 06/12/2006 | ✓ | <input type="checkbox"/> | Cirebon | ✓ | |
| 68 | AFHGAN PRANATA | Cirebon, 12/01/2009 | ✓ | <input type="checkbox"/> | Cirebon | ✓ | |
| 69 | AGITS ZHIKRILLAH | Cirebon, 02/05/2008 | ✓ | <input type="checkbox"/> | Cirebon | ✓ | |
| 70 | Aliatun nada | Cirebon, 07/07/2008 | ✓ | <input type="checkbox"/> | Cirebon | ✓ | |
| 71 | Andin atikotul hilyah | Cirebon, 15/06/2009 | <input type="checkbox"/> | ✓ | Cirebon | ✓ | |
| 72 | Anes Yudistia | Cirebon, 28/05/2008 | <input type="checkbox"/> | ✓ | Cirebon | ✓ | |
| 73 | ANGGIFA DWI YULIYANTI | CIREBON, 04/07/2008 | <input type="checkbox"/> | ✓ | Cirebon | ✓ | |
| 74 | ASEP DANI | Cirebon, 22/02/2006 | ✓ | <input type="checkbox"/> | Cirebon | ✓ | |
| 75 | Bintang Siraj Athaillah | Indramayu, 27/08/2008 | ✓ | <input type="checkbox"/> | Indramayu | ✓ | |
| 76 | DEVINDA MAULIDA | Jakarta, 17/03/2009 | <input type="checkbox"/> | ✓ | jakarta | ✓ | |
| 77 | EIFFELLIA FATRA KAMALIN | CIREBON, 09/10/2008 | <input type="checkbox"/> | ✓ | Cirebon | ✓ | |
| 78 | FATHUR ROHMAN | Cirebon, 24/09/2009 | ✓ | <input type="checkbox"/> | Cirebon | ✓ | |
| 79 | GUNTUR AJI PANGESTU | Indramayu, 04/10/2007 | ✓ | <input type="checkbox"/> | Indramayu | ✓ | |
| 80 | HAYAATUN NI'MAH | CIREBON, 19/08/2009 | <input type="checkbox"/> | ✓ | Cirebon | ✓ | |
| 81 | HAYAATUN NUFUS | CIREBON, 19/08/2009 | <input type="checkbox"/> | ✓ | Cirebon | ✓ | |
| 82 | IIS MUSLIHAH | CIREBON, | <input type="checkbox"/> | ✓ | Cirebon | ✓ | |

| | | 12/01/2010 | | | | | |
|-----|--------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|-----------|---|--|
| 83 | INTAN NUR'AENI | Cirebon, 28/07/2008 | <input type="checkbox"/> | ✓ | Cirebon | ✓ | |
| 84 | Jihan Rahayu | Cirebon, 21/08/2009 | <input type="checkbox"/> | ✓ | Cirebon | ✓ | |
| 85 | Liantezd Frechilia | Indramayu, 28/08/2009 | <input type="checkbox"/> | ✓ | Indramayu | ✓ | |
| 86 | M. PURNAMA ALAM | CIREBON, 19/05/2008 | ✓ | <input type="checkbox"/> | Cirebon | ✓ | |
| 87 | Mohammad Iwan | Cirebon, 29/01/2009 | ✓ | <input type="checkbox"/> | Cirebon | ✓ | |
| 88 | MUHAMMAD REZA LISTIANTO | CIREBON, 02/07/2008 | ✓ | <input type="checkbox"/> | Cirebon | ✓ | |
| 89 | MUHAMMAD RIDHO AZRIEL RAMADHAN | CIREBON, 18/09/2009 | ✓ | <input type="checkbox"/> | Cirebon | ✓ | |
| 90 | NAFISA NAZIRA | JAKARTA, 24/06/2009 | <input type="checkbox"/> | ✓ | jakarta | ✓ | |
| 91 | NASELA ANGGITA PUTRI | Cirebon, 24/10/2009 | <input type="checkbox"/> | ✓ | Cirebon | ✓ | |
| 92 | Pindi Zahrotus Sita | Cirebon, 26/02/2009 | <input type="checkbox"/> | ✓ | Cirebon | ✓ | |
| 93 | Ratna Paijah | Cirebon, 11/03/2009 | <input type="checkbox"/> | ✓ | Cirebon | ✓ | |
| 94 | REHAN ADE SAPUTRA | BREBES, 30/10/2009 | ✓ | <input type="checkbox"/> | Brebes | ✓ | |
| 95 | Reihan Sunandar | Cirebon, 11/11/2007 | ✓ | <input type="checkbox"/> | Cirebon | ✓ | |
| 96 | Rinas Salsabilah | Riyad, 13/08/2008 | <input type="checkbox"/> | ✓ | Cirebon | ✓ | |
| 97 | RIZIK AHMAD BAIHAKI | CIREBON, 16/03/2009 | ✓ | <input type="checkbox"/> | Cirebon | ✓ | |
| 98 | SANDI IRAWAN | CIREBON, 14/07/2008 | ✓ | <input type="checkbox"/> | Cirebon | ✓ | |
| 99 | Shireen 'Aliyyah | Cirebon, 08/09/2009 | <input type="checkbox"/> | ✓ | Cirebon | ✓ | |
| 100 | SITI UROH MASTUROH | Cirebon, 28/11/2008 | <input type="checkbox"/> | ✓ | Cirebon | ✓ | |
| 101 | SUPYAN | Cirebon, 23/09/2008 | ✓ | <input type="checkbox"/> | Cirebon | ✓ | |
| 102 | SYIFA AMELIATUL AMANAH | Cirebon, 06/07/2009 | <input type="checkbox"/> | ✓ | Cirebon | ✓ | |
| 103 | Yulianti Prihandini | Cirebon, 02/07/2008 | <input type="checkbox"/> | ✓ | Cirebon | ✓ | |
| 104 | ZALALUL MUSTOFA | Cirebon, 09/02/2008 | ✓ | <input type="checkbox"/> | Cirebon | ✓ | |

(Documentasi Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar)

B. Kondisi Kontrol Diri Anak Pecandu *Game online* di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon

Kontrol diri merupakan bagaimana suatu individu untuk mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dalam dirinya. Selain kemampuan orang untuk mengendalikan dirinya, kontrol diri juga merupakan kemampuan seorang individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya, selain itu kemampuan mengontrol perilaku sesuai dengan lingkungan sosial serta mempertimbangkan tingkah laku sebelum bertindak (Ghufron, 2017; 21-22). Sigmund Freud mengungkapkan bahwa dalam diri manusia terdapat tiga struktur mental yang terdiri dari *Id*, *Ego* dan *Super Ego* (Ramayulis, 2002; 132).

Berdasarkan uraian diatas yang dikemukakan para ahli kontrol diri ialah kemampuan seseorang untuk mengontrol dirinya sendiri dalam berperilaku ketika dirinya dihadapkan dengan sebuah tekanan dari luar atau

lingkungan sekitarnya sehingga mampu membaca situasi kepekaan terhadap lingkungan sekitarnya. Orang yang memiliki kontrol diri yang tinggi maka akan semakin baik dalam mengendalikan dirinya sendiri hal ini berkaitan dengan *Id*, *Ego* dan *Super Ego* yang berkaitan dengan konsep diri. Sedangkan orang yang memiliki kontrol diri yang rendah cenderung tidak bisa mengontrol dirinya dengan baik sehingga dapat menyebabkan kerugian bagi dirinya sendiri maupun lingkungan sekitarnya.

Indikator yang menjadi tolok ukur seseorang dapat dikatakan kontrol dirinya baik memiliki kesadaran diri yaitu memahami emosi-emosi dalam dirinya serta memiliki moral tinggi atau tidak suka menyakiti teman. Contoh lain seseorang dikatakan memiliki kontrol diri baik adalah mampu mengendalikan aspek-aspek dalam kontrol diri yang ditandai dengan mengontrol perilakunya seperti *physical retains* contohnya menutup mulut, untuk menghindari diri dari menertawakan kesalahan orang lain. Serta (*pervorming alternative responses*) menahan diri dari perilaku yang membawa hukuman dengan melakukan hal lain, misalnya untuk menahan diri agar tidak menyerang orang yang sangat tidak disukai, seseorang, mungkin melakukan tindakan yang tidak berhubungan dengan pendapat kita tentang mereka.

Menurut hasil observasi yang dilakukan peneliti mengenai kondisi kontrol diri pada anak pecandu *game online* di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon terdapat kontrol diri yang rendah di dalam diri anak pecandu *game online*. Hal ini dibuktikan dengan seringnya perkelahian maupun keributan yang terjadi di LKSA ini. Sebagaimana yang disampaikan oleh Kang Asep selaku pembimbing harian:

“.....ning kene sering kuh sering sing arane gulet, semisal pengawase lagi lenger atau lagi apo, awite sih yo kuen glowane karo batur toli sue-sue juwet glowane dadie gulet” (Wawancara Kang Asep, 15 November 2022).

Kalimat diatas menjelaskan bahwa “disini itu sering terjadi yang namanya perkelahian, semisal pengawas dalam keadaan lengah atau lagi apa, awalnya sih bermula dari bercandaan kemudian bercandaan yang terlalu serius sehingga terjdainya perkelahian sesama sanak pecandu *game online*.” Juga

beberapa pernyataan dari anak pecandu game online yang bersedia dimintai wawancara oleh peneliti

“....sekien wis beli belang blentong kang sholat, ari sedurunge manjing ning LKSA prangsane sungkan pisan arep sholat kuh. Tapi sekien wis dipai bimbingan ning LKSA toli kegiatan sing jamaah bareng terus karo batur-batur dadie pas ning umo kegawo-gawo, sampe tek terapaken kebiasaan sing ning kene kanggo ning umo, terus isun sing biasae emosian sekien dadie wis lumayan ngurangi, wis mulai biso mikir, oh iyoo lako gunane emosian kuh bati gawe tukaran karo uwong bae” (Wawancara dengan BK, 15 November 2022)

Kalimat diatas menjelaskan bahwa “sekarang sudah tidak bolong-bolong kang sholatnya, kalau sebelum masuk LKSA perasaan dan hawanya malas ketika mau menjalankan sholat. Tapi sekarang setelah dikasih bimbingan di LKSA dan juga kegiatan jamaah bersama dengan teman-teman yang lain jadinya ketika pas dirumah itu dibawa-bawa, terus juga sampai saya praktekan kegiatan disini untuk dirumah, terus juga saya yang biasanya emosian, sekarang jadinya sudah mulai bisa menahan emosi, mulai berfikir bahwa itu semua tidak ada gunanya ketika kita memelihara emosi.”

Berbeda dengan BK menurut SF mengatakan *“masih durung ano perubahan kang masih emosian tapi rado ngurangi sendik” (Wawancara SF, 15 November 2022)*. BK dan SF mengatakan bahwa “masih belum ada perubahan dan masih emosian tetapi lumayan mengurangi sedikit.”

Anak pecandu *game online* di LKSA tidak merasa adanya keterpaksaan dalam diri mereka untuk mengikuti kegiatan bimbingan mental spiritual ini, karena mereka merasa bahwa mereka butuh dan ingin belajar memperbaiki diri dari sebelumnya serta menambah ilmu tentang keagamaan. Berdasarkan hasil wawancara dengan KAH mengatakan:

“pengene isun ambir biso ngontrol diri ambiran ajo emosian, ambir boko maen game toli misal kalo biaso bae, karo maninge nambo ilmu agama kanggo sangu ning akhirat jare abah.e” (Wawancara dengan KAH, 15 November 2022).

Kalimat diatas menjelaskan bahwa “pengennya supaya saya bisa mengontrol diri supaya tidak emosian, supaya ketika bermain *game* lalu kalah biasa saja perasaanya, dan juga supaya supaya nambah ilmu agama

untuk bekal di akhirat kata abah.”

Dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti kegiatan bimbingan mental spiritual agama ini, secara bertahap dapat mengubah mereka menjadi pribadi yang lebih baik dari sebelumnya seperti membantah orang tua, meremehkan perintah orang tua, tidak bisa mengontrol dirinya, bermalasan dengan sibuk bermain *game* serta menghiraukan lingkungan sekitarnya sekarang menjadi lebih baik seperti peka terhadap lingkungan, mempunyai keinginan semangat untuk belajar dan merasa lebih menghargai orang lain terutama orang yang lebih tua darinya setelah mengikuti kegiatan bimbingan mental spiritual seperti yang dikatakan MH:

“Alhamdulillah ano perubahan kang, sing maue ning umo kiyeng mluap ning wong tuo, ning kene yo ano wong tuo tapi pengasuh sekien yo nurut boko di omongi, ari bengen sih mluap ning wong tuo, kine yo wis beli (Wawancara MH, 15 November 2022).

Kalimat diatas menjelaskan bahwa “Alhamdulillah ada perubahan, yang tadinya suka membantah perkataan orang tua, disini juga ada orang tua yaitu pengasuh, sekarang nurut kalau dibilangin, kalau dulu suka membantah sama orang tua tapi sekarang enggak.”

“lumayan ano perubahan kang, maue seneng ngegame sekienne wis mulai ngurangi, wis rado ano males-malese boko dolanan game (Wawancara FJ, 15 November 2022).

Kalimat diatas menjelaskan bahwa “lumayan ada perubahan kang, tadinya senang bermain *game* tapi sekarang sudah mulai mengurangi, sudah agak-agak malas untuk bermain *game*.”

Aspek dalam kontrol diri yang menjadi tolok ukur perilaku seseorang dalam bertindak yaitu ada tiga menurut Averil dan Ghufan yaitu:

- 1) Kontrol perilaku (*behaviour control*), yaitu kemampuan untuk memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan, kemampuan ini terdiri dari kemampuan untuk mengontrol perilaku yaitu kemampuan menentukan siapa yang mengendalikan situasi. Dimana individu yang kontrol dirinya baik akan mampu mengatur perilaku dengan kemampuan dirinya, bila tidak mampu maka individu akan menggunakan sumber

eksternal untuk mengatasinya. Kemampuan mengontrol perilaku ada dua komponen yaitu:

- a. Kemampuan mengontrol pelaksanaan suatu individu dalam menentukan pengendalian dirinya sendiri, orang lain ataupun sesuatu yang diluar dirinya.
 - b. Kemampuan mengatur stimulus merupakan kemampuan untuk mengatur bagaimana dan kapan suatu stimulus yang dihadapi.
- 2) Kontrol kognitif (*Cognitive control*), yaitu kemampuan individu untuk mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai untuk memadukan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologi atau mengurangi tekanan. Ada dua komponen dalam mengatur kognitif yaitu:
- a. Memperoleh informasi, sebagaimana informasi yang dimiliki individu dapat menjadikan sebuah antisipasi dalam menghadapi keadaan dalam berbagai pertimbangan.
 - b. Melakukan penilaian dimana individu berusaha menilai menganalisa dan menafsirkan suatu keadaan dengan memperhatikan segi segi positif secara subjektif
- 3) Kontrol pengambilan keputusan (*decision control*), yaitu kemampuan untuk memilih suatu tindakan berdasarkan suatu yang diyakini atau disetujui. Kontrol pribadi dalam menentukan pilihan akan berfungsi baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih beberapa hal yang saling memberatkan, maka aspek yang diukur adalah kemampuan mengontrol perilaku dan kemampuan mengambil keputusan (Julianti, 2017; 131-145).

Tabel 3.4 Kontrol Diri Anak Pecandu Game Online Sebelum Mendapatkan Bimbingan Mental Spiritual

| No. | Nama/Usia | Asal | <i>Behaviour control</i> | <i>Cognitive control</i> | <i>Decision Control</i> |
|-----|-----------|------|--------------------------|--------------------------|-------------------------|
| | | | | | |

| | | | | | |
|---|----------------|---------|--|---|--|
| 1 | BK/13 Tahun | Cirebon | Behaviour control kurangngnya kemampuan untuk memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan, yang terdiri dari kontrol perilaku yaitu kemampuan siapa yang mengendalikan situasi | | |
| 2 | SF/12 Tahun | Cirebon | | Cognitive control, kurangnya kemampuan individu untuk mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai untuk memadukan suatu kejadian dalam suatu kerangka | |

| | | | | | |
|----------|--------------|---------|--|--|---|
| | | | | cognitive sebagai adaptasi psikologi atau mengurangi tekanan | |
| 3 | KAH/12 Tahun | Cirebon | | | Decision Control, kurangnya kemampuan untuk memilih suatu tindakan berdasarkan suatu yang di yakini atau disetujui. Kontrol pribadi dalam menentukan pilihan, aspek |
| 4 | MH/14 Tahun | Cirebon | Behaviour control kurangnya kemampuan untuk memodifikasi | | |

| | | | | | |
|---|-------------|---------|--|--|---|
| | | | suatu keadaan yang tidak menyenangkan, yang terdiri dari kontrol perilaku yaitu kemampuan siapa yang mengendalikan situasi | | |
| 5 | FJ/13 Tahun | Cirebon | | | Decision Control, kurangnya kemampuan untuk memilih suatu tindakan berdasarkan suatu yang di yakini atau disetujui. Kontrol pribadi dalam menentukan pilihan, aspek yang di ukur adalah |

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|---|
| | | | | | kemampuan mengontrol perilaku dan kemampuan mengambil keputusan |
|--|--|--|--|--|---|

Wawancara dengan anak pecandu game online

Kondisi kontrol diri anak yang masih rendah sehingga dapat menimbulkan dampak kekerasan atau kekacuan di lingkungan sekitarnya, untuk itu diperlukan adanya bimbingan mental spiritual untuk membentuk kontrol diri bagi anak pecandu *game online* agar dapat mengontrol dirinya sehingga menjadi pribadi yang lebih baik. Upaya yang dilakukan Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar dalam menangani kontrol diri yaitu dengan melaksanakan kegiatan secara bersama-sama untuk menumbuhkan rasa solidaritas dan memiliki rasa kebersamaan serta peka terhadap lingkungannya, mulai dari tidur dalam satu kamar yang diisi 7-10 orang alasannya supaya anak terbiasa dengan lingkungan sekitarnya dan peka terhadap orang-orang yang ada di sekitarnya. Selain itu ada juga kegiatan seperti makan dan sholat berjamaah, maupun diadakannya kegiatan bersih-bersih setiap hari minggu pagi di area Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar. Hal ini sebagaimana yang disampaikan oleh Kang Asep selaku pembimbing harian:

“.....iyo ning kene kuh bocae dikon turu bareng-bareng, sing se kamer biasae diisi pitu sampe sepuluh uwong, ambir bocah kuh due raso bareng-bareng karo batur, toli ambir terbiasa interaksi karo lingkungan sekitare ajo uplek bae ning hp ataupun game online, toli maninge yo dibiasaknong kayo kegiatan bareng-bareng kayo modele mangan, sholat jamaah toli bersih-bersih LKSA” (Wawancara Kang Asep, 15 November 2022).

Kalimat diatas menjelaskan bahwa “disini itu anak-anaknya disuruh tidur bersama, yang satu kamar itu biasanya diisi oleh 7 sampai 10 anak, tujuannya supaya anak itu mempunyai rasa kebersamaan dengan temannya, dan juga supaya terbiasa interaksi dengan lingkungan sekitarnya tidak hanya

terpaku pada gawai ataupun *game online*, dan juga supaya anak terbiasa dengan kegiatan bersama-sama seperti halnya makan, sholat berjamaah dan juga bersih-bersih LKSA.”

Kontrol diri adalah kemampuan mengontrol dirinya sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing dan mengarahkan perilakunya guna membawa individu ke arah yang lebih baik. Setiap individu memiliki kapasitas yang berbeda dalam upaya melakukan kontrol diri, hal ini berpengaruh pada beberapa aspek seperti emosional, sosial, serta penyesuaian perilaku.

C. Pelaksanaan Bimbingan Mental Spiritual Untuk Membentuk Kontrol Diri Bagi Pecandu *Game online* di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon.

Bimbingan mental spiritual merupakan kegiatan yang dilakukan untuk meningkatkan kesehatan mental sehingga mampu memiliki kualitas spiritual sesuai dengan keyakinan ajaran agama yang dianut dari aspek perbaikan pengetahuan, kepribadian, emosi, sikap dan perilaku dalam beribadah dengan Tuhannya (Mintarsih, 2017;29).

Spiritual adalah perasaan dasar atau fundamental yang terhubung dengan sang maha sempurna dan yang menguasai alam semesta yaitu Tuhan Yang Maha Esa serta kepercayaan bahwa ada kekuatan yang lebih tinggi (Amin, 2010; 62).

Menurut hasil observasi yang dilakukan peneliti mengenai Bimbingan Mental Spiritual di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar adalah Bimbingan Mental Spiritual dilakukan pada hari Selasa dan Kamis. Untuk setiap hari selasa diadakan kegiatan keagamaan yaitu berkaitan dengan materi kajian fiqh. Kegiatan tersebut dimulai anak-anak melakukan sholat dzuhur berjamaah di Masjid, kemudian dilanjutkan dengan pemberian materi kajian fiqh oleh Kang Asep dan anak-anak diwajibkan membawa peralatan tulis untuk merangkum materi yang penting untuk dicatat dibuku tulis. Kemudian anak-anak diberikan kesempatan untuk bertanya kepada pematari.

Memperingati hari besar islam seperti halnya malam 1 Muharram di

LKSA juga mengadakan kegiatan doa penutup akhir tahun Dzulhijjah yang dilakukan setelah shalat ashar berjamaah. Kemudian malamnya dilanjutkan membaca doa awal tahun dan Hijriah lalu kemudian membaca yasin sebanyak 3 kali. di Lembaga Kesejahteraan Sosial juga selalu mengadakan kegiatan membaca kitab Al-Barzanji setiap malam jum'at dan setelahnya dilanjutkan dengan khitobah yang disampaikan oleh anak-anak di Lembaga tersebut serta didampingi oleh pembimbing mental spiritual.

Pelaksanaan kegiatan bimbingan mental spiritual ini melibatkan beberapa unsur didalamnya, meliputi:

1) Tujuan

Tujuan diberikan bimbingan mental spiritual ini untuk mendidik dan memberikan pemahaman agama secara mendasar kepada remaja agar tidak salah langkah dalam mengambil keputusan dan bergaul, serta menanamkan akhlak yang baik agar terbentuknya kontrol diri yang lebih baik dalam mengontrol dirinya, seperti yang dikatakan oleh Kang Asep selaku pengurus harian dan juga pengawas bimbingan mental spiritual yang tinggal di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar:

“.....Bimbingan mental spiritual kanggo bocah-bocah kang ning kene sing keno kecanduan akibat game online sing beli biso ngontrol diri gara-gara kalo toli maen sing beli kelingan ning waktu iku tujuane ambiran bocah-bocah biso beneri uripe ambir uripe oro nyusahaken wong tuae karo ngerugiaken batur lan wong-wong sing ning sekitare, selaine bimbingan mental ano sing arani keterampilan kayo misalkan belajar khitobah, sholawatan karo rebana kanggo ngembangaken bocah-bocah sing due bakat ning keterampilan kuen ambir ngko biso berguna kanggo bocae dari pada cuman maen game bae kan lako untunge” (Wawancara Kang Asep, 22 September 2022).

Kalimat diatas menjelaskan bahwa “bimbingan mental spiritual untuk anak-anak yang disini yang terkena kecanduan game online yang tidak bisa mengontrol dirinya itu gara-gara kalah bermain game dan juga sampai lupa waktu itu tujuannya supaya anak-anak bisa memperbaiki hidupnya supaya hidupnya tidak menyusahkan orang tua dan merugikan teman dan juga orang lain yang ada disekitarnya, selain bimbingan mental ada juga yang namanya bimbingan keterampilan seperti halnya belajar khitobah,

sholawatan dan juga rebana untuk mengembangkan anak-anak yang memiliki bakat di bidang tersebut supaya berguna untuk anaknya daripada hanya bermain *game* saja tidak ada untungnya.”

Adanya bimbingan mental spiritual ini, maka diharapkan bisa membentuk kontrol diri bagi anak pecandu *game online* agar lebih baik dan terkontrol sehingga tidak dapat merugikan lingkungan sekitarnya dan mendapatkan kebahagiaan hidup didunia maupun diakhirat.

2) Pembimbing

Pembimbing adalah seseorang yang membantu, menolong serta membimbing klien agar dapat mengembangkan potensi dan kemampuan dalam dirinya serta membantu mengatasi masalah dan kesulitan yang dialami. Dimana seorang pembimbing menyeru kepada kebaikan maupun mengajak melakukan kegiatan-kegiatan keagamaan dapat disebut juga da'i. Seorang pembimbing dalam proses bimbingan mental spiritual terutama pada anak pecandu *game online* harus memiliki kompetensi akademik dan keterampilan, baik keterampilan komunikasi serta mengkondisikan kelompok dan memahami masalah yang dihadapi, maupun keterampilan membimbing klien. Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar mempunyai dua pembimbing yang mana pembimbing satu merupakan pembimbing harian yaitu Kang Asep, beliau bertugas sebagai pembentukan akhlak bagi anak pecandu *game online*. Pembimbing yang kedua yaitu Winantika S.Pd yang bertugas sebagai pembimbing mental spiritual untuk membentuk kontrol diri anak pecandu lebih baik serta penanaman nilai-nilai moral agama (Wawancara dengan Ibu Winantika 22 September 2022).

3) Terbimbing

Pelaksanaan bimbingan mental spiritual untuk membentuk kontrol diri bagi anak pecandu *game online* di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon dikumpulkan menjadi satu kelas. Kegiatannya dilakukan di aula LKSA dan terkadang di Muhsola LKSA. Seperti yang dikatakan oleh Kang Asep:

“.....Boko kegiatan ning kene kuh kang, sing awit tes shubuh pragat sembayang jamaah ngaji sampe jam 6 toli sing mangkat sekolo yo mangkat sekolo, terus awane biaso tes sembayang bedug jamaah lanjut belajar agama, sampe ashar, kegiatan bengi go ano ning kene kuh biasae boko bengi jum'at yo marhabanan yo biaso lekase tes sembayang isyo jamaah ning masjid” (Wawancara Kang Asep, 22 September 2022).

Kalimat diatas menjelaskan bahwa “kalau kegiatan disini itu kang, dimulai dari sehabis sholat shubuh berjamaah yaitu mengaji sampai jam 6 pagi terus yang menempuh pendidikan formal dilanjut untuk sekolah terus siangnya setelah sholat dzuhur berjamaah lanjut belajar agama sampai ashar dan kegiatan malamnya juga ada setiap malam jum'at yaitu markhabanan biasanya dimulai setelah sholat isya berjamaah di masjid.”

Kegiatan bimbingan mental spiritual dilakukan secara rutin setiap minggunya, karena adanya kegitaan bimbingan ini anak yang tercandu *game online* akan teralihkan fokusnya dan terbiasa untuk melakukan kebiasaan-kebiasaan yang bersifat keagamaan.

4) Materi

Adapun materi yang disampaikan pada setiap selasa, rabu dan sabtu yang biasa disampaikan oleh pembimbing harian Ibu Winan S. Pd. Materi yang disampaikan untuk anak pecandu *game online* di LKSA ini biasanya yaitu tentang Akhlak, Fiqh, syari'ah dan akidah. Dalam wawancara Ibu Winan mengatakan hal yang serupa:

“.....Materi sing di sampeaken ikuh biasae akhlak, soale akhlak iku sing paling utama kanggo menusa urio ning alam dunyo, contohe akhlak kanggo dewek kanggo sangu ning kehidupan bergaul karo masyarakat pergaulan lanang karo wadon, akhlak ning wong tuo. Selaine kuen ano fiqh yo sing dibahas golongane syarat sah sholat, syarat sah wudhu, macem-maceme banyu karo fiqh sejene sing paling awal atau dasar” (Wawancara Ibu Winan, 22 September 2022).

Kalimat diatas menjelaskan bahwa “materi yang di sampiakan itu biasanya akhlak, karena akhlak itu yang paling utama untuk hidup manusia di alam dunia, contohnya akhlak untuk diri sendiri untuk bekal bergaul degan masyarakat, pergaulan laki-laki dan perempuan, akhlak terhadap orang tua, selain itu juga ada belajar fiqh yang membahas tentang sholat,

syarat sah wudhu, macam-macam air dan fiqh yang paling awal atau dasar.”

Selain itu ada juga kegiatan yang lainnya seperti pembacaan yasin, tahlil dan al-Barzanji yang dilakukan rutin setiap malam jum'at setelah sholat isya berjamaah, setiap malamnya juga diadakan tadarus bersama dan juga mereka diajarka mengaji dan membaca al-Qur'an yang baik dan tartil.

Materi yang diberikan kepada anak pecandu *game online* dapat menambah ilmu serta wawasan tentang keagamaan. Sehingga mereka tidak hanya memiliki pengetahuan umum saja, melainkan mendapatkan ilmu bekal untuk di akhirat juga.

5) Metode

Dalam melaksanakan bimbingan mental spiritual maka perlu adanya metode yang digunakan dalam bimbingan mental spiritual di LKSA yaitu metode langsung dan tidak langsung. Metode langsung yaitu metode yang diambil dalam perspektif Al-Qur'am yaitu *bil-hikmah, bil-mauidzah hasanah dan bil-mujadalah*. Metode langsung adalah metode yang terjadi secara langsung bertatap muka antara pemateri dengan anak lainnya dalam proses bimbingan mental spiritual. Diantara metode langsung yang pertama metode ceramah, merupakan penyampaian materi yang berkaitan dengan ajaran agama islam kepada para remaja secara langsung. Kedua metode ketauladanan, metode ini merupakan metode yang dicontohkan secara langsung anak-anak pecandu secara baik agar dapat berperilaku baik dan dapat menjalankan ibadah dengan baik sehingga dapat bermanfaat di masyarakat nantinya. Ketiga metode diskusi, metode ini merupakan metode yang terjadi secara langsung tanya jawab dari materi yang disampaikan oleh pemateri. Diharapkan agar remaja dapat benar-benar memahami materi yang disampaikan dan kemudian dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

“.....*Ning kene kih kang ora cuman dipai materi bae tapi bocae di kon praktek khitobah, ambiran bocae semanget karo ilmue gelis nyantol soale boko beli di praktek aken bocah-bocah seringe pado*

kelalen (Wawancara Kang Asep, 20 Oktober 2022).

Kalimat diatas menjelaskan bahwa “disini bukan cuma dikasih materi saja tetapi anaknya disuruh praktik khitobah, supaya anaknya semangat dan ilmunya cepat menyerap, soalnya kalau tidak dibarengi dengan praktek anak-anak seringnya pada lupa.”

Metode tidak langsung yang digunakan di Lembaga Kesejahteraan Sosial yaitu disediakan kitab Al-Qur’an, kitab Al-Barzanji, buku yasin dan tahlil yang disediakan oleh Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak.

6) Evaluasi

Evaluasi dilakukan yaitu dengan melakukan tes diakhir ketika telah selesai mengikuti proses kegiatan bimbingan dengan absensi dan melihat kestabilan peserta dalam mengikuti bimbingan mental spiritual. Selain itu peserta juga dapat mengavaluasi diri sendiri, dengan melihat perubahan dalam diri peserta masing-masing. Menurut anak pecandu *game online* di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon merasa bahwa dengan adanya bimbingan mental spiritual ini anak merasakan adanya perubahan dalam diri mereka sebelum berada di LKSA sengan sesudah berada di LKSA ini. Beberapa dari mereka mengakui kalau sebelumnya ia merasa malas membaca al-Qur’an dan mengerjakan sholat kemudian menjadi rajin sholat meskipun banyak ada beberapa dari mereka yang belum sepenuhnya lima waktu akan tetapi cukup baik dari sebelumnya. Ada juga dari yang dulu sebelum mendapat bimbingan mental di LKSA emosinya tidak terkontrol kemudian sesudah masuk di LKSA ia menjadi lebih baik dalam hal mengontrol dirinya. Dengan adanya perubahan hidup yang positif dari diri mereka, sedikit demi sedikit mengalami peningkatan. Seperti yang dikatakan oleh salah satu anak di LKSA berinisial BK mengatakan:

“...sekien wis beli belang blentong kang sholate, ari sedurunge manjing ning LKSA prangsane sungkan pisan arep sholat kuh. Tapi sekien wis dipai bimbingan ning LKSA toli kegiatan sing jamaah bareng terus karo batur-batur dadie pas ning umo kegawo-gawo, sampe tek terapaken kebiasaan sing ning kene kanggo ning umo, terus isun sing biasae emosian sekien dadie wis lumayan

ngurangi, wis mulai biso mikir, oh iyoo lako gunane emosian kuh bati gawe tukaran karo uwong bae” (Wawancara dengan BK, 15 November 2022)

Kalimat diatas menjelaskan bahwa “sekarang sudah tidak bolong-bolong kang sholatnya, kalau sebelum masuk LKSA perasaan dan hawanya malas ketika mau menjalankan sholat. setelah dikasih bimbingan di LKSA dan juga kegiatan jamaah bersama dengan teman-teman yang lain jadinya ketika pas dirumah itu kebawa-bawa, terus juga sampai saya praktekan kegiatan disini untuk dirumah, terus juga saya yang biasanya emosian, sekarang jadinya sudah mulai bisa menahan emosi, mulai berfikir bahwa itu semua tidak ada gunanya ketika kita memelihara emosi.”

Berbeda dengan BK menurut SF mengatakan “*masih durung ano perubahan kang masih emosian tapi rado ngurangi sendik” (Wawancara SF, 15 November 2022)*. BK dan SF mengatakan bahwa “masih belum ada perubahan dan masih emosian tetapi lumayan mengurangi sedikit.”

Anak pecandu *game online* di LKSA tidak merasa adanya keterpaksaan dalam diri mereka untuk mengikuti kegiatan bimbingan mental spiritual ini, karena mereka merasa bahwa mereka butuh dan ingin belajar memperbaiki diri dari sebelumnya serta menambah ilmu tentang keagamaan. Berdasarkan hasil wawancara dengan KAH mengatakan:

“pengene isun ambir biso ngontrol diri ambiran ajo emosian, ambir boko maen game toli misal kalo biaso bae, karo maninge nambo ilmu agama kanggo sangu ning akhirat jare abah.e” (Wawancara dengan KAH, 15 November 2022).

Kalimat diatas menjelaskan bahwa “pengennya supaya saya bisa mengontrol diri supaya tidak emosian, supaya ketika bermain *game* lalu kalah biasa saja perasaanya, dan juga supaya supaya nambah ilmu agama untuk bekal di akhirat kata abah.”

Dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti kegiatan bimbingan mental spiritual agama ini, secara bertahap dapat mengubah mereka menjadi pribadi yang lebih baik dari sebelumnya seperti membantah orang tua, meremehkan perintah orang tua, tidak bisa mengontrol dirinya, bermalas-malasan dengan sibuk bermain *game* serta menghiraukan lingkungan sekitarnya sekarang menjadi lebih baik seperti peka terhadap

lingkungan, mempunyai keinginan semangat untuk belajar dan merasa lebih menghargai orang lain terutama orang yang lebih tua darinya setelah mengikuti kegiatan bimbingan mental spiritual seperti yang dikatakan MH:

“Alhamdulillah ano perubahan kang, sing maue ning umo kiyeng mluap ning wong tuo, ning kene yo ano wong tuo tapi pengasuh sekien yo nurut boko di omongi, ari bengen sih mluap ning wong tuo, kine yo wis beli (Wawancara MH, 15 November 2022).

Kalimat diatas menjelaskan bahwa “Alhamdulillah ada perubahan, yang tadinya suka membantah perkataan orang tua, disini juga ada orang tua yaitu pengasuh, sekarang nurut kalau dibilangin, kalau dulu suka membantah sama orang tua tapi sekarang enggak.”

“lumayan ano perubahan kang, maue seneng ngegame sekien wis mulai ngurangi, wis rado ano males-malese boko dolanan game (Wawancara FJ, 15 November 2022).

Kalimat diatas menjelaskan bahwa “lumayan ada perubahan kang, tadinya senang bermain *game* tapi sekarang sudah mulai mengurangi, sudah agak-agak malas untuk bermain *game*.”

Meskipun masih ada beberapa yang merasa belum sepenuhnya mendapatkan perubahan namun setidaknya beberapa dari mereka merasa bahwa kegiatan bimbingan mental spiritual ini dapat mengubah hidup mereka menjadi lebih baik lagi dari sebelumnya. Proses evaluasi ini dilakukan ketika proses bimbingan maupun setelah proses bimbingan. Hal ini dilakukan guna memperbaiki proses bimbingan mental spiritual ini menjadi lebih baik dari sebelumnya.

Dari yang telah disampaikan diatas bahwa proses pelaksanaan bimbingan mental spiritual ini dilakukan tidak lepas dari tujuan bimbingan mental spiritual yaitu agar anak pecandu *game online* mampu meningkatkan keimanan. Sehingga anak pecandu *game online* memiliki pemahaman agama secara mendasar dan juga memiliki kontrol diri yang baik untuk bergaul dan menanamkan akhlak yang baik. Pelaksanaan bimbingan mental spiritual memiliki seorang pembimbing yang memiliki kompetensi dibidangnya dan memiliki keterampilan dalam berkomunikasi.

BAB IV

ANALISIS HASIL PENELITIAN

A. Analisis Kontrol Diri Anak Pecandu *Game online* di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon

Kontrol diri adalah kemampuan orang untuk mengendalikan perilakunya sendiri dalam otonomi relatif dari tekanan lingkungan luar, bawaan, belajar dan impuls fisiologis (Necka, 2015; 488). Sigmund Freud mengungkapkan bahwa dalam diri manusia terdapat tiga struktur mental yang terdiri dari *Id*, *Ego* dan *Super Ego* (Ramayulis, 2002; 132). Selain kemampuan orang untuk mengendalikan dirinya, kontrol diri juga merupakan kemampuan seorang individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya, selain itu kemampuan mengontrol perilaku sesuai dengan lingkungan sosial serta mempertimbangkan tingkah laku sebelum bertindak (Ghufron, 2017; 21-22).

Tiga aspek dalam kontrol diri yang menjadi tolok ukur seseorang dikatakan memiliki kontrol diri yang baik menurut Averil dan Ghufuran yaitu:

- 1) Kontrol perilaku (*behaviour control*), yaitu kemampuan untuk memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan, kemampuan ini terdiri dari kemampuan untuk mengontrol perilaku yaitu kemampuan menentukan siapa yang mengendalikan situasi. Dimana individu yang kontrol dirinya baik akan mampu mengatur perilaku dengan kemampuan dirinya, bila tidak mampu maka individu akan menggunakan sumber eksternal untuk mengatasinya. Kemampuan mengontrol perilaku ada dua komponen yaitu:
 - a. Kemampuan mengontrol pelaksanaan suatu individu dalam menentukan pengendalian dirinya sendiri, orang lain ataupun sesuatu yang diluar dirinya.
 - b. Kemampuan mengatur stimulus merupakan kemampuan untuk mengatur bagaimana dan kapan suatu stimulus yang dihadapi.
- 2) Kontrol kognitif (*Cognitive control*), yaitu kemampuan individu untuk mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai untuk memadukan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif

sebagai adaptasi psikologi atau mengurangi tekanan. Ada dua komponen dalam mengatur kognitif yaitu:

- a. Memperoleh informasi, sebagaimana informasi yang dimiliki individu dapat menjadikan sebuah antisipasi dalam menghadapi keadaan dalam berbagai pertimbangan.
 - b. Melakukan penilaian dimana individu berusaha menilai menganalisa dan menafsirkan suatu keadaan dengan memperhatikan segi segi positif secara subjektif
- 3) Kontrol pengambilan keputusan (*decision control*), yaitu kemampuan untuk memilih suatu tindakan berdasarkan suatu yang diyakini atau disetujui. Kontrol pribadi dalam menentukan pilihan akan berfungsi baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih beberapa hal yang saling memberatkan, maka aspek yang diukur adalah kemampuan mengontrol perilaku dan kemampuan mengambil keputusan (Julianti, 2017; 131-145).

Indikator yang menjadi tolok ukur seseorang dapat dikatakan kontrol dirinya baik memiliki kesadaran diri yaitu memahami emosi-emosi dalam dirinya serta memiliki moral tinggi atau tidak suka menyakiti teman. Contoh lain seseorang dikatakan memiliki kontrol diri baik adalah mampu mengendalikan aspek-aspek dalam kontrol diri yang ditandai dengan mengontrol perilakunya seperti physical retains contohnya menutup mulut, untuk menghindari diri dari menertawakan kesalahan orang lain. Serta (*pervorming alternative responses*) menahan diri dari perilaku yang membawa hukuman dengan melakukan hal lain, misalnya untuk menahan diri agar tidak menyerang orang yang sangat tidak disukai, seseorang, mungkin melakukan tindakan yang tidak berhubungan dengan pendapat kita tentang mereka.

Berdasarkan uraian diatas yang dikemukakan para ahli kontrol diri ialah kemampuan seseorang untuk mengontrol dirinya sendiri dalam berperilaku ketika dirinya dihadapkan dengan sebuah tekanan dari luar atau lingkungan sekitarnya sehingga mampu membaca situasi kepekaan terhadap lingkungan sekitarnya. Orang yang memiliki kontrol diri yang tinggi maka akan semakin

baik dalam mengendalikan dirinya sendiri hal ini berkaitan dengan *Id*, *Ego* dan *Super Ego* yang berkaitan dengan konsep diri. Sedangkan orang yang memiliki kontrol diri yang rendah cenderung tidak bisa mengontrol dirinya dengan baik sehingga dapat menyebabkan kerugian bagi dirinya sendiri maupun lingkungan sekitarnya. Hal ini terjadi pada anak pecandu *game online* di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar sehingga tidak mampu untuk mengontrol dirinya dalam bermain *game* sampai lupa waktu dan tidak menghiraukan lingkungan sekitarnya bahkan bisa menyebabkan pertengkaran dengan temannya sendiri akibat kalah dalam bermain *game*. Penjelasan tersebut diperkuat dengan pernyataan dari Ibu Winantika, S. Pd. Selaku pembimbing mental spiritual di LKSA serta anak pecandu yang ada di LKSA.

Seperti yang dikatakan oleh salah satu anak di LKSA berinisial BK mengatakan:

“...sekien wis beli belang blentong kang sholat, ari sedurunge manjing ning LKSA prangsane sungkan pisan arep sholat kuh. Tapi sekien wis dipai bimbingan ning LKSA toli kegiatan sing jamaah bareng terus karo batur-batur dadie pas ning umo kegawogawo, sampe tek terapaken kebiasaan sing ning kene kanggo ning umo, terus isun sing biasae emosian sekien dadie wis lumayan ngurangi, wis mulai biso mikir, oh iyoo lako gunane emosian kuh bati gawe tukaran karo uwong bae” (Wawancara dengan BK, 15 November 2022)

Kalimat diatas menjelaskan bahwa “sekarang sudah tidak bolong-bolong kang sholatnya, kalau sebelum masuk LKSA perasaan dan hawanya malas ketika mau menjalankan sholat. Tapi sekarang setelah dikasih bimbingan di LKSA dan juga kegiatan jamaah bersama dengan teman-teman yang lain jadinya ketika pas dirumah itu dibawa-bawa, terus juga sampai saya praktekan kegiatan disini untuk dirumah, terus juga saya yang biasanya emosian, sekarang jadinya sudah mulai bisa menahan emosi, mulai berfikir bahwa itu semua tidak ada gunanya ketika kita memelihara emosi.”

Berbeda dengan BK menurut SF mengatakan *“masih durung ano perubahan kang masih emosian tapi rado ngurangi sendik” (Wawancara SF, 15 November 2022)*. BK dan SF mengatakan bahwa “masih belum ada perubahan dan masih emosian tetapi lumayan mengurangi sedikit.”

Anak pecandu *game online* di LKSA tidak merasa adanya

keterpaksaan dalam diri mereka untuk mengikuti kegiatan bimbingan mental spiritual ini, karena mereka merasa bahwa mereka butuh dan ingin belajar memperbaiki diri dari sebelumnya serta menambah ilmu tentang keagamaan.

Berdasarkan hasil wawancara dengan KAH mengatakan:

“pengene isun ambir biso ngontrol diri ambiran ajo emosian, ambir boko maen game toli misal kalo biaso bae, karo maninge nambo ilmu agama kanggo sangu ning akhirat jare abah.e” (Wawancara dengan KAH, 15 November 2022).

Kalimat diatas menjelaskan bahwa “pengennya supaya saya bisa mengontrol diri supaya tidak emosian, supaya ketika bermain *game* lalu kalah biasa saja perasaanya, dan juga supaya supaya nambah ilmu agama untuk bekal di akhirat kata abah.”

Dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti kegiatan bimbingan mental spiritual agama ini, secara bertahap dapat mengubah mereka menjadi pribadi yang lebih baik dari sebelumnya seperti membantah orang tua, meremehkan perintah orang tua, tidak bisa mengontrol dirinya, bermalas-malasan dengan sibuk bermain *game* serta menghiraukan lingkungan sekitarnya sekarang menjadi lebih baik seperti peka terhadap lingkungan, mempunyai keinginan semangat untuk belajar dan merasa lebih menghargai orang lain terutama orang yang lebih tua darinya setelah mengikuti kegiatan bimbingan mental spiritual seperti yang dikatakan MH:

“Alhamdulillah ano perubahan kang, sing maue ning umo kiyeng mluap ning wong tuo, ning kene yo ano wong tuo tapi pengasuh sekien yo nurut boko di omongi, ari bengen sih mluap ning wong tuo, kine yo wis beli (Wawancara MH, 15 November 2022).

Kalimat diatas menjelaskan bahwa “Alhamdulillah ada perubahan, yang tadinya suka membantah perkataan orang tua, disini juga ada orang tua yaitu pengasuh, sekarang nurut kalau dibilangin, kalau dulu suka membantah sama orang tua tapi sekarang enggak.”

“lumayan ano perubahan kang, maue seneng ngegame sekienne wis mulai ngurangi, wis rado ano males-malese boko dolanan game (Wawancara FJ, 15 November 2022).

Kalimat diatas menjelaskan bahwa “lumayan ada perubahan kang, tadinya senang bermain *game* tapi sekarang sudah mulai mengurangi, sudah agak-agak malas untuk bermain *game*.”

Kontrol diri anak pecandu *game online* di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar rendah ditinjau dari segi aspek dalam kontrol diri dimana anak kurang mampu mengontrol behaviournya atau memodifikasi suatu keadaan sehingga anak tidak mampu untuk mengendalikan dirinya dan juga peka terhadap situasi dirinya dan lingkungan sekitar. Hal ini menyebabkan anak sering mengalami pertengkaran dengan sesama temannya. Kontrol diri yang rendah akan menyebabkan perilaku anak menjadi negatif tanpa mempertimbangkan terlebih dahulu sebelum bertindak. Faktor yang mempengaruhi kurangnya kontrol diri pada anak pecandu *game online* ini disebabkan oleh faktor usia dimana anak pecandu *game online* di LKSA ini masih tergolong usia anak-anak atau remaja awal 12-15 tahun yang belum memiliki kematangan berpikir yang mampu mengontrol diri seseorang dan mempertimbangkan apa yang mereka perbuat, faktor lain yang mempengaruhi kontrol diri terdapat pada keluarga dan teman sebaya. Anak pecandu *game online* yang memiliki kontrol diri yang rendah memiliki latar belakang yang berbeda ada beberapa anak yang dari latar belakangnya kurang mendapat perhatian dan kasih sayang dari orang tuanya dan ada juga beberapa anak yang terbawa oleh teman sebayanya yang mayoritas bermain *game online* (Wawancara dengan Ibu Winan, 15 November 2022)

B. Analisis Pelaksanaan Bimbingan Mental Spiritual Untuk Membentuk Kontrol Diri Bagi Anak Pecandu *Game online* di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon

Menurut Herlambang bimbingan mental sebagai kegiatan bimbingan untuk memahami dan mendalami serta praktek tentang mental yang sehat agar memiliki rasa tanggung jawab terhadap diri sendiri, keluarga dan lingkungannya secara mantap, tidak mudah terombang-ambing oleh hal-hal negatif. Bimbingan ini dimaksudkan untuk melatih, membina, memupuk kemauan dan kemampuan klien supaya bermental sehat dan disiplin diri secara mantap dalam tatanan hidup bermasyarakat secara normative yang diwarnai suasana kemandirian. Upaya yang dilakukan oleh Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar untuk membentuk kontrol diri bagi anak

pecandu *game online* salah satunya adalah bimbingan memntal spiritual yang diharapkan mampu mengubah perilaku remaja dan menambah wawasan pengetahuan agama Islam. Hal ini selaras dengan pendapat Al-Ghazali (2008) yang mengatakan *aql* hakikatnya adalah insting yang diciptakan untuk menalar khususnya fenomena alam dan ayat-ayat kauniyah Allah. Pengetahuan yang diperoleh dari *aql* mendorong hati (*qalb*) untuk tunduk dan melaksanakan tuntunan Allah (Cholik, 2015; 299-300).

Berdasarkan uraian diatas bimbingan spiritual dapat diartikan sebagai bimbingan yang berupaya membantu individu untuk meningkatkan pengetahuan, pemahaman dan pengalaman agamanya yang akan dirasakan manfaatnya dalam kehidupan yang berkaitan dengan konsep diri yang baik bagi anak pecandu *game online* sehingga dapat mengontrol dirinya dalam berperilaku dan bergaul baik di lingkungan sekitarnya maupun dengan masyarakat lainnya. Hal ini terjadi di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar dalam membentuk kontrol diri bagi anak pecandu *game online* yang dilakukan dengan bimbingan mental spiritual.

Menurut Imam Al-Ghazali, kontrol diri yang baik akan mengantarkan seseorang pada kekuatan karakter. Kontrol diri membutuhkan kematangan spiritual ditambah dengan disiplin berupa *tazkiyatun-nafs* dan *riyadhah* yang membuat seseorang yakin atas balasan dari Allah (Cholik, 2015; 292-293). Upaya yang diberikan Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon, meliputi:

1. Bimbingan Mental Spiritual yang diajarkan, yaitu:
 - a. Ibadah, seperti: sholat 5 waktu
 - b. Tadarus al-Qur'an, dilaksanakan setiap hari ba'da sholat shubuh dan ba'da sholat maghrib berjamaah bertempat di aula Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar.
 - c. Aqidah Akhlak, Fiqh dan Hadits dilaksanakan pada Selasa, Rabu dan Sabtu, sedangkan fiqh dan hadits dilaksanakan pada hari senin, jum'at dan minggu ba'da isya bertempat di aula Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar.

- d. Ceramah, dilaksanakan pada malam jum'at setelah kegiatan pembacaan kitab al-Barzanji dilaksanakan bertempat di aula Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar.
 - e. Pembacaan Yasin dan Tahlil, dilaksanakan setiap malam jum'at ba'da sholat maghrib berjamaah bertempat di aula Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar.
2. Menyediakan Media Bimbingan Mental Spiritual
- a. Rebana
 - b. Al-Qur'an, kitab al-Barzanji, yasin dan tahlil
 - c. Pengeras suara

Upaya yang dilakukan oleh Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar dalam membentuk kontrol diri anak pecandu *game online* dengan menggunakan materi hadit *Mujahadah an-Nafs*. Allah menciptakan al-Qur'an dan Hadits agar menjadi pedoman hidup bagi umat muslim. Setiap manusia yang diciptakan Allah diharapkan mampu memahami ajaran agama Islam dengan baik melalui al-Qur'an dan hadits. Islam mengajarkan untuk selalu mengendalikan nafsu agar terhindar dari perbuatan tercela sehingga dapat menjaga kerukunan baik sesama umat Islam maupun yang lainnya.

Menurut al-Qur'an nafsu dibagi menjadi tiga yaitu:

- a. Nafsu ammarah, merupakan nafsu yang mendorong manusia pada keburukan.
- b. Nafsu lawwamah, merupakan nafsu yang menyesali setiap perbuatan buruk.
- c. Nafsu mutmainnah, diartikan sebagai nafsu yang tenang

Berdasarkan ketiga jenis nafsu di atas, maka dapat disimpulkan bahwa nafsu ammarahlah yang dapat mendorong manusia untuk berbuat jahat atau berbuat maksiat. Oleh karena itu, Islam mengajarkan *mujahadah an-nafs* (kontrol diri) agar hidup kita lebih aman, damai dan tentram. Sifat kontrol diri perlu ditanamkan pada setiap individu guna mempersiapkan diri dalam kehidupan bermasyarakat. Saat yang tepat untuk mengajarkan

sifat kontrol diri adalah sejak usia dini. Anak-anak mudah sekali menyerap apa yang mereka lihat dan dengar. Mengajarkan anak untuk belajar mengendalikan diri sesuai dengan ajaran Islam dapat dilakukan dengan menerapkan hadits-hadits *mujahadah an-nafs* dalam kehidupan sehari-hari, seperti hadits larangan amarah, hadits perintah bersabar, hadits memelihara lisan, hadits berprasangka baik dan lain sebagainya. Manfaat yang didapat individu atau hikmah yang diperoleh ketika individu telah berhasil menerapkan *mujahadah an-nafs* dalam kehidupan sehari-hari, seperti; hati menjadi lebih tenang dan damai, mendapatkan kebahagiaan lahir batin, mendapat kemudahan dari Allah dalam melakukan hal-hal baik, dihindarkan dari sifat-sifat tercela, senantiasa dicintai Allah SWT dan sesama manusia, serta mendapat hidayah dan ridha dari Allah SWT.

Adapun metode yang digunakan untuk membentuk kontrol diri di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Metode langsung (metode komunikasi langsung) adalah metode dimana pembimbing melakukan komunikasi langsung (bertatap muka) dengan orang yang dibimbingnya. Metode ini dapat dirinci antara lain: Teknik percakapan pribadi, yakni pembimbing mengadakan dialog langsung dengan tatap muka dengan pihak yang dibimbing.

Bimbingan dalam hal agama ini mempunyai pengaruh yang sangat besar dalam merubah perilaku serta menumbuhkan kontrol diri menjadi lebih baik. Dengan adanya bimbingan agama, anak pecandu *game online* dituntun agar ia memiliki akhlak yang baik dan kontrol diri yang tinggi sehingga ia dapat mengatur dirinya dalam bergaul terutama dalam bermain *game*. Pelaksanaan bimbingan mental spiritual yang ada di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar yang diberikan oleh Ibu Winan selaku pembimbing mental spiritual untuk membentuk kontrol diri dan memberikan motivasi dan pengetahuan agama Islam kepada anak pecandu *game online* yang berada di LKSA. Hal ini seperti dikatakan Ibu Winan:

“ning kene ikuh belajare sing paling utama tentang akhlak kebetulan sing ngisi isun dewek, karo belajar fiqh, yo lumayan sue lah isun ngajar ning kene sing awit taun 2019. Ning kene juga kerjasama karo guru

sing ngajar akhlak ataupun fiqh sing pondok pesantren gedongan boko semisal isun ano halangan yo ano gantie, toli nggal bengi jum'at ano ceramah sing pembimbing agamae termasuk isun dewek tesan kuen lanjut tanya jawab karo boca-bocah” (Wawancara Ibu Winan, 15 November 2022).

Penjelasan kalimat diatas ialah “di sini itu belajar yang paling utama tentang akhlak dan kebetulan yang mengisi saya sendiri, dan belajar fiqh, iya lumayan lama lah saya ngajar disini dari tahun 2019. Disini juga bekerja sama dengan guru yang mengajar akhlak ataupun fiqh yang berasal dari pondok pesantren gedongan kalau semisal saya ada halangan supaya ada gantinya, lalu kegiatan setiap malam jum'atnya ada ceramah dari pembimbing agama termasuk saya sendiri dan setelah itu dilanjut dengan diskusi atau tanya jawab dengan anak-anak.”

Tujuan diberikannya bimbingan mental spiritual adalah supaya membantu individu untuk membentuk kontrol dirinya dan mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat. Bimbingan agama islam sifatnya merupakan bantuan yang diberikan baik kepada orang perorangan maupun kelompok menjadi manusia seutuhnya, yaitu terwujudnya diri sesuai dengan harkat dan martabatnya sebagai makhluk Allah (makhluk religious), makhluk individu, makhluk sosial dan sebagai makhluk berbudaya (Saerozi, 2015; 23). Hal ini juga ssama halnya yang dilakukan oleh *Ibu Winan* mengenai tujuan diberikannya bimbingan mental spiritual untuk membentuk kontrol diri bagi anak pecandu *game online* yaitu:

“Tujuane salah sijie nggo bentuk kontrol dirie bocah sing kurang lewat pemahaman agama sing paling dasar pisan, ambiran bocah luwih terkontrol dari segi emosi terutama ambir ajo tukaran karo batur, toli maninge nanemaken akhlak sing bagus, soale ning jero game atau permainan sing di tampil aken ikuh yo perang, tembak-tembakan, sedangkan sing arane bocah ko ya bocah niru aken apo sing biaso di deleng” (Wawancara Ibu Winan, 15 November 2022).

Kalimat diatas menjelaskan bahwa “tujuan salah satunya untuk membentuk kontrol diri anak yang kurang dengan menggunakan pemahaman agama yang paling dasar, supaya anak lebih terkontrol dari segi emosi terutama supaya tidak terjadi pertengkaran dengan temannya,

serta menanamkan akhlak yang baik, karena di dalam *game* sendiri sering menampilkan peperangan dan tembak-tembakan, sedangkan yang namanya anak-anak adalah peniru yang baik yaitu apa yang dia lihat itu juga yang dia praktikan dalam kehidupannya.”

Bimbingan mental spiritual yang diberikan oleh Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar ini adalah ceramah, bimbingan sholat, bimbingan mengaji al-Qur’an. Bimbingan mental spiritual ini dilakukan secara kelompok. Dengan adanya bimbingan mental spiritual seperti ini, diharapkan dapat membentuk kontrol diri yang semakin tinggi sehingga jika kontrol dirinya tinggi maka akan dapat merubah perilaku yang negatif menjadi positif terhadap anak pecandu *game online*. Sehingga apa yang ia dapatkan mengenai ilmu agama dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Sedangkan materi dalam bimbingan mental spiritual menyangkut tentang permasalahan yang dihadapi anak pecandu *game online* di LKSA seperti materi akhlak, fiqh, dan ibadah. Hal ini dibenarkan oleh Ibu Winan selaku pembimbing tentang materi yang disampaikan:

“materi sing di sampeaken tentang akhlak kayo misale masalah bergaul, akhlak ning wong tuo, guru, batur lan masyarakat, sejene akhlak yo kayo semaceme fiqh sing dasar-dasar kayo syarate sah sholat, syarate sah wudhu, toli ibadah sing dasar, toli ambir bocah luwih paham ano praktek.e” (Wawancara Ibu Winan, 15 Novemvber 2022).

Kalimat diatas menjelaskan bahwa “materi yang disampaikan tentang akhlak contohnya seperti masalah bergaul, akhlak terhadap orang tua, guru, teman dan juga masyarakat lainnya, selain akhlak juga ada semacam fiqh yang paling dasar seperti syarat sah sholat, syarat sah wudhu, dan juga ibadah, serta pratiknya sehingga anak akan mudah memahami.”

Materi yang diberikan oleh pembimbing tujuannya supaya mereka dapat menambah wawasan pengetahuan tentang agama Islam. Sehingga hidup dan kontrol diri dalam diri anak pecandu *game online* dapat terarah dan terkontrol sesuai dengan tuntunan Allah SWT. Hal ini sesuai dengan fungsi bimbingan mental spiritual yaitu:

a. Fungsi pemahaman

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bahwa fungsi pemahaman dalam bimbingan mental spiritual yang ada di LKSA yaitu pelayanan bimbingan untuk membentuk kontrol diri serta agar individu dapat lebih memahami dirinya, peka terhadap lingkungannya baik di LKSA maupun di masyarakat, dan juga paham tentang agama.

Hal ini diperkuat dengan penjelasan dari Ibu Winan selaku pembimbing mental spiritual yaitu untuk membentuk kontrol diri pada anak pecandu *game online* supaya paham tentang kontrol dirinya sehingga menjadi pribadi yang memiliki konsep diri yang baik. selain itu supaya anak pecandu *game online* paham mengenai agama terutama dalam akhlak dan akidah yang berperan dalam kehidupan sehari-harinya.

b. Fungsi Pencegahan dan Perbaikan

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bahwa fungsi pencegahan yang dilakukan oleh pembimbing adalah memberikan pengetahuan agama mengenai akhlak, akidah dan ibadah yang benar dan menanamkan nilai-nilai tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Sehingga anak pecandu *game online* dapat terbentuk kontrol diri yang tinggi dan dapat hidup dengan damai, tenang dan bahagia tidak berada dalam bayang-bayang emosi jika realita yang terjadi tidak sama dengan ekspektasinya. Seperti yang dikatakan oleh Ibu Winan:

“ambir kontrol dirie bagus toli sadar boko dolanan game sing berlebihan ikuh lako gunae toli ambir nambo wawasane tentang agama. Akeh sing masih durung paham pentinge kontrol diri karo jago emosi sing akeh masih mengkonon, ambir bocah-bocah kih akhlake bener kontrol dirie kebentuk” (Wawancara Ibu Winan, 15 November 2022).

Kalimat diatas menjelaskan bahwa “supaya kontrol dirinya bagus dan sadar kalau bermain *game* secara berlebihan itu tidak ada gunanya, dan juga untuk menambah wawasan tentang agama. Banyak yang

masih belum paham tentang pentingnya kontrol diri dan jaga emosi kebanyakan seperti itu, supaya anak-anak akhlaknya benar dan kontrol dirinya terbentuk dengan baik,

Dalam pelaksanaan bimbingan mental spiritual diperlukan metode yang diterapkan dalam pelaksanaan bimbingan mental spiritual untuk membentuk kontrol diri bagi anak pecandu *game online* di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon, sebagai berikut:

1) Metode secara langsung

Metode secara langsung adalah metode yang terjadi secara langsung bertatap muka antara pembimbing agama dengan anak pecandu *game online* dalam proses bimbingan mental spiritual.

a) Ceramah, merupakan penyampaian materi yang berkaitan dengan ajaran agama Islam kepada anak pecandu *game online* secara langsung.

b) Diskusi Tanya Jawab, merupakan metode yang terjadi secara langsung secara berkelompok setelah diberikan materi oleh pembimbing agama pada saat bimbingan agama berlangsung.

Kedua metode secara langsung ini digunakan agar anak pecandu *game online* dapat memahami materi dengan baik dan benar yang disampaikan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari baik di LKSA maupun di rumah.

2) Metode secara tidak langsung

Metode secara tidak langsung adalah metode yang terjadi secara tidak langsung atau tidak bertatap muka. Metode secara tidak langsung yang berada di LKSA ini adalah tersedianya buku-buku seperti kitab al-Qur'an, kitab al-Barzanji, dan buku yasin serta tahlil sebagai penunjang kegiatan bimbingan mental spiritual yang telah disediakan oleh pihak LKSA. Media yang disediakan oleh pihak LKSA dalam proses bimbingan mental spiritual di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten

Cirebon dapat dikatakan sudah cukup mendukung seperti alat rebana, sound system dan papan tulis yang sudah tersedia dan terpasang di aula LKSA, sehingga dapat memudahkan proses bimbingan mental spiritual. Alat rebana biasanya dilaksanakan setiap malam jum'at selepas sholat isya berjamaah biasanya dilakukan oleh anak pecandu *game online* yang berada di LKSA. Hal ini dapat mengembangkan potensi dalam diri anak pecandu *game online* dan menjadikan kegiatan yang positif.

Dengan upaya tersebut diharapkan bimbingan mental spiritual yang diberikan untuk membentuk kontrol diri bagi anak pecandu *game online* di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon dapat berjalan dengan lancar dan dapat meningkatkan kontrol diri, keimanan dan merubah menjadi perilaku yang lebih baik pada anak pecandu *game online*. Permasalahan yang dialami anak pecandu *game online* di LKSA adalah menyangkut tentang kepribadian manusia terutama dari segi kontrol diri.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa kontrol diri yang tinggi dapat merubah perilaku ke arah yang positif dan dapat mengubah anak menjadi lebih baik. Hal ini lebih menekankan pada aspek agama karena agama merupakan tiang kehidupan seseorang yang dapat mengubah dan mengarahkan seseorang untuk menjalankan kehidupan yang lebih baik dan terarah. Dengan adanya bimbingan mental spiritual yang dibutuhkan untuk membentuk kontrol diri bagi anak pecandu *game online* yang di berikan LKSA dapat membentuk kontrol diri yang tinggi dan mengubah pribadi yang positif sehingga dapat mengatasi berbagai keadaannya.

Tabel 4.1

Kondisi Kontrol Diri Sesudah Mendapat Bimbingan

| No. | Nama/Usia | Asal | Kondisi Kontrol Diri | Aspek Dalam KD | Kondisi Sesudah |
|------------|------------------|-------------|-----------------------------|-----------------------|------------------------|
|------------|------------------|-------------|-----------------------------|-----------------------|------------------------|

| | | | | | h |
|----------|----------------|---------|--|---|---|
| 1 | BK/13 Tahun | Cirebon | Emosi tidak terkontrol, mudah marah. Mudah tersinggung cenderung memakai kekerasan | Behaviour control kurangngnya kemampuan untuk memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan, yang terdiri dari kontrol perilaku yaitu kemampuan siapa yang mengendalikan situasi | Emosi sedikit berkurang, cenderung sudah bisa berfikir sebelum bertindak. |
| 2 | SF/12 Tahun | Cirebon | Emosi tidak terkontrol, mudah marah dan cenderung agresif dan kurang bisa menerima kenyataan | Cognitive control, kurangnya kemampuan individu untuk mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai untuk memadukan suatu kejadian | Belum ada perubahan, namun sifat dan perilaku emosinya sedikit berkurang |

| | | | | | |
|---|--------------|---------|---|---|---|
| | | | | dalam suatu kerangka cognitive sebagai adaptasi psikologi atau mengurangi tekanan | ng |
| 3 | KAH/12 Tahun | Cirebon | Tidak bisa mengontrol diri dalam bermain game, kurang peka terhadap lingkungan sekitar, mudah emosi dan mudah meluapkan emosi ke hal-hal yang ada di sekitarnya | Decision Control, kurangnya kemampuan untuk memilih suatu tindakan berdasarkan suatu yang diyakini atau disetujui. Kontrol pribadi dalam menentukan pilihan, aspek yang diukur adalah kemampuan mengontrol perilaku dan kemampuan mengambil keputusan | Belum bisa mengambil keputusan dengan baik, namun emosi dalam diri sudah mulai berkurang. |
| 4 | MH/14 | Cirebon | Emosi | Behaviour | Emosi |

| | | | | | |
|---|-------------|---------|--|---|---|
| | Tahum | | tidak terkontrol, mudah marah. Mudah tersinggung cenderung memakai kekerasan | control kurangnya kemampuan untuk memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan, yang terdiri dari kontrol perilaku yaitu kemampuan siapa yang mengendalikan situasi | sedikit berkurang, cenderung sudah bisa berfikir sebelum bertindak. |
| 5 | FJ/13 Tahun | Cirebon | Tidak bisa mengontrol diri dalam bermain game, kurang peka terhadap lingkungan sekitar, mudah emosi dan mudah meluapkan emosi ke hal-hal | Decision Control, kurangnya kemampuan untuk memilih suatu tindakan berdasarkan suatu yang diyakini atau disetujui. Kontrol pribadi dalam menentukan pilihan, aspek yang diukur adalah | Belum bisa mengambil keputusan dengan baik, namun emosi dalam diri sudah mulai berkurang. |

| | | | | | |
|--|--|--|---------------------------|--|--|
| | | | yang ada di sekitarnya | kemampuan mengontrol perilaku dan kemampuan mengambil keputusan | |
|--|--|--|---------------------------|--|--|

BAB V

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Bimbingan Mental Spiritual Untuk membentuk kontrol diri bagi anak pecandu *game online* di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon penulis akan mengemukakan beberapa kesimpulan sebagai intisari dari seluruh rangkaian pembahasan yang telah dikemukakan sebelumnya

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah penulis lakukan mengenai bimbingan mental spiritual untuk membentuk kontrol diri bagi anak pecandu *game online* di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon. Maka penulis mengambil kesimpulan sebagai berikut

1. Kondisi kontrol diri anak pecandu *game online* di LKSA masih rendah sehingga anak tidak mampu mengontrol dirinya dan tidak memiliki konsep diri yang baik. Hal tersebut menyebabkan anak menjadi kecanduan terhadap *game online* dan sering bertengkar dengan temannya. Faktor yang menyebabkan anak kecanduan bermain *game* lainnya adalah kurang perhatian dan kasih sayang dari orang tuanya sehingga anak melampiaskannya untuk bermain *game* agar mendapat simpati dan pujian dari orang tua ketika memenangkan *game* tersebut.
2. Bimbingan Mental Spiritual dilaksanakan pada hari selasa, kamis, malam jum'at dan sabtu, kegiatannya berupa tadarus al-Qur'an, pembelejajaran mengenai aqidah akhlak, fiqh dan hadits, khitobah serta pembacaan Yasin dan Tahlil dan juga pembacaan kitab al-Barzanji dengan tujuan untuk mendidik dan memberikan pemahaman agama secara mendasar kepada anak-anak agar tidak salah langkah dalam bergaul, dan menanamkan akhlak yang baik. Menggunakan materi hadits *mujadah an-nafs* dalam proses pembentukan kontrol diri. Metode yang digunakan dalam bimbingan ini yaitu metode secara langsung, yaitu metode diskusi dan tanya jawab. Adapun media yang digunakan yaitu buku-buku seperti kitab al-Qur'an, al-Barzanji dan buku Yasin dan Tahlil serta media lainnya

berupa alat rebana, sound system dan papan tulis. Hasil dari penelitian ini adalah kondisi kontrol diri anak setelah mendapatkan bimbingan yang di simpulkan dari beberapa narasumber yaitu memiliki kontrol diri yang lebih baik dari pemaarah menjadi bisa menahan amarah yang tadinya berkelahi menjadi bersahabat serta lebih bisa mengontrol dirinya dalam berperilaku sesuai dengan aspek kontrol diri.

B. Saran

1. Kepada Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon Sebaiknya perlu adanya kerjasama dengan Lembaga Dinas Sosial Kabupaten Cirebon supaya dapat meningkatkan kualitas program kegiatan bimbingan mental spiritual untuk membentuk kontrol diri bagi anak pecandu *game online* agar dapat terbentuk kontrol diri dan mental yang sehat sehingga dapat terdiciptanya konsep diri positif. Serta mengembangkan keterampilan untuk anak pecandu game online seperti bimbingan keterampilan editing, videography yang berhubungan dengan media digital.
2. Kepada Pembimbing dan Pengasuh Metode yang diberikan kepada anak pecandu *game online* lebih kreatif lagi agar anak pecandu *game online* tidak merasa bosan dan jenuh serta mengantuk ketika dalam proses pemberian materi
3. Kepada Anak Pecandu *Game online* Bermain *game online* sewajarnya jangan jadikan *game* menjadi tujuan hidup, *game* hanyalah sebuah permainan semata yang sifat aslinya hanya untuk menghibur dan melepas penat semata. Namun jika *game* dijadikan sebagai tujuan hidup dan cara untuk mengejar kejayaan dan pernyataan untuk diakui dan dipuji maka akan menimbulkan dampak yang kurang baik, karena sejatinya yang berlebihan tidak baik bagi umat manusia.

C. Kata Penutup

Segala puji bagi Allah SWT atas segala limpahan rahmat, karena atas hidayah dan inayah-Nya melalui perantara para hamba-Nya. Penelitian ini dapat penulis selesaikan. Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini

masih banyak kekurangan didalamnya dan masih jauh dari kata kesempurnaan, tak luput juga kepada Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon. Para pengasuh, pembimbing dan juga anak-anak di LKSA penulis mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya karena telah diizinkan untuk meneliti di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar.

Semoga dengan selesai dan terwujudnya skripsi ini bisa membawa manfaat khususnya bagi penulis dan bagi pembaca pada umumnya, dan dengan segala kerendahan hati, penulis mohon maaf atas segala kekurangan dan kesalahan. semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan rahmat, taufiq dan hidayah-Nya kepada kita semua. *Aamiin ya Rabbal'Alaamiin.*

DAFTAR PUSTAKA

- Abdi, dkk, 2020, *Kecanduan game online: penanganannya dalam konseling individual*, Jurnal Bimbingan dan Konseling. Vol. 17. No. 2, Desember 2020, hlm. 9-20
- Abdullah, F. (2014). Virtues and character development in islamic ethics and positive psychology. *International Journal of Education and Social Science (IJESS)*, 1(2), 6977.
- Achmadi, 2010, *Ideologi Pendidikan Islam*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar,
- Ahmed. Anjum and Haya Firdous, (2020). The Trasnformational Effects of COVID-19 Pandemic on Guidance and Counseling. *International Journal of Advance Research and Innovative Ideas in Education*, 6. (6), 172.
- Al-Halik. A Counseling service for developing the qona'ah attitude of millenial generation in attaining happines. *Journal of Advanced guidance and Counseling. Vol.1 No. 2 (2020)*, 82-100
- Al-Jauziyah, I. Q. 2010. *Tobat: kembali kepada Allah*. Gema Insani Amin, Riawan. Menggagas Manajemen Syari'ah. Jakarta: Salemba
- Amin, 2010. *Bimbingan dan Konseling Islam*, Jakarta: Amzah.
- An-Najar, Amir, 2004. *Psikoterapi Sufistik dalam kehidupan Modern, terj, At-Tashawuf An-Nafs*. Jakarta: Hikmah
- Arifin. 1994. *Pedoman Pelaksanaan Bimbingan dan Penyuluhan Agama*.
- Asmoro Rian Agung, dkk, 2018 "Kematangan emosi, Kontrol diri, dan perilaku agresif pada anggota korps brigate mobil dalam mengatasi huruhara". *Jurnal psikologi teori dan terapa*. Vol. 9. No 1.
- Aulia Miftahul dan Desi Nurwidawati, 2014 "Hubungan Kontrol Diri Dengn Perilaku Agresi Pada Siswa SMA NEGRI 1 Padangan Bojonegoro", *Jurnal Unesa*, Vol 02., No 3., hlm.4.
- Ayun, Q. (2017). Pola Asuh Orang Tua dan Metode Pengasuhan dalam Membentuk Kepribadian Anak. *ThufuLA: Jurnal Inovasi Pendidikan Guru Raudhatul Athfal*, 5(1), 102. <https://doi.org/10.21043/thufula.v5i1.2421>
- Aziz, A. (2018). *Kecanduan game online*, 10 anak Banyumas alami gangguan mental. Diakses 7 September 2019, dari <https://www.merdeka.com/peristiwa/kecanduan-game-online-10-anak-dibanyumas-alami-gangguanmental.html>
- Brand, J. E., Todhunter, S., & Jervis, J. (2017). *Digital Australia 2018 (DA18)*. <http://www.igea.net/wpcontent/uploads/2017/07/DigitalAustralia-2018-DA18-Final-1.pdf>.

- Brier, N. M. (2014). *Enhancing self-control in adolescents: Treatment Strategis* Diunduh dari Psychological Science. New York: Routledge
- Cholik A. dkk (2015). Relasi Qalb dan „Aql Menurut Imam Al- Ghazali. *Jurnal Pemikiran dan Peradaban Islam Islamia*, hlm. 11.
- Cholik, Arisatul Ahmad, 2015, *Relasi Akal dan Hati menurut Al-Ghazali*, *Jurnal Studi Agama dan Pemikiran Islam* Vol. 13 No. 2, September 2015.
- Creswell, John W. 2013. *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif dan Mixed* (Edisi ketiga). Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. 1988. *Kamus Besar Bahasa Indonesia* . Jakarta: Balai Pustaka
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. 1994. *Kamus Besar Bahasa Indonesia* . Jakarta: Balai Pustaka
- Djalaluddin, 1997, *Psikologi Agama*, Jakarta: Raja Graffindo
- Drajat, Zakiah. 2001. *Kesehatan Mental*. Jakarta: Toko Gunung Agung.
- Drajat, Zakiyah. 1982. *Kesehatan Mental*. Jakarta: Toko Gunung Agung.
- Faqih, Aunnur Rahman, 2001, *Bimbingan dan Konseling Islam*, Yogyakarta: UII Press, 2001, cet ke-2
- Faridah, 2017. *Hypnoterapi & Konseling Qur'ani (Kajian Teori dan Praktik)*. Sinjai Timut: Cv Latinulu
- Ghufron, M. N., & S, R, R. (2017). *Teori-teori Psikologi*. (R. Kusumaningratri, Ed) (Cetakan II). Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Hardiansyah, Masya dan Dian Adi Candra, 2016 “Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Gangguan Kecanduan *Game online* pada Peserta Didik Kelas X di Madrasah Aliyah Al Furqon Prabumulih Tahun Pelajaran 2015/.2016”, *Konseli: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 03 No. 01,
- Hastuti Lita Widya. 2018 “Kontrol diri dan Agresi: Tinjauan Meta Analisis”. *Buletin Psikologi*, vol 26, No.1
- Hellen. A. 2015 “Bimbingan dan Konseling” (PT. Ciputat Press,) h. 2-3
- Hidayanti, Ema, 2014, *Laporan Penelitian Individu: Bimbingan Mental Spiritual Bagi Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial (PMKS)*, Semarang: Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LP2M) Universitas Islam Negeri Walisongo.
- Hidayat, Dede Rahmat, 2012, *Bimbingan Konseling (Kesehatan Mental di Sekolah)*, Bandung: PT. Remaja Rosda Karya. Hlm 22

<https://news.okezone.com/read/2020/10/24/519/2298834/siswa-sd-yang-dibunuh-gara-gara-game-online-dikenal-berprestasi-dan-hafiz-qlquran>

- Hutagaol. C (2021). Cyberbullying behaviour: A Study of Emotional Maturity Yogyakarta Students. *Journal of Advanced Guidance and Counseling*. Vol. 2 No. 1. 1-10
- Irawan, dkk, 2021, *Faktor-faktor yang mempengaruhi kecanduan game online peserta didik*, Jurnal Konseling Gusjigang, Vol. 7 No. 1 April 2021, Hlm 9-19
- Jaelani A.F. 2000. Pensucian Jiwa (Tazkiyat al-Nafs) dan Kesehatan Mental.
- Jordan, C. J., & Andersen, S. L. (2016). Sensitive periods of substance abuse: Early risk for the transition to dependence. *Developmental Cognitive Neuroscience*, 25(10), 29–44. doi: 10.1016/j.dcn.2016.10.004
- Juli Yanti Harahap, 2017 “Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Ketergantungan Internet di Pustaka Digital Perpustakaan Daerah Medan”, *Edukasi: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 3 No. 2, Kadir, Abdul Riadi, 2014. *Antropologi Tasawuf, Wacana Manusia Spiritual dan Pengetahuan* (Jakarta: Pustaka LP3ES).
- Kardefelt-Winther, D. (2017). Conceptualizing internet use disorders: *Addiction* or coping process? *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 71(7), 459–466.
- Kartono, Kartini. 2000. *Hygiene Mental*. Bandung Mandar Maju
- Khairunnisa, Ayu. 2013 “Hubungan Religiusitas dan kontrol diri dengan perilaku seksual pra-nikah remaja di Man 1 Samarinda”. *E-jurnal psikologi*, Vol 1 No 2,
- Kibtyah Maryatul, dkk . 2022 “Implementation of Islamic Spiritual Guidance Acceptance of Cancer Patients” *Jurnal Konseling Religi* Vol. 13, No. 1, Juni 2022
- Kibtyah, M. (2014). Peran Konseling Keluarga Dalam Menghadapi Gender Dengan Segala Permasalahannya. *Sawwa; Jurnal Studi Gender*, 9(2), 361.
- King, D. L., & Delfabbro, P. H. (2018). *Internet gaming disorder: Theory, assessment, treatment and prevention*. New York: Academic Press.
- Komarudin. (2017). Mengungkap Landasan Filosofis Keilmuan Bimbingan Konseling Islam. *International Journal Ihya' 'Ulum Al-Din* 17(2), 209.
- Kushumawhardi, dkk, 2018, *Art Therapy untuk meningkatkan kontrol diri pada anak lapas*. Jurnal Muara Ilmu Sosial Humaniora dan seni. Vol. 2, No.1
- Kusumawardhani Ika Amalia, . 2018 “Art Therapy untuk meningkatkan kontrol diri pada anak lapas”. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora dan Seni* Vol 2, No.1
- Laili, Marifatul, Fitri. 2015 “Penerapan Konseling Keluarga Untuk Mengurangi Kecanduan *Game online* Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 21 Surabaya.” *Jurnal BkUnesa*5, No. 1

- Lembaga Penelitian UIN Syarif Hidayatullah 2008, Jakarta,. h.6
- Lutfi, Ma. 2008, *Dasar-dasar Bimbingan dan Penyuluhan (Konseling) Islam*, Jakarta: Lembaga Penelitian UIN Syarif Hidayatullah Jakarta
- Mahjuddin. 2010, *Akhlaq Tasawuf II*, Jakarta: Kalam Mulia.
- Maleong, Lexy J, 1993. “Metode Penelitian Kualitatif. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Maleong, Lexy J, 2007. “Metode Penelitian Kualitatif”. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Maullasari, dkk, (2020). Mental Health with covid-19: Health crisis intervention. *Journal of Advanced Guidance and Counseling. Vol. 1 No. 2, 140-156*
- Mintarsih, Widayat, 2017, Laporan Karya Pengabdian Dosen Individu: *Capacity Building Relawan PMKS (Penyandang Kesejahteraan Sosial) Untuk Meningkatkan Pelayanan Bimbingan Mental Spiritual di Balai Rehabilitasi Sosial Wilayah Jawa Tengah*, Semarang: Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LP2M) Universitas Islam Negeri Walisongo
- Nata, Abuddin. 2009, *Akhlaq Tasawuf*, Jakarta: Rajawali Pers
- Necka, E. (2015). *Self-Control Scale AS-36* Construction and validation study, Polish Psychological Bulletin 46(3), 448-97
- Nihayah, Ulin, 2016 “Peran Komunikasi Interpersonal Untuk Mewujudkan Kesehatan Mental Bagi Konseli. Jurnal Komunikasi Islam Vol,1 No 1. Mei-Oktober)
- Novrialdy, Eryzal, 2019, *Kecanduan Game online pada remaja: dampak dan pencegahannya*. Jurnal buletin psikologi, Vol. 27, No. 2, 148-158
- Octania Intan Badillah, 2019, *Bimbingan Mental Spiritual Bagi Remaja Putus Sekolah Terlantar Di Panti Pelayanan Sosial Anak “Wira Adhi Karya” Ungaran*, Semarang: UIN Walisongo.
- Pitakasari, dkk, 2019, *Hubungan Paparan game online berunsur kekerasan terhadap kejadian perilaku agresif pada remaja*, Jurnal Ilmiah Kesehatan Jiwa. Vol. 1 No. 1 Desember 2016, hlm. 11-16
- Prasetya, B. (2019). Analisis Studi Korelasional Kecerdasan Emosional dan Minat Belajar dengan Hasil Belajar Pendidikan Agama Islam. 5(2), 165–184.
- Prasetyaningrum, J. (2012). Pola asuh dan karakter anak dalam perspektif Islam. Prosiding Seminar Nasional Psikologi Islam, 47–51.
- Purhantara, W. 2010. Metode Penelitian Kualitatif Untuk Bisnis (edisi pertama). Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Purnamasari, dkk, 2020, *Tinjauan Kriminologis terhadap anak pecandu game online*

- khususnya di Kota Balikpapan*, Jurnal les suprema. Vol. II No. 2, September 2020
- Ramayulis, Jalalluddin 1993. Pengantar Ilmu Jiwa Agama. Jakarta: Kalam
- Ramdhani, N., Wimbari, S., & Susetyo, Y. F. (2018). *Psikologi untuk Indonesia Tangguh dan Bahagia*. (N. Susetyo. Eds. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Riyadi. A., & Adinugraha, H. H. (2021). The Islamic Counseling construction in da'wah science structure. *Journal of Advanced Guidance and Counseling*, 2(1), 11-38
- Rohman, Khabibur, 2018, *Agresifitas anak kecanudan game online*, Jurnal perempuan dan anak. Vol. 02 No. 01, Juli 2018
- Rojikun, Konsep bimbingan mental spiritual dalam menagani kenakalan siswa, skripsi
- Runtukahu, dkk. 2015 “Hubungan kontrol diri dengan perilaku merokok kalangan remaja pada pada Smk 1 Bitun”, eJurnal Psikologi, Vol 3., No 1.,
- Rusmin, Tumanggor, 2014, *Ilmu Jiwa Agama (The Psychology of Religion)*, Jakarta: Kencana Prenamedia Grup. Hlm. 165
- Saerozi, 2015, *Pengantar Bimbingan dan Penyuluhan Islam*, Semarang: CV. Karya Abadi Jaya
- Shilpy A. Octavia, 2019. *Implementasi Bimbingan konseling di sekolah/madrasah*, Yogyakarta: Deepublish
- Sofyan S. Willis, 2017. *Konseling Individual Teori dan Praktik*, Bandung: Alfabeta
- Subarkah, M. A. (2019). Pengaruh Gadget Terhadap Perkembangan Anak. *Rausyan Fikr : Jurnal Pemikiran Dan Pencerahan*, 15(1), 1689–1695. <https://doi.org/10.31000/rf.v15i1.1374>
- Sugiyono, 2012. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif Kualitatif R&D*. Alfabeta
- Sukardi, Ketut. 2008. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sumara, D; Humaedi, S; Santoso, M. D. (2017). Kenalakan Remaja dan Penanganannya. *Penelitian & PPM*, 4(kenkalan remaja), 129–389.
- Surbakti, Krista, 2017, *Pengaruh game online terhadap remaja*, Jurnal curere. Vol. 01 No., 01, April 2017
- Susanto, Ahmad. 2018. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah Konsep, Teori dan Aplikasinya*, Jakarta: Kencana
- Syahrani, Ridwan., 2015 Ketergantungan *Game online* dan Penanganannya, Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling, Vol 1., No 1., hlm. 85 .
- Tobroni. 2005. *The Spiritual Leadership (Pengefektifan Organisasi Noble Industry Melalui*

- Prinsip-prinsip Spiritual Etis), Malang: UMM Press.
- Ulfa Mimi, 2017. *Pengaruh Kecanduan game online terhadap perilaku remaja di mabes game center jalan Hr. Subrantas kecamatan Tampan Pekan baru*. Jurnal fisip Vol. No.2
- Umar, Bukhari, 2012, *Hadis Tarbawi*, Jakarta: Amzah
- Wangsanata, S. A., Supriyono, W., Murtadho, A. (2020). Professionalism of Islamic Spiritual Guide. *Journal of Advance Guidance and Counseling*, 1(2), 101.
- Wingkel. W.S FKIP. IKIP. Senata Darma. 1997. *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*. Jakarta: PT. Gramedia.
- Wirahamiharja, Sutardjo. A. 2000. *Pengantar Psikologi Klinis*. Bandung: Rafika Aditama.
- World Health Organization. (2018). Gaming disorder. Diakses 7 September 2019, dari <https://www.who.int/features/qa/gaming-disorder/en/>
- Yusuf, Syamsu. 2005. *Mental Hygiene Perkembangan Kesehatan Mental dalam Kajian Psikologi dan Agama*. Bandung: Pustaka Bani Quraisy.

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1 Draft Wawancara

A. Draft wawancara dengan pengurus Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon

1. Bagaimana sejarah berdirinya Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon?
2. Bagaimana struktur kepengurusan Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon?
3. Apa visi, misi dan tujuan Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon?
4. Apa saja fasilitas yang diberikan pada anak pecandu *game online* Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon?
5. Bagaimana keseharian anak pecandu *game online* dari segi kontrol diri Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon?
6. Ada berapa anak yang terindikasi dampak kecanduan *game online* Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon?
7. Bimbingan apa saja yang diberikan di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon?
8. Ada berapa jumlah pembimbing mental spiritual di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon?
9. Menurut saudara/I apakah ada hambatan-hambatan dalam memberikan bimbingan mental spiritual?
10. Menurut saudara/i bagaimana cara meningkatkan kontrol diri bagi anak pecandu *game online* terlebih karena mereka dalam usia anak-anak atau remaja awal yang mana dalam usianya mereka masih dalam kategori labil dalam mengambil keputusan dalam bertindak, bersikap maupun berperilaku?

B. Draft wawancara dengan pengawas harian Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon

1. Bagaimana perilaku anak dalam menyikapi kegiatan di LKSA?
2. Apakah anak sudah bisa mengontrol perilakunya dengan baik?
3. Bagaimana sikap anak dalam menghadapi pengaruh buruk dari luar dirinya?
4. Bagaimana metode yang digunakan kepada anak pecandu *game online* dalam pelaksanaan bimbingan spiritual?

5. Apa materi yang diberikan kepada anak pecandu *game online* dalam pelaksanaan bimbingan spiritual?
6. Apa saja bentuk bimbingan spiritual yang diberikan kepada anak pecandu *game online*?
7. Bagaimana kontrol diri anak pecandu *game online* sebelum diberikan bimbingan spiritual?
8. Kapan pelaksanaan bimbingan spiritual diberikan kepada anak pecandu *game online* untuk meningkatkan kontrol dirinya?
9. Bagaimana kondisi kontrol diri anak sebelum mendapatkan bimbingan spiritual?
10. Bagaimana hasil bimbingan spiritual terhadap control diri anak pecandu *game online*?
11. Apakah ada faktor penghambat dalam pelaksanaan bimbingan spiritual dalam meningkatkan kontrol diri pada anak pecandu *game online*?

C. Draft wawancara dengan pembimbing mental spiritual Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon

1. Bagaimana tanggapan pembimbing terhadap perilaku anak pecandu *game online*?
2. Apakah ada metode khusus dalam bimbingan spiritual untuk meningkatkan kontrol diri pada pecandu *game online* ?
3. Bagaimana tanggapan dari anak-anak pecandu *game online* terhadap bimbingan spiritual yang diberikan?
4. Apakah ada perilaku negatif yang dilakukan oleh anak pecandu *game online*?
5. Apakah ada hukuman untuk anak yang melakukan perilaku negatif atau melanggar aturan di LKSA?
6. Bagaimana kondisi control diri anak sebelum mendapatkan bimbingan spiritual?

D. Draft wawancara dengan anak pecandu *game online* Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon

1. Siapa nama saudara?
2. Berapa umur saudara?
3. Apa faktor yang melatar belakangi andar untuk bermain *game online*?
4. Apakah saudara mampu mengontrol tindakan ketika bermain *game online* dalam dunia nyata?
5. Apakah saudara mampu mengantisipasi informasi yang dimiliki dengan berbagai pertimbangan?

6. Apakah anda melakukan kekerasan verbal ketika tidak terpenuhinya ekspektasi ketika bermain *game online*?
7. Bagaimana menurut saudara tentang pelaksanaan bimbingan mental spiritual?
8. Bagaimana perasaan saudara setelah mendapat bimbingan mental spiritual?
9. Manfaat apa saja yang saudara dapatkan selama menerima bimbingan mental spiritual?
10. Setelah mendapatkan bimbingan mental spiritual apakah saudara merasa lebih baik dalam hal mengontrol diri baik itu dari segi ucapan, tindakan maupun perilaku?

Lampiran 2 Documentasi



Wawancara dengan Kepala Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar



Wawancara dengan Ibu Winantika (Pembimbing Mental Spiritual)



Kegiatan Keagamaan Pembelajaran kitab Aqidah Akhlak



Wawancara dengan Kang Asep (Pengurus harian LKSA)



Wawancara dengan Anak Pecandu *Game Online*



Wawancara dengan Anak Pecandu *Game online*



Kegiatan Bimbingan Mental Spiritual



Bersih-Bersih lingkungan LKSA

Lampiran 3 Surat-surat



Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al Anwar

BH: SK. MENTERI HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA NO. AHU-380.AHA.02.01.TAHUN 2011
Jl. Balai Desa RT/RW 011/06 Ds.Panguragan Lor Kec. Panguragan Kab. Cirebon 45163. 081313507391

Nomor : 110/X.11/X/2022
Lamp :-
Hal : Persetujuan Ijin Riset

Kepada yth.
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang
Di
Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb

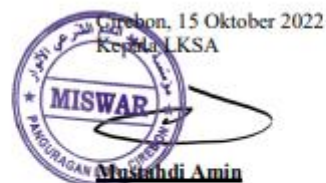
Menanggapi surat dari fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang Nomor 5059/Un.10.4/K/KM.05.01/12/2022 tertanggal 15 November 2022 perihal permohonan **Ijin Riset**.

Dengan ini kami beritahukan bahwa kami tidak keberatan dengan permohonan yang dimaksud. Untuk pelaksanaan selanjutnya mahasiswa tersebut dibawah ini:

Nama : **Nasrullah Hidayah**
NIM : **1801016022**
Asal Instansi : **UIN WALISONGO**
Judul Penelitian : **Bimbingan Mental Spiritual Untuk Membentuk Kontrol Diri Bagi Anak Pecandu *Game Online* di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon.**

Demikian surat ini dibuat, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Wasaalamu'alaikum Wr. Wb





KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

Jl. Prof. Dr. H. Hamka Semarang 50185
Telepon (024) 7606405, Faksimili (024) 7606405, Website : www.fakdakom.walisongo.ac.id

Nomor : 5059/Un.10.4/K/KM.05.01/12/2022

05 Desember 2022

Lamp. : 1 (satu) bendel

Hal : *Permohonan Ijin Riset*

Kepada Yth.
Kepala Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar
di tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang menerangkan bahwa dalam rangka penyusunan skripsi, mahasiswa berikut:

Nama : Nasrullah Hidayah
NIM : 1801016022
Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam
Lokasi Penelitian : Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar
Judul Skripsi : Bimbingan Mental Spiritual Untuk Membentuk Kontrol Diri Bagi Anak Pecandu Game Online di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar Kabupaten Cirebon

Bermaksud melakukan riset penggalan data di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Al-Anwar. Sehubungan dengan itu kami mohonkan ijin bagi yang bersangkutan untuk melakukan kegiatan dimaksud.

Demikian atas perhatian dan bantuannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

An. Dekan,
Kepala Bagian Tata Usaha



MENTOHA



Tembusan Yth. :
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Nasrullah Hidayah
Tempat, Tanggal Lahir : Cirebon, 6 Mei 2000
Jenis Kelamin : Laki-Laki
Agama : Islam
Status : Belum Menikah
Alamat : Jl. Srikaya Blok IV Rt. 08 Rw. 05 Desa Panguragan Lor Kec.
Panguragan Kab. Cirebon
No Telp. : 0899-9338-464
Email : nasrullahidayah6@gmail.com

PENDIDIKAN FORMAL

Tahun 2004-2006 : TK Al-Washilah
Tahun 2006-2012 : SDN 1 Panguragan
Tahun 2012-2015 : MTs N 1 Arjawinangun
Tahun 2015-2018 : SMAN 1 Arjawinangun

PENDIDIKAN NON FORMAL

Madrasah TKA-TPA-TQA Al-Washilah
Madrasah Miftahul Ulum