

**BIMBINGAN KEAGAMAAN MENGGUNAKAN TERAPI *SEFT*
(*SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE*) UNTUK
MENGEMBANGKAN *SELF CONTROL*
(Studi Analisis Warga Binaan di Madrasah Diniyah At-Taubah
Lapas Klas 1 Kedungpane Semarang)**



SKRIPSI

Disusun Guna Memenuhi Persyaratan
Mencapai Derajat Sarjana Sosial Islam (S.Sos.I)
Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam (BPI)

Disusun oleh:

ASEP AFRIANSYAH
NIM : 091111009

**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG
2014**

NOTA PEMBIMBING

Lamp : -
Hal / : Persetujuan Naskah Skripsi

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

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, mengadakan koreksi dan perbaikan sebagaimana semestinya, maka kami menyatakan bahwa skripsi saudara:

Nama : Asep Afriansyah
NIM : 091111009
Fak./jurs : Dakwah dan Komunikasi/BPI
Judul skripsi : "Bimbingan Keagamaan Menggunakan Terapi SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique) Untuk Mengembangkan Self Control (Studi Analisis Warga Binaan di Madrasah Diniyah At-Taubah Lepas Klas 1 Kedungpane Semarang)".

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

Wassalamu,alaikum Wr. Wb.

Semarang, 18 November 2014

Pembimbing I
Bidang Substansi Materi


Dr. H. Abu Rokhmad M.Ag
NIP: 19760407 200112 1 003

Pembimbing II
Bidang Metodologi dan Tata Tulis


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

SKRIPSI
BIMBINGAN KEAGAMAAN MENGGUNAKAN TERAPI SEFT
(SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE) UNTUK
MENGEMBANGKAN SELF CONTROL
(Studi Analisis Warga Binaan di Madrasah Diniyah At-Taubah
Lapas Klas 1 Kedungpane Semarang)

Disusun oleh:
Asep Afriansyah
NIM : 091111009

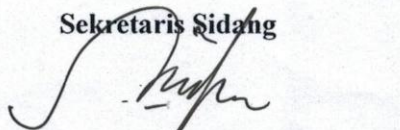
Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal **15 Desember 2014**
dan dinyatakan telah lulus memenuhi syarat

Susunan Dewan Penguji

Ketua Sidang


H. M. Alfandi, M.Ag
NIP: 19710830 199703 1003

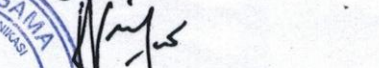
Sekretaris Sidang


Anila Umriana, M.Pd
NIP: 19790427 200801 2 012

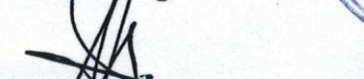
Penguji I


Dra. Hj. Jauharotul Farida, M.Ag
NIP: 19640304 199101 2 001

Penguji II


Wening Wihartati, S.Psi. M.Si
NIP: 19771102 200604 2004

Pembimbing I


Dr. H. Abu Rokhmad, M.Ag
NIP: 19760407 200112 1 003

Pembimbing II


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



MOTTO

قال عمر رضي الله عنه: “وَجَدْنَا خَيْرَ عَيْشِنَا بِالصَّبْرِ” رواه البخاري

“Dan kami merasakan bahwa sebaik-baiknya hidup ini dilalui dengan kesabaran”

PERSEMBAHAN

Dalam perjuangan mengarungi samudra Ilahi tanpa batas, dengan keringat dan air mata kupersembahkan karya tulis skripsi ini teruntuk orang-orang yang selalu hadir dan berharap keindahan-Nya. Kupersembahkan bagi mereka yang tetap setia berada di ruang dan waktu kehidupanku khususnya buat:

- *Kedua Orang Tuaku tercinta, Bapak Ahmad dan Ibu Siti Sarah yang memberi do'a, motivasi dan semangat dalam hidupku. Rjdhamu adalah semangat hidupku.*
- *Adik-adikku tersayang, Budi Rahmat, Khaeruddin Rifa'i dan Ahsya Qonitah Khairunnisa.*
- *Semua keluarga besarku yang ada di Tangerang, Bogor, Lebak-Banten, Kudus, Banjarnegara yang selalu mendukungku.*
- *Semua Guru-guruku terutama Guru (Mursyid) Maulana Al-Habib Muhammad Luthfi bin Ali bin Hasyim bin Yahya yang selalu membimbingku.*
- *Segenap keluarga besar MATAN Indonesia (Mahasiswa Ahlith Thoriqoh al-Mu'tabaroh an-Nahdliyah).*
- *Almamaterku UIN (Universitas Islam Negeri) Walisongo Semarang.*
- *Semua teman-temanku yang mencintai, menjaga dan belajar dengan alam yang ada di seluruh daerah di Indonesia yang tak bisa ku sebutkan satu persatu.*

Semarang, 18 November 2014

Penulis

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Asep Afriansyah
NIM : 091111009
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi
Judul Skripsi : **BIMBINGAN KEAGAMAAN MENGGUNAKAN
TERAPI SEFT (*SPIRITUAL EMOTIONAL
FREEDOM TECHNIQUE*) UNTUK
MENGEMBANGKAN *SELF CONTROL*
(Studi Analisis Warga Binaan di Madrasah Diniyah
At-Taubah Lepas Klas 1 Kedungpane Semarang)**

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan pada suatu perguruan tinggi, dan dalam pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini atau disebutkan dalam daftar pustaka.

Semarang, 18 November 2014

Penulis



Asep Afriansyah

NIM. 091111009

ABSTRAK

Penelitian ini berjudul “Bimbingan Keagamaan Menggunakan Terapi *SEFT* (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) untuk Mengembangkan *Self Control* (Studi Analisis Warga Binaan di Madrasah Diniyah at-Taubah Lapas Klas I Kedungpane Semarang)”.

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif. Data-data diperoleh dari dua sumber yaitu data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh dari sembilan warga binaan, mentor/pembina, dan Kepala seksi bimbingan kemasyarakatan (Bimkes). Data sekunder berupa buku-buku/ jurnal tentang bimbingan keagamaan, terapi *SEFT*, *self control*, dokumentasi bimbingan keagamaan di Lapas Klas 1 Kedungpane Semarang. Pengumpulan data menggunakan beberapa metode, yaitu: wawancara, observasi, dan dokumentasi. Data yang diperoleh dikelompokkan dalam satu kategori dan dianalisis secara kualitatif dengan menggunakan metode analisis kualitatif deskriptif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa. *Pertama*, pelaksanaan bimbingan keagamaan menggunakan terapi *SEFT* untuk mengembangkan *self control* (kontrol diri) pada warga binaan di Madrasah Diniyah At-Taubah Lapas Klas I Kedungpane Semarang meliputi beberapa tahap, yaitu: Tahap persiapan, Tahap pelaksanaan, Tahap evaluasi atau penilaian. *Kedua* faktor penghambat dan pendukung pelaksanaan bimbingan keagamaan menggunakan terapi *SEFT* untuk mengembangkan *self control* adalah sebagai berikut: 1). Faktor penghambat, yaitu: terjadinya *double jobs* pada pembimbing/mentor, warga binaan merasa malas dalam mengikuti kegiatan bimbingan keagamaan, keterbatasan dana dan fasilitas, adanya benturan waktu antara jam besuk dan kegiatan bimbingan keagamaan; 2). Faktor Pendukung, yaitu: keikhlasan dan kesabaran pembimbing, adanya dukungan dan motivasi dari keluarga, warga binaan dan lembaga pemasyarakatan.

Kata kunci: Bimbingan Keagamaan, Terapi *SEFT* (*Spiritual Emotional Freedom Technique*), *Self Control*.

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Segala puji bagi Allah SWT yang Maha Pengasih dan Penyayang yang senantiasa telah menganugerahkan rahmat dan hidayah-Nya, karena hanya dengan rahmat dan pertolongan-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi yang berjudul: “Bimbingan Keagamaan Menggunakan Terapi *Seft (Spiritual Emotional Freedom Technique)* Untuk Mengembangkan *Self Control* (Studi Analisis Warga Binaan Di Madrasah Diniyah At-Taubah Lapas Klas I Kedungpane Semarang)”.

Sholawat serta salam semoga selalu terlimpahkan kepada Nabi Muhammad SAW beserta keluarganya, para sahabatnya, dan orang-orang yang mengikuti jejak perjuangannya.

Dengan penuh kerendahan hati penulis sampaikan bahwa dalam proses penulisan skripsi ini tidak akan mungkin selesai tanpa bantuan, dorongan, bimbingan, dan pengarahan dari berbagai pihak yang turut serta membantu, baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh sebab itu, penulis ucapkan banyak terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu. Adapaun ucapan terima kasih penulis sampaikan khususnya kepada yang terhormat:

1. Rektor UIN Walisongo Semarang (Bapak. Prof. Dr. Muhibbin, M.A) dan Wakil Rektor I, Wakil Rektor II, Wakil Rektor III.
2. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi (Bapak Dr. H. Awaluddin Pimay, Lc. M.Ag), dan Wakil Dekan I, Wakil Dekan II, dan Wakil Dekan III.

3. Ketua jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam (Ibu Hj. Mahmdah, S.Ag, M,Pd), Sekertaris jurusan (Ibu Anila Umriana, M.Pd).
4. Dosen pembimbing I (Bapak Dr. H. Abu Rohmad, M.Ag) dan dosen pembimbing II (Ibu Hj. Widayat Mintarsih, M.Pd) yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis dalam menyusun skripsi ini.
5. Dosen Wali Studi (Ibu Hj. Widayat Mintarsih, M.Pd) yang telah memberikan saran dan kritik dalam hal-hal yang positif selama mengikuti perkuliahan.
6. Seluruh Dosen, Staf, dan karyawan di lingkungan civitas akademik Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang yang telah membekali berbagai pengetahuan dan memberi pelayanan sehingga penulis mampu menyelesaikan penulisan skripsi.
7. Bapak/Ibu Pimpinan, Staf dan Karyawan Perpustakaan Fakultas Dakwah dan Komunikasi dan Perpustakaan UIN Walisongo Semarang yang telah memberikan izin dan layanan perpustakaan yang diperlukan dalam penyusunan skripsi ini.
8. Ibu Ari Tris Ochtia Sari, Psi (Kasie bimbingan kemasyarakatan), Bapak H. Taufiq Hidayat, S.Ag, M.Si (pembimbing/mentor) dan seluruh staf Lapas Klas I Kedungpane Semarang serta warga binaan, yang telah memberikan banyak informasi dan mendampingi penulis selama proses penelitian di lapangan.
9. Kedua Orang Tuaku tercinta, Bapak Ahmad dan Ibu Siti Sarah, yang selalu memberi dukungan, do'a dan ridha dengan tulus dan ikhlas. Serta Adik-adikku tersayang, Budi Rahmat, Khaeruddin Rifa'i, dan Ahsya Qontah Khairunnisa.

10. Guru (Mursyid) Maulana Al-Habib Muhammad Luthfi bin Ali bin Hasyim bin Yahya, para Kiyai, Gus dan Ustadz yang selalu membimbing.
11. Segenap keluarga besar Pengurus Pusat MATAN (Mahasiswa Ahlith Thoriqoh Al-Mu'tabaroh An-Nahdliyah) wa bil khusus Ketua Umum PP. MATAN Bapak Dr. Hamdani Mu'in M.Ag, yang selalu memberi semangat untuk selalu mempertajam intelektual dan memperdalam spiritual. Sahabat-sahabat PC. MATAN Semarang dan PK. MATAN UIN Walisongo Semarang.
12. Rekan-rekan se-perjuangan di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang angkatan 2009 Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam. Rekan-rekan Tim KKN IAIN Walisongo Semarang Posko 05 Ds. Bolo Demak. Rekan-rekan 51 Parking Grup. Rekan-rekan Komboy. Rekan-rekan Rempala Merbabu. Kebersamaan dengan kalian selalu memberikan inspirasi dan motivasi, juga telah mengajarkan-ku arti tentang kebahagiaan, kekompakan, kebersamaan, dan berbagi, serta saling memahami.
13. Rekan-rekan alumni PKPS8 dan PKPS Gema Jabar, SPG-Wanadri'12 dan Rekan-rekan WANADRI Kebersamaan dengan kalian selalu memberikan inspirasi dan motivasi, juga telah mengajarkan-ku arti tentang mencintai, memahami, menghormati, menjaga dan merawat serta belajar dengan Alam.
14. Sadulur-sadulur Simkuring ti HMJB (Himpunan Mahasiswa Jawa Barat, DKI Jakarta dan Banten), hatur nuhun ka sadayana tos jadi dulur-dulur abdi.
15. Sahabat-sahabatku di 51 Parking Grup (Motto Alkendaly, staveen risly, Umam, Ibraheem Rahman, Bagus Mulia, Tsaqila Subha Naka, Brandal Loka Jaya, Oik Ex Drummer Suffela, Cukup Anam, sakuri, DKK)

16. Sahabat-sahabatku di PPRT Tugurejo yang selalu ada untukku (Wawan Setyawan, Lilik Sugiarto S.Sos.I, Atiek Fauzi S.Pd.I, Sofi, Arsad, Sadam dan lain-lain).
17. Sahabat-sahabatku (Kholid, Hadi, Basit, Sukron, Hoho, Fredi, Dika, Deni, Agil, Egol, Opik, dan lain-lain).
18. Sahabat-sahabatku Haji Celup dan IKPA (Agna, Dede, Agus, Gofar, Dodi, Epul, Zae, Toyiba, dan lain-lain).
19. Dan semua pihak yang tak bisa kusebutkan satu persatu, terima kasih telah membantu dalam kelancaran pembuatan skripsi ini.

Pada akhirnya penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini belum mencapai kesempurnaan yang ideal dalam arti sebenarnya, namun penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis sendiri dan bagi para pembaca pada umumnya.

Semarang, 18 November 2014

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
NOTA PEMBIMBING	ii
PENGESAHAN	iii
MOTTO	iv
PERSEMBAHAN	v
PERNYATAAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	xv

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah	8
1.3 Tujuan dan Manfaat Penelitian	8
1.4 Tinjauan Pustaka	9
1.5 Metode Penelitian	11
1.6 Sistematika Penulisan	17

BAB II KERANGKA TEORITIK

2.1 Bimbingan Keagamaan	20
2.2.1 Pengertian Bimbingan Keagamaan	20
2.2.2 Fungsi Bimbingan Keagamaan	22
2.2.3 Landasan dan Tujuan Bimbingan Keagamaan	23

2.2.3 Asas-asas Bimbingan Keagamaan	26
2.2.4 Materi Bimbingan Keagamaan	29
2.2.5 Metode Bimbingan Keagamaan	31
2.2 Terapi <i>SEFT</i>	35
2.2.1 Pengertian Terapi <i>SEFT</i>	35
2.2.2 Metode Terapi <i>SEFT</i>	37
2.2.3 Penerapan Terapi <i>SEFT</i>	43
2.2.4 Manfaat Terapi <i>SEFT</i>	46
2.3 <i>Self Control</i> (Pengendalian Diri)	47
2.3.1 Pengertian <i>Self Control</i>	47
2.3.2 Aspek <i>Self Control</i>	48
2.3.3 Faktor Yang Mempengaruhi <i>Self Control</i>	49
2.4 Bimbingan Keagamaan Menggunakan Terapi <i>SEFT</i> untuk Mengembangkan <i>Self Control</i>	51
2.5 Hubungan <i>Self Control</i> (Kontrol Diri) dan Dakwah.....	53

BAB III DATA DAN DESKRIPSI LOKASI PENELITIAN

3.1 Deskripsi Lokasi Penelitian	59
3.1.1. Sejarah Singkat Lapas Klas I Kedungpane Semarang	59
3.1.2 Letak Geografis	60
3.1.3 Visi, Misi, Motto, Tujuan dan Sasaran	61
3.1.4 Fungsi dan Tugas	64
3.1.5 Fasilitas (Sarana dan Prasarana)	65
3.1.6 Jenis-jenis Pembinaan	66

3.1.7 Struktur Kelembagaan	68
3.1.8 Madrasah Diniyah at-Taubah Lapas Klas I Kedungpane Semarang	69
3.2 Kondisi Psikologis dan <i>Self Control</i> Warga Binaan Lapas Klas I Kedungpane Semarang	74
3.3 Pelaksanaan Bimbingan Keagamaan Menggunakan Terapi <i>SEFT</i> untuk Mengembangkan <i>Self Control</i> pada Warga Binaan di Madrasah Diniyah at-Taubah Lapas Klas 1 Kedungpane Semarang	77
3.3.1 Materi Pembinaan	79
3.3.2 Metode Pembinaan	80
3.3.3 Proses Pembinaan	82
3.3.4 Hasil Bimbingan Keagamaan Menggunakan Terapi <i>SEFT</i> untuk mengembangkan <i>Self Control</i>	87
3.5 Faktor Penghambat dan Pendukung Bimbingan Keagamaan Menggunakan Terapi <i>SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique)</i>	89
3.5.1 Faktor Penghambat	89
3.5.2 Faktor Pendukung	90

BAB IV ANALISIS PENELITIAN

4.1 Analisis Pelaksanaan Bimbingan Keagamaan Menggunakan Terapi <i>SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique)</i> untuk
--

Mengembangkan <i>Self Control</i> pada Warga Binaan di Madrasah Diniyah at-Taubah Lapas Klas 1 Kedungpane Semarang	92
4.1 Analisis Faktor Penghambat dan Pendukung Bimbingan Keagamaan Menggunakan Terapi <i>SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique)</i> untuk Mengembangkan <i>Self Control</i> pada Warga Binaan di Madrasah Diniyah at-Taubah Lapas Klas 1 Kedungpane Semarang	99

BAB V PENUTUP

5.1 Kesimpulan	104
5.2 Saran-saran	106
5.3 Penutup	107

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

RIWAYAT PENDIDIKAN PENULIS