

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Deskripsi Teori

1. Teknik Self Management

a. Pengertian *Self- Management*

Self- Management merupakan sebuah strategi dalam perubahan tingkah laku dari individu dengan cara peninjauan yang dilakukan individu itu sendiri dalam berupa pengendalian serta berupa pemberian penghargaan pada diri sendiri. Sedangkan Gie, mengatakan bahwa *self-management* dapat diartikan mendorong diri individu untuk tetap maju, mengendalikan kemampuan yang dimiliki individu agar mencapai hal yang positif serta mengembangkan macam-macam segi kehidupan dari individu agar menjadi lebih baik dan sempurna.¹

Self management menurut Rehm, merupakan suatu cara untuk membantu klien menemukan tingkah laku yang baru dalam hidupnya sehari-hari². *self management* memfasilitasi proses belajar bagi klien untuk merubah dirinya dalam kehidupan sehari-hari. Teknik *self-management* merupakan salah satu teknik dari konseling behavior yang menganalisis cara berperilaku orang dan membantu mengubah kualitas individu yang maladaptif menjadi adaptif. Keberhasilan dalam Teknik *self-management* ini merupakan tanggung jawab dari konseli. Konselor berfungsi sebagai pemrakarsa dari gagasan, serta menjadi fasilitator yang mengonsepan program untuk memotivasi konseli.³

Dari uraian diatas dapat di simpulkan bahwa teknik *self management* adalah teknik pada konseling yang merubah sifat individu dari maladaptif menjadi adaptif, serta keberhasilan dari teknik self-management ini

¹ Gie and The Liang, *Cara Belajar Yang Baik Bagi MahaPeserta didik Edisi Kedua* (Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 2000). 77-78.

² David Ari Setiawan, 'Efektivitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Peserta didik', *Jurnal Nusantara Of Research*, 3. 2 (2016). 79.

³ Komalasari Gantina, Eka Wahyuni, Karsih, 'Teori dan Teknik Konseling', (Jakarta : PT Indeks, 2011), 36.

tergantungan dari motivasi dan usaha dari individu sendiri. Self-management sangat diperlukan individu agar bisa menjadi manusia yang bermanfaat serta berkualitas dalam menjalankan misi yang dimiliki serta mampu mengarahkan tindakan yang positif.

b. Tujuan *Self Management*

Self management mempunyai tujuan yakni untuk memberikan aturan pada tingkah laku individu yang memiliki masalah terhadap dirinya sendiri atau pada diri orang lain. Pemberian proses konseling, yaitu konseli dan konselor dapat dengan Bersama memecahkan permasalahan yang dialami pada konseli sehingga dapat mencapai tujuan yang ingin dicapai oleh konseli. Setelah adanya proses pemberian konseling dengan teknik *self management*, ketika selesai, layanan tersebut memiliki tujuan agar Peserta didik mendapatkan perubahan pada perilaku yang dilakukan sebelumnya. Sehingga dengan adanya perubahan tersebut diharapkan Peserta didik dapat memberikan keterampilan yang baru dan bersifat positif sesuai dengan yang diinginkan⁴.

c. Tahapan Teknik *Self Management*

Ada empat tahap dalam penerapan teknik *self-management* yaitu:

- a) Tahap observasi diri, pada tahap ini individu mengobservasi perilakunya sendiri dengan sengaja dan menulis jenis, waktu, tempo perilaku yang akan dimodifikasi;
- b) Mengatur lingkungan, pada tahap ini individu mengatur lingkungannya sehingga dapat mengurangi sifat yang maladaptif;
- c) Evaluasi diri, kali ini individu membandingkan antara apa yang telah dicatat atau yang telah terjadi sebenarnya dengan apa yang seharusnya dilakukan. Dan jika evaluasi tersebut data menunjukkan ketidakberhasilan maka perlu ditindak kembali;
- d) Tahap pemberian pengukuhan, di tahap ini diperlukan kemauan pada diri individu yang kuat

⁴ Annisa, 'Efektifitas Konseling Behavioral Dengan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Peserta Didik Kelas VII di SMP Negeri 19 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018', Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2019, 19.

guna memilih perilaku mana yang akan dibuang dan hukuman apa yang harus diterapkan pada diri sendiri⁵. Sedangkan menurut Gie, terdapat empat tahapan pada Teknik *self-management*, yaitu

- a) Pendorongan Diri atau *Self-Motivation*
Yang dimaksud pendorongan diri ini adalah duatu motivasi dari batin individu yang dapat merangsang individu untuk melakukan kegiatan dengan suatu tujuan yang telah diinginkan⁶. Dengan adanya motivasi dari dalam diri individu sendiri dan tanpa dorongan dari orang lain, maka dalam diri individu akan muncul keinginan serta minat untuk melaksanakan sholat dzuhur berjamaah disekolah. Dorongan batin akan timbul lebih kuat jika tidak ada dorongan dari luar. Dorongan batin yang kuat untuk melaksanakan sholat dzuhur berjamaah disekolah dapat diatasi dengan melakukan konseling kelompok. Dalam konseling kelompok peserta dapat berdiskusi berpendapat dengan peserta yang lain sehingga individu dapat berkembang serta memperoleh pengetahuan baru.
- b) Penyusunan Diri atau *Self-Organization*
Penyusunan diri merupakan penataan individu dari kontemplasi, energi, waktu, tempat dan berbagai aset yang ada dalam kehidupan individu untuk membuatnya lebih efektif dan efisien⁷.
- c) Pengendalian Diri atau *Self-Control*
Dengan adanya pengendalian diri, maka pada diri individu akan muncul tekad untuk melakukan apa yang seharusnya dikerjakan. Pengendalian diri pada individu yang kuat juga dapat menghindari individu untuk melakukan suatu hal yang tidak berguna serta akan berfokus kepada hal-hal yang menjadi prioritas.
- d) Pengembangan Diri atau *Self-Development*

⁵ Halimatus Sa'diyah, Muh Chotim, Diana Ariswanti Triningtyas, 'Penerapan Teknik Self Management Untuk Mereduksi Agresifitas Remaja', *Counselia : Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 6.2 (2017), 67.

⁶ Gie and Liang, 'Cara Belajar Yang Baik Bagi MahaPeserta didik Edisi Kedua', (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2000), 79.

⁷ Gie and The Liang, 'Cara Belajar Yang Baik Bagi MahaPeserta didik Edisi Kedua', (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2000), 80.

Pengembangan diri merupakan sebuah usaha dalam mengembangkan diri individu dalam berbagai hal. Pengembangan diri yang lengkap akan mencakup semua sumberdaya pribadi dalam diri individu, yakni:

- 1) Kecerdasan pikiran, kecerdasan pikiran ini berguna untuk menambahkan menambah informasi dan kemampuan yang berguna bagi hidup dan berguna selamanya.
- 2) Sifat-sifat budi pekerti, untuk memiliki pribadi yang terhormat dan tingkah laku yang dapat diterima.
- 3) Rasa kemanusiaan, guna membantu orang lain yang merasa kesusahan.
- 4) Kesehatan jasmani serta rohani.⁸

Dari penjelasan keempat aspek diatas terungkap bahwa *self-management* ada karena dorongan dari diri sendiri, pengendalian diri, penyusunan diri, serta pengembangan diri.

2. Layanan Konseling kelompok

a. Definisi konseling kelompok

Menurut Adhiputra, konseling kelompok merupakan pencegahan dan peningkatan untuk membantu orang-orang dalam pertemuan kelompok yang sesuai dengan permasalahan dan perkembangan mereka⁹. Konseling kelompok adalah konseling yang bertujuan untuk saling membantu dan memberikan masukan dan peluang pertumbuhan¹⁰. Konseling Kelompok adalah konseling dari 4-8 konseli yang bertemu konselor dalam suatu kelompok untuk membantu memfasilitasi aspek perkembangan dan pertumbuhan yang sedikit lebih baik¹¹.

⁸ Gie and The Liang, 'Cara Belajar Yang Baik Bagi MahaPeserta didik Edisi Kedua', (Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 2000), 82.

⁹ Namora Lumongga Lubis, 'Konseling Kelompok', (Jakarta : Kencana, 2016), 36.

¹⁰ Rasimin, Muhammad Hamdi, 'Bimbingan dan Konseling Kelompok', (Jakarta : PT Bumi Aksara, 2018), 47.

¹¹ Gie and The Liang, 'Cara Belajar Yang Baik Bagi MahaPeserta didik Edisi Kedua', (Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 2000), 82.

Dalam Konseling kelompok, mentor bertindak sebagai pemimpin kelompok. Prinsip yang digunakan dalam konseling kelompok dinamika kelompok, guna untuk membicarakan masalah individu dari setiap bagian pertemuan. Bimbingan kelompok dilakukan dimanapun, di dalam sekolah maupun di luar sekolah. Namun tetap penting untuk diingat bahwa dinamika kelompok harus berjalan dan berkembang dengan baik untuk mendapatkan tujuan dari kelompok tersebut.

Menurut Prayitno, konseling kelompok pada dasarnya sama dengan konseling individual, namun dikemas dalam suasana kelompok dengan konselor dan fasilitator minimal 10 orang. Suasana dalam pengajaran kelompok hangat, terbuka dan penuh keakraban, sehingga terasa seperti pengajaran privat. Konseling kelompok juga meliputi menemukan masalah yang akan diatasi, menelusuri penyebab masalah yang dirasakan, memecahkan masalah dan evaluasi lebih lanjut¹². Konseli dalam konseling kelompok berinteraksi dengan kelompok untuk meningkatkan pemahaman dan mengubah perilaku dan sikap tertentu.

b. Tujuan Konseling Kelompok

Konseling Kelompok merupakan masuk dalam jenis kelompok perkembangan yang memiliki tujuan untuk mengembangkan pribadi dari konseli yakni mengembangkan kemampuan bersosialisasi dan komunikasi.¹³

Konseling kelompok dilengkapi dengan beberapa tujuan, seperti:

- a) Semua individu dalam kelompok dapat menemukan jati dirinya dan memahami dirinya sendiri;
- b) Semua individu dalam kelompok mengembangkan komunikasinya sedemikian rupa sehingga dapat saling membantu untuk melaksanakan tugas perkembangan dalam fase perkembangannya;

¹² Prayitno, 'Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok', Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang, Padang 2004, 18.

¹³ Kurnanto, 'Konseling Kelompok', (Bandung : Alfabeta, 2003), 40.

- c) Semua individu dalam kelompok memperoleh kemampuan untuk mengarahkan hidup mereka dan mengatur diri sendiri;
- d) Semua individu dalam kelompok dapat lebih memahami dan lebih peka terhadap orang lain;
- e) Dari setiap pertemuan individu menyimpulkan apa yang perlu mereka capai dan mewujudkannya melalui perspektif mereka yang positif;
- f) Semua individu dalam kelompok mencoba melangkah maju dan menghadapi tantangan;
- g) Semua individu dalam kelompok mampu memahami bahwa hidup manusia ini adalah hidup bersama;
- h) Semua individu dalam kelompok semakin sadar bahwa apa yang mempengaruhi mereka juga dapat mempengaruhi orang lain;
- i) Semua individu dalam kelompok belajar berkomunikasi dengan anggota lainnya dengan rasa hormat yang sama dan transparansi bersama.¹⁴

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dapat memiliki tujuan yang jelas yaitu masalah yang dihadapi anggota kelompok dapat diselesaikan bersama dengan anggota kelompok melalui komunikasi yang terbuka dan saling menghargai.

c. Asas Konseling Kelompok

Menurut Winkel, ada beberapa prinsip dalam kegiatan pengelolaan kelompok yang harus diperhatikan oleh anggota kelompok, yaitu:

- a) Asas kerahasiaan, asas ini memegang peranan penting dalam konseling kelompok karena setiap masalah yang ditangani dalam konseling bersifat pribadi. Oleh karena itu, setiap anggota kelompok harus menyembunyikan masalah dan tindakan satu sama lain;
- b) Asas kesukarelaan, keikutsertaan, saran, pendapat dan jawaban setiap anggota harus disengaja dan tanpa paksaan oleh siapapun;
- c) Asas keterbukaan, sangat penting bahwa para anggota terbuka satu sama lain, jika tidak maka akan menimbulkan ketidakpercayaan di antara para anggota.

¹⁴ Kurnanto, 'Konseling Kelompok', (Bandung : Alfabeta, 2003), 41.

- d) Asas operasi, hasil dari layanan konseling tidak ada artinya jika anggota tidak bertindak dalam kapasitas sebagai penasehat untuk mencapai tujuan. Sementara itu, menurut Munro, ada tiga etika dasar dalam pengawasan kelompok, yaitu:
- e) Kerahasiaan. Ketika ada musyawarah kelompok, semua yang dibicarakan dan disepakati akan dijaga kerahasiaannya dan hanya diketahui oleh anggota kelompok;
- f) Kerja bakti, kerja bakti diawali dengan pembentukan kelompok tenaga pendidik;
- g) Prinsip-prinsip lain dalam kegiatan konseling kelompok lebih efektif bila semua anggota mengikuti prinsip keterbukaan dan prinsip tindakan. Anggota berbicara secara aktif, tanpa rasa takut atau ragu. Menggunakan prinsip saat ini, anggota kelompok mempresentasikan apa yang baru saja terjadi. Prinsip standardisasi dilakukan melalui sarana komunikasi dan saluran bahasa. Prinsip kompetensi profesional, sebaliknya, ditunjukkan oleh pelatih dalam pengelolaan kegiatan kelompok dalam pengembangan isi dan proses konseling kelompok.¹⁵

d. Tahapan-tahapan Penyelenggaraan Layanan Konseling Kelompok

Dalam layanan konseling kelompok terdapat tahapan dalam pelaksanaannya yaitu:

- 1) Tahap awal atau pendirian kelompok
Proses utama di awal adalah orientasi dan penelitian. Pada fase ini, peserta memperkenalkan diri mereka dan pengajar menjelaskan teknik, prinsip, dan tujuan konseling
- 2) Tahap Transisi
Tujuan fase ini adalah mencairkan dan membangun rasa saling percaya antar anggota serta menyelaraskan kegiatan awal kelompok dengan kegiatan selanjutnya agar lebih terarah. Pada tahap ini, fasilitator menegaskan kembali cara kerja konseling kelompok, memberikan pertanyaan dan

¹⁵ Prayitno, 'Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok ', Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang, Padang 2004, 29.

jawaban kepada anggota tentang kesiapan, dan memberikan contoh-contoh pribadi untuk didiskusikan dalam konseling kelompok.

3) Tahap Tindakan

Fase ini merupakan fase inti, yaitu anggota kelompok menjelaskan masalah pribadinya. Langkah-langkah dari langkah-langkah tindakan tersebut adalah;

- a) pemimpin meminta anggota untuk menjelaskan masalah pribadinya satu per satu.
- b) Menyeleksi dan menetapkan permasalahan yang akan diatasi terlebih dahulu;
- c) Membicarakan topik yang dipilih secara menyeluruh;
- d) Hiburan;
- e) Menyatakan bahwa ia telah berkomitmen kepada anggota yang permasalahannya sedang dibahas.

4) Tahap Akhir

Pada fase ini, perilaku anggota kelompok berubah. Langkah-langkah dalam tahap akhir ini adalah:

- a) Konselor memberitahu anggota bahwa kegiatan ini akan selesai;
- b) Anggota mengekspresikan pandangan mereka dan menilai perkembangan diri mereka dalam berkontribusi pada layanan konseling kelompok.;
- c) Mendiskusikan tindakan selanjutnya;
- d) Pesan dan tanggapan dari setiap anggota kelompok;
- e) Terima kasih;
- f) Berdoa;
- g) Perpisahan.¹⁶

3. Motivasi Sholat

a. Definisi Motivasi

Secara etimologis, motivasi berasal dari kata “motive” yang berarti alasan yang dapat menjadi

¹⁶ Nasrina Nur Fahmi, Slamet, ‘Layanan Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Peserta didik Smk Negeri 1 Depok Sleman’, *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, 13. 2 (2017), 80.

dorongan; tindakan seseorang¹⁷. Sedangkan Menurut Oemar Hamalik, motivasi dipahami sebagai semua gejala yang turut mendorong terjadinya tindakan-tindakan menuju tujuan tertentu, dimana sebelumnya tidak ada gerak ke arah itu¹⁸. Motivasi dapat digambarkan sebagai upaya menciptakan kondisi tertentu agar seseorang mau melakukan sesuatu, dan jika ia tidak menyukainya, ia berusaha menolak perasaan itu. Motivasi dapat tumbuh dari dalam diri individu, tetapi juga dapat dipengaruhi oleh faktor *eksternal*¹⁹.

Dari pengertian motivasi di atas, dapat disimpulkan bahwa motivasi adalah keadaan seseorang, yang bersifat internal maupun yang disebabkan oleh faktor eksternal, yang dapat memotivasi seseorang untuk melakukan sesuatu guna mencapai tujuan yang diinginkan.

Adapun teori motivasi dari Abraham Maslow yaitu teori Hierarki Kebutuhan. Menurut Abraham Maslow didalam diri manusia terdapat 5 jenjang kebutuhan, yaitu

1. Psikologis, seperti rasa haus, lapar dan kebutuhan jasmani lainnya.
2. Keamanan, seperti keselamatan dan perlindungan terhadap fisik dan emosional
3. Sosial, seperti rasa sayang, diterima dengan baik, rasa dimiliki
4. Penghargaan, seperti pengakuan, perhatian
5. Aktualisasi diri, seperti dorongan untuk menjadi yang ia mampu, mencapai potensialnya, pemenuhan diri.

Maslow memisahkan kelima kebutuhan itu sebagai tingkat tinggi dan tingkat rendah. Kebutuhan psikologis dan kebutuhan akan keamanan digambarkan sebagai kebutuhan tingkat rendah dan kebutuhan sosial, kebutuhan akan penghargaan, dan aktualisasi-diri sebagai kebutuhan tingkat-tinggi. Perbedaan antara kedua tingkat itu berdasarkan alasan bahwa kebutuhan

¹⁷ W.J.S. Poerwodarminto, 'Kamus Umum Bahasa Indonesia', (Jakarta : Balai Pustaka, 2006), 57.

¹⁸ Oemar Hamalik, 'Psikologi Belajar dan Mengajar', (Bandung : Algensindo, 2004), 43.

¹⁹ A.M Sardiman, 'Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar', (Jakarta : Rajawali, 1992), 32.

tingkattinggi dipenuhi secara internal sedangkan kebutuhan tingkat-rendah terutama dipenuhi secara eksternal.²⁰

Ada Tiga komponen utama motivasi adalah Mobilitas, pengarahan, dan pemeliharaan perilaku manusia

- 1) Mobilisasi berarti memberdayakan individu dan mengarahkan mereka untuk bertindak dengan cara tertentu. Misalnya ingatan yang kuat, reaksi yang efektif, dan kecenderungan untuk merasakan kesenangan.
- 2) Motivasi juga mengarahkan atau menyalurkan perilaku. Dengan demikian menawarkan orientasi yang ditargetkan. Perilaku individu diarahkan pada sesuatu.
- 3) Untuk mendukung dan mempertahankan perilaku, lingkungan harus memperkuat (meningkatkan) intensitas dan arah motivasi dan kekuatan individu.²¹.

b. Jenis Motivasi

Jenis motivasi dilihat dari dua segi, yaitu motivasi yang berasal dari dalam diri individu yang sering disebut dengan motivasi intrinsik, dan motivasi yang berasal dari luar individu yang dapat disebut sebagai motivasi ekstrinsik

1) Motivasi intrinsik

Motivasi Intrinsik yaitu motif yang dapat beroperasi tanpa motivasi eksternal karena sudah ada daya tarik yang melekat dari dalam individu²². Jika seseorang sudah memiliki motivasi internal, maka secara sadar ia akan melakukan aktivitas yang tidak memerlukan motivasi eksternal. Terlihat juga bahwa seseorang dengan motivasi internal bertujuan untuk menjadi orang yang berpengalaman yang ahli dalam bidang tertentu. Motivasi intrinsik adalah keinginan yang menuju ke sumber kebutuhan.

2) Motivasi Ekstrinsik

²⁰ Yulianto Kadji, 'Tentang Teori Motivasi', *Jurnal Inovasi*, 9.1 (2012), 3.

²¹ Ngalim Purwanto, 'Psikologi Pendidikan', (Bandung : PT Remaja Rosda Karya, 2003), 57.

²² A.M Sardiman, 'Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar', (Jakarta : Rajawali, 1992), 68.

Motivasi ekstrinsik adalah kebalikan dari motivasi intrinsik, yaitu motivasi yang berasal dari luar individu. Contohnya adalah pujian, hadiah, dll²³. Bukan berarti motivasi ekstrinsik dalam pendidikan itu tidak perlu dan buruk, tetapi motivasi ekstrinsik diperlukan untuk memotivasi sesuatu.

c. Faktor-faktor yang mempengaruhi Motivasi

Adapun faktor-faktor yang dapat mempengaruhi motivasi pada diri Peserta didik yakni sebagai berikut:

- 1) faktor dari luar Peserta didik, yaitu
 - a) Faktor non-sosial, seperti: iklim, tempat
 - b) Faktor sosial (faktor sesama manusia). Seperti adanya dorongan dari orang luar
- 2) Faktor yang berasal dari dalam yaitu
 - a) Faktor fisiologis (fisik)
 - b) Faktor psikologis (kejiwaan) seperti perasaan senang, kesiapan, kesadaran.²⁴

Menurut Dimiyati dan Mudjiono, faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi pada Peserta didik yaitu sebagai berikut

- 1) Cita-cita atau Keinginan Peserta didik
Keberhasilan dalam mewujudkan keinginan dapat berujung pada cita-cita dalam hidup.
- 2) Kemampuan Peserta didik
Kemampuan tersebut terbukti dapat meningkatkan motivasi anak untuk mengembangkan tugas perkembangannya.
- 3) Kondisi Peserta didik
Kondisi Peserta didik yang meliputi kondisi jasmani dan rohani dapat mempengaruhi motivasi pada peserta didik.
- 4) Kondisi Lingkungan Peserta didik
Lingkungan Peserta didik masing-masing terdiri dari kondisi alam, lingkungan tempat tinggal dan kehidupan masyarakat.
- 5) Elemen Dinamis

²³ Muhibbin Syah, 'Psikologi Pendidikan Suatu Praktek Baru', (Bandung : Remaja Rosda Karya, 2003), 64.

²⁴ Sumadi Suryabrata, 'Psikologi Pendidikan', (Jakarta: Rajawali, 1998), 55.

Peserta didik mengalami perubahan pada perasaan, perhatian, pikiran dan lainnya karena pengalaman dalam hidup.²⁵

4. Sholat Berjama'ah

a. Definisi Sholat Berjamaah

Shalat berjamaah adalah shalat yang dilaksanakan dua orang atau lebih, yang mana salah satunya adalah pemimpin shalat (imam) dan yang lainnya adalah makmum. Kata shalat berarti jug doa. Dan menurut terminologi syariah, shalat dalam kondisi tertentu berarti suatu perbuatan yang diawali dengan takbir kemudian diakhiri dengan salam²⁶. Namun dalam bahasa Arab Jama'ah berasal dari kata *al-jam'u* yang mempunyai arti menggabungkan dengan cara mendekatkan satu sama lain²⁷. Oleh karena itu, shalat berjamaah secara bahasa berarti shalat yang dilakukan oleh dua orang atau bahkan lebih secara bersama-sama, yang satu menjadi imam shalat dan yang lain menjadi jamaah yang harus mengikuti imam dengan syarat-syarat yang telah ditetapkan²⁸.

Dari penjelasan pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa shalat berjamaah berarti menyembah Allah SWT. Ini berupa ucapan dan perbuatan yang diawali dengan takbir dan diakhiri dengan salam yang diucapkan oleh dua orang atau lebih dengan syarat yang telah ditentukan.

b. Hukum Sholat Berjam'ah

Para ulama' mempunyai perbedaan pendapat mengenai hukum dalam melaksanakan shilat berjamaah. Secara umum ada tiga pendapat, yaitu:

1) Fardhu Kifayah

Imam Syafi'i berpendapat bahwa hukum dari melaksanakan sholat berjamaah adalah fardhu kifayah yang berarti suatu hukum yang memiliki

²⁵ Dimiyati dan Mudjiono, 'Belajar dan Pembelajaran', (Jakarta : Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, 1994), 67.

²⁶ Siti Maryam, 'Shalat Dalam Perspektif Imam Al-Ghazali (Kajian Sufistik)', *Al-Fikrah*, 1.2 (2018), 110.

²⁷ Shalih bin Ghanim Al-Sadlan, 'Bimbingan Lengkap Shalat Berjamaah Menurut Sunnah Nabi', (Solo : At-Tibyan, 2002), 32.

²⁸ Sitti Maryam, 'Shalat Dalam Perspektif Imam Al-Ghazali (Kajian Sufistik)', *Al-Fikrah*, 1.(2):106-13, (2018), 46.

kewajiban untuk dilaksanakan, namun jika sudah ada umat islam yang melakukannya maka gugur kewajiban umat islam yang lainnya untuk melaksakannya²⁹.

Hukum ini berdasarkan dengan Hadits dibawah ini

ما من ثلاثة في قرية م لا بدو لاتقام فيهم الصلاة الاقداستحوذ
عليهم الشيطان، فعليك بالجماعة، فإنما يأكل الذئب القلصية

Artinya: “Tidaklah tiga orang yang tinggal di suatu daerah, tapi tidak melakukan shalat berjamaah, kecuali setan telah menguasai mereka, ingatlah bahwa serigala akan memakan domba yang terpisah dari kawannya” (HR. Abu Daud dan Nasai)³⁰

2) Sunnah Muakad

Madzhab Al-Hanafiyah dan Al-Malikiyah menegaskan bahwa hukum shalat berjamaah adalah sunnah muakad. Ia berpendapat berdasarkan hadits yang menyatakan bahwa shalat berjamaah lebih utama daripada shalat sendirian. Ini membuktikan bahwa itu hanya sunnah dan bukan sunnah kewajiban³¹. Pendapat ini berdasarkan pada dalil berikut,

“Dari Ibnu Umar Radhiyyallahuuanhu, bahwa Rasulullah SAW bersabda, Shalat berjamaah itu lebih utama dari shalat sendirian dengan dua puluh tujuh derajat.” (HR. Muslim)³².

3) Fardhu Ain

Madzhab Al-Hanafiyah dan Al-Hanabilah berpendapat bahwa hukum melaksanakan sholat berjamaah adalah fardhu ain³³. Pendapat ini berdasarkan pada dalil berikut,

²⁹ Imam Syarbini, ‘Pandangan Fiqh Tentang Shalat Berjamaah Secara Virtual’, AL-ADILLAH : Jurnal Hukum Islam 2 (2022), 57.

³⁰ Ahmad Sarwat, ‘Shalat Berjamaah Cetakan 1’, (Jakarta : Rumah Fiqih Publishing, 2018), 56.

³¹ Imam Syarbini, ‘Pandangan Fiqh Tentang Shalat Berjamaah Secara Virtual’, AL-ADILLAH : Jurnal Hukum Islam 2 (2022), 47.

³² Ahmad Sarwat, ‘Shalat Berjamaah Cetakan 1’, (Jakarta : Rumah Fiqih Publishing, 2018), 58.

³³ Imam Syarbini, ‘Pandangan Fiqh Tentang Shalat Berjamaah Secara Virtual’, AL-ADILLAH : Jurnal Hukum Islam 2 (2022), 60.

“Dari Abu Hurairah radhiyallahuanhu bahwa Rasulullah SAW bersabda, 'Sungguh aku punya keinginan untuk memerintahkan shalat dan didirikan, lalu aku memerintahkan satu orang untuk jadi imam. Kemudian pergi bersamaku dengan beberapa orang membawa seikat kayu bakar menuju ke suatu kaum yang tidak ikut menghadiri shalat dan aku bakar rumah-rumah mereka dengan api.'” (HR. Bukhari dan Muslim)³⁴.

c. Syarat Sah Sholat berjamaah

1) Niat Bermakmum.

Apabila makmum tidak berniat maka sholatnya menjadi tidak sah

2) Letak posisi makmum berada di belakang imam

Apabila melaksanakan sholat secara berdiri maka tumit makmum lebih mundur dari imam. Jika melaksanakan sholat secara duduk, maka bokong makmum lebih mundur daripada imam. Dan jika melaksanakan sholat dengan tiduran maka lambung makmum lebih rendah dari pada lambung imam.

3) Makmum mengetahui gerak perpindahan sholat imam

Dengan cara melihat langsung dari gerak-gerik imam ataupun dengan cara melihat berisan yang ada didepannya

4) Imam dan Makmum berkumpul pada satu tempat

Tempat adalah salah satu syarat mutlak pada pelaksanaan sholat berjamaah. Jika tidak terpenuhi, maka tidak tercapai makna dari berjamaah³⁵.

d. Keutamaan Sholat Berjamaah

Keutamaan sholat berjama'ah telah disebutkan di dalam Al-Qur'an, Hadits seperti dibawah ini:

1) Al-Qur'an

Pada QS. Al-Baqarah ayat 43 yang di dalamnya menjelaskan tentang keutamaan dari sholat berjama'ah,

³⁴ Ahmad Sarwat, 'Shalat Berjamaah Cetakan 1', (Jakarta : Rumah Fiqih Publishing, 2018), 60.

³⁵ Imam Syarbini, 'Pandangan Fiqh Tentang Shalat Berjamaah Secara Virtual', AL-ADILLAH : Jurnal Hukum Islam 2 (2022), 51.

وَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ وَآتُوا الزَّكَاةَ وَرَكَعُوا مَعَ الرَّاكِعِينَ

Artinya: “Dan dirikanlah shalat, tunaikan zakat dan rukuklah bersama orang-orang yang rukuk” (Al-Baqarah:43)³⁶

Dari ayat diatas berisi mengenai Allah SWT. Memerintahkan umat islam untuk melaksanakan rukuk bersama orang-orang yang rukuk. Yang dimaksud dari rukuk pada ayat diatas adalah sholat, yang artinya Allah memerintahkan kita untuk melaksanakan sholat secara berjamaah.

Adapula pada QS. An-Nisa ayat 102 yang artinya,

“Dan apabila kamu berada ditengah-tengah mereka (sahabat) lalu kamu hendak mendirikan shalat bersama mereka, maka hendaklah segolongan mereka berdiri(shalat) bersamamu dan menyandang senjata. Kemudianapabila mereka yang shalat bersamamu sujud, maka hendaklah mereka pindah kebelakangmuuntuk menghadapi musuh dan hendaklah datang golongan yang kedua yang belum bersembahyang. Lalu bersembahyanglah mereka bersamamu, dan hendaklah mereka bersiap siaga dan menyandang senjata. Orang-orang kafir ingin supaya kamu lengah terhadap senjatamu dan harta bendamu, lalu mereka menyerbumu dengan sekaligus. Dan tidak ada dosa atasmu meletakkan senjata-senjatamu, jika kamu mendapat kesusahan karena hujan atau memang sakit, dan siap siagalah kamu. Sesungguhnya Allah telah menyediakan adzab yang menghinkakan bagi orang-orang kafir itu.” (QS. An-Nisa: 102)³⁷.

Pada QS. An-Nisaa ayat 102 berisi tentang Allah SWT. Telah memerintahkan umat islam untuk melaksanakan sholat berjamaah meskipun dalam keadaan ketakutan.

³⁶ Nur Ilmu, Al Quran QS *Al-Baqarah*/2:43.

³⁷ Imam Syarbini, ‘Pandangan Fiqh Tentang Shalat Berjamaah Secara Virtual’, AL-ADILLAH : Jurnal Hukum Islam 2 (2022), 54.

2) Hadits

Dalam hadits ada banyak sekali yang menerangkan mengenai keutamaan dari sholat berjamaah, tiga diantaranya adalah

a) Dilipat gandakannya pahala

Terdapat beberapa hadits yang menerangkan kelipatan pahala pada sholat berjamaah berbeda-beda. Namun pada keutamaan ini meliputi secara umum dan tidak memandang laki-laki, perempuan, atau bahkan sholat di masjid maupun tidak.

Terdapat hadits yang menerangkan bahwa kelipatan sholat berjamaah adalah dua puluh lima derajat. Seperti hadits yang di riwayatkan oleh Abi Hurairah Rasulullah SAW bersabda yang artinya,

“Shalat seseorang dengan berjamaah 25 derajat lebih utama dari pada shalat sendirian di rumah atau di pasar, hal itu, karena dia wudhu’ dengan sempurna, kemudian pergi ke masjid dengan niat shalat, maka setiap langkagnya, akan ditinggikan derajatnya serta dihapus dosanya, apabila dia shalat, maka Malaikat bershalawat kepadanya, seraya berdo’a, “ Ya Allah kasihilah dia, Ya Allah, ampunilah dia”, do’a tersebut dipanjatkan oleh Malaikat selama orang tersebut belum keluar dari masjid untuk menunggu waktu shalat berikutnya”³⁸.

Disisi lain adapula hadits dari sumber lain menjelaskan bahwa dilipat gandakannya pahala saat sholat berjamaah adalah dua puluh tujuh derajat. Hadits dari Ibn Umar

صلاة الجماعة تفضل من صلاة الرجل وحده بسبع و عشرين

درجة

³⁸ Sholehuddin dan wawan Shofwan, ‘Shalat Berjamaah dan Permasalahannya’, (Bandung : Tafakur, 2014), 71.

“shalat berjamaah lebih utama daripada shalat sendirian sebanyak dua puluh tujuh derajat”³⁹.

e. Pengaruh shalat dzuhur berjamaah kepada perilaku Peserta didik

Dengan melaksanakan shalat dzuhur berjamaah menjadi pengaruh terhadap perilaku Peserta didik terlebih dari segi keagamaan. Dengan melaksanakan shalat dzuhur berjamaah disekolah, Peserta didik dapat lebih disiplin bukan hanya itu juga dapat menjadi lebih sabar serta tawakal terhadap Allah SWT, dalam menghadapi ujian-ujian saat menuntut ilmu disekolah.

Peserta didik yang telah melaksanakan shalat dzuhur berjamaah akan tumbuh dari dalam dirinya untuk berhubungan baik dengan Allah SWT dengan cara semakin memperbaiki ibadanya dan berhubungan baik dengan sesama manusia dengan cara berperilaku semakin baik⁴⁰. Dari penjelasan diatas bisa disimpulkan bahwa semakin rajin dan aktif Peserta didik melaksanakan shalat dzuhur berjamaah maka perilaku dan hubungan antara Peserta didik dan Allah SWT. Maupun dengan sesama manusia akan menjadi lebih baik.

B. Penelitian Terdahulu

Adapun penelitian terdahulu yang relevan dengan penulisan peneliti, yaitu:

1. Penelitian yang dilakukan pada tahun 2020 oleh Moh Nasruddin dengan judul “Peningkatan Sholat Dhuha Melalui Bimbingan Kelompok Teknik Self Management Pada Peserta didik Kelas XI MA Miftahul Thullab” program studi bimbingan konseling di Universitas Muria Kudus, topik penelitian 10 Peserta didik dengan shalat Dhuha yang rendah. Persamaan penelitian ini adalah sama-sama membahas tentang penggunaan teknik *self management* untuk meningkatkan doa pada Peserta didik. Dan juga dapat dibuktikan bahwa teknik *self management* dapat digunakan untuk meningkatkan motivasi Peserta didik dalam berdoa.

³⁹ Sholehuddin dan wawan Shofwan, ‘Shalat Berjamaah dan Permasalahannya’, (Bandung : Tafakur, 2014),75.

⁴⁰ Suparyanto dan Rosad, ‘Pengaruh Shalat Dzhuhur Berjamaah Terhadap Perilaku Keagamaan Peserta Didik di Kelas VIII SMP Muhammadiyah 8 Benjeng-Gresik’, *Suparyanto dan Rosad*, 5.3 (2015), 248-23.

Semakin baik teknik ini digunakan, semakin optimal hasil yang dicapai.⁴¹

2. Puspita Permata Sari, Skripsi “Penerapan Teknik Self Management Untuk Mengatasi Rendahnya Disiplin Belajar Peserta didik Kelas Xi Mm Smk Taman Peserta didik Kudus pada tahun 2014”. Subyek penelitian ini adalah tiga Peserta didik dengan disiplin rendah.⁴² Persamaan antara penelitian ini dengan peneliti adalah sama yaitu menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* untuk meningkatkan perilaku Peserta didik
3. Skripsi dengan judul “Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Peserta didik Kelas XI Administrasi Perkantoran Bandara Di SMK Penerbangan Raden Intann Bandar Lampung.T.A. 2017/2018” hasil karya dari Reza Febrianti. Berdasarkan hasil karya, 18 Peserta didik kelas XI. kelas SMK Penerbangan APB Bandar Lampung Raden Inta yang tergolong disiplin ilmu pembelajaran. Kemudian, 18 sampel dalam kategori Tinggi diidentifikasi dengan menggunakan teknik random sampling untuk memperhitungkan disiplin belajar Peserta didik yang rendah⁴³. Persamaan penelitian ini dengan yang diteliti peneliti adalah sama sama menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* untuk meningkatkan perilaku Peserta didik.
4. Skripsi dengan judul “Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik *Self-Management* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Peserta didik Sma Negeri 1 Samadua Kabupaten Aceh Selatan” hasil karya Nadia Elpiani. Populasi penelitian ini adalah Peserta didik kelas XI IIS yang dianggap memiliki disiplin belajar yang kurang baik.

⁴¹ Moh Nasruddin, Skripsi ‘Peningkatan Shalat Dhuha Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Self Management Pada Peserta Didik Kelas XI MA Miftahut Thullab’, Universitas Muria Kudus, (2020).

⁴² Permata Sari P, ‘Penerapan Teknik Self Management Untuk Mengatasi Rendahnya Disiplin Belajar Peserta didik Kelas Xi Mm Smk Taman Peserta didik Kudus Pada Tahun 2014’, (2014), journals.ums.ac.id/index.php/humaniora/articledownload/18421293.

⁴³ Reza Febrianti, ‘Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Peserta didik Kelas XI Administrasi Perkantoran Bandara Di SMK Penerbangan Raden Intann Bandar Lampung.T.A. 2017/2018, Universitas Negeri Raden Intan Lampung, (2017).

Kemudian, 9 sampel dengan disiplin belajar rendah dalam kategori diidentifikasi menggunakan teknik purposive sampling untuk menjelaskan disiplin belajar Peserta didik yang rendah⁴⁴. Persamaan dari penelitian ini dengan yang diteliti peneliti adalah sama sama menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* untuk meningkatkan suatu perilaku Peserta didik.

5.

C. Kerangka Berfikir

Kerangka berpikir terdiri dari dua faktor yang terstruktur dari berbagai teori yang telah dijelaskan. Menurut Sugiyono, kerangka berpikir merupakan kombinasi dari dua faktor yang terhubung dari berbagai hipotesis yang telah dijabarkan.⁴⁵

Kerangka berpikir pada penelitian ini adalah layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* dalam menangani Peserta didik kelas VIII yang memiliki motivasi sholat dzuhur berjamaah disekolah rendah. Jika Peserta didik tersebut telah mendapatkan layanan bimbingan kelompok dengan Teknik *self management* ini, maka Peserta didik yang memiliki motivasi sholat dzuhur berjamaah yang rendah menjadi mempunyai kesadaran dalam meningkatkan motivasinya dalam melaksanakan sholat dzuhur berjamaah disekolah. Dengan dilakukannya bimbingan kelompok dengan teknik *self management* ini Peserta didik yang memiliki motivasi rendah dalam melaksanakan sholat dzuhur berjamaah akan menjadi lebih rajin dan aktif sehingga dapat pula berpengaruh ke dalam perilaku Peserta didik. Berikut kerangka berpikir dari penelitian ini,

⁴⁴ Nadia Elpiani et al., 'Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Peserta didik SMA Negeri 1 Samudua' (2020), 29

⁴⁵ Sugiyono, 'Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)', (Bandung : Alfabeta, 2012), 78

Tabel 2.1
Kerangka Berpikir



D. Hipotesis

Menurut Sugiyono, Hipotesis adalah jawaban sementara atas suatu masalah⁴⁶. Sementara itu, menurut Sudjana, hipotesis adalah penilaian yang dilakukan untuk menjelaskan sesuatu yang perlu dibuktikan kebenarannya (Sadjana 2005).

Pada penelitian kali ini, hipotesis digunakan untuk mengetahui efektif atau tidak konseling kelompok dengan teknik *self management* dalam meningkatkan motivasi Peserta didik kelas VIII MTs Tuan Sokolangu dalam melaksanakan sholat dzhur berjamaah di sekolah.

H_a : Konseling kelompok dengan Teknik *self management* efektif dalam meningkatkan motivasi Peserta didik kelas VIII MTs Tuan Sokolangu dalam melaksanakan sholat dzhur berjamaah di sekolah.

H_o : Konseling kelompok dengan teknik *self management* tidak efektif dalam meningkatkan motivasi Peserta didik kelas VIII MTs Tuan Sokolangu dalam melaksanakan sholat dzhur berjamaah di sekolah.

⁴⁶ Sugiyono, 'Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D), (Bandung : Alfabeta, 2012), 89