

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pengendalian diri yang baik sangat diperlukan dalam aktifitas sehari-hari bagi seluruh manusia pada berbagai aspek kehidupan. Di dalam kehidupan bersosial terutama, *self control* (kontrol diri) merupakan hal yang berperan penting bagi remaja, lebih spesifik ke peserta didik terutama jika dikaitkan dengan penelitian ini maka objeknya adalah santri. *Self control* membantu santri agar lebih berhati-hati dan tidak gampang terpengaruh dengan pergaulan yang *toxic*. *Self control* dapat dijadikan kekuatan psikis untuk mengelola tingkah laku, memilih dan memilah antara yang baik dan yang buruk, serta penting dan tidaknya untuk dikerjakan.

Self control berguna untuk memperhitungkan kemampuan apa yang ingin dilakukan dan membimbing tingkah laku seseorang, serta mengaplikasikan perilaku baik berdasarkan aturan-aturan yang berlaku untuk menghindari tingkah laku buruk dan memungkinkan tingkah laku seseorang diterima oleh lingkungan masyarakat. *Self control* yang dimiliki seseorang dapat memilah dan memilih perilaku yang baik dan buruk. Yang juga dapat membentuk kemampuan seseorang untuk mengarahkan perilakunya. Orang yang dapat mengendalikan diri bisa melihat apakah mereka menyadari perilakunya yang dilakukan setiap hari.¹

Teknik konseling kelompok behavioral cocok untuk dipergunakan dengan Teknik *modelling* untuk mengetahui *self control* personal, hal tersebut merupakan kesimpulan peneliti setelah membaca penelitian terdahulu yang menjadi rujukan penelitian ini

Masa perpindahan sosial dari anak-anak ke remaja mengalami perubahan dalam interaksi individu dengan orang lain dalam berbagai aspek, terdiri dari emosi kepribadian dan peran dari konteks sosial dalam perkembangan. Membangkang

¹ Monica Priskila, Erfan Ramadhani, and Endang Surtiyoni, "Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Menggunakan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan *Self control* Siswa Kelas XI SMK Muhammadiyah 2 Palembang," *Quanta* 5, no. 2 (2021): 56–60.

orang tua, perilaku agresif kepada teman sebaya, perkembangan sikap asertif (kemampuan untuk mengkomunikasikan apa yang dirasakan, diinginkan, dan dipikirkan terhadap orang lain secara terbuka dan jujur dengan menghormati hak pribadi dan orang lain), kebahagiaan remaja di berbagai peristiwa tertentu serta peran aktifis gender di lingkungan masyarakat untuk merefleksikan pesan proses sosial emosional seiring perkembangan remaja. Oleh karena itu dibutuhkan kemampuan kontrol atau mengendalikan diri di dalam proses masa perkembangan remaja. Mekanisme kemampuan mengontrol diri dapat dikatakan sebagai upaya individu.²

Pada saat individu memasuki usia remaja, ada beberapa tugas perkembangan yang harus diselesaikan oleh seorang individu. Terdapat 10 tugas yang harus dilakukan oleh seorang individu yang sudah memasuki usia remaja, salah satunya adalah berkaitan dengan aspek perkembangan sosial, yakni mencapai hubungan yang lebih matang dengan lingkungan sosial dan teman sebaya. Pada masa kini remaja lebih banyak menghabiskan waktunya dalam bersosial di luar rumah, seperti bergaul dengan teman-teman sebayanya, bersosialisasi dengan lingkungan yang ada di sekitarnya, menjalin dan membangun hubungan dengan orang lain dan lain sebagainya. Memasuki usia remaja, pengenalan atau pergaulan dan interaksi dengan teman sebaya terutama lawan jenis.³ Etika pada umumnya hanya dipandang dari sisi nilai buruk baik, karena nilai buruk dianggap pasti salah dan nilai baik dianggap pasti benar, hal ini menjadi semakin jelas dikaitkan dengan etika religius, apa saja yang diperintahkan Allah subhanahu wata'ala dianggap benar dan baik, sengkannya apa saja yang dilarang-Nya dianggap salah dan buruk. Dalam hal ini, etika yang dimaksud peneliti merupakan etika Islam. Dalam *Encyclopedia of Ethics* sebagaimana yang dikutip Abd. Haris dijelaskan batasan-batasan etika Islam sebagai berikut: "*Islamic ethis is based on*

² Cucu Arumsari, "Konseling Individual Dengan Teknik Modeling Simbolis Terhadap Peningkatan Kemampuan Kontrol Diri," *Jurnal Konseling GUSJIGANG* 2, no. 1 (2016).

³ Salasa Fajarani, Muswardi Rosra, and Shinta Mayasari, "Peningkatan *Self control* Melalui Konseling Kelompok Teknik Modelling Pada Siswa Kelas VIII," *ALIBKIN (Jurnal Bimbingan Konseling)* 5, no. 3 (2017).

and draw from shari'a, wich in turn is based on drawn from Quran adn Hadith, namely, reasoning from analogy and reahing consesus." (Etika Islam didasarkan dan diambil dari syariah yang pada glirannya didasarkan pada al-Qur'an dan hadist serta dua cara, yakni *Ijma* dan *Qiyas*). Berdasarkan batasan tersebut maka etika Islam adalah etika yang berdasarkan ajaran agama Islam, yaitu yang berdasarkan dari al-Qur'an, Hadist, *Ijma*, dan *Qiyas*.⁴

Selain daripada penjelasan di atas pengendalian diri merupakan salah satu kemampuan yang harus dimiliki oleh santri, karena dengan pengendalian diri yang baik perilaku seseorang akan lebih terarah ke arah yang positif, akan tetapi kemampuan ini tidak serta merta terbentuk begitu saja, tetapi harus melalui proses-proses dalam kehidupan, termasuk dalam menghadapi kondisi yang ada di lingkungannya.⁵

Sama halnya dengan apa yang dibutuhkan santri, terkhusus santri Pondok Pesantren Sabilurrosyad Pringsewu Bakalan Krapyak Kaliwungu Kudus, yang memerlukan salah satu metode konseling, yakni konseling kelompok untuk meningkatkan *self control* yang berguna dalam berbagai macam kebutuhan untuk mencari ilmu. Melalui *self control* yang ada dalam diri santri, menjadikan santri mampu menjalankan berbagai kegiatan yang diberikan dengan lancar tanpa adanya halangan yang berarti.

Self control yang dimiliki santri masih dikatakan kurang maksimal. Dari hasil wawancara yang dilakukan dengan Ketua Pondok Pesantren Sabilurrosyad diketahui bahwasanya terdapat tiga masalah utama dalam diri santri, yaitu berkaitan dengan manajemen kognitif, manajemen dorongan hati, manajemen emosi dan manajemen unjuk kerja. Berkaitan dengan manajemen kognitif, tidak sedikit santri yang dapat dengan mudah menerima informasi terkait dengan dunia luar pondok pesantren.

Manajemen dorongan hati, terkait manajemen dorongan hati para santri merasa kesulitan untuk memotivasi diri terkait

⁴ Abd. Haris, *Etika Hamka, Konstruksi Etik Berbasis Rasional-Religius* (Yogyakarta: LKiS, 2010).

⁵ Zulfah Zulfah, "Karakter: Pengendalian Diri," *Iqra: Jurnal Magister Pendidikan Islam* 1, no. 1 (2021): 28–33.

segala kewajiban dan aturan yang sudah ditetapkan di pondok pesantren.

Manajemen emosi sendiri berkenaan dengan kemampuan santri untuk mengendalikan emosi yang ada dalam dirinya. Tidak sedikit santri yang masih tergolong labil dimana hal ini mengakibatkan adanya kelompok-kelompok santri yang tidak mau berinteraksi dengan santri atau kelompok santri lainnya. pengakuan terhadap kelompok merasa lebih penting daripada pengakuan kemampuan dalam mengaji oleh kiyai.⁶

Manajemen unjuk kerja, para santri juga mengalami kemalasan terhadap terhadap berbagai kegiatan yang diadakan oleh pondok pesantren seperti halnya ekstrakurikuler dan berbagai agenda tambahan yang dapat menyokong kreativitas santri.

Beragam permasalahan yang muncul dalam diri santri jika tidak meningkatkan *self control*, santri tidak akan bisa mandiri sebagaimana santri-santri pada umumnya. Hal tersebut berdampak pada ketidakmampuan santri dalam memahami dirinya sebagai santri dan pada akhirnya akan lalai dalam menimba ilmu selama ada di pesantren.

Berdasarkan permasalahan dalam diri santri yang telah dipaparkan, maka dalam penelitian ini peneliti akan membahas mengenai *self control* yang dilakukan di Pondok Pesantren Sabilurrosyad dengan mengajukan judul penelitian berikut “Pengaruh Konseling Kelompok Behavioral dengan Teknik *Modelling* Untuk Meningkatkan *Self control* Santri”

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana *self control* santri sebelum praktik konseling kelompok behavioral dengan teknik *Modelling*?
2. Bagaimana *self control* santri sesudah konseling kelompok behavioral dengan teknik *modelling*?
3. Apakah terdapat pengaruh konseling kelompok behavioral dengan teknik *Modelling* untuk meningkatkan *self control* santri Sabilurrosyad Piringsewu Kaliwungu Kudus?

⁶ Ahmad Fathan Baidhowi, “Wawancara Dengan Ketua Pondok Pesantren Sabilurrosyad” (Muhammad M isbahul Anam, 2023).

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui praktik konseling kelompok behavioral dengan teknik *Modelling* untuk meningkatkan *self control* pada santri Pondok Pesantren Sabilurrosyad Pringsewu Kaliwungu Kudus
2. Untuk mengetahui penerapan kontrol diri pada santri Pondok Pesantren Sabilurrosyad Pringsewu Kaliwungu Kudus
3. Untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok behavioral dengan teknik *Modelling* untuk meningkatkan *self control* santri Pondok Pesantren Sabilurrosyad Pringsewu Kaliwungu Kudus

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Secara Teoritis
 Penelitian secara teoritis diharapkan dapat bermanfaat sebagai bahan kajian serta khasanah ilmu pengetahuan bidang studi bimbingan dan konseling Islam dalam menangani masalah terkait kontrol diri santri bagi para konselor dan pembaca sesuai bidang studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Kudus.
2. Manfaat Secara Praktis
 - a. Bagi peneliti sangat bermanfaat dan sebagai pemahaman serta pengalaman khususnya tentang penerapan bimbingan dan konseling Islam teknik *Modelling* yang terkait kontrol diri.
 - b. Bagi pengasuh, bermanfaat sebagai masukan dalam meningkatkan kontrol diri santri melalui keilmuan bimbingan dan konseling Islam.
 - c. Bagi santri, hasil penelitian dapat memberikan informasi masukan untuk meningkatkan kontrol diri.

E. Sistematika Penulisan

Adapun dalam penyusunan proposal penelitian ini, sistematika penulisan dibagi menjadi tiga bagian, meliputi:

1. Bagian Awal

Dibagian awal penyusunan proposal penelitian terdiri dari beberapa bagian, mulai dari sampul, lembar pengesahan proposal, serta daftar isi.

2. Bagian Tengah

Pada bagian ini, terdiri dari beberapa bab, mulai dari:

a. BAB I PENDAHULUAN

Bab pendahuluan ini memaparkan mengenai hal – hal yang melatar belakangi masalah dalam penelitian, sehingga sifatnya masih umum. Dalam bagian ini, terdiri dari Latar Belakang, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian, serta Sistematika Penulisan.

b. BAB II LANDASAN TEORI

Bab ini berisi deskripsi teori dengan masalah yang diteliti. Disamping itu, terdapat juga bagian yang menjelaskan terkait penelitian-penelitian terdahulu yang berkesinambungan, juga kerangka penulis dalam berpikir dan hipotesis.

c. BAB III METODE PENELITIAN

Di dalam bab ini, terdiri dari; Jenis dan Pendekatan Penelitian, Setting Peneliti, Populasi dan Sampel, Desain dan Definisi Operasional Variabel, Uji Validitas dan Reabilitas Instrumen, Teknik Pengumpulan Data, Teknik Analisis Data

3. Bagian Akhir

Pada bagian terakhir terdiri dari daftar pustaka, lampiran-lampiran dan riwayat singkat pendidikan penulis.