BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Terapi Behavior

1. Pengertian Terapi Behavior

Terapi tingkah laku adalah gabungan dari beberapa teori belajar yang dikemukakan oleh ahli yang berbeda. Menurut Willis, terapi tingkah laku berasal dari dua konsep yang dituangkan oleh Ivan Pavlov dan Skinner. Tetapi Latipun, menambahkan J.B. Watson setelah Pavlov dan Skinner sebagai tokoh yang mengembangkan dan menyempurnakan prinsip-prinsip behaviorisme. Pendiri behaviorisme sendiri adalah J.B. Watson yang mengesampingkan nilai kesadaran dan unsur positif manusia lainnya.[24]

Pendiri dari teori behaviorisme adalah Jhon Broads Watson, menurutnya psikologi harus menjadi ilmu yang objektif, dalam artian psikologi harus dipelajari sebagaimana mempelajari ilmu pasti atau ilmu lain. Oleh karena itu, ia tidak mengakui adanya kesadaran yang hanya dapat diteliti melalui metode intropeksi yang dianggap tidak obyektif dan tidak ilmiah. Pengaruh Watson yang lain adalah psikoterapi, yaitu dengan digunakannya teknik kondisioning untuk menyembuhkan kelainan- kelainan tingkah laku.[25]

---

[24] Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar- Dasar Konseling*, (Jakarta: Kencana, 2011) hal. 167

[25] Iin Tri Rahayu, *Psikoterapi*, (Malang: UIN Malang Press, 2009) hal. 67

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Behaviorisme adalah suatu pandangan ilmiah tentang tingkah laku manusia. Dalil dasarnya adalah bahwa tingkah laku itu tertib dan bahwa eksperimen yang dikendalikan dengan cermat akan menyingkapkan hukum- hukum yang mengendalikan tingkah laku. Behaviorisme ditandai oleh sikap membatasi metode- metode dan prosesur- prosedur pada data yang diamati.[26]

Terapi behavior adalah terapi tentang tingkah laku. Sekilas tentang terapi tingkah laku menurut Marquis, terapi tingkah laku adalah suatu teknik yang menerapkan informasi–informasi ilmiah guna menemukan pemecahan masalah yang dihadapi oleh manusia. Jadi tingkah laku berfokus pada bagaimana orang –orang belajar dan kondisi – kondisi apa saja yang menentukan tingkah laku mereka. Istilah terapi tingkah laku atau konseling behaviorisme berasal dari bahasa Inggris *Behavior Counseling* yang untuk pertama kalinya digunakan oleh Jhon D. Krumboln (1964). Krumboln adalah pemotor utama dalam menerapkan pendekatan behaviorisme terhadap konseling, meskipun dia melanjutkan aliran yang sudah dimulai sejak tahun 1950.

Madzhab penganut behaviorisme berpendapat bahwa sikap manusia adalah hasil dari salah satu faktor berikut:

a. Kegagalan mempelajari atau memperoleh lingkungan yang sesuai
b. Mempelajari pola – pola tingkah laku yang tidak sesuai atau penyakit

[26] Gerald Corey, *Teori dan Praktik Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2013) hal. 198

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

c. Menghadapi suasana pertarungan – pertarungan yang menghendaki ia untuk membedakan dan mengambil keputusan – keputusan dimana ia merasa tidak sanggup untuk melakukannya. [27]

Menurut Gerald Corey setiap orang dipandang memiliki kecenderungan – kecenderungan positif dan negatif yang sama dan tingkah laku yang sama dan segenap tingkah laku manusia yang dipelajari. [28]

Terapi behavior adalah pendekatan yang ada pada konseling dan psikoterapi yang berurusan dengan pengubahan tingkah laku.[29] Terapi behavior adalah teknik yang digunakan pada gangguan tingkah laku yang diperoleh dari cara belajar yang salah, dan karena diubah melalui proses belajar, untuk mendapatkan tingkah laku yang sesuai.[30]

Behaviorisme adalah sebuah pandangan yang menyatakan bahwa perilaku harus dijelaskan melalui pengalaman yang dapat diamati, bukan dengan proses mental. Artinya, menurut aliran ini perilaku adalah segala sesuatu yang kita lakukan dan bisa dilihat secara langsung. Misalnya, guru tersenyum terhadap murid, atau murid mengganggu murid yang lainnya, dan sebagainya. Namun pemikiran, perasaan dan motif yang dialami yang tidak dapat dilihat oleh orang

---

[27] Hasan Langulung, *Teori – Teori Kesehatan Mental*. (Jakarta: Pustaka Al – Husna, 1992) hlm. 23-24

[28] Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: PT. Eresco, 1997) hlm. 198

[29] Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: PT. Eresco, 1997) hlm. 196

[30] Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: PT. Eresco, 1997) hlm. 198

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

lain bukanlah objek yang tepat untuk ilmu perilaku karena tidak bisa diobservasi secara langsung.

Terapi behavior adalah salah satu teknik yang digunakan dalam menyelesaikan tingkah laku yang ditimbulkan oleh dorongan dari dalam dan dorongan untuk memenuhi kebutuhan – kebutuhan hidup, yang dilakukan melalui proses belajar agar bisa bertindak dan bertingkah laku lebih efektif, lalu mampu menanggapi situasi dan masalah dengan cara yang efektif dan efisien. Aktifitas inilah yang disebut dengan belajar.[31]

Para Behavioris radikal memandang bahwa tingkah laku manusia bukan didasari oleh pilihan dan kebebasan, melainkan dipengaruhi oleh situasi dan kondisi objektif di dunia pada masa lampau dan hari ini. Jadi, lingkungan menempati posisi penting dalam pembentukan tingkah laku manusia.

Aspek penting dari terapi behaviorisme adalah bahwa perilaku dapat didefinisikan secara operasional, diamati, dan diukur[32]. Para behavioris berpandangan bahwa gangguan tingkah laku merupakan akibat dari proses belajar yang salah. Maka, untuk memperbaikinya diperlukan perubahan lingkungan menjadi lebih positif dengan harapan tingkah laku yang dimunculkan bersifat positif pula.

---

[31] Kartini Kartono, *Psikologi Sosial 3*, (Jakarta: CV. Rajawali 1997) hlm. 301-302

[32] Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar- Dasar Konseling,* (Jakarta: Kencana Prenada Media, 2011) hal. 167

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Behaviorisme merupakan salah satu pendekatan untuk memahami perilaku individu yang memandang individu dari sisi fenomena fisik, dan cenderung mengabaikan aspek-aspek mental. Dengan kata lain, behaviorisme cenderung tidak mengakui adanya kecerdasan, bakat, minat dan perasaan individu dalam suatu belajar. Behaviorisme menganggap peristiwa belajar semata-mata melatih refleks-refleks sedemikian rupa sehingga menjadi kebiasaan yang dikuasai oleh individu. Behaviorisme lebih dikenal dengan nama teori belajar, karena seluruh perilaku adalah hasil belajar. Proses belajar artinya, proses perubahan perilaku organisme sebagai pengaruh lingkungan. Behaviorisme tidak mau mempersoalkan apakah manusia rasional atau emosional, behaviorisme hanya ingin mengetahui bagaimana perilaku dikendalikan faktor-faktor lingkungan. Behaviorisme lahir sebagai reaksi terhadap interaksionisme dan juga psikoanalisis. Behaviorisme ingin menganilisis hanya perilaku yang nampak saja, yang dapat diukur, dilukiskan, dan diramalkan.[33]

Terapi behavioral berbeda dengan sebagian besar pendekatan terapi lainnya, ditandai oleh: (a) pemusatan perhatian kepada tingkah laku yang tampak dan spesifik, (b) kecermatan dan penguraian tujuan-tujuan treatment, (c) perumusan prosedur treatment yang spesifik yang sesuai dengan masalah, dan (d) penafsiran objektif atas hasil-hasil terapi.

[33] Sumanto, *Psikologi Umum*, (Yogyakarta: CAPS, 2014) hal. 105

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Pada dasarnya, terapi behavioral diarahkan pada tujuan-tujuan memperoleh tingkah laku baru, penghapusan tingkah lakuyang maladaptif, serta memperkuat dan mempertahankan tingkah laku yang diinginkan. Pernyataan yang tepat tentang tujuan-tujuan treatment dispesifikan, sedangkan pernyataan yang bersifat umum tentang tujuan ditolak.

Karena tingkah laku yang dituju dispesifikan dengan jelas, tujuan-tujuan treatment dirinci dengan metode-metode konseling diterangkan, maka hasil-hasil terapi menjadi dapat dievaluasi.[34]

Ciri – ciri dari terapi behavior sendiri adalah berpusat pada tingkah laku yang tampak dan spesifik, cermat dalam mengurai treatment yang diberikan, perumusan prosedur yang objektif pada permasalahan yang ada, penaksiran objektif atas hasil terapi. Terapi behavior merupakan penerapan aneka ragam teknik dan prosedur yang bersumber dari berbagai tentang teori belajar. Terapi behavior ini meyertakan penerapan yang sistematis pada prinsip belajar dan perubahan tingkah laku kearah yang adaptif. Pendekatan behavior ini memberikan manfaat baik pada bidang klinis maupun pendidikan. Hal ini dijelaskan dalam Qs. An-Nahl: 97 yang artinya ‘’Barang siapa melakukan kebaikan, baik laki – laki maupun perempuan dalam beriman, maka pasti akan kami berikan kepadanya kehidupan yang baik dan akan kami beri balasan dengan pahala yang lebih baik dari apa yang

[34] Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, hal. 196-197

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

telah mereka kerjakan''. Jadi dapat kita simpulkan dari ayat diatas jika kita mengubah tingkah laku orang lain kepada kebaikan maka Allah akan memberikan balasan bagi kita pahala yang lebih dari apa yang kita harapkan. Oleh karenanya kita sebagai umat Islam utamanya konselor islami harus ''Fastabiqul Khoirot'' dengan tujuan memperoleh ridho dari Allah SWT.

Pada dasarnya terapi tingkah laku lebih kepada membuang tingkah laku maladaptif kepada perilaku adaptif serta memperkuat perilaku dan mempertahankan perilaku yang diinginkan.[35]

2. Latar Belakang Terapi Behavior

Behaviorisme lahir sebagai suatu reaksi dari sebuah intreksionisme dan juga psikoanalisis. Perkembangan terapi ini ditandai dengan suatu pertumbuhan yang fenomenal sejak akhir tahun 1950an. Pada awal tahun 1960an, laporan tentang penggunaan teknik terapi tingkah laku muncul dalam kepustakaan profesional. John Watson, pendiri behaviorisme menyingkir dari psikologi konsep seperti kesadaran, determinasi diri, dan berbagai fenomena subjektif lainnya. Ia mendirikan psikologi tentang kondisi tingkah laku yang dapat diamati.[36]

Terapi ini dihasilkan oleh beberapa hasil eksperimen para behaviorist yang memberikan sumbangan pada sebuah prinsip belajar dalam tingkah laku manusia. Pendekatan ini memiliki perjalanan yang

[35] Gerald corey, *Teori dan Praktek Konseling dan psikoterapi*, (Bandung: PT. Refika Adhitama, 2009) hal. 197

[36] Gantina Komalasari dan Wahyuni Eka, *Teori dan Teknik Konseling* (Jakarta: Indeks, 2011) hal. 142

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

panjang mulai dari penelitian laboratorium terhadap binatang hingga terhadap manusia. Secara garis besar perkembangannya terdiri dari 3 trend utama, yaitu kondisioning klasik, kondisioning operan, dan kognitif.

3. Tujuan Terapi Behavior

Tujuan umum dari terapi behavior adalah untuk menciptakan suasana baru bagi setiap proses belajarnya. Teori mendasar yang ada pada diri manusia adalah setiap tingkah laku manusia itu dipelajari, termasuk tingkah laku maladaptif. Apabila tingkah laku tersebut tingkah laku neurotik learned maka ia bisa unlearned (dihapus dari ingatan) dan tingkah laku yang baik dan efektif bisa diperoleh. Teori tingkah laku sebenarnya terdiri atas penghapusan sikap yang tidak efektif kemudian diganti dengan perilaku yang lebih efektif, dan juga memberikan pengalaman – pengalaman pembelajaran didalamnya yang berisi respon – respon yang layak dan belum dipelajari.

Tujuan adanya konseling behavior sendiri adalah untuk membantu konseli menghilangkan respon – respon atau tingkah laku lama yang merusak dirinya dengan mempelajari yang lebih baik dan sehat. Tujuan terapi behavior adalah untuk memperoleh perilaku baru, menghilangkan perilaku lama yang maladaptif dan juga menjaga perilaku baru yang diinginkannya serta memperkuatnya.[37]

4. Teknik – Teknik Terapi Behavior

[37] Sofyan S Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2009) hal. 70

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

a. Desensitisasi Sistematik

Teknik ini merupakan perpaduan dari beberapa teknik seperti memikirkan sesuatu, menenangkan diri (relaksasi) dan membayangkan sesuatu. Dalam pelaksanaannya konselor berusaha untuk menanggulangi ketakutan atau kecemasan yang dihadapi oleh konseli. Dengan teori pengkondisian klasik maka respon-respon yang tidak dikehendaki dapat dihilangkan secara bertahap. Cara yang digunakan dalam keadaan santai adalah dengan memberikan stimulus yang menimbulkan kecemasan kemudian dipasangkan dengan stimulus yang menimbulkan keadaan santai. Memasangkan secara berulang-ulang sehingga stimulus yang semula menimbulkan kecemasan hilang secara berangsur-angsur.[38]

b. Terapi Implosif dan Pembanjiran

Teknik ini terdiri atas pemunculan stimulus berkondisi secara berulang-ulang. Teknik pembanjiran berbeda dengan teknik desensitisasi sistematik dalam arti teknik pembanjiran tidak menggunakan agen pengkondisian balik maupun tingkatan kecemasan. Terapis memunculkan stimulus-stimulus penghasil kecemasan, klien membayangkan situasi, dan terapis berusaha mempertahankan kecemasan klien. Menurut teknik ini, jika seseorang secara berulang-ulang dihadapkan pada suatu situasi penghasil kecemasan dan

[38]Hartono,*Psikologi Konseling Edisi Revisi*, (Jakarta: Kencana, 2012) hal. 128

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

konsekuensi-konsekuensi yang menakutkan tidak muncul, maka kecemasan akan tereduksi atau terhapus.[39]

c. Terapi Aversi

Teknik pengkondisian aversi digunakan untuk meredakan perilaku yang tidak diinginkan dengan cara menyajikan stimulus yang tidak menyenangkan sehingga perilaku yang tidak diinginkan tidak muncul. Stimulus yang tidak menyenangkan diberikan secara bersamaan dengan munculnya perilaku yang tidak diinginkan. Stimulus-stimulus aversi biasanya berupa hukuman dengan sengatan listrik atau pemberian ramuan yang membuat mual. Perilaku yang dapat dimodifikasi dengan teknik pengkondisian aversi adalah perilaku maladaptif, seperti merokok, obsesi kompulsi, penggunaan zat adiktif, penyimpangan seksual.

d. Latihan Asertif

Latihan asertif merupakan teknik dalam konseling behavioral yang menitik beratkan pada kasus yang mengalami kesulitan dalam perasaan yang tidak sesuai dalam menyatakannya. Sebagai contoh ingin marah, tapi tetap berespon manis.

Latihan asertif adalah suatu teknik untuk membantu klien dalam hal-hal berikut:

1) Tidak dapat menyatakan kemarahannya atau kejengkelannya

[39] Gerald Corey. *Teori & Praktek Konseling & Psikoterapi*,hal. 211-212

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2) Mereka yang sopan berlebihan dan membiarkan orang lain mengambil keuntungan dari padanya
3) Mereka yang mengalami kesulitan dalam berkata "tidak"
4) Mereka yang sukar menyatakan cinta dan respon positif lainnya
5) Mereka yang merasakan tidak punya hak untuk menyatakan pendapat dan pikirannya.

Latihan asertif ini mengajak konselor untuk berusaha memberikan keberanian kepada klien dalam mengatasi kesulitan terhadap orang lain. Pelaksanaan teknik ini ialah dengan role playing (bermain peranan). Konselor misalnya berperan sebagai atasan yang galak, dan klien sebagai bawahannya. Kemudian dibalik, klien menjadi atasan yang galak dan konselor menjadi bawahan yang mampu dan berani mengatakan sesuatu keberanian. Hal ini memang bertentangan dengan perilaku klien selama ini, dimana jika ia dimarahi atasan diam saja, walaupun dalam hatinya ingin mengatakan bahwa ia benar.[40]

e. Memberi Contoh (*modelling*)

Pemberian contoh merupakan teknik yang sering digunakan oleh konselor. Karena semua pengalaman yang didapat dari hasil belajar dapat dilakukan dengan cara melakukan pengamatan secara langsung atau tidak langsung kepada objek berikut konsekuensinya. Dengan pemberian contoh, konseli akan belajar dari tingkah laku orang lain yang menjadi

[40] Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2011) hal. 73

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

objek. Selain itu konseli dapat belajar dari sisi negatif dan positif dari objek yang dilihatnya.[41]

f. Home Work

Yaitu suatu latihan rumah bagi klien yang kurang mampu menyesuaikan diri terhadap situasi tertentu. Caranya ialah dengan memberi tugas rumah untuk satu minggu. Misalnya tugas klien adalah tidak menjawab jika dimarahi ibu tiri.

Klien menandai hari apa dia menjawab dan hari apa dia tidak menjawab. Jika seminggu dia tidak menjawab selama lima hari, berarti ia diberi lagi tuas tambahan sehingga selama tujuh hari tidak menjawab jika dimarahi.

Selain teknik-teknik yang telah dikemukakan diatas, Corey juga menambahkan teknik yang juga diterapkan dalam terapi behavioristic yang termasuk dalam metode-metode pengondisian operan, antara lain:

1. Perkuatan positif, adalah teknik yang digunakan melalui pemberian ganjaran segera setelah tingakh laku yang diharapkan muncul.
2. Percontohan (modeling). Dalam teknik ini dapat mengamati seseorang yang dijadikan contohnya untuk berperilaku kemudian di perkuat dengan mencontoh tingkahlaku sang model.
3. Token economy, teknik ini dapat diberikan apabila persetujuan dan penguatan lainnya tidak memberikan kemajuan pada tingkah laku klien.[42]

[41] Gerald Corey, *Teori & Praktek Konseling & Psikoterapi*, hal.213
[42] Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-dasar Konseling dalam Teori dan Praktek*, hal. 173-175

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

4. Pembentukan respon. Dalam pembentukan respon, tingkah laku sekarang secara bertahap diubah dengan memperkuat unsur-unsur kecil dari tingkah laku baru yang diinginkan secara berturut-turut sampai mendekati tingkah laku akhir. Pembentukan respon berwujud pengembangan suatu respon yang pada mulanya tidak terdapat pembendaharaan tingkah laku individu.
5. Perkuatan intermiten, mengganjar setiap terjadi munculnya tingkah laku yang diinginkan, misalnya dengan pujian atau hadiah.
6. Penghapusan. Cara untuk menghapus tingkah laku yang maladaptif adalah menarik perkuatan dari tingkah laku yang maladaptif itu. Wolpe menekankan bahwa penghentian pemberian perkuatan harus serentak dan penuh.[43]

B. **Teknik Aversi**

1. Pengertian teknik aversi

Menurut *Kamus Umum Bahasa Indonesia* terapi adalah pengobatan penyakit.[44] Sedangkan aversi adalah perasaan tidak setuju disertai dengan dorongan untuk merubah tingkah laku diri atau menghindarnya.[45] Teknik aversi ini telah digunakan secara luas untuk meredakan gangguan – gangguan behavioral yang spesifik, melibatkan pengasosiasian tingkah laku simtomatik dengan suatu stimulus yang menyakitkan sampai tingkah laku yang tidak diinginkan terhambat

[43] Gerald Corey, *Teori dan Praktek Koseling dan Psikoterapi*, hal. 219-221
[44] W. J. S. Poerwadarminta, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2007), hal 1258
[45] Happy El Rais, *Kamus Ilmiah Populer*, (Yogyakarta: Cetakan I, 2012), hal 62

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kemunculannya. Teknik aversi adalah teknik yang bertujuan melemahkan perilaku maladaptif pada perilaku yang adaptif dalam hal ini adalah santri dalam sebuah pondok pesantren yang selalu ada saja alasan untuk tidak melakukan sholat berjamaah. Stimulus yang diberikan pada teknik aversi biasanya berupa hukuman atau sanksi (ta'zir) dengan kejutan listrik atau memberikan ramuan yang membuat mual. Teknik aversi bisa melibatkan penarikan penguatan positif atau penggunaan berbagai bentuk hukuman.

Teknik – teknik dalam aversi inilah yang digunakan para behavioris karena metode ini dianggap cukup memberikan pengaruh pada perubahan tingkah laku klien meski cara yang digunakan sedikit menekan guna menghindari konsekuensi terburuk agar klien tidak melakukan hal yang tidak diinginkan. Sebagian besar lembaga – lembaga memakai prosedur – prosedur aversi untuk mengendalikan para anggotanya untuk membentuk tingkah laku individu agar sesuai dengan aturan yang ada.[46]

Terapi aversi dilakukan untuk mengurangi perilaku yang tidak diinginkan dengan memberikan stimulus yang tidak menyenangkan (menyakitkan) sehingga perilaku yang tidak memunculkan perilaku yang tidak diinginkan.[47] Butir yang penting adalah bahwa maksud dari prosedur aversi ialah menyajika cara untuk menahan respon maladaptif dalam suatu periode sehingga terdapat kesempatan untuk memperoleh

[46] Gerald Corey, *Teori & Praktek Konseling & Psikoterapi*, (Bandung: PT. Refika Adhitama, 2013), hal 216

[47] Latipun, *Psikologi konseling*, (Malang: UMM Press, 2008), hal 143

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

tingkah laku alternatif yang adaptif dan mampu memperkuat dirinya sendiri. Salah satu kesalahpahaman yang populer adalah bahwa teknik – teknik yang berlandaskan hukuman merupakan perangkat yang paling penting bagi para terapis tingkah laku. Sebenarnya hukuman jangan sering dilakukan meskipun mungkin para konseli meminta penghapusan tingkah laku melalui proses penghukuman. Apabila cara – cara yang merupakan alternatif bagi hukuman tersedia maka hukuman jangan digunakan. Cara yang positif dan mengarah pada tingkah laku baru akan lebih efektif jika digunakan.[48]

2. Jenis Teknik Aversi

Ada berbagai media yang dapat digunakan dalam pelaksanaan terapi aversi ini diantaranya yaitu:

a. Kejutan listrik adalah dengan memasangkan elektroda pada lengan, betis atau jari sehingga dapat menghasilakn kejutan listrik.
b. Convert sensitization adalah dengan meminta klien untuk membayangkan perilaku maladaptif yang bisa dilakukan dan akibat apa yang akan ditimbulkan guna menimbulkan rasa penyesalan atau perasaan bersalah.
c. Aversi kimia adalah dengan memasukkan bahan kimia semacam obat atau cairan sehingga menimbulkan rasa mual pada klien.

[48] Gerald Corey, *Teori & Praktek Konseling & Psikoterapi*, (Bandung: PT. Refika Adhitama, 2013), hal 217

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

d. Penjenuhan adalah membuat diri klien merasa jenuh terhadap suatu tingkah laku, sehingga dia tidak lagi mau unutk melakukan perilaku tersebut lagi.

3. Langkah - Langkah Teknik Aversi

Tahap dari terapi aversi ada 4 langkah yaitu: assesment, menentukan tujuan apa yang ingin dicapai, menerapkan teknik,dan yang terakhir adalah follow up.

a. Assesment

Dalam melakukan assesment konselor melakukan hal yang bertujuan untuk menentukan apa yang akan dilakukan oleh klien pada saat proses konseling. Adapun teknik yang dilakukan dalam proses assesmen ada beberapa yaitu: pertama kali kita harus terlebih dulu menganalisis tingkah laku klien yang bermasalah (maladaptif) kemudian menganalisis situasi apa yang ada didalam permasalahan klien sehingga konselor dapat dengan tepat memberikan bantuan pada klien. Setelah menganalisis situasi yang dialami klien kemudian mencari tau apa yang sebenarnya menjadi motivasi klien untuk berubah menjadi lebih baik lagi, dengan motivasi yang kuat klien dapat mencapai keberhasilan yang baik dengan cara mengontrol dirinya, dalam artian mengontrol agar perilaku yang tidak diinginkan tidak muncul. Dalam melakukan kontrol pada diri sendiri juga diperlukan hubungan sosial dengan orang sekitar yang memang pada

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

hakikatnya manusia adalah makhluk sosial yang dalam kehidupannya membutuhkan orang lain. Menganalisa fisik dan kondisi sosial budaya juga diperlukan dalam proses assesmen ini karena dengan melakukannya konselor dapat mengerti keadaan klien seperti apa dan bagaimana.

b. Menentukan Tujuan

Setelah melakukan assesmen tentunya perlu menentukan tujuan dari proses konseling yang akan dilakukan. Tujuan konseling ini dilakukan sesuai kesepakatan antara konselor dan klien berdasarkan dengan informasi yang telah diterima konselor dan dianalisa. Konselor membantu klien melihat masalah atas dasar tujuan yang hendak dicapai. Memperhatikan hambatan yang kemungkinan muncul selama proses konseling juga di butuhkan agar dapat diukur dan mengantisipasi setiap hambatan dengan baik. Menentukan tujuan sebaiknya dilakukan dengan menyusun apa saja tujuannya dalam satu urutan yang detail.

c. Menerapkan Teknik

Menentukan teknik yang baik untuk dilakukan adalah inti dari proses konseling karena teknik juga dapat memengaruhi berhasil atau tidaknya suatu proses konseling dalam melakukan tujuan yang hendak dicapai. Konselor dan klien selanjutnya menerapkan teknik yang sudah di sepakati oleh keduanya sesuai dengan permasalahan yang dialami klien.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

d. Follow Up

Proses follow up ini merupakan proses menjadi tahap akhir dalam proses konseling, dimana dalam tahap ini juga dilakukan evaluasi selama proses konseling dari awal hingga saat ini apakah ada perubahan dalam diri klien ataukah sebaliknya. Jika hasil yang dicapai sebaliknya maka konselor dan klien memberi jalan untuk mencari jalan dan memantau proses konseling apakah selama proses konseling ada sesuatu yang salah atau sesuatu yang mungkin kurang maksimal dalam melakukannya.[49]

Tujuan dari teknik aversi ini untuk menghukum perilaku negatif dan memperkuat perilaku positif. Hukuman yang digunakan bisa dengan kejutan aliran listrik[50] bisa juga dengan proses aturan yang berlaku karena dalam hal ini peneliti melakukan penelitian di pondok pesantren yang notabenenya menerapkan hukum secara islami dan mendidik utamanya bagi para santri di pondok pesantren tersebut.

4. Pengondisian Teknik aversi

Teknik aversi ini bisa dipakai untuk mengubah atau menghilangkan perilaku buruk yang ada pada klien. Teknik ini digunakan untuk meningkatkan kepekaan klien dalam menerima stimulus yang disenenanginya dengan sebaliknya. Stimulus yang disajikan diberikan secara bersamaan dengan munculnya tingkah laku

[49] Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: PT. Indeks, 2011) hal 157
[50] Sofyan Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004) hal 71

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yang tidak dikehendaki. Dalam artian ketika perilaku tidak diinginkan ini muncul maka proses penghukuman akan berlaku. Pengondisian ini diharapkan dapat membentuk efek yang tidak diinginkan dengan menyajikan stimulus yang sebaliknya.

Apabila hukuman digunakan akan ada beberapa kemungkinan terbentuknya efek samping secara emosional tambahan seperti: tingkah laku yang tidak diinginkan yang dihukum boleh jadi akan ditekan hanya apabila penghukum berada dalam suatu tempat dimana ada pelaku tersebut, jika tidak ada tingkah laku yang menjadi alternatif bagi tingkah laku yang dihukum, maka individu ada kemungkinan untuk menarik diri secara berlebihan, pengaruh hukuman boleh jadi digeneralisasikan kepada tingkah laku lain yang berkaitan dengan tingkah laku yang dihukum.[51]

Hal yang perlu dilihat dalam menggunakan teknik ini adalah ada beberapa poin yang menjadi sudut perhatian bagi peneliti dalam melaksanakan teknik ini agar hukuman jangan sering dilakukan apabila sangat terpaksa melakukan hukuman maka lebih baik menghukum sekaligus mendidik sebagai contoh dalam pondok pesantren Burhanul Hidayah ini santri yang tidak melaksanakan sholat berjamaah akan dihukum membaca Al - Qur'an satu juz di tengah lapangan antara pondok putra dan putri serta namanya akan tercantum pada papan yang

[51] Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, (Bandung: Refika Adhitama, 2013), hal 218

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

ada di dalam pondok putra atau putri, dengan begitu para santri akan lebih hati – hati agar tidak melanggarnya.

C. **Kedisiplinan Sholat Berjamaah**

1. Pengertian kedisiplinan

Kedisiplinan berasal dari kata disiplin yang dibentuk dari kata disiplin yang di imbuhi ke-an, yaitu menjadi suatu kata kedisiplinan yang artinya suatu hal yang membuat seseorang melakukan sesuatu yang berhubungan dengan kehendak langsung, ketaatan, kepatuhan, kepada peraturan ataupun tata tertib yang ada.

Kedisiplinan adalah ketaatan terhadap aturan atau tata tertib. Tata tertib adalah seperangkat peraturan yang berlaku untuk menciptakan kondisi yang tertib dan teratur. Jadi kedisiplinan adalah menaati tata tertib dalam semua aspek kehidupan, diantaranya: agama, sosial, budaya, pergaulan, sekolah, dan lain – lain. Keberhasilan seseorang dalam sebuah usaha tergantung pada kedisiplinannya karena orang yang disiplin adalah orang yang berbuat dengan mestinya tanpa dibuat – buat dan tanpa mengurangi keadaan yang sebenarnya.[52]

Kedisiplinan harus ditegakkan dalam segala bidang karena tanpa ada kedisiplinan seseorang akan susah mencapai sesuatu yang di inginkan. Pada intinya kedisiplinan merupakan sebuah kunci keberhasilan seseorang dalam kehidupannya. Entah itu disiplin dalam kebiasaan sehari

[52] A.S. Moenir, *Pendekatan Manusiawi dan Organisasi terhadap Pembinaan Kepegawaian*, (Jakarta : PT. Gunung Agung, 1983), hal 181

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

– hari ataupun disiplin dalam melakukan suatu kegiatan akademis. Seseorang dalam melakukan kegiatan yang kecil sekalipun sangat perlu disiplin karena setiap apa yang dilakukan sangat tepat dan harus sesuai dengan prediksinya. Bahkan biasanya orang yang disiplin setiap menit waktunya akan dijadwalkan dan melakukan apapun sesuai dengan schedule yang telah dibuatnya. Jadi biasanya orang yang seperti ini tidak mau membuang – buang waktu terlalu lama hanya untuk bersenang – senang belaka.

2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kedisiplinan

Dalam rangka membina dan meningkatkan kedisiplinan seorang siswa dalam melaksanakan ibadah sholat terutama di lingkungan pondok pesantren maka perlu di perhatikan unsur yang mempengaruhinya agar disiplin bisa terwujud dalam perilaku siswa yang kemudian menjadi suatu kesadaran pada dirinya untuk melakukan hal itu dengan sendirinya. Adapun faktornya adalah sebagai berikut:

1) Faktor Intern

Faktor intern adalah faktor dari dalam diri seorang individu itu sendiri dengan kata lain pembawaan dari sejak manusia itu lahir. Faktor ini mempunyai peran penting dalam sebuah kehidupan seseorang seperti yang diungkapkan Zakiah Drajat yaitu ‘’ beberapa ahli biologi dan psikologi berpendapat bahwa peluang pendidik untuk memaksimalkan potensi yang ada sangatlah besar/kuat’’. Kutipan itu menegaskan bahwa fakotr bawaan dari setiap individu sangatlah

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

berperan mempengaruhi kehidupan manusia akan tetapi bisa ditunjang dengan cara didik dan lingkungan tempat tinggalnya agar terbentuk pribadi yang diinginkan.

2) Faktor Ekstern[53]

Faktor ekstern adalah suatu yang mempengaruhi diri seorang individu dari luar artinya bisa dari orang lain, lingkungan atau lain sebagainya.

Seorang siswa meninggalkan sholat jamaah bisa diakibatkan karena terpengaruh oleh seorang teman yang dilihatnya meninggalkan sholat jamaah sehingga dalam kesadarannya meniru hal tersebut. Dan juga mungkin itu berkelanjutan karena lingkungan pesantren yang kurang dalam hal kontrol kepada siswa yang meninggalkan sholat jamaah tersebut.

Implikasinya seorang siswa merasa nyaman dengan perbuatan melanggar peraturan pesantren tersebut tanpa ada rasa bersalah dan secara tidak sadar menjadi sebuah kebiasaan (habbit) yang terus menerus dikerjakan. Ini perlu disadari bersama bahwa faktor dari luar ini tidak kalah pentingnya dalam membentuk kebiasaan siswa.

3) Indikator Kedisiplinan Sholat Berjamaah

a. Disiplin dalam melaksanakan sholat berjamaah

[53] Evi Chumaidah, *Upaya Peningkatan Pendidikan Kedisiplinan Sholat Berjamaah di Madrasah Tsanawiyah Negeri Sidoarjo* (Surabaya : Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, 2011), hal 34

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. Bila mendengar adzan dikumandangkan segera bergegas mengambil air wudlu
c. Melaksanakan sholat sunnah rowatib
d. Meluruskan shof ketika melaksanakan sholat berjamaah
e. Melaksanakan sholat berjamaah bagaimanapun keadaannya
f. Aktif melaksanakan sholat berjamaah
g. Dzikir dan do'a setelah melakukan sholat berjamaah

3. Pengertian Sholat Berjamaah

Berjamaah adalah berkumpul bersama dalam suatu kelompok atau perkumpulan. Shalat berjamaah artinya shalat bersama-sama, baik di masjid, mushalla, maupun di rumah, dengan syarat ada imam dan ada makmumnya. Pengertian shalat berjamaah adalah shalat yang dilakukan secara bersama-sama dan sekurang-kurangnya terdiri atas dua orang yakni imam dan makmum. Cara mengerjakannya, imam berdiri di depan dan makmum di belakangnya. Makmum harus mengikuti perbuatan imam dan tidak boleh mendahului.

Pada dasarnya sholat yang utama adalah sholat berjamaah. Sholat berjamaah adalah sholat yang dilakukan oleh dua orang atau lebih yang dilakukan bersamaan dan salah satunya menjadi imam dalam sholat tersebut. Dalam setiap gerakan sholat memiliki banyak sekali manfaat untuk tubuh kita.[54]

[54] Imam Musbikin, *Misteri Sholat Berjamaah bagi Kesehatan Fisik dan Psikis*, (Yogyakarta : Mitra Pustaka, 2007), hal 53

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Rasululloh bersabda: ‘’sholat berjamaah melebihi sholat sendirian dengan dua puluh derajat’’. Diriwayatkan bahwa esok pada hari kiamat dikumpulkan sekelompok orang yang (cahaya) wajahnya seperti matahari. Ketika malaikat bertanya kepada mereka tentang perbuatannya, mereka menjawab: ‘’kami sudah berada didalam masjid ketika adzan di kumandangkan.[55]

Allah juga telah mensyariatkan untuk umat ini berkumpul pada suatu waktu yang sangat di kenal. Di antaranya adalah dalam sehari dan semalam, seperti, sholat fardlu lima waktu. Kaum muslimin berkumpul untuk melaksanakan sholat di dalam masjid setiap siang dan malam lima kali.[56] Dasar hukum sholat berjamaah sendiri menurut sumber lain adalah sunnah muakkad yaitu di bawah wajib dan diatas sunnah biasa. [57] Usman meriwayatkan secara marfu’ (yakni, menisbahkan ucapan ini kepada Nabi SAW) : ‘’barang siapa menghadiri sholat jamaah isya’ di masjid, seakan – akan ia bertahajjud setengah malam, dan barang siapa menghadiri sholat jamaah shubuh seakan – akan ia bertahajjud semalam suntuk. [58]

Sholat sendiri dapat menghindari penundaan dan berguna untuk mengatur waktu kita dalam meakukan aktivitas sehari – hari contoh kecilnya ketika kita berangkat sekolah di pagi hari pasti kita telah melaksanakan sholat shubuh. Sholat shubuh ini juga bisa untuk mencegah

---

[55] Imam Al-Ghazali, *Keagungan Salat*, (Bandung : PT. Remaja Rosdakarya, 2005), hal 50

[56] Syaikh Dr. Shalih bin Fauzan Al-Fauzan, *Kitab Sholat*, (Jakarta: PT. Darul Falah, 2007), hal 191

[57] Kahar Mansyur, *Salat Wajib menurut Madzhab Empat*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 1995), hal 329

[58] Al – Ghazali, *Rahasia – Rahasia Shalat*, (Kairo-Mesir: Dar At – Turats Al – ‘Arabiy), hal 23

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

menunda kita untuk bermalas – masalan di tempat tidur dan juga bisa untuk mengatur waktu dengan bangun agak pagi untuk sholat shubuh maka kita akan mempersiapkan untuk sekolah agar tidak ada barang atau pekerjaan yang terlupa karena sudah dipersiapkan lebih pagi. [59] Maka bersegeralah menuju masjid, dan carilah shaf pertama. Sungguh, dari Abu Hurairah ra, Nabi SAW telah bersabda,

لَوْيَعْلَمُ النَّاسُ مَا فِى النِّدَاءِ وَالصَّفِّ الْأَوَّلِ ثُمَّ لَمْ يَجِدُوْا إِلَّا أَنْ يَسْتَهِمُوْا عَلَيْهِ لَاسْتَهَمُوْا.

مَا فِي النِّدَاءِ وَالصَّفِّ الأَوَّلِ ثُمَّ لَمْ يَجِدُوا إِلَّا أَنْ يَسْتَهِمُوا عَلَيْهِ لاسْتَهَمُوا لَوْ يَعْلَمُ النَّاسُ

"Seandainya manusia mengetahui apa yang ada (yaitu keutamaan) di dalam seruan (adzan) dan shaf pertama, lalu mereka tidak bisa mendapatkan shaf tersebut kecuali dengan undian, sungguh mereka akan melakukan undian untuk mendapatkannya." (HR. Bukhari 580)

Allah dan Para Malaikat Bershalawat Kepada Orang-Orang Di Shaf Awal

Dan tidakkah Anda ingin shalat bersama dengan para malaikat?! Diriwayatkan dari Al Barra' bin 'Adzib bahwa Nabi *shallallaahu 'alaihi wa sallam* bersabda,

"إن الله وملائكته يصلون على الصف المقدم، والمؤذن يغفر له مدى صوته ويصدقه من سمعه من رطب ويابس وله مثل أجر من صلى معه"

[59] Muhammad Bahnasi, *Sholat sebagai Terapi Psikologi*, (Bandung: Mizan Media Utama, 2008), hal 221-225

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

“Sesungguhnya Allah dan para malaikat-Nya bershalawat kepada orang-orang di shaf awal, dan muadzin itu akan diampuni dosanya sepanjang radius suaranya, dan dia akan dibenarkan oleh segala sesuatu yang mendengarkannya, baik benda basah maupun benda kering, dan dia akan mendapatkan pahala seperti pahala orang-orang yang shalat bersamanya” (HR. Ahmad dan An Nasa’i dengan sanad yang jayyid)

Dalam hadits lain dari Nu’man bin Basyir *radhiyallahu ‘anhu* beliau berkata, “Aku mendengar Rasulullah *shallallahu ‘alaihi wa sallam* bersabda,

إن الله وملائكته يصلون على الصف الأول أو الصفوف الأول

“Sesungguhnya Allah dan para malaikat-Nya bershalawat kepada orang-orang di shaf pertama, atau di beberapa shaf yang awal”

Ancaman bagi orang yang mengakhirkan jamaah

Maka, wahai saudaraku seiman, bergegaslah menuju masjid jika adzan telah dikumandangkan. Segera tinggalkan segala keperluan duniawimu, segeralah mengambil air wudhu’, sebab Allah dan Rasul-nya telah mengancam dengan tegas lewat sabda Nabi-Nya.

Dari Abu Sa’id Al Khudri bahwa Rasulullah *shallallaahu ‘alaihi wa sallam* melihat diantara shahabat ada yang mengakhirkan berangkat ke masjid, maka beliau bersabda :

لَايَزَالُ قَوْمٌ يَتَأَخَّرُوْنَ حَتَّى يُؤَخِّرَهُمُ اللهُ

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

"*Tidaklah suatu kaum mengakhirkan (yaitu menuju masjid) hingga Allah akan mengakhirkan mereka*"

Syaikh Ibnu 'Utsaimin *rahimahullah* berkata,

وعلى هذا فيخشى على الإنسان إذا عود نفسه التأخر فى العبادة أن يبتلى بأن يؤخره الله عز وجل فى جميع مواطن الخير

"*Oleh karena itu hendaklah orang-orang merasa takut apabila mereka mengakhirkan suatu ibadah, mereka akan diuji dalam bentuk Allah 'azza wa jalla akhirkan dalam segala bentuk kebaikan" (Ikhtishar Fatawa Ibnu 'Utsaimin* 13/54)

Sebagai penutup, hendaklah kita selalu mengingat firman Allah *Ta'ala* yang artinya: "*Berlomba-lombalah kamu kepada ampunan dari Tuhanmu dan surga yang luasnya seluas langit dan bumi, yang disediakan bagi orang-orang yang beriman kepada Allah dan Rasul-Rasul-Nya. Itulah karunia Allah, diberikan-Nya kepada siapa yang dikehendaki-Nya. Dan Allah mempunyai karunia yang besar.*" (QS. Al Hadiid : 21)[60]

4. Pengertian Kedisiplinan Sholat Berjamaah

Kedisiplinan sholat berjamaah adalah suatu aturan yang ada dalam sebuah kelompok guna melaksanakan sholat lima waktu. Seseorang melakukannya dengan senang hati dan memang menjadi sebuah keharusan bagi dirinya sendiri untuk melaksanakan sholat berjamaah.

[60] https://muslim.or.id/7492-keutamaan-shaf-pertama.html diakses pada 18 April 2017 pukul:21.15 WIB

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

5. Faktor – Faktor Kedisiplinan Sholat Berjamaah

Ada banyak sekali faktor yang dapat mempengaruhi kedisiplinan seseorang terlebih sholat berjamaah. Disini saya akan membahas faktor kedisiplinan di pondok pesantren:

a. Faktor Intern

Faktor intern ini berasal dari dalam dirinya dimana seseorang akan melaksanakan sholat berjamaah jika dia ingin sholat berjamaah entah itu dengan tujuan apa atau bagaimana. Dorongan dari dalam diri ini yang biasanya membuat seseorang terkadang enggan untuk beranjak pergi ke masjid guna melaksanakan sholat berjamaah. Banyak sekali faktor yang membuat enggan pergi sholat berjamaah diantaranya: sedang asik melakukan sesuatu yang kalau di tinggal sayang, bisa juga karena malas pergi, dan lain sebagainya. Intinya seseorang akan mengerjakan sesuatu jika dorongan dari dalam dirinya kuat maka ia akan melakukannya akan tetapi jika dorongan dalam dirinya lemah maka ia tidak akan mengerjakannya.

b. Faktor Ekstern

Faktor ekstern adalah faktor dari luar diri seorang individu entah itu lingkungan atau kondisi yang sedang dihadapinya. Selain faktor Intern ada faktor ekstern yang juga berpengaruh pada seseorang. Termasuk dalam hal disiplin sholat berjamaah. Banyak sekali hal yang mempengaruhi seseorang untuk disiplin melakukan sholat berjamaah. Lingkungan yang mendorong untuk mendisiplinkan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sholat berjamaah biasanya identik dengan pondok pesantren. Tapi jangan salah biasanya masih ada santri di pondok pesantren yang masih enggan melakukan sholat berjamaah karena malas atau teman – teman dekatnya sering tidak melakukan sholat berjamaah padahal sudah di wajibkan atas setiap santri melakukan sholat berjamaah di masjid pondok pesantren. Ada juga santri yang sangat gemar melakukan sholat berjamaah bahkan sangat disiplin dalam waktu sholat berjamaah karena ia sadar bahwa sholat berjamaah memang sudah di wajibkan di pondok pesantren dan juga ia tau betapa besar faedah dan manfaat yang bisa diperoleh dari sholat berjamaah.

6. Manfaat kedisiplinan Sholat Berjamaah

Diantara manfaat sholat berjamaah adalah:

a. Memperkuat tali persaudaraan

Karena jika kita melakukan sholat berjamaah otomatis kita bisa bersosialisasi dengan santri yang lain dengan bermunajat bersama setelah melakukan sholat berjamah

b. Dapat memaksimalkan waktu dengan baik

Orang yang sholat berjamaah akan dapat memprediksikan waktunya dengan baik karena biasanya orang akan mudah mengatur jadwal dari pagi hingga larut malam untuk melakukan aktivitas sehari – hari jika jadwal tersusun rapi dengan sholat berjamaah dari shubuh hingga petang (5 waktu) maka aktivitas orang tersebut dapat berjalan dengan semestinya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

c. Dapat mendisiplinkan diri sendiri

Dengan kata lain jika kita dalam hal sholat jamaah saja disiplin maka otomatis setiap apa yang dilakukan orang tersebut dalam sehari – harinya tidak mau rugi. Intinya semua kegiatan yang dilakukan kegiatan yang positif bahkan kalau seseorang tidak butuh tidur maka ia tidak akan tidur melainkan ia akan mengerjakan hal yang positif dan berguna bagi dirinya sendiri dan orang lain.

d. Melebur dosa

Seperti kita ketahui setelah sholat berjamaah dan wiridan semua orang akan bersalaman nah dalam sebuah kitab yang pernah diceritakan oleh guru saya bersalaman setelah melakukan sholat berjamaah di masjid dapat melebur dosa dengan orang yang kita ajak bersalaman tersebut. Akan tetapi jika punya kesalahan dengan sesama manusia harus di lontarkan dengan jelas apa saja kesalahannya ketika meminta maaf kepada seseorang

e. Mendapat pahala yang dijanjikan Allah

Sebagaimana kita ketahui bahwa Allah telah menjanjikan seseorang pahala sebanyak 27 derajat bagi mereka yang sholat berjamaah dibanding mereka yang sholat sendirian. Akan tetapi kembali lagi pada fitrahnya semua pahala diterima atau tidaknya itu tidak ada yang tau kecuali Allah dan semua perbuatan manusia tergantung pada niatnya seperti dalam sebuah petikan hadits shohih Bukhori Muslim yang artinya: ‘’.....segala sesuatu itu tergantung pada

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

niatnya....'' artinya jika orang melakukan sholat berjamaah karena Lillah atau karena seseorang maka orang lain tidak akan tahu apa yang ada dalam hatinya.

D. Implementasi Teknik Aversi dalam Meningkatkan Kedisiplinan Sholat Berjamah

Teknik aversi dan kedisiplinan sholat berjamaah berhubungan erat antara satu sama lainnya dalam hal membantu konseli untuk membuat perubahan dalam dirinya. Pada penelitian ini teknik aversi digunakan sebagai fasilitas untuk membantu mendisiplinkan konseli dalam melaksanakan sholat berjamaah.

Mungkin sebagian orang seringkali beranggapan bahwa teknik aversi adalah teknik dengan menggunakan kekerasan akan tetapi pada penelitian ini peneliti tidak menggunakan hukuman atau kekerasan lainnya akan tetapi menggunakan penguatan positif. Penguatan positif inilah yang menjadi alternatif dalam teknik aversi yang digunakan peneliti untuk membantu klien dalam mendisiplinkan dirinya untuk melakukan sholat berjamaah.

Pada penelitian lain juga teknik aversi digunakan pada siswa yang suka berbohong pada penelitian ini jenis yang digunakan adalah studi kasus dimana subjeknya adalah seorang siswa kelas 2 di SMAN 1 jekulo kudus pada tahun ajaran 2014-2015. Penelitian ini dimaksutkan untuk mengetahui apa saja faktor yang membuat siswa ini berbohong dan seberapa efektif teknik aversi ini dalam menangani kasus anak yang berbohong ini. Penelitian ini juga menggunakan penguatan positif dengan nada agak tinggi dan dibantu dengan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

renungan serta bantuan video dengan maksut menghilangkan perilaku tidak baik pada siswa ini.[61]

Dalam penelitian ini juga dipaparkan bahwa teknik aversi yang digunakan adalah penguatan positif agar terhindar dari pemakaian hukuman yang nantinya mungkin akan berdampak buruk entah itu bagi kondisi fisik atau psikis klien. Teknik aversi dalam penelitian ini dilakukan pada siswa yang membolos di SMP Negeri 4 Delanggu Yogyakarta. Hal ini dilakukan untuk meminimalisir siswa yang terlambat masuk sekolah dan mendiskripsikan bagaimana langkah untuk menangani siswa yang membolos. Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian lapangan yang bersifat deskriptif dimana metode pengumpulan data yang dilakukan dengan cara wawancara, observasi, dan dokumentasi.[62]

Dalam penelitian selanjutnya kedisiplinan sholat berjamaah berpengaruh dalam perilaku sosial santri di sebuah pondok pesantren. Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan studi korasional yang mana diperoleh hasil nilai koefisien korelasinya adalah 0,376. Dari penelitian ini diperoleh kesimpulan bahwa ada pengaruh positif antara kedisiplinan sholat berjamaah terhadap perilaku sosial santri karena dengan

---

[61] Afrianto Ribut Nugroho, *Penerapan Konseling Behaviorisme dengan Teknik Aversi untuk Mengatasi Siswa Suka Berbohong Kelas XI SMAN JEKULO Kudus*, (Skripsi: Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sunan Muria Kudus, 2015)

[62] Desy Istiana Ramadhani, *Terapi Aversi dalam Menangani Siswa Membolos di SMP Negeri 4 Delanggu, Yogyakarta* (Skripsi: Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga, 2016)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sholat berjamaah santri satu dengan yang lain otomatis akan lebih sering bertatap muka dan juga terjadi proses komunikasi yang baik.[63]

[63] Hurrotul A'yuuni, *Pengaruh Kedisiplinan Sholat Berjamaah Terhadap Perilaku Sosial Santri di Pondok Pesantren Al-Manar Bener, Tengaran, Semarang,* (Skripsi: Progrram S1 Jurusan Tarbiyah Program Studi Pendidikan Agama Islam Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Salatiga, 2012)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id