

BAB I

PENDAHULUAN

A. Konteks Penelitian

Masa remaja yakni berlangsung pada usia 12 tahun sampai 21 tahun untuk wanita dan usia 13 tahun sampai 22 tahun untuk pria.¹ Kutipan laman RSJ Menur, diambil data berdasarkan *World Health Organization* (WHO) remaja dikategorikan pada usia 10-19 tahun. Sedangkan dari data Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) remaja dikategorikan usia 10-24 tahun dan belum menikah.² Masa Remaja merupakan masa peralihan dimana dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Masa remaja menunjukkan dengan jelas bahwa sifat transisi atau peralihan masa karena remaja belum memperoleh status dewasa dan tidak lagi status kanak-kanak.

Masa remaja pada saat itu disebut transisi, sebab seseorang telah meninggalkan masa kanak-kanak namun ia juga belum memasuki masa dewasa. Peralihan tidak berarti terputus dengan perubahan yang telah terjadi sebelumnya, tetapi sebuah peralihan dari tahap perkembangan ke tahap berikutnya. Kalangan remaja yang menjadi hiperaktif di media sosial ini juga sering memposting kegiatan sehari-hari mereka yang seakan-akan menggambarkan gaya hidup mereka yang mencoba mengikuti perkembangan zaman. Selain itu manusia merupakan salah satu aktor yang kreatif dan mampu menciptakan berbagai hal, salah satunya adalah ruang interaksi di masyarakat.

Remaja sebenarnya belum mempunyai tempat yang jelas. Mereka bukan termasuk golongan anak-anak, akan tetapi belum juga dapat diterima secara penuh untuk masuk ke golongan orang dewasa. Maka dari itu, remaja seringkali dikenal dengan fase “*mencari jati diri*” atau fase “*topan dan badai*”. Remaja masih belum mampu menguasai dan memfungsikan secara maksimal fungsi fisik maupun psikisnya. Menurut Hurlock,³ perkembangan remaja memiliki tugas diantaranya mampu menerima keadaan pada fisiknya, menerima dan memahami peran apa saja seks pada usia dewasa, mampu membina hubungan baik antar sesama, baik yang sebaya maupun lawan jenis, mampu mencapai kemandirian secara emosional, ekonomi, dan mampu mengembangkan keterampilan dan intelektual yang sangat perlu dikembangkan sebagai peran masyarakat,

¹Mohammad Ali dan Mohammad Asrori, Psikologi Remaja: *Perkembangan Peserta Didik*. (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2014), hlm. 9

²RSJ Menur, “Pencegahan Kecemasan Berlebihan pada Remaja dengan Stop Overthinking”. (Surabaya: Artikel online, 2021).

³Elizabeth Hurlock(1891-1972) lahir pada tanggal 11 Juni 1891. Ia dilahirkan kedalam keluarga Hurlock.

mengembangkan perilaku tanggung jawab sosial yang diperlukan untuk memasuki perkawinan sebagai kehidupan dimasa yang akan datang. Sesuatu yang ditanam lebih dahulu akan menghasilkan buah yang lebih sempurna dalam sebuah hadist dari Mu'adz bin Jabal, Rasulullah SAW bersabda:

إِنَّ يَسِيرًا مِنَ الرِّيَاءِ شُرْكٌ وَإِنَّ مِنْ عَادَ أَوْلِيَاءِ اللَّهِ فَقَدْ بَارَزَ اللَّهَ بِا لْمُحَارَبَةِ وَإِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْأَتْقِيَاءَ الْأَصْفِيَاءَ الَّذِينَ إِذَا غَابُوا لَمْ يُفْتَقَدُوا إِذَا حَضَرُوا لَمْ يُدْعَوْا لَمْ يُعْرَفُوا لَمْ يُعْرَفُوا فُلُوبُهُمْ مَصَابِيحُ الْهُدَى يَخْرُجُونَ مِنْ كُلِّ مَنِّ كُلِّ غَبْرَاءٍ مُظْلِمَةٍ

Yang artinya “*Sesungguhnya sedikitnya riya’ itu sudah termasuk syirik. Dan siapa yang memusuhi seorang waliyullah, berarti telah melawan dengan memerangi Allah. Dan sesungguhnya Allah menyukai orang yang taqwa, yang tersembunyi (tidak terkenal), yang bila tidak ada tidak dicari, dan bila hadir tidak dipanggil dan tidak dikenal. Hati mereka sebagai pelita hidayat, mereka terhindar dari segala kegelapan kesukaran.*”⁴

Sedikit banyak remaja masa kini melakukan beberapa tindakan kejahatan yang tidak dapat diterima oleh masyarakat umum. Dimana usia yang masih muda, mereka sudah melakukan beberapa tindakan kejahatan seperti, mencuri, minum-minuman keras, pelecehan seksual bahkan ada yang mengedarkan narkoba dan pembunuhan. Diantara mereka yang melakukan tindakan tersebut diakibatkan oleh pergaulan yang salah. Mereka yang melakukan tindakan keji harus mempertanggung jawabkan perbuatan tersebut dengan kurungan penjara sesuai vonis yang sudah ditetapkan oleh hakim. Situasi tersebut mengakibatkan mereka terpisah oleh keluarga, saudara bahkan teman-teman dilingkungannya. Sebab mereka masih remaja yang dibawah umur, harus menjalani pembinaan.

Seorang narapidana bahkan masih remaja masih sangat membutuhkan bantuan dan dukungan moral maupun materi, agar mereka mampu menjadi orang yang lebih baik dan juga menjadi orang yang dibanggakan oleh keluarga maupun masyarakat sekitar. Seorang narapidana yang tidak mampu menyesuaikan diri dimasyarakat akan berdampak sangat buruk, jika ratusan narapidana yang tidak mampu menyesuaikan diri dengan baik maka akan menimbulkan dampak negative yang luar biasa, sebab kebanyakan remaja yang sudah berlabel buruk oleh masyarakat dan menjadikan problematika oleh psikis remaja tersebut.

Menurut Sahardjo untuk memperlakukan narapidana perlunya dilakukan landasan sistem permasyarakatan, bahwa tidak saja masyarakat diayomi terhadap diulangi

⁴HR.Mu'adz bin Jabal

perbuatan jahat narapidana, melainkan juga orang yang salah arah perlunya diayomi dengan memberikan bekal hidup sebagai anggota warga masyarakat yang berguna. Penyesalan taubat tidak dicapai dengan penyiksaan, melainkan dengan bimbingan.⁵ Narapidana tidak hanya diayomi namun juga perlu bimbingan untuk hidupnya dimasa akan datang setelah keluar dari lembaga pembinaan. Bahwa seorang narapidana didalam lembaga pembinaan atau sel sudah dibatasinya ruang gerak maupun ruang berkomunikasi, dan sepatutnya masyarakat tidak lagi mengucilkan seorang narapidana yang sudah terbatas aktivitasnya.

Narapidana yang melakukan tobat tidak hanya dicapai dengan penyiksaan melainkan dengan bimbingan. Masyarakat maupun keluarga selalu menganggap narapidana sebagai seorang yang buruk (jahat) padahal setiap orang memiliki hak untuk hidup dan terus menjalani kehidupan yang akan datang. Maka sebab itu peran masyarakat atau keluarga sangat penting untuk narapidana selepas keluar dari tahanan. Jika seorang masyarakat yang masih menganggap narapidana buruk dan selalu menjauhkan diri dari narapidana, sehingga narapidana akan kembali lagi bergabung dengan teman-temannya, bergabungnya kembali dengan teman-teman narapidana sebab narapidana tidak memiliki teman didalam lingkungan masyarakat. Padahal perhatian dan rangkulan masyarakat terhadap narapidana sangatlah penting dan juga perlu dukungan untuk merubah dirinya menjadi manusia yang lebih baik.

Remaja yang menjalani pembinaan di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas I Blitar tidak jarang mereka mengalami gangguan kecemasan saat akan menghadapi masyarakat, dikarenakan keadaan yang mengharuskan mereka jauh dari keluarga, saudara maupun teman-temannya. Mereka juga terisolasi dari dunia luar dan harus mengikuti setiap kegiatan dan peraturan yang sudah ditetapkan. Selain itu, pikiran mereka dipenuhi oleh kekhawatiran dan ketakutan yang mana tidak diterima oleh lingkungan masyarakat ketika sudah keluar nantinya.⁶ Kecemasan yang timbul didasarkan pada persepsi masyarakat tentang seorang anak binaan yang melakukan tindakan jahat memberikan efek yang buruk terhadap persepsi anak binaan dimasyarakat tentang diri mereka, sehingga anak binaan kehilangan rasa percaya diri dan menjadikan kecemasan disaat menghadapi penerimaan masyarakat setelah hukuman berakhir.

⁵Moh Thoriq Ilmi (*Konseling Islam dengan Terapi Istighfar kepada seorang Mantan Narapidana untuk Penyesuaian Diri Terhadap Masyarakat*), hlm. 2

⁶Ismayana (*Pengaruh Terapi Dzikir dalam Menurunkan Tingkat Stress pada Warga Binaan di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas 1 Blitar*), hlm. 3

Selain itu masyarakat yang pada akhirnya mendeskripsikan seorang narapidana akan menurunkan status seorang narapidana dari seorang yang tercemar dan diabaikan karena perbuatan yang pernah dilakukan. Menurut UU Nomor 11 tahun 2012 tentang sistem peradilan anak, terdapat program untuk mempersiapkan anak yang akan bebas yang dinamakan dengan reintegrasi sosial di LPKA Kelas I Blitar.⁷ Beberapa kegiatan positif yang sudah dilakukan di LPKA seperti adanya sekolah, kegiatan keagamaan, ekstrakurikuler dengan kegiatan lintas disiplin. Salah satu dimensi yang dapat digunakan oleh individu untuk mengatasi gangguan kecemasan adalah aspek spiritual. Kebutuhan dasar spiritual ini merupakan pemenuhan upaya menimbulkan ketentraman dalam jiwa. Seringkali orang yang meninggalkan dunia spiritualnya menjadi resah, mudah terombang ambing dan merasakan kehampaan hidup. Maka sebab itu anak binaan yang mengalami kecemasan membutuhkan pemenuhan spiritual yang menjadikan nya perasaan tenang, nyaman dan damai.

Salah satu bentuk terapi yang dapat digunakan untuk menanggulangi gangguan kecemasan adalah terapi *istighfar*. Terapi *istighfar* merupakan usaha untuk memulihkan kondisi seseorang yang sakit dengan cara *istighfar*, yaitu dengan mendekati diri kepada Allah dengan cara mengingat-Nya. Salah satu usaha untuk mendekati diri kepada Allah adalah melalui *istighfar*. *Istighfar* memiliki daya relaksasi yang dapat mengurangi ketegangan (cemas) dan mendatangkan ketenangan jiwa. Ketika setiap membaca *istighfar* mengandung makna yang sangat mendalam terhadap mencegah timbulnya kecemasan. Menurut Yurisaldi bahwa pengucapan kalimat yang mengandung huruf *jahr*, seperti *istighfar* akan meningkatkan pembuangan CO₂ dalam paru-paru. Dzikir secara psikologis akan menciptakan perasaan damai, tenang dan suasana emosi yang diliputi emosi-emosi positif. Pendapat Wulff, dzikir dilakukan dengan penuh konsentrasi akan memunculkan gelombang alpha, yaitu gelombang otak yang muncul jika kondisi tubuh secara rileks.

Istighfar akan membantu seorang individu disaat menghadapi kesulitan dimasa hidupnya, karena dengan *istighfar* individu melakukan penyerahan diri secara total kepada Allah Swt yang kemudian akan menimbulkan harapan baru (*new hopefulness*) dan optimisme (*optimism*) dengan penuh keyakinan bahwa Allah Swt akan memberikan pertolongan-Nya. Dari aktivitas yang dilakukan, individu akan mendapatkan berbagai manfaat salah satunya mendapatkan rahmat dan ganjaran dari Allah Swt dan mendapatkan manfaat positif secara fisik maupun psikologis karena banyak manfaat dari

⁷Selayang Pandang Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas I Blitar, dasar hukum, diakses pada 15 desember 2022 pukul 09:55

istighfar itu sendiri seperti munculnya perasaan tenang, nyaman dan dipenuhi dengan emosi-emosi positif. Terkait masalah tersebut, peneliti menggunakan terapi *istighfar* sebagaimana firman Allah Ta'ala yang berbunyi

وَإِذَا مَرَّ ضُفُّ فَهُوَ نَشْفِنُ

Yang artinya “*dan jika aku sakit maka dia-lah yang menyembuhkannya*”.

Setelah mengetahui masalah tersebut peneliti ingin meneliti salah satu konseling spiritual dengan terapi *istighfar* untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi anak binaan, sebab betapa dahsyatnya *istighfar* dalam mengatasi permasalahan yang ada. Selain itu *istighfar* mengandung banyak keutamaan, diantaranya media pengampunan dosa, karunia kekayaan, menolak bala dan dapat menenangkan diri sekaligus juga hati.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dikemukakan diatas, maka dapat dirumuskan permasalahan penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana proses konseling spiritual pada anak binaan di LPKA Kelas I Blitar?
2. Bagaimana pengalaman terapi *istighfar* dalam upaya mengatasi seorang anak binaan yang belum bisa menyesuaikan diri terhadap lingkungan sekitar terutama dimasyarakat?

C. Tujuan Penelitian

Sebagaimana berpadukan rumusan masalah yang terdapat diatas menjadikan tujuan penelitian:

1. Untuk bisa mengetahui bagaimana proses konseling spiritual pada anak binaan di LPKA Kelas I Blitar.
2. Untuk mengetahui bagaimana pengalaman terapi *istighfar* dalam upaya mengatasi anak binaan yang belum bisa menyesuaikan diri terhadap lingkungan sekitar terutama dimasyarakat.

D. Kegunaan Penelitian

Dari penelitian ini diharapkan adanya manfaat yang kita ambil, yaitu ada manfaat teoritis dan manfaat praktis. Manfaat teoritis dan manfaat praktis yang dapat kita peroleh dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini berguna untuk memperkaya wawasan teoritik dalam bidang Tasawuf dan Psikoterapi untuk menelaah konseling spiritual dengan terapi *istighfar* pada anak binaan.

2. Manfaat praktis

Secara praktis peneliti berguna sebagai:

a. Bagi mahasiswa

- 1) Melatih mahasiswa untuk mengaplikasikan pemahaman dan kompetisinya dalam melakukan usaha keilmuan melalui kegiatan penelitian lapangan (*field research*).
- 2) Melatih berfikir kritis dalam memecahkan masalah yang terkait dengan bidang Tasawuf dan Psikoterapi.
- 3) Membuka wawasan konkrit tentang situasi dan kondisi lapangan yang berkaitan dengan keahlian akademik atau bidang ilmu lainnya.

b. Bagi Lembaga/Instansi dan Masyarakat

- 1) Dapat membantu upaya pengembangan sumber daya manusia yang berkualitas.
- 2) Memperoleh kontribusi pemikiran baru yang dapat digunakan dalam pengembangan kelembagaan.
- 3) Memperoleh sumbangan nyata dalam bentuk partisipasi aktif dalam upaya meningkatkan kualitas kelembagaan.

c. Bagi konselor

Dengan memahami konsep bimbingan konseling spiritual dengan terapi *istighfar* dalam membentuk pribadi yang muslim, dan dapat menerapkannya dalam bimbingan maupun terapi tersebut yang berbasis islami yang berbentuk kognitif, behavior dan juga terutama psikis dalam pemberian layanan konseling.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

- 1) Agar mampu menjadi bahan referensi dan pengetahuan bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan penelitian yang penulis lakukan.
- 2) Hasil penelitian ini dimaksudkan bisa bermanfaat sebagai masukan, petunjuk, maupun acuan serta bahan pertimbangan yang cukup berarti bagi penelitian selanjutnya yang relevan atau sesuai dengan hasil penelitian ini.
- 3) Mengembangkan layanan konseling kepada individu atau masyarakat dalam beragam permasalahan yang berkaitan kepribadian yang bergariskan panduan islami seiring perubahan zaman.

E. Penelitian Terdahulu yang Relevan

Untuk menyatakan keaslian penelitian ini, maka perlu adanya tinjauan pustaka dari penelitian-penelitian yang terdahulu dan sudah relevan dengan penelitian yang penulis

kaji. Peneliti menyatakan bahwa penelitian ini mengangkat permasalahan yang jarang dibahas dalam penelitian sebelumnya. Maka hal tersebut perlu adanya tinjauan kritis terhadap penelitian terdahulu.

Penelitian dari Ahmad Azahari bin Hussain yang diterbitkan pada tahun 2021 dengan judul “Konseling Islam dan Dzikir Istighfar dalam Proses Taubat Kepada Seorang Bekas Pecandu Narkoba”. Penelitian ini tersebut menjelaskan tentang penerapan dzikir istighfar yang seiring dilakukan bersama sebagai keampunan dalam bertaubat kepada Allah Swt. Dan bertujuan mendapatkan hasil sebelum dan sesudah proses terapi yang dijalankan.⁸ Persamaan dari penelitian ini yaitu membahas mengenai penelitian kualitatif dan sama menggunakan terapi istighfar sebagai metode penelitian. Sedangkan perbedaan dengan penelitian ini yaitu subjek yang diteliti berbeda dalam penelitian tersebut menggunakan pecandu narkoba sebagai subjek nya sedangkan dalam penelitian ini remaja narapidana sebagai subjek penelitiannya.

Penelitian selanjutnya adalah penelitian dari Fitri Nur Indah Rochmana yang terbit pada tahun 2021 dengan judul “Terapi Istighfar dengan CBT untuk Meningkatkan Self Efficacy Pada Remaja di Desa Dumiagung Kembangbahu Lamongan”. Dari penelitian ini didapatkan hasil bahwa metode yang digunakan oleh Fitri Nur Indah Rochmana ini sesuai dengan teknik terapi istighfar.⁹ Persamaan dengan penelitian ini adalah penelitian menggunakan metode terapi istighfar. Sedangkan perbedaan penelitian ini adalah teknik yang digunakan yakni penelitian tersebut menggunakan CBT sebagai teknik penelitiannya sedangkan penelitian ini menggunakan fenomenologi sebagai teknik penelitian ini.

Penelitian selanjutnya adalah penelitian dari Muhammad Maulana Muhtarom yang terbit pada tahun 2020 dengan judul “Konseling Islam dengan Terapi Istighfar Untuk Menghilangkan Kebiasaan Mengumpat Pada Seorang Remaja di Kecamatan Benowo Surabaya”. Dari penelitian ini dapat dihasilkan bahwa terapi istighfar mampu menghilangkan kebiasaan mengumpat pada remaja.¹⁰ Persamaan dari penelitian ini juga sama menggunakan metode terapi istighfar sebagai pembahasannya. Sedangkan perbedaan dalam penelitian ini pada teknik penelitian yaitu penelitian tersebut

⁸Ahmad Azahari bin Hussain, Skripsi: “*Konseling Islam dan Dzikir Istighfar dalam Proses Taubat Kepada Seorang Bekas Pecandu Narkoba*” (Surabaya. UIN Sunan Ampel Surabaya,2021)

⁹Fitri Nur Indah Rochmana, Skripsi: “*Terapi Istighfar dengan CBT untuk Meningkatkan Self Efficacy Pada Remaja di Desa Dumiagung Kembangbahu Lamongan*” (Lamongan. UIN Sunan Ampel Surabaya,2021)

¹⁰Muhammad Maulana Muhtarom, Skripsi: “*Konseling Islam dengan Terapi Istighfar Untuk Menghilangkan Kebiasaan Mengumpat Pada Seorang Remaja diKecamatan Benowo Surabaya*” (Surabaya. UIN Sunan Ampel Surabaya,2020)

menggunakan filsafat postpositivisme sedangkan penelitian ini menggunakan fenomenologi.

F. Sitematika Pembahasan

Sitematika pembahasan merupakan sistematika yang diuraikan dalam bentuk narasi singkat pada masing-masing bab berupa pengungkapan alur bahasa sehingga dapat diketahui logika penyusunan dan koherensi antara satu bagian dan bagian lain. Penelitian ini terdiri dari 3 bagian yaitu:

1. Bagian awal

Memuat halaman sampul depan, halaman judul, halaman persetujuan pembimbing, halaman pengesahan penguji, halaman pernyataan keaslian, motto, halaman persembahan, kata pengantar, daftar isi, daftar tabel, daftar lampiran, dan abstrak.

2. Bagian utama (inti)

BAB I Pendahuluan

Bab ini berisi tentang konteks penelitian, fokus penelitian, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, penelitian relevan serta sitematika penulisan.

BAB II Kajian Pustaka

Bab ini berisi tentang deskripsi dari teori yang akan digunakan dalam membahas deskripsi konseling spiritual, terapi *istighfar* sebagai terapi anak binaan.

BAB III Metode Penelitian

Ada bab ini membahas mengenai rancangan penelitian, lokasi, sumber data, teknik pengumpulan data, analisa data, pengecekan keabsahan data, serta tahap-tahap penelitian.

BAB IV Hasil Penelitian

Pada bab ini akan memuat mengenai deskripsi data yang berupa histori pendirian LPKA Kelas I Blitar, proses konseling spiritual pada anak binaan dan pegalaman terapi *istighfar* sebagai metode terapi serta temuan penelitian.

BAB V Pembahasan

Pada bab ini memuat keterkaitan antara temuan peneliti dengan teori-teori temuan sebelumnya dan juga interpretasi serta penjelasan dari temuan teori yang diungkap dari lapangan.

BAB IV Penutup

Pada bagian penutup memuat kesimpulan dan juga saran-saran.

3. Bagian Akhir

Bagian akhir ini memuat uraian tentang daftar rujukan, lampiran-lampiran dan daftar riwayat hidup.