

kehidupannya agar supaya individu tersebut dapat mencapai kebahagiaan.⁴⁰

Menurut Sunaryo Kartadinata, dalam bukunya Syamsu Yusuf LN dan Juntika Nurihsan mengartikan bahwa bimbingan sebagai proses membantu individu untuk mencapai perkembangan optimal.⁴¹

Dari berbagai pengertian yang dikemukakan oleh para pakar Bimbingan dan Konseling tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan merupakan suatu bantuan yang diberikan oleh pembimbing kepada seorang individu maupun kelompok agar individu maupun kelompok yang dibimbing tersebut dapat mencapai kemandirian dengan mempergunakan berbagai bahan, melalui interaksi, dan pemberian nasehat serta gagasan dalam suasana asuhan dan berdasarkan norma-norma yang berlaku sehingga akan mencapai kebahagiaan dan kesejahteraan dalam hidupnya.

Sedangkan bimbingan yang dilakukan di sekolah merupakan bantuan yang diberikan kepada individu atau siswa yang mengalami masalah atau kesulitan dalam bidang pendidikan agar dia mampu untuk menghasilkan situasi pendidikan yang dihadapi , mengenal studi lanjutan yang akan dimasuki , mampu membuat rencana pendidikan yang akan di tempuh dimasa yang akan datang sesuai dengan bakat, minat, dan

⁴⁰ Bimo Walgito, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah III*, (Yogyakarta : Andi Offset, 1995), hal 4

⁴¹ Syamsu Yusuf, *Landasan Bimbingan Dan Konseling*, (Bandung : Remaja Rosdakarya Offset, 2005), hal 6

⁵² Hamdan Bakran Adz-Dzaky, *Konseling & Psikoterapi Islam*, Yogyakarta: Fajar Baru Pustaka, 2006) hal. 180-181.

⁵³ Drs. Syamsul Munir Amin M.A, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta : AMZAH, 2010), hal. 23

pendidikan di sekolah pada khususnya. Dasar dari pendidikan tidak dapat terlepas juga dari dasar negara dimana pendidikan itu berada.

Dasar dari pendidikan dan pengajaran di Indonesia dapat dilihat di dalam Undang-undang Dasar negara Indonesia yang tercantum pada nomor 12 tahun 1945 pada Bab III pasal 4 yang berbunyi :

“Pendidikan dan pengajaran berdasar atas asas-asas yang termaktub dalam pancasila dan Undang-undang Dasar Negara Republik Indonesia dan Atas Kebudayaan Kebangsaan Indonesia”

Berkenaan dengan hal tersebut maka dapat dikemukakan bahwa dasar dari Bimbingan dan Konseling di sekolah adalah Pancasila yang merupakan dasar falsafah dan pandangan hidup bangsa Indonesia.⁵⁷

b. Tujuan Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah

Dalam Undang-undang Sekolah Pendidikan Nasional (UUSPN) dan PP Nomor 28 tahun 1990, dikemukakan bahwa pada jenjang pendidikan dasar pendidikan memiliki tujuan untuk memberi bekal bagi peserta didik dalam mengembangkan kehidupannya sebagai pribadi, anggota masyarakat, warga negara dan anggota umat manusia serta mempersiapkan peserta didik untuk mengikuti pendidikan menengah.

Bimbingan dan Konseling di sekolah bertujuan agar peserta didik dapat menemukan jati dirinya, mengenal dirinya, dan mampu

⁵⁷ Bimo Walgito, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, (Yogyakarta : Andi Offset, 1989), hal. 24-25

dilihat perkembangan selanjutnya dalam jangka waktu yang lebih lama.⁶⁵

i) Unsur-Unsur Bimbingan Konseling Islam

Unsur-unsur yang ada dalam Bimbingan Konseling Islam adalah:

1. Konselor

Konselor adalah orang yang bersedia dengan sepenuh hati membantu klien dalam menyelesaikan masalahnya berdasarkan pada keterampilan dan pengetahuan yang dimilikinya.⁶⁶

Adapun syarat yang harus dimiliki oleh konselor adalah:

- a) Beriman dan bertaqwa kepada Allah SWT.
- b) Sifat kepribadian yang baik, jujur, bertanggung jawab, sabar, ramah dan kreatif.
- c) Mempunyai kemampuan, keterampilan dan keahlian (profesional) serta berwawasan luas dalam bidang Konseling.⁶⁷

2. Klient

Yang dimaksud dengan klien adalah seorang yang mengalami kesulitan atau masalah, baik kesulitan jasmani atau rohani di dalam kehidupannya dan tidak dapat mengatasi sendiri, sehingga memerlukan bantuan orang lain agar bisa mengatasi kesulitan yang dihadapi, untuk itu ada beberapa persyaratan bagi seorang klien antara lain :

⁶⁵ I. Djumhur dan Moh. Surya, *Bimbingan Dan Penyuluhan Disekolah* (Malang: CV. Ilmu, 1975), hal. 104- 106.

⁶⁶ Latipun, *Psikologi Konseling*. (Malang : UMM PRESS, 2008), hal. 55.

⁶⁷ Syamsu Yusuf, Juntika Nurihsan, *Landasan Bimbingan Dan Konseling*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2006), hal. 80.

- a. Klien harus bermotivasi kuat untuk mencari penyelesaian atas masalah yang dihadapi, yang didasari sepenuhnya dan mau dibicarakan dengan konselor.
- b. Keinsyafan akan tanggung jawab yang dipikul oleh klien sendiri dalam mencari penyelesaian terhadap masalah dan melaksanakan apa yang diputuskan pada akhir proses konseling.
- c. Keberanian dan kemampuan untuk.⁶⁸

3. Masalah

Bimbingan dan Konseling berkaitan dengan masalah yang dialami individu yang akan dihadapi dan telah dialami oleh individu.

Diantara masalah yang ada dalam Bimbingan dan Konseling yaitu:

- a) Pernikahan dan keluarga.
- b) Pendidikan.
- c) Sosial (kemasyarakatan).
- d) Pekerjaan, jabatan dan
- e) Keagamaan.⁶⁹

j) Metode Dan Teknik Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah

Membahas tentang metode dalam pengembangan *self control* maka tidak terlepas dari teknik-tekniknya, karena dari dua istilah ini saling berkaitan, arti dari metode itu sendiri adalah suatu kerangka kerja dan dasar-dasar pemikiran yang menggunakan cara-cara khusus untuk

⁶⁸ W.S. Winkel, *Bimbingan dan Penyuluhan di Institut Pendidikan*, (Jakarta: Grafindo, 1991), hal. 309.

⁶⁹ Thohari Musnamar, *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam*, hal. 41 -42.

2. Metode Tidak Langsung

a. Metode Individual

- ### **b. Metode Kelompok atau Masal**

1. Masalah atau *problem* yang sedang dihadapi atau di garap
2. Tujuan penggarapan masalah
3. Keadaan yang dibimbing

4. Kemampuan pembimbing atau konselor mempergunakan metode atau teknik
5. Sarana dan prasarana
6. Kondisi dan situasi lingkungan sekitar
7. Organisasi dan administrasi layanan Bimbingan dan Konseling
8. Biaya yang tersedia.⁷³

3. Mendidik Dengan Disiplin

Pendidikan adalah setiap usaha yang dilakukan untuk mengubah tingkahlaku sedemikian rupa sehingga menjadi tingkah laku yang di inginkan. Tujuan pendidikan anak meliputi banyak aspek dan sangat luas. Anak dari keadaan ketergantungan mutlak memperoleh pendidikan sampai ia dapat berdiri-sendiri. Dari bidang pendidikan dan tujuan pendidikan yang amat luas, dapat disimpulkan bahwa anak harus banyak belajar. Hasil dari belajarnya inilah menandakan bagaimana mutu pendidikan yang telah diperolehnya. Jelaslah bahwa setiap anak akan memperoleh pendidikan dimana saja, baik dari orang tuanya, dari sekolah, masyarakat, perkumpulan-perkumpulan seperti pramuka dan agama.⁷⁴

⁷³ Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Yogyakarta : UII Press, 2004), hal 54-56

74 Singgih D. Gunarsa, *Psikologi Untuk Membimbing*, (Jakarta : Gunung Mulia, 2009), hal 130-

a) Pendidik

b) Anak Yang Dididik

c) Sarana Pendidikan

Saran apendidikan sangat beraneka ragam dan tidak dapat ditentukan. Sarana pendidikan adalah alat-alat yang dapat dipakai untuk mendidik. Dalam menentukan alat-alat untuk pendidikan selalu untuk mempertimbangkan apakah tujuannya dan alat manakah yang sesuai dan dapat dipakai untuk suatu tujuan. Seperti dalam hal alat bermain yang bersifat mendidik, yang penting bukan bagusny mainan, melainkan apakah melalui bermain anak bisa mencapai tujuan pendidikan.

keadaan dirinya sendiri atau sesuatu diluar dirinya. Individu yang kemampuan mengontrol dirinya baik dengan akan mampu mengatur perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya, dan bila tidak mampu individu akan menggunakan sumber eksternal. Kemampuan mengatur stimulus merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi. Ada beberapa cara yang dapat digunakan yaitu mencegah atau menjauhi stimulus, menempatkan tenggang waktu diantara rangkaian stimulus yang sedang berlangsung, menghentikan stimulus sebelum waktunya “berakhir, dan membatasi keteraturannya”.

b. Cognitive Control

Merupakan kemampuan individu dalam mengelola informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menggabungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau untuk mengurangi tekanan. Aspek ini terdiri atas dua komponen, yaitu memperoleh informasi (*information gain*) dan melakukan penilaian (*Appraisal*). Dengan informasi yang dimiliki oleh individu mengenai sesuatu keadaan yang tidak menyenangkan, individu dapat mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan. Melakukan penilaian berarti individu berusaha menilai dan menafsirkan sesuatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subyektif.

sebelum berakhir, dan membatasi keteraturan stimulus, kemampuan membuat ledakan emosi serta kemampuan untuk menentukan siapa yang mampu mengontrol dirinya sendiri maka individu menggunakan faktor eksternal.

b. Kemampuan Menunda Kepuasan

Yaitu kemampuan untuk mengatur perilaku dalam mencapai sesuatu yang lebih berharga atau lebih diterima dalam masyarakat.

c. Kemampuan Mengantisipasi Peristiwa

Yakni kemampuan untuk mengantisipasi keadaan melalui berbagai pertimbangan secara *relative* obyektif. Hal ini di dukung dengan informasi yang dimiliki oleh individu.

d. Kemampuan Menafsirkan Peristiwa

Yaitu kemampuan untuk menilai dan menafsirkan sesuatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subyektif.

e. Kemampuan Mengontrol Keputusan

Yaitu kemampuan untuk memilih suatu tindakan berdasarkan
pada sesuatu yang diyakini atau disetujui.⁸⁵

4. Dimensi *Self control*

Ada dua dimensi dalam mengendalikan emosi dan disiplin antara lain adalah sebagai berikut :

⁸⁵ Averill Dalam Alistiani, *Hubungan Antara Self control Dengan Sindroma Pra Menstruasi Pada Remaja Putri Di Tulungagung*, (Skripsi, Fakultas Psikologi UNTAG Surabaya, 2004), hal 20

harmonis, saling mempercayai, saling menghargai, dan tanggung jawab maka seseorang cenderung memiliki *self control* yang baik.⁸⁸

7. Tinjauan Tentang Siswa Pengguna Teknologi Komunikasi *Handphone* Saat KBM Berlangsung

Sebelum memberikan penjelasan dalam mengembangkan *self control* siswa, maka perlu diperjelas dahulu tentang jenis-jenis penggunaan maupun penyalahgunaan teknologi komunikasi *handphone* terhadap siswa SMP Muhammadiyah 5 Surabaya diantaranya adalah sebagai berikut :

a. Pengertian penggunaan dalam penyalahgunaan Teknologi Komunikasi

Penggunaan teknologi komunikasi *handphone* saat KBM berlangsung merupakan pelanggaran bagi siswa dan merupakan perbuatan menyeleweng atau perilaku yang menyimpang. Dalam hal ini istilah komunikasi berpangkal pada perkataan latin *communis* yang artinya membuat kebersamaan atau membangun kebersamaan antar dua orang atau lebih.

Menurut Everet M. Rogers seorang pakar sosiologi pedesaan Amerika yang telah banyak memberi perhatian pada studi riset komunikasi, khususnya dalam hal penyebaran inovasi membuat definisi bahwa komunikasi adalah proses dimana suatu ide dialihkan dari sumber kepada satu penerima atau lebih, dengan maksud untuk mengubah tingkah laku mereka.

⁸⁸ Hafifah Fieqrof, *Hubungan Antara Self control Dengan Gaya Hidup Konsumtif Pada Remaja* (skripsi, fakultas psikologi UNTAG surabaya, 2005) hal 30-31

d. Penyebab Kenakalan Yang Berasal Dari Lingkungan Masyarakat

Masyarakat juga dapat menjadikan penyebab bagi terjangkitnya kenakalan remaja, terutama di lingkungan masyarakat yang kurang sekali melaksanakan ajaran-ajaran agama yang dianutnya. Dalam ajaran agama sangat banyak yang dapat membantu pembinaan anak pada umumnya dan anak remaja pada khususnya. Misalnya ajaran tentang berbuat baik kepada orang tua, beramal sholih, tolong menolong, dan sebagainya. Jika hal ini diterapkan dalam masyarakat maka juga akan berdampak baik bagi pendidikan anak remaja dalam masyarakat.

Buta huruf merupakan sumber keterbelakangan pendidikan, ekonomi, dan kedewasaan berfikir. Di samping itu orang yang buta huruf pada umumnya bersikap rendah diri, kurang berani, pesimis dan sebagainya. Sifat tersebut membawa masyarakat kearah *feodalisme* yaitu sikap mental memperhambakan diri dan

mengkultuskan seseorang. Dengan kondisi masyarakat seperti tersebut, maka juga banyak pengaruhnya terhadap perkembangan remaja.

3. Kurangnya Pengawasan Terhadap Remaja

Sebagai remaja beranggapan bahwa orang tua dan guru terlalu ketat sehingga tidak memberikan kebebasan baginya. Sebagian lain ada yang mengatakan bahwa orangtua mereka dan bahkan guru tidak pernah memberikan pengawasan terhadap tingkah laku terhadap tingkah laku remaja sehingga menimbulkan berbagai kenakalan. Pengawasan bukan berarti menutup kebebasan mereka dalam berbuat, akan tetapi dapat memberikan bimbingan kearah perkembangan yang wajar dengan berbagai usaha kegiatan pendidikan remaja di sekolah maupun di masyarakat.

4. Pengaruh Norma-norma Baru Dari Luar

Kebanyakan anggota masyarakat beranggapan bahwa setiap norma yang baru datang dari luar itulah yang benar. Sebagai contoh adalah norma yang datang dari Barat, baik itu melalui film maupun televisi, pergaulan sosial, model, dan lain sebagainya. Para remaja dengan cepat menerimanya apa yang dilihat dari film-film barat seperti itu tidak disukai oleh masyarakat. Seperti misal dampak yang paling fatal terjadinya kasus kehamilan diluar nikah di pedesaan, hal

- Persamaan penelitian ini dengan yang akan dilakukan oleh penulis terletak pada subjek penelitian yaitu pada anak remaja yang memiliki keinginan yang bebas dan tidak terkontrol.
 - Sedangkan perbedaan terletak pada metode. Dalam pembuatan skripsi ini menggunakan metode kuantitatif yaitu cenderung kepada hubungan dan perbandingan, sedangkan yang penulis lakukan dengan metode Kualitatif yaitu cenderung untuk mengembangkan metode dalam penyelesaian sebuah masalah.
4. Hubungan antara kontrol diri, kegemaran bermain *play station* dan perilaku agresif siswa SMP Negeri 4 Malang / Trias Endarti, Oleh Trias Endarti, Universitas negeri Malang, 2008
- Dalam skripsi ini menjelaskan tentang pengaruh anak yang suka bermain *play station* dan sering berkelakuan agresif, dan dalam hal ini dikaitkan dengan kontrol pada diri pelaku.
 - Persamaan penelitian ini dengan yang akan dilakukan oleh penulis terletak pada subjek penelitian yaitu pada *self controlnya*.
 - Sedangkan perbedaan terletak pada metode penulisan saja yaitu penelitian Kuantitatif dan Kualitatif.
5. Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecanduan *Game Online*, Oleh Bagas Prayoga NIM : F 100 040 055, Universita Muhammadiyah Surakarta, 2009
- Dalam skripsi ini menjelaskan tentang pengaruh antara kontrol diri dengan kecanduan *game online*. Dari model kecanduan anak terhadap

game online itu memerlukan peran Bimbingan Konseling terhadap kontrol diri yang diharapkan dapat memberikan solusi untuk mengurangi kecanduan permainan *game online* (kecanduan).

- Persamaan penelitian ini dengan yang akan dilakukan oleh penulis terletak pada subjek penelitian yaitu pada proses pembentukan *self control*nya terhadap kecanduan perilaku yang berlebihan dan tidak sesuai dengan perilaku pada umumnya.
- Sedangkan perbedaannya terletak pada metode penulisan saja yaitu penelitian Kuantitatif dan Kualitatif. Dalam penelitian ini lebih cenderung untuk mengetahui seberapa besar kontrol diri terhadap kecanduan *game online*, sedangkan yang penulis tulis lebih bersifat penyelesaian secara konkrit terhadap kurangnya *self control* terhadap perilaku yang dilakukan.