



**IMPLEMENTASI PENDEKATAN KOGNITIF BEHAVIOR MELALUI
TERAPI MUHASABAH DAN DZIKIR UNTUK MENGATASI
KECANDUAN JUDI ONLINE PADA REMAJA DI DESA TIWET,
KECAMATAN KALITENGAH, LAMONGAN.**

PROPOSAL SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel
Surabaya untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam
Memperoleh Gelar Sarjana (S.sos)

Disusun Oleh:

Daniel Mohammad Zidane

NIM: 04040321105

Pembimbing 1:

Dr. H. Cholil. M.Pd.I.

NIP. 196506151993031005

Pembimbing 2:

Yusria Ningsih, S.Ag, M.Kes.

NIP. 197605182007012022

**PROGAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UIN SUNAN AMPEL SURABAYA
2024**

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

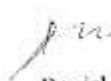
Yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Daniel Mohammad Zidane
NIM : 04040321105
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi berjudul **Implementasi Pendekatan Kognitif Behavior Melalui Terapi Muhasabah dan Dzikir Untuk Mengatasi Kecanduan Judi Online Pada Remaja di Desa Tiwet, Kecamatan Kalitengah, Kabupaten Lamongan** adalah benar merupakan karya sendiri. Hal-hal yang bukan karya saya, dalam skripsi ini akan diberi tanda sitasi ditunjukkan dalam daftar Pustaka.

Surabaya, 8 Desember 2024

Yang membuat pernyataan ...


Daniel
NIM. 04040321105



METERAI
TEMPEL
J499AJX860655062

LEMBAR PERSETUJUAN

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Nama : Daniel Mohammad Zidane
NIM : 04040321105
Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam
judul Skripsi : IMPLEMENTASI PENDEKATAN KOGNITIF
BEHAVIOR MELALUI TERAPI MUHASABAH DAN DZIKIR UNTUK
MENGATASI KECANDUAN JUDI ONLINE PADA REMAJA DI DESA
TIWET, KECAMATAN KALITENGAH, LAMONGAN.

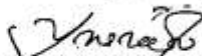
Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Surabaya, 5 Desember 2024

Menyetujui,
Dosen Pembimbing I


Dr. H. Ghofil M.Pd.I
NIP. 196506151993031005

Dosen Pembimbing II


Yusria Ningsih S.Ag. M.Kes.
NIP. 197605182007012022

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI
IMPLEMENTASI PENDEKATAN KOGNITIF BEHAVIOR MELALUI
TERAPI MUHASABAH DAN DZIKIR UNTUK MENGATASI
KECANDUAN JUDI ONLINE PADA REMAJA DI DESA TIWET,
KECAMATAN KALITENGAH, LAMONGAN.

SKRIPSI

Disusun Oleh
Daniel Mohammad Zidane
04040321105

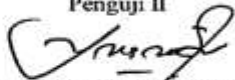
telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata Satu pada
tanggal 23 Desember 2024

Tim penguji

Penguji I


Dr. H. Chojik M.Pd.I
NIP. 196506151993031005

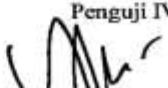
Penguji II


Yusria Ningsih, S.Ag, M.Kes
NIP. 197605182007012022

Penguji III


Dr. H. Ragwan Albaar, M.Fil.I.
NIP. 19630303199203200

Penguji IV


Dr. Agus Santoso, S.Ag, MPd
NIP. 197003251998031002



27 Desember 2024

Dean,

Dr. Mochammad Azzamul Ari, S.Ag, M. Fil.I.
NIP. 19710171998031001



UIN SUNAN AMPEL
SURABAYA

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Daniel Mohammad Zidane
NIM : 04040321105
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Komunikasi / Bimbingan Konseling Islam
E-mail address : danielzidane505@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)
yang berjudul :

Implementasi pendekatan kognitif behavior melalui terapi muhasabah dan dzikir
untuk mengatasi kecanduan judi online pada remaja di Desa Tiwet Kecamatan
Kalitengah, Lamongan.

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya,

Penulis

(Daniel Mohammad Zidane)

nama terang dan londa tangan

ABSTRAK

Daniel Mohammad Zidane, 2024, *Implementasi Pendekatan Kognitif Behavior Melalui Terapi Muhasabah dan Dzikir Untuk Mengatasi Kecanduan Judi Online Pada Remaja di Desa Tiwet, Kecamatan Kalitengah, Kabupaten Lamongan.*

Fokus pada penelitian ini adalah Bagaimana pelaksanaan *Pendekatan Kognitif Behavior Therapy* dengan terapi muhasabah dan dzikir untuk Mengatasi Kecanduan Judi Online?, serta bagaimana hasil dari fokus dalam penelitian ini yaitu bagaimana Hasil pelaksanaan *Pendekatan Kognitif Behavior Therapy* dengan terapi muhasabah dan dzikir untuk Mengatasi Kecanduan judi Online?

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah observasi, wawancara dan dokumentasi. Teknik validitas yang digunakan yaitu perpanjangan waktu keikutsertaan dan triangulasi. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis data *Descriptive Comparative* yang terdiri dari dua analisis yaitu proses dan hasil.

Berdasarkan pelaksanaan konseling terdapat beberapa Langkah yaitu identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, treatment (menilai perilaku konseli, membuat kesepakatan memilih tingkah laku yang kan diubah, dan berdzikir sebagai pengganti aktivitas biasanya), dan evaluasi. Hasil penelitian menunjukkan adanya perubahan pada diri konseli setelah mengikuti proses konseling ditunjukan dengan perubahan yaitu sudah tidak memainkan judi online.

Kata Kunci: *Pendekatan Kognitif Behavior Therapy*, Terapi Muhasabah dan Dzikir, Kecanduan judi online.

ABSTRACT

Daniel Mohammad Zidane, 2024, Implementation of a Cognitive Behavioral Approach through Muhasabah and Dhikr Therapy to Overcome Online Gambling Addiction in Adolescents in Tiwet Village, Kalitengah District, Lamongan Regency.

The focus of this research is How is the implementation of the Cognitive Behavior Therapy Approach with muhasabah and dhikr therapy to Overcome Online Gambling Addiction?, and what are the results of the focus in this research, namely what are the results of implementing the Cognitive Behavior Therapy Approach with muhasabah and dhikr therapy to Overcome Online Gambling Addiction?

The research method used in this research is qualitative with a case study type of research. Data collection techniques in this research are observation, interviews and documentation. The validity techniques used are extending the participation time and triangulation. Data analysis in this research uses Descriptive Comparative data analysis which consists of two analyses, namely process and results.

Based on the implementation of counseling, there are several steps, namely problem identification, diagnosis, prognosis, treatment (assessing the client's behavior, making an agreement to choose the behavior to be changed, and doing dhikr as a substitute for usual activities), and evaluation. The results of the research showed that there were changes in the counselee's personality after following the counseling process, as shown by the change, namely no longer playing online gambling.

Keywords: *Cognitive Behavior Therapy Approach, Muhasabah and Dhikr Therapy, Online gambling addiction.*

خلاصة

دانيال محمد زيدان، 2024، تنفيذ النهج السلوكي المعرفي من خلال علاج المحاسبة والذكر للتغلب على إدمان المقامرة عبر الإنترنت لدى المراهقين في قرية تيوييت، منطقة كاليتينغا، ريجنسي لامونجان.

محور هذا البحث هو كيف يتم تطبيق منهج العلاج السلوكي المعرفي بالعلاج بالمحسوبة والذكر للتغلب على إدمان المقامرة عبر الإنترنت؟، وما هي نتائج التركيز في هذا البحث، وهي ما هي نتائج تطبيق السلوك المعرفي النهج العلاجي بالعلاج بالمحسوبة والذكر للتغلب على إدمان المقامرة عبر الإنترنت؟

طريقة البحث المستخدمة في هذا البحث هي طريقة بحثية نوعية مع نوع دراسة الحالة. تقنيات جمع البيانات في هذا البحث هي الملاحظة والمقابلات والتوثيق. تقنيات الصلاحية المستخدمة هي تمديد وقت المشاركة والتثليث. يستخدم تحليل البيانات في هذا البحث تحليل البيانات الوصفي المقارن الذي يتكون من تحليلين، هما العملية والنتائج.

بناءً على تنفيذ الاستشارة، هناك عدة خطوات، وهي تحديد المشكلة، والتشخيص، والتشخيص، والعلاج (تقييم سلوك العميل، والاتفاق على اختيار السلوك المراد تغييره، والقيام بالأذكار كبديل للأنشطة المعتادة)، وتقييم. أظهرت نتائج البحث أن هناك تغييرات في شخصية المستفيد بعد اتباع عملية الاستشارة، وهو ما يظهر من التغيير، وهو التوقف عن لعب القمار عبر الإنترنت.

الكلمات المفتاحية: منهج العلاج السلوكي المعرفي، العلاج بالمحاسبة والذكر، إدمان المقامرة عبر الإنترنت.

DAFTAR ISI

LEMBAR JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
MOTO DAN PERSEMBAHAN	iiiv
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	Error! Bookmark not defined.
ABSTRAK.....	vii
KATA PENGANTAR	ixx
DAFTAR ISI	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Definisi Konsep	8
F. Sistematika Pembahasan	10
BAB II KAJIAN TEORITIK.....	12
A. Kerangka Teoritik.....	12
B. Prespektif Islam	31
C. Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	33
BAB III METODE PENELITIAN	37
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	37
B. Objek dan Lokasi Penelitian.....	38
C. Jenis dan Sumber Data	38

D. Tahap - Tahap Penelitian.....	39
E. Teknik Pengumpulan Data	40
F. Teknik Validitas Data.....	41
G. Teknik Analisis Data	42
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	43
A. Gambaran Umum Subjek Penelitian	43
B. Penyajian Data.....	46
<i>Tabel 1 perilaku yang akan dikurangi dikurangi</i>	56
<i>Tabel 2 evaluasi perubahan</i>	60
<i>Tabel 3 uji tabel</i>	Error! Bookmark not defined.
C. Pembahasan hasil penelitian.....	62
<i>Tabel 4 data teori dan data lapangan</i>	63
BAB V PENUTUP	75
A. Kesimpulan.....	75
B. Rekomendasi	76
C. Keterbatasan Penelitian	77
DAFTAR PUSTAKA	78
LAMPIRAN	81

DAFTAR PUSTAKA

- Maturidi - Maturidi. 2021. "Implementasi Konseling Behavioral Teknik Modifikasi Perilaku Untuk Mengatasi Kecanduan Judi Online," *At-Taujih: Bimbingan Dan Konseling Islam* 4, No. 1, <https://doi.org/10.22373/Taujih.V4i1.9258>.
- Kartini Kartono. 2005. *Patologi Sosial*, Jilid I, (Jakarta: Pt Raja Grafindo Persada).
- Novrialdyn Eryzal. 2019. "Kecanduan Game Online Pada Remaja: Dampak Dan Pencegahannya," *Buletin Psikologi* (Vol. 27, No. 2)
- Al-Qur'an, Surah Al-Ma'idah Ayat 90
- E Fisher Jane. 2017. William T Odonohue, *Cognitiv Behavior Therapy* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar)
- Hasanah Siregar Rodiatul, Yulsaini Siregar Elna. 2013. "Penerapan Cognitiv Behavior Therapy (Cbt) Terhadap Pengurangan Durasi Bermain Games Pada Individu Yang Mengalami Games Addiction," *Jurnal Psikologi*, Vol 9 No1
- Mujieb Abdul, dkk. 2009. *Ensiklopedia Tasawuf Imam Al-Ghazali*, (Jakarta Selatan: PT Mizan Publika)
- Syafi'I Ahmad. 1985. *Dzikir sebagai Pembina Kesejahteraan Jiwa*, (Surabaya: Bina Ilmu)
- Mathorri M Anjas. 2022. Kontrol Diri Remaja Dalam Mengurangi Permainan Judi Online di Kota Bengkulu
- Maturidi dan Nurjanah. 2017. *Implementasi Konseling Behavioral Teknik Modifikasi Perilaku Untuk Mengatasi Kecanduan Judi Online*, At- Taujih, Vol. 4, No. 1.
- E Fisher Jane, T Odonohue William. 2017. *Cognitiv Behavior Therapy* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar)
- Djumhana Bastaman Hanna. 2001. *Integrasi Psikologi dengan Islam*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar)
- Poerwadarminta. 1995. *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Edisi Ke II; Jakarta: Balai Pustaka)
- Kartono Kartini. 2005. *Patologi Sosial*, Jilid I (Jakarta: Pt Raja Grafindo Persada)

- Fathriyah Lilatul, Jauhar Muhammad. 2014. Pengantar Psikologi Klinis (Jakarta : Prestasi Pustakaraya)
- Matson, Dkk. 1988. *Olendick Enhancing Chilrdren's Social Skil Assesment And Training*. (New York: Pergamon Press)
- Samuel Gading. 2012. *Konseling Profesi Yang Menyeluruh* (Jakarta: Rineka Cipta)
- Namora Lumongga Lubis. 2011. *Memahami Dasar Dasar Konseling Dalam Teori Dan Praktik*. (Jakarta: Kencana Prenada Media)
- A Kasandra Putranto. 2016. *Aplikasi Cognitve Behavior Dan Behavior Activation Dalam Intervensi Klinis* (Jakarta Selatan: Grafindo Books Media, 2016)
- Solihah, Anna Nur. 2019. Restrukturisasi Kognitif Dengan Setting Kelompok Untuk Mengurangi Kecanduan Online Game Remaja. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*. Vol 6 No 1
- Oemarjoedi, A Kasandra. *Pendekatan Cognitive Behavior Therapy Dalam Psikoterapi* (Jakarta: Kreatif Media 2003) Hal. 196
- Romayta Tri Andini. Implementasi Pendekatan Cbt Dengan Teknik Restruturisasi Kognitif Dalam Mengelola Konsep Diri Peserta Didik Di Smp Negeri 18 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2016/2017. (2017). Hal 21
- Dewi Khurun Aini, Penerapan Cognitive Behavior Therapy Dalam Mengembangkan Kepribadian Remaja Di Panti Asuhan, *Jurnal Ilmu Dakwah*, Vol. 39 No. 1 (2019), Hal. 77-79.
- Rimiyati Elfi. 2019. *Konseling Traumatik Dengan CBT: Pendekatan dalam mereduksi trauma masyarakat Pasca Bencana Tsunami di Selat Sunda*
- Sarafino P Edward. 1999. *Helth Psychology, Boipsychosocial*. (USA: Interactions.
- Gulen Fatthullah. 2001. *Kunci-Kunci Rahasia Sufi*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada)
- Jurnal Ahmad. “*Muhasabah Sebagai Upaya Mencapai Kesehatan Mental*”.

- Al-Ulyawi Shalih. 2001. *Muhasabah (Introspeksi)*, Abu Ziyad. (Maktab Dakwah Da Bimbingan Jaliyat Rabwah)
- Munir Amin Samsul & Haryanto Al-Fandi. 2008. *Energi Dzikir*, Dzikir, (Jakarta: Bumiaksara)
- Manshur El-Mubarak. 2014. *Doa Dzikir Harian Khusus Ibu Hamil*, (Jakarta: Wahyu Qolbu)
- Anwar Syaifuddin. 2003 *Cara Islami Mecegah dan Mengobati Gangguan Otak, Stres dan Depresi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar)
- Amin Syukur. 2006. *Dasar-Dasar Strategi Ilmu Dakwah*, (Surabaya: Al-Ikhlash)
- Poerwadarminta. 1995. *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Edisi Ke II; Jakarta: Balai Pustaka)
- Widya Natalia Singadji Widya, Jacomina Anthoneta Hehenussa Deassy, Supusepa Reimon. 2018 “Penegakan Hukum Terhadap Judi Online Pada Masa Pandemi Covid-19”, *Jurnal Ilmu Hukum*, Vol. 1 No. 8
- J.P. Sagala Mesias. *Tinjauan Yudris Terhadap Tindak Pidana Permainan Judi Jackpot*. *Jurnal Hukum Kaidah* Vol. 18, No.3
- Kartono Kartini. 2005. *Patologi Sosial*, Jilid I, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada)
- Nursapia Harahap. 2020. *Penelitian Kualitatif*, (Medan: Wal Ashri Publishing)
- Haris Herdiyansyah. 2012. *Metode Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu-ilmu Sosial*, (Jakarta: Salemba Humanika)
- Burhan Bungin. 2006. *Metodologi Penelitian Kualitatif: Komunikatif, Ekonomi, Kebijakan Publik dan Ilmu Sosial Lainnya*, (Jakarta: Kencana).
- Manab Abdul, *Penelitian Pendidikan Pendekatan Kualitatif*
- Aaan dan Djaman. 2011. *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Alfabeta)
- Sugiyono. 2006. *Metode Penelitian Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta)