

**BIMBINGAN ROHANI ISLAM DALAM MENINGKATKAN *SELF
REGULATION* WARGA BINAAN PEMASYARAKATAN (WBP)
DI RUTAN KLAS II B BATURAJA KABUPATEN
OGAN KOMERING ULU**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi
Syarat-syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana S1
Dalam Ilmu Dakwah dan Ilmu Komunikasi

Oleh:

**ARI RAHAYU SAFITRI
NPM: 1941040319**

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam



**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
1445 H / 2023 M**

**BIMBINGAN ROHANI ISLAM DALAM MENINGKATKAN *SELF
REGULATION* WARGA BINAAN PEMASYARAKATAN (WBP)
DI RUTAN KLAS II B BATURAJA KABUPATEN
OGAN KOMERING ULU**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi
Syarat-syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana S1
Dalam Ilmu Dakwah dan Ilmu Komunikasi

**OLEH:
ARI RAHAYU SAFITRI
NPM : 1941040319**

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Pembimbing I : Dr. Fitri yanti,. M.A

Pembimbing II : Dr. Mubasit,. S.Ag. MM

**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
1445 H / 2023 M**

ABSTRAK

Bimbingan Rohani Islam adalah elemen yang tidak terpisahkan dari layanan kesehatan yang berupaya memenuhi kebutuhan manusia secara holistik, mencakup dimensi biologis, psikologis, sosial, dan spiritual. Ini dikarenakan setiap individu memiliki kebutuhan spiritual mendasar dalam kesehatan mereka. Hal ini telah diakui oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), yang mengakui bahwa aspek agama adalah salah satu komponen penting dari pemahaman kesehatan secara menyeluruh. Regulasi diri atau pengelolaan diri adalah elemen kunci dalam menentukan tindakan seseorang. Ini mencakup usaha individu untuk mengendalikan diri mereka dalam aktivitas tertentu dengan memanfaatkan kemampuan seperti pemahaman diri, motivasi, dan tindakan yang sadar.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pelaksanaan bimbingan rohani islam dalam meningkatkan *self regulation* warga binaan pemasyarakatan dirutan Klas IIB Baturaja Kabupaten Ogan Komering Ulu.

Jenis penelitian ini adalah penelitian lapangan (*field research*) yang bersifat deskriptif kualitatif. Sumber data primer dalam penelitian ini berjumlah 14 orang, terdiri dari 6 warga binaan pemasyarakatan (WBP) yang aktif dalam program bimbingan rohani islam, 3 warga binaan perempuan, 3 pembimbing rohani islam dan penyuluh keagamaan, 1 kepala rutan. Dan 1 staf tata usaha. Sedangkan sumber data sekunder dalam penelitian ini diperoleh dari buku, dokumen, internet dan media cetak. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara, observasi, dan dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan adalah model analisis data deduktif, metode dalam pengumpulan data yang melibatkan penetapan suatu prinsip umum terlebih dahulu berdasarkan pengetahuan yang ada, lalu data dikumpulkan dengan menggunakan metode tertentu yang sesuai. Setelah itu, kesimpulan khusus ditarik berdasarkan prinsip umum yang telah ditetapkan sebelumnya.

Hasil penelitian Ini menunjukkan bahwa program Bimbingan Rohani Islam di Rutan Klas II B Baturaja telah menunjukkan adanya perubahan positif dalam *self regulation* Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP). Berbagai metode yang digunakan, seperti

ceramah, pembiasaan, praktik, dan nasehat, memiliki dampak positif terhadap perilaku tahanan. Meskipun demikian, program ini masih belum mencapai tingkat keberhasilan yang diinginkan karena banyak warga binaan yang kurang antusias dan tidak mencapai perbaikan perilaku sebanding dengan rekan-rekan yang lebih aktif dalam mengikuti program ini. Secara keseluruhan.

Kata Kunci : *Bimbingan Rohani Islam, Self Regulation, Peters & Shertzer*

ABSTRACT

Islamic Spiritual Guidance is an inseparable element of health services that seeks to meet human needs holistically, including biological, psychological, social and spiritual dimensions. This is because every individual has fundamental spiritual needs in their health. This has been recognized by the World Health Organization (WHO), which recognizes that religious aspects are an important component of a comprehensive understanding of health. Self-regulation or self-management is a key element in determining one's actions. It includes individuals' efforts to control themselves in certain activities by utilizing abilities such as self-understanding, motivation, and conscious action. This research aims to determine the implementation of Islamic spiritual guidance in improving self-regulation of inmates at the Class IIB Baturaja prison, Ogan Komering Ulu Regency.

This type of research is field research which is descriptive qualitative in nature. The primary data sources in this research were 14 people, consisting of 6 correctional inmates (WBP) who were active in the Islamic spiritual guidance program, 3 female inmates, 3 Islamic spiritual guides and religious counselors, 1 head of the detention center. And 1 administrative staff. Meanwhile, secondary data sources in this research were obtained from books, documents, the internet and print media. The data collection techniques used were interviews, observation and documentation. The data analysis technique used is a deductive data analysis model, a method of data collection that involves establishing a general principle first based on existing knowledge, then data is collected using certain appropriate methods. After that, specific conclusions are drawn based on previously established general principles.

The results of this research show that the Islamic Spiritual Guidance program at the Class II B Detention Center in Baturaja has shown positive changes in the self-regulation of Correctional Inmates (WBP). The various methods used, such as lectures, habituation, practice, and advice, have a positive impact on prisoner behavior. However, this program still has not achieved the desired level of success because many inmates are less enthusiastic and do not

achieve behavioral improvements comparable to colleagues who are more active in participating in this program Overall.

Keywords: *Islamic Spiritual Guidance, Self Regulation, Peters & Shertzer*

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ari Rahayu Safitri
NPM : 1941040319
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Ilmu Komunikasi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “BIMBINGAN ROHANI ISLAM DALAM MENINGKATKAN *SELF REGULATION* WARGA BINAAN PEMASYARAKATAN (WBP) RUTAN KLAS II B BATURAJA OGAN KOMERING ULU” adalah benar-benar hasil karya penyusunan penulis sendiri, bukan duplikasi ataupun saduran karya orang lain, kecuali pada bagian yang telah dirujuk dan disebut dalam *footnote* atau daftar pustaka. Apabila di lain waktu terbukti adanya penyimpangan dalam karya ini, maka tanggung jawab sepenuhnya ada pada penulis.

Demikian surat pernyataan orisinalitas ini saya buat dengan semestinya agar dapat dimaklumi.

Bandar Lampung, 01 Desember 2023



Ari Rahayu Safitri
1941040319

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Bimbingan Rohani Islam Dalam Meningkatkan Self Regulation Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) Rutan Klas II B Baturaja Kabupaten Ogan Komering Ulu.

Nama : Ari Rahayu Safitri

NPM : 1941040319

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam

Fakultas : Dakwah dan Ilmu Komunikasi

MENYETUJUI

Untuk dimunaqosahkan dan dipertahankan dalam Sidang Munaqosah Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung.

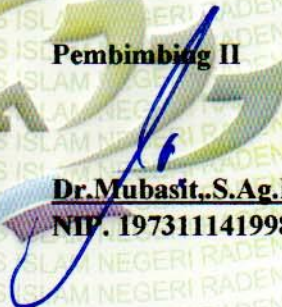
Pembimbing I,



Dr. Fitri yanti, M.A

NIP. 197510052005012003

Pembimbing II



Dr. Mubasit, S.Ag.MM

NIP. 197311141998031002

Mengetahui,

Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam



Dr. Hj. Sri Ilham Nasution, M. Pd

NIP. 196909151994032002



**KEMENTERIAN AGAMA
UIN RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Alamat : Jl. Letkol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung, Tlp. (0721)703289

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Bimbingan Rohani Islam Dalam Meningkatkan Self Regulation Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) Rutan Klas II B Baturaja Kabupaten Ogan Komering Ulu”, disusun Oleh Ari Rahayu Safitri, NPM : 1941040319, Jurusan: Bimbingan dan Konseling Islam, Telah di Ujikan dalam Sidang Munaqosah di Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi, UIN Raden Intan Lampung Pada Hari/ Tanggal : Kamis 07 Desember 2023, Pukul 14.30-16.00 WIB diruang Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung.

TIM MUNAQOSAH

Ketua Sidang : Dr.Hj.Hepi Riza Zen,SH.MH (.....)

Sekretaris : Risna Rogamelia,M.Pd (.....)

Penguji I : Eni Amalia,S.Ag,SS.M.Ag (.....)

Penguji II : Dr.Fitri Yanti,MA (.....)

Penguji III : Dr.Mubasit,S.Ag.MM (.....)

**Mengetahui,
Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi**



Dr. Abdul Syukur, M.Ag
NIP. 196511011995031001

MOTTO

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ

اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ ﴿١٨﴾

Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat); dan bertakwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan
(Q.S Al-Hasyr 59: Ayat18)

PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur atas keesaan Allah SWT, dengan semua pertolongan-Nya sehingga dapat tercipta karya tulis ini. Maka skripsi ini ku persembahkan sebagai wujud ungkapan terimakasih yang mendalam kepada orang – orang tercinta dan tersayang diantaranya :

1. Kepada orang tuaku tercinta, Terkhusus untuk ayahanda Alm.Budiono walaupun cinta kasihmu sudah tidak lagi bisa aku dekap namun terimakasih sampai akhir hayatmu dan sampai detik ini aku tidak pernah sedikitpun merasakan kehilangan kasih sayangmu.atas jerih payahmu aku bisa mencapai tujuanku, dan untuk ibuku Sulastri yang selalu mendukungku, mendidikku, dan memberi semangat,telah menjadi sosok ayah sekaligus ibu bagiku,cinta kasih sayang serta ketulusan doa ayahanda dan ibunda yang menjadikanku bersemangat sehingga dapat mengantarkanku dalam menyelesaikan Pendidikan SI di UIN Raden Intan Lampung dengan baik. Terimakasih atas bimbingannya, nasihat dan doa yang tiada henti untuk mencapai keberhasilanku. Semoga ayah dan ibu senantiasa diberikan kesehatan serta hidayah, dan untuk ayahanda tolong doakan beliau tenang disisi Allah SWT,dilapangkan kuburnya,dan didiringankan hisabnya kelak di yaumul kiyamah.
2. Kepada semua saudara ku Terimakasih atas segala motivasi, bantuan dan telah menjadi *support system* terbaik selama pengerjaan skripsi ini, semoga Allah SWT memudahkan segala urusan dan langkah kalian.
3. Almamaterku tercinta UIN Raden Intan Lampung
4. Terakhir, kepada diriku sendiri, karena telah mampu berusaha keras dan berjuang sejauh ini. Mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan diluar keadaan dan tak pernah memutuskan untuk menyerah sesulit apapun proses penyusunan skripsi ini dengan menyelesaikan sebaik dan semaksimal mungkin,ini merupakan pencapaian yang patut dibanggakan untuk diri sendiri.

RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama lengkap Ari Rahayu Safitri, lahir di Baturaja Kecamatan Lubuk Raja, Kabupaten Ogan Komering Ulu (OKU) pada tanggal 02 Januari 2001 anak kelima dari lima bersaudara pasangan dari ayahanda Alm. Budiono dan Ibunda Sulastri.

Penulis mengawali pendidikan dasar di SD Negeri 03 OKU dan penulis berpindah ke SD Negeri 28 OKU pada tahun 2010 dan lulus pada tahun 2013, kemudian penulis melanjutkan ke pendidikan menengah pertama di SMP Negeri 14 OKU dan lulus pada tahun 2016, selanjutnya penulis melanjutkan pendidikan di sekolah menengah atas di SMA Negeri 02 OKU dan lulus pada tahun 2019. Kemudian pada tahun 2019 penulis meneruskan pendidikan ke perguruan tinggi di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung pada program studi Bimbingan dan Konseling Islam di Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi dan alhamdulillah telah lulus dalam sidang munaqasah atau sidang akhir pada tahun 2023. Penulis juga mengikuti kegiatan Penguatan Kompetensi Lapangan (PKL) di Panti Sosial Lanjut Usia (PSLU) Tresna Werdha Natar.

Selama menempuh pendidikan penulis pernah mengikuti:

1. Organisasi Extra Himpunan Mahasiswa Islam (HMI)
2. UKM Perisai Diri .

Bandar Lampung, 01 Desember 2023

Ari Rahayu Safitri
1941040319

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr. Wb

Alhamdulillahirrabil'alamin, segala puji bagi Allah tiada kata yang paling indah kecuali untaian rasa syukur kehadiran Allah Subhanallahuwata'ala yang telah memberikan nikmat yang tak terhingga baik nikmat iman, kesehatan akal dan jasmani sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu syarat untuk memenuhi gelar Sarjana.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna sehingga membutuhkan saran dan kritik yang membangun, begitu juga selesainya penulisan skripsi ini berkat bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu dengan segala hormat dan kerendahan hati penulis mengungkapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. Abdul Syukur, M.Ag selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung.
2. Ibu Dr. Hj. Sri Ilham Nasution, M.Pd selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung dan Ibu Umi Aisyah M.Pd.I sebagai sekretaris jurusan BKI Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung
3. Bapak Dr. Mubasit, S.Ag. MM Selaku Wakil Dekan 1 Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung sekaligus selaku pembimbing 2 yang telah membimbing dengan sabar dan tak bosan-bosan telah memberikan kritikan saran serta masukan dalam penulisan dan yang telah banyak menyempatkan waktu dan tenaganya untuk membimbing.
4. Ibu Dr. Fitri Yanti, M.A selaku pembimbing 1 yang telah berkenan meluangkan waktunya serta mencurahkan perhatiannya dalam membimbing dan mengarahkan penulis guna menyelesaikan skripsi sesuai dengan yang diharapkan.
5. Bapak Ibu Dosen Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi, bapak ibu dosen program studi Bimbingan dan Konseling Islam yang telah mendidik dan memberikan ilmu pengetahuan kepada penulis selama menuntut ilmu.
6. Bapak Febriansyah, A.Md. IP., SH selaku Kepala Rutan Klas II B Baturaja beserta staf pegawai yang dengan rela dan ikhlas telah

memberikan informasi dan data sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan.

7. Sahabat seperjuanganku Ayu Novia Fajrin dan Devi Apriani terimakasih atas segala waktu yang telah diluangkan untuk kebersamaan penulis dalam mengerjakan skripsi ini hingga selesai.terimakasih atas dukungan motivasi dan *suppor* yang diberikan untuk penulis selama ini.
8. Kepada Ikal Iskandar, saya ucapkan banyak terimakasih telah menjadi sosok pendamping dalam segala hal, yang telah berkontribusi banyak dalam menyelesaikan skripsi ini, baik moril maupun materil. Terimakasih telah menjadi rumah yang tidak hanya berupa tanah dan bangunan. Terimakasih telah menjadi bagian dari perjalanan hidup penulis.
9. Seluruh teman-teman BKI angkatan 2019 BKI E yang tidak saya sebutkan satu persatu yang selama ini membantu menambah wawasan, berteman, dan membuat masa perkuliahan menjadi penuh suka dan duka.
10. Almamater tercinta Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung. Semoga Allah SWT akan senantiasa memberikan balasan pahala yang tak terhingga kepada semuanya. Semoga skripsi ini berguna dan bermanfaat untuk menambah pengetahuan, tidak hanya untuk penulis pribadi tetapi juga untuk para pembaca. Amin Ya Rabbal Alamin.
11. Dan semua pihak yang tidak bisa saya sebutkan satu – persatu, terimakasih banyak atas *support* nya dalam pengerjaan dan penyelesaian skripsi ini.

Peneliti berharap semoga Allah SWT membalas amal semua kebaikan serta keikhlasan semua pihak yang telah membantu menyelesaikan skripsi ini. Sehingga penulis juga mengharapkan saran dan kritik yang membangun untuk penulis. Semoga skripsi ini dapat diterima, bermanfaat bagi pembaca serta dapat digunakan untuk penelitian selanjutnya.

Wassalamualaikum Wr Wb.

Bandar Lampung, 01 Desember 2023

Ari Rahayu Safitri
1941040319

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
ABSTRAK	iii
SURAT PERNYATAAN	v
HALAMAN PERSETUJUAN	vi
HALAMAN PENGESAHAN	vii
MOTTO	viii
PERSEMBAHAN.....	ix
RIWAYAT HIDUP	x
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR BAGAN.....	xvi
DAFTAR TABEL.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii

BAB I PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul	1
B. Latar Belakang Masalah	4
C. Fokus dan Sub Fokus Penelitian.....	10
D. Rumusan Masalah	11
E. Tujuan Penelitian.....	11
F. Manfaat Penelitian.....	11
G. Kajian Penelitian Terdahulu Yang Relevan.....	12
H. Metode Penelitian.....	16
I. Sistematika Pembahasan.....	24

BAB II BIMBINGAN ROHANI ISLAM DAN *SELF REGULATION* PADA WARGA BINAAN PEMASYARAKATAN (WBP)

A. Bimbingan Rohani Islam	27
1. Pengertian Bimbingan Rohani Islam.....	27
2. Unsur-Unsur Bimbingan Rohani Islam.....	29
3. Landasan Bimbingan Rohani Islam	31
4. Tujuan Dan Fungsi Bimbingan Rohani Islam	33
5. Materi Bimbingan Rohani Islam	36
6. Metode Bimbingan Rohani Islam	37
7. Tahapan bimbingan rohani islam	41
B. <i>Self Regulation</i>	43
1. Pengertian <i>Self Regulation</i>	43
2. Proses <i>Self Regulation</i>	45
3. Faktor-Faktor yang mempengaruhi Self Regulation.....	46

4. Bentuk-bentuk *Self Regulation*..... 48
5. Aspek-aspek *Self Regulation*..... 49
6. *Self Regulation* Menurut Pandangan Islam..... 50

**BAB III GAMBARAN UMUM RUTAN KLAS II B BATURAJA
KABUPATEN OGAN KOMERING ULU**

- A. Profil Rutan Klas II B Baturaja 53
 1. Sejarah Berdirinya Rutan Klas II B Baturaja 53
 2. Dasar Hukum Rutan Klas II B Baturaja 54
 3. Tugas dan Fungsi Rutan Klas II B Baturaja 54
 4. Visi, Misi, Tujuan, Tata Nilai dan Motto Rutan Klas II B Baturaja 54
 5. Struktur Organisasi Rutan Klas II B Baturaja..... 56
 6. Kondisi Pegawai Rutan Klas II B Baturaja 57
 7. Kondisi Warga Binaan Pemasyarakatan Rutan Kelas IIB Baturaja..... 59
 8. Jadwal Kegiatan Warga Binaan Pemasyarakatan Rutan Kelas IIB Baturaja 63
 9. Data Warga Binaan Yang aktif dalam bimbingan rohani islam..... 64
- B. Proses Bimbingan Rohani Islam di Rutan Klas II B Baturaja Kabupaten Ogan Komering Ulu 67
 1. Gambaran Warga Binaan Pemasyarakatan 67
 2. Gambaran Proses Pelaksanaan Bimbingan Rohani Islam Pada Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP)73

**BAB IV ANALISIS PROSES BIMBINGAN ROHANI ISLAM
DALAM MENINGKATKAN *SELF REGULATION*
WARGA BINAAN PEMASYARAKATAN (WBP)
DI RUTAN KLAS II B BATURAJA KABUPATEN
OGAN KOMERING ULU**

Proses pelaksanaan Bimbingan Rohani Islam dalam Meningkatkan *Self Regulation* Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) Di Rutan Klas II B Baturaja Kabupaten Ogan Komering Ulu 111

BAB V PENUTUP

- A. Kesimpulan..... 117
- B. Saran..... 119

**DAFTAR RUJUKAN
LAMPIRAN-LAMPIRAN**

DAFTAR BAGAN

Bagan 1 Struktur Organisasi Rutan Klas II B Baturaja.....	56
---	----

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Daftar Staf Rumah Tahanan Negara Klas II B Baturaja Tahun 2023	57
Tabel 2	Tingkat Pendidikan Warga Binaan Pemasyarakatan Rutan Klas II B Baturaja	60
Tabel 3	Warga Binaan Pemasyarakatan Berdasarkan Agama	60
Tabel 4	Pekerjaan Warga Binaan Pemasyarakatan Sebelum Di Pidana	61
Tabel 5	Warga Binaan Pemasyarakatan Berdasarkan Jenis Kejahatan	65
Tabel 6	Jadwal Kegiatan Warga Binaan Permasayarakatan Rutan Klas II B Baturaja.....	63
Tabel 7	Data Warga Binaan anggota aktif bimbingan rohani islam .	65
Tabel 8	Jadwal Keseharian Kegiatan Santri Khusus Kelompok Pesantren.....	66

DAFTAR LAMPIRAN

1. Lampiran 1. Pedoman Observasi
2. Lampiran 2. Pedoman Wawancara
3. Lampiran 3. Surat Keterangan Judul Skripsi
4. Lampiran 4. Surat Keterangan Perubahan Judul Skripsi
5. Lampiran 5. Surat Izin Penelitian Dari KANWIL KEMENKUMHAM
Sumatera Selatan
6. Lampiran 6. Surat Penelitian Dari Rutan Klas II B Baturaja
7. Lampiran 7. Dokumentasi Kegiatan
8. Lampiran 8. Turnitin

BAB I PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Untuk mengurangi kesalahpahaman dalam memahami maksud judul penelitian, maka dibutuhkan penegasan judul, sebelum menjelaskan lebih lanjut penulis akan memaparkan terlebih dahulu istilah dalam judul penelitian ini agar memperoleh gambaran yang jelas mengenai makna yang dimaksud. Adapun judul penelitian ini: “Bimbingan Rohani Islam Dalam Meningkatkan *Self Regulation* Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) Rutan Klas II B Baturaja Ogan Komering Ulu”

Bimbingan Rohani Islam adalah upaya memberikan bantuan kepada seseorang yang mengalami kesulitan baik dalam aspek lahiriah maupun batiniah yang terkait dengan kehidupan saat ini dan masa depan. Pemberian bantuan tersebut berfokus pada bantuan dalam hal kesehatan mental spiritual, dengan tujuan agar individu yang bersangkutan mampu mengatasi permasalahan tersebut dengan menggunakan potensi internalnya dirinya melalui dorongan dari keyakinan dan ketakwaan kepada Tuhan yang Maha Esa.¹

Menurut Thohari Musnamar Bimbingan Rohani Islam merupakan suatu proses membantu individu agar dapat menjalani kehidupan yang selaras dengan ajaran dan petunjuk Allah SWT, sehingga mencapai kebahagiaan baik di dunia maupun di akhirat.²

Bimbingan Rohani Islam yang penulis maksud adalah Bimbingan Mental Spiritual yang dilakukan oleh pembimbing rohani di Rutan Klas II B Baturaja, proses pemberian bantuan ini dilakukan kepada individu agar dapat memenuhi kebutuhannya sendiri yang berkaitan dengan permasalahan jiwanya dan mampu memberdayakan individu agar dapat mengontrol dirinya dengan kemampuan internal yang sudah di miliki. Rutan Klas II B Baturaja menerapkan pembinaan kemandirian bagi warga binaan

¹ Arifin, *Pedoman Pelaksanaan Bimbingan dan Penyuluhan Agama* (Jakarta: Golden Terayon Press, 1982), h.2.

²Thohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan Islam* (Yogyakarta: UII 1995), h.10.

pemasyarakatan (WBP) salah satunya adalah kegiatan rohani. Pembimbing rohani ini juga dilakukan guna membina Warga binaan pemasyarakatan (WBP) agar dapat berperilaku baik dan sesuai dengan ajaran agama.

Dalam kegiatan ini warga binaan diberikan bimbingan seperti penerapan shalat lima waktu, pengetahuan akan ibadah, fiqih maupun pengendalian diri menurut ajaran Islam. Dengan tujuan supaya warga binaan lebih memahami agama islam dan senantiasa bisa mengendalikan diri dan meningkatkan regulasi diri mereka dengan kemampuan batiniah yang dimiliki hingga dapat menjalankan kewajibannya sebagai hamba Allah SWT.

Menurut Menurut Shelley E. Taylor, Letitia Anne Peplau, David O. Sears, *Self regulation* atau regulasi diri merupakan cara orang mengontrol dan mengarahkan tindakannya.³

Menurut M. Nur Ghufron & Rini Risnawita S, *Self regulation* merujuk pada usaha individu untuk mengatur diri dalam suatu aktivitas dengan melibatkan kemampuan metakognisi (pemahaman diri terhadap proses berpikir), motivasi, dan perilaku aktif. Ini mencakup kesadaran dan pengelolaan atas proses berpikir, dorongan untuk mencapai tujuan, serta tindakan yang aktif dan berdaya guna untuk mencapai hasil yang diinginkan.⁴

Self Regulation atau Regulasi Diri yang penulis maksud adalah usaha individu untuk mengatur kemampuan untuk mengendalikan dan mengatur perilaku, emosi, memotivasi diri sendiri dan pikiran mereka dengan cara yang efektif dan bijaksana. Ini melibatkan kesadaran diri tentang apa yang sedang terjadi di dalam diri, kemampuan untuk mengelola emosi, impuls, dan godaan, serta kemauan untuk mengambil tindakan yang sesuai dengan tujuan dan nilai-nilai pribadi. *Self Regulation* adalah suatu aktivitas yang memotivasi para warga binaan pemasyarakatan (WBP) dalam meningkatkan mental spiritual warga binaan agar lebih memahami ajaran agama sesuai dengan tuntunan dan syariat.

³Shelley E. Taylor, Letitia Anne Peplau, David O. Sears, *Psikologi Sosial Edisi Kedua Belas*, (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2009), h. 133

⁴ M. Nur Ghufron & Rini Risnawita S, *Teori-teori Psikologi*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2010), h. 57

Warga binaan pemasyarakatan (WBP) merujuk pada individu yang telah terbukti melakukan tindak pidana dan kemudian dijatuhi hukuman oleh pengadilan. Setelah diputuskan bersalah, mereka dikirim oleh pengadilan ke rumah tahanan atau lembaga pemasyarakatan untuk menjalani hukuman yang telah ditetapkan hingga masa pidananya berakhir.⁵

Warga binaan pemasyarakatan (WPB) yang penulis maksud ialah Warga binaan pemasyarakatan yang ada di Rutan Klas II B Baturaja Ogan Komering Ulu yang sedang menjalani masa tahanan.

Rumah Tahanan Negara (RUTAN) adalah sebuah lembaga yang berada di bawah naungan Kementerian Hukum dan Hak Asasi Manusia, yang berfungsi sebagai tempat penahanan bagi tersangka atau terdakwa selama proses penyidikan, penuntutan, dan pemeriksaan di sidang pengadilan. RUTAN terdiri dari dua kelas, yaitu Rutan Klas I dan Rutan Klas II, yang memiliki bangunan dan lahan yang disediakan untuk mendukung kegiatan pembimbingan para tahanan. Rutan Klas II B Baturaja Kabupaten OKU ini terletak di Jl Imam Bonjol, Air Paoh, Baturaja Lama Kecamatan Baturaja Timur, Kabupaten Ogan Komering Ulu Sumatera Selatan. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 29 juli 2023 sampai 10 oktober 2023.

Berdasarkan penegasan istilah-istilah tersebut maka dapat disimpulkan bahwa penelitian ini membahas mengenai proses pemberian bantuan rohani dengan tujuan agar dapat meningkatkan regulasi diri kepada warga binaan pemasyarakatan (WBP) di Rutan Klas II B Baturaja Ogan Komering Ulu agar tidak ada suatu hal yang tidak diinginkan terjadi di dalam rutan maupun di luar rutan jika Warga Binaan Pemasyarakatan kelak bebas dan kembali bersosialisasi dalam masyarakat. Dengan demikian penulis ingin meneliti lebih lanjut mengenai “Bimbingan Rohani Islam dalam Meningkatkan *Self Regulation* Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di Rutan Klas II B Baturaja Ogan Komering Ulu.

⁵Triana Indah Siswanti dan Abdurrohimi, *Masa Hukuman dan Stres pada Narapidana, Proyeksi*, Volume 4 Nomor 2, 95

B. Latar Belakang Masalah

Pada era saat ini, tindakan kejahatan telah berkembang pesat. Kejahatan menjadi fenomena universal, yang berarti setiap masyarakat tidak dapat lepas dari keberadaannya.⁶ Sejak awal penciptaan manusia, yaitu sejak Nabi Adam, kejahatan telah menjadi problematika yang mengiringi perjalanan umat manusia. Bukti awal keberadaan kejahatan tercatat dalam kitab suci, di mana terdapat kisah pembunuhan yang dilakukan oleh putra Adam, yaitu Habil dan Qabil. Sejak saat itu, kejahatan senantiasa ada dalam masyarakat dan terus menjadi bagian dari perjalanan sejarah manusia. Frank Tannenbaum, J.E Sahetapy menyatakan bahwa kejahatan merupakan problem manusia. Oleh karena itu, di mana ada manusia di sana pasti ada kejahatan.⁷

Di tengah lingkungan sosial, norma dan nilai-nilai yang berlaku mengarahkan semua tindakan manusia. Tetapi, saat ini, kita sering menyaksikan kasus-kasus kejahatan yang dilakukan oleh individu itu sendiri. Ini mencakup tindakan seperti pencurian, penyalahgunaan narkoba, tindak kekerasan, pemerkosaan, penipuan, korupsi, dan bahkan kasus pembunuhan yang kian marak di berbagai wilayah. Yang menyebabkan individu itu terjerat hukum pidana. Narapidana merujuk kepada seseorang yang menghadapi masalah hukum dan akibatnya dipisahkan dari masyarakat agar dapat memperbaiki kemampuannya dalam berinteraksi dalam masyarakat dengan lebih positif. Meskipun demikian, narapidana tetap merupakan individu yang sama seperti orang lain, namun terjerat dalam pelanggaran norma hukum yang berlaku. Oleh karena itu, pemerintah memutuskan untuk mengisolasi mereka sebagai bagian dari hukuman yang harus dijalani.⁸ Selama menjalani masa tahanan, seorang narapidana seharusnya diberikan fasilitas yang memadai, seperti akses terhadap makanan, minuman, tempat tinggal yang layak, serta kesempatan untuk menerima pembinaan, bimbingan, dan pelatihan. Tujuan dari fasilitas tersebut adalah untuk

⁶Ali Zaidan, *Kebijakan Kriminal*, (Jakarta: Sinar Grafika, 2016) , h. 1

⁷*Ibid*, h. 2.

⁸ Adami Chazawi, *Pelajaran Hukum Pidana Bagian I*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2010, h. 59.

mempersiapkan narapidana agar memiliki bekal yang memadai untuk kembali ke masyarakat di kemudian hari. Namun, kenyataannya seringkali berbeda dan jauh dari harapan tersebut. Oleh karena itu, kebanyakan narapidana mengalami perubahan hidup yang sangat signifikan selama berada di dalam penjara.⁹ Bagi seorang narapidana, mereka harus menghadapi berbagai permasalahan yang muncul akibat kehilangan kebebasan, penurunan harga diri, perasaan malu, kesedihan, rasa bersalah, serta konsekuensi sosial dan ekonomi yang datang sebagai akibat dari tindakan mereka.¹⁰

Permasalahan-permasalahan ini akan semakin memperburuk kondisinya karena lingkungan penjara dipenuhi dengan tekanan psikologis, terdapat ketidakseimbangan antara jumlah tahanan dan kapasitas penjara yang terbatas, dan ruang gerak yang terbatas. Situasi ini akan memiliki dampak signifikan terhadap pikiran, emosi, kemampuan pengendalian diri, serta konsep diri seorang warga binaan pemasyarakatan (WBP) selama masa penahanan.¹¹ Sebagai warga binaan pemasyarakatan (WBP), tentu saja individu memiliki pemahaman yang lebih dalam tentang diri mereka, termasuk faktor-faktor yang menyebabkan mereka berakhir di penjara dan langkah apa yang harus diambil setelah masa tahanan berakhir. Namun, kebingungan sering kali muncul ketika warga binaan pemasyarakatan (WBP) merenungkan peran apa yang akan mereka mainkan dalam kehidupan setelah keluar dari penjara. Kebingungan ini sangat berkaitan dengan bagaimana mereka mengatur diri sendiri dan melihat regulasi diri mereka dalam situasi yang baru setelah masa penahanan.¹² Mempunyai *self regulation* atau regulasi diri yang positif memiliki peran penting dalam membantu warga binaan pemasyarakatan (WBP)

⁹ Gussak, D. *Comparing the effectiveness of art therapy on depression and locus of control of male and female inmates. The Arts in Psychotherapy*, 36, 202 207, 2009.

¹⁰ Ibid,

¹¹ Alief Budiyono, *Penerapan Konseling Kognitif Islami untuk Meningkatkan Regulasi Diri Narapidana Di Lapas Kelas II A Purwokerto*, (Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Institut Agama Islam Negeri Purwokerto, 2016),2

¹² Ibid

menyesuaikan diri kembali kedalam kehidupan masyarakat. Hal semacam Ini memungkinkan warga binaan pemasyarakatan (WBP) untuk membangun kehidupan baru yang lebih baik dan mencegah kemungkinan keterlibatan kembali dalam kejahatan dan tindakan kriminal.¹³

Untuk meningkatkan *self regulation* warga binaan pemasyarakatan (WBP), pendampingan dari pembimbing menjadi sangat penting, dengan pembimbing kemasyarakatan berperan sentral dalam proses ini, salah satu pendekatan yang dianggap efektif adalah melalui bimbingan rohani islam. Regulasi diri yang kuat juga berfungsi sebagai alat pengendalian terhadap sikap dan perilaku seseorang, termasuk dalam kasus warga binaan pemasyarakatan (WBP). Banyak di antara mereka yang mengalami penurunan regulasi diri saat berada dalam lingkungan penjara, bahkan meskipun sebelumnya mereka adalah individu yang dihormati, terpuja, atau pun pemimpin dalam masyarakat. Gelar narapidana pemasyarakatan (WBP) mengakibatkan mereka merasa telah kehilangan segalanya, dan terkadang mereka menganggap bahwa keluarga dan masyarakat sudah tidak memerlukan kehadiran mereka lagi.

Keadaan semacam ini sering kali menyebabkan rasa frustrasi yang berat, bahkan ada yang mencapai titik ingin mengakhiri hidup mereka.¹⁴ Banyak individu yang memiliki beragam latar belakang dan masalah yang berbeda-beda dalam kehidupan mereka. Selain itu, hukuman yang harus mereka hadapi juga berbeda-beda. Setiap individu mengalami tekanan emosional yang wajar sebagai akibat dari tindakan yang mereka lakukan. Meskipun begitu, mereka semua berharap agar diterima, dihargai, dan dipahami dengan baik oleh lingkungan dan orang-orang di sekitar mereka, di mana pun dan dengan siapa pun mereka berada. Oleh karena itu, untuk memberikan dukungan kepada warga binaan yang mengalami kondisi tersebut, sangat penting untuk memberikan program pembimbingan dan bimbingan. Ini akan

¹³*Ibid*

¹⁴*Ibid*

membantu mereka yang telah kehilangan regulasi diri untuk mendapatkan kembali arah dan kontrol atas hidup mereka.

Bentuk dari bimbingan yang diberikan Rutan Klas II B Baturaja bermacam-macam, mulai dari pemberian pembinaan tentang agama, keterampilan, sampai pada pembinaan kepribadian dan konseling. Di Rutan Klas II B Baturaja bimbingan rohani sendiri merupakan salah satu program utama yang memiliki peran penting yaitu diantaranya sebagai upaya dalam pembentukan akhlak dan peningkatan keimanan bagi warga binaan pemasyarakatan (WBP).¹⁵

Bimbingan rohani islam ini dilakukan secara rutin dan terjadwal di rutan Klas II B Baturaja, terdapat satu pembimbing rohani khusus di blok tahanan perempuan, tiga pembimbing rohani dari pihak luar rutan yang bertugas memberikan pembinaan pada blok laki-laki, dan satu pembimbing rohani sekaligus pegawai rutan Klas II B Baturaja. Kegiatan pembinaan antara laki-laki dan perempuan dilakukan secara terpisah, kegiatan pembinaan ini diikuti oleh seluruh warga binaan pemasyarakatan (WBP) yang ada di rutan Klas II B Baturaja. Terdapat 25 anggota aktif yang mengikuti bimbingan rohani islam ini dan 12 diantaranya dipercaya oleh pihak rutan untuk membantu dan mengelola program pembinaan rohani islam ini. Warga binaan yang aktif dalam pembinaan rohani akan dipindahkan ke blok tahanan terpisah dengan blok tahanan warga binaan lainnya, yaitu yang dinamakan blok tahanan pesantren. Warga binaan yang berada di blok tahanan pesantren ini memiliki jadwal kegiatan bimbingan rohani lebih padat dibandingkan jadwal bimbingan rohani islam warga binaan lainnya. Contohnya bimbingan rohani islam dilakukan terjadwal dalam satu minggu bagi seluruh warga binaan seperti, dihari senin hafalan surat pendek, hari rabu mengaji Al-Quran, dihari kamis dan jumat pengajian yang akan di isi oleh ustaz dengan materi materi tentang akidah, ibadah, fiqih, sunnah, hadist dll. Disampaikan dengan metode nasihat dan ceramah. Sedangkan jika dibandingkan dengan blok pesantren mereka

¹⁵*Observasi penulis*, di Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Baturaja Kabupaten Oku. 30 agustus 2023

memiliki jadwal seperti mengaji, hafalan hadist, adab, ayat Al-Quran, amalan setelah subuh, membaca yasin, dan sholat sunnah, terjadwal harus dilakukan dalam satu hari.

Pengalaman seseorang yang telah berpredikat sebagai narapidana akan mengalami hilangnya harga diri, hilangnya kebebasan, perasaan sedih, rasa bersalah, adanya sanksi sosial yang harus dijalani oleh mereka. Pembentukan kelompok pesantren ini sendiri merupakan strategi yang di bentuk oleh rutan Klas II B Baturaja dalam upaya meningkatkan regulasi diri warga binaan pemasyarakatan (WBP)

Dari hasil pra survei penulis mewawancarai salah satu warga binaan pemasyarakatan (WBP) yang sebelumnya berada di blok tahanan biasa setelah melewati 1 tahun masa tahanan AW memutuskan untuk masuk dalam kelompok pesantren, AW dapat mengatakan bahwa :

”Saya sadar saya sudah tidak memiliki siapa siapa lagi selain tuhan, saya merasa 1 tahun disini sangatlah lama dan pikiran saya selalu tidak tenang, saya selalu susah dalam mengontrol emosi saya, saya tidak memiliki kontrol diri yang baik, beberapa kali saya hampir berkelahi dengan warga binaan lain. Saya tidak pernah melewatkan kegiatan rohani setiap minggunya seperti mengaji, shalat berjamaah, mendengarkan ustad ceramah, saya merasa pembinaan rohani yang dilakukan setiap minggunya membuat saya semakin ingin lebih banyak tau tentang agama, akhirnya saya memutuskan untuk ikut bergabung dengan kelompok pesantren dan mengikuti seleksinya dengan bapak Pembimbing (pak sunandar/nandar) kapan lagi saya bisa dekat dengan tuhan saya selagi saya masih hidup, saya sudah berjanji akan menghabiskan masa tahanan saya dengan mendekatkan diri kepada Allah SWT. Agar saya juga mendapat bekal jika saya keluar dari rutan ini nanti dan menjadi pegangan saya agar saya tidak kembali terjerumus kedalam sini dan alhamdulillahnya setelah saya mengikuti semua kegiatan

pembinaan yang sangat intens saya merasa sangat tenang dan merasa semua dipermudah.”¹⁶

Pelaksanaan pembimbingan rohani di Rutan Klas II B Baturaja dilaksanakan setiap hari dan terjadwal. Setiap harinya warga binaan diwajibkan untuk sholat berjamaah di masjid yang ada didalam rutan. Warga binaan kelompok pesantren akan berkeliling mengontrol blok-blok tahanan untuk mengajak warga binaan melaksanakan sholat berjamaah. Walaupun mereka memiliki riwayat catatan yang buruk namun mereka sudah berusaha meregulasi diri mereka untuk berubah kearah yang lebih positif. Kelompok pesantren ini memang sudah dilatih dan diberi jadwal khusus untuk pembimbingan rohani dan bertugas untuk mengajak rekan rekan warga binaan yang lain untuk senantiasa merubah diri mereka kearah yang lebih baik. Setiap kali mereka berdakwah mereka pun diberi materi pegangan atau materi pembelajaran yang akan disampaikan kepada warga binaan lainnya.

Walaupun pembinaan sudah dirasa cukup baik dan berjalan dengan lancar dan seperti yang diharapkan.masih saja terdapat beberapa warga binaan yang mengulang perbuatan tindak kejahatan sehingga membuat mereka mendekam kembali di rutan. Persoalan yang dialami oleh beberapa warga binaan di Rutan Klas II B Baturaja ditandai dengan mulai munculnya bentuk penekanan diri dan daya tekanan psikologis yang dapat mempengaruhi perilaku seseorang. Berdasarkan pengamatan awal penulis, kondisi daya tampung Rutan Klas II B Baturaja yang sudah melebihi batas penghuni dengan jumlah tahanan 443 yang seharusnya daya tampung/kapasitas Rutan sendiri sebanyak 267 tahanan, tidak seimbang dengan tempat ruang lapas yang terbatas. Kondisi ini akan sangat berpengaruh terhadap regulasi diri pada masing-masing warga binaan Rutan Klas II B Baturaja. Seperti halnya yang diungkapkan oleh Bapak Sunandar sebagai Pembimbing rohani di Rutan Klas II B Baturaja bahwa setelah berada di dalam lapas mulai dari kebiasaan hidup serta lingkungan

¹⁶*Observasi penulis*, di Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Baturaja Kabupaten Oku. 30 agustus 2023

yang dimiliki sudah berubah dengan sebelumnya. Kondisi fisik maupun rohani mereka mengalami guncangan atas apa yang sedang dihadapinya, tidak memiliki arah dan tujuan yang hendak dicapai. Terdapat beberapa warga binaan Rutan Klas II B Baturaja yang mengalami kondisi emosi yang tidak stabil, berkelahi antar sesama penghuni, tidak mematuhi program pembimbingan serta ada yang melanggar norma-norma yang berlaku di dalam lapas. Hal tersebut membuktikan bahwa masih saja terdapat beberapa regulasi diri warga binaan yang negatif.

Berdasarkan pemaparan di atas, terdapat beberapa permasalahan yang penulis anggap perlu dilaksanakan penelitian sebagai upaya pengembangan ilmu, sehingga penting untuk dilakukan penelitian dengan judul “Bimbingan Rohani Islam Dalam Meningkatkan *Self Regulation* Warga binaan pemasyarakatan (WBP) Rutan Klas II B Baturaja Ogan Komering Ulu”

C. Fokus Dan Sub Fokus Penelitian

1. Fokus Penelitian

Untuk dapat menghindari pembahasan yang meluas dan penelitian yang menjadi tidak terfokus. Oleh karena itu peneliti membatasi dan memfokuskan masalah dalam penelitian ini yang difokuskan pada “untuk mengetahui Proses pelaksanaan Bimbingan Rohani Islam dalam meningkatkan *Self Regulation* Warga binaan pemasyarakatan Klas II B Baturaja Ogan Komering Ulu”.

2. Sub Fokus Penelitian

Sub fokus dalam penelitian ini yaitu “Bagaimana pengaruh dari proses Bimbingan Rohani Islam dalam Meningkatkan *Self Regulation* Warga binaan pemasyarakatan Rutan Klas II B Baturaja Ogan Komering Ulu”

D. Rumusan Masalah

Dari beberapa uraian yang dikemukakan pada latar belakang, maka penulis dapat merumuskan masalah yang akan menjadi acuan dalam penelitian ini yaitu : “Bagaimana pelaksanaan Bimbingan Rohani Islam Dalam Meningkatkan *Self Regulation* warga binaan pemasyarakatan di Rutan Klas II B Baturaja Kabupaten Ogan Komering Ulu?

E. Tujuan

Sesuai dengan rumusan masalah diatas maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah : Untuk mengetahui pelaksanaan Bimbingan Rohani Islam Dalam Meningkatkan *Self Regulation* warga binaan pemasyarakatan di Rutan Klas II B Baturaja Kabupaten Ogan Komering Ulu.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah :

1. Secara Teoritis : Untuk digunakan sebagai literatur atau referensi dan menambah wawasan ilmu peneliti serta peneliti lainnya mengenai teori yang berkaitan.
2. Secara Praktis :
 - a. Bagi penulis : Untuk memperluas dan melatih kemampuan dalam bidang penelitian dan menerapkan teori yang peneliti dapatkan selama berkuliah.
 - b. Bagi akademisi atau mahasiswa : dapat digunakan sebagai bahan referensi perpustakaan untuk referensi perbandingan objek penelitian.
 - c. Bagi warga binaan : dapat digunakan sebagai ilmu pengetahuan dalam meningkatkan *Self Regulation* Pada Warga binaan pemasyarakatan Rutan Klas II B Baturaja OKU.

G. Kajian Terdahulu yang Relevan

Berkaitan dengan judul skripsi ini yaitu tentang upaya meningkatkan *self regulation* terhadap warga binaan pemasyarakatan (WBP) di Baturaja Kabupaten Ogan Komering Ulu, sebenarnya sudah banyak diteliti oleh peneliti yang lain selain itu di dalam penelitian ini dibutuhkan referensi yang diantaranya penelitian terdahulu yang relevan sebagai bentuk pengayaan dan penguat untuk penelitian ini. Penulis menemukan karya ilmiah yang mempunyai kemiripan variabel dengan penelitian ini. Yaitu penelitian yang dilakukan Oleh:

1. Penelitian Yang Pertama Yang Dilakukan Oleh Rizka Istiqomah. Mahasiswa Institut Agama Islam Jember Fakultas Dakwah prodi Bimbingan Konseling Islam Pada tahun 2020. Yang berjudul “Bimbingan Rohani Islam Dalam Meningkatkan Regulasi Diri Warga Binaan Lapas Klas II B lumajang”¹⁷peneliti menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan Jenis penelitian yang digunakan dalam skripsi ini adalah metode deskriptif analitik. Adapun teknik pengumpulan data penulis menggunakan observasi non partisipan, wawancara mendalam, dan dokumentasi.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Pelaksanaan bimbingan rohani Islam bagi warga binaan Lapas Klas II B Lumajang bersifat wajib dengan meliputi pengajian rutin, istighosah, hafalan Juz Ammah dan kegiatan baca tulis Al Quran.Regulasi diri yang dimiliki ketiga subjek penelitian warga binaan Lapas Klas II B Lumajang ketika awal pertama kali masuk lapas adalah kurang stabil. Dibuktikan masih mengulang kembali tindak pidana yang pernah dilakukan dan harus berada di dalam lapas lagi.3 Implikasi pelaksanaan bimbingan rohani Islam bahwa, terdapat dua dari tiga informan warga binaan yang dapat menampakkan perubahan dalam meregulasi dirinya sendiri setelah mengikuti bimbingan rohani Islam. Yakni kedua warga binaan ini sudah dapat

¹⁷ Rizka Istiqomah, ” *Bimbingan Kerohanian Islam Dalam Meningkatkan Regulasi Diri Warga Binaan Lapas Klas IIB lumajang*”(skripsi :Agama Islam Jember,2020)

mengatur dirinya sendiri dengan memiliki strategi-strategi dan tujuan yang hendak dicapai. Sedangkan satu warga binaan yang lainnya masih belum dapat meningkatkan regulasi dirinya dengan baik.

Persamaan dari skripsi ini dengan penelitian yang penulis lakukan yaitu membantu warga binaan pemasyarakatan (WBP) dalam meningkatkan regulasi diri mereka menggunakan bimbingan rohani islam. perbedaan skripsi ini dengan penelitian yang penulis lakukan yaitu penulis tidak menggunakan metode deskriptif analitik melainkan deskriptif interaktif.

2. Penelitian yang kedua yaitu penelitian Melsani Mahasiswi UIN Raden Intan Lampung Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Prodi Bimbingan Konseling Islam pada tahun 2018 yang berjudul “Bimbingan Agama Dalam Meningkatkan Regulasi Diri Narapidana Di Rumah Tahanan Negara (Rutan) Klas II B Menggala Kabupaten Tulang Bawang”¹⁸ Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif deskriptif dengan jenis penelitian deskriptif analitik, Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Analisis yang penulis gunakan adalah analisis kualitatif, dengan metode berfikir deduktif induktif. hasil penelitian ini memaparkan.

Hasil penelitian diketahui bahwa : pelaksanaan bimbingan agama dalam meningkatkan regulasi diri narapidana meliputi; 1) membiasakan disiplin shalat lima waktu, 2) pengajian Rutin, materi yang digunakan meliputi; a) akidah, b) akhlak, c) ibadah. Metode yang digunakan dalam pengajian rutin meliputi; a) ceramah, b) lisan/praktek, c) pembiasaan, d) nasehat. 3) baca tulis Alquran. Kegiatan bimbingan agama yang dilaksanakan Rutan Klas II B Menggala sudah direncana untuk menanamkan kekuatan

¹⁸Melissani, *Bimbingan Agama Dalam Meningkatkan Regulasi Diri Narapidana Di Rumah Tahanan Negara (Rutan) Klas IIB Menggala Kabupaten Tulang Bawang*(skripsi : UIN Raden Intan Lampung,2018)

sebagai dasar kemampuan dalam mengendalikan sikap dan perilaku para narapidana agar tidak kembali melanggar hukum dan norma dalam masyarakat. Terdapat persamaan dari skripsi ini dengan penelitian yang penulis lakukan yaitu dengan isi materi atau pelaksanaan bimbingan keagamaan yang dilakukan.

3. Penelitian yang ketiga yaitu penelitian Windiati Mahasiswi UIN Raden Intan Lampung Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Prodi Bimbingan Konseling Islam pada tahun 2021 dengan judul “Bimbingan Rohani Islam Melalui Terapi Keagamaan Untuk Ketenangan Jiwa Warga Binaan Di Lapas Klas II A Kalianda Lampung Selatan”¹⁹ Penelitian ini merupakan penelitian lapangan (Field Research). Menurut sifatnya penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Penelitian ini menggunakan metodologi penelitian kualitatif dengan teknik Purposive sampling dan menggunakan teknik pengumpulan data wawancara, observasi, dokumentasi, dan analisis data.

Hasil penelitian lapangan ini menunjukkan bahwa setelah adanya bimbingan rohani Islam warga binaan yang awalnya tidak bisa mengaji menjadi bisa mengaji Al-Qur'an dan warga binaan yang awalnya tidak mau shalat menjadi rajin mengerjakan shalat 5 waktu. Selanjutnya, bentuk dari pelaksanaan kegiatan bimbingan rohani Islam melalui terapi keagamaan yang dilakukan oleh petugas pembimbing rohani kepada warga binaan pemasyarakatan dilaksanakan dengan 2 cara yaitu kelompok dan individu. Adapun materi dalam terapi keagamaan kelompok ialah terapi melatih kesabaran, terapi shalat, terapi dzikir, dan terapi do'a. Sedangkan pelaksanaan dengan cara individu adalah terapi membaca Al-Qur'an. Pemberian bimbingan melalui terapi keagamaan membuat warga binaan menjadi lebih terarah dan menambah

¹⁹Windiati, *Bimbingan Rohani Islam Melalui Terapi Keagamaan Untuk Ketenangan Jiwa Warga Binaan Di Lapas Kelas IIA Kalianda Lampung Selatan* (Skripsi : UIN Raden Intan Lampung, 2021)

pemahaman agama warga binaan di Lapas Klas II A Kalianda Lampung Selatan.

Persamaan skripsi ini dengan penelitian yang penulis lakukan yaitu memiliki perubahan pada warga binaan pemasyarakatan (WBP) Perbedaan skripsi ini dengan penelitian yang penulis lakukan yaitu topic pembahasan dalam skripsi ini yaitu bimbingan rohani islam dilakukan untuk membantu warga binaan pemasyarakatan (WBP) dalam hal ketenangan jiwa sedangkan untuk penelitian yang penulis lakukan yaitu memfokuskan pada meningkatkan *Self Regulation* Warga binaan pemasyarakatan (WBP) Rutan Klas II B Baturaja Ogan Komering Ulu.

4. Penelitian yang keempat yaitu penelitian Yusnianto Mahasiswa IAIN Jember Fakultas Dakwah Prodi Bimbingan Konseling Islam pada tahun 2019 dengan judul “Implementasi Bimbingan Keagamaan Dalam Meningkatkan Mental Spiritual Warga Binaan Rumah Tahanan Negara Klas II B Kraksaan Probolinggo”²⁰ Metode yang digunakan dalam penelitian adalah kualitatif dengan jenis penelitian kualitatif deskriptif. Teknik pengumpulan data yang digunakan metode observasi, interview, dan dokumentasi. Keabsahan data menggunakan Triangulasi sumber dan metode. Metode analisis data secara interaktif dengan langkah-langkah yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Berdasarkan Hasil penelitian ini adalah: 1) Implementasi bimbingan keagamaan dalam meningkatkan mental spiritual warga binaan terdapat beberapa metode yaitu, (a) metode ceramah, Metode ini lebih efektif digunakan dalam berbagai kegiatan pembimbingan, apalagi warga binaan tersebut melebihi puluhan orang. 2) Faktor pendukung dan penghambat dalam pelaksanaan bimbingan keagamaan, (a) Faktor pendukung meliputi: (1) tenaga pengajar yang

²⁰ Yunianto, *Implementasi Bimbingan Keagamaan Dalam Meningkatkan Mental Spiritual Warga Binaan Rumah Tahanan Negara Klas II B Kraksaan Probolinggo* (Skripsi : IAIN Jember, 2019)

profesional,(2) inventaris fasilitas yang memadai, (3) ustadz yang didatangkan dari kalangan pondok besar, (4) pengajaran dan kegiatan pembimbingan yang maksimal, (5) materi pembimbingan selalu berganti, (6) pengayoman secara penuh, (b)faktor penghambat meliputi, (1) diri sendiri (Internal), (2) kurangnya jadwal dan minimnya pembimbing agama nasrani, (3) bahasa, (4) sakit. Persamaan skripsi ini dengan penelitian yang penulis lakukan yaitu menggunakan metode kualitatif deskriptif.

H. Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif, yaitu penelitian yang bersifat deskriptif dan cenderung menggunakan analisis.

1. Jenis dan Sifat Penelitian

a. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini yaitu penelitian lapangan (*field research*) yang bermaksud untuk mengetahui permasalahan yang ada di lokasi penelitian yang bersumber data utamanya berasal dari lapangan.²¹ Dalam prosesnya, penelitian ini mengangkat data dan permasalahan yang ada di lapangan dalam hal ini adalah proses Bimbingan Rohani Islam pada Warga binaan pemasyarakatan (WBP). Adapun lokasi penelitian yang dilakukan penulis adalah Rutan Klas II B Baturaja Kabupaten Ogan Komering Ulu.

b. Sifat Penelitian

Penelitian ini mengambil pendekatan deskriptif karena tujuannya adalah untuk memberikan gambaran yang sistematis tentang pemecahan masalah. Dalam hal ini, penelitian berupaya untuk menggambarkan dan merangkum berbagai kondisi, situasi, atau fenomena sosial yang ada di masyarakat yang menjadi fokus penelitian. Upaya ini bertujuan untuk mengungkapkan karakteristik, sifat, dan gambaran dari kondisi, situasi,

²¹M. Ahmad Anwar, *Prinsip-Prinsip Metodologi Research*, (Yogyakarta: Subangsh, 1975),h 22

atau fenomena tersebut sebagai bagian dari analisis.²² Penelitian deskriptif bertujuan untuk secara sistematis dan faktual menggambarkan fakta-fakta dan karakteristik dari populasi. Oleh karena itu, dalam jenis penelitian ini, pendekatan yang digunakan adalah kualitatif karena data diperoleh secara langsung dari objek penelitian, yaitu proses konseling kelompok yang dilakukan terhadap Warga binaan pemasyarakatan (WBP) di Rutan Klas II B Baturaja Kabupaten Ogan Komering Ulu.

2. Sumber Data

a. Data Primer

Data primer adalah sumber data penelitian yang diperoleh secara langsung dari sumber asli atau pihak pertama. Data primer secara khusus dikumpulkan oleh peneliti untuk menjawab pertanyaan penelitian. Data primer dapat berupa pendapat subjek penelitian (orang), baik secara individu maupun kelompok, hasil observasi terhadap suatu benda (fisik), kejadian atau kegiatan dan hasil pengujian.²³ Dalam hal ini peneliti menggunakan *teknik non probability sampling*, yaitu teknik yang tidak memberi peluang/kesempatan pada populasi lain untuk dijadikan sampel. dengan jenis teknik *purposive sampling*, teknik ini bertujuan agar dapat subyektif. peneliti memilih teknik pemilihan sampel ini dikarenakan mungkin peneliti telah memahami informasi yang dibutuhkan yang akan diperoleh dari kelompok sasaran tertentu dan yang telah memenuhi kriteria peneliti tentukan. Berdasarkan data yang diperoleh dalam daftar nama warga binaan pemasyarakatan Rutan Klas II B Baturaja, bahwa jumlah keseluruhan warga binaan pemasyarakatan yaitu berjumlah 443 orang.

²² Afrizal, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Rajawali Press, 2014),h 12

²³Totok Rudianto, Marlinawati, Glarian Tri Audi, Pengaruh Pengalaman, Pengetahuan dan Keterampilan Auditor terhadap Kualitas Audit (Studi Kasus Kantor Inspektorat Aceh), *Jurnal Penelitian Ekonomi Akuntansi*, Vol. 4, No. 2 (2020),5

Sumber data primer dalam penelitian ini adalah warga binaan pemasyarakatan (WBP) dengan kriteria sebagai berikut:

- 1) Warga binaan pemasyarakatan (WBP) Rutan Klas II B Baturaja yang berusia 26-43 Tahun.
- 2) Warga binaan perempuan Rutan Klas II B Baturaja
- 3) Warga binaan pemasyarakatan (WBP) yang belum bisa meregulasi diri dengan hal positif
- 4) Warga binaan pemasyarakatan (WBP) Rutan Klas II B Baturaja yang aktif dalam program pembinaan bimbingan rohani islam

Berdasarkan kriteria diatas, dalam penelitian ini yang menjadi sumber data primer yaitu, 6 warga binaan pemasyarakatan (WBP) yang aktif dalam kegiatan bimbingan rohani islam, dan 3 warga binaan perempuan, alasan pemilihan 9 sampel ini Karena warga binaan yang dijadikan sampel ini dirasa sudah cukup untuk menjadi sumber data primer mewakili seluruh warga binaan pemasyarakatan (WBP) yang aktif dalam bimbingan rohani islam dan memenuhi kriteria yang ditentukan penulis. Kemudian 3 penyuluh agama , 1 pembimbing rohani islam sekaligus rutan Klas II B Baturaja, dan 1 staff tata usaha. Guna untuk melengkapi data-data yang dibutuhkan penulis dalam penelitian ini perihal bimbingan rohani islam maupun perihal rutan Klas II B Baturaja. Dengan demikian keseluruhan yang menjadi sumber data primer dari penelitian ini berjumlah 14 orang.

b. Sumber Data Sekunder

Data sekunder merujuk pada informasi yang telah dikumpulkan sebelumnya untuk mengatasi suatu permasalahan yang sedang dihadapi. Sumber data sekunder ini berfungsi sebagai pelengkap atau tambahan untuk data utama yang sudah ada. Suharsimi Arikunto

menjelaskan data sekunder sebagai informasi yang diperoleh dari berbagai sumber seperti dokumen grafis (seperti tabel, catatan, notulen rapat, pesan singkat, dan sejenisnya), foto, rekaman video, benda fisik, dan elemen lain yang dapat mendukung data primer yang telah terkumpul sebelumnya.²⁴

3. Metode Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, terdapat berbagai teknik pengumpulan data yang akan digunakan, dan setiap teknik memiliki keunggulan dan kelemahan tersendiri. Oleh karena itu, penggunaan berbagai teknik pengumpulan data secara bersama-sama diharapkan dapat saling melengkapi satu sama lain. Metode atau instrumen yang akan digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data meliputi wawancara, observasi, dan dokumentasi.

a. Wawancara

Wawancara adalah suatu bentuk percakapan yang memiliki tujuan khusus. Dalam wawancara, seorang peneliti atau pewawancara berinteraksi langsung dengan responden dengan maksud untuk mendapatkan informasi yang diinginkan. Dalam hal ini, wawancara dapat dianggap sebagai bentuk angket yang pertanyaan-pertanyaannya disampaikan secara lisan kepada responden. Melalui wawancara, peneliti dapat memperoleh pemahaman yang lebih mendalam, mengklarifikasi pertanyaan yang tidak jelas, serta menangkap ekspresi dan bahasa tubuh responden yang dapat memberikan konteks tambahan²⁵.

Wawancara dapat dibagi menjadi dua jenis, yaitu wawancara terstruktur dan wawancara tidak terstruktur. Wawancara terstruktur adalah jenis wawancara yang digunakan ketika peneliti memiliki pemahaman yang jelas

²⁴Suharsimi Arikunto, *Prosedur Suatu Penelitian Suatu Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1989),h 22

²⁵ Sanapiah Faisal, *Format-format Penelitian Sosial*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2007),h 90

tentang informasi yang ingin diperoleh. Dalam pendekatan ini, peneliti telah menyiapkan instrumen penelitian yang berisi pertanyaan-pertanyaan tertulis, beserta pilihan jawaban yang telah disiapkan sebelumnya. Di sisi lain, wawancara tidak terstruktur adalah jenis wawancara yang lebih fleksibel. Dalam tipe wawancara ini, peneliti tidak menggunakan pedoman yang telah disusun secara terstruktur dan lengkap untuk mengumpulkan data. Pedoman wawancara hanya memberikan gambaran umum mengenai topik yang akan dibahas, dan selanjutnya, wawancara berlangsung secara bebas tanpa pertanyaan yang telah ditentukan sebelumnya.²⁶

Dalam penelitian ini, pendekatan yang digunakan adalah wawancara tidak terstruktur. Peneliti telah menyiapkan panduan awal berupa garis-garis besar, tetapi panduan ini kemudian dikembangkan lebih lanjut selama proses wawancara berlangsung. Metode pengumpulan data ini melibatkan komunikator-komunikator yang terlibat dalam konteks penelitian, yaitu Pembimbing Rohani yang aktif dalam kegiatan bimbingan rohani Islam, dua ustad dan ustazah dari luar rutan, satu Kepala Rutan Klas II B Baturaja, satu staf penatausahaan, dan enam warga binaan pemasyarakatan yang memenuhi kriteria sampel penelitian. Data yang diperoleh akan berkaitan dengan pelaksanaan bimbingan rohani Islam dan dampaknya terhadap peningkatan regulasi diri (Self Regulation) di antara warga binaan Rutan Klas II B Baturaja Kabupaten Ogan Komering Ulu.

Oleh karena itu, dalam pelaksanaan wawancara diperlukan keterampilan dari seorang peneliti dalam berkomunikasi dengan responden. Wawancara yang akan penulis lakukan yaitu kepada:

²⁶ Muhammad Idrus, *Metode Penelitian Ilmu Sosial*, (Yogyakarta: Gelora Aksara Pratama, 2009), Cet ke 11, 67-68

- 1) Ustaz atau pembimbing rohani yang ada di Rutan Klas II B baturaja Kabupaten Ogan Komering Ulu.
- 2) Staf Tata Usaha dan Staf Registrasi Rutan Klas II B Baturaja Kabupaten Ogan Komering Ulu.
- 3) Warga binaan pemasyarakatan (WBP) yang ada di Rutan Klas II B Baturaja Kabupaten Ogan Komering Ulu, baik warga binaan perempuan maupun lelaki.

Dalam hal ini penulis menetapkan 14 orang yang akan diwawancarai. Metode wawancara akan menjadi pendukung dari metode observasi yang kurang maka hal ini dapat didukung yaitu dengan menggunakan metode wawancara. Adapun data yang diperoleh peneliti yakni : Profil Umum Rutan Klas II B Baturaja, Jumlah warga binaan pemasyarakatan (WBP), kegiatan pembinaan yang dilaksanakan pihak Rutan Klas II B Baturaja, Jadwal kegiatan bimbingan rohani islam, proses pelaksanaan bimbingan rohani islam, metode bimbingan rohani islam, materi bimbingan rohani, faktor penghambat dan pendukung kegiatan bimbingan rohani islam.

b. Observasi

Observasi adalah metode pengumpulan data yang dilaksanakan secara terencana dan sistematis melalui pengamatan serta pencatatan gejala-gejala yang sedang diselidiki. Dalam proses observasi, perlu diperhatikan bahwa pengamatan harus dilakukan dalam beberapa periode waktu. Meskipun tidak ada waktu yang pasti atau tertentu untuk melakukan pengamatan, namun semakin lama dan sering pengamatan dilakukan, akan semakin memperkuat keandalan atau reliabilitas hasil pengamatan tersebut.²⁷

²⁷Gantina Komalasari, dkk, *Asesmen Teknik Nontes dalam Perspektif BK Komprehensif*, (Jakarta: PT Indeks, 2017), 55-57

Untuk mendapatkan data dari lapangan, peneliti akan melakukan pengamatan langsung di tempat kejadian. Peneliti akan mengumpulkan informasi dengan cara melihat, mengamati, dan jika diperlukan, merekam serta mencatat perilaku dan perkataan dari informan yang relevan. Terdapat dua jenis observasi yang digunakan, yaitu observasi partisipatif dan observasi non-partisipatif. Dalam observasi partisipatif, peneliti secara aktif terlibat dalam kegiatan sehari-hari yang diamati atau dengan orang yang menjadi sumber data penelitian.²⁸

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan jenis observasi non-partisipatif. Hal ini dikarenakan peneliti hanya melakukan pengamatan terhadap proses pembimbingan rohani yang diberikan oleh pembimbing kepada Warga binaan pemasyarakatan (WBP). Dalam konteks penelitian ini, peneliti tidak terlibat dalam memberikan bimbingan rohani kepada WBP karena peneliti bukan bagian dari tim Pembimbingan di Rutan Klas II B Baturaja Kabupaten Ogan Komering Ulu. Metode observasi digunakan untuk melengkapi data yang tidak dapat diperoleh melalui metode wawancara dan dokumentasi.

c. Dokumentasi

Metode dokumentasi adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan mengamati dan mengkaji dokumen-dokumen yang telah ada sebelumnya. Dalam metode dokumentasi, peneliti mencari data terkait variabel atau informasi dalam bentuk catatan transkrip, buku, surat kabar, majalah, prasasti, notulen, laporan rapat, agenda, dan sejenisnya yang telah ada dan dapat digunakan sebagai sumber informasi.²⁹ Metode dokumentasi merupakan pendekatan pengumpulan data

²⁸Sugiyono.*Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*, (Bandung: Alfabeta,2017),310

²⁹ Dyah Perwita, *Metode Team Accelerated Instruction (TAI) Pengaruhnya terhadap Prestasi Belajar*, (Tangerang Selatan: Pascal Books, 2021),29

yang mengandalkan informasi yang tercatat dalam berbagai bentuk, seperti surat, catatan harian, arsip foto, hasil rapat, cenderamata, jurnal kegiatan, dan sumber-sumber lainnya. Metode dokumentasi sering digunakan dalam penelitian kualitatif untuk menelusuri data historis atau dokumen terkait individu, kelompok, peristiwa, atau situasi sosial. Pendekatan ini membantu peneliti untuk mengumpulkan data yang relevan dari sumber-sumber tertulis yang ada.³⁰ Dalam penelitian ini, metode dokumentasi yang akan digunakan mencakup pengumpulan data dalam bentuk gambar, foto, data pasien, kebijakan, peraturan, dan berbagai sumber lainnya. Hal ini bertujuan untuk memperoleh data yang memiliki keaslian dan keotentikan yang diperlukan untuk penelitian.

4. Teknik Analisis Data

Dalam penelitian kualitatif, data dapat diperoleh dari beragam sumber dengan mengaplikasikan berbagai teknik pengumpulan data yang berbeda. Proses pengumpulan data ini biasanya berlangsung secara berkesinambungan hingga data yang terkumpul dianggap telah mencapai tingkat kejenuhan yang memadai.³¹ Setelah data terkumpul, langkah berikutnya adalah melakukan analisis data. Dalam proses analisis data, digunakan metode analisis kualitatif deskriptif, yang tujuannya adalah untuk memberikan gambaran yang sistematis dan logis tentang keadaan, status, atau fenomena yang sedang diteliti.³² Dalam hal ini penulis akan menggunakan analisis deduktif.

Analisis deduktif adalah metode dalam pengumpulan data yang melibatkan penetapan suatu prinsip umum terlebih dahulu berdasarkan pengetahuan yang ada, lalu data dikumpulkan dengan menggunakan metode tertentu yang

³⁰Iryana, Risky Kawasati, "Teknik Pengumpulan Data Metode Kualitatif", *Jurnal Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Sorong*, t.t: 11

³¹ Sugiyono, *Metode Penelitian*, (Bandung: Cv Alfabeta, 2019),h 243

³² Arikunto, *Prosedur Penelitian*,245

sesuai. Setelah itu, kesimpulan khusus ditarik berdasarkan prinsip umum yang telah ditetapkan sebelumnya. Dengan kata lain, analisis deduktif melibatkan pendekatan dari umum ke khusus dalam mengumpulkan data dan menghasilkan kesimpulan.³³ Data yang diperoleh melalui observasi, wawancara, dokumentasi, dan literatur akan melalui tahap pengeditan dengan tujuan untuk meneliti tingkat keakuratan, kelengkapan, dan kebenaran data tersebut. Setelah itu, data akan disusun berdasarkan kategori yang relevan dengan masalah penelitian dan kebutuhan penelitian yang sedang dilakukan. Dengan demikian, kesimpulan yang dihasilkan akan sesuai dengan permasalahan yang terkait dalam penelitian ini, yang berfokus pada topik Bimbingan Rohani Islam dalam Meningkatkan *Self Regulation* Warga binaan masyarakat (WBP) di Rutan Klas II B Baturaja Kabupaten Ogan Komering Ulu.

I. Sistematika Penulisan

Penelitian ini disusun dalam suatu laporan penelitian yang terdiri atas lima bab. Setiap bab memiliki beberapa sub-sub bab yang sesuai dengan tema-tema pembahasan yang dibutuhkan agar dapat mempermudah dalam pemahaman dengan pembahasan yang sistematis dan terarah, maka penulisan ini disusun sebagai berikut :

Pada bagian awal meliputi : halaman judul, halaman pernyataan keaslian, halaman persetujuan, halaman pengesahan, halaman motto, halaman persembahan, kata pengantar, daftar isi, daftar table, daftar grafik dan lampiran.

Bab I adalah sebagai pendahuluan, Bab ini terdiri dari beberapa sub bab yaitu penegasan judul, latar belakang masalah, fokus dan sub fokus penelitian, manfaat penelitian, metode penelitian, dan sistematika pembahasan. Hal ini dimaksudkan sebagai kerangka awal dalam mengantarkan isi pembahasan pada bab selanjutnya.

³³ *Ibid*

Bab II adalah pembahasan, Dalam bab ini akan diuraikan mengenai landasan teori yang relevan terkait dengan penelitian yang dilakukan oleh penulis mengenai Bimbingan Rohani Islam dalam meningkatkan *self regulation* warga binaan pemasyarakatan (WBP) Rutan Klas II B Baturaja Ogan Komering Ulu. Mengenai landasan teorinya yaitu pengertian Bimbingan Rohani Islam, landasan Bimbingan Rohani Islam, materi Bimbingan Rohani Islam, unsur-unsur Bimbingan Rohani Islam, dasar-dasar bimbingan rohani islam, metode Bimbingan Rohani Islam, proses Bimbingan Rohani Islam, Tujuan dan fungsi Bimbingan Rohani, pengertian *Self Regulation*, proses *self regulation*, factor-faktor yang mempengaruhi *self regulation*, bentuk-bentuk *self regulation*, aspek-aspek *self regulation*, *self regulation* menurut pandangan islam.

Bab III adalah gambaran umum penelitian. Bab ini berisi tentang gambaran umum Rutan Klas II B Baturaja Kabupaten Ogan Komering Ulu gambaran umum ini terdiri dari dua sub bab yaitu sub bab pertama tentang profil Rutan Klas II B Baturaja Kabupaten Ogan Komering Ulu yang meliputi sejarah berdirinya rutan, dasar hukum rutan, tugas dan fungsi rutan, visi misi, tujuan, tata nilai, dan motto rutan, struktur organisasi rutan, keadaan pegawai rutan, keadaan sosial warga binaan pemasyarakatan, jadwal kegiatan warga binaan pemasyarakatan, data warga binaan yang mengikuti konseling kelompok. Sementara untuk sub bab kedua pelaksanaan konseling kelompok di Rutan Klas II B Baturaja Kabupaten Ogan Komering Ulu yang meliputi tentang gambaran *self regulation* di Rutan Klas II B Baturaja Ogan Komering Ulu, pelaksanaan bimbingan rohani islam Warga binaan pemasyarakatan Di Rutan Klas II B Baturaja Kabupaten Ogan Komering Ulu.

Bab IV adalah analisis data penelitian dan temuan penelitian yang dilakukan peneliti dengan fakta dan terarah. Bab ini berisi tentang analisis pelaksanaan Bimbingan Rohani Islam

dalam Meningkatkan *Self Regulation* Warga binaan
pemasyarakatan di Rutan Klas II B Baturaja Kabupaten OKU.

Bab V adalah penutup. Pada bab ini penutup berisi
tentang kesimpulan dan saran.

Daftar rujukan.

Lampiran.

BAB II

BIMBINGAN ROHANI ISLAM DALAM MENINGKATKA SELF REGULATION

A. Bimbingan Rohani Islam

1. Pengertian Bimbingan Rohani Islam

Bimbingan adalah proses berkelanjutan yang melibatkan pemberian bantuan kepada individu dengan tujuan agar mereka memiliki pemahaman yang lebih baik tentang diri mereka sendiri. Hal ini membantu individu untuk menetapkan arah dalam hidup mereka dan bertindak sesuai dengan norma-norma dan nilai-nilai yang berlaku dalam masyarakat, dengan mempertimbangkan faktor-faktor seperti lingkungan sekolah, keluarga, komunitas, dan situasi umum dalam kehidupan mereka.

Sedangkan Menurut Bimo Walgito, bimbingan adalah upaya memberikan bantuan atau pertolongan kepada individu atau kelompok individu dengan tujuan membantu mereka menghindari atau mengatasi masalah-masalah dalam kehidupan mereka. Hal ini dilakukan dengan harapan agar individu atau kelompok individu tersebut dapat mencapai tingkat kesejahteraan dalam kehidupan mereka.¹

Istilah "rohani" berasal dari kata "roh" atau "ruh," yang mengacu pada fitrah manusia yang membedakannya dari hewan. Ruh adalah kekuatan yang tinggi, memiliki dimensi spiritual yang tinggi, dan membawa tanggung jawab. Secara etimologis, dalam kamus sinonim Bahasa Indonesia, "rohani" memiliki makna yang berkaitan dengan aspek yang tidak bersifat jasmaniah. Kata yang serupa dengan "rohani" adalah "kejiwaan." Menurut pemikiran Al-Ghazali, ruh adalah suatu lathifah (entitas halus) yang memiliki sifat-sifat rohani. Ruh memiliki kemampuan untuk berpikir, mengingat, mengetahui,

¹Zainal Aqib, *Ikhtisar Bimbingan & Konseling Di Sekolah Memuat Beberapa Aspek Kegiatan dan Layanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah* (Bandung: Yrama Widya, 2012),28.

dan memainkan peran penting sebagai penggerak dalam eksistensi tubuh manusia.²

Islam dianggap sebagai agama yang sempurna, dengan syariat yang komprehensif, yang mencakup segala kebutuhan manusia, baik yang bersifat jasmaniah maupun ruhaniah. Ini mencakup aspek spiritual, intelektual, dan mental, serta berlaku untuk kehidupan dunia dan kehidupan akhirat. Dalam Islam, semua aspek ini mendapatkan perhatian yang seimbang dan komprehensif.³

Bimbingan rohani dalam islam, sesuai dengan pandangan Musnamar, adalah suatu proses pemberian bantuan kepada individu dengan tujuan membantu mereka menjalani kehidupan yang sesuai dengan perintah dan panduan Allah. Hal ini bertujuan agar individu tersebut dapat mencapai kebahagiaan dalam kehidupan dunia dan kehidupan akhirat.⁴

Bimbingan rohani islam dalam islam adalah aktivitas yang melibatkan bimbingan dan pembinaan rohani kepada individu-individu yang sedang mendapat pendampingan. Tujuannya adalah untuk meningkatkan akhlak mereka melalui interaksi dan pengaruh rohani. Bimbingan rohani islam berusaha memberikan ketenangan dan kedamaian dalam hati individu dengan memberikan dorongan dan motivasi agar mereka tetap bersabar, tawakkal (bertawakal kepada Allah), dan menjalankan kewajiban sebagai hamba Allah SWT dengan baik.⁵

Bimbingan Rohani Islam adalah elemen yang tidak terpisahkan dari layanan kesehatan yang berupaya memenuhi kebutuhan manusia secara holistik, mencakup dimensi

²Rahmah Nur Shalihah, "Bimbingan Rohani Melalui Dzikir Dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Lansia Di Panti Werdha Dharma Bakti Surakarta," (Skripsi, IAIN Surakarta, 2017),25-26.

³Abu Ali Rizqi, *Parameter Islam Kebenaran Persepsional versus Kebenaran Fundamental dalam Islam* (Bekasi: Guepedia, 2016), 17.

⁴Samsul Arifin, *Pendidikan Agama Islam*, (Yogyakarta: CV Budi Utama, 2012),18.

⁵Ihsan Aryanto, "Pelaksanaan Bimbingan Perawatan Rohani Islam (Warriors) Untuk Memenuhi Kebutuhan Spiritual Pasien", Irsyad: *Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, dan Psikoterapi Islam* Vol. 5 No. 3 (September, 2017):.245.

biologis, psikologis, sosial, dan spiritual. Ini dikarenakan setiap individu memiliki kebutuhan spiritual mendasar dalam kesehatan mereka. Hal ini telah diakui oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), yang mengakui bahwa aspek agama adalah salah satu komponen penting dari pemahaman kesehatan secara menyeluruh.⁶ Bimbingan rohani adalah proses yang bertujuan untuk memberikan dukungan kepada individu dalam mengatasi masalah-masalah yang bersifat kerohanian, dengan tujuan agar individu tersebut dapat mencapai harapan akan kebahagiaan dalam kehidupan saat ini dan di masa depan dengan landasan spiritual.⁷

Berdasarkan uraian teori yang telah disajikan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa bimbingan rohani islam adalah suatu proses di mana individu memberikan bantuan kepada orang lain melalui metode dakwah, yang dilakukan dengan penuh kesungguhan dan ketulusan hati. Tujuan dari bimbingan rohani islam ini adalah untuk memperkuat iman seseorang kepada Allah SWT dan meningkatkan dimensi rohani islam mereka. Hal ini bertujuan untuk membantu individu menghadapi permasalahan atau tantangan dalam hidup mereka, termasuk penyakit, dengan harapan dapat mempercepat proses pemulihan dan membawa kebahagiaan baik dalam kehidupan dunia maupun kehidupan akhirat.

2. Unsur-unsur Bimbingan Rohani Islam

Unsur-unsur Bimbingan Rohani Islam, ada beberapa unsur-unsur yang harus dipenuhi dalam proses penerapan bimbingan rohani islam antara lain:

a. Unsur Subjek (Pembimbing)

Subjek merujuk kepada petugas atau individu yang diakui memiliki kemampuan untuk memberikan arahan, nasihat, dan bimbingan kepada warga binaan yang sedang mengalami suatu penyakit. Dalam konteks ini, subjek adalah

⁶Marisah, "Urgensi Bimbingan Rohani Islam bagi Pasien Rawat Inap", *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*, Vol. 2, No. 2 (2018),181

⁷Nur Azizah, "Peningkatan Kualitas Konseling Mahasiswa melalui Pelatihan Bimbingan Rohani Islam", *At-Taqaddum*, Vol. 11, No. 2 (2019),262

rohaniawan. Seorang rohaniawan diwajibkan memiliki keahlian profesional yang mumpuni di bidang keagamaan. Mereka harus memiliki kemampuan berkomunikasi yang baik, pandai bergaul, dan dapat menjalin hubungan sosial dengan baik. Oleh karena itu, untuk menjadi seorang rohaniawan, seseorang harus memenuhi sejumlah persyaratan yang sesuai dengan peran dan tanggung jawab yang dimilikinya.⁸ Adapun syarat-syarat sebagai rohaniawan sebagai berikut :

- 1) Memiliki pengetahuan agama, berakhlak mulia serta aktif dalam menjalankan ajaran agamanya,
- 2) Memiliki pribadi dan dedikasi yang tinggi,
- 3) Memiliki kemampuan untuk mengadakan komunikasi dengan baik,
- 4) Memiliki keuletan dalam lingkungan internal maupun eksternal,
- 5) Memiliki rasa cinta dan etos kerja,
- 6) Mempunyai kepribadian yang baik.
- 7) Memiliki kecepatan berfikir cerdas sehingga dapat mampu memahami yang dikehendaki warga binaan.
- 8) Memiliki personality yang sehat dan utuh tidak terpecahkan jiwanya karena frustrasi.
- 9) Memiliki kematangan jiwa dalam segala perubahan lahiriah maupun batiniah.

b. Unsur Objek (Warga Binaan Pemasarakatan)

Objek dalam konteks ini mengacu pada individu yang menerima bimbingan rohani, khususnya Warga binaan pemasarakatan. Mereka adalah penerima dari bimbingan rohani yang diberikan oleh rohaniawan. Pendekatan yang digunakan oleh rohaniawan terhadap warga binaan haruslah bersifat persuasif. Dalam hal ini, rohaniawan perlu mendekati warga binaan dengan cara yang mampu meyakinkan dan membujuk. Dalam konteks pesan persuasif, terdapat beberapa istilah yang dapat digunakan,

⁸Hidayati, "Metode Bimbingan Rohani Islam di Rumah Sakit", 212

sebagaimana dijelaskan dalam ayat-ayat Al-quran berikut ini :

- 1) Qaulan Baliga (Perkataan yang membekas pada jiwa)
- 2) Qaulan Layyina (Perkataan yang lemah lembut)
- 3) Qaulan Maisura (Perkataan yang ringan)
- 4) Qaulan Karima (Perkataan yang mulia)
- 5) Qaulan Sadida (Perkataan yang benar).⁹

Warga binaan dipandang dari beberapa segi yaitu :

- 1) Setiap individu adalah makhluk yang memiliki kemampuan dasar beragama yang merupakan fitrah dari Allah Swt.
- 2) Setiap individu adalah pribadi yang berkembang secara dinamis dan memiliki corak, watak kepribadian yang tidak sama.
- 3) Setiap individu adalah perkembangan yang peka terhadap segala bentuk perubahan.¹⁰

3. Landasan Bimbingan Rohani Islam

a. Landasan Operasional

1) Landasan Al-Quran

Yang tertuang pada surat an-Nisa ayat 58

﴿ إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُكُمْ أَنْ تُؤَدُّوا الْأَمَانَاتِ إِلَىٰ أَهْلِهَا وَإِذَا
 حَكَمْتُمْ بَيْنَ النَّاسِ أَنْ تَحْكُمُوا بِالْعَدْلِ إِنَّ اللَّهَ نِعِمَّا
 يَعِظُكُمْ بِهِ إِنَّ اللَّهَ كَانَ سَمِيعًا بَصِيرًا ﴾

Artinya : “*Sesungguhnya Allah menyuruh kamu menyampaikan amanah kepada pemiliknya. Apabila kamu menetapkan hukum diantara manusia, hendaklah kamu tetapkan secara adil. Sesungguhnya Allah memberi pengajaran yang paling baik kepadamu. Sesungguhnya Allah Maha Mendengar lagi Maha Melihat.*” (Q.S An-Nisa [4] 58)

⁹Ibid., 212-213

¹⁰Hamdani bakran Adz-Dzaky, *konseling dan psikoterapi Islam*, 1 ed. (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru,2002), 278

Dan surat Al-Maidah Ayat ke- 38

وَالسَّارِقُ وَالسَّارِقَةُ فَاقْطَعُوا أَيْدِيَهُمَا جَزَاءً بِمَا
كَسَبَا نَكَالًا مِّنَ اللَّهِ وَاللَّهُ عَزِيزٌ حَكِيمٌ ﴿٣٨﴾

Artinya : “Oleh karena itu Kami tetapkan (suatu hukum) bagi Bani Israil, bahwa barang siapa membunuh seseorang, bukan karena orang itu membunuh orang lain,¹ atau bukan karena berbuat kerusakan di bumi, maka seakan-akan dia telah membunuh semua manusia. Barangsiapa memelihara kehidupan seorang manusia, maka seakan-akan dia telah memelihara kehidupan semua manusia. Sesungguhnya Rasul Kami telah datang kepada mereka dengan (membawa) keterangan-keterangan yang jelas. Tetapi kemudian banyak di antara mereka setelah itu melampaui batas di bumi.” (Q.S Al-Maidah [5] 32)

2) Landasan Hadist

Hadis riwayat Imam Bukhari dan Muslim, dimana Rasul bersabda: “Barang siapa melihat kemungkaran, maka rubahlah dengan tangannya, bila tidak mampu maka dengan lisannya dan bila tidak mampu juga maka rubahlah dengan hatinya”.¹¹

b. Landasan Filosofi Islami

1) Manusia Sebagai Makhluk Berkecenderungan Positif dan Negatif

Hal ini telah tergambar oleh Allah dalam Alquran surat Yusuf ayat 53, dimana Allah berfirman :

﴿ وَمَا أَبْرَأُ نَفْسِي ۚ إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ ۗ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي ۗ إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَّحِيمٌ ۝٥٣﴾

¹¹ Majelis Penulis, *Syarah dan Kritik dengan metode takhrij tentang perintah mengubah kemungkaran*, (Hadis Abu Sa'id al-Khudriy), tersedia di majelispenulis.blogspot.com

Artinya : *“Dan aku tidak (menyatakan) diriku bebas dari kematian. Karena sesungguhnya nafsu itu selalu mendorong kepada kejahatan, kecuali nafsu yang dirahmati oleh Tuhanku”* (Q.S Yusuf [12] 53)

2) Manusia Sebagai Makhluk Individu

Hal ini dijelaskan oleh Allah dalam firman-Nya, surat Al-Qamar ayat 49, dimana Allah berfirman :

إِنَّا كُلَّ شَيْءٍ خَلَقْنَاهُ بِقَدَرٍ ٤٩

Artinya : *“Sesungguhnya kami menciptakan segala sesuatu itu sesuai dengan kadarnya (karakternya sendiri)”*. (Q.S Al-Qomar [54] 49)

3) Manusia Sebagai Makhluk Sosial

Hal ini tertulis dalam hadis Rasulullah yang diriwayatkan oleh Bukhari, dimana Nabi bersabda: *“Hak orang muslim terhadap muslim lainnya ada enam: apabila bertemu maka berucap salam, bila mendapat undangan maka jawablah, bila diberi nasehat penuhilah, bila bersin maka doakanlah, bila ia sakit hati maka jenguklah dan bila meninggal maka kuburkanlah”*

c. Landasan Ilmiah

Manusia pada dasarnya diberikan oleh Allah dengan berbagai potensi yang harus ditumbuh kembangkan secara optimal, guna mendukung kelangsungan hidupnya. Sedang disisi lain manusia dalam menghadapi kehidupan ini akan dihadapkan dengan berbagai persoalan yang muncul, yang semua itu membutuhkan kepedulian bimbingan dan konseling Islam.

4. Tujuan dan Fungsi Bimbingan Rohani Islam

a. Tujuan Bimbingan Rohani Islam

Bimbingan kerohanian Islam memberikan tujuan, sebagai berikut :

1) Tujuan Umum

Secara keseluruhan, tujuan dari program bimbingan adalah membantu individu atau konseli agar dapat mencapai potensi maksimal mereka, sehingga mereka dapat mencapai kebahagiaan baik dalam kehidupan dunia maupun kehidupan akhirat.

2) Tujuan Khusus

- a) Tujuan utama adalah membantu individu mencapai perubahan, perbaikan, serta kesehatan jiwa dan mental. Ini mencakup menciptakan ketenangan dan kedamaian jiwa (mutmainah), mengembangkan sikap yang menerima dengan lapang dada (radhiyah), dan merasakan pencerahan serta petunjuk dari Tuhan (mardhiyah).
- b) Bimbingan bertujuan untuk mendukung proses perubahan, perbaikan, dan peningkatan perilaku yang bermanfaat, baik bagi individu itu sendiri, keluarga, tempat kerja, maupun masyarakat secara umum. Hal ini juga berfokus pada pembentukan sikap sopan dan penuh kasih sayang.
- c) Bimbingan bertujuan untuk membantu individu mengelola dan mempertahankan keseimbangan emosi mereka. Hal ini bertujuan untuk mengembangkan rasa toleransi, kesetiaan, sikap saling membantu, dan kasih sayang dalam diri individu.
- d) Bimbingan bertujuan untuk membantu individu mengembangkan kecerdasan spiritual dalam diri mereka, sehingga mereka dapat tunduk pada semua perintah Allah SWT dan menjauhi segala larangan-Nya.
- e) Membantu individu dalam mengenali potensi dirinya sendiri.¹²

¹² Murti Muningggar, “Bimbingan Rohani Islam Bagi Narapidana Pelaku Kriminal Di Lembaga Pemasarakatan Kelas I Bandar Lampung” (Skrripsi, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2019), 20-21.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa bimbingan bertujuan untuk membantu individu mencapai kedamaian dan kebahagiaan dalam kehidupan, baik di dunia maupun di akhirat. Selain itu, bimbingan juga berusaha untuk memberdayakan individu agar mampu mengatasi masalah yang dihadapinya dengan kemampuan yang mereka miliki secara mandiri.

b. Fungsi Bimbingan Rohani Islam

Manusia selalu menghadapi berbagai masalah, baik yang bersifat kecil maupun besar. Untuk menemukan solusi yang dapat mencegah permasalahan tersebut menjadi lebih kompleks dan berkepanjangan, yang dapat mempengaruhi baik aspek rohani maupun jasmani manusia, maka diperlukan suatu pendekatan. Dalam konteks ini, bimbingan rohani Islam memiliki peran dan fungsi berikut :

- 1) Fungsi Preventif atau Pencegahan adalah mencegah timbulnya masalah pada seseorang.
- 2) Fungsi Kuratif atau Korektif adalah berfungsi untuk menanggulangi masalah yang sedang dihadapi seseorang
- 3) Fungsi Preservatif dan Developmental adalah berfungsi memelihara agar keadaan yang tidak baik menjadi baik kembali, dan mengembangkan keadaan yang sudah baik menjadi lebih baik.

Dari pernyataan fungsi bimbingan rohani islam Islam yang telah diuraikan, dapat disimpulkan bahwa peran utamanya adalah membantu individu dalam mengatasi masalahnya sehingga masalah tersebut tidak menjadi penyebab permasalahan yang lebih besar. Selain itu, bimbingan rohani islam Islam juga bertindak sebagai pendorong, penguat, penggerak, dan penuntun dalam pelaksanaan bimbingan agar sesuai dengan pertumbuhan dan perkembangan individu yang sedang dibimbing, sambil mempertimbangkan tujuan yang ingin dicapai oleh individu tersebut.

5. Materi Bimbingan Rohani Islam

Dalam memberikan bimbingan rohani Islam, terdapat beberapa materi yang disampaikan kepada objek bimbingan rohani, dan materi-materi ini bersumber dari Al-Quran dan Al-Hadis. Beberapa di antaranya meliputi:

1) Aspek Akhlak

Materi ini menggambarkan perbuatan suci yang berasal dari kedalaman jiwa seseorang, dan oleh karena itu memiliki kekuatan yang luar biasa. Seperti yang dijelaskan oleh Imam Al-Ghazali dalam *Ihya ulumuddin*, akhlak adalah sifat yang melekat dalam jiwa, yang mampu memicu perubahan dengan mudah tanpa perlu pemikiran yang rumit.

2) Aspek Tauhid

Materi ini mencerminkan keyakinan yang menekankan bahwa hanya Allah yang bertanggung jawab atas penciptaan, penetapan hukum, pengaturan, dan pembimbingan alam semesta ini.

3) Aspek Ibadah

Materi ini mengangkat konsep sebagai bentuk pengabdian dan penghormatan manusia kepada Allah SWT. Hal ini muncul karena dorongan dan kepercayaan dalam tauhid, baik dalam aspek ibadah (ubudiyah) maupun dalam hubungan sosial dan ekonomi (muamalah).¹³

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ihsan Aryanto dalam jurnalnya tentang Pelaksanaan Bimbingan Perawatan Rohani Islam (Warriors) untuk Memenuhi Kebutuhan Spiritual Warga binaan, dalam hal ini yang menjadi objek adalah warga binaan pemasyarakatan juga menjelaskan mengenai materi yang disampaikan oleh pembimbing dalam bimbingan rohani Islam, yang dapat dirangkum sebagai berikut:

a) Membahas Tentang Akhlak

Mengenai materi yang disampaikan, ini mencakup panduan mengenai cara bertawakal kepada Allah SWT (menjalankan pekerjaan dengan tekun), etika dalam

¹³Nasruddin Razzak, *Dinul Islam* (Bandung: PT. Al Ma'arif, 1984), 39

berdoa, pengertian syukur, serta pembahasan mengenai kesabaran, pemurnian hati, cara mengatasi penyakit hati, taubat, dan amalan-amalan baik.

b) Memberikan Bimbingan Talqin

Bimbingan yang diberikan pada warga binaan yang berada pada kondisi naza' dengan membimbing warga binaan agar mengucapkan kalimah Thayyibah "Laa Ilaaha Illallah" agar warga binaan yang berada pada kondisi naza' meninggal dalam keadaan Khusnul Khotimah.

c) Membahas Tentang Ketauhidan

Memberikan dorongan kepada warga binaan dalam hal ini adalah Warga binaan pemasyarakatan untuk berdoa dengan penuh semangat agar bisa sembuh dari penyakitnya, menginspirasi warga binaan dan keluarganya untuk menerima situasi dengan ikhlas dan keyakinan dalam hati bahwa Allah adalah Penyembuh Utama.

d) Materi Tentang Ibadah

Materi yang diajarkan mencakup amalan-amalan wajib, seperti pembahasan mengenai salat fardu termasuk rukun-rukunnya, syarat-syarat agar salat sah, faktor-faktor yang dapat membatalkan salat, tayamum, dan tata cara melaksanakan salat saat sakit, serta pembahasan mengenai puasa dan hal-hal terkait lainnya. Selain itu, materi juga mencakup amalan-amalan sunnah, seperti berbagai jenis salat sunnah (rawatib, duha, tahajud, dsb).

6. Metode Bimbingan Rohani Islam

Bimbingan rohani menggunakan berbagai metode, yang ditandai oleh interaksi komunikasi antara pembinaan dan konseli. Dalam konteks ini, metode bimbingan dapat dikelompokkan berdasarkan jenis komunikasi yang digunakan, yang dibagi menjadi dua kategori: metode komunikasi langsung atau metode langsung, dan metode komunikasi tidak langsung atau metode tidak langsung.

a. Metode Langsung

Metode langsung adalah metode yang melibatkan petugas bimbingan rohani Islam dalam berkomunikasi secara langsung dengan individu yang sedang dibimbingnya. Metode ini dapat dibagi menjadi :

1) Metode Individu

Pembimbing melakukan bimbingan langsung secara individual dengan pihak yang dibimbingnya. Seperti halnya menggunakan teknik :

- a) Percakapan pribadi adalah ketika pembimbing melakukan dialog tatap muka langsung dengan individu yang sedang dibimbing.
- b) Kunjungan ke rumah (home visit) adalah ketika pembimbing melakukan dialog dengan konseli di rumah konseli sendiri, sambil sekaligus mengamati keadaan rumah konseli dan lingkungannya.
- c) Kunjungan dan observasi pekerjaan adalah ketika pembimbing melakukan percakapan individu sekaligus mengamati konseli dalam lingkungan kerjanya.

2) Metode Kelompok

Pembimbing berkomunikasi secara langsung dengan objek melalui pembentukan kelompok. Ini melibatkan penggunaan teknik-teknik seperti :

- a) Diskusi Kelompok, adalah ketika pembimbing memberikan bimbingan dengan mengadakan diskusi bersama konseli yang menghadapi masalah yang serupa.
- b) Karyawisata, adalah bentuk bimbingan kelompok yang dilakukan dengan langsung

menggunakan lapangan kerja atau karyawisata sebagai konteks forumnya.

- c) Sosiodrama, adalah metode bimbingan yang melibatkan permainan peran dalam upaya memecahkan atau mencegah munculnya masalah.
- d) Group Teaching, adalah bentuk bimbingan di mana materi bimbingan khusus diberikan kepada kelompok yang telah dipersiapkan sebelumnya.

b. Metode Tidak Langsung

Metode tidak langsung adalah metode bimbingan yang menggunakan media atau komunikasi massa untuk penyampaian informasi. Pendekatan ini dapat dilakukan baik secara individu maupun dalam kelompok.

1) Metode Individu

Teknik yang digunakan untuk mengkomunikasikan pesan bimbingan dapat melibatkan penggunaan surat-menyurat atau menggunakan telepon.

2) Metode kelompok

Dalam metode yang tidak langsung, teknik yang digunakan untuk menyampaikan pesan bimbingan dapat melibatkan papan informasi, surat kabar, brosur, televisi, atau radio.¹⁴

Inti dari bimbingan rohani Islam adalah usaha membantu individu belajar dan mengembangkan fitrah mereka atau kembali kepada fitrah agar dapat menjadi seorang Muslim yang bahagia di dunia dan akhirat. Dalam membantu individu mencapai

¹⁴Aditya Kusuma Wardana, "Pelaksanaan Bimbingan Rohani Islam Bagi Pasien Rawat Inap di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang (Analisis Bimbingan Konseling Islam)" (Skripsi, Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, 2016),68-70.

fitrahnya, kita sesuai dengan metode-metode yang diajarkan oleh Allah dalam Alquran, seperti yang disebutkan dalam Surat An-Nahl ayat 125:

أَدْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَجَادِلْهُمْ
بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ
وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ ﴿١٢٥﴾

Artinya : *Serulah (manusia) kepada jalan Tuhanmu dengan hikmah dan pengajaran yang baik, dan berdebatlah dengan mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhanmu, Dialah yang lebih mengetahui siapa yang sesat dari jalan-Nya dan Dialah yang lebih mengetahui siapa yang mendapat petunjuk. (Q.S An-Nahl [16] 125)*

Berdasarkan ayat di atas dijelaskan bahwa metode-metode yang diajarkan oleh Allah dalam ayat di atas, yaitu dengan:

- 1) Metode *bil hikmah* adalah pendekatan di mana seorang pembimbing memberikan panduan, arahan, dan bimbingan kepada konseli atau warga binaan dengan tujuan membantu mereka mengembangkan eksistensi diri, menemukan identitas dan citra diri, serta mengatasi masalah yang dihadapi secara independen. Dalam metode ini, alat terapi yang digunakan meliputi nasehat, doa, dan pembacaan ayat-ayat Al-Qur'an.
- 2) Metode *al mau'idhah al-hasanah* adalah pendekatan yang bertujuan untuk menanamkan nilai-nilai moral dan etika

melalui nasehat, bimbingan, pendidikan, pengajaran, kisah-kisah, berita gembira, dan peringatan. Hal ini dilakukan agar individu memiliki panduan dalam kehidupan mereka, dengan tujuan mencapai kedamaian baik di dunia maupun di akhirat. Bahasa memiliki peran yang sangat penting dalam mengendalikan perilaku manusia.

- 3) Metode *mujadalah* adalah situasi di mana seorang warga binaan mencari kebenaran yang dapat meyakinkannya, terutama ketika warga binaan bingung dalam membuat keputusan atau memilih antara beberapa opsi yang dianggapnya sama-sama baik. Namun, dalam pandangan pembimbing, ada aspek negatif atau keburukan dalam salah satu pilihan yang perlu diberikan klarifikasi atau penjelasan yang lebih baik.¹⁵

7. Tahapan Pelaksanaan Bimbingan Rohani Islam

Untuk melihat tahapan proses bimbingan rohani penulis menggunakan teori bimbingan yang dikemukakan oleh Peters & Shertzer dengan 7 tahapan yaitu :

a. Merencanakan (*Planing*)

Pada tahap perencanaan terdapat hal-hal yang dilakukan adalah sebagai berikut:

- 1) Analisis kebutuhan dan permasalahan konseli
- 2) Penentuan tujuan program layanan bimbingan yang hendak dicapai
- 3) Analisis situasi dan kondisi lingkungan konseli,

¹⁵Sri Mulasari, "Metode Dakwah Menurut Jalaluddin Rakhmat dan Implementasinya dalam Bimbingan dan Konseling Islam (BKI)", *Jurnal Ilmu Dakwah*, vol. 38, no. 1 (Januari-Juni, 2018):h 166

- 4) Penentuan jenis-jenis kegiatan yang telah dilakukan,
 - 5) Penetapan metode dan teknik yang akan digunakan dalam kegiatan,
 - 6) Penetapan personel-personel yang akan melaksanakan kegiatankegiatan yang telah ditetapkan,
 - 7) Persiapan fasilitas dan biaya pelaksanaan kegiatan bimbingan yang direncanakan
 - 8) Perkiraan tentang hambatan-hambatan yang akan ditemui dan usahausaha apa yang akan dilakukan dalam mengatasinya.
- b. Membuat keputusan (*decision making*)
- Pembuatan keputusan hendaknya melibatkan dua faktor:
- 1) Rasional, yang muncul setelah menentukan tujuan yang hendak dicapai
 - 2) Perencanaan yang telah dilakukan.
- c. Mengoordinasikan (*coordinating*)
- Koordinasi merupakan langkah yang dilakukan untuk mempersatukan orang-orang ke dalam satu kelompok untuk merealisasikan tujuan. Koordinasi dicapai malelaui komunikasi yang mantap di antara orang-orang yang terlibat dalam pengembangan program bimbingan.
- d. Mengarahkan (*directing*)
- e. Mengembangkan (*developing*)
- Bertujuan untuk menguji secara teliti tentang tujuan dan pencapaian awal program yang telah dibuat sekaligus menjaga keberlangsungan pelaksanaan bimbingan.
- f. Mengevaluasi (*Evaluating*)
- Pada dasarnya evaluasi adalah untuk menjawab pertanyaan, sampai seberapa besar kefetifan program bimbingan yang telah disusun, terdapat tiga indicator untuk menilai proses tersebut :
- 1) Indikator proses, untuk mengukur kefektifan pelaksanaan bimbingan dan konseling.

- 2) Hasil jangka menengah, merujuk pada perubahan yang dialami dan dirasakan konseli, seperti perasaan, sikap, tujuan dan perilaku yang ditampilkan konseli setelah mendapatkan layanan bimbingan dan konseling.
 - 3) Hasil akhir, merupakan tujuan final yang diharapkan terjadi setelah konseli mendapatkan layanan bimbingan dan konseling dengan merujuk pada konteks permasalahan dan situasi yang dihadapi.
- g. Merencanakan langkah-langkah selanjutnya (*planning future steps*)
- Merupakan langkah sebagai bentuk tindak lanjut dari evaluasi yang telah dilakukan. Pada proses ini perlu ditentukan bagian program mana yang perlu diperbaiki, dimodifikasi, atau dikombinasikan.¹⁶

B. Self Regulation (Regulasi Diri)

1. Pengertian Self Regulation

Regulasi diri atau pengelolaan diri adalah elemen kunci dalam menentukan tindakan seseorang. Ini mencakup usaha individu untuk mengendalikan diri mereka dalam aktivitas tertentu dengan memanfaatkan kemampuan seperti pemahaman diri, motivasi, dan tindakan yang sadar.¹⁷

Bandura menjelaskan bahwa *self-regulation* adalah suatu proses yang dilakukan oleh individu untuk mengendalikan perilakunya sendiri dengan cara mengatur lingkungan, menciptakan dukungan kognitif, dan menetapkan konsekuensi bagi tindakan mereka sendiri. Kemampuan berpikir secara simbolik menjadi alat yang kuat dalam menghadapi lingkungan, seperti menyimpan pengalaman dalam bentuk verbal dan gambaran imajinatif untuk mengarahkan perilaku

¹⁶ Rizka Istiqomah “Bimbingan Kerohanian Islam Dalam Meningkatkan Regulasi Diri Warga Binaan Lapas Klas II B Lumayang”(Skripsi: Intitut Agama Islam Negeri Jember 2020) 99-101

¹⁷M. Nur Ghufon & Rini Risnawita S, *Teori-teori Psikologi*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2010) 57

di masa depan. Menurut Bandura, individu yang memiliki kemampuan regulasi diri akan menggunakan strategi reaktif dan proaktif dalam mengelola perilaku mereka.

Strategi reaktif digunakan untuk mencapai tujuan tertentu, namun ketika tujuan itu hampir tercapai, strategi proaktif digunakan untuk menetapkan tujuan baru yang lebih tinggi. Individu dapat memotivasi dan membimbing tindakan mereka sendiri melalui strategi proaktif ini, menciptakan keseimbangan yang memungkinkan mereka mengendalikan kemampuan dan usaha mereka berdasarkan antisipasi terhadap apa yang diperlukan untuk mencapai tujuan mereka.¹⁸

Zimmerman juga menyatakan bahwa regulasi diri adalah proses di mana seseorang menggerakkan pikiran, emosi, dan tindakan mereka untuk mencapai tujuan pribadi mereka. Selain itu Hergenhahn menjelaskan bahwa regulasi diri merupakan proses mengatur dan mengendalikan perilaku manusia.

Terdapat pemaparan dari buku "Coronology: Varian Analisis & Konstruksi Opini" menjelaskan bahwa regulasi diri adalah usaha untuk mengontrol pikiran, emosi, dan tindakan dengan tujuan mencapai suatu target. Dalam konteks ini, ada tiga komponen utama yang harus diatur, yaitu pikiran, emosi, dan perilaku.¹⁹

Berdasarkan berbagai pandangan tokoh yang telah diuraikan, dapat disimpulkan bahwa regulasi diri adalah kemampuan seseorang untuk mengambil langkah-langkah yang bertujuan mencapai tujuan pembelajaran dengan menggunakan berbagai strategi yang melibatkan kognisi (pemikiran), perilaku, serta aspek emosi atau perasaan.

¹⁸Alwisol, *Psikologi Kepribadian Edisi Revisian*, (Malang: UMM Press, 2009),h 284-285.

¹⁹Nukidam, dkk., *Coronology: Varian Analisis & Konstruksi Opini* (Sulawesi Selatan: IAIN Parepare Nusantara Press, 2020),h 156.

2. Proses *Self Regulation*

Miller & Brown mengemukakan proses regulasi diri yang dimiliki oleh seorang individu terdiri dari enam tahapan, adalah sebagai berikut :

- a. *Receiving* adalah proses menerima informasi yang relevan. Pada tahap awal ini, individu menerima informasi dari berbagai sumber yang membantu mereka memahami karakteristik yang lebih rinci dari suatu masalah, termasuk kemungkinan keterkaitannya dengan aspek lainnya.
- b. *Evaluating* adalah tahap di mana individu mengevaluasi informasi yang mereka terima. Setelah memperoleh informasi, langkah selanjutnya adalah menyadari sejauh mana masalah tersebut signifikan. Proses evaluasi ini berperan dalam menganalisis informasi dengan membandingkan masalah yang teridentifikasi dengan pendapat pribadi individu, yang dibentuk oleh pengalaman sebelumnya yang serupa.
- c. *Searching* adalah tahap di mana individu mencari solusi untuk masalah yang telah dievaluasi. Proses evaluasi sebelumnya dapat memicu reaksi emosional dan perubahan sikap. Akhir dari proses evaluasi ini dapat menghasilkan konflik dalam pemahaman individu tentang masalah tersebut. Oleh karena itu, individu dapat menyadari beberapa jenis tindakan atau langkah untuk mengatasi perbedaan yang muncul, dengan cara mencari solusi dari masalah yang sedang dihadapi.
- d. *Formulating* adalah tahap di mana individu merancang sebuah rencana. Pada tahap ini, individu dimotivasi untuk merencanakan aspek-aspek utama yang akan membantu mereka mencapai tujuan atau target yang telah ditetapkan.
- e. *Implementing* adalah tahap di mana individu menerapkan rencana yang telah dirancang. Setelah perencanaan telah disusun dengan baik, langkah selanjutnya adalah melakukan tindakan yang sesuai dengan rencana tersebut untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan, serta

memodifikasi sikap sesuai dengan yang diinginkan selama proses berlangsung.

- f. *Assessing* adalah tahap di mana individu mengukur seberapa efektif rencana yang telah dibuat. Pengukuran ini dilakukan pada tahap akhir untuk membantu menentukan apakah perencanaan yang telah dijalankan sesuai dengan harapan atau tidak, serta apakah hasil yang dicapai sesuai dengan yang diharapkan.²⁰

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa dalam rangka menciptakan regulasi diri yang efektif, terdapat enam tahapan proses regulasi diri yang harus dilalui. Tahap pertama adalah menerima informasi yang relevan, kemudian dilanjutkan dengan mengevaluasi informasi tersebut. Selanjutnya, individu membuat perubahan yang diperlukan, mencari solusi, merancang rencana dengan cermat, melaksanakan rencana tersebut, dan akhirnya mengukur seberapa efektif rencana tersebut dalam mencapai tujuan yang diinginkan.

3. Faktor faktor Yang Mempengaruhi *Self Regulation*

Faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi diri seseorang meliputi faktor internal dan faktor eksternal berdasarkan pendapat Albert Bandura adalah sebagai berikut :

- a. Faktor Internal
1) Observasi Diri

Pengamatan terhadap diri sendiri adalah proses mengamati aktivitas yang kita lakukan, baik dalam hal kualitas dan jumlahnya, serta perilaku kita sendiri. Dengan melakukan ini, individu dapat memperoleh informasi tentang sejauh mana kemajuannya dalam mencapai hasil yang diinginkan.

²⁰ Lia Nur Khodijah dan Imas Kania Rahman, “Konsep Bimbingan Konseling Impact Berbasis Islam untuk Meningkatkan Regulasi Diri dalam Pemanfaatan Gadget,” *Hisbah*, vol. 13, no. 2 Desember, (Desember, 2016):h 7.

2) Proses Penilaian

Pengamatan diri adalah langkah dalam menilai apakah tingkah laku kita sesuai dengan standar pribadi, membandingkannya dengan norma umum atau tingkah laku orang lain, serta mengevaluasi aktivitas berdasarkan signifikansinya, dan mencari tahu alasan di balik penampilan tersebut.

3) Reaksi Diri

Setiap individu memiliki standar yang digunakan untuk menilai dirinya sendiri. Respon pribadi bisa berupa reaksi positif atau negatif terhadap pencapaian hasil. Manusia mengatur perilaku mereka melalui sistem penghargaan dan hukuman internal.²¹

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal yang mempengaruhi regulasi diri terdapat dua bagian, yaitu :

1) Standar Masyarakat

Standar masyarakat memiliki kemampuan untuk mempengaruhi standar yang digunakan untuk menilai perilaku seseorang. Standar ini tidak hanya timbul dari motivasi internal, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor-faktor lingkungan yang berinteraksi dengan pengaruh pribadi, sehingga membentuk standar individual yang digunakan untuk penilaian. Secara umum, peran orang tua memiliki peran yang sangat penting dalam membentuk karakter anak mereka. Selain itu, lingkungan juga memiliki peran aktif dalam membentuk pola pikir individu yang akan mempengaruhi perilaku mereka.

²¹ Nur Fatwikiningsih, *Teori Psikologi Kepribadian Manusia*, (Yogyakarta: Andi, 2020),h 290-291.

2) Penguatan (*Reinforcement*)

Reward akan diberikan setelah mencapai sasaran tertentu. Dalam konteks ini, dukungan dari lingkungan dalam bentuk pujian dan sokongan dari orang-orang terdekat juga dianggap sebagai bentuk penghargaan kecil yang diperoleh.

4. Bentuk-bentuk *Self Regulation*

Menurut Brown dan Ryan menjelaskan beberapa bentuk regulasi diri yang berdasarkan pada teori determinasi diri, adalah sebagai berikut :

- a. *Ammotivation Regulation* adalah keadaan di mana seseorang merasa bahwa tidak ada keterkaitan antara tindakan yang mereka lakukan dan hasil dari tindakan tersebut. Pada kondisi ini, individu akan melakukan tindakan tanpa tujuan dan tanpa memiliki dorongan untuk bertindak.
- b. *External Regulation*, ketika perilaku diregulasi oleh faktor eksternal seperti adanya hadiah dan batasan-batasan.
- c. *Introjected Regulation* adalah ketika seseorang menginternalisasi motivasi dari luar dirinya sendiri melalui tekanan internal, seperti kecemasan dan perasaan bersalah. Dalam proses ini, motivasi tersebut menjadi bagian dari diri individu meskipun awalnya berasal dari faktor eksternal.
- d. *Identified Regulation* adalah ketika perilaku seseorang muncul sebagai hasil dari pilihan pribadi mereka, bukan semata-mata untuk mencari kepuasan atau kesenangan, tetapi dengan tujuan untuk mencapai suatu tujuan tertentu. Dalam kondisi ini, individu merasa bahwa mereka melakukan tindakan tersebut dengan arah dan tujuan yang jelas.
- e. *Intrinsically Motivated Behavior*, muncul secara sukarela tanpa ada keterikatan dengan faktor eksternal.²²

²²Melissani, "Bimbingan Agama Dalam Meningkatkan Regulasi Diri Narapidana Di Rumah Tahanan Negara (Rutan) Kelas II B Menggala Kabupaten

5. Aspek-aspek *Self Regulation*

Menurut Bandura, menjelaskan bahwa aspek-aspek regulasi diri terdapat 6 aspek, diantaranya adalah sebagai berikut :

a. Standar dan Tujuan yang ditentukan sendiri (*Self-Determined Standard and Goals*)

Individu yang dapat mengatur dirinya sendiri, cenderung memiliki standar-standar yang umum bagi perilaku. Membuat tujuan-tujuan tertentu yang dianggap bernilai dan menjadi arah dan sasaran perilaku seseorang. Memenuhi standar-standar dan menggapai tujuan-tujuan akan memberikan sebuah kepuasan diri, dapat meningkatkan *self efficacy*, dan memacu individu untuk meraih lebih besar lagi.

b. Pengaturan Emosi (*Emotional Regulated*)

Seseorang yang mampu mengatur atau mengelola semua jenis emosi, termasuk kemarahan, rasa dendam, kegembiraan, atau kebencian yang berlebihan.

c. Instruksi Diri (*Self-Instruction*)

petunjuk yang diberikan oleh individu kepada diri mereka sendiri ketika mereka sedang melakukan tugas atau aktivitas yang kompleks. Ini juga merupakan cara di mana individu memberikan dukungan dan upaya untuk meningkatkan kinerja mereka dalam melakukan tindakan-tindakan tersebut.

d. Monitoring Diri (*Self-Monitoring*)

Selanjutnya, ada aspek yang melibatkan pemantauan diri saat sedang melakukan sesuatu, yang juga dapat disebut sebagai pengamatan diri. Untuk mencapai kemajuan menuju tujuan-tujuan yang penting, individu perlu memiliki kesadaran tentang seberapa baik mereka melaksanakan tindakan tersebut, serta melakukan perkembangan menuju tujuan-tujuan khusus tersebut.

e. Evaluasi Diri (*Self Evaluation*)

Merupakan evaluasi yang dilakukan oleh orang lain terhadap tindakan individu, yang dapat terjadi di

mana pun individu berada. Selain itu, individu yang memiliki kemampuan untuk mengatur diri mereka sendiri juga harus mampu menilai perilaku mereka sendiri atau melakukan evaluasi terhadap diri mereka sendiri.

f. Kontingensi yang ditetapkan diri sendiri (*Self-Imposed Contingencies*)

Kontingensi adalah bentuk pemberian penghargaan atau penguatan terhadap perilaku individu yang telah mencapai tujuan tertentu, terutama ketika tugasnya rumit dan menantang. Ketika individu berhasil menyelesaikan tugas yang telah direncanakan sebelumnya, mereka akan merasa bangga dengan pencapaian tersebut. Sebaliknya, jika individu mengalami kegagalan dalam menyelesaikan tugas tersebut, mereka akan merasa tidak puas dengan kinerja mereka, merasa menyesal, atau bahkan merasa malu.²³

6. *Self Regulation* Menurut Pandangan Islam

Berdasarkan ayat al Qur'an surat al-Hasyr ayat 18 yang menjelaskan tentang regulasi diri adalah sebagai berikut:

لِلْفُقَرَاءِ الْمُهَاجِرِينَ الَّذِينَ أُخْرِجُوا مِنْ دِيَارِهِمْ وَأَمْوَالِهِمْ يَبْتَغُونَ
فَضْلًا مِنَ اللَّهِ وَرِضْوَانًا وَيَنْصُرُونَ اللَّهَ وَرَسُولَهُ أُولَئِكَ هُمُ
الصَّادِقُونَ ﴿٨﴾

Artinya: “Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah Setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat); dan bertakwalah kepada Allah, Sesungguhnya Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan”(Q.S.Al-Hasyr [18] 18)

²³ Hilmiyatul Musyirifah, “Pengaruh Metode Tutor Sebaya (Peer Tutoring) dalam Meningkatkan Self Regulation” (Skripsi, UIN Sunan Ampel Surabaya, 2016),h 23

Pesan dari Firman Allah di atas menyoroti pentingnya perencanaan yang matang dalam tindakan manusia selama hidup di dunia. Tujuannya adalah agar manusia dapat mencapai keselamatan baik di dunia maupun di akhirat. Manusia dianjurkan untuk memiliki rencana dan tujuan sehingga dapat menjalani hidup yang terarah dan menghindari kerugian di masa depan. Perencanaan merupakan suatu proses untuk menetapkan arah yang harus diambil dan mengidentifikasi persyaratan yang diperlukan dengan cara yang efektif dan efisien. Dengan melakukan perencanaan yang benar, langkah awal dalam pengaturan proses manajemen akan sudah terencana dan terarah dengan baik.

Firman Allah yang menjelaskan tentang regulasi diri juga tercantum pada surat ar-Ra'du ayat 11 yang berbunyi:

لَهُ مُعَقِّبَاتٌ مِّن يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ۗ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَ لَهُ ۗ وَمَا لَهُمْ مِنْ دُونِهِ مِنْ وَالٍ ﴿١١﴾

Artinya: “Bagi manusia ada malaikat-malaikat yang selalu mengikutinya bergiliran, di muka dan di belakangnya, mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak merubah Keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri. dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, Maka tak ada yang dapat menolaknya; dan sekali-kali tak ada pelindung bagi mereka selain Dia”.(Q.S Ar-Ra'du [13] 11)

Berdasarkan ayat di atas, dapat disimpulkan bahwa pada dasarnya semua manusia memiliki kemampuan untuk mengatur diri mereka sendiri. Kemampuan ini dipengaruhi oleh motivasi yang kuat

yang berasal dari dalam diri mereka sendiri. Motivasi memiliki pengaruh besar terhadap perilaku seseorang. Allah tidak akan mengubah nasib seseorang kecuali jika orang tersebut memiliki tekad untuk mengubah dirinya sendiri melalui usaha yang sungguh-sungguh. Oleh karena itu, motivasi internal sangat penting dalam melakukan perubahan dan mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

DAFTAR PUSTAKA

BUKU

- Abu, Ali, Rizki. 2016. *Parameter Islam Kebenaran Persepsional Versus Kebenaran Fundamental Dalam Islam*. Bandung: guepedia.
- Afrizal. 2014. *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Rajawali Pres.
- Ali, Zaidan. 2016. *Kebijakan Kriminal*. Jakarta: Sinar Grafika.
- Arifin. 1982. *Pedoman Pelaksanaan Bimbingan Dan Penyuluhan Agama*. Jakarta: Golden Trayon Press.
- Arikunto, Suharshimi dan. 1989. *Prosedur Suatu Penelitian Suatu Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Chazami, Adami. 2010. *Pelajaran Hukum Pidana Bagian I*. Jakarta: Raja Grafindu Persada.
- Dkk, komalasari Gantina. 2007. *Asesmen Teknik Nontes Dalam Preseptif BK Komperenshif*. Jakarta: PT.Indeks.
- Fandi Rosi Sarwo Endi. 2020. *Teori Wawancara Psikodinamik*. Leutika Prio.
- Fatwiningsih, Nur. 2020. *Teori Psikologi Kepribadian Manusia*. Yogyakarta: andi.
- Hidayati, Nurul. 2014. "Metode Bimbingan Rohani Islam Di Rumah Sakit." *Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 5 (2): 207–22.
- Muhammad, Idrus. 2009. *Metode Penelitian Ilmu Sosial*. Yogyakarta: gelora aksara pratama.
- Naan, and Ahmad Izan. 2019. "Bimbingan Rohani Islam Sentuhan Kedamaian Dalam Sakit."
- nurul ulfanti. 2022. *Metode Penelitian Kualitatif Dibidang Pendidikan*. media nusa creativ.

- Risnawati, m.nur gufron dan rini. 2010. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ruzz Media.
- Samsul, Arifin. 2012. *Pendidikan Agama Islam*. Yogyakarta: CV Budi Utama.
- Sanapiah, Faisal dan. 2007. *Format-Format Penelitian Sosial*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- sugiyono. 2019. *Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Zainal, Aqib. 2012. *Ikhtisar Bimbingan Dan Konseling Disekolah Memuat Beberapa Aspek Kegiatan Dan Layanan Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*. Bandung: Yrama Widya.
- abu, ali, Rizki. 2016. *Parameter Islam Kebenaran Persepsional Versus Kebenaran Fundamental Dalam Islam*. Bandung: guepedia.
- Afrizal. 1014. *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Rajawali Pres.
- Ali, Zaidan. 2016. *Kebijakan Kriminal*. Jakarta: Sinar Grafika.
- Anwar, Ahmad. 1975. *Prinsip-Prinsip Metodologi Research*. Yogyakarta: Subangsh.
- Arifin. 1982. *Pedoman Pelaksanaan Bimbingan Dan Penyuluhan Agama*. Jakarta: Golden Trayon Press.
- Arikunto, Suharshimi dan. 1989. *Prosedur Suatu Penelitian Suatu Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Chazami, Adami. 2010. *Pelajaran Hukum Pidana Bagian I*. Jakarta: Raja Grafindu Persada.
- Dkk, komalasari Gantina. 2007. *Asesmen Teknik Nontes Dalam Preseptif BK Komperenshif*. Jakarta: PT.Indeks.
- Fatwiningsih, Nur. 2020. *Teori Psikologi Kepribadian Manusia*. Yogyakarta: andi.

- Hidayati, Nurul. 2014. "Metode Bimbingan Rohani Islam Di Rumah Sakit." *Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 5 (2): 207–22.
- Muhammad, Idrus. 2009. *Metode Penelitian Ilmu Sosial*. Yogyakarta: gelora aksara pratama.
- Musnawae, Thohari. 1995. *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan Islam*. Yogyakarta: UII.
- Naan, and Ahmad Izan. 2019. "Bimbingan Rohani Islam Sentuhan Kedamaian Dalam Sakit."
- Risnawati, m.nur gufron dan rini. 2010. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ruzz Media.
- Samsul, Arifin. 2012. *Pendidikan Agama Islam*. Yogyakarta: CV budi Utama.
- Sanapiah, Faisal dan. 2007. *Format-Format Penelitian Sosial*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Shellely, Letitia Dkk. 2009. *Psikologi Sosial*. Edisi ke 1. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- sugiyono. 2019. *Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Zainal, Aqib. 2012. *Ikhtisar Bimbingan Dan Konseling Disekolah Memuat Beberapa Aspek Kegiatan Dan Layanan Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*. Bandung: Yrama Widya.

JURNAL/SKRIPSI/DISERTAI

- Alief Budiyono, *Penerapan Konseling Kognitif Islami untuk Meningkatkan Regulasi Diri Narapidana Di Lapas Kelas II A Purwokerto*, Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Institut Agama Islam Negeri Purwokerto, 2016
- Rizka Istiqomah, " *Bimbingan Kerohanian Islam Dalam Meningkatkan Regulasi Diri Wraga Binaan Lapas Klas IIB lumajang*" skripsi :Agama Islam Jember, 2020

- Melsani, *Bimbingan Agama Dalam Meningkatkan Regulasi Diri Narapidana Di Rumah Tahanan Negara (Rutan) Klas IIB Menggala Kabupaten Tulang Bawang*(skripsi : UIN Raden Intan Lampung,2018
- Windiaty,*Bimbingan Rohani Islam Melalui Terapi Keagamaan Untuk Ketenangan Jiwa Warga Binaan Dilapas Kelas II A Kalianda Lampung Selatan* Skripsi : UIN Raden Intan Lampung,2021
- Yusnianto, *Implementasi Bimbingan Keagamaan Dalam Meningkatkan Mental Spiritual Warga Binaan Rumah Tahanan Negaran Kelas II B Kraksaan Probolinggo* Skripsi : IAIN Jember,2019
- Totok Rudianto, Mislinawati, Glarian Tri Audi, Pengaruh Pengalaman, Pengetahuan dan Keterampilan Auditor terhadap Kualitas Audit (Studi Kasus Kantor Inspektokrat Aceh), *Jurnal Penelitian Ekonomi Akuntansi*, Vol. 4, No. 2 (2020).
- Rahmah Nur Shalihah, “Bimbingan Rohani Melalui Dzikir Dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Lansia Di Panti Werdha Dharma Bakti Surakarta,” (Skripsi, IAIN Surakarta, 2017),
- Ihsan Aryanto, “Pelaksanaan Bimbingan Perawatan Rohani Islam (Warios) Untuk Memenuhi Kebutuhan Spiritual Pasien”, Irsyad: *Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, dan Psikoterapi Islam* Vol. 5 No. 3 (September, 2017
- Marisah, “Urgensi Bimbingan Rohani Islam bagi Pasien Rawat Inap”, *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*, Vol. 2, No. 2 (2018),
- Nur Azizah, “Peningkatan Kualitas Konseling Mahasiswa melalui Pelatihan Bimbingan Rohani Islam”, *At-Taqaddum*, Vol. 11, No. 2 (2019),
- Murti Muningsar, “Bimbingan Rohani Islam Bagi Narapidana Pelaku Kriminal Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Bandar Lampung”Skripsi, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2019

- Aditya Kusuma Wardana, “Pelaksanaan Bimbingan Rohani Islam Bagi Pasien Rawat Inap di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang (Analisis Bimbingan Konseling Islam)” (Skripsi, Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, 2016
- Sri Maullasari, “Metode Dakwah Menurut Jalaluddin Rakhmat dan Implementasinya dalam Bimbingan dan Konseling Islam (BKI)”, *Jurnal Ilmu Dakwah*, vol. 38, no. 1 Januari-Juni, 2018
- Lia Nur Khotijah dan Imas Kania Rahman, “Konsep Bimbingan Konseling Impact Berbasis Islam untuk Meningkatkan Regulasi Diri dalam Pemanfaatan Gadget,” *Hisbah*, vol. 13, no. 2 Desember, Desember, 2016
- Chilmiyyatul Musyrifah, “Pengaruh Metode Tutor Seebaya (Peer Tutoring) dalam Meningkatkan Self Regulation” Skripsi, UIN Sunan Ampel Surabaya, 2016
- Melsani, “Bimbingan Agama Dalam Meningkatkan Regulasi Diri Narapidana Di Rumah Tahanan Negara (Rutan) Kelas II B Menggala Kabupaten Tulang Bawang” Skripsi, Universitas Islam Negeri Raden Intang Lampung, 2018

