PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam pada Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten ini sepenuhnya asli merupakan hasil karya tulis ilmiah pribadi.

Adapun tulisan maupun pendapat orang lain yang terdapat dalam skripsi ini telah saya sebutkan kutipannya secara jelas sesuai etika keilmuan yang berlaku di bidang karya ilmiah.

Apabila di kemudian hari terbukti bahwa sebagian atau seluruh isi skripsi ini merupakan hasil perbuatan plagiat atau mencontek karya ilmiah orang lain, saya bersedia menerima sanksi berupa pencabutan gelar sarjana yang saya terima atau sanksi akademik lain sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Serang, 13 Mei 2022

FURKHON HAKIKI
NIM: 181520069

ABSTRAK

Nama: Furkhon Hakiki, NIM: 181520069, Judul Skripsi: **"Konseling Individual Dengan Teknik *Self Management* Pada Santri yang Mengalami Kecanduan *Gadget*"** (Studi di Pondok Pesantren Daarul Qurro'Kemang Kec. Serang Kota Serang), Jurusan: Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten tahun 2022 M / 1443 H.

Teknologi *gadget* yang terus berkembang dengan memberikan kemudahan bagi manusia salah satunya dirasakan oleh santri. Namun, dalam dunia pesantren tidak sedikit adanya larangan dalam penggunaan *gadget* karena dianggap lebih banyak mudharatnya. Walaupun demikian, beda halnya dengan Ponpes Daarul Qurro' Kemang yang mengizinkan santri membawa *gadget* karena alasan kemajuan teknologi dan kebutuhan. Namun, karena penggunaan *gadget* yang berlebihan tanpa adanya kontrol diri yang mengakibatkan kecanduan dan tidak adanya aturan dari pesantren mengenai larangan penggunaan *gadget*. Hal ini menjadi penyebab kegiatan pesantren berjalan tidak kondusif.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: 1) bagaimana kondisi santri yang mengalami kecanduan *gadget* di Ponpes Daarul Qurro' Kemang? 2) bagaimana penerapan konseling individual dengan teknik *self management* pada santri yang mengalami kecanduan *gadget* di Ponpes Daarul Qurro' Kemang? 3) bagaimana hasil penerapan konseling individual dengan teknik *self management* pada santri yang mengalami kecanduan *gadget* di Ponpes Daarul Qurro'Kemang?

Penelitian ini bertujuan: 1) untuk mengetahui kondisi santri yang mengalami kecanduan *gadget* di Ponpes Daarul Qurro' Kemang. 2) untuk menerapkan konseling individual dengan teknik *self management* pada santri yang mengalami kecanduan *gadget* di Ponpes Daarul Qurro' Kemang. 3) untuk mendeskripsikan hasil penerapan konseling individual dengan teknik *self management* pada santri yang mengalami kecanduan *gadget* di Ponpes Daarul Qurro' Kemang.

Metode yang digunakan adalah metode kualitatif-tindakan. Metode ini digunakan untuk mendeskripsikan mengenai penelitian yang dilakukan. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah: observasi dan wawancara. Penelitian dilaksanakan sejak September 2021 – Mei 2022, dengan jumlah responden penelitian ini sebanyak tiga orang santri yang mengalami kecanduan *gadget.*

Berdasarkan penelitian ini dapat disimpulkan: 1) kondisi santri yang mengalami kecanduan *gadget* di Ponpes Daarul Qurro' kemang yaitu kondisi fisik, psikis dan perilaku yang mengakibatkan kegiatan pesantren berjalan tidak kondusif. 2) penerapan konseling individual dengan teknik *self management* pada santri yang mengalami kecanduan *gadget* ini melaksanakan lima pertemuan konseling dengan tiga tahapan teknik *self management*. 3) Hasil penerapan konseling individual dengan teknik *self management* pada santri yang mengalami kecanduan *gadget* dilihat dari kegiatan pesantren yang dilakukan santri mulai berjalan kondusif.

Kata Kunci: konseling individual, teknik *self management*, kecanduan *gadget*, santri

ABSTRACT

Name: Furkhon Hakiki, NIM: 181520069, Thesis Title: ***"Individual Counseling With Self Management Techniques for Students Who Are Addicted to Gadgets"*** *(Study at Daarul Qurro' Kemang Islamic Boarding School, Serang City, Serang), Department: Islamic Counseling Guidance, Faculty of Da'wah Sultan Maulana Hasanuddin State Islamic University, Banten, 2022 AD / 1443 H.*

Gadget technology that continues to develop by providing convenience for humans, one of which is felt by students. However, in the pesantren world, there are many prohibitions on the use of gadgets because they are considered more harmful. However, this is different from the Daarul Qurro' Kemang Islamic boarding school which allows students to bring gadgets for reasons of technological progress and needs. However, due to excessive use of gadgets without self-control which results in addiction and the absence of rules from Islamic boarding schools regarding the prohibition of using gadgets. This is the cause of the activities of the pesantren run not conductive.

Based on the above background, the formulation of the problem in this study are: 1) what is the condition of the students who are addicted to gadgets at the Daarul Qurro' Kemang Islamic Boarding School? 2) how is the application of individual counseling with self-management techniques to students who are addicted to gadgets at the Daarul Qurro' Kemang Islamic Boarding School? 3) how are the results of applying individual counseling with self-management techniques to students who are addicted to gadgets at the Daarul Qurro'Kemang Islamic Boarding School?

This study aims: 1) to determine the condition of students who are addicted to gadgets at the Daarul Qurro' Kemang Islamic Boarding School. 2) to apply individual counseling with self-management techniques to students who are addicted to gadgets at the Daarul Qurro' Kemang Islamic Boarding School. 3) to describe the results of applying individual counseling with self-management techniques to students who are addicted to gadgets at the Daarul Qurro' Kemang Islamic Boarding School.

The method used is a qualitative-action method. This method is used to describe the research conducted. Data collection techniques used are observation and interviews. The research was carried out from September 2021-May 2022, with the number of respondents in this research as many as students who are addicted to gadgets.

Based on this research, it can be concluded: 1) the condition of students who are addicted to gadgets at Islamic boarding school Daarul Qurro' Kemang, namely physical, physchological and behavioral conditions that make the activities of the pesantren run not conducive. 2) the application of individual counseling with sel-management techniques to students who are addicted to gadgets, carry out five counseling meetings with three stages of slef-management techniques. 3) the results of the application of individual counseling with self-management techniques on students who are addicted to gadgets seen from the activities of the pesantren carried out by students are starting to run conducive.

.

Keywords: individual counseling, self management techniques, gadget addiction, students

FAKULTAS DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN MAULANA HASANUDDIN BANTEN

Nomor	: Nota Dinas	Kepada Yth
Lamp	: -	**DEKAN FAKULTAS DAKWAH**
Hal	: **Ujian Skripsi**	**UIN SMH Banten**
	a.n Furkhon Hakiki	Di-
	NIM: 181520069	Serang

Assalmulaikum Wr. Wb

Dipermaklumkan dengan hormat, bahwa setelah membaca dan mengadakan perbaikan, maka kami berpendapat bahwa skripsi atas nama Furkhon Hakiki NIM: 181520069 dengan judul **"Konseling Individual dengan Teknik *Self Management* pada Santri yang Mengalami Kecanduan *Gadget*"** (Studi di Pondok Pesantren Daarul Qurro' Kemang Kec. Serang Kota Serang), telah diajukan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi ujian munaqosah pada Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Demikian atas segala perhatian Bapak kami ucapkan terima kasih.

Wassalamualaikum Wr.Wb

Serang, 13 Mei 2022

Pembimbing I	Pembimbing II
A.M. Fahrurrozi, S. Psi, M.A.	**Dra. Eni Nur'aeni, M. Si.**
NIP. 197506042006041001	NIP. 196008081991032002

KONSELING INDIVIDUAL DENGAN TEKNIK *SELF MANAGEMENT* PADA SANTRI YANG MENGALAMI KECANDUAN *GADGET*

(Studi di Pondok Pesantren Daarul Qurro' Kemang Kec. Serang Kota Serang)

Oleh:

Furkhon Hakiki
181520069

Menyetujui,

Pembimbing I	Pembimbing II
A.M. Fahrurrozi, S. Psi, M.A.	**Dra. Eni Nur'aeni, M. Si.**
NIP. 197506042006041001	NIP. 196008081991032002

Mengetahui,

Dekan Fakultas Dakwah	Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam
Dr. H. Endad Musaddad, S.Ag., M.A.	**A.M. Fahrurrozi, S. Psi, M.A.**
NIP. 197206261998031002	NIP. 197506042006041001

PENGESAHAN

Skripsi a.n **Furkhon Hakiki,** NIM: 181520069, Judul Skripsi: **Konseling Individual dengan Teknik *Self Management* pada Santri yang Mengalami Kecanduan *Gadget*** (Studi di Pondok Pesantren Daarul Qurro' Kemang Kec. Serang Kota Serang) telah diujikan dalam sidang munaqasyah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten pada tanggal 19 Mei 2022. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Serang, 19 Mei 2022

Sidang Munaqasyah,

Ketua Merangkap Anggota,

Hj. Azizah Alawiyyah, B.Ed., M.A.
NIP. 197712152011012004

Sekretaris Merangkap Anggota,

Imalatul Khairat, M.Pd.
NIP. 199004202019032018

Anggota,

Penguji I

Muhibuddin, M. Si.
NIP. 197006201999031004

Penguji II

Hilda Rosida, S.S., M.Pd.
NIP. 198311212011012011

Pembimbing I

A.M. Fahrurrozi, S. Psi., M.A.
NIP. 197506042006041001

Pembimbing II

Dra. Eni Nur'aeni, M. Si.
NIP. 196008081991032002

MOTTO

من صلّى عليّ صلاة صلّى الله عليه بها عشرًا

"Barangsiapa yang bershalawat atas Nabi Muhammad SAW niscaya Allah bershalawat atasnya sepuluh kali”

(HR. Muslim)

PERSEMBAHAN

Alhamdulilah, atas segala nikmat dan karunia Allah Ta'ala.

Ungkapan rasa syukur kepada Allah Ta'ala yang Maha Kuasa atas terselesaikannya skripsi ini.

Skripsi ini saya persembahkan kepada kedua orang tua tercinta, Bapak Sukria dan Ibu Futihat yang selalu memberikan do'a dan menjadi penyemangat saya dalam menyelesaikan skripsi ini serta adikku tercinta Ismi Anas Tasya selaku adik pertama dan terakhir yang selalu dibimbing menjadi wanita sholehah. Aamiin.

Ucapan terima kasih pada Keluarga Besar Alm Bapak Sastra dan Ibu Bayanah yang selalu mendo'akan dan mendukung dalam segala hal. Terima kasih kepada sahabat seperjuangan Tim Es-Sos yaitu Hani Mariah, Resti Nurjanah dan Rezza Kurnia Rubi. Terima kasih kepada Keluarga Besar BKI angkatan 2018, Akang Eteh Mahasiswa Bidikmisi angkatan 2018, dan Keluarga Besar Pondok Pesantren Daarul Qurro' serta semua pihak yang telah mendo'akan dan mendukung penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Mudah-mudahan semuanya diberikan kebahagiaan di dunia dan akhirat. Aamiin.

RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama Furkhon Hakiki, lahir di Serang, 21 Juni 2000. Penulis beralamat di Kp. Sambilandak Rt 10/02 Desa Batukuda, Kec. Mancak, Kab. Serang, Banten. Penulis merupakan anak pertama dari pasangan Bapak Sukria dan Ibu Futihat.

Pendidikan formal yang ditempuh penulis adalah SDN Batukuda lulus tahun 2012, kemudian melanjutkan sekolah di SMP Negeri 2 Mancak lulus pada tahun 2015, selanjutnya melanjutkan pendidikan di sekolah MAN 1 Kota Cilegon, lulus pada tahun 2018. Pada tahun yang sama, penulis diterima di Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Selama menjadi mahasiswa UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten, penulis pernah menjadi Ketua Umum Kader Mubaligh Fakultas Dakwah pada periode 2019-2020, menjadi anggota PMII Fakultas Dakwah, menjadi Alumni Ma'had Al-Jamiah UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten angkatan pertama, menjadi anggota Himpunan Mahasiswa Bidikmisi (HMBM) UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten angkatan 2018 dan menjadi anggota RISMA Masjid Baiti Jannati Komplek Sepang Mountain Residence Ciracas.

Demikian catatan singkat mengenai riwayat hidup penulis selama menempuh pendidikan di Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah Ta'ala, atas Rahmat dan Karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini guna memenuhi persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana satu (S1) pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam. Shalawat serta salam tercurahkan kepada junjungan dan panutan kita yakni Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga, para sahabat dan kita selaku ummatnya mendapatkan syafa'at di akhirat kelak. Aamiin.

Alhamdulilah dengan izin Allah Ta'ala dan dengan usaha yang sungguh-sungguh akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "**Konseling Individual dengan Teknik *Self Management* pada Santri yang Mengalami Kecanduan *Gadget*"** (Studi di Pondok Pesantren Daarul Qurro' Kemang Kec. Serang Kota Serang).

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak terlepas dari kekurangan dan masih jauh dari kesempurnaan. Namun demikian penulis berharap dengan adanya skripsi ini memberikan manfaat dan menambah khazanah keilmuan.

Skripsi ini tidak dapat terselesaikan tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak. Dengan terselesaikannya penyusunan skripsi ini penulis menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Wawan Wahyudin, M.Pd, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
2. Bapak Dr. H. Endad Musaddad, S.Ag., M.A, selaku Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten yang telah memberikan persetujuan kepada penulis dalam menyusun skripsi ini.
3. Bapak A.M. Fahrurrozi, S. Psi., M.A, selaku Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten sekaligus Dosen Pembimbing utama yang telah meluangkan

waktu untuk memberikan bimbingan dengan penuh kesabaran dan memberikan motivasi kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

4. Ibu Dra. Eni Nur'aeni, M.Si, selaku Dosen Pembimbing Pembantu yang telah memberikan bimbingan dan motivasi kepada penulis.
5. Bapak dan Ibu Dosen Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten terutama yang telah mengajar dan mendidik penulis selama kuliah.
6. Bapak dan Ibu Pengurus Perpustakaan Umum, Staf Akademik Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten yang telah membantu dalam hal referensi bacaan.
7. Seluruh keluarga, terutama kedua orang tua yang penulis cintai Bapak Sukria dan Ibu Futihat yang senantiasa mendo'akan dan mendukung penulis.
8. Bapak KH. Khairussalihin, S.HI selaku Pimpinan Pondok Pesantren Daarul Qurro' yang telah memberikan izin penelitian, bantuan informasi, do'a dan dukungan terhadap penulis.
9. Kepada seluruh sahabat, teman-teman seperjuangan BKI angkatan 2018, Akang eteh Mahasiswa Bidikmisi angkatan 2018, sahabat Es-Sos dan seluruh pihak-pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Terima kasih.

Serang, 13 Mei 2022

Penulis

FURKHON HAKIKI
NIM: 181520069

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI..... i
ABSTRAK..... ii
ABSTRACT..... iii
NOTA DINAS..... iv
LEMBAR PERSETUJUAN MUNAQOSAH..... v
LEMBAR PENGESAHAN..... vi
MOTTO..... vii
PERSEMBAHAN..... viii
RIWAYAT HIDUP..... ix
KATA PENGANTAR..... x
DAFTAR ISI..... xii
DAFTAR TABEL..... xv
DAFTAR DIAGRAM..... xvi

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah..... 1
B. Rumusan Masalah..... 5
C. Tujuan Penelitian..... 6
D. Manfaat Penelitian..... 6
E. Definisi Operasional..... 7
F. Penelitian Terdahulu yang Relevan..... 9
G. Sistematika Penulisan..... 12

BAB II KAJIAN TEORI

A. Konseling Individual..... 14
1. Pengertian Konseling Individual..... 14
2. Tujuan dan Fungsi Konseling Individual..... 16

3. Tahap-Tahap Konseling Individual..... 18
B. Teknik *Self Management*..... 21
1. Pengertian Teknik *Self Management* (Manajemen Diri)..... 21
2. Tujuan Teknik *Self Management*..... 23
3. Manfaat Teknik *Self Management*..... 24
4. Aspek *Self Management*..... 25
5. Tahap-Tahap Teknik *Self Management*..... 26
C. Kecanduan *Gadget*..... 26
1. Pengertian Kecanduan *Gadget*..... 26
2. Macam-Macam *Gadget*..... 29
3. Dampak Penggunaan *Gadget*..... 32
4. Ciri-Ciri Kecanduan *Gadget*..... 36
5. Faktor Penyebab Kecanduan *Gadget*..... 37
6. Kiat-kiat Mengatasi Kecanduan *Gadget*..... 38
D. Santri Pondok Pesantren..... 39
1. Pondok Pesantren..... 39
2. Santri..... 42
E. Kerangka Berpikir..... 44
BAB III METODE PENELITIAN
A. Jenis Penelitian..... 48
B. Setting Penelitian..... 48
C. Instrumen Penelitian..... 50
D. Sumber Data..... 51
E. Teknik Pengumpulan Data..... 52
F. Teknik Analisis Data..... 54
G. Teknik Keabsahan Data..... 55
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN
A. Kondisi Santri yang Mengalami Kecanduan *Gadget*
di Pondok pesantren Daarul Qurro' Kemang..... 57
B. Penerapan Konseling Individual dengan Teknik *Self Management*

Pada Santri yang Mengalami Kecanduan *Gadget* di Pondok Pesantren Daarul Qurro' Kemang..... 83
C. Hasil Penerapan Konseling Individual Dengan Teknik *Self Management* Pada Santri yang Mengalami Kecanduan *Gadget* di Pondok Pesantren Daarul Qurro' Kemang..... 122
BAB V PENUTUP
A. Kesimpulan..... 127
B. Saran..... 128
DAFTAR PUSTAKA
LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 49
Tabel 4.1 61
Tabel 4.2 61
Tabel 4.3 63
Tabel 4.4 64
Tabel 4.5 65
Tabel 4.6 67
Tabel 4.7 67
Tabel 4.8 68
Tabel 4.9 71
Tabel 4.10 80
Tabel 4.11..... 120
Tabel 4.12..... 126

DAFTAR DIAGRAM

Diagram 2.1 47
Diagram 4.1 61