

**DZIKIR 113 DAN NGUMBAR RASA SEBAGAI TERAPI  
KECANDUAN *GAME ONLINE MOBILE LEGENDS* PADA  
REMAJA DI DESA KARANGLO RT 03 RW 03, KECAMATAN  
CILONGOK, KABUPATEN BANYUMAS**



**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
JURUSAN KONSELING DAN PENGEMBANGAN MASYARAKAT  
FAKULTAS DAKWAH  
UIN PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO  
2023**

**DZIKIR 113 DAN NGUMBAR RASA SEBAGAI TERAPI  
KECANDUAN *GAME ONLINE MOBILE LEGENDS* PADA  
REMAJA DI DESA KARANGLO RT 03 RW 03, KECAMATAN  
CILONGOK, KABUPATEN BANYUMAS**



**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Dakwah  
Universitas Islam Negeri Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Purwokerto  
Guna Memenuhi Salah Satu Syarat Meraih  
Gelar Sarjana Sosial (S. Sos)**

**Oleh:  
Imashani  
NIM. 1917101007**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
JURUSAN KONSELING DAN PENGEMBANGAN MASYARAKAT  
FAKULTAS DAKWAH  
UIN PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO  
2023**

## PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Imashani

NIM : 1917101007

Jenjang : S1

Fakultas : Dakwah

Jurusan : Konseling dan Pengembangan Masyarakat

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Judul : **Dzikir 113 dan Ngumbar Rasa Sebagai Terapi Kecanduan  
Game Online Mobile Legends Pada Remaja di Desa Karanglo  
RT 03 RW 03, Kecamatan Cilongok, Kabupaten Banyumas**

Menyatakan bahwa skripsi ini secara keseluruhan adalah hasil atau karya sendiri, kecuali bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Purwokerto, 15 Desember 2022  
Peneliti,



**Imashani**

NIM. 1917101007



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO  
FAKULTAS DAKWAH**

Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126  
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553, www.uinsaizu.ac.id

**PENGESAHAN  
Skripsi Berjudul**

**DZIKIR 113 DAN NGUMBAR RASA SEBAGAI TERAPI KECANDUAN GAME ONLINE  
MOBILE LEGENDS PADA REMAJA DI DESA KARANGLO RT 03 RW 03,  
KECAMATAN CILONGOK, KABUPATEN BANYUMAS**

Yang disusun oleh Imashani NIM. 1917101007 Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Jurusan Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifudin Zuhri, telah diujikan pada hari Kamis tanggal 5 Januari 2023 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S. Sos) dalam (Bimbingan dan Konseling oleh Sidang Dewan Penguji Skripsi.

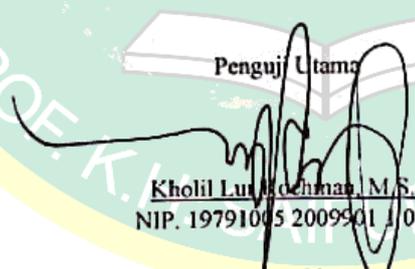
Ketua Sidang/Pembimbing

Sekretaris Sidang/Penguji II

  
Muh. Hikamudin Sayuti, S.S., M.S.I

  
Lutfi Faishol, M. Pd  
NIP. 11921028 201903 1 013

Penguji Utama

  
Kholil Luthfi Achman, M.S.I  
NIP. 19791005 2009901 1 013

Mengesahkan,

Dekan,



  
Prof. Dr. H. Abdul Basit, M.Ag.  
NIP. 1991219 199803 1 001

## NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Dakwah

UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri

Di Purwokerto

*Assalamu 'laikum Wr. Wb*

Setelah melaksanakan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap penelitian skripsi dari :

Nama : Imashani

NIM : 1917101007

Jenjang : S1

Fakultas/Jurusan : Dakwah/Bimbingan dan Konseling Islam

Judul : **Dzikir 113 dan Ngumbar Rasa Sebagai Terapi Kecanduan Game Online Mobile Legends Pada Remaja di Desa Karanglo RT 03 RW 03, Kecamatan Cilongok, Kabupaten Banyumas**

Saya berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Dekan Fakultas Dakwah UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Purwokerto untuk di ajukan dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Sosial (S. Sos).

*Wassalamu 'alaikum Wr. Wb.*

Dosen Pembimbing



Muh. Hikamudin Suyuti, S.S., M.S.I.  
NIP.

## MOTTO

**“Di saat ikhtiar telah sampai di akhir batas, maka biarkan doa dan takdir yang bertarung dilangit. *Lailahailallah Muhammadarrosululloh*”**

**-Bayu Lekso Samudro-**



**DZIKIR 113 DAN NGUMBAR RASA SEBAGAI TERAPI KECANDUAN  
GAME ONLINE MOBILE LEGENDS PADA REMAJA DI DESA  
KARANGLO RT 03 RW 03, KECAMATAN CILONGOK,  
KABUPATEN BANYUMAS**

**Imashani  
NIM. 1917101007**

**Email : [imashany5@gmail.com](mailto:imashany5@gmail.com)  
Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam  
Universitas Islam Negeri Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Purwokerto**

**ABSTRAK**

Pengobatan di Indonesia itu bisa dilakukan dengan berbagai macam baik pengobatan tradisional maupun pengobatan non tradisional. Pengobatan non tradisional atau non medis salah satunya adalah pengobatan dzikir 113 dan *ngumbar rasa* yang digunakan sebagai terapi. Dzikir 113 dan *ngumbar rasa* yang dilakukan untuk mengatasi berbagai masalah salah satunya kecanduan *game online*. Dzikir 113 dan *ngumbar rasa* ini dilakukan di Desa Karanglo RT 03 RW 03 Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui dzikir 113 dan *ngumbar rasa* sebagai terapi kecanduan *game online Mobile Legends* pada remaja di Desa Karanglo RT 03 RW 03, Kecamatan Cilongok, Kabupaten Banyumas. Metode yang digunakan dalam penelitian ini dengan pendekatan kualitatif deskriptif dan jenis penelitian lapangan. Sumber data penelitian ini adalah sumber data primer dan sekunder. Pada proses pengumpulan data menggunakan metode observasi, wawancara, dan dokumentasi. Penelitian ini terdiri dari 6 subjek yang terdiri dari terapis dan remaja yang kecanduan *game online Mobile Legends*.

Hasil penelitian yang diperoleh adalah dzikir 113 dan *ngumbar rasa* yang dilakukan ada di Desa Karanglo RT 03 RW 03 oleh Bapak Ali Murtadlo dan Bapak Nur Kholis dengan berdzikir menggunakan bilangan dan bacaan tertentu dan di waktu tertentu. Kemudian setelahnya berdoa untuk keinginan yang diinginkan baik secara individu ataupun berjamaah yang dipimpin oleh imam. Setelah dzikir 113 selesai kemudian dilanjutkan dengan rukyah dengan cara remaja yang kecanduan diajak duduk tenang sambil membaca kalimatul haq *lailahailallah muhammadur rosuulullooh*. Setelah rukyah selesai kemudian dilanjutkan dengan *ngumbar rasa*. Selain itu terdapat juga rutinan *istighosah kubro* yang biasanya dilakukan satu bulan sekali.

**Kata Kunci :** *Dzikir, Remaja, Kecanduan Game online Mobile Legends*

**DHIKR 113 AND NGUMBAR RASA AS A THERAPY FOR ADDICTION  
TO ONLINE GAMES MOBILE LEGENDS IN TEENAGERS IN  
KARANGLO VILLAGE RT 03 RW 03, CILONGOK  
DISTRICT, BANYUMAS REGENCY**

**Imashani  
NIM. 1917101007**

**Email : [imashany5@gmail.com](mailto:imashany5@gmail.com)**

**Islamic Guidance and Counseling Study Program  
State Islamic University Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto**

**ABSTRACT**

Treatment in Indonesia can be done with various kinds of both traditional medicine and non-traditional medicine. One of the non-traditional or non-medical treatments is the treatment of dhikr 113 and ngumbar rasa which is used as therapy. Dhikr 113 and indulgence are done to overcome various problems, one of which is online game addiction. Dhikr 113 and the feeling of indulgence were carried out in Karanglo Village, RT 03 RW 03, Cilongok District, Banyumas Regency.

The purpose of this study was to find out dhikr 113 and ngumbar rasa as a therapy for online mobile legends game addiction in adolescents in Karanglo Village, RT 03 RW 03, Cilongok District, Banyumas Regency. The method used in this research is a descriptive qualitative approach and a type of field research. The data sources of this research are primary and secondary data sources. In the data collection process using the method of observation, interviews, and documentation. This study consisted of 6 subjects consisting of therapists and teenagers who are addicted to the online game Mobile Legends.

The research results obtained were dhikr 113 and ngumbar rasa which were carried out in Karanglo Village RT 03 RW 03 by Mr. Ali Murtadlo and Mr. Nur Kholis by dhikr using certain numbers and readings and at certain times. Then afterwards pray for the wishes that are cold either individually or in congregation led by the priest. After dhikr 113 is finished, then continue with rukyah by inviting addicted teenagers to sit quietly while reading the sentence *ul haq lailahailallah muhammadur rosuulullooh*. After the rukyah is complete, then proceed with the tasting. Apart from that, there is also an *istighosah kubro* routine which is usually done once a month.

**Keywords :** *Dhikr Therapy, Adolescents, Addiction to the online game Mobile Legends*

## PERSEMBAHAN

Dengan ungkapan rasa syukur *alhamdulillah* kepada Allah SWT sehingga dengan rida-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Saya persembahkan skripsi ini untuk :

1. Kedua orang tua tercinta Bapak Jasmin Al Hanudin dan Ibu Adminah yang selalu memberikan dukungan, selalu berjuang memberikan yang terbaik bagi anak-anaknya, selalu mendoakan saya di setiap sujudnya. Semoga Allah SWT selalu memberikan kesehatan, rezeki, keberkahan, kebahagiaan, keluarga yang SAMAWA, dan semoga selalu dalam lindungan Allah SWT. Amin ya Allah.
2. Adik tercinta Salman Kanudin yang selalu memberikan semangat dan selalu mendoakan saya di setiap sujudnya.
3. Muh. Hikamudin Suyuti, S.S., M.S.I., sebagai dosen pembimbing dalam menyelesaikan penulisan skripsi saya. Terima kasih atas segala bimbingan, masukan, arahan, dan motivasi dalam penyelesaian skripsi ini. Semoga Allah SWT selalu memberikan kesehatan, rezeki, keberkahan dan semoga membalas semua kebaikan yang telah Bapak berikan. Amin ya Allah.
4. Semua pihak yang terlibat baik secara langsung maupun tidak langsung yang sudah membantu menyelesaikan skripsi ini baik secara moril ataupun material, yang tidak dapat disebutkan satu-satu sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Bagi diri sendiri, Imashani kamu luar biasa selamat sudah sampai dititik ini.

## KATA PENGANTAR

Dengan menyebut nama Allah Yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang. Dengan rasa syukur atas segala rahmat, taufik dan hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Dzikir 113 dan *Ngumbar Rasa* Sebagai Terapi Kecanduan *Game Online Mobile Legends* Pada Remaja di Desa Karanglo RT 03 RW 03, Kecamatan Cilongok, Kabupaten Banyumas”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Sosial (S. Sos).

Dalam penulisan skripsi ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak yang telah membantu pikiran, tenaga, waktu dan sebagainya. Oleh karena itu, dengan setulus hati peneliti mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. K. H. Mohammad Roqib, M. Ag. Rektor Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto.
2. Prof. Dr. H. Abdul Basit, M. Ag. Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto.
3. Nur Azizah, S. Sos.I., M. Si. Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam.
4. Muh. Hikamudin Suyuti, S.S., M.S.I., Dosen Pembimbing yang telah meluangkan banyak waktu dan memberikan arahan dengan sabar dalam penyusunan skripsi ini.
5. Seluruh dosen Fakultas Dakwah dan staf serta civitas akademika Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto.
6. Bapak Ali Murtdlo dan Bapak Nur Kholis selaku subjek penelitian di Desa Karanglo, Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas, yang sudah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk melakukan penelitian.
7. Abah Bayu Lekso Samudro terima kasih atas semua doa, dukungan, dan motivasi untuk setiap perjalanan hidup yang dilalui.
8. Bapak Jasmin Al Hanudin dan Ibu Adminah, serta keluarga besar tercinta terima kasih atas doa, *support*, dan motivasi untuk penulis.
9. Adik tercinta Salman Kanudin terima kasih atas doa dan pengertiannya.
10. Teman-teman Angkatan BKI tahun 2019, terutama BKI A Angkatan 2019. Terima kasih telah berjuang bersama selama di bangku perkuliahan.

11. Mila Turofiah sekeluarga terima kasih sudah mendoakan, memberi dukungan penuh, dan selalu direpotkan penulis.
12. Nur Wahyu Winarsih, Asti Prichatin, Ahlis Aulia Rohman, dan Dewi Atiqoh. Terima kasih sudah mendoakan, memberikan bantuan dalam penyusunan skripsi dan selalu direpotkan penulis.
13. Teman tersayangku Tsani Umami, Ellen Sis Putri S.D, Nur Hidayah, Feroza Nadia Pasya, Syahra Amelia Alvianita, Aisyah Dyah Awanti, Zalfa Zahira, Rini Mulyanah, Enjang Saputri, Firdaus Nur Azizah dan Aufa Majidah. Terima kasih sudah membuat hari-hariku lebih berwarna, sudah saling mendukung dalam mengerjakan skripsi, sudah saling memberikan semangat, mendengarkan semua keluh kesahku, dan saling membantu satu sama lain. Semoga kita semua bisa sukses dan tidak saling melupakan.
14. Teruntuk warga kamar S5 Pondok Pesantren Nurus Syifa, teman PPL, dan teman KKN. Terima kasih sudah membuat hari-hariku penuh dengan cerita, dan sudah menjadi keluarga baru. Semoga kesuksesan dan keberkahan menghampiri kalian semua.
15. Teman MA tersayangku Fina Septiana, Mila Turofiah, Dina Silaturahmi, Bela Safitri, dan Riani yang selalu membuat hari-hariku lebih ceria, berwarna penuh dengan cerita. Semoga pertemanan kita selalu terjaga.
16. Orang-orang yang penulis sayangi, dan semua pihak yang sudah memberikan saran, dukungan, bantuan baik secara moril maupun material, yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu. Sehingga penulis mampu menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan baik.

Tidak ada yang bisa penulis lakukan selain rasa terima kasih terdalam kepada semua pihak yang telah membantu. Semoga karya ini bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi pembaca pada umumnya.

Purwokerto, 15 Desember 2022  
Peneliti,



**Imashani**  
NIM. 1917101007

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>PENGESAHAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>NOTA DINAS PEMBIMBING</b> .....	<b>iv</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>v</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>vi</b>
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	<b>viii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Penegasan Istilah .....	6
C. Rumusan Masalah .....	11
D. Tujuan Penelitian .....	11
E. Manfaat Penelitian .....	12
F. Kajian Pustaka .....	12
G. Sistematika Pembahasan .....	16
<b>BAB II KAJIAN TEORI</b> .....	<b>17</b>
A. Dzikir .....	17
1. Pengertian Dzikir Sebagai Terapi .....	17
2. Bentuk Dzikir .....	20
3. Manfaat dan Fungsi Dzikir Sebagai Terapi .....	22
4. Tujuan Dzikir Sebagai Terapi .....	24
5. Hubungan Dzikir Sebagai Terapi Dengan Konseling .....	26
B. Remaja .....	27
1. Pengertian Remaja .....	27
2. Karakteristik Remaja .....	28
3. Tahap Perkembangan Remaja .....	30
4. Tugas Perkembangan Remaja .....	31

C. Kecanduan <i>Game Online Mobile Legends</i> .....	33
1. Pengertian Kecanduan <i>Game Online Mobile Legends</i> .....	33
2. Karakteristik Kecanduan <i>Game Online</i> .....	35
3. Penyebab Kecanduan Bermain <i>Game Online</i> .....	37
4. Dampak Kecanduan Bermain <i>Game Online</i> .....	38
D. Kerangka Berpikir.....	40
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>42</b>
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian .....	42
1. Pendekatan Penelitian .....	42
2. Jenis Penelitian .....	43
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	43
1. Tempat Penelitian .....	43
2. Waktu Penelitian .....	43
C. Subjek dan Objek Penelitian .....	43
1. Subjek Penelitian .....	43
2. Objek Penelitian .....	44
D. Sumber Data .....	45
1. Sumber Data Primer .....	45
2. Sumber Data Sekunder .....	45
E. Metode Pengumpulan Data .....	45
1. Observasi .....	45
2. Wawancara .....	46
3. Dokumentasi .....	47
F. Metode Analisis Data .....	48
1. Reduksi Data ( <i>Data Reduction</i> ) .....	48
2. Penyajian Data ( <i>Data Display</i> ) .....	49
3. Penarikan Kesimpulan ( <i>Conclusion Drawing/Verification</i> ) .....	49
<b>BAB IV PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS DATA .....</b>	<b>51</b>
A. Penyajian Data .....	51
1. Profil Desa Karanglo .....	51
2. Remaja Desa Karanglo .....	53

3. Profil Bapak Ali Murtadlo dan Bapak Nur Kholis .....	53
4. Proses Pelaksanaan Dzikir Sebagai Terapi .....	57
5. Hasil Dzikir Remaja yang Kecanduan <i>Game Online</i> .....	62
<b>B. Analisis Data .....</b>	<b>65</b>
1. Analisis Dzikir Sebagai Terapi .....	65
2. Analisis Metode dan Teknik Dzikir .....	66
3. Analisis Fungsi Dzikir Sebagai Terapi .....	68
4. Analisis Tujuan Dzikir Sebagai Terapi .....	70
5. Analisis Hasil Dzikir Remaja yang Kecanduan <i>Game Online</i> .....	71
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>75</b>
A. Kesimpulan .....	75
B. Saran .....	76
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN</b>	
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP</b>	



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Pedoman Wawancara
- Lampiran 2 Hasil Wawancara
- Lampiran 3 Foto Dokumentasi
- Lampiran 4 Blangko Bimbingan
- Lampiran 5 Surat Balasan Riset
- Lampiran 6 Daftar Riwayat Hidup



## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan zaman yang sangat pesat saat ini salah satunya yaitu internet. Internet merupakan sebuah alat komunikasi yang menghubungkan banyak komputer yang mempunyai berbagai informasi di dalamnya.<sup>1</sup> Dengan adanya perkembangan internet membuat munculnya sebuah *game online* yaitu permainan *game* dengan cara *online*. Hingga saat ini *game online* diminati dari kalangan anak-anak sampai dewasa.

Di Indonesia perkembangan *game online* pada pertengahan tahun 1990 mulai muncul saat itu muncul *game nexsian*. *Game online* berkembang pesat sejalan dengan berkembangnya internet dan teknologi. Pada dasarnya *game online* dimainkan oleh banyak pemain yang dapat dimainkan secara bersamaan sedangkan *game offline* itu hanya bisa dilakukan dengan pemain yang terbatas. Berkembangnya *smartphone* android yang ada di Indonesia membuat *game* mengalami perkembangan yang pesat dan mulai jadi suatu pola hidup baru bagi sebagian masyarakat yang ada di Indonesia.<sup>2</sup>

*Game online* salah satu bentuk dari media elektronik yang berbasis mode visual. *Game online* ini terhubung satu sama lain kepada jaringan internet. Bermain *game online* juga bisa sulit jika tidak bisa bermain di internet. *Game online* pada saat ini sudah populer di kota kecil di mana anak-anak yang ada di kota kecil sudah dapat memainkannya dengan cukup mudah, apalagi di kota besar mereka sudah dengan mudah bermain *game online*. *Game* yang muncul pada saat ini sangat modern, hal ini memiliki perbedaan tersendiri dengan *game* pada masa dulu di mana mereka melakukan permainan secara langsung dengan beberapa orang. Kini dengan pesatnya perkembangan teknologi, *game online* dimainkan tanpa harus bertemu dengan *partner game* dan juga bisa dimainkan

---

<sup>1</sup> John W. Santrock, *Perkembangan Anak Jilid 1*, (Jakarta: Erlangga 2007), hlm. 300.

<sup>2</sup> Uswatun Khasanah, *Hubungan Antara Self Regulation Dengan Task Commitment Pada Mahasiswa Pemain Game Online Aktif*, (Yogyakarta: UIN Sunan Kali Jaga, 2018), hlm. 12.

dengan banyak orang sekaligus.<sup>3</sup> *Game online* memiliki banyak pengaruh terhadap psikologi perkembangan anak/siswa baik bagi siswa SD/MI, SMP/MTS, SMA/SMK, dan mahasiswa sekalipun yang memiliki kebiasaan atau bahkan sering bermain *game online*.

Kecanduan bisa muncul jika seseorang melakukan permainan *game online* karena bisa saja pemain selalu ingin tahu tentang kelangsungan permainan. *Game online* sering kali membuat pemain melupakan aktivitas atau kehidupan sosialnya. Oleh karena itu, *game online* memiliki banyak efek negatif. Pada dasarnya bermain adalah suatu kebutuhan pokok yang perlu dimiliki oleh semua orang, bermain *game online* ini menjadi salah satu contohnya. Jika bermain seseorang dapat mengurangi atau menghilangkan rasa bosan dan jenuh yang dimilikinya. Manusia pasti memiliki keinginan untuk bermain. Hal ini juga sudah di jelaskan di dalam Al-Quran bahwa sesungguhnya dunia hanyalah sebuah permainan, hal ini terdapat pada QS. Muhammad ayat 36 yang berbunyi :

إِنَّمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا لَعِبٌّ وَلَهُوَ وَإِنْ تُؤْمِنُوا وَتَتَّقُوا يُؤْتِكُمْ أَجْرَكُمْ وَلَا يَسْأَلْكُمْ  
أَمْوَالَكُمْ ﴿٣٦﴾ (محمد : 36)

Artinya : *Sesungguhnya kehidupan dunia itu hanyalah permainan dan kelengahan. Jika kamu beriman dan bertakwa, Allah akan memberikan pahala kepadamu dan Dia tidak akan meminta harta-hartamu.*  
(QS. Muhammad : 36)<sup>4</sup>

Ayat ini menerangkan sesungguhnya pada dunia ini merupakan tempat untuk bermain dan tempat untuk tertawa. Hal ini juga berlaku untuk *game online*. Karena dari anak-anak bahkan remaja menyukai *game online* dan bisa membuat mereka tertawa. Akan tetapi ketika bermain *game online* ini sering kali orang tuanya tidak tahu, ini disebabkan karena pada saat memainkan *game*

<sup>3</sup> Drajat Edy Kurniawan, Pengaruh Intensitas Bermain Terhadap Perilaku Prokrastinasi Pada Mahasiswa, *Jurnal Konseling Gusjigang*, Vol. 3 No. 1, Januari-Juni 2017, hlm. 97.

<sup>4</sup> Kementerian Agama RI, *Kementerian Agama Republik Indonesia Badan Penelitian dan Pengembangan dan Pendidikan Pelatihan Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an*, (Jakarta: Kementerian RI, 2019).

biasanya mereka berada di warnet yang memiliki jaringan WIFI bahkan sekarang ada yang di rumahnya memiliki WIFI membuat orang tua tidak tahu ketika anaknya bermain sampai larut di kamarnya. Hal ini membuat perubahan dari perkembangan anak yang pada akhirnya mengalami kecanduan *game online*, tetapi terkadang orang tua banyak yang belum menyadarinya.

Kondisi ini diperkuat dengan penelitian terdahulu yang mengatakan bahwa ketika seseorang mengalami kecanduan *game online* akan menimbulkan berbagai dampak negatif karena akan tidak ingat waktu, acuh dengan hubungan sosial di lingkungan sekitar, berkata kasar ketika kalah permainan, menjatuhkan kawan serta lawan, tidak tidur, serta lupa teman di kehidupan nyata.<sup>5</sup>

Menurut etimologi dzikir memiliki asal kata bahasa arab yaitu *dzakara*, *yadzkuuru*, *dikran* dan berarti suatu perbuatan berbicara melalui lisan (menuturkan dan mengatakan) serta (mengingat dan menyebut) melalui hati yang tulus. Kemudian dari segi terminologi, dzikir merupakan suatu pengingat dan praktik spiritual dengan rancangan supaya mengungkapkan keberadaan Allah SWT sambil membayangkan wujudnya atau diartikan metode untuk mencapai konsentrasi mental dengan mengulang-ulang nama Allah SWT sehingga memperoleh ketenangan hati.<sup>6</sup> Kata terapi dalam KBI adalah *therapy* artinya mengobati. Pada kamus konseling terapi adalah suatu proses terepeutik umum yang biasanya digunakan pada bidang medis serta digunakan juga dengan bergantian dalam proses psikoterapi maupun konseling. Terlepas dari yang dijelaskan pada kamus lengkap psikologi sendiri mengartikan, terapi adalah suatu bentuk penyembuhan suatu penyakit.<sup>7</sup> Jadi dzikir adalah sebuah terapi mengingat Allah SWT melalui dzikir atau dapat dikatakan sebagai salah

---

<sup>5</sup> Devita Rani, Effiati Juliana Hasibuan, dan Rehia K. Isabela Barus, Dampak Game Online Mobile Legends: Bang Bang terhadap Mahasiswa, *Jurnal Perspektif*, Vol. 8, No. 1, 2018, hlm. 10-11.

<sup>6</sup> Agus Riyadi, Zikir dalam al-Qur'an sebagai Terapi Psikoneurotik (Analisis terhadap Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam), *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, Vol. 4, No. 1, Juni 2013, hlm. 36.

<sup>7</sup> Dimas Rahman Rizkian. Terapi bawang putih untuk sakit gigi (studi pada bapak sururi kecamatan kemranjen kabupaten banyumas), *Skripsi* (IAIN Purwokerto, 2018), hlm. 15.

satu pilar dari tarekat yang paling kokoh sebagai jalan menuju Tuhan yang Maha Esa untuk memperoleh ketenangan hati bagi seseorang.

Dari fenomena yang telah di jelaskan di atas peneliti tertarik untuk mengetahui cara mengatasi kecanduan *game online Mobile Legends* dengan menggunakan dzikir. Dzikir (mengingat Allah SWT) adalah sebuah metode yang dilakukan untuk mengingat Allah SWT sehingga jiwa seseorang akan merasa damai, tenteram dan mendapatkan ketenangan. Karena apabila seseorang itu dekat dengan Allah SWT pasti akan memperoleh ketenangan dan kesucian jiwa. Kemudian apabila orang tersebut sudah memiliki rasa tenang yang akan menjadikannya damai membuat seseorang akan memiliki mental yang sehat.<sup>8</sup>

Jumlah penduduk yang ada di Desa Karanglo berjumlah 4783 orang. Dengan jumlah remaja awal 398 orang dan remaja akhir 729 orang. Kemudian remaja yang ada di Desa Karanglo RT 03 RW 03 20 orang. Kemudian yang mengalami kecanduan *game online* 14 remaja laki-laki. Mereka sering bermain *game online* dalam sehari itu 8 jam atau lebih. Berdasarkan observasi awal yang dilakukan bahwa di Desa Karanglo RT 03 RW 03. Menemukan bahwa Bapak Ali Murtadlo selaku ketua RT dan imam masjid Jami' Baitul Muqorrobin di Desa Karanglo yang telah belajar di Pondok Pesantren Nurul Hakim serta sebagai koordinator wilayah di Desa Karanglo dan Bapak Nur Kholis beliau adalah adik dari Bapak Ali Murtadlo tokoh masyarakat dan perekrut yang mengajak remaja yang mengalami kecanduan *game online* untuk mengikuti dzikir sebagai terapi yang dilakukan.<sup>9</sup>

Karena banyaknya remaja yang mengalami kecanduan *game online* Bapak Ali Murtadlo dan Bapak Nur Kholis mencoba melakukan dzikir sebagai terapi terhadap remaja yang kecanduan *game online Mobile Legends* di Desa Karanglo RT 03 RW 03 karena banyak terjadi kasus yang menyimpang. Di

---

<sup>8</sup> Siti Chodijah, Konsep Salat Tahajud Melalui Pendekatan Psikoterapi Hubungannya Dengan Psikologi Kesehatan (Penelitian Di Klinik Terapi Tahajud Surabaya), *Jurnal Unimus*, Vol. 1, 2017, hlm. 419.

<sup>9</sup> Wawancara dengan Bapak Ali Murtadlo, tanggal 30 Mei 2022, di rumah Bapak Ali Murtadlo.

antaranya tidak bisa mengontrol waktu karena bermain *game online* yang bisa menyebabkan penurunan prestasi akademis jika seorang siswa, hubungan sosial yang berkurang, dan hilangnya kesadaran keagamaan. Hal ini dikarenakan beberapa remaja tersebut mengalami karakteristik ingin bermain *game online* terus menerus, sering begadang untuk bermain *game online*, tidak bisa mengendalikan waktu, dan selalu ingin bermain kembali. Kemudian oleh orang tua yang sering mengeluh tentang perilaku anaknya. Kemudian akhirnya dilakukan dzikir sebagai terapi yang masih terdapat unsur keagamaan yang membuat masyarakat juga ikut tertarik akan dzikir yang dilakukan dalam proses penyembuhan tersebut.

Dzikir yang dilakukan oleh Bapak Ali Murtadlo dan Bapak Nur Kholis sesuai dengan yang diajarkan pada Pondok Pesantren Nurul Hakim yaitu dengan menyalurkan energi positif pada dirinya. Peran terapis di sini hanya membantu dan terapi yang sesungguhnya pada dirinya sendiri tetapi tetap perlu adanya bimbingan. Dzikir ini dilakukan di masjid dan dari rumah ke rumah yang ada di kawasan RT 03 RW 03 dekat dengan rumah Bapak Ali Murtadlo. Untuk hasil yang diperoleh sudah banyak yang sembuh. Ini dibuktikan dari beberapa pernyataan orang tua yang disampaikan oleh Bapak Ali Murtadlo mengatakan bahwa anak yang sudah melakukan dzikir 113 itu mengalami perubahan baik dari segi peningkatan ibadah, sudah ada remaja yang mulai pulih remaja mulai bisa membagi waktu, perlahan mulai bisa mengatasi kecanduan *game online* yang dialaminya dan lain sebagainya.<sup>10</sup>

Dari permasalahan tersebut terdapat keunikan tersendiri dari dzikir yang dilakukan oleh Bapak Ali Murtadlo dan Bapak Nur Kholis yaitu dengan metode dzikir 113 dan *ngumbar rasa*. Dzikir sebagai terapi ini dapat ditemukan di Desa Karanglo RT 03 RW 03 Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas. Berdasarkan permasalahan dan pertimbangan oleh berbagai pihak akhirnya peneliti tertarik menggali informasi mengenai hal itu pada subjek penelitian dan melakukan penelitian dengan judul **“Dzikir 113 dan *Ngumbar Rasa* Sebagai**

---

<sup>10</sup> Wawancara dengan Bapak Ali Murtadlo, tanggal 12 Juli 2022, di rumah Bapak Gito.

## **Terapi Kecanduan *Game Online Mobile Legends* Pada Remaja di Desa Karanglo RT 03 RW 03, Kecamatan Cilongok, Kabupaten Banyumas”.**

### **B. Penegasan Istilah**

Supaya tidak terjadi kesalahpahaman dalam judul yang di tafsirkan maka diperlukan adanya penegasan istilah yang merupakan pokok pembahasan yang dilakukan di dalam penelitian. Adapun penegasan istilah yang ada yaitu :

#### **1. Dzikir**

Menurut etimologi dzikir memiliki asal kata bahasa arab yaitu *dzakara*, *yadzakuru*, *dikran* dan berarti suatu perbuatan berbicara melalui lisan (menuturkan dan mengatakan) serta (mengingat dan menyebut) melalui hati yang tulus. Selain itu sebagian orang mengatakan sesungguhnya hanya dzikir bisa diartikan sebagai kerja hati (*bil qolbi*) dan lisan (*bil lisan*) diartikan secara khusus sebagai kerja lisan. Kemudian pada segi terminologi sendiri dzikir ini memiliki arti tidak jauh beda dari makna aslinya. Bahkan pada kamus modern yang ada seperti kamus Al-Munawir dan lainnya<sup>11</sup> mengatakan pada penggunaan kata *adz-dzikr* digunakan dalam arti mengagungkan Allah SWT dan bertasbih kepadanya. Kemudian para sufi sepakat bahwa berzikir secara terus-menerus kepada Allah SWT dengan istikamah merupakan suatu metode yang efisien dalam membersihkan hati nurani dan juga untuk mencapai rida Allah SWT. Objek segala ibadah salah satunya dengan berzikir, dengan mengingat Allah SWT yang jika diteruskan akan menimbulkan kecintaan terhadap Allah SWT dan mengosongkan rasa cinta dan ketertarikan pada dunia fana.<sup>12</sup>

Kata terapi dalam KBI adalah *therapy* artinya mengobati. Pada kamus konseling terapi adalah suatu proses terepeutik umum yang biasanya digunakan pada bidang medis serta digunakan juga dengan bergantian dalam proses psikoterapi maupun konseling. Terlepas dari yang dijelaskan pada kamus lengkap psikologi sendiri mengartikan, terapi adalah suatu

<sup>11</sup> Kamus Al'asri, Zuhdi Muhdo' dan Atabi' Ali.

<sup>12</sup> Syaripulloh, Pembinaan Dzikir Penyembuhan Di Inabah Xv Pada Kasus Kecanduan Narkoba Dan Game Online (Studi Pada Pondok Pesantren Suryalaya, Tasikmalaya, Jawa Barat), *Jurnal Media Informasi dan Komunikasi Ilmiah*, Vol. 2, No. 2, 2020, hlm. 256.

bentuk penyembuhan suatu penyakit.<sup>13</sup> Sedangkan psikoterapi adalah suatu bentuk pengobatan jiwa melalui kebatinan atau bisa juga menggunakan metode konseling untuk pengobatan dengan teknik khusus untuk mengatasi permasalahan dalam kehidupan sehari-hari atau juga penyakit jiwa. Dapat juga dikatakan bahwa terapi ini dilakukan oleh spesialis ustadz, konselor, dan guru yang dilakukan dengan berdasarkan pada keyakinan yang dimiliki.<sup>14</sup>

Dzikir sebagai terapi adalah metode yang digunakan dengan mengingat Allah SWT melalui dzikir atau dapat dikatakan sebagai salah satu pilar dari tarekat yang paling kokoh sebagai jalan menuju Tuhan yang Maha Esa. Menurut Al-Ghazali jika pikiran disucikan dari dunia dan dzikir berhasil dilakukan maka kemudian keyakinan akan muncul pada dirinya yaitu hanya Allah SWT tidak ada yang lainnya dan penghayatan diarahkan hanya untuk Allah SWT. Sehingga tidak ada perhatian pada lingkungan alam karena perhatian beralih ke jiwa, ini terjadi ketika melakukan dzikir dengan konsentrasi penuh dan berhasil. Individu akan mendapat atau menerima cahaya *ilahi* dengan mata hatinya sehingga dia dapat menjalani hal yang gaib, dapat mengetahui apa yang telah terjadi dan *ngerti sedurunge wanirah*.<sup>15</sup>

Dzikir yang dimaksud adalah terapi yang dilakukan oleh bapak Ali Murtadlo dan Bapak Nur Kholis yaitu dengan dzikir 113, ruyah, *ngumbar rasa*, dan Istighosah.

## 2. Remaja

Remaja merupakan seseorang yang baru memasuki masa dewasa yang baru mulai mengerti mana yang salah dan mana yang benar, mengenali lawan jenisnya, mampu mendalami dan mengerti perannya untuk dunia sosial, bisa menerima identitas baru yang telah diberikan Allah SWT

<sup>13</sup> Dimas Rahman Rizkian. Terapi bawang putih untuk sakit gigi (studi pada bapak sururi kecamatan kemranjen kabupaten banyumas), *Skripsi* (IAIN Purwokerto, 2018), hlm. 15.

<sup>14</sup> Lahmudin, Psikoterapi Dalam Perspektif Bimbingan Konseling Islam, *Jurnal MIQOT*, Vol. XXXVI, No. 2, Juli-Desember 2015, hlm. 393.

<sup>15</sup> Hemmy Heryati Anward, Dzikirullah: Suatu Transcendental Being dan Terapi, *Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi*, Vol. 6, No. 2, 2002, hlm. 110-111.

kepadanya, dan bisa berkembang dalam segala hal. Pada dasarnya seorang remaja masa di mana perlu mempersiapkan jati dirinya bisa mengatasi berbagai tantangan yang ada dalam hidup dan pergaulan. Pada dasarnya remaja pada usia ini merupakan suatu usia yang kritis di dalam tahapan kehidupan atau disebut masa peralihan dari masa anak-anak ke masa remaja yang bisa menjadi patokan dalam tingkat kedewasaan yang matang. Islam beranggapan bahwa remaja masa paling membanggakan tidak sekedar mementingkan perkembangan, pertumbuhan, dan perubahan fisik anak muda tetapi lebih penting lagi membina generasi muda untuk bisa menjadi generasi yang lebih mengerti integritas nilai moral yang sesuai denganuntutannya, pengetahuan, dan akhlak yang perlu dimiliki.<sup>16</sup>

Masa remaja yaitu masa transisi dan memerlukan orang tua sebagai peran penting yang perlu dimiliki dalam keluarganya karena untuk melakukan pendampingan dalam perkembangan psikologis yang dialami oleh seorang remaja sampai tercapai kedewasaan yang tepat mengikuti tahap perkembangan yang dilaluinya.<sup>17</sup> Masa peralihan biasa disebut pada remaja ini karena mereka beralih dari seorang anak menuju kepada masa dewasa yang terjadi pada usia di antara 12-21 tahun. Selama periode yang terjadi berbagai perubahan akan muncul baik dalam perubahan fisik, hormonal, sosial, maupun psikologis. Perubahan ini akan terjadi begitu cepat sehingga terkadang kita tidak menyadarinya.<sup>18</sup> Biasanya pada masa remaja ini mempunyai rasa ingin tahu yang tinggi hal ini membuat remaja ingin mencoba hal-hal baru dan ingin belajar sebagai bentuk upaya menemukan jati diri yang ada pada dirinya, sehingga mencapai kematangan pribadi. Remaja mempunyai perasaan ingin tahu dan minat kuat, disertai

---

<sup>16</sup> Miftahul Jannah, Remaja Dan Tugas-Tugas Perkembangannya Dalam Islam, *Jurnal Psikoislamedia*, Vol. 1, No. 1, 2016, hlm. 244.

<sup>17</sup> Wieke Fauziawati, Upaya Mereduksi Kebiasaan Bermain Game Online Melalui Teknik Diskusi Kelompok, *Psikopedagogia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 4, No. 2, 2015, hlm. 116.

<sup>18</sup> Koernia Nanda Pratama, Rusyanto, dan Imaniar Vitasari, Penerapan Hipnocaring Guna Mengatasi Kecanduan Game Online Yang Berlebihan Pada Remaja Di Desa Kebumen, Baturraden, *Journal Of Community Health Development*, Vol. 1, No. 1, 2020, hlm. 58.

dengan perubahan fisik dan psikis yang menimbulkan berbagai permasalahan dalam kehidupan remaja. Akhirnya remaja memiliki berbagai permasalahan yang dialami baik dalam kesehatan, pendidikan, dan lain sebagainya.<sup>19</sup>

Remaja yang dimaksud adalah remaja yang kecanduan *game online Mobile Legends* di Desa Karanglo RT 03 RW 03 Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas.

### 3. Kecanduan *Game Online Mobile Legends*

Kecanduan pada kamus psikologi merupakan suatu keadaan ketergantungan fisik kepada obat-obatan. Secara umum, kecanduan dapat diatasi dengan meningkatkan sikap toleransi pada saat pengobatan, mengurangi suatu ketergantungan terhadap sesuatu, dan meningkatkan isolasi sosial. Kata kecanduan sering digunakan dalam pengaturan klinis diartikan sebagai sesuatu yang berlebihan. Pada konsep kecanduan dapat dikaitkan dengan berbagai perilaku yang dilakukan termasuk pada kecanduan terhadap TIK. Pengertian kecanduan semakin berkembang kecanduan sekarang dapat diartikan tidak hanya untuk obat-obatan narkoba tetapi juga diartikan suatu kegiatan ataupun hal yang bisa menyebabkan seseorang menjadi ketergantungan baik di dalam kondisi fisik maupun psikologis yang dialami oleh seseorang.<sup>20</sup>

Dikutip dari Lestari Ayu mengatakan bahwa kecanduan adalah sebuah perasaan keinginan terhadap suatu hal yang sangat kuat seperti rasa kecanduan dalam menonton, bermain *game*, serta berbagai kecanduan lainnya. Kecanduan bisa diartikan ketika seseorang tidak bisa mengendalikan keinginannya dalam melakukan kegiatan atau hal yang

---

<sup>19</sup> Hairil Akbar, Penyuluhan Dampak Perilaku Kecanduan Game Online Terhadap Kesehatan Remaja di SMA Negeri 1 Kotamobagu, *Community Engagement & Emergence Journal*, Vol. 1, No. 2, 2020, hlm. 42-43.

<sup>20</sup> Eryzal Novrialdy, Kecanduan Game Online pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya, *Buletin Psikologi*, Vol. 27, No. 2, 2019, hlm. 150.

biasanya dilakukan akan memiliki efek fisik dan psikologis yang negatif pada individu tersebut.<sup>21</sup>

Organisasi kesehatan dunia mengartikan kecanduan *game online* ini tergolong pada penyakit internasional gangguan mental. Karena adanya tanda dari kurangnya kontrol pada permainan yang sedang dimainkannya dan mengesampingkan aktivitas lainnya. Kemudian perilaku ini berlanjut bahkan ketika itu berdampak negatif padanya.<sup>22</sup> Kecanduan dapat mengakibatkan hal negatif apabila tidak dihentikan. Penyebab dari kecanduan *game online* disebabkan dengan adanya *internet addictive disorder* atau teknologi internet.<sup>23</sup> Kecanduan *game internet* adalah masalah serius yang membutuhkan perhatian dan respons yang mengakibatkan munculnya efek negatif baik pada segi psikologis ataupun fisik yang dialami oleh seseorang. Orang yang mengalami kecanduan akan *game* ini biasanya merupakan pelarian dari kehidupan sosial seperti pelarian pada kehidupan yang terasa sulit pada kenyataan di dunianya, penilaian diri dan harga diri yang rendah, keterampilan komunikasi yang buruk, dan tenggelam dalam *game* sehingga lupa akan dunia nyata yang dilaluinya.<sup>24</sup>

*Game online* adalah manifestasi dari perkembangan pesat jaringan yang ada di komputer kemudian telah berkembang dari jaringan area lokal kecil di masa lalu menuju ke internet masa kini. *Game online* merupakan sebuah permainan menggunakan teknologi dan terhubung dengan jaringan internet.<sup>25</sup> Dikutip dari Syazira *game online* ini bisa dimainkan dengan

---

<sup>21</sup> Lestari Ayu, Interaksi Sosial dan Konsep Diri dengan Kecanduan Game Online Pada Dewasa Awal, *Jurnal Psikologi Indonesia*, Vol. 5, No. 02, Mei 2016, hlm. 167-173.

<sup>22</sup> Eryzal Novrialdy, Kecanduan Game Online pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya, *Buletin Psikologi*, Vol. 27, No. 2, 2019, hlm. 150.

<sup>23</sup> Mimi Ulfa, Pengaruh Kecanduan Game Online Terhadap Perilaku Remaja Di Mabes Game Center Jalan HR. Subrantas Kecamatan Tampan Pecan Baru, *Jurnal JOM FISIP*, Vol. 4, No. 1, Februari 2017, hlm. 4.

<sup>24</sup> Sri Lutfiwati, Memahami Kecanduan Game Online Melalui Pendekatan Neurobiologi, *Anfusina*, Vol. 1, No. 1, 2018, hlm. 13.

<sup>25</sup> Wieke Fauziawati, Upaya Mereduksi Kebiasaan Bermain Game Online Melalui Teknik Diskusi Kelompok, *Psikopedagogia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 4, No. 2, 2015, hlm. 117.

banyak orang dan terhubung dengan jaringan internet.<sup>26</sup> *Game online* merupakan *game* yang dimainkan oleh banyak pemain karena pemainnya memiliki akses yang mudah dengan menggunakan mesin dan terhubung melalui jaringan. *Game online* ini tidak hanya suatu hiburan tetapi juga *game online* ini memiliki suatu tantangan menarik atau misi yang perlu diselesaikan, hal ini membuat seseorang bermain tanpa memandang waktu dan hanya untuk kepuasan untuk menang. Karenanya seseorang yang bermain *game* juga bisa menyebabkan seseorang mengalami kecanduan dalam bermain *game*.<sup>27</sup> *Mobile legends* sendiri dikembangkan serta diterbitkan monoton developer. *Game* ini dimainkan oleh 2 tim yang terdiri dari 10 orang. Pada permainan ini mereka saling menghancurkan dan mempertahankan benteng dengan durasi 15 menit per ronde yang dimainkannya.

Kecanduan *game online Mobile Legends* yang dimaksud adalah sikap ketergantungan terhadap sesuatu kemudian *game online Mobile Legends* sendiri adalah *game* bermedia internet yang dimainkan oleh 2 tim yang berjumlah 5 orang pada masing-masing tim dengan durasi permainan sekitar 15 menit yang dimainkan dengan tujuan untuk saling menghancurkan benteng satu sama lain. Mereka yang bermain *game online Mobile Legends* sampai kecanduan dapat menyebabkan beberapa dampak negatif pada dirinya.

### C. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan latar belakang masalah, dapat ditarik rumusan masalah di penelitian ini sebagai berikut :

Bagaimana Dzikir 113 dan *Ngumbar Rasa* Sebagai Terapi Kecanduan *Game Online Mobile Legends* Pada Remaja di Desa Karanglo RT 03 RW 03, Kecamatan Cilongok, Kabupaten Banyumas?

---

<sup>26</sup> Syazira Nira Sandya dan Ayunda Ramadhani, Pengaruh Intensitas Bermain Game Online Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa, *Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol. 9, No. 1, Maret 2021, hlm. 204.

<sup>27</sup> Agustinus Nilwan, *Pemrograman Animasi dan Game Profesional*, (Jakarta: elex media Komputondo, 2007), hlm. 75

#### **D. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian yang akan dilakukan adalah untuk mengetahui dzikir 113 dan *ngumbar rasa* sebagai terapi kecanduan *Game Online Mobile Legends* pada remaja di Desa Karanglo RT 03 RW 03, Kecamatan Cilongok, Kabupaten Banyumas.

#### **E. Manfaat Penelitian**

Dalam melakukan penelitian di harapkan dapat memberi manfaat baik untuk penulis ataupun berbagai pihak yang terkait. Adapun manfaatnya yaitu:

##### 1. Manfaat Teoretis

- a. Penelitian ini bisa menjadi sumber referensi pada penelitian lebih lanjut tentang proses dzikir sebagai terapi yang dilakukan untuk mengatasi kecanduan *game online*.
- b. Memberikan pemahaman ilmu pengetahuan tentang dzikir sebagai terapi yang dilakukan dalam menangani pecandu *game online*.
- c. Memperluas pengetahuan khususnya untuk penulis dan pembaca terhadap dzikir sebagai terapi untuk mengurangi masalah atau gangguan yang dialami oleh pecandu *game online*.

##### 2. Manfaat Praktis

- a. Untuk remaja, untuk mengurangi atau menghilangkan kecanduan *game online* yang dialami.
- b. Bagi konselor dan terapis lainnya, diharapkan dapat menjadi rujukan bagaimana cara dzikir untuk menangani remaja yang mempunyai masalah kecanduan *game online*.
- c. Bagi peneliti, diharapkan dapat menjadikan sebuah pemahaman baru dalam bidang yang di kaji.
- d. Bagi lembaga, untuk menjadi bahan pustaka UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto dalam bidang Bimbingan Konseling Islam.

#### **F. Kajian Pustaka**

Pada penyusunan skripsi ini, penulis mengutip pendapat para ahli serta tumpuan hasil dari penelitian terdahulu yang dilakukan oleh pihak lain sebagai

rujukan penulis dalam mengembangkan materi ini dan menghindari adanya kesamaan dalam penelitian lain di antaranya :

Pertama, penelitian yang dilakukan oleh Ida Mardotillah Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten Tahun 2019 dengan skripsinya yang berjudul "*Teknik Aversi Dalam Mengatasi Remaja Pecandu Game Online (Studi Kasus Di Warnet F1 Kelurahan Sumur Pecung Kota Serang)*". Pada penelitian ini metode yang dilakukan dalam menangani remaja yang kecanduan *game online* dengan teknik aversi. Teknik aversi yang dilakukan yaitu dengan *asesmen* menentukan tujuan, implementasi teknik, dan evaluasi. Teknik aversi tersebut membuat seseorang berhenti bermain *game online* akan tetapi ada beberapa remaja yang masih mencoba mengurangi bermain *game online* tersebut.<sup>28</sup>

Pada penelitian ini menghasilkan bahwa teknik aversi dalam mengatasi permasalahan ini bisa memberikan pengurangan dalam permainan *game online* dan bahkan membuat seseorang bisa berhenti dalam melakukan permainan *game online*. Persamaan penelitian ini yaitu membahas tentang pengobatan atau upaya yang dilakukan dalam mengatasi kecanduan *game online*. Perbedaannya adalah penelitian yang dilakukan menggunakan Teknik aversi sedangkan penelitian yang akan dilakukan adalah dengan menggunakan dzikir 113 dan *ngumbar rasa* yang terdapat unsur Islam di dalamnya.

Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Didik Gunawan dengan jurnal bimbingan dan konseling volume 05 nomor 02 tahun 2018 dengan judul "*Penerapan Konseling Behavioral Teknik Modeling Untuk Mengatasi Kecanduan Game Online Pada Anak Usia 10 Tahun*". Pada jurnal tersebut membahas tentang akibat dari kecanduan atau pecandu *game online* adalah munculnya perilaku maladaptif seperti rasa malas, suka berbohong, dan perkelahian akibat *game online*. Kemudian konseling behavioral dilakukan dengan teknik modeling berbentuk video. Video yang diberikan berupa

---

<sup>28</sup> Ida Mardotillah, Teknik Aversi Dalam Mengatasi Remaja Pecandu Game Online (Studi Kasus Di Warnet F1 Kelurahan Sumur Pecung Kota Serang, *Skripsi* (Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin, 2018), hlm. 56-57.

pengetahuan baru yang bertujuan untuk mengubah perilaku maladaptif menjadi adaptif. Perubahan yang terjadi muncul secara bertahap.<sup>29</sup>

Pada penelitian ini menghasilkan bahwa konseling behavioral dengan teknik modeling yang berbentuk video ini dapat mengubah perilaku seseorang yang mengalami kecanduan *game online* meski secara bertahap. Persamaan penelitian ini yaitu membahas tentang pengobatan atau upaya yang dilakukan dalam mengatasi kecanduan *game online*. Perbedaannya adalah penelitian yang dilakukan menggunakan Teknik modeling yang berbentuk video sedangkan penelitian yang akan dilakukan adalah dengan menggunakan dzikir 113 dan *ngumbar rasa*.

Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh Hardi Prasetiawan dengan judul jurnal “*Konseling Teman Sebaya (Peer Counseling) Untuk Mereduksi Kecanduan Game Online*”. Pada jurnal tersebut menjelaskan bahwa penyebab dari kecanduan *game online* yang dialami oleh seorang remaja adalah mudah memiliki sifat amarah, jarang berkomunikasi dengan seseorang, dan tertutup. Konseling teman sebaya dipercaya dapat memberikan dampak positif karena mereka dapat saling mengerti dan bertukar pengalaman yang lebih efektif. Kemudian pada konseling yang dilakukan juga harus didampingi oleh seorang ahli.<sup>30</sup>

Pada penelitian ini menghasilkan bahwa konseling teman sebaya dapat memberi dampak positif pada seseorang yang kecanduan *game online* karena seseorang lebih terbuka disebabkan mereka seumurannya akan tetapi tetap harus dalam pengawasan seorang ahli. Persamaan penelitian ini yaitu membahas tentang pengobatan atau upaya yang dilakukan untuk pecandu *game online*. Perbedaannya adalah penelitian yang dilakukan menggunakan konseling teman sebaya sedangkan penelitian yang akan dilakukan adalah dengan menggunakan dzikir dengan lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT.

---

<sup>29</sup> Didik Gunawan, Penerapan Konseling Behavioral Teknik Modelling Untuk Mengatasi Kecanduan Game Online Pada Anak Usia 10 Tahun, *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 05. No. 02, 2018, hlm. 116.

<sup>30</sup> Hardi Prasetiawan, Konseling Teman Sebaya (Peer Counseling) Untuk Mereduksi Kecanduan Game Online, *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 06, No. 01, 2016. hlm. 10.

Keempat, penelitian yang dilakukan oleh Zalika Kurniati Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung tahun 2018 dengan skripsinya yang berjudul “*Dzikir Sebagai Terapi Penyembuhan Gangguan Jiwa Dalam Perspektif Imam Al-Ghazali*”. Pada skripsi ini membahas tentang dzikir yang digunakan untuk menyembuhkan gangguan jiwa. Hal ini dikarenakan dengan berdzikir membuat hati menjadi tenang karena senantiasa bersyukur dan dekat dengan Allah SWT. Sehingga semua masalah baik itu urusan dunia yang menyebabkan kegelisahan hati, tekanan hidup, masalah yang sulit untuk diatasi, dan masalah yang membuat frustrasi akan dapat teratasi dengan berdzikir.<sup>31</sup>

Pada penelitian ini menghasilkan bahwa dzikir ini dapat mengatasi gangguan jiwa seperti masalah hidup, frustrasi, dan lainnya. Persamaan penelitian ini yaitu membahas tentang dzikir sebagai terapi untuk proses penyembuhan. Perbedaannya yaitu pada penelitian ini dzikir untuk mengatasi gangguan kejiwaan sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan dzikir ini digunakan untuk mengatasi kecanduan *game online Mobile Legends*.

Kelima, penelitian yang dilakukan oleh Esya Heryana, dkk. Di dalam jurnal riset agama volume 2 nomor 1 tahun 2022 dengan judul “*Konsep Zikir dalam Al-Qur’an sebagai Terapi Gangguan Bipolar*”. Pada jurnal tersebut membahas tentang dzikir yang digunakan untuk mengatasi gangguan bipolar, di mana dengan dzikir ini membawa ketenteraman jiwa yang dapat membuat pikiran menjadi jernih sehingga perasaan yang mudah berubah bagi orang yang mengalami bipolar dapat terkontrol.<sup>32</sup>

Pada penelitian ini menghasilkan bahwa dzikir ini dapat mengatasi seseorang yang mengalami gangguan bipolar karena bisa mengontrol perasaannya. Persamaan penelitian ini yaitu membahas tentang dzikir sebagai terapi untuk proses penyembuhan. Perbedaannya yaitu pada penelitian ini dzikir untuk mengatasi gangguan bipolar sedangkan pada penelitian yang akan

---

<sup>31</sup> Zalika Kurniati, *Dzikir Sebagai Terapi Penyembuhan Gangguan Jiwa Dalam Perspektif Imam Al-Ghazali, Skripsi* (Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2018), hlm. 99-100.

<sup>32</sup> Esya Heryana, dkk, *Konsep Zikir dalam Al-Qur’an sebagai Terapi Gangguan Bipolar, Jurnal Riset Agama, Vol. 2, No. 1, April 2022.* hlm 66.

dilakukan dzikir ini digunakan untuk mengatasi kecanduan *game online Mobile Legends*.

Dari kajian pustaka yang telah di jelaskan dapat diketahui bahwa penelitian yang akan dilakukan oleh penulis itu akan mengkaji menggunakan dua tema pertama tentang dzikir sebagai terapi dan yang kedua itu tentang kecanduan *game online*. Pada penelitian ini bertujuan untuk menambah khazanah ilmu pengetahuan tentang dzikir sebagai terapi dan penanganan kecanduan *game online*.

#### **G. Sistematika Pembahasan**

Supaya mendapatkan gambaran secara keseluruhan dari skripsi ini, maka dijelaskan sistematika penulisan penelitian ini terdapat 5 BAB yaitu :

##### **BAB I Pendahuluan**

Memberikan penjelasan tentang masalah yang akan dibahas dengan tujuan memberi gambaran permasalahan yang memiliki fungsi sebagai landasan dalam penelitian. Terdiri dari Latar Belakang Masalah, Penegasan Istilah, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian, Kajian Pustaka, dan Sistematika Pembahasan.

##### **BAB II Kajian Teori**

Memberikan rincian kajian teori yang terdiri dari Dzikir, Remaja, dan Kecanduan *Game Online Mobile Legends*.

##### **BAB III Metode Penelitian**

Di dalam bab ini terdapat Pendekatan dan Jenis Penelitian, Tempat dan Waktu Penelitian, Subjek dan Objek Penelitian, Sumber Data, Metode Pengumpulan Data, dan Metode Analisis Data.

##### **BAB IV Penyajian Data Dan Analisis Data**

Hasil dari penelitian yang berisi Gambaran Umum Lokasi, Gambaran Umum Subjek, Penyajian Data, dan Analisis Data.

##### **BAB V Penutup**

Di dalam bab ini terdapat Kesimpulan, Saran dan Kata Penutup.

## BAB II

### KAJIAN TEORI

#### A. Dzikir

##### 1. Pengertian Dzikir

Menurut etimologi dzikir memiliki asal kata bahasa arab yaitu *dzakara*, *yadzakuru*, *dikran* dan berarti suatu perbuatan berbicara melalui lisan (menuturkan dan mengatakan) serta (mengingat dan menyebut) melalui hati yang tulus. Kemudian dari segi terminologi, dzikir merupakan suatu penguatan dan praktik spiritual dengan rancangan supaya mengungkapkan keberadaan Allah SWT sambil membayangkan wujudnya atau diartikan metode untuk mencapai konsentrasi mental dengan mengulang-ulang nama Allah SWT sehingga memperoleh ketenangan. Sedangkan Aboe Bakar Atjeh dikutip dari Agus Riyadi mengartikan dzikir sebagai berbicara menggunakan lidah dan mengingat Allah SWT menggunakan hati, menyucikan Allah SWT menggunakan kata-kata baik serta membersihkan sifat-sifat tidak baik, kemudian menyanjung dengan sifat-sifat yang sempurna dengan pujian dan sanjungan, menunjukkan kebesaran dan kualitas kemurniannya.<sup>33</sup> Dzikir merupakan suatu upaya yang dilakukan oleh manusia agar lebih dekat terhadap Allah SWT dengan melakukan berbagai upaya seperti mengingat kebesarannya. Dikutip dari kamus tasawuf dijelaskan bahwa dzikir adalah sebuah kata yang bisa menjadi suatu upaya yang dilakukan untuk memusatkan pikiran manusia kepada Allah SWT selain itu juga dzikir adalah sebuah langkah awal bagi seseorang yang ingin menuju jalan Allah SWT.<sup>34</sup>

Dzikir merupakan salah satu cara untuk meningkatkan akhlak yang baik. Selain itu dengan berdzikir dapat membuat seseorang bisa memiliki sifat yang tasawuf. Hal yang di maksudkan adalah seseorang yang bersifat

---

<sup>33</sup> Agus Riyadi, Zikir dalam al-Qur'an sebagai Terapi Psikoneurotik (Analisis terhadap Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam), *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, Vol. 4, No. 1, Juni 2013, hlm. 36-37.

<sup>34</sup> Solihin dan Rosihon Anwar, *Kamus Tasawuf*, (Bandung: PT. Remaja Rosda Karya, 2002), hlm. 36.

tasawuf biasanya akan melatih dirinya untuk menjauh dari segala sifat kotor untuk menjaga dirinya agar selalu tetap bersih hatinya. Tasawuf merupakan suatu perbuatan menyucikan hati cara untuk menyucikan hati seseorang bisa dengan berdzikir. Tasawuf juga bisa membuat seseorang dekat dengan Allah SWT seperti halnya dengan berdzikir.<sup>35</sup>

Kehidupan spiritual yang dihiasi dengan kegiatan dzikir membuat manusia terhindar dari maksiat batin karena segala perbuatannya serasa diawasi oleh Allah SWT yang maha mengetahui dan maha melihat. Dzikir adalah cara untuk menjadi lebih dekat atau mendekatkan diri kepada Allah SWT. Dzikir adalah salah satu obat ampuh untuk menghilangkan penyakit hati. Dengan dzikir membuat hilanglah segala bentuk kegelisahan yang ada dalam pikiran karena pikiran disibukkan dengan mengingat Allah SWT yang memiliki kekuasaan tertinggi dalam kehidupan manusia. Bagi klien yang sakit, dzikir merupakan media yang dapat memusatkan hati, emosi, dan pikiran klien untuk menciptakan komunikasi antara dirinya dengan tuhan-Nya. Dengan memahami dan menghayati kalimat-kalimat yang dibacakan klien saat berdzikir akan membuat klien memiliki rasa percaya diri yang bertambah, iman bertambah kuat, harapan bertambah dan membuat hati tenang dan tenteram.<sup>36</sup>

Kata terapi dalam KBI adalah *therapy* artinya mengobati. Pada kamus konseling terapi adalah suatu proses terepeutik umum yang biasanya digunakan pada bidang medis serta digunakan juga dengan bergantian dalam proses psikoterapi maupun konseling. Terlepas dari yang dijelaskan pada kamus lengkap psikologi sendiri mengartikan, terapi adalah suatu bentuk penyembuhan suatu penyakit.<sup>37</sup>

Sedangkan psikoterapi adalah suatu bentuk pengobatan jiwa melalui kebatinan atau bisa juga menggunakan metode konseling untuk pengobatan

---

<sup>35</sup> Muh Hikamudin Suyuti, *Buku Ajar Akhlak Tasawuf*. (Klaten: Penerbit Lakeisha, 2021), hlm 3-5.

<sup>36</sup> Abdul Basit, *Konseling Islam*, (Depok: Kencana, 2017), hlm 188-189.

<sup>37</sup> Dimas Rahman Rizkian. Terapi bawang putih untuk sakit gigi (studi pada bapak sururi kecamatan kemranjen kabupaten banyumas), *skripsi*. (Purwokerto: IAIN Purwokerto, 2018), hlm. 53.

dengan teknik khusus untuk mengatasi masalah yang muncul pada kehidupan sehari-hari dan bahkan penyakit jiwa. Dapat juga dikatakan bahwa terapi ini dilakukan oleh spesialis ustadz, konselor, dan guru yang dilakukan dengan berdasarkan pada keyakinan yang dimiliki. Selain itu psikoterapi dianggap sebagai sebuah metode perawatan dengan penggunaan alat psikologis untuk mengatasi masalah yang timbul dari kehidupan emosional, seorang spesialis psikoterapi juga mencoba mengembangkan suatu kedekatan secara profesional dengan seseorang klien yang bertujuan untuk menghilangkan dan mengurangi gejala pada dirinya, memperbaiki perilaku yang mengganggu dan mengembangkan suatu perkembangan kepribadian yang lebih positif.

Oleh karena itu, psikoterapi ini tidak dapat dipisahkan pada bimbingan konseling seorang manusia ini pada dasarnya tidak dapat lepas pada yang namanya masalah, seperti masalah kecil yang dapat diselesaikan sendiri ataupun masalah yang besar yang tidak bisa diselesaikan tanpa bantuan orang lain. Permasalahan tersebut tidak bisa lepas tanpa bimbingan orang lain seperti peran pembimbing yang *professional*, ustadz, dan guru profesional.<sup>38</sup>

Dzikir sebagai terapi adalah upaya pengobatan yang dilakukan dengan mengingat Allah SWT melalui dzikir atau dapat dikatakan sebagai salah satu pilar dari tarekat yang paling kokoh sebagai jalan menuju Tuhan yang Maha Esa. Menurut Al-Ghazali jika pikiran di sucikan dari dunia dan dzikir berhasil dilakukan maka kemudian tidak ada selain Allah SWT kemudian penghayatan diarahkan hanya untuk Allah SWT sehingga tidak ada perhatian pada lingkungan alam karena perhatian beralih ke jiwa dan ketika melakukan dzikir dengan konsentrasi penuh dan berhasil, individu akan mendapat atau menerima cahaya ilahi dengan mata hatinya sehingga

---

<sup>38</sup> Lahmudin, Psikoterapi Dalam Perspektif Bimbingan Konseling Islam, *Jurnal MIQOT*, Vol. XXXVI, No. 2, Juli-Desember 2015, hlm. 393.

dia dapat menjalani hal yang gaib, dapat mengetahui apa yang telah terjadi dan *ngerti sedurunge wanirah*.<sup>39</sup>

Dengan melakukan dzikir secara tekun dapat membuat dirinya berkeinginan untuk sembuh, berkeinginan untuk memperbaiki dirinya, berkeinginan untuk meningkatkan ibadah, dan menghindari diri dari perbuatan yang tercela. Meskipun dengan adanya dzikir ini dapat meningkatkan kemampuan spiritual yang memiliki fungsi dari terepeutik dalam kondisi fisik, psikis, maupun sosialnya. Akan tetapi perlu tetap diperhatikan dalam pelaksanaan dzikir tergantung pada kondisi kemampuan individu dan terapis dalam melakukan terapi perlu dengan kehati-hatian.<sup>40</sup>

Dengan demikian dapat dikatakan bahwa dzikir sebagai terapi adalah sebuah cara untuk menyembuhkan sesuatu atau sebuah pengobatan dengan cara mengingat Allah SWT. Dengan melakukan dzikir ini diharapkan dapat membantu permasalahan yang sedang dihadapi oleh seseorang. Karena dengan berzikir ini dapat memberikan ketenteraman hati, menstabilkan emosi dan memfokuskan pikirannya.

## 2. Bentuk Dzikir

Dikutip dari buku Samsul Munir Amin ada tiga bentuk dzikir di antaranya :

- a. *Dzikir Jali* adalah tindakan memuliakan Allah SWT dalam bentuk lisan, ini berarti rasa syukur, pujian, dan doa yang dipanjatkan kepada Allah SWT. Dzikir ini mengutamakan suara lebih jelas yang bisa menjadi penggerak di dalam hati manusia. Pada awalnya dzikir yang dilakukan diungkapkan secara lisan dan tidak dilakukan dengan hati. Hal ini dilakukan oleh orang biasa atau kebanyakan orang. Untuk menyadarkan hatinya dengan kata-kata dzikir yang diucapkan.

---

<sup>39</sup> Hemmy Heryati Anward, Dzikirullah: Suatu Transcendental Being dan Terapi, *Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi*, Vol. 6, No. 2, 2002, hlm. 110-111.

<sup>40</sup> Hemmy Heryati Anward, Dzikirullah: Suatu Transcendental Being dan Terapi, *Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi*, Vol. 6, No. 2, 2002, hlm. 119-120.

- b. *Dzikir Khafi* merupakan dzikir yang dilakukan dengan sungguh-sungguh dengan hati, baik diikuti oleh dzikir lisan maupun tidak dengan lisan. Seseorang yang bisa berdzikir menggunakan metode ini akan merasa dirinya selalu memiliki hubungan dengan Allah SWT di hati mereka. Mereka akan bisa merasakan adanya Allah SWT di mana pun dan kapan pun. Dalam dunia sufi, ada pepatah yang mengatakan bahwa ketika seorang sufi melihat suatu objek dia tidak melihat objek tersebut kecuali Allah SWT.
- c. *Dzikir Haqiqi* merupakan dzikir dengan segenap jiwa dan raga, lahir dan batin, di mana pun dan kapan pun berupaya untuk menjaga jiwa dan raga agar terhindar dari larangan-Nya dan menjalankan perintah-Nya. Serta tidak ada yang di ingat kecuali Allah SWT. Supaya bisa pada tingkatan dzikir ini membutuhkan pelatihan dari *dzikir jail* dan *dzikir khafi*.<sup>41</sup>

Bentuk dzikir berdasarkan proses pelaksanaannya adalah :

- a. *Dzikir bil'amal* merupakan semua aktivitas atau perbuatan yang selalu mengingat Allah SWT. Misalnya saja seseorang yang menghindari perbuatan tidak baik seperti menyontek, mencuri dan lainnya karena tahu bahwa sesungguhnya Allah SWT selalu mengawasi kita di mana pun kita berada.
- b. *Dzikir 'aqliyah* merupakan dzikir yang dilakukan dengan memusatkan pikiran. Dzikir ini juga bisa dikatakan dzikir *tafakkur* atau memikirkan dan *tadabur* atau merenungkan.
- c. *Dzikir qalbi* merupakan dzikir dengan hati, ada yang mengatakan dzikir ini membuat seseorang lebih ikhlas dan bisa mendapatkan pahala 70 kali lipat dibandingkan dengan dzikir menggunakan lisan. Dzikir ini juga membuat seseorang untuk selalu mengingat Allah SWT.

---

<sup>41</sup> Samsul Munir Amin, *Energi Dzikir*, (Jakarta: Bumiaksara, 2008), hlm. 14.

- d. *Dzikir bil lisan* merupakan dzikir yang dilakukan dengan suara yang memiliki tujuan untuk mengingat Allah SWT. Misalnya adalah dzikir yang dilakukan sesudah salat fardu.<sup>42</sup>

Menurut teori Subandi. Ia mengusulkan beberapa metode dan teknik terapi yang dibagi menjadi beberapa tahapan yaitu satu tahap *takhali*, yang tujuannya untuk menyembuhkan dan menyucikan diri dari segala penyebab berbagai penyakit hati dan dosa yang menjadikan seseorang merasakan kecemasan. Dua tahap *tahali* adalah tahap mengembangkan sifat-sifat yang baik dan terpuji serta berbagai sifat yang perlu dibuang ketika sudah disucikan setelah tahap kesatu. Teknik yang bisa diterapkan pada tahap ini yaitu dengan teknik penghayatan *Asmaul Husna*, teknik meneladani sifat para nabi, dan teknik pengembangan *hablum minannas*. Tiga tahap *tajali*, tahap peningkatan hubungan dengan Allah SWT dengan cara menjadikan ibadah tidak hanya sekedar ritual tetapi harus bersifat spiritual. Selain itu juga tahap ini disebut tahap terpancarnya cahaya *nur gaib*.<sup>43</sup>

### 3. Manfaat dan Fungsi Dzikir Sebagai Terapi

Manfaat dzikir dalam psikologis sebagai berikut :

- a. Dzikir merupakan salah satu relaksasi. Relaksasi ini bukan untuk mengendurkan otot-otot, melainkan mengulang kalimat-kalimat tertentu dalam ritme yang teratur. Disertai dengan sikap ketaatan kepada nama-nama lain dari Allah SWT. Ungkapan yang digunakan bisa berupa nama Allah SWT atau suatu kata yang berkonotasi menenangkan. Membaca dzikir dengan penuh keyakinan akan cinta, perlindungan, dan sifat-sifat baik lainnya akan menciptakan rasa tenang dan aman.

---

<sup>42</sup> Ahmad Bangun dan Rayani H. S, *Akhlaq Tasawuf*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2003), hlm. 76-77.

<sup>43</sup> Ratna Dewi, Konsep Zuhud Pada Ajaran Tasawuf Dalam Kehidupan Santri Pada Pondok Pesantren, *Jurnal Dakwah dan Pengembangan Sosial Kemanusiaan*, Vol. 12, No. 2, 2021, hlm. 135-136.

- b. Dzikir merupakan suatu media untuk melepaskan emosi ke dalam alam sadar diri seseorang atau katarsis. Dzikir dikaitkan dengan doa merupakan pengobat hati oleh karena itu dzikir biasanya dilakukan dengan hati yang tulus.
- c. Dzikir sebagai harapan kepada Allah SWT. Dzikir ini bisa menjadikan seseorang untuk berprasangka baik kepada Allah SWT. Seseorang akan percaya bahwa Allah SWT pasti akan memberi jalan dan kemudahan bagi hamba-Nya untuk semua urusan dan masalah yang dihadapinya.
- d. Dzikir sebagai bentuk beriman kepada Allah SWT. Apabila melakukan dzikir akan merasa tenang. Kemudian akan selalu bahagia dan kanaah kepada apa yang telah Allah SWT berikan.<sup>44</sup>

Dapat dikatakan dari penjelasan di atas bahwa dzikir ini dapat menjadikan seseorang berpikir positif, lebih sabar, tenang, dapat mengontrol pengendalian diri, dan lebih berbahagia. Selain itu manfaat berdzikir bagi kehidupan yaitu :

- a. Dengan berdzikir dapat memperkuat iman seseorang. Ketika seseorang memiliki iman kuat menjadikan seseorang untuk ingat akan adanya Allah SWT.
- b. Dengan berdzikir dapat terhindar terhadap bahaya. Karena pada dasarnya dalam kehidupan di dunia ini manusia tidak pernah tahu kapan bahaya itu datang, jadi sebagai manusia kita hendaknya selalu berdzikir dan berdoa agar dijauhkan dari bahaya yang bisa menimpanya. Seperti halnya kita bisa menjadikan pelajaran atas peristiwa yang dialami oleh Nabi Yunus AS yang ditelan oleh ikan yang berdzikir dengan *la ilaha illa anta subhanaka inni kuntu minadh dhalimin* (QS. Al-Anbiya' : 27). Dengan dzikir dan doa yang dilakukan dapat membuat nabi Yunus AS dapat keluar dari dalam perut ikan dengan selamat.

---

<sup>44</sup> Siti Muslimah, *Terapi Dzikir Dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Pada Santri Di Pondok Modern Nurul Hidayah Pasiran Bantan Bengkalis*, Skripsi (UIN Suska Riau, 2020), hlm. 10-11.

- c. Dzikir merupakan sebuah terapi yang banyak membawa manfaat dan juga sebagai obat hati.
- d. Dzikir dapat meningkatkan akhlak seseorang. Seperti yang diketahui bahwa sekarang ini akhlak pada diri semakin melemah. Karenanya diperlukan dzikir dengan berdzikir ini dapat meningkatkan iman yang merupakan sumber dari akhlak.<sup>45</sup>

Dikutip dari buku yang ditulis Gusti Abdurrahman mengatakan Hamdani Bahran Adz-Zaki menulis fungsi dari terapi yaitu pertama fungsi pemahaman berarti bahwa manusia diciptakan untuk memiliki masalah dalam kehidupan dan memiliki solusi. Kedua mereka memiliki fungsi pendidikan yang berarti kualitas sumber daya manusia yaitu hal-hal yang tidak diketahui menjadi diketahui dan mengetahui hal yang buruk sehingga menjadi baik. Ketiga fungsi *preventif* yaitu memberikan pemahaman bagi manusia untuk menerapkan ilmu agar tidak merugikan diri sendiri dan orang lain. Keempat fungsi penyembuhan adalah membantu manusia untuk menangani perawatan penyakit dan mengobati penyakit. Kelima fungsi pembersihan dan penyucian adalah untuk menyucikan atau membersihkan diri dari dosa-dosa yang dilakukan oleh manusia.<sup>46</sup>

#### 4. Tujuan Dzikir Sebagai Terapi

Dzikir adalah upaya mendekatkan diri kepada Allah SWT sehingga menyebabkan kuatnya iman dan kecintaan terhadap Allah SWT. Tujuan dari dzikir adalah jiwa yang tenang, kemantapan dan ketenangan batin, dan memberikan semangat. Tujuan ini seperti yang ada di dalam QS. Ar Ra'd ayat 28 yang berbunyi :

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾

(الرعد : 28)

<sup>45</sup> Amin Syukur dkk, *Paket Pelatihan Seni Menata Hati (SMH) LEMBKOTA*, (Semarang: CV. Bima Sakti, 2006), hlm. 36.

<sup>46</sup> Gusti Abdurrahman, *Terapi Sufistik untuk Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*, (Yogyakarta: Aswaja Pressindo. 2010), hlm. 53-54.

Artinya : (Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, bahwa hanya dengan mengingat Allah hati akan selalu tenteram.  
(QS. Ar-Ra'd : 28)<sup>47</sup>

Sedangkan pendapat dari M. Zain Abdullah dzikir sendiri memiliki tujuan agar diri lebih dekat terhadap Allah SWT sehingga mendapat ridanya.<sup>48</sup> Kemudian tujuan dzikir yang dikutip dari jurnal yang ditulis oleh Intan Mega, dkk adalah untuk menyucikan hati serta jiwa, dapat memberi kesehatan bagi tubuh, lebih bersyukur terhadap semua hal yang telah Allah SWT berikan dan upaya untuk mengendalikan diri dari hawa nafsu.<sup>49</sup> Selain itu tujuan dzikir juga bisa mengetahui waktu yang diperlukan pada klien yang memiliki masalah gangguan psikis, dapat memberikan kekuatan mental dan konsep diri yang dimiliki oleh seorang klien, memberikan efek positif yang bisa menurunkan tingkat stres yang dialami oleh klien, dan bisa menjadikan hati klien merasa lebih tenang dan damai.<sup>50</sup>

Tujuan dari psikoterapi untuk membantu individu menangani masalah emosional melalui modifikasi tingkah laku, emosi, dan pikiran sehingga mampu mengembangkan potensi diri untuk menangani masalah psikis yang dialaminya.<sup>51</sup> Selain itu psikoterapi juga bertujuan untuk mendapatkan tingkah laku baru untuk menghilangkan tingkah laku yang tidak diinginkan. Di dalam Islam psikoterapi bertujuan untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT dengan cara memperbaiki diri atau membersihkan diri.<sup>52</sup>

---

<sup>47</sup> Kementerian Agama RI, *Kementerian Agama Republik Indonesia Badan Penelitian dan Pengembangan dan Pendidikan Pelatihan Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an*, (Jakarta: Kementerian RI, 2019).

<sup>48</sup> M. Zain Abdullah, *Zikir dan Tasawuf*, (Surakarta: Qaula Smart Media, 2007), hlm. 87.

<sup>49</sup> Intan Mega Putri P, dkk, Penerapan Terapi Psikoreligius Dzikir Untuk Mengontrol Halusinasi Pada Pasien Gsp : Halusinasi Pendengaran, *Jurnal Cendikia Muda*, Vol. 1, No. 2, Juni 2022, hlm. 278.

<sup>50</sup> Miftakurrosyidin dan Maulidita K. W, Penerapan Terapi Dzikir Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Hipertensi Di Desa Baleadi, *Jurnal NERS Widya Husada*, Vol. 9, No. 2, 2022, hlm. 4.

<sup>51</sup> Ashadi Cahyadi, Psikoterapi Dalam Pandangan Islam, *El-Fakar : Jurnal Pemikiran Keislaman dan Tafsir Hadis*, Vol. 5, No. 2, Juli-Desember 2016, hlm. 1.

<sup>52</sup> Ros Mayasari, Islam dan Psikoterapi, *Al – Munzir*, Vol. 6, No. 2, November 2013, hlm. 253.

## 5. Hubungan Dzikir Sebagai Terapi Dengan Konseling

Dzikir sebagai terapi mengandung unsur psikoterapi dalam kesehatan jiwa. Saat berdzikir membuat seseorang introspeksi diri pada kenyataan yang sebenarnya untuk lebih baik karena melihat kesalahan pada dirinya atau bisa dikatakan dengan bermunasabah diri. Selain itu dzikir dengan mengagungkan Allah SWT dan meresapi kecilnya kita di hadapan Allah SWT. Kesehatan mental dan fisik juga dapat terpengaruh oleh dzikir karena mempunyai kekuatan spiritual yang dapat meningkatkan kepercayaan dalam diri dan menumbuhkan sikap optimis.

Dzikir adalah jenis terapi dengan mengosongkan ego atau pikiran seperti pengalihan yang berpikir untuk bermain *game online* secara terus-menerus diisi dengan pikiran positif mengingat Allah SWT. Selain itu ada juga yang mengatakan terdapat aspek terapeutik dengan wujud *auto sugesti* yang ada dalam dzikir. *Auto sugesti* itu sendiri merupakan pengaruh dari stimulus kepercayaan yang timbul pada diri sendiri, sehingga dapat memengaruhi pikiran serta tindakannya. Seperti ketika kita memberikan pikiran positif lain bahwa bermain *game* itu membuang-buang waktu dan dapat diganti dengan belajar sehingga kita mendapat nilai yang bagus. Selain itu juga mengisi pikiran positif lain memberikan sugesti bahwa ada hal yang lebih positif lainnya daripada bermain *game online*.

Dalam teknik dzikir ada yang berupa membacakan lafal yang diucapkan dengan bilangan tertentu. Metode pengulangan lafal yang diucapkan ini memberikan efek sugesti kepada pelaku atau orang yang berdzikir mendalami atau merenungi apa yang bisa dibacakan. Serta meyakini bahwa Allah SWT itu mengawasi kita. Orang yang melakukan dzikir dengan khuyuk akan mendapatkan apa yang diharapkan atau yang diinginkan dengan secara optimis. Dengan melakukan dzikir ini juga memberi efek baik terhadap kesehatan mental dan fisik seseorang seperti dapat memberikan rasa tenang, kedamaian, kebahagiaan, dan dapat

terhindar oleh penyakit mental misalnya cemas berlebih, stres, depresi, dan lain sebagainya.<sup>53</sup>

## **B. Remaja**

### **1. Pengertian Remaja**

Remaja merupakan seseorang yang baru memasuki masa dewasa yang mulai mengerti mana yang salah dan mana yang benar, mengenali lawan jenisnya, mampu mendalami dan mengerti perannya untuk dunia sosial, bisa menerima identitas baru yang telah diberikan Allah SWT kepadanya, dan bisa berkembang dalam segala hal. Pada dasarnya seorang remaja masa di mana perlu dipersiapkan jati dirinya bisa mengatasi berbagai tantangan yang ada dalam hidup dan pergaulan. Pada dasarnya remaja adalah di mana pada usia ini merupakan suatu usia yang kritis di dalam tahapan kehidupan atau bisa juga disebut masa peralihan dari masa anak-anak ke masa remaja yang bisa menjadi patokan dalam tingkat kedewasaan yang matang. Islam beranggapan bahwa remaja masa paling membanggakan tidak sekedar mementingkan perkembangan, pertumbuhan, dan perubahan fisik anak muda tetapi lebih penting lagi, membina generasi muda untuk bisa menjadi generasi yang lebih mengerti integritas nilai moral yang sesuai dengan tuntutan, pengetahuan, dan akhlak yang perlu dimiliki.<sup>54</sup> Remaja pada umumnya mempunyai rasa ingin tahu tinggi yang menyebabkan mereka ingin bereksperimen terhadap hal baru, suka berkhayal, pemberani, suka terhadap hal yang menantang, dan membutuhkan perhatian lebih dari orang dewasa.<sup>55</sup>

Masa remaja masa transisi pada anak yang menuju dewasa. Selama periode tersebut, remaja mengalami berbagai perubahan yang muncul baik dalam aspek psikologis, kognitif, fisik dan moral yang dilaluinya. Islam

---

<sup>53</sup> Anggi Riska Ramadhanti, *Terapi Dzikir dalam Mereduksi Kecemasan Seorang Remaja di Desa Kalirejo Kabupaten Bojonegoro*, Skripsi (UIN Sunan Ampel Surabaya, 2021), hlm. 22.

<sup>54</sup> Miftahul Jannah, Remaja Dan Tugas-Tugas Perkembangannya Dalam Islam, *Jurnal Psikoislamedia*, Vol. 1, No. 1, 2016, hlm. 244.

<sup>55</sup> Nurul Azmi, Potensi Emosi Remaja Dan Pengembangannya, *SOSIAL HORIZON: Jurnal Pendidikan Sosial*, Vol. 2, No. 1, 2015, hlm. 38.

beranggapan bahwa, pada saat itu remaja melalui masa pubertas.<sup>56</sup> Remaja cenderung mengalami berbagai perubahan suasana hati dan tekanan mental akibat berbagai perubahan yang dialaminya, sehingga mudah bagi remaja pada saat itu untuk melakukan berbagai hal penyimpangan baik dari segi norma dan aturan yang ada pada masyarakat.

Masa remaja merupakan masa transisi dan memerlukan orang tua sebagai peran penting dalam keluarganya karena untuk melakukan pendampingan dalam perkembangan psikologis yang dialami oleh seorang remaja sampai tercapai kedewasaan yang tepat mengikuti tahap perkembangan yang dilaluinya.<sup>57</sup> Masa peralihan yang biasa disebut pada remaja ini karena mereka beralih dari seorang anak menuju kepada masa dewasa yang terjadi pada usia di antara 12-21 tahun. Selama periode yang terjadi berbagai perubahan akan muncul baik dalam perubahan fisik, hormon, sosial, maupun psikologis. Perubahan ini akan terjadi begitu cepat sehingga terkadang kita tidak menyadarinya.<sup>58</sup>

## 2. Karakteristik Remaja

Dikutip dari Yudrik Jahja karakteristik remaja sebagai berikut :

- a. Emosional dan stres meningkat pada masa remaja awal yang diakibatkan perubahan hormon.

Sikap emosional pada remaja muncul dan menjadi tanda bahwa remaja masuk ke periode baru. Selama masa remaja, remaja juga mempunyai berbagai tuntutan dan tekanan misalnya tidak melakukan sesuatu dengan keanak-kanakan, memiliki sikap mandiri dan bertanggung jawab.

---

<sup>56</sup> Layyin Mahfiana, Elfi Yuliani Rohmah, dan Retno Widyaningrum, *Remaja dan Kesehatan Reproduksi*, (Yogyakarta: STAIN Ponorogo Press, 2009), hlm. 19.

<sup>57</sup> Wieke Fauziawati, Upaya Mereduksi Kebiasaan Bermain Game Online Melalui Teknik Diskusi Kelompok, *Psikopedagogia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 4, No. 2, 2015, hlm. 116.

<sup>58</sup> Koernia Nanda Pratama, Rusyanto, dan Imaniar Vitasari, Penerapan Hipnotherapy Guna Mengatasi Kecanduan Game Online Yang Berlebihan Pada Remaja Di Desa Kebumen, Baturraden, *Journal Of Community Health Development*, Vol. 1, No. 1, 2020, hlm. 58.

- b. Fisik yang mengalami perubahan diikuti dengan kematangan seksual selama masa pubertas.

Pada saat proses perubahan biasanya remaja kurang percaya diri terhadap kemampuannya. Perubahan cepat ini meliputi perubahan internal seperti sistem peredaran darah, sistem pencernaan, dan sistem perbaikan.

- c. Perubahan yang membuat remaja berhubungan dengan orang lain.

Masa remaja memberikan berbagai hal baru yang tidak pernah remaja temui semasa anak-anak. Dengan rasa tanggung jawab yang besar, remaja harus mampu mengendalikan diri untuk melakukan hal yang penting. Remaja akan mengalami perubahan dalam hal berkomunikasi dengan orang lain. Pada masa ini juga mereka sudah mulai berteman dengan lawan jenisnya dan orang yang lebih dewasa.

- d. Mengalami perubahan nilai

Pada masa ini remaja mulai sadar bahwa mereka akan segera menjadi dewasa yang menyebabkan seorang remaja mengalami perubahan sudut pandang pada dirinya yang akan memengaruhi perubahan nilai.

- e. Memiliki sikap ambivalen

Pada dasarnya seorang remaja mulai menginginkan suatu kebebasan akan tetapi mereka juga takut akan tanggung jawab yang muncul bersamaan dengan kebebasan yang dimilikinya. Selain itu terkadang ragu akan kemampuan yang dimilikinya ketika diberikan tanggung jawab.<sup>59</sup>

Karakteristik dari remaja yang dikutip dari jurnal Miftahul Jannah yang dikatakan oleh Hurlock adalah :

- a. Masa remaja masa peralihan, pada masa ini remaja beralih ke masa perkembangan selanjutnya yaitu masa dewasa. Pada tahap ini remaja bukanlah anak-anak lagi ataupun orang dewasa. Pada masa ini remaja

---

<sup>59</sup> Yudrik Jahja, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Kencana Prenamedia Group, 2011), hlm. 235.

mempunyai waktu untuk menentukan perilaku dengan mencoba hidup sesuai dengan norma dan nilai yang paling diinginkannya.

- b. Masa remaja merupakan masa perubahan, perubahan yang bisa terjadi pada masa remaja ini bukan hanya perubahan fisik akan tetapi perubahan perilaku yang akan terjadi dengan cepat.
- c. Masa remaja merupakan masa bermasalah, pada dasarnya setiap tahap perkembangan memiliki masalah yang berbeda-beda tetapi pada masa remaja ini sering kali muncul masalah yang sulit untuk dihadapi hal ini karena remaja tidak berpengalaman dan merasa dirinya bisa mengatasi masalah yang dihadapinya.
- d. Masa remaja masa tidak realistis, maksudnya biasanya remaja sering kali hidup seperti apa yang diinginkannya.
- e. Masa remaja merupakan masa yang menyebabkan rasa takut.
- f. Masa remaja merupakan masa di mana semakin dekat menuju kedewasaan, pada masa remaja ini biasanya akan muncul rasa kegelisahan karena mereka cemas sudah hampir menjadi orang dewasa. Akan tetapi remaja malah melakukan kegiatan yang bisa dianggap sebagai orang dewasa seperti mengonsumsi alkohol, merokok ataupun menggunakan narkoba. Hal ini dikarenakan dengan melakukan perilaku ini mereka merasa sesuai seperti orang dewasa yang diinginkan.<sup>60</sup>

### 3. Tahap Perkembangan Remaja

Konopka dikutip dari buku Mohammad Ali dan Mohammad Asrori membagi usia masa remaja menjadi 3 yaitu, pertama adalah masa remaja awal yang dimulai pada usia 12 tahun sampai 15 tahun. Selama masa pubertas awal perubahan yang paling terlihat adalah perkembangan fisik. Oleh karena itu dengan berbagai perubahan fisik tersebut remaja sulit beradaptasi dengan lingkungan. Akibatnya remaja sering kali apatis, mudah tersinggung, merasa tidak diperhatikan, dan sebagainya.

---

<sup>60</sup> Miftahul Jannah, Remaja Dan Tugas-Tugas Perkembangannya Dalam Islam, *Jurnal Psikoislamedia*, Vol. 1, No. 1, 2016, hlm. 250-253.

Kedua masa remaja tengah hal ini terjadi ketika usia remaja memasuki 15 tahun sampai 18 tahun. Pada masa pertengahan ini, remaja perlu menerapkan nilai moral yang dimiliki oleh masyarakatnya. Ini sering kali bertentangan dengan nilai-nilai yang mereka ketahui. Sehingga mengakibatkan mereka untuk mencoba membentuk nilai moral yang dianggapnya pas dengan kehidupan mereka.

Ketiga adalah masa akhir remaja terjadi pada usia 19 tahun hingga 22 tahun. Selama periode masa ini, remaja tidak lagi melihat diri mereka ini yang merupakan seorang anak dan remaja, tetapi mereka menganggap dirinya seperti orang dewasa. Terlihat dalam sikap, pikiran, serta kestabilan pada perilakunya. Kemudian pada akhirnya menyebabkan kepercayaan yang muncul pada masyarakat dan orang tuanya. Selama masa ini mereka cenderung lebih mempertimbangkan semua keputusan yang akan dipilihnya dengan bijak untuk bisa menjadikan dirinya sebagai orang yang lebih bertanggung jawab baik tanggung jawab terhadap dirinya, keluarganya, serta masyarakat yang ada. Mereka juga bebas menentukan arah ke mana tujuan yang mereka pilih.<sup>61</sup>

#### **4. Tugas Perkembangan Remaja**

Suatu masa dalam kehidupan seseorang adalah tahapan masa remaja. Merupakan periode perkembangan pribadi yang penting dan merupakan sebuah masa transisi menuju kedewasaan yang sehat. Agar dapat bersosialisasi dengan baik hendaknya remaja harus berkembang dengan baik pula di usianya. Ketika remaja gagal menyelesaikan tugas perkembangannya, maka akan berdampak negatif kepada kehidupan sosialnya pada tahap selanjutnya mengakibatkan remaja tidak bahagia dan pengucilan masyarakat sehingga sulit untuk menyelesaikan tugas-tugas perkembangan selanjutnya. Akan tetapi jika tugas perkembangan sosialnya mampu dilaksanakan secara baik, maka tidak akan mendapat kesulitan pada tahap perkembangan selanjutnya dan bahkan akan membawa kepada

---

<sup>61</sup> Mohammad Ali dan Mohammad Asrori, *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2009), hlm. 68-69.

kebahagiaan serta keberhasilan untuk menyelesaikan tugas perkembangan selanjutnya dengan lebih mudah.<sup>62</sup>

Menurut William Kay yang dikutip dari Khamim Zarkasih Putro mengatakan bahwa tugas perkembangan pada remaja yaitu :

- a. Menerima fisik yang dimiliki dan keberagaman sifatnya.
- b. Mendapatkan kemandirian emosional.
- c. Bergaul bersama teman sebaya baik individu maupun kelompok dan mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal.
- d. Mencari manusia teladan yang berfungsi sebagai identitas pribadi.
- e. Menerima dan percaya akan kemampuan diri.
- f. Memperkuat pengendalian diri dengan nilai dan prinsip dalam hidup.
- g. Kemampuan respons serta penyesuaian diri terhadap perilaku yang baru tidak seperti anak-anak.

Mengingat betapa kompleks dan relatif beratnya tugas perkembangan tersebut bagi remaja untuk dapat melakukannya secara baik sesuai tuntutan tahap perkembangannya, pada dasarnya remaja tetap memerlukan suatu bimbingan dan pembinaan agar bisa mengambil langkah sesuai denganuntutannya. Bisa dibayangkan, tugas dan kebutuhan perkembangan adalah hal yang bisa saja muncul ketika waktu tertentu dalam siklus hidup remaja. Jika tugas dan kebutuhan tersebut dapat terpenuhi akan membawa keberhasilan pada tahap perkembangan selanjutnya. Sebaliknya jika mengalami kegagalan dapat menyebabkan ketidakpuasan di kalangan remaja yang terlibat, pengucilan masyarakat, dan sulit menyelesaikan tugas perkembangan pada tahap selanjutnya.<sup>63</sup>

---

<sup>62</sup> Khamim Zarkasih Putro, Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja, *APLIKASIA: Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama*, Vol. 17, No. 1, 2017, hlm. 29.

<sup>63</sup> Khamim Zarkasih Putro, Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja, *APLIKASIA: Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama*, Vol. 17, No. 1, 2017, hlm. 30-31.

## C. Kecanduan *Game Online Mobile Legends*

### 1. Pengertian Kecanduan *Game Online Mobile Legends*

Dikutip dari Lestari Ayu mengungkapkan bahwa kecanduan adalah sebuah perasaan keinginan terhadap sesuatu hal yang sangat kuat seperti rasa kecanduan dalam menonton, bermain *game*, serta berbagai kecanduan lainnya. Kecanduan bisa diartikan ketika seseorang tidak bisa mengendalikan keinginannya dalam melakukan kegiatan atau suatu hal yang biasanya akan memiliki efek fisik dan psikologis yang negatif pada individu tersebut.<sup>64</sup>

Kecanduan pada kamus psikologi merupakan suatu keadaan ketergantungan fisik kepada obat-obatan. Secara umum kecanduan dapat diatasi dengan meningkatkan sikap toleransi kepada pengobatan, mengurangi suatu ketergantungan terhadap sesuatu, serta meningkatkan isolasi sosial. Kata kecanduan sering digunakan dalam pengaturan klinis dan diartikan sebagai sesuatu yang berlebihan. Pada konsep kecanduan dapat di kaitkan dengan berbagai perilaku yang dilakukan termasuk pada kecanduan terhadap TIK. Pengertian kecanduan semakin berkembang kecanduan sekarang dapat diartikan tidak hanya untuk obat-obatan narkoba tetapi juga diartikan suatu kegiatan yang bisa menyebabkan seseorang menjadi ketergantungan baik di dalam kondisi fisik maupun psikologis yang dialami oleh seseorang.<sup>65</sup>

Sebagaimana dikutip dari Eryzal Novardly permainan *game online* ini merupakan sebuah permainan dengan jaringan LAN atau internet yang biasanya bisa dimainkan banyak orang dengan waktu bersamaan.<sup>66</sup> Pengertian *game online* yang dikutip dari Maurice Andrew adalah sebuah *game online* yang bisa dilakukan oleh banyak orang yang

---

<sup>64</sup> Lestari Ayu, Interaksi Sosial dan Konsep Diri dengan Kecanduan Game Online Pada Dewasa Awal, *Jurnal Psikologi Indonesia*, Vol. 5, No. 02, Mei 2016, hlm. 167-173.

<sup>65</sup> Eryzal Novrialdy, Kecanduan Game Online pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya, *Buletin Psikologi*, Vol. 27, No. 2, 2019, hlm. 150.

<sup>66</sup> Yohanes Rikky Dwi Santoso dan Jusuf Tjahjo Purnomo, Hubungan Kecanduan Game Online Terhadap Penyesuaian Sosial Pada Remaja, *Jurnal Humaniorra yayasan Bina Darma*, Vol. IV, No. 1, Januari-Juni 2017, hlm. 032.

dilakukan dengan mesin komputer atau HP yang terhubung melalui internet. *Game online* ini merupakan suatu permainan dengan jumlah yang tidak terbatas karena menggunakan jaringan internet dan dimainkan dengan teknologi canggih seperti HP android, komputer, laptop, dan lainnya.<sup>67</sup>

*Gaming* di Indonesia didefinisikan sebagai pemain *game online* atau dengan kata lain pemain yang bermain *game* dengan jaringan yang terhubung ke situs internet. Oleh karena itu, dapat dipahami bahwa *game online* merupakan *game* yang dimainkan dengan jaringan internet dan *game* dibuat untuk hiburan. Karena pada dasarnya permainan dilakukan bisa di kontrol oleh seorang *gamer* yang bisa dilihatnya melalui layar monitor. Oleh sebab itu membuat para *gamer* senang pada dunia *game* ini. Pada dasarnya di dalam hati seorang *gamer* merasakan adanya grafis yang lebih interaktif, realistis, alur cerita yang seru, dan pengemasan fitur *game* yang baik yang membuat *game* semakin menarik. Tidak dapat dipungkiri bahwa *game* ini mampu mengikat *gamer* dan membuat mereka ketagihan.<sup>68</sup>

*Mobile Legends* merupakan sebuah permainan yang kemudian dikembangkan serta diterbitkan monoton developer. *Game* ini dapat mencuri perhatian dari berbagai kalangan yang menyukai *game online* khususnya seorang remaja dimulai dari tahun 2016. *Game* yang dimainkan ini bisa dimainkan melalui iOS dan android dengan pemain 10 orang yang terbagi menjadi 2 tim. Pada pembagian tim ini bertugas untuk saling menghancurkan dan mempertahankan benteng mereka sendiri. Permainan pada setiap pertandingan dipilih dengan satu pahlawan yang disukai oleh pemainnya. Pada durasi permainan *Mobile Legends* ini terjadi pada per ronde sekitar 15 menit untuk menentukan pemenangnya.

Pada dasarnya *game online Mobile Legends* ini dirancang lebih praktis karena menggunakan ponsel pintar jadi para pemain *game online*

---

<sup>67</sup> Maurice Andrew Suplig, Pengaruh Kecanduan Game Online Siswa SMA Kelas X Terhadap Kecerdasan Soaial Sekolah Kristen Swasta di Makasar, *JURNAL JAFARRAY*, Vol. 15, No. 2, Oktober 2017, hlm. 180.

<sup>68</sup> Aqila Smart, *Cara cerdas Mengatasi Anak Kecanduan Game*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), hlm. 16.

ini bisa melakukan permainan *game* di mana saja dan kapan saja seperti di kamar mandi, sekolah, tempat umum, dan lain sebagainya. Tidak hanya menggunakan PC komputer yang menyebabkan pemain harus duduk di kursi *gaming*.

Kecanduan dapat mengakibatkan hal negatif apabila tidak dihentikan. Penyebab dari kecanduan *game online* disebabkan dengan adanya *internet addictive disorder* atau teknologi internet.<sup>69</sup> Kecanduan *game* internet adalah masalah serius yang membutuhkan perhatian dan respons yang mengakibatkan munculnya efek negatif baik pada segi psikologis ataupun fisik yang dialami oleh dirinya.<sup>70</sup> Organisasi kesehatan dunia mengartikan kecanduan *game online* ini tergolong pada penyakit internasional gangguan mental. Karena adanya tanda dari kurangnya kontrol pada permainan yang sedang dimainkannya dan mengesampingkan aktivitas lainnya. Kemudian perilaku ini berlanjut bahkan ketika itu berdampak negatif padanya.<sup>71</sup>

## 2. Karakteristik Kecanduan Game Online

Karakteristik pada seseorang yang kecanduan *game online* mirip dengan jenis kecanduan lainnya, akan tetapi kecanduan *game online* termasuk pada golongan kecanduan dalam hal fisik. Dikutip dari Hardiyansah ada empat kategori seseorang mengalami kecanduan *game online* di antaranya :

- a. *Compulsion* (dorongan yang dialami seseorang untuk melakukan sesuatu dengan terus-menerus) maksudnya dorongan akan datang dari dalam diri sendiri supaya melakukan sesuatu dengan terus-menerus. Dorongan ini berasal dari dalam dirinya supaya melakukan permainan *game online* secara terus-menerus.

---

<sup>69</sup> Mimi Ulfa, Pengaruh Kecanduan Game Online Terhadap Perilaku Remaja Di Mabes Game Center Jalan HR. Subrantas Kecamatan Tampan Pecan Baru, *Jurnal JOM FISIP*, Vol. 4, No. 1, Februari 2017, hlm. 4.

<sup>70</sup> Sri Lutfiwati, Memahami Kecanduan Game Online Melalui Pendekatan Neurobiologi, *Anfusina*, Vol. 1, No. 1, 2018, hlm. 13.

<sup>71</sup> Eryzal Novrialdy, Kecanduan Game Online pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya, *Buletin Psikologi*, Vol. 27, No. 2, 2019, hlm. 150.

- b. *Withdrawal* (penarikan diri) mencoba untuk menghindari terhadap sesuatu. Orang yang mengalami kecanduan *game online* menyebabkan dirinya merasa tidak bisa berhenti bahkan menjauhi hal yang berhubungan langsung dengan *game online*, hal ini seperti orang yang merokok mereka tidak bisa lepas dari yang namanya rokok.
- c. *Tolerance* (toleransi) diartikan sebuah sikap menerima keadaan seseorang ketika melakukan sesuatu. Toleransi ini biasanya berkaitan pada waktu yang dihabiskan dalam bermain *game online*, karena kebanyakan *gamer* tidak dapat berhenti bermain *game online* sampai mereka merasa puas.
- d. *Interpersonal and health-related problems* (masalah hubungan interpersonal dan kesehatan) adalah suatu persoalan yang kemudian dikaitkan kepada bentuk interaksi yang dilakukan dengan seseorang dan berkaitan dengan permasalahan kesehatan. Biasanya seseorang yang mengalami kecanduan *game online* akan tidak memikirkan tentang hubungan interpersonal dengan orang lain karena biasanya lebih fokus dalam permainan *game online* yang di mainkannya. Selain itu mereka juga tidak memikirkan kesehatan mereka sendiri dengan tidak menjaga pola makan, pola tidur, dan pola kebersihan pada dirinya.<sup>72</sup>

Menurut Delfabro dan Griffiths yang dikutip pada jurnal yang ditulis Elna Yuslaini Siregar dan Rodiatul H. S. karakteristik seseorang yang kecanduan *game online* yaitu :

- a. Ingin bermain secara terus-menerus walau sudah pernah bermain tetapi ingin menuju tahapan selanjutnya.
- b. Tidak mampu mengontrol dan berhenti ketika bermain *game online*.
- c. Ada rasa ketidakpuasan ketika bermain *games* hanya sebentar.
- d. Apabila berhenti bermain *game online* akan merasa gelisah.

---

<sup>72</sup> Hardiansyah Masya dan Dian Adi Candra, Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Gangguan Kecanduan Game Online Pada Peserta Didik Keas X di Madrasah Aliyah Al-Furqon Prabumulih, *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 3, No. 1, Mei 2016, hlm. 153-169.

- e. Berbohong kepada orang yang melarang bermain *game online* dengan tetap memainkannya.
- f. Ingin bermain kembali untuk mendapatkan skor lebih tinggi lagi.
- g. Bisa menjadikan seseorang untuk melakukan tindakan ilegal dengan mencuri ketika tidak mempunyai uang untuk membeli kuota.
- h. Waktu yang dihabiskan dalam bermain *game online* 35 jam per minggunya.<sup>73</sup>

### 3. Penyebab Kecanduan Bermain *Game Online*

Faktor internal yang bisa menjadikan remaja mengalami kecanduan *game online* di antaranya yaitu :

- a. Memiliki keinginan kuat terhadap skor yang tinggi karena *game online* di desain sedemikian rupa sehingga *gamers* ingin terus bermain untuk memperoleh skor lebih tinggi.
- b. Rasa bosan pada remaja pada saat di sekolah atau bahkan di rumah sekalipun.
- c. Ketidakmampuan untuk memprioritaskan aktivitas penting lainnya juga menjadi alasan untuk kecanduan *game online*.
- d. Minimnya pengetahuan remaja membuat remaja tidak dapat mengantisipasi dampak negatif dari *game online* yang berlebihan.<sup>74</sup>

Adapun faktor eksternal kecanduan bermain *game online* pada remaja di antaranya :

- a. Lingkungan yang tidak terkendali disebabkan dia sering melihat teman yang lain bermain *game online*.
- b. Kurangnya hubungan sosial yang baik, sehingga remaja memilih permainan alternatif sebagai kegiatan yang menyenangkan.
- c. Orang tua memiliki harapan tinggi terhadap anaknya sehingga menyuruh anaknya supaya ikut dalam kegiatan dan les tambahan yang

<sup>73</sup> Elna Yuslaini Siregar, Rodiatul Hasanah Siregar, Penerapan Cognitive Behavior Therapy (CBT) Terhadap Pengurangan Durasi Bermain Games Pada Individu Yang Mengalami Games Addiction, *Jurnal Psikologi*, Vol. 9, No. 1, 2013, hlm. 19.

<sup>74</sup> Hardiansyah Masya dan Dian Adi Candra, Faktor-faktor Yang Perilaku Gangguan Kecanduan Game Online Pada Peserta Didik Keas X di Madrasah Aliyah Al-Furqon Prabumulih, *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 2, No. 1, Mei 2016, hlm. 153-155.

menyebabkan anak kekurangan dalam kebutuhan primernya yakni bermain dan kebersamaan yang ada di dalam keluarganya.

Dikutip dari Hardiyansyah Mesya, Smart mengatakan bahwa penyebab seorang kecanduan *game online* yaitu :

- a. Kurang perhatian, mereka yang kurang perhatian dari orang tua dan orang terdekatnya terkadang melakukan hal yang tidak baik dengan tujuan untuk mendapat perhatian dari orang tuanya.
- b. Bermain *game* untuk menghilangkan depresi akan tetapi karena terbiasa dan suka lama-lama menyebabkan kecanduan.
- c. Tidak terkontrol dari orang tuanya.
- d. Tidak ada kegiatan lain sehingga menyebabkan bermain *games*.
- e. Pengaruh dari lingkungan sekitar.
- f. Pola asuh yang dilakukan oleh orang tua karena ketika keliru dalam mengatur pola asuh akan menyebabkan anak berperilaku keliru juga.<sup>75</sup>

#### **4. Dampak Kecanduan Bermain *Game Online***

Pada dasarnya melakukan segala hal yang berlebihan itu tidak baik hal ini juga berlaku ketika bermain *game online*. Dengan bermain *game online* secara berlebihan memiliki beberapa dampak negatif di antaranya :

- a. Tidak baik bagi kesehatan terutama pada kesehatan mata dan dapat menyebabkan mengalami rasa lelah yang berlebih. Terlalu dekat dengan layar ponsel atau komputer bisa sangat berbahaya bagi kesehatan mata, terutama jika melakukannya dengan tidak berhenti selama berjam-jam. Selain itu juga dalam beberapa kasus, karena terlalu sibuk bermain *game online* beberapa orang mengabaikan pola makan dan istirahat yang sangat dibutuhkan tubuhnya.
- b. Minat belajar berkurang. *Game online* dapat dengan mudah menyebabkan kurangnya perhatian dan kehilangan fokus. Dengan adanya visualisasi yang menarik biasanya membuat mereka tertarik

---

<sup>75</sup> Hardiansyah Masya dan Dian Adi Candra, Faktor-faktor Yang Perilaku Gangguan Kecanduan Game Online Pada Peserta Didik Keas X di Madrasah Aliyah Al-Furqon Prabumulih, *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 2, No. 1, Mei 2016, hlm. 165-169.

untuk memainkan *game*, sehingga mereka akan kurang tertarik untuk membaca dan belajar.

- c. Dapat menyebabkan sifat agresif. Anak-anak adalah peniru yang dapat diandalkan. Akan tetapi jika mereka terus-menerus bermain *game online* dapat menyebabkan sifat agresif yang bisa muncul pada diri anak karena *game online* sering kali dipenuhi dengan kekerasan, perang, dan bahkan pembunuhan.<sup>76</sup>

Dikutip dari Eryzal Novrialdy efek pada kecanduan *game* internet adalah masalah yang disebabkan oleh aktivitas *game* internet yang berlebihan, termasuk kurangnya perhatian terhadap aktivitas sosial, kehilangan kontrol dari waktu ke waktu, penurunan kinerja akademik, hubungan sosial, keuangan, kesehatan, dan hal penting yang berkaitan dengan kehidupan lainnya. Hal yang paling membahayakan dari kecanduan *game* internet yaitu pengabdian yang ekstrem terhadap waktu bermain *game* atau lamanya melakukan permainan. Dengan bermain *game online* yang memakan waktu secara berlebihan dapat mengganggu kehidupan kesehariannya. Gangguan ini jelas dapat mengubah suatu prioritas remaja sehingga menyebabkan minat yang rendah pada apa pun yang tidak terkait dengan *game online*. Pada saat remaja mengalami kecanduan *game online* remaja akan semakin tidak bisa mengatur waktu bermain gamenya. Sehingga membuat remaja mengabaikan perannya yang ada di dunia nyata. Kecanduan *game online* dapat berdampak berbahaya bagi remaja yang mengalaminya. Selain itu terdapat juga dampak dari kecanduan *game online* dengan 5 aspek yaitu keuangan, akademik, psikologis, sosial, dan kesehatan.<sup>77</sup>

---

<sup>76</sup> Khabibur Rohman, Agresivitas Anak Kecanduan Game Online, *Jurnal Perempuan dan Anak*, Vol. 02, No. 01, Juli 2018, Hlm. 167.

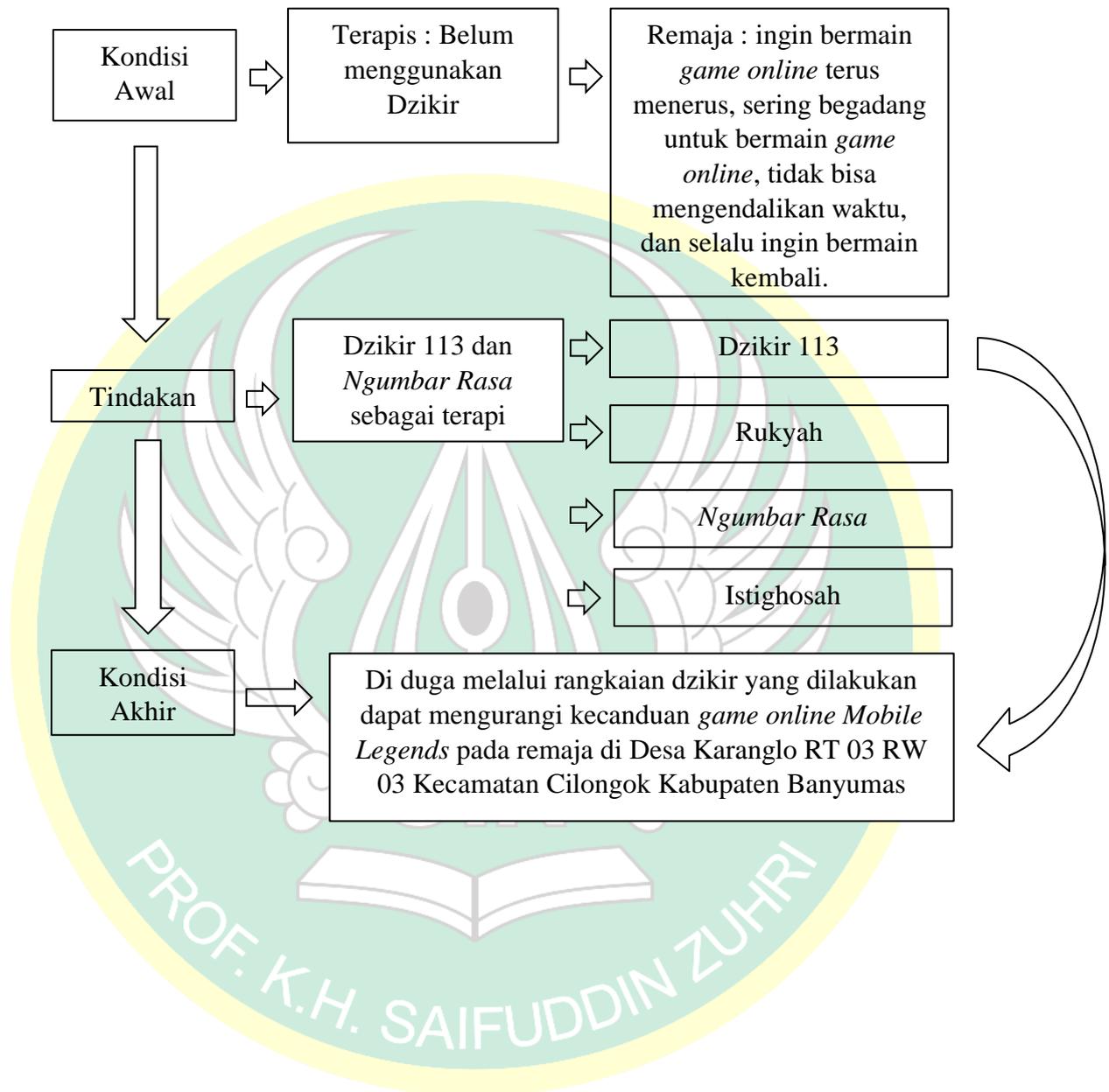
<sup>77</sup> Eryzal Novrialdy, Kecanduan Game Online pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya, *Buletin Psikologi*, Vol. 27, No. 2, 2019, hlm. 150-151.

#### D. Kerangka Berpikir

Kecanduan *game online* bukanlah hal yang asing lagi, sering kali kita jumpai banyak remaja yang mengalami kecanduan *game online* karena perkembangan teknologi yang semakin berkembang sampai saat ini. Seseorang yang mengalami kecanduan *game online* dapat menyebabkan beberapa dampak negatif seperti halnya di Desa Karanglo RT 03 RW 03 Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas Remaja menjadi malas belajar sehingga mengalami penurunan prestasi akademis, hubungan sosial keagamaan yang berkurang, penurunan kesehatan, dan hilangnya kesadaran keagamaan. Hal ini dikarenakan beberapa remaja tersebut mengalami karakteristik ingin bermain *game online* terus menerus, sering begadang untuk bermain *game online*, tidak bisa mengendalikan waktu, dan selalu ingin bermain kembali.

Oleh karena itu diperlukan dzikir sebagai terapi untuk mengatasi kecanduan *game online* ini. Dzikir yang dilakukan ini membuat remaja yang mengalami kecanduan *game online Mobile Legends* bisa teralihkan untuk mengikuti rangkaian kegiatan dzikir dan remaja juga akan lebih tenang jika melakukan dzikir 113. Rangkaian dzikir yang di berikan mulai dari dzikir 113, ruyah, *ngumbar rasa*, dan *istighosah* dapat mengatasi permasalahan yang di alami oleh setiap orang bukan hanya remaja yang kecanduan *game online* saja. Pada akhirnya remaja yang mengalami kecanduan *game online* bisa menjadi teratasi, berkurang bahkan berhenti. Apabila dzikir 113 ini dilakukan dengan rutin baik secara berjamaah ataupun individu.

Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat di gambarkan kerangka berpikir sebagai berikut :



## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

##### 1. Pendekatan Penelitian

Dalam penelitian ini pendekatan penelitian yang digunakan yaitu pendekatan kualitatif deskriptif, karena ini bertujuan untuk menerjemahkan perspektif interpretif dan fenomenologis yang mendasar. Data yang dihasilkan berupa kata yang biasanya berguna pada saat penelitian sosial berlangsung dan tidak menghasilkan data angka.<sup>78</sup>

Dikutip dari Emzir ciri yang dimiliki dari penelitian kualitatif yaitu berupa data yang berisi deskriptif.<sup>79</sup> Karena penelusuran penelitian ini adalah suatu bentuk dari penelitian kualitatif maka perlu adanya reduksi melalui observasi, dokumentasi, dan wawancara yang ekstensif. Kemudian data akan dikumpulkan dan dipilih untuk di masukan dalam kategori yang sesuai. Pada akhirnya semua kegiatan analisis kualitatif terletak pada deskripsi atau narasi tentang penelitian yang sedang dipelajari. Gambaran dari deskripsi atau narasi ini disebut penelitian deskriptif yang pada dasarnya mempunyai tujuan mengetahui suatu fenomena sosial dalam masyarakat atau dapat menggambarkan keadaan suatu kelompok.<sup>80</sup> Penelitian deskriptif diartikan proses pemecahan suatu permasalahan menggunakan cara menggambarkan status objek atau subjek penelitian saat ini berlandaskan dengan fakta yang muncul dengan apa adanya.

Pendekatan yang digunakan peneliti adalah pendekatan kualitatif deskriptif hal ini disebabkan data yang dibutuhkan merupakan sebuah informasi yang terjadi pada remaja di Desa Karanglo RT 03 RW 03 Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas.

---

<sup>78</sup> Poerwandri, *Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosada Karya, 2005), hlm. 25.

<sup>79</sup> Emzir, *Metodologi Penelitian Kualitatif Analisis Data*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2010), hlm. 23.

<sup>80</sup> Nanang Martono, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2010), hlm. 16.

## 2. Jenis Penelitian

Jenis penelitian menggunakan penelitian lapangan (*field research*). Penelitian lapangan merupakan sebuah proses mengenali konteks situasi dengan cara intensif untuk menemukan latar belakang dengan melakukan pengamatan terhadap masyarakat, interaksi sosial, individu dan kelompok, serta suatu lembaga yang ada. Dalam penelitian kualitatif penelitian *field research* ini memiliki metode yang memiliki cakupan yang luas. Pada dasarnya pada saat melakukan penelitian ini seseorang peneliti turun langsung pada lapangan yang akan ditelitinya dengan tujuan untuk melakukan pengamatan secara langsung.<sup>81</sup>

Oleh karena itu penelitian yang dilakukan menggunakan penelitian lapangan dengan tujuan untuk mengetahui kondisi dan situasi lokasi penelitian secara langsung di Desa Karanglo RT 03 RW 03 Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas.

### B. Tempat dan Waktu Penelitian

#### 1. Tempat Penelitian

Dalam penelitian ini lokasi penelitian adalah di Desa Karanglo RT 03 RW 03 Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas.

#### 2. Waktu Penelitian

Sesudah menentukan lokasi penelitian maka selanjutnya peneliti menentukan jadwal penelitian. Waktu penelitian dilakukan di bulan November – Desember 2022.

### C. Subjek dan Objek Penelitian

#### 1. Subjek Penelitian

Subjek dikemukakan sebagai *personel internal* di lingkungan penelitian yang menggunakan sumber utama atau orang yang bisa memberi informasi terkait kondisi dan situasi lingkungan yang akan diteliti. Berbagai faktor yang perlu diperhatikan peneliti dalam memilih objek penelitian sebagai berikut :

---

<sup>81</sup> Husaini Usman, dkk, *Metodologi Penelitian Sosial*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2006), hlm. 5.

- a. Personil yang relevan telah terintegrasi secara mendalam ke dalam bidang penelitian untuk waktu yang lama.
- b. Personil terkait terlibat penuh di lapangan.
- c. Personil yang relevan mempunyai waktu yang cukup untuk memberikan informasi untuk tujuan penelitian.<sup>82</sup>

Adapun subjek di dalam penelitian yang akan dilakukan yaitu Bapak Ali Murtdlo sebagai terapis yang telah belajar di pondok pesantren nurul hakim dan pemberi terapi sekaligus ketua RT 03 RW 03 dan Bapak Nur Kholis yang merupakan tokoh masyarakat yang berperan untuk mengajak remaja yang mengalami kecanduan *game online* serta pemberi terapi di Desa Karanglo RT 03 RW 03 Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas, dan 4 sampling remaja yang mengalami kecanduan *game online Mobile Legends* di Desa Karanglo RT 03 RW 03 Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas dengan karakteristik dengan ingin bermain game terus menerus, kesehatan yang kurang terjaga karena sering begadang, tidak bisa mengendalikan waktu, dan selalu ingin bermain kembali.

## 2. Objek Penelitian

Objek disajikan sebagai gambaran menyeluruh dari objek yang diteliti, termasuk akses terhadap potensi dan aspek pemecahan masalah yang diteliti.<sup>83</sup>

Objek dalam penelitian ini adalah dzikir 113 dan *ngumbar rasa* sebagai terapi kecanduan *Game Online Mobile Legends* pada remaja di Desa Karanglo RT 03 RW 03, Kecamatan Cilongok, Kabupaten Banyumas.

---

<sup>82</sup> Farida Nugrahani, *Metodologi Penelitian Kualitatif dalam Penelitian Pendidikan Bahasa*, (Solo : Cakra Books, 2014), hlm. 61-62.

<sup>83</sup> Suryana, *Metodologi Penelitian : Model Praktis Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*, (Buku Ajar Pekuliahan : Universitas Pendidikan Indonesia, 2010), hlm. 38.

#### D. Sumber Data

Sumber data yang akan diperoleh dari penelitian ini berasal dari dua sumber yaitu :

1. Sumber data primer, sumber data ini diperoleh pada saat proses pengumpulan data dilakukan atau data yang langsung diperoleh pada saat di lapangan. Sumber data primer pada penelitian ini adalah wawancara dengan Bapak Ali Murtdlo dan Bapak Nur Kholis, dan remaja yang mengalami kecanduan *game online Mobile Legends* yang telah melakukan dzikir 113 dan *ngumbar rasa* di Desa Karanglo RT 03 RW 03 Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas.
2. Sumber data sekunder, sumber data ini diperoleh dari sumber yang lain yang ada pada saat sebelum penelitian ini dilakukan atau dapat dikatakan sumber dari tangan kedua untuk melengkapi penelitian.<sup>84</sup> Sumber sekunder dalam penelitian ini adalah berasal dari tinjauan pustaka seperti buku, jurnal, website, dan lain sebagainya.

#### E. Metode Pengumpulan Data

##### 1. Observasi

Observasi penelitian ini dapat dikatakan sebuah perolehan data dengan melibatkan semua indra untuk memusatkan perhatian pada suatu objek. Oleh karena itu observasi yang dilakukan adalah pengamatan langsung yang dilakukan peneliti menggunakan indra penglihatan, indra penciuman, indra pendengaran, indra perabaan, dan bahkan bisa melalui indra pengecap.<sup>85</sup> Fungsi observasi yang lebih rinci meliputi mendeskripsikan, mengisi dan menyediakan data untuk dapat di generalisasikan. Deskripsi memiliki arti bahwa observasi yang digunakan bertujuan untuk memberi penjelasan dan merinci gejala apa yang sedang terjadi melalui pengamatan. Adapun yang dimaksud dengan pengisian data

---

<sup>84</sup> Dony Waluya Firdaus dan Dimas Widyasastrena, Kajian Pertumbuhan Minat dan Realisasi Investasi Penanaman Modal Asing (PMA) dan Penanaman Modal Dalam Negeri (PMDN) Provinsi Jawa Barat (Lokasi dan Sektor Usaha), *Jurnal Riset Akuntansi Dan Keuangan*, Vol. 4, No. 1, 2016, hlm. 898.

<sup>85</sup> Sandu Siyoto, M. Ali Sodik, *Dasar Metodologi Penelitian*, (Yogyakarta: Literasi Media Publishing, 2015), hlm. 81.

bertujuan untuk melihat fungsi atau melengkapi suatu informasi terhadap fenomena sosial untuk dikaji dengan teknik penelitian tertentu. Menyediakan data yang dapat di rangkum yang dapat memunculkan *respons* atau reaksi dari subjek.<sup>86</sup>

Observasi dapat diamati pada saat dzikir berlangsung yang dilakukan oleh Bapak Ali Murtadlo dan Bapak Nur Kholis kepada remaja yang mengalami kecanduan *game online* di Desa Karanglo RT 03 RW 03 Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas.

## 2. Wawancara

Wawancara merupakan percakapan yang dilakukan seorang peneliti dalam rangka mendapatkan suatu informasi dari orang yang di wawancarai.<sup>87</sup> Wawancara memiliki tujuan memperoleh informasi yang akan menjadi data dalam penelitian. Oleh karenanya wawancara dilakukan dengan sebaik mungkin untuk tercapainya penelitian. Wawancara menuntut peneliti dan subjek penelitian untuk bertemu dan berinteraksi secara aktif dan positif baik secara langsung maupun tatap muka sehingga tujuan dapat tercapai dan data yang diperoleh baik, benar, dan akurat.<sup>88</sup>

Sebagaimana dikutip oleh Mahi, wawancara di kumpulkan melalui data di mana peneliti atau pewawancara mengajukan pertanyaan kepada orang yang di wawancarai secara langsung dan tanggapan peneliti atau pewawancara dan tanggapan orang yang di wawancarai di catat atau di rekam pada *tape recorder*. Kelebihan pada proses wawancara sendiri adalah responden bisa bertanya langsung kepada peneliti apabila ada pertanyaan yang tidak dipahami, wawancara ini bisa digunakan untuk para responden yang tidak bisa membaca dan menulis, dan peneliti bisa melihat wajah serta gerak-gerik yang dilakukan oleh responden. Kemudian kekurangan dari wawancara ini adalah menghabiskan banyak uang untuk

---

<sup>86</sup> Hasyim Hasanah, Teknik-teknik Observasi, *Jurnal At-Taqqadam*, Vol. 8, No. 1, 2017, hlm. 178.

<sup>87</sup> Sandu Siyoto, M. Ali Sodik, *Dasar Metodologi Penelitian*, (Yogyakarta: Literasi Media Publishing, 2015), hlm. 80.

<sup>88</sup> Mita Rosaliza, Wawancara Sebagai Interaksi Komunikasi Dalam Penelitian Kualitatif, *Jurnal Ilmu Budaya*, Vol. 11, No. 2, 2015, hlm. 71.

perjalanan dalam pengumpulan data, kehadiran peneliti dapat mengganggu kesibukan responden, dan hanya bisa menjangkau sejumlah orang dalam kapasitas kecil.<sup>89</sup>

Wawancara sendiri terdiri atas dua jenis yaitu terstruktur dan tak terstruktur. Wawancara terstruktur sendiri merupakan wawancara yang menggunakan materi yang sudah disiapkan oleh pewawancara. Sedangkan wawancara tak terstruktur merupakan wawancara yang sifatnya bebas, kelebihan wawancara ini adalah data yang akan diperoleh lebih lengkap dibandingkan dengan wawancara terstruktur.<sup>90</sup>

Wawancara akan dilakukan kepada Bapak Ali Murtadlo sebagai ketua RT dan terapis, serta imam masjid di masjid Jami' Baitul Muqorrobin di Desa Karanglo yang telah belajar di Pondok Pesantren Nurul Hakim dan Bapak Nur Kholis yang merupakan tokoh masyarakat yang berperan untuk mengajak remaja yang mengalami kecanduan *game online* serta pemberi terapi di Desa Karanglo RT 03 RW 03 Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas, dan 4 remaja sampling remaja yang mengalami kecanduan *game online Mobile Legends* di Desa Karanglo RT 03 RW 03 Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas. Wawancara yang digunakan dengan wawancara tak terstruktur karena ketika menggunakan wawancara tak terstruktur memudahkan peneliti dalam memberikan pertanyaan secara langsung.

### 3. Dokumentasi

Dokumentasi dapat diartikan sebagai pencarian data tentang hal variabel yang bisa dari surat kabar, agenda, majalah, transkrip, prasasti, buku, notula rapat, catatan, dan lainnya. Metode ini yang diamati bukanlah benda bernyawa melainkan benda mati.<sup>91</sup> Metode dokumentasi merupakan cara yang dilakukan untuk melengkapi data yang tidak disajikan pada hasil

---

<sup>89</sup> Mahi M Hikmat, *Metode Penelitian Dalam Perspektif Ilmu Komunikasi Dan Sastra*, (Yogyakarta: graha ilmu, 2014), hlm. 79-81.

<sup>90</sup> Sarmanau, *Dasar Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitataif, & Statistika*, (Mulyorejo Surabaya: Airlangga University Press, 2019), hlm 57.

<sup>91</sup> Sandu Siyoto, M. Ali Sodik, *Dasar Metodologi Penelitian*, (Yogyakarta: Literasi Media Publishing, 2015), hlm. 77-78.

akan tetapi telah terlaksana. Dokumentasi ini merupakan pengumpulan suatu data dengan melihat dan memotret untuk pengumpulan data kualitatif.

Dokumentasi yang dilakukan di dalam penelitian ini berupa foto pada saat wawancara serta digunakan untuk melengkapi penelitian seperti foto wawancara dengan Bapak Ali Murtadlo, wawancara dengan Bapak Nur Kholis, dan wawancara dengan pecandu *game online*, tempat penelitian, proses dzikir sebagai terapi, dan lain sebagainya.

#### F. Metode Analisis Data

Metode analisis data kualitatif yang digunakan yaitu dengan dijalankan melalui keseluruhan penelitian dari awal sampai akhir. Tujuannya karena peneliti telah memperoleh data yang perlu dianalisis dari awal penelitian sampai dengan akhir dari penelitian yang akan dilakukan. Bahkan hasil analisis pendahuluan itu dapat memengaruhi penelitian yang akan dilakukan selanjutnya.

Tahapan analisis data sebagai berikut :

##### 1. Reduksi Data (*Data Reduction*)

Mereduksi data dapat diartikan membuat rangkuman, pemilihan pada hal yang dilakukan kepada sesuatu yang lebih pokok dengan fokus terhadap hal penting, mencari tema, atau pola serta menghilangkan hal yang tidak diperlukan atau dapat dikatakan proses reduksi data harus terus dilakukan oleh peneliti saat mereka melakukan penelitian dengan tujuan dapat memperoleh *core annotations* dari data yang didapatkan yang dihasilkan oleh *data mining*.<sup>92</sup>

Pada nantinya data yang diperolehnya ditulis dengan rinci dalam bentuk laporan. Pengumpulan reduksi data ini menggunakan alat seperti mikro komputer yang bisa menggunakan kode untuk aspek tertentu. Data yang telah direduksi ini memberikan gambaran jelas yang akan memudahkan peneliti dalam melanjutkan proses pengumpulan data.

---

<sup>92</sup> Sandu Siyoto, M. Ali Sodik, *Dasar Metodologi Penelitian*, (Yogyakarta: Literasi Media Publishing, 2015), hlm. 122-123

Reduksi data merupakan proses pemilihan terhadap pokok hal penting, menemukan tema, merangkum, serta membuang suatu data yang tidak diperlukan.<sup>93</sup>

## 2. Penyajian Data (*Data Display*)

Representasi penyajian data ini beberapa informasi yang tersusun yang memiliki kemungkinan untuk menarik kesimpulan yang ada di dalamnya. Penyajian data adalah untuk melihat keseluruhan gambaran atau sebagian dari keseluruhan gambaran yang ada.<sup>94</sup>

Penyajian data ini bisa berupa uraian singkat, grafik, *flowchart*, dan lainnya. Akan tetapi pada dasarnya yang paling umum dan banyak dalam penggunaan penelitian adalah peneliti menyajikan data berbentuk teks naratif. Saat menyajikan data perlu dikategorisasikan berdasarkan inti masalah dan dibuat dengan bentuk matriks untuk mempermudah peneliti dalam membentuk pola hubungan antara data satu dengan yang lainnya.

## 3. Penarikan Kesimpulan (*Conclusion Drawing/Verification*)

Dikutip dari Sugiyono langkah terakhir pada menganalisis penelitian kualitatif yaitu menarik kesimpulan dan verifikasi. Kesimpulan pertama yang disajikan masih memiliki sifat sementara serta bisa mengalami perubahan apabila tidak terdapat suatu bukti kuat dan mendukung pada proses pengumpulan data yang dilakukan sebelumnya. Namun jika kesimpulan yang dikemukakan sebelumnya dan ketika penelitian selanjutnya ini memiliki suatu bukti yang konkret ketika peneliti melakukan penelitian kembali maka dapat dikatakan bahwa kesimpulan itu kredibel. Dengan adanya kesimpulan ini bisa menjawab permasalahan yang di rumuskan di dalam rumusan masalah, akan tetapi juga bisa saja tidak menjawab rumusan masalah karena pada penelitian kualitatif ini memiliki

---

<sup>93</sup> Erwin Widiasworo, *Mahir Peneliti Pendidikan Modern*, (Yogyakarta: Araska, 2018), hlm. 157-158.

<sup>94</sup> Sandu Siyoto, M. Ali Sodik, *Dasar Metodologi Penelitian*, (Yogyakarta: Literasi Media Publishing, 2015), hlm. 123

sifat sementara yang akan mengalami perkembangan sesudah dilakukan penelitian lapangan.<sup>95</sup>

Di dalam kesimpulan ini peneliti menarik kesimpulan berdasarkan pada data yang telah diperoleh. Hal ini memiliki tujuan untuk mengerti makna dan hasil yang diperoleh dari permasalahan yang telah dibuktikan dengan bukti yang kredibel.



---

<sup>95</sup> Sugiyono, Metode Penelitian Kualitatif, (Bandung: Alfabeta, 2018), hlm. 141-142.

## BAB IV

### PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS DATA

#### A. Penyajian Data

##### 1. Profil Desa Karanglo

Desa Karanglo merupakan salah satu desa yang berada di Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas. Desa Karanglo ini mempunyai luas 1,73 KM<sup>2</sup> dengan kepadatan penduduk mencapai 12 M<sup>2</sup> dan jarak Desa Karanglo ke Ibukota 3,00 KM.<sup>96</sup> Desa Karanglo sendiri sangat berdekatan dengan Desa Kalisari desa ini dikenal dengan Desa penghasil tahu. Pada Desa Karanglo sendiri terdapat 2 dusun, 4 RW, dan memiliki 23 RT. Penduduk yang ada di Desa Karanglo rata-rata menganut agama Islam dengan jumlah 4.708 orang. Kemudian penganut agama lain seperti Kristen 20 orang, Budha 9 orang, dan Katolik 11 orang. Jumlah penduduk yang ada di Desa Karanglo sendiri berjumlah sekitar 4.783 orang. Dengan jumlah balita 252, anak-anak 508, remaja awal 398, remaja akhir 729, dewasa awal, 648 dewasa akhir 585, lansia awal 657, lansia akhir 512, manula 534, dan lainnya berjumlah 59 orang.<sup>97</sup>

Pekerjaan penduduk yang ada di Desa Karanglo adalah kepala desa 1 orang, perangkat desa 4 orang, PNS 9 orang, industri 2 orang, bidan 4 orang, perawat 6 orang, juru masak 1 orang, karyawan swasta 186 orang, kepolisian RI 4 orang, TNI 4 orang, karyawan BUMN 6 orang, buruh harian lepas 261 orang, karyawan BUMD 1 orang, buruh tani atau perkebunan 78 orang, peternak 3 orang, tukang batu 15 orang, tukang kayu 7 orang, tukang sol sepatu 1 orang, sopir 15 orang, transportasi 4 orang, tukang las 1 orang, tukang cukur 1 orang, tukang jahit 4 orang, mekanik 5 orang, karyawan honorer 17 orang, wiraswasta 31 orang, guru 14 orang, dosen 1 orang, pedagang 77 orang, perdagangan 56 orang, pelajar atau mahasiswa 447 orang, ibu rumah tangga 47 orang, pensiunan 29 orang,

---

<sup>96</sup> BPS Kabupaten Banyumas, *Kecamatan Cilongok Dalam Angka 2021*, (Banyumas: CV. Prima Puspa Sari), hlm. 7-8.

<sup>97</sup> [karanglo \(bunga-desa.id\)](http://karanglo(bunga-desa.id)), diakses tanggal 18 November 2022. Pada jam 10.30 WIB.

nelayan atau perikanan 1 orang, lainnya 13 orang, belum bekerja 232 orang, dan belum terdaftar 2.803 orang. Fasilitas umum yang ada di Desa Karanglo sendiri terdapat 1 jalan provinsi, 2 jalan kabupaten, 0 jalan kecamatan, 4 jalan usaha tani, 10 jalan desa, 29 jalan RT, 63 jalan setapak, dan 5 jalan lingkungan. Pendidikan terakhir yang dimiliki oleh warga yang tinggal di Desa Karanglo berjumlah 190 orang tidak mempunyai ijazah, 1.781 orang lulusan dari SD/MI, 814 orang lulusan SMP/MTS, 986 orang lulusan SMA/SMK/MA, 83 orang lulusan D1/D2/D3, 148 orang lulusan D4/S1, 73 orang lulusan S2, dan 807 orang lulusan lainnya. Struktur kepengurusan Desa Karanglo di pimpin oleh Bapak Tjipto Teguh Wibowo sebagai kepala desa, selanjutnya sekretaris desa oleh Bapak Suprpto, kaur TU dan umum oleh Bapak Wiji Rahmat Basuki, kaur keuangan oleh Ibu Reni Septiyowati, kaur perencanaan oleh Bapak Ismuhajir, kasi pemerintah oleh Bapak Judianto, kasi kesejahteraan oleh Bapak Cipto Antoro Putro, kasi pelayanan oleh Ibu Anteng Jatmiko, kadus 1 oleh Bapak Tie Jaenudin, kadus 2 oleh Bapak Warsono.<sup>98</sup>

Sejarah Desa Karanglo awalnya memiliki dua desa yaitu Desa Karanglo dan Desa Datar. Desa Karanglo dikepalai oleh seorang kepala desa bernama Pak Dipa Citra. Pada zaman kepala desa, Pak Dipa Citra berkantor di Karang Mancung, tepatnya di sebelah rumah Pak Kirun (alm), ketika sedang menjalankan kegiatan pemerintahan. Wilayah desa Karanglo terdiri dari kopak 1 (Kidul Gili), kopak 2 dan 3 (Blok Tengah) dan kopak 4 (Karang Mancung). Kemudian Desa Datar dikepalai oleh seorang kepala desa bernama Bapak Sua Diwangsa yang meninggal tahun 1860 M dan kemudian digantikan oleh Bapak Sumawikrama yang meninggal pada tahun 1922 M. Desa tersebut berkantor di Datar tepatnya di rumah Pak Milono. Saat melakukan kegiatan pemerintahan. Kepala desa pada masa Bapak Alip Sutareja dibantu oleh dua perangkat desa dalam menjalankan tugasnya yaitu Bapak Bau di bawah Bapak Gendon Sutareja dan Polisi di

---

<sup>98</sup> [karanglo \(bunga-desa.id\)](http://karanglo(bunga-desa.id)), diakses tanggal 18 November 2022. Pada jam 10.30 WIB.

bawah Bapak Wangsareja. Daerah datar meliputi wilayah kopak 6 dan 7 (Datar) dan kopak 5 (Gerbeas). Karena kecilnya ukuran dan sedikitnya jumlah penduduk kedua desa tersebut pada tahun 1922 pemerintah kabupaten mengajukan syarat minimal untuk membangun desa. Karena kecilnya ukuran dan sedikitnya jumlah penduduk Desa Datar dan Desa Karanglo ini menyebabkan tidak memenuhi persyaratan minimum untuk menjadi satu desa. Kemudian pada tahun itu Desa Datar dan Desa Karanglo digabung menjadi satu desa dengan nama Desa Karanglo.<sup>99</sup>

Selanjutnya Desa Karanglo di RT 03 RW 03 sendiri berjumlah 40 KK. Untuk warga masyarakat yang ada di Desa Karanglo rata-rata bekerja sebagai petani. Ketua RW 03 adalah Bapak Salimin dan untuk Ketua RT yang ada di RT 03 adalah beliau Bapak Ali Murtadlo selaku pemberi terapi. Untuk warga RT 03 sendiri Pendidikan terakhirnya rata-rata adalah SMA/SMK/MA/Sederajat. Rutinan kegiatan yang dilakukan warga masyarakat di RT 03 RW 03 ini seperti *selepanan* pada setiap malam kamis untuk kegiatan bapak-bapak dan kegiatan ibu-ibu PKK yang dilakukan setiap hari rabu minggu keempat. Karena warga masyarakat yang ada di RT 03 RW 03 rata-rata bekerja sebagai petani membuat mereka sibuk untuk melakukan kegiatan di sawah mereka dan akibatnya menyebabkan kurangnya pengawasan terhadap anaknya mungkin itu juga menjadi salah satu faktor penyebab remaja di Desa Karanglo RT 03 RW 03 mengalami kecanduan *game online*.<sup>100</sup>

## 2. Remaja Desa Karanglo

Remaja yang ada di Desa Karanglo berjumlah 1.127 orang dengan jumlah remaja awal 648 orang dan jumlah remaja akhir berjumlah 585 orang.<sup>101</sup> Remaja yang berada di RT 03 RW 03 berjumlah 20 orang baik itu remaja laki-laki ataupun perempuan. Remaja yang ada di RT 03 RW 03 ini

---

<sup>99</sup> [Artikel -karanglo \(bunga-desa.id\)](https://bunga-desa.id), diakses tanggal 18 November 2022. Pada jam 11.15 WIB.

<sup>100</sup> Wawancara dengan Bapak Ali Murtadlo (Ketua RT), tanggal 13 November 2022, di Rumah Bapak Ali Murtadlo.

<sup>101</sup> [karanglo \(bunga-desa.id\)](https://bunga-desa.id), diakses tanggal 18 November 2022. Pada jam 10.30 WIB.

memiliki berbagai peran ada yang masih menjadi seorang pelajar jadi harus sekolah, ada yang belum bekerja, ada yang merantau dan lain sebagainya. Remaja yang ada di RT ini bagi yang perempuan setelah lulus SMA/SMK/MA/Sederajat biasanya langsung mencari pekerjaan berbeda dengan remaja laki-laki. Biasanya remaja laki-laki yang ada di RT tersebut setelah lulus sekolah ada yang sudah bekerja, ada juga yang belum bekerja. Hal ini juga menjadi penyebab remaja ini karena tidak mempunyai kesibukan akhirnya bermain *game online*. Selain itu pada remaja yang ada di RT 03 RW 03 yang masih menempuh pendidikan sekolah mengalami penurunan prestasi akademis. Hal ini dapat diketahui dari beberapa keluhan yang berasal dari orang tua remaja di RT 03 RW 03 Desa Karanglo apalagi setelah adanya pandemi ini karena tuntutan untuk anak menggunakan HP membuat mereka bosan karena tidak bertemu temannya dan akhirnya bermain *game online*, apalagi sedang maraknya permainan *game online Mobile Legends*. Tanpa di sadari seiring berjalannya waktu mereka akhirnya terus-terusan ingin bermain *game online* atau bisa dikatakan mengalami kecanduan. Hal ini mengakibatkan terkadang mereka berbohong kepada orang tuannya sedang mengerjakan tugas atau belajar padahal sedang bermain *game*, mungkin ini yang menjadi faktor penyebab penurunan akademis karena kecanduan bermain *game online*. Selain itu juga menyebabkan remaja juga berbohong sudah melakukan salat padahal belum hal ini menyebabkan penurunan kesadaran dalam keagamaan yang dimiliki. Hal ini dikeluhkan oleh beberapa orang tua yang mengalami hal yang serupa. Setelah dilakukan observasi awal dari 20 orang remaja hampir semua remaja di Desa Karanglo ini mengalami kecanduan bermain *game online Mobile Legends*.<sup>102</sup>

Remaja yang mengalami kecanduan *game online Mobile Legends* dari hasil observasi awal berjumlah 14 orang di antaranya adalah D.A.F, M.M, F, Y.A.S, A.I.S, A.S, Y.P, A.W, R, K.F, I.N.K, A.N, Y.P, dan

---

<sup>102</sup> Wawancara dengan Bapak Ali Murtadlo (Ketua RT), tanggal 13 November 2022, di Rumah Bapak Ali Murtadlo.

W.A.<sup>103</sup> Dari 14 remaja tersebut akan ada 4 remaja yang akan dijadikan sampling pada penelitian ini karena remaja tersebut mengalami kecanduan *game online Mobile Legends* dengan dengan karakteristik ingin bermain game terus menerus, kesehatan yang kurang terjaga karena sering begadang, tidak bisa mengendalikan waktu, dan selalu ingin bermain kembali.<sup>104</sup>

### 3. Profil Bapak Ali Murtadlo dan Bapak Nur Kholis

Dzikir sebagai terapi merupakan salah satu terapi yang bisa menyembuhkan remaja yang mengalami kecanduan *game online*. Dzikir sebagai terapi ini dilakukan oleh Ali Murtadlo atau biasa dipanggil Bapak Ali. Bapak Ali sendiri tinggal di Desa Karanglo RT 03 RW 03 Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas. Bapak Ali Murtadlo lahir di Banyumas pada tanggal 25 Mei 1984 yang sekarang beliau berumur 38 tahun. Beliau merupakan anak dari pasangan Bapak Tadireja (alm) dan Ibu Tarwen yang dalam kesehariannya bekerja sebagai petani.

Selain seorang terapis bapak Ali Murtadlo merupakan ketua RT 03 RW 03 di Desa Karanglo Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas. Bapak Ali Murtadlo ini juga merupakan seorang pekerja buruh. Selain itu juga merupakan seorang Imam masjid Jami' Baitul Muqorrobin yang berada di Desa Karanglo RT 03 RW 03 tersebut. Istri beliau bernama Kurniawati yang merupakan seorang Ibu rumah tangga. Beliau memiliki satu orang putri yang sekarang masih menduduki bangku sekolah di SMP 2 Negeri Cilongok. Riwayat pendidikan beliau adalah lulusan MA hingga lulus. Beliau juga pernah menjadi santri di Pondok Pesantren Nurusalam di Jember yang di asuh oleh Bapak Ali Muntohar Mukhti dari tahun 1999 sampai tahun 2007 yang kira-kira kurang lebih 8 tahun. Selanjutnya pada tahun 2014 Bapak Ali Murtadlo melanjutkan menjadi seorang santri di Pondok Pesantren Sangga Buana Tirta Samudra (Nurul Hakim Kubro)

---

<sup>103</sup> Wawancara dengan Bapak Ali Murtado, tanggal 12 Juli 2022, di Rumah Bapak Gito.

<sup>104</sup> Wawancara dengan Bapak Ali Murtadlo, tanggal 13 November 2022, di Rumah Bapak Ali Murtadlo.

yang berada di Purbalingga yang di asuh oleh Raden Sayidina Amir Hakim dan pada saat disinilah beliau dikenalkan dengan dzikir sebagai terapi dengan kalimatul haq *lailahaillallah muhamadurrasululoh*.<sup>105</sup>

Beliau mulai melakukan praktik terapi sejak tahun 2017. Setelah di Pondok Pesantren Sangga Buana Tirta Samudra yang diajarkan oleh beliau Raden Sayidina Amir Hakim dan yang kemudian diajarkan oleh beliau Bayu Lekso Samudro sebagai pengurus dan seseorang yang mengajak dan terjun langsung di lapangan untuk menolong orang berdzikir dengan kalimatul haq *lailahaillallah muhamadurrasululoh*. Dzikir ini tidak hanya dilakukan di wilayah Kabupaten Banyumas tetapi sudah sampai di luar kota dan bahkan luar Jawa. Dzikir ini di sebarluaskan dengan terjun langsung ke lapangan dengan mengenalkan langsung ke masyarakat. Beliau tidak hanya melakukan dzikir sebagai terapi untuk orang-orang yang mengalami kecanduan *game online*, tetapi beliau juga membantu orang yang memerlukan bantuannya di semua kalangan misalnya orang yang sakit parah, sakit biasa, mental yang perlu dikuatkan dan juga membantu orang yang meminta didoakan baik dalam kelancaran usahanya, ujiannya, dan masalah lain yang di alaminya menggunakan media dzikir dan semua dengan izin Allah SWT.<sup>106</sup>

Selanjutnya Bapak Nur Kholis merupakan adik dari Bapak Ali Murtadlo beliau juga membantu Bapak Ali Murtadlo untuk merekrut dan mengajak remaja yang mengalami kecanduan *game online*. Bapak Nur Kholis sendiri mulai mempelajari dzikir sebagai terapi pada tahun 2019 beliau mulai di kenalkan dan belajar dzikir sebagai terapi ini dari Bapak Ali Murtadlo. Pada akhirnya beliau mulai mencoba melakukan dzikir sebagai terapi di pandu oleh kakaknya dari tahun 2020 sesuai dengan panduan dari Pondok Pesantren Sangga Buana Tirta Samudra. Bapak Nur Kholis memiliki nama lengkap Nur Kholis Setiawan atau biasa dipanggil

---

<sup>105</sup> Wawancara dengan Bapak Ali Murtadlo, tanggal 13 November 2022, di Rumah Bapak Ali Murtadlo.

<sup>106</sup> Wawancara dengan Bapak Ali Murtadlo, tanggal 13 November 2022, di Rumah Bapak Ali Murtadlo.

Bapak Kholis. Bapak Kholis sendiri tinggal di Desa Karanglo RT 04 RW 03 Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas. Bapak Kholis lahir di Banyumas pada tanggal 25 Mei 1996 yang sekarang beliau berumur 26 tahun. Beliau merupakan anak dari pasangan Bapak Tadireja (alm) dan Ibu Tarwen yang dalam kesehariannya bekerja sebagai petani. Bapak Kholis sendiri merupakan lulusan S1 yang sekarang bekerja sebagai *frelancer* (kontruksi). Beliau mempunyai istri yang bernama Asti Prichatin yang merupakan seorang *staff accounting*. Bapak Nur Kholis sendiri dalam terapi berperan sebagai perekrut atau yang mengajak remaja yang kecanduan *game online* untuk mengurangi dan melakukan hal-hal lain yang lebih bermanfaat.<sup>107</sup>

#### 4. Proses Pelaksanaan Dzikir Sebagai Terapi

Dalam proses pelaksanaan dzikir untuk menangani kecanduan *game online* penulis dapat mengetahui bahwa dzikir ini tidak dilakukan hanya dalam satu hari saja melainkan dengan berjalannya waktu jika bisa itu sering tidak bisa ditentukan serta hasil yang diperoleh diserahkan kembali semua kepada Allah SWT. Seperti wawancara yang dilakukan dengan Bapak Ali Murtadlo beliau mengatakan bahwa :

*“Jadi dzikir yang dilakukan tidak hanya satu hari saja kalau bisa sering. Dzikir ini merupakan proses pengalihan jadi remaja yang mengalami kecanduan game online ini dialihkan dan diajak untuk berdzikir 113. Hal ini merupakan salah satu cara untuk mengurangi kecanduan game online yang tadinya mengalami kecanduan game online kita alihkan bersama-sama untuk berdzikir dan jadi tidak memegang HP dan dengan dilakukan cara berulang-ulang ini akan dapat dialihkan. Dzikir ini tidak ditentukan waktunya yang penting sering dan dilakukan dengan istikamah dan hasilnya kita serahkan kembali kepada Allah SWT.”<sup>108</sup>*

Selain itu dari hasil observasi awal yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa yang mengalami kecanduan *game online* di Desa

<sup>107</sup> Wawancara dengan Bapak Nur Kholis Setiawan, tanggal 14 November 2022, di Rumah Bapak Ali Murtadlo.

<sup>108</sup> Wawancara dengan Bapak Ali Murtadlo, tanggal 13 November 2022, di Rumah Bapak Ali Murtadlo.

Karanglo RT 03 RW 03 Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas ini tidak hanya dilakukan oleh kalangan remaja saja akan tetapi kalangan anak-anak bahkan orang dewasa juga ada yang mengalami kecanduan karena kurangnya kesibukan yang dimilikinya.<sup>109</sup>



Gambar 1. Observasi

Dari observasi hasil wawancara penulis mengetahui tentang proses dzikir sebagai yang dilakukan yaitu :

- a. Pertama dzikir 113 dengan mengumpulkan jamaah atau klien atau remaja untuk diajak melakukan dzikir dengan menggunakan kalimatul haq *lailahailallah muhammadurrosululoh* 100 kali, *alohuuma soli'ala sayidina muhammad wa'la ali sayidina muhammad* 100 kali, dan *bismillahirrohmanirrohim* 300 kali. Dzikir ini bisa dilakukan dengan berjamaah dan juga bisa dilakukan sehabis salat. Kemudian setelah dzikir bersama ini selesai dilanjutkan berdoa apa yang diinginkan hal ini dilakukan dua kali, dengan doa secara individu dan berdoa dengan mengikuti imam. Adapun proses pemberian dzikir 113 untuk bacaan lebih lengkapnya sebagai berikut :

- 1) *Salamun qaulam mirrobirrohim* 8×

*Innamaa amruhu idza arooda sayian ayyaquula lahuu kun fa yakun*

1×

سَلَّمَ قَوْلًا مِّن رَّبِّ رَحِيمٍ ×٨

إِنَّمَا أَمْرُهُ إِذَا أَرَادَ شَيْئًا أَنْ يَقُولَ لَهُ كُنْ فَيَكُونُ ×١

<sup>109</sup> Observasi di rumah Bapak Ali Murtdlo, pada tanggal 30 Mei 2022, Desa Karanglo Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas



## 7) Kalimatul haq 100×

*Laa ilaa ha illa lloh muhammadur rosuulullooh*

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ مُحَمَّدٌ رَسُولُ اللَّهِ ۝۱

## 8) Sholawat 100×

*Allohumma sholli alaa sayyidinaa muhammad wa alaa ali sayyidina muhammad* (saat sendirian) atau  
*Shola llooh' alaa muhammad* (saat berjamaah)

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ ۝۱  
صَلَّى اللَّهُ عَلَى مُحَمَّدٍ ۝۱

## 9) Basmallah 300×

*Bismillaahirrohmaanirrohiim*

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ۝۳

## 10) Al Fatihah 1-7×

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ۝۱ الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ ۝۲ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ۝۳  
مَلِكِ يَوْمِ الدِّينِ ۝۴ إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ ۝۵ اهْدِنَا الصِّرَاطَ  
الْمُسْتَقِيمَ ۝۶ صِرَاطَ الَّذِينَ أَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ ۝۷ غَيْرِ الْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلَا  
الضَّالِّينَ ۝۷ - ۱ × ۷

Setelah dzikir 113 ini selesai bisa dilanjutkan dengan dzikir lainnya untuk ketenangan hati ataupun melanjutkan berdoa kepada Allah SWT tentang apa yang diinginkan.<sup>110</sup>

- b. Kedua rukyah. Rukyah yang dilakukan ini dengan mengajak klien untuk duduk tenang sambil membacakan kalimatul haq *lailahaillalah*

<sup>110</sup> R. Syah, *Tata Cara Menjalankan dzikir 113 (Ruh, Hati, Jasad)*, Majelis Dzikir Nurul Hakim Kubro.

*muhammadurrosululoh*. Kemudian di belakang ada orang yang melakukan proses rukyah dengan metode yang sudah diajarkan. Rukyah yang dilakukan dengan metode tertentu dengan membaca bacaan tertentu yang dilakukan oleh terapis sesuai arahan dari Abah Bayu Lekso Samudra.

- c. Ketiga *ngumbar rasa*. Fungsi dari forum *ngumbar rasa* seperti proses konseling kelompok. *Ngumbar rasa* adalah salah satu metode dengan memberikan motivasi dan wejangan kepada remaja. Hal yang dimaksudkan adalah seperti motivasi bagi remaja yang masih sekolah untuk lebih giat belajar dan bagi remaja belum bekerja diberi motivasi untuk semangat dalam mencari pekerjaan dan berdoa kepada Allah SWT untuk segera mendapatkan pekerjaan supaya waktu yang digunakan tidak terbuang sia-sia untuk bermain *game online*. Hal-hal positif lain juga diberikan pada *ngumbar rasa* ini. Hal ini dilakukan dengan duduk bersama-sama *sharing* satu sama lain memberikan wejangan-wejangan positif kepada remaja.
- d. Keempat istighosah. Istighosah yang dilakukan biasanya disebut dengan istighosah kubro. Istighosah ini biasanya dilakukan satu bulan sekali dengan bacaan tertentu seperti yang ada di lampiran pada skripsi ini. Kegiatan istighosah kubro ini tidak hanya di wilayah Desa Karanglo saja melainkan Desa lain juga terdapat rutinan satu bulan sekali sesuai jadwal yang ditentukan. Di Desa Karanglo sendiri rutinan istighosah kubro dilakukan setiap hari minggu pon pada jam 21.00 WIB sampai selesai, kurang lebih selama 2 jam. Kegiatan istighosah ini tidak hanya diikuti oleh remaja yang mengalami kecanduan game online saja, akan tetapi juga oleh semua kalangan dari anak-anak hingga orang tua.

Seperti yang telah disampaikan oleh beliau Bapak Ali Murtadlo mengatakan bahwa tahapan yang dilakukan dari proses dzikir sebagai terapi yaitu dzikir 113, rukyah, *ngumbar rasa*, dan istighosah ini efektif

dilakukan karena ketika remaja yang tadinya ful bermain *game online* akan berkurang karena beralih kepada hal yang lebih positif.<sup>111</sup>

#### 5. Hasil Dzikir Remaja yang Kecanduan *Game Online*

Pada dasarnya setiap pengobatan pasti mempunyai suatu keefektifan sendiri untuk kesembuhan seseorang. Begitu pula dengan dzikir sebagai terapi yang dilakukan untuk mengatasi kecanduan *game online Mobile Legends* di Desa Karanglo RT 03 RW 03 Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas yang dilakukan oleh Bapak Ali Murtadlo. Namun selain itu kesembuhan ini tidak terjadi langsung akan tetapi memerlukan proses yang akan membuat seseorang itu sembuh. Kesembuhan yang dialami oleh seseorang itu berasal dari Allah SWT.

Seperti hasil wawancara dengan Bapak Ali Murtadlo mengatakan dalam wawancara yang dilakukan yaitu :

*“Kalau untuk kesembuhan ya memang alhamdulillah rata-rata sembuh. Tapi untuk kesembuhannya sendiri datangnya hanya dari Allah SWT. Saya di sini peranya hanya membantu mengurangi dan kesembuhan yang terjadi itu dengan izin Allah SWT.”<sup>112</sup>*

Di bawah ini adalah hasil dari beberapa klien yang telah melakukan dzikir sebagai terapi yaitu :

- a. Klien pertama
- 1) Nama : A.I.S
  - 2) Tempat tanggal lahir : Banyumas, 1 September 2006
  - 3) Alamat : Desa Karanglo 03/03 Cilongok Banyumas
  - 4) Usia : 16 tahun
  - 5) Jenis kelamin : Laki-laki
  - 6) Pendidikan : SMK

Sebagai remaja yang mengalami kecanduan *game online* A.I.S sendiri selaku klien mengatakan pada saat diwawancara sebagai berikut:

<sup>111</sup> Wawancara dengan Bapak Ali Murtadlo, tanggal 13 November 2022, di Rumah Bapak Ali Murtadlo.

<sup>112</sup> Wawancara dengan Bapak Ali Murtadlo, tanggal 13 November 2022, di Rumah Bapak Ali Murtadlo.

*“Alhamdulillah setelah melakukan dzikir main game berkurang, kebosanan berkurang, lebih bisa mengatur waktu yang biasanya digunakan untuk bermain game online digunakan untuk mengikuti kegiatan dzikir tetapi setelah melakukan dzikir masih bermain game online tapi bisa menguranginya dan setelah selesai pulang dan istirahat.”<sup>113</sup>*

Dari hasil yang diperoleh penulis dapat mengetahui kondisi klien setelah mengikuti dzikir bahwa klien sudah bisa mengurangi bermain *game online Mobile Legends* meskipun terkadang masih bermain *game* dia sudah bisa mengatur waktu dengan baik dalam kesehariannya.

b. Klien kedua

- 1) Nama : K.F
- 2) Tempat tanggal lahir : Banyumas, 13 Oktober 1999
- 3) Alamat : Desa Karanglo 03/03 Cilongok Banyumas
- 4) Usia : 23 tahun
- 5) Jenis kelamin : Laki-laki
- 6) Pendidikan : SMK

Sebagai pecandu *game online* K.F mengaku bahwa dia mengalami kecanduan *game online* sejak kelas 2 SMK atau bisa dikatakan sejak tahun 2016. Klien mengatakan tentang kondisi setelah mengikuti dzikir 113 sebagai berikut :

*“Setelah mengikuti dzikir waktu bermain game berkurang, bisa berpikir, dan menjadi lebih tenang. Setelah dilakukan dzikir sebagai terapi saya juga bisa bekerja karena diberikan motivasi dan sekarang sudah tidak bermain game online lagi karena lelah bekerja.”<sup>114</sup>*

Dari hasil wawancara yang dilakukan penulis bisa menjelaskan kembali tentang kondisi K.F, dia sudah tidak bermain *game online Mobile Legends* lagi dan sudah mendapatkan pekerjaan berkat

<sup>113</sup> Wawancara dengan A.I.S, tanggal 19 November 2022, di Rumah Bapak Nur Kholis.

<sup>114</sup> Wawancara dengan K.F, tanggal 19 November 2022, di Rumah Bapak Nur Kholis.

dukungan dan motivasi yang diberikan pada saat *ngumbar rasa* dilakukan.

c. Klien ketiga

- 1) Nama : Y.A.S
- 2) Tempat tanggal lahir : Banyumas, 26 Juni 2006
- 3) Alamat : Desa Karanglo 03/03 Cilongok Banyumas
- 4) Usia : 16 tahun
- 5) Jenis kelamin : Laki-laki
- 6) Pendidikan : SMK

Y.A.S memberikan keterangan kondisinya setelah mengikuti dzikir sebagai terapi yaitu :

*“Perubahan yang saya alami ya main game berkurang tidak setiap hari mba selain itu salat saya juga menjadi tepat waktu saya juga menjadi ingin lebih baik lagi mba.”<sup>115</sup>*

Dari keterangan hasil wawancara di atas penulis dapat mengetahui tentang kondisi Y.A.S saat ini sudah bisa mengurangi bermain *game online Mobile Legends*, selain itu juga dzikir 113 yang dilakukan membuat Y.A.S tepat waktu dalam melaksanakan ibadah salatnya.

d. Klien keempat

- 1) Nama : W.A
- 2) Tempat tanggal lahir : Banyumas, 19 September 2006
- 3) Alamat : Desa Karanglo 03/03 Cilongok Banyumas
- 4) Usia : 16 tahun
- 5) Jenis kelamin : Laki-laki
- 6) Pendidikan : SMK

Sebagai remaja yang mengalami kecanduan *Mobile Legends* setelah melakukan dzikir W.A memberikan keterangan yaitu :

---

<sup>115</sup> Wawancara dengan Y.A.S, tanggal 27 November 2022, di Rumah Bapak Ali Murtadlo.

*“Setelah melakukan dzikir 113 saya bisa lebih memanfaatkan waktu untuk hal yang lebih berguna belajar, dan lebih ada kegiatan. Kalau main game ya mba masih cuma jarang karena ya sering ikut kegiatan ngumbar rasa ini mba jadi sudah berkurang dan termotivasi untuk lebih baik lagi untuk menjadi orang yang lebih baik.”<sup>116</sup>*

Dari hasil wawancara tersebut penulis dapat menjelaskan kembali tentang kondisi W.A saat ini sudah jarang bermain *game online Mobile Legends* selain itu dzikir sebagai terapi yang dilakukan membuat W.A sudah bisa memanfaatkan waktu untuk melakukan hal-hal yang lebih berguna seperti belajar untuk memperbaiki nilai akademis dan termotivasi untuk bisa menjadi orang yang lebih baik.

## B. Analisis Data

### 1. Analisis Dzikir Sebagai Terapi



Gambar 2. Dzikir 113

Dari hasil wawancara yang dilakukan dengan Bapak Ali Murtadlo beliau mengatakan bahwa :

*Dzikir sebagai terapi ini merupakan suatu proses upaya mengobati dan menyembuhkan orang dengan berserah diri kepada Allah SWT dengan menyebut namanya dengan bacaan kalimatul haq lailahaillallah muhamadurrosulluloh 100 kali, alohuma soli'ala sayidina muhammad wa'ala ali sayidina muhamad 100 kali, dan bismillahhirohmanirohim 300 kali atau biasa dikatakan dzikir 113 untuk kesembuhannya. Dzikir ini merupakan suatu perantara sebagai proses untuk mencapai kesembuhan.”<sup>117</sup>*

<sup>116</sup> Wawancara dengan W.A, tanggal 27 November 2022, di Rumah Bapak Ali Murtadlo.

<sup>117</sup> Wawancara dengan Bapak Ali Murtadlo, tanggal 13 November 2022, di Rumah Bapak Ali Murtadlo.

Hal serupa juga diungkapkan oleh Bapak Nur Kholis beliau mengatakan :

*“Dzikir menurut saya ya merupakan upaya yang dilakukan untuk menyembuhkan seseorang dengan cara mendekatkan diri kepada Allah SWT dan untuk memperoleh ketenangan hati bagi seseorang semua hasil untuk kesembuhan kita serahkan kepada Allah SWT untuk dzikir yang dilakukan sendiri menggunakan dzikir 113.”<sup>118</sup>*

Penulis menjelaskan kembali tentang hasil wawancara dengan terapis mengatakan bahwa dzikir sebagai terapi merupakan proses penyembuhan seseorang dengan mendekatkan diri kepada Allah SWT. Jadi penulis dapat mengetahui bahwa hasil penelitian dan teori yang ada itu sesuai karena pada saat diwawancarai responden sama-sama mengatakan bahwa dzikir 113 ini merupakan proses penyembuhan seseorang dengan mendekatkan diri kepada Allah SWT .

Sebagaimana yang dijelaskan di dalam buku konseling Islam dzikir merupakan suatu media yang digunakan manusia untuk lebih dekat atau mendekatkan diri kepada Allah SWT dan dzikir ini merupakan salah satu media yang ampuh yang bisa digunakan untuk menghilangkan penyakit hati.<sup>119</sup> Dzikir merupakan suatu bentuk pengobatan penyakit dengan cara menyebut nama Allah SWT dengan hati yang tulus.

## 2. Analisis Metode dan Teknik Dzikir

Dari hasil wawancara yang dilakukan kepada Bapak Ali Murtadlo yang merupakan subjek penelitian beliau menjelaskan tentang metode dan teknik yang dilakukan pada saat melakukan dzikir sebagai berikut :

*“Metode dan teknik yang dilakukan pada dzikir sebagai terapi ini adalah pertama dengan mengumpulkan klien atau remaja yang mengalami kecanduan game online untuk melakukan dzikir dengan cara mengikuti imam apabila dilakukan secara berjamaah. Bacaan yang digunakan untuk melakukan dzikir 113 sendiri dengan menggunakan salamun qaulam mirrobirrohim 8 kali, innamaa*

<sup>118</sup> Wawancara dengan Bapak Nur Kholis Setiawan, tanggal 14 November 2022, di Rumah Bapak Ali Murtadlo.

<sup>119</sup> Abdul Basit, *Konseling Islam*, (Depok: Kencana, 2017), hlm 188.

*amruhuu idza arooda sayian ayyaquula lahuu kun fa yakun 1 kali, syahadat (asyhadu allaa ilaaha illallooh wa asyhadu anna muhammadarrosullulooh) 7 kali, istigfar (astagfirulloohal adzim innallooha ghofururrohimi) 9/21/33/100 kali, tawasul atau al fatihah 7 kali, yu'til hikmata mayyasyaa' wamayyu'tal hikmata faqod uutiya khoiron katsiro, wama yadzdzakaru illaa ulul albab 1 kali atau 3 kali, ayat kursi 1 kali, kalimatul haq (laailahaillooh muhammadur rosuulullooh) 100 kali, sholawat nabi (allohumma sholli alaa sayyidinaa muhammad wa alaa ali sayyidina muhammad) dibaca ketika sendiri (shola llooh'ala Muhammad) dibaca ketika berjamaah 100 kali, basmalah (bismillaahirrohmaanirrohiim) 300 kali, dan al fatihah 1 kali atau 7 kali. Kemudian berdoa untuk keinginan yang diinginkan baik secara individu maupun doa bersama yang dipimpin oleh imam. Setelah dzikir 113 selesai dilakukan kemudian dilanjutkan dengan rukyah dengan cara remaja yang kecanduan diajak duduk tenang sambil membaca kalimatul hak lailahaillooh muhammadur rosuulullooh kemudian orang yang di belakang memberikan sugesti dan melakukan rukyah sesuai arahan yang telah diajarkan di situ juga terdapat mbah bayu lekso samudro. Setelah rukyah selesai biasanya dilanjutkan dengan ngumbar rasa yang berfungsi untuk pemberian motivasi bagi pecandu game online Mobile Legends. Bagi yang sekolah diberi motivasi untuk belajar dan lainnya dan bagi yang sudah lulus diberikan motivasi untuk bekerja selain mengaji ya harus bekerja. Hal ini biasanya dilakukan beberapa kali untuk penyembuhan pecandu game online. Akan tetapi kesembuhan yang diberikan hanya datang dari Allah SWT. Tidak hanya itu terdapat rutinan istghosah kubro yang biasanya dilakukan satu bulan sekali, kalau di sini si setiap malam minggu pon.”<sup>120</sup>*

Dari hasil wawancara di atas penulis dapat mengetahui metode dan teknik yang digunakan dalam proses dzikir memiliki beberapa tahapan di antaranya pertama klien diajak untuk mengikuti dzikir 113 yang dilakukan secara berjamaah. Kemudian dilanjutkan dengan berdoa sesuai dengan keinginannya baik itu doa yang dilakukan secara individu dan secara berjamaah mengikuti imam. Kedua setelah dzikir 113 selesai di lanjutkan dengan rukyah, dan klien atau jamaah yang di rukyah sambil mengucapkan kalimat haq *lailahaillooh muhammadur rosuulullooh*. Ketiga *ngumbar rasa*, ini merupakan salah satu metode yang dilakukan dengan memberikan

---

<sup>120</sup> Wawancara dengan Bapak Ali Murtdlo, tanggal 13 November 2022, di Rumah Bapak Ali Murtdlo.

motivasi kepada para remaja dan saling *sharing* tukar cerita satu sama lain seperti sesi konseling kelompok dengan saling memberikan masukan satu sama lain. Keempat istighosah selain ketiga tahapan yang dilakukan di atas juga terdapat rutinan istighosah kubro yang dilakukan satu bulan sekali untuk bacaan yang dibaca sesuai dengan yang ada di lampiran skripsi ini.

Kemudian menurut Hawari. Ia mengusulkan beberapa metode dan teknik terapi yaitu dengan membaca tasbih (*subhanallah*), membaca tahmid (*alhamdulillah*), membaca tahlil (*la ilaha illallah*), membaca takbir (*Allahu akbar*), membaca hauqallah (*la haula wala quwwata illa billah*), hasballah (*hasbiallahu wani"mal wakil*), Istighfar (*astaghfirullah adzim*), dan membaca lafadz baqiyatussalihah (*subhanallah wal hamdulillah wala illaha illallah Allahu akbar*).<sup>121</sup>

Dari penjelasan di atas dapat dilihat bahwa antara hasil penelitian lapangan dan teori tidak sesuai karena Hawari mengatakan metode dan teknik yang digunakan menggunakan bacaan-bacaan tertentu seperti tasbih, tahmid, tahlil, takbir, haqallah, hasballah, istighfar, dan baqiyatussalihah. Sedangkan pada penelitian lapangan penulis dapat mengetahui tentang metode dan teknik yang digunakan pada saat dzikir dilakukan adalah dengan menggunakan dzikir 113, ruyah, dan *ngumbar rasa* (*sharing* dan pemberian motivasi). Selain itu juga ada rutinan istighosah kubro satu bulan sekali.

### 3. Analisis Fungsi Dzikir Sebagai Terapi

Hasil wawancara yang dilakukan dengan Bapak Ali Murtadlo beliau mengatakan bahwa :

*“Dzikir sebagai terapi yang saya lakukan sebenarnya ya tidak hanya untuk menyembuhkan kecanduan game online. Dzikir ini sangat fungsional semua kalangan bisa di terapi sesuai dengan masalah masing-masing dan dengan izin Allah SWT. Tetapi khususnya pada remaja yang ada di Karanglo ini dikhususkan untuk penyembuhan dan pengalihan kecanduan game online untuk menyadari bahwa*

---

<sup>121</sup> Ratna Dewi, Konsep Zuhud Pada Ajaran Tasawuf Dalam Kehidupan Santri Pada Pondok Pesantren, *Jurnal Dakwah dan Pengembangan Sosial Kemanusiaan*, Vol. 12, No. 2, 2021, hlm. 135-136.

*sudah kecanduan dan berlebihan dalam bermain game online dan nantinya kesembuhan pecandu game online ini kita kembalikan kembali kepada Allah SWT. Pada dasarnya terapi yang saya lakukan itu tidak hanya kasus kecanduan game online saja yang dihadapi. Ada masalah lainnya misalnya masalah mental, sakit parah, orang yang meminta didoakan untuk kelancaran usahanya dan masalah kehidupan lainnya.”<sup>122</sup>*

Kemudian Bapak Nur Kholis sendiri mengatakan pada saat proses wawancara sebagai berikut :

*“Fungsi dari dzikir 113 ini sangat fungsional terutama untuk ketenangan hati dan pikiran. Akan tetapi pada kasus remaja yang ada di Desa Karanglo ini saya ajak untuk mengikuti dzikir fungsinya selain untuk ketenangan sebagai proses penyembuhan dan lebih ke pengalihan dari yang awalnya bermain game terus saya ajak untuk melakukan hal yang lebih bermanfaat yaitu berdzikir supaya lebih dekat kepada Allah SWT.”<sup>123</sup>*

Dari hasil wawancara penulis dapat menjelaskan kembali bahwa fungsi dzikir sebagai terapi ini untuk menyembuhkan dan fungsional karena dapat menyembuhkan masalah mental, sakit parah, untuk ketenangan hati, dan masalah lainnya. Akan tetapi untuk remaja yang ada di Desa Karanglo RT 03 RW 03 dikhususkan untuk menyembuhkan kecanduan *game online Mobile Legends*.

Dikutip dari buku yang ditulis Gusti Abdurrahman mengatakan Hamdani Bahran Adz-Zaki menulis fungsi dari terapi yaitu pertama fungsi pemahaman berarti bahwa manusia diciptakan untuk memiliki masalah dalam kehidupan dan memiliki solusi. Kedua mereka memiliki fungsi pendidikan yang berarti kualitas sumber daya manusia yaitu hal-hal yang tidak diketahui menjadi diketahui dan mengetahui hal yang buruk sehingga menjadi baik. Ketiga fungsi *preventif* yaitu memberikan pemahaman bagi manusia untuk menerapkan ilmu agar tidak merugikan diri sendiri dan

---

<sup>122</sup> Wawancara dengan Bapak Ali Murtadlo, tanggal 13 November 2022, di Rumah Bapak Ali Murtadlo.

<sup>123</sup> Wawancara dengan Bapak Nur Kholis Setiawan, tanggal 14 November 2022, di Rumah Bapak Ali Murtadlo.

orang lain. Keempat fungsi penyembuhan adalah membantu manusia untuk menangani perawatan penyakit dan mengobati penyakit. Kelima fungsi pembersihan dan penyucian adalah untuk menyucikan atau membersihkan diri dari dosa-dosa yang dilakukan oleh manusia.<sup>124</sup>

Dari data yang diperoleh di lapangan dengan teori yang dibahas penulis dapat mengetahui bahwa teori dan hasil wawancara dengan terapis ini sama-sama membahas tentang fungsi dari dzikir sebagai terapi yaitu untuk menyembuhkan.

#### 4. Analisis Tujuan Dzikir Sebagai Terapi

Data yang diperoleh dari wawancara dengan Bapak Ali Murtadlo mengatakan bahwa tujuan dzikir yang dilakukan adalah :

*“Tujuan dari dzikir yang dilakukan karena kita sebagai seorang Islam untuk menambah keimanan dan mendekatkan diri kita kepada Allah SWT itu secara batinniyah dan juga menyembuhkan penyakit hati dan penyakit jasad karena sesungguhnya kesembuhan hanya milik Allah SWT. Bagi pecandu game online Mobile Legends bertujuan untuk proses pengalihan dan diharapkan dapat membuat remaja berubah serta menyesali perbuatan yang dilakukan sehingga dapat mengetahui potensi yang dimiliki oleh dirinya.”<sup>125</sup>*

Hal serupa juga diungkapkan oleh Bapak Nur Kholis yang mengatakan tentang tujuan dari dzikir yang dilakukan sebagai berikut :

*“Kalau menurut saya tujuan dzikir ini untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT. Selain itu bagi pecandu game online Mobile Legends untuk menumbuhkan semangat untuk berinovasi/berkarya nyata. Membawa sebuah kedamaian bagi diri sendiri dan juga orang sekitar. Serta membuka fikiran untuk selalu memanfaatkan waktu dengan baik dan bermanfaat.”<sup>126</sup>*

Penulis dapat menjelaskan kembali bahwa tujuan dari dzikir dari hasil wawancara dengan terapis yaitu untuk mendekatkan diri kepada Allah

<sup>124</sup> Gusti Abdurrahman, *Terapi Sufistik untuk Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*, (Yogyakarta: Aswaja Pressindo. 2010), hlm. 53-54.

<sup>125</sup> Wawancara dengan Bapak Ali Murtadlo, tanggal 13 November 2022, di Rumah Bapak Ali Murtadlo.

<sup>126</sup> Wawancara dengan Bapak Nur Kholis Setiawan, tanggal 14 November 2022, di Rumah Bapak Ali Murtadlo.

SWT dan mengatasi permasalahan yang dialami. Tetapi untuk remaja yang kecanduan *game online Mobile Legends* untuk bisa memanfaatkan waktu dengan baik, membuat remaja menyesali perbuatannya, dan mengetahui potensi yang ada pada dirinya.

Sebagaimana yang dijelaskan oleh Ashadi Cahyadi dalam jurnal psikoterapi dalam pandangan Islam tujuan dari psikoterapi untuk membantu individu menangani masalah emosional melalui modifikasi tingkah laku, emosi, dan pikiran sehingga mampu mengembangkan potensi diri untuk menangani masalah psikis yang dialaminya.<sup>127</sup> Selain itu dzikir juga bertujuan untuk mendapatkan tingkah laku baru untuk menghilangkan tingkah laku yang tidak diinginkan. Di dalam Islam psikoterapi bertujuan untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT dengan cara memperbaiki diri atau membersihkan diri.<sup>128</sup>

Dari data yang dihasilkan pada saat wawancara penulis dapat mengetahui bahwa antara hasil penelitian dan teori yang dijelaskan ini sama dan sesuai karena memiliki kesamaan yaitu tujuan dari dzikir sebagai terapi ini merupakan suatu cara untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT serta dapat untuk mengembangkan potensi yang dimiliki oleh seseorang sehingga dapat melakukan tingkah laku sesuai dengan apa yang diinginkan.

##### 5. Analisis Hasil Dzikir Remaja yang Kecanduan *Game Online*

Kehidupan spiritual yang dihiasi dengan kegiatan dzikir membuat manusia terhindar dari maksiat batin karena segala perbuatannya serasa diawasi oleh Allah SWT yang maha mengetahui dan maha melihat. Dzikir adalah cara untuk menjadi lebih dekat atau mendekatkan diri kepada Allah SWT. Dzikir adalah salah satu obat ampuh untuk menghilangkan penyakit hati. Dengan dzikir membuat hilanglah segala bentuk kegelisahan yang ada dalam pikiran karena pikiran disibukkan dengan mengingat Allah SWT yang memiliki kekuasaan tertinggi dalam kehidupan manusia. Bagi klien

---

<sup>127</sup> Ashadi Cahyadi, Psikoterapi Dalam Pandangan Islam, *El-Fakar : Jurnal Pemikiran Keislaman dan Tafsir Hadis*, Vol. 5, No. 2, Juli-Desember 2016, hlm. 1.

<sup>128</sup> Ros Mayasari, Islam dan Psikoterapi, *Al – Munzir*, Vol. 6, No. 2, November 2013, hlm. 253.

yang sakit, dzikir merupakan media yang dapat memusatkan hati, emosi, dan pikiran klien untuk menciptakan komunikasi antara dirinya dengan tuhan-Nya. Dengan memahami dan menghayati kalimat-kalimat yang dibacakan klien saat berdzikir akan membuat klien memiliki rasa percaya diri yang bertambah, iman bertambah kuat, harapan bertambah dan membuat hati tenang dan tenteram.<sup>129</sup>

Hal ini juga dirasakan oleh remaja yang mengalami kecanduan *game online Mobile Legends* mereka merasa tenang dan ingin melakukan hal yang bermanfaat pada saat wawancara dengan W.A dia memberikan keterangan :

*“ya untuk manfaat atau perubahan lain ya mba seperti saya menjadi tenang mba hatinya dan saya saya ingin melakukan hal yang bermanfaat tidak hanya ingin bermain game saja mba. Selain itu sampai sekarang saya juga masih mengamalkan dzikir 113 untuk ketenangan hati saya setelah salat kalau tidak pokoknya dalam salat 5 waktu itu paling ngga ya mengamalkan 1 kali mba.”<sup>130</sup>*

Hal ini serupa seperti yang dikatakan oleh A.I.S dia mengatakan :

*“Ya engga cuma itu aja mba aku juga ngerasa tenang dan ngerasa pengen jadi lebih baik lagi mba meski masih kadang main game setidaknya udah bisa ngga menunda waktu salat mba. Di sisi lain aku juga masih ngelakuin dzikir 113 abis salat tapi kalau sempet mba. Kalau ngga ya pas ada waktu senggang.”<sup>131</sup>*

Y.A.S juga mengatakan tentang hal yang dialami setelah melakukan dzikir sebagai terapi dia mengatakan sebagai berikut :

*“Kalau perubahan lain ya itu paling mba saya jadi kalau melaksanakan salat jadi tepat waktu mba. Tidak menunda-nunda lagi waktu salat juga sekarang saya juga merasakan lebih tenang aja mba kalau sudah salat. Kalau dzikir 113 saya juga itu jalan si mba alhamdulillah sehabis salat sebisa mungkin dilakukan.”<sup>132</sup>*

<sup>129</sup> Abdul Basit, *Konseling Islam*, (Depok: Kencana, 2017), hlm 188-189.

<sup>130</sup> Wawancara dengan W.A, tanggal 27 November 2022, di Rumah Bapak Ali Murtadlo

<sup>131</sup> Wawancara dengan A.I.S, tanggal 19 November 2022, di Rumah Bapak Nur Kholis.

<sup>132</sup> Wawancara dengan Y.A.S, tanggal 27 November 2022, di Rumah Bapak Ali Murtadlo.

Sebagai klien K.F juga mengatakan tentang kondisi yang dialami setelah melakukan dzikir pada saat wawancara K.F mengatakan sebagai berikut :

*“Engga cuma itu si mba saya sekarang lebih tenang dan saya juga alhamdulillah sudah bekerja dan alhamdulillah juga udah ga main game online Mobile Legends lagi. Selain mulai sadar saya juga lelah setelah bekerja mau main game dan saya juga mulai sibuk dengan dunia nyata dan memikirkan masa depan untuk bekal dunia dan akhirat juga. Selain saya bekerja saya juga masih mengamalkan dzikir 113 ketika sempat sehabis salat untuk kelancaran segala urusan saya.”<sup>133</sup>*

Dari beberapa hasil wawancara dengan remaja yang mengalami kecanduan *game online Mobile Legends* dan teori yang dijelaskan penulis dapat mengetahui bahwa antara teori dan hasil wawancara ini sama, karena mereka menjelaskan tentang hasil yang diperoleh ketika melakukan dzikir yaitu menenangkan hati bagi klien. Selain itu juga membuat klien salat tepat waktu hal ini juga sesuai dengan teori yaitu untuk meningkatkan iman.

Kemudian Bapak Ali Murtadlo menjelaskan mengenai hasil yang diperoleh oleh remaja yang mengikuti dzikir beliau mengatakan sebagai berikut :

*“Hasil setelah dilakukannya dzikir sebagai terapi itu biasanya alhamdulillah baik, cuma bagaimana kelanjutannya untuk menjaga dari seorang yang diterapi itu mau menjaga dan mau merubah atau tidak. Kemudian untuk remaja game online alhamdulillah berkurang dalam bermain game online Mobile Legends dengan seiring berjalannya waktu, apalagi ketika dzikir yang dilakukan dengan istiqomah maka dengan izin Allah SWT insyallah pecandu game online Mobile Legends dapat sembuh.”<sup>134</sup>*

---

<sup>133</sup> Wawancara dengan K.F, tanggal 19 November 2022, di Rumah Bapak Nur Kholis.

<sup>134</sup> Wawancara dengan Bapak Ali Murtadlo, tanggal 13 November 2022, di Rumah Bapak Ali Murtadlo.

Remaja yang mengalami kecanduan *game online* dengan mengikuti dzikir datangnya kesembuhan hanya dari Allah SWT. Di sini Bapak Ali Murdadlo dan Bapak Nur Kholis merupakan sebuah perantara dan semua kesembuhan yang datangnya dari Allah SWT apabila telah berkehendak. Bapak Ali Murdadlo hanya mempercayakan kesembuhan dari pecandu *game online* kepada Allah SWT dengan upaya dan tata cara yang ada dan semua kesembuhan tidak lepas dari dukungan orang-orang sekitar dan motivasi yang diberikan dalam rangka untuk menyembuhkan pecandu *game online Mobile Legends*. Dari hasil wawancara dengan remaja dan terapis dapat diketahui kecanduan *game online* yang dialami menjadi berkurang dan bahkan berhenti. Selain itu juga terdapat efek lain seperti ketenangan hati. Untuk *follow up* dari dzikir yang dilakukan biasanya disarankan untuk melakukan dzikir 113 minimal 1 kali dalam sehari atau setiap selesai melaksanakan salat. Dzikir ini juga bisa dilanjutkan dengan dzikir lain dan kalimat yang menenangkan hati.



## BAB V PENUTUP

### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang Dzikir 113 dan *Ngumbar Rasa* Sebagai Terapi Kecanduan Game Online Mobile Legends Pada Remaja di Desa Karanglo RT 03 RW 03, Kecamatan Cilongok, Kabupaten Banyumas dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

Dalam proses pelaksanaan dzikir sebagai terapi sendiri tidak hanya satu kali melainkan bertahap dan sampai klien sembuh dengan izin Allah SWT. Ada beberapa proses atau tahapan yang dilakukan pada saat melakukan dzikir di antaranya pertama dzikir 113. Kemudian setelah itu baru dilanjutkan dengan dzikir dengan khusyuk yang biasanya di pimpin oleh imam dan para jamaah atau klien mengikuti imam. Adapun bacaan yang dibacakan pada saat melakukan dzikir 113 dengan membaca *salamun qaulam mirrobirrohim* 8 kali, *innamaa amruhuu idza arooda sayian ayyaquula lahuu kun fa yakun* 1 kali, *syahadat (asyhadu allaa ilaaha illalloh wa asyhadu anna muhammadarrosullulloh)* 7 kali, *istigfar (astagfirulloohal adzim innallooha ghofururrohim)* 9/21/33/100 kali, *al fatihah* 7 kali, *yu'til hikmata mayyasyaa' wamayyu'tal hikmata faqod uutiya khoiron katsiro wama yadzdzakaru illaa ulul albab* 1 kali atau 3 kali, *ayat kursi* 1 kali, *kalimatul haq (laailaahailalloh muhammadur rosuululloh)* 100 kali, *sholawat nabi (allohumma sholli alaa sayyidinaa muhammad wa alaa ali sayyidina muhammad)* dibaca ketika sendiri (*shola llooh' alaa muhammad*) dibaca ketika berjamaah 100 kali, *basmallah (bismillaahirrohmaanirrohiim)* 300 kali, dan *al fatihah* 1 kali atau 7 kali. Kemudian berdoa untuk keinginan yang diinginkan. Doa ini dilakukan baik secara individu maupun secara berjamaah mengikuti imam.

Kemudian yang kedua dilanjutkan dengan rukyah. Rukyah yang dilakukan dengan cara remaja yang kecanduan diajak duduk tenang sambil membaca *kalimatul haq lailaahailalloh muhammadur rosuululloh*. Kemudian orang yang di belakang memberikan sugesti dan melakukan rukyah dengan menekan titik dan bacaan tertentu sesuai arahan yang telah diajarkan. Di situ

juga terdapat Abah Bayu Lekso Samudro yang ikut langsung terjun di lapangan.

Kemudian yang ketiga *ngumbar rasa*. *Ngumbar rasa* berfungsi untuk memberikan motivasi bagi pecandu *game online Mobile Legends* dan saling *sharing* satu sama lain atau dapat di katakan seperti konseling kelompok. Bagi yang sekolah diberi motivasi untuk belajar dan lainnya. Sedangkan bagi yang sudah lulus diberikan motivasi untuk bekerja. Keempat *istighosah* yang biasa disebut *istighosah kubro* biasanya ini dilakukan satu bulan sekali pada malam minggu pon dengan bacaan tertentu seperti yang ada di lampiran.

Dzikir sebagai terapi yang dilakukan dengan tahapan di atas biasanya dilakukan beberapa kali. Hasil yang diperoleh dari proses dzikir ini remaja yang mengalami kecanduan *game online* bisa menjadi teratasi, berkurang bahkan berhenti. Apabila dzikir ini dilakukan dengan rutin baik secara berjamaah ataupun individu. Untuk *follow up* klien di anjurkan untuk melakukan dzikir 113 sehabis salat atau paling tidak satu kali dalam salat 5 waktu. Kesembuhan yang terjadi dari dzikir sebagai terapi ini hanya datang dari Allah SWT.

## B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian mengenai dzikir dan *ngumbar rasa* sebagai terapi yang digunakan untuk menangani kecanduan *game online Mobile Legends* oleh Bapak Ali Murtadlo dan Bapak Nur Kholis, maka penulis memberikan beberapa saran sebagai berikut :

1. Bagi Bapak Ali Murtadlo dan Bapak Nur Kholis, penulis berharap semoga beliau terus melakukan pelayanan dzikir sebagai terapi terhadap remaja yang kecanduan *game online Mobile Legends* dan membantu mereka yang membutuhkan bantuannya, karena dzikir yang diberikan terdapat manfaat dan keefektifan kesembuhan bagi seseorang yang membutuhkannya.
2. Bagi masyarakat umum, penulis merekomendasikan dzikir sebagai terapi bagi masyarakat yang saudaranya atau anaknya mengalami kecanduan *game online* untuk menggunakan dzikir.

3. Bagi mahasiswa, penulis berharap dapat menambah wawasan khazanah ilmu pengetahuan terutama bagi mahasiswa prodi bimbingan dan konseling Islam.
4. Bagi penelitian selanjutnya, penulis berharap bahwa penelitian mengenai dzikir ini dapat memberikan pandangan baru mengenai dzikir sebagai terapi dan menjadi sebuah referensi bagi penelitian selanjutnya.



## DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, Zain, M. (2007). *Zikir dan Tasawuf*, Surakarta: Qaula Smart Media.
- Abdurrahman, Gusti. (2010). *Terapi Sufistik untuk Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*, Yogyakarta: Aswaja Pressindo.
- Amin, Munir, Samsul. (2008). *Energi Dzikir*, Jakarta: Bumiaksara.
- Akbar, Hairil. (2020). Penyuluhan Dampak Perilaku Kecanduan Game Online Terhadap Kesehatan Remaja di SMA Negeri 1 Kotamobagu. *Community Engagement & Emergence Journal*, 1(2), 42-47.
- Ali, Mohammad & Asrori, Mohammad. (2009). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*, Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Anward, Heryati, Hemmy. (2002). Dzikirullah: Suatu Transcendental Being dan Terapi. *Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi*, 6(2), 110-121.
- Artikel -karanglo (bunga-desa.id), diakses tanggal 18 November 2022. Pada jam 11.15 WIB.
- Ayu, Lestari. (2016). Interaksi Sosial dan Konsep Diri dengan Kecanduan Game Online Pada Dewasa Awal. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(2), 167-173.
- Azmi, Nurul. (2015). Potensi Emosi Remaja Dan Pengembangannya. *SOSIAL HORIZON: Jurnal Pendidikan Sosial*, 2(1), 36-46.
- Basit, Abdul. (2017). *Konseling Islam*. Depok: Kencana.
- Basri, Sayid, Hasan, A. (2010). Peran Media Dalam Layanan Bimbingan Konseling Islam Di Sekolah. *Jurnal Dakwah*, XI(1), 23-41.
- BPS Kabupaten Banyumas. (2021). *Kecamatan Cilongok Dalam Angka 2021*, Banyumas: CV. Prima Puspa Sari.
- Cahyadi, Ashadi. (2016). Psikoterapi Dalam Pandangan Islam. *El-Fakar : Jurnal Pemikiran Keislaman dan Tafsir Hadis*, 5(2), 1-8.
- Chodijah, Siti. (2017). Konsep Salat Tahajud Melalui Pendekatan Psikoterapi Hubungannya Dengan Psikologi Kesehatan (Penelitian Di Klinik Terapi Tahajud Surabaya). *Jurnal Unimus*, 1, 417-444.
- Dewi, Ratna. (2021). Konsep Zuhud Pada Ajaran Tasawuf Dalam Kehidupan Santri Pada Pondok Pesantren. *Jurnal Dakwah dan Pengembangan Sosial Kemanusiaan*, 12(2), 122-142.
- Emzir. (2010). *Metodologi Penelitian Kualitatif Analisis Data*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Firdaus, Waluya, Dony., Widyasastrena, Dimas. (2016). Kajian Pertumbuhan Minat dan Realisasi Investasi Penanaman Modal Asing (PMA) dan

- Penanaman Modal Dalam Negeri (PMDN) Provinsi Jawa Barat (Lokasi dan Sektor Usaha). *Jurnal Riset Akuntansi Dan Keuangan*, 4(1), 895-910.
- Fauziawati, Wieke. (2015). Upaya Mereduksi Kebiasaan Bermain Game Online Melalui Teknik Diskusi Kelompok. *Psikopedagogia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(2), 115-123.
- Fakih, Ainurrahim. (2000). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling Islam*, Yogyakarta: UII Press.
- Gunawan, Didik. (2018). Penerapan Konseling Behavioral Teknik Modelling Untuk Mengatasi Kecanduan Game Online Pada Anak Usia 10 Tahun. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 5(2), 105-118.
- Hasanah, Hasyim. (2017). Teknik-teknik Observasi. *Jurnal At-Taqqadam*, 8(1), 21-46.
- Heryana, Esya., dkk. (2022). Konsep Zikir dalam Al-Qur'an sebagai Terapi Gangguan Bipolar, *Jurnal Riset Agama*, 2(1), 53-67.
- Hikmat, M, Mahi. (2014). *Metode penelitian dalam perspektif ilmu komunikasi dan sastra*, Yogyakarta: graha ilmu.
- [karanglo \(bunga-desa.id\)](http://karanglo.bunga-desa.id), diakses tanggal 18 November 2022. Pada jam 10.30 WIB.
- Jahja, Yudrik. (2011). *Psikologi Perkembangan*, Jakarta: Kencana Prenamedia Group.
- Jannah, Miftahul. (2016). Remaja Dan Tugas-Tugas Perkembangannya Dalam Islam. *Jurnal Psikoislamedia*, 1(1), 243-256.
- Kementerian Agama RI. (2019). *Kementerian Agama Republik Indonesia Badan Penelitian dan Pengembangan dan Pendidikan Pelatihan Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an*, Jakarta: Kementerian RI.
- Khasanah, Uswatun. (2018). *Hubungan Antara Self Regulation Dengan Task Commitment Pada Mahasiswa Pemain Game Online Aktif*, Yogyakarta: UIN Sunan Kali Jaga.
- Kurniati, Zalika. (2018). *Dzikir Sebagai Terapi Penyembuhan Gangguan Jiwa Dalam Perspektif Imam Al-Ghazali*, Skripsi Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Kurniawan, Edy, Drajat. (2017). Pengaruh Intensitas Bermain Terhadap Perilaku Prokrastinasi Pada Mahasiswa. *Jurnal Konseling Gusjiggang*, 3(1), 203-213.
- Lahmudin. (2015). Psikoterapi Dalam Perspektif Bimbingan Konseling Islam. *Jurnal MIQOT*, XXXVI(2), 388-408.
- Lutfiwati, Sri. (2018). Memahami Kecanduan Game Online Melalui Pendekatan Neurobiologi. *Anfusina*, 1(1), 10-16.

- Mahfiana, Layyin., Rohmah, Yuliani, Elfi., & Widyaningrum, Retno. (2009). *Remaja dan Kesehatan Reproduksi*, Yogyakarta: STAIN Ponorogo Press.
- Mardotillah, Ida. (2018). *Teknik Aversi Dalam Mengatasi Remaja Pecandu Game Online (Studi Kasus Di Warnet F1 Kelurahan Sumur Pecung Kota Serang*, Skripsi Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin.
- Martono, Nanang. *Metode Penelitian Kualitatif*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Mayasari, Ros. (2013). Islam dan Psikoterapi. *Al – Munzir*, 6(2), 245-254.
- Masya, Hardiansyah., Candra, Adi, Dian. (2016). Faktor-faktor Yang Perilaku Gangguan Kecanduan Game Online Pada Peserta Didik Keas X di Madrasah Aliyah Al-Furqon Prabumulih. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 2(1), 103-118.
- Miftakurrosyidin., W, K, Maulidta. (2022). Penerapan Terapi Dzikir Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Klien Hipertensi Di Desa Baleadi. *Jurnal NERS Widya Husada*, 9(2), 1-9.
- Muslimah, Siti. (2020). *Terapi Dzikir Dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Pada Santri Di Pondok Modern Nurul Hidayah Pasiran Bantan Bengkalis*, Skripsi UIN Suska Riau.
- Nasution, Bangun, Ahmad., S, H, Rayani. (2003). *Akhlaq Tasawuf*, Jakarta: Rajawali Pers.
- Nilwan, Agustinus. (2007). *Pemrograman Animasi dan Game Profesional*, Jakarta: elex media Komputondo.
- Novrialdy, Eryzal. (2019). Kecanduan Game Online pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya. *Buletin Psikologi*, 27(2), 148-158.
- Nugrahani, Farida. (2014). *Metodologi Penelitian Kualitatif dalam Penelitian Pendidikan Bahasa*, Solo : Cakra Books.
- P, Putri, Mega, Intan., dkk. (2022). Penerapan Terapi Psikoreligius Dzikir Untuk Mengontrol Halusinasi Pada Klien Gsp : Halusinasi Pendengaran. *Jurnal Cendikia Muda*, 1(2), 276-282.
- Poerwandri. (2005). *Penelitian Kualitatif*, Bandung: Remaja Rosada Karya.
- Prasetiawan, Hardi. (2016). Konseling Teman Sebaya (Peer Counseling) Untuk Mereduksi Kecanduan Game Online. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 06(01), 1-13.
- Pratama, Nanda, Koernia., Rusyanto., & Vitasari, Imaniar. (2020). Penerapan Hipnotherapy Guna Mengatasi Kecanduan Game Online Yang Berlebihan Pada Remaja Di Desa Kebumen, Baturraden. *Journal Of Community Health Development*, 1(1), 54-61.

- Putro, Zarkasih, Khamim. (2017). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *APLIKASIA: Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama*, 17(1), 25-32.
- Ramadhanti, Riska, Anggi. (2021). *Terapi Dzikir dalam Mereduksi Kecemasan Seorang Remaja di Desa Kalirejo Kabupaten Bojonegoro*, Skripsi UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Rani, Devita., Hasibuan, Juliana, Effiati., & Barus, Isabela, K, Rehia. (2018). Dampak Game Online Mobile Legends: Bang Bang terhadap Mahasiswa. *Jurnal Perspektif*, 8(1), 6-11.
- Riyadi, Agus. (2013). Zikir dalam al-Qur'an sebagai Terapi Psikoneurotik (Analisis terhadap Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam). *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 4(1), 33-52.
- Rizkian, Rahman, Dimas. (2018). *Terapi bawang putih untuk sakit gigi (studi pada bapak sururi kecamatan kemranjen kabupaten banyumas)*, Skripsi IAIN Purwokerto.
- Rohman, Khabibur. (2018). Agresivitas Anak Kecanduan Game Online. *Jurnal Perempuan dan Anak*, 02(01), 156-172.
- Rosaliza, Mita. (2015). Wawancara Sebuan Interaksi Komunikasi Dalam Penelitian Kualitatif. *Jurnal Ilmu Budaya*, 11(2), 71-79.
- Sandya, Nira, Syazira., & Ramadhani, Ayunda. (2021). Pengaruh Intensitas Bermain Game Online Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(1), 202-213.
- Santoso, Dwi, Rikky, Yohanes., & Purnomo, Tjahjo, Jusuf. (2017). Hubungan Kecanduan Game Online Terhadap Penyesuaian Sosial Pada Remaja. *Jurnal Humaniora yayasan Bina Darma*, IV(1), 027-044.
- Santrock, W, John. (2007). *Perkembangan Anak Jilid 1*, Jakarta: Erlangga.
- Sarmanau. (2019). *Dasar Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, & Statistika*, Mulyorejo Surabaya: Airlangga University Press.
- Suyuti, Muh Hikamudin, (2021). *Buku Ajar Akhlak Tasawuf*. Klaten: Penerbit Lakeisha.
- Siregar, Yulsaini, Elna., Siregar, Hasanah, Rodiatul. (2013). Penerapan Cognitive Behavior Therapy (CBT) Terhadap Pengurangan Durasi Bermain Games Pada Individu Yang Mengalami Games Addiction. *Jurnal Psikologi*, 9(1), 17-24.
- Siyoto, Sandu., & Sodik, Ali, M. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*, Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
- Smart, Aqila. (2012). *Cara cerdas Mengatasi Anak Kecanduan Game*, Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.

- Solihin., & Anwar, Rosihon. (2002). *Kamus Tasawuf*, Bandung: PT. Remaja Rosda Karya.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung: Alfabeta.
- Suplig, Andrew, Maurice. (2017). Pengaruh Kecanduan Game Online Siswa SMA Kelas X Terhadap Kecerdasan Soaial Sekolah Kristen Swasta di Makasar. *JURNAL JAFARRAY*, 15(2), 178-199.
- Suryana. (2010). *Metodologi Penelitian : Model Praktis Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*, Buku Ajar Pekuliahan : Universitas Pendidikan Indonesia.
- Syah, R. *Tata Cara Menjalankan dzikir 113 (Ruh, Hati, Jasad)*. Majelis Dzikir Nurul Hakim Kubro.
- Syaripulloh. (2020). Pembinaan Dzikir Penyembuhan Di Inabah Xv Pada Kasus Kecanduan Narkoba Dan Game Online (Studi Pada Pondok Pesantren Suryalaya, Tasikmalaya, Jawa Barat). *Jurnal Media Informasi dan Komunikasi Ilmiah*, 2(2), 253-268.
- Syukur, Amin., dkk. (2006). *Paket Pelatihan Seni Menata Hati (SMH) LEMBKOTA*, Semarang: CV. Bima Sakti.
- Ulfa, Mimi. (2017). Pengaruh Kecanduan Game Online Terhadap Perilaku Remaja Di Mabes Game Center Jalan HR. Subrantas Kecamatan Tampan Pecan Baru. *Jurnal JOM FISIP*, 4(1), 1-13.
- Usman, Husaini., dkk. (2006). *Metodologi Penelitian Sosial*, Jakarta: Bumi Aksara.
- Wawancara dengan A.I.S, tanggal 19 November 2022, di Rumah Bapak Nur Kholis.
- Wawancara dengan Bapak Ali Murtadlo, tanggal 30 Mei 2022, di Rumah Bapak Ali Murtadlo.
- Wawancara dengan Bapak Ali Murtado, tanggal 12 Juli 2022, di Rumah Bapak Gito.
- Wawancara dengan Bapak Ali Murtadlo, tanggal 13 November 2022, di Rumah Bapak Ali Murtadlo.
- Wawancara dengan Bapak Nur Kholis Setiawan, tanggal 14 November 2022, di Rumah Bapak Ali Murtadlo.
- Wawancara dengan K.F, tanggal 19 November 2022, di Rumah Bapak Nur Kholis.
- Wawancara dengan W.A, tanggal 27 November 2022, di Rumah Bapak Ali Murtadlo
- Wawancara dengan Y.A.S, tanggal 27 November 2022, di Rumah Bapak Ali Murtadlo.

Widiasworo, Erwin. (2018). *Mihir Penelitin Pendidikan Modern*, Yogyakarta: Araska.

Yusuf & Nurihsan. (2008). *Bimbingan dan Konseling*, Bandung: Remaja Rosdakarya.





**LAMPIRAN-LAMPIRAN**

## *Lampiran 1*

### **PEDOMAN WAWANCARA**

- A. Pedoman wawancara untuk terapis
1. Sebutkan dan jelaskan tentang profil Bapak?
  2. Apa arti dzikir menurut Bapak?
  3. Siapa yang mengajarkan dzikir sebagai terapi?
  4. Bagaimana proses pelaksanaan dzikir sebagai terapi yang dilakukan?
  5. Sejak kapan melakukan dzikir sebagai terapi?
  6. Apakah dzikir ini hanya untuk menyembuhkan remaja yang kecanduan *game online*?
  7. Berapa kali dzikir ini dilakukan?
  8. Bagaimana metode dan teknik yang digunakan dalam melakukan dzikir sebagai terapi?
  9. Apa fungsi dari dzikir?
  10. Apa saja tujuan dari dzikir?
  11. Bagaimana hasil setelah dilakukannya dzikir sebagai terapi?
  12. Apakah terdapat layanan lanjutan setelah remaja sembuh dari kecanduan *game online*?
- B. Pedoman wawancara untuk remaja yang mengalami kecanduan *game online*
1. Sebutkan biodata klien seperti nama, tempat tanggal lahir, alamat, usia, jenis kelamin, dan pendidikan?
  2. Sejak kapan mengalami gejala kecanduan *game online*?
  3. Bagaimana kondisi yang dialami sebelum melakukan dzikir sebagai terapi?
  4. Siapa yang mengajak untuk melakukan dzikir?
  5. Berapa kali dzikir sebagai terapi dilakukan?
  6. Bagaimana hasilnya setelah melakukan dzikir sebagai terapi?
  7. Perubahan apa saja yang dialami setelah melakukan dzikir sebagai terapi apakah hanya menyembuhkan kecanduan *game online* apa ada yang lainnya?

## **Lampiran 2**

### **HASIL WAWANCARA KEPADA TERAPIS**

Narasumber : Bapak Ali Murtadlo (Terapis dan Ketua RT)

Tanggal : 30 Mei 2022, 12 Juli 2022, dan 13 November 2022

#### **1. Sebutkan dan jelaskan tentang profil Bapak?**

Jawaban : Nama saya Ali Murtadlo biasa dipanggil pak Ali. Tempat tanggal lahir di Cilongok Banyumas 25 Mei 1984. Usia kira-kira 38 tahun. Alamat Desa Karanglo RT 03 RW 03 Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas. pendidikan terakhir STLA. Orang tua saya bernama Tadireja (alm) dan ibu tarwen yang bekerja sebagai petani. Saya bekerja sebagai pekerja buruh dan seorang imam masjid di masjid Jami' Baitul Muqorrobin. Istri saya Bernama Kurniawati seorang ibu rumah tangga dan saya mempunyai satu orang putri yang masih sekolah di SMP. Saya juga dulu pernah menjadi santri di Pondok Pesantren Nurusalam di Jember yang di asuh oleh Bapak Ali Muntohar Mukhti dari tahun 1999 sampai tahun 2007 yang kira-kira kurang lebih 8 tahun. Selanjutnya pada tahun 2014 saya melanjutkan menjadi seorang santri di Pondok Pesantren Sangga Buana Tirta Samudra (Nurul Hakim Kubro) yang berada di Purbalingga yang di asuh oleh Raden Sayidina Amir Hakim.

#### **2. Apa arti dzikir menurut Bapak?**

Jawaban : Dzikir sebagai terapi ini merupakan suatu proses upaya mengobati dan menyembuhkan orang dengan berserah diri kepada Allah SWT dengan menyebut namanya dengan bacaan kalimatul haq lailahailallah muhamadurrosulluloh 100 kali, alohuma soli'ala sayidina muhammad wa'ala ali sayidina muhamad 100 kali, dan bismillahirohmanirohim 300 kali atau biasa dikatakan dzikir 113 untuk kesembuhannya. Dzikir ini merupakan suatu perantara sebagai proses untuk mencapai kesembuhan.

#### **3. Siapa yang mengajarkan dzikir sebagai terapi?**

Jawaban : Siapa yang mengajarkan ya beliau Raden Sayidina Amir Hakim pengasuh Pondok Pesantren Sangga Buana Tirta Samudra, kemudian saya

*diajarkan langsung oleh beliau Mbah Bayu Lekso Samudro sebagai pengurus dan seorang yang mengajak langsung terjun ke lapangan untuk menolong orang dengan kalimatul haq lailahaillallah muhamadurrasululoh. Dzikir ini tidak hanya diwilayah Banyumas, tetapi juga sudah diwilayah luar kota, dan luar Jawa.*

**4. Bagaimana proses pelaksanaan dzikir sebagai terapi yang dilakukan?**

*Jawaban : Jadi dzikir yang dilakukan tidak hanya satu hari saja kalau bisa sering. Dzikir ini merupakan proses pengalihan jadi remaja yang mengalami kecanduan game online ini dialihkan dan diajak untuk berdzikir 113. Hal ini merupakan salah satu cara untuk mengurangi kecanduan game online yang tadinya mengalami kecanduan game online kita alihkan bersama-sama untuk berdzikir dan jadi tidak memegang HP dan dengan dilakukan cara berulang-ulang ini akan dapat dialihkan. Dzikir ini tidak ditentukan waktunya yang penting sering dan dilakukan dengan istikamah dan hasilnya kita serahkan kembali kepada Allah SWT.*

**5. Sejak kapan melakukan dzikir sebagai terapi?**

*Jawaban : Diperkenalkan dzikir itu sejak tahun 2014 dan melakukan terapi sekitar tahun 2017.*

**6. Apakah dzikir ini hanya untuk menyembuhkan remaja yang kecanduan game online?**

*Jawaban : Dzikir ini sangat fungsional semua kalangan bisa diterapi sesuai dengan masalah masing-masing dan dengan izin Allah SWT. Seperti masalah kehidupan sakit parah, sakit biasa, sakit mental, mendoakan untuk kelancaran usahanya, dimudahkan semua urusan dan masalah yang dihadapi dan lainnya. Akan tetapi untuk remaja yang ada di Desa Karanglo RT 03 RW 03 ini difokuskan untuk masalah kesembuhan game online.*

**7. Berapa kali dzikir ini dilakukan?**

*Jawaban : Seperti yang dikatakan bahwa proses terapi tidak hanya sekali saja dan tidak bisa ditentukan artinya secukupnya saja dan kalau bisa itu sering dan dengan izin Allah SWT.*

**8. Bagaimana metode dan teknik yang digunakan dalam melakukan dzikir sebagai terapi?**

Jawaban : Metode dan teknik yang dilakukan pada dzikir sebagai terapi ini adalah pertama dengan mengumpulkan klien atau remaja yang mengalami kecanduan game online untuk melakukan dzikir dengan cara mengikuti imam apabila dilakukan secara berjamaah. Bacaan yang digunakan untuk melakukan dzikir 113 sendiri dengan menggunakan salamun qaulam mirrobirrohim 8 kali, innamaa amruhuu idza arooda sayian ayyaquula lahuu kun fa yakun 1 kali, syahadat (asyhadu allaa ilaaha illallooh wa asyhadu anna muhammadarrosullulooh) 7 kali, istigfar (astagfirulloohal adzim innallooha ghofururrohim) 9/21/33/100 kali, tawasul atau al fatihah 7 kali, yu'til hikmata mayyasyaa' wamayyu'tal hikmata faqod uutiya khoiron katsiro, wama yadzdzakaru illaa ulul albab 1 kali atau 3 kali, ayat kursi 1 kali, kalimatul haq (laailahaillooh muhammadur rosuulullooh) 100 kali, sholawat nabi (allohumma sholli alaa sayyidinaa muhammad wa alaa ali sayyidina muhammad) dibaca ketika sendiri (shola llooh' alaa Muhammad) dibaca ketika berjamaah 100 kali, basmalah (bismillaahirrohmaanirrohiim) 300 kali, dan al fatihah 1 kali atau 7 kali. Kemudian berdoa untuk keinginan yang diinginkan baik secara individu maupun doa bersama yang dipimpin oleh imam. Setelah dzikir 113 selesai dilakukan kemudian dilanjutkan dengan ruyah dengan cara remaja yang kecanduan diajak duduk tenang sambil membaca kalimatul hak lailahaillooh muhammadur rosuulullooh kemudian orang yang di belakang memberikan sugesti dan melakukan ruyah sesuai arahan yang telah diajarkan di situ juga terdapat mbah bayu lekso samudro. Setelah ruyah selesai biasanya dilanjutkan dengan ngumbar rasa yang berfungsi untuk pemberian motivasi bagi pecandu game online Mobile Legends. Bagi yang sekolah diberi motivasi untuk belajar dan lainnya dan bagi yang sudah lulus diberikan motivasi untuk bekerja selain mengaji ya harus bekerja. Hal ini biasanya dilakukan beberapa kali untuk penyembuhan pecandu game online. Akan tetapi kesembuhan yang diberikan hanya datang dari Allah SWT. Tidak hanya

itu terdapat rutinan istghosah kubro yang biasanya dilakukan satu bulan sekali, kalau di sini si setiap malam minggu pon.

**9. Apa fungsi dari dzikir?**

Jawaban : Dzikir sebagai terapi yang saya lakukan sebenarnya ya tidak hanya untuk menyembuhkan kecanduan game online. Dzikir ini sangat fungsional semua kalangan bisa di terapi sesuai dengan masalah masing-masing dan dengan izin Allah SWT. Tetapi khususnya pada remaja yang ada di Karanglo ini dikhususkan untuk penyembuhan dan pengalihan kecanduan game online untuk menyadari bahwa sudah kecanduan dan berlebihan dalam bermain game online dan nantinya kesembuhan pecandu game online ini kita kembalikan kembali kepada Allah SWT. Pada dasarnya dzikir sebagai terapi yang saya lakukan itu tidak hanya kasus kecanduan game online saja yang dihadapi. Ada masalah lainnya misalnya masalah mental, sakit parah, orang yang meminta didoakan untuk kelancaran usahanya dan masalah kehidupan lainnya.

**10. Apa saja tujuan dari dzikir?**

Jawaban : Tujuan dari dzikir yang dilakukan karena kita sebagai seorang Islam untuk menambah keimanan dan mendekatkan diri kita kepada Allah SWT itu secara batinniyah dan juga menyembuhkan penyakit hati dan penyakit jasad karena sesungguhnya kesembuhan hanya milik Allah SWT. Bagi pecandu game online Mobile Legends bertujuan untuk proses pengalihan dan diharapkan dapat membuat remaja berubah serta menyesali perbuatan yang dilakukan sehingga dapat mengetahui potensi yang dimiliki oleh dirinya.

**11. Bagaimana hasil setelah dilakukannya dzikir sebagai terapi?**

Jawaban : Hasil setelah dilakukannya dzikir sebagai terapi itu biasanya alhamdulillah baik, cuma bagaimana kelanjutannya untuk menjaga dari seorang yang diterapi itu mau menjaga dan mau merubah atau tidak. Kemudian untuk remaja game online alhamdulillah berkurang dalam bermain game online Mobile Legends dengan seiring berjalannya waktu, apalagi ketika dzikir yang dilakukan dengan istqomah maka dengan izin Allah SWT insyallah pecandu game online Mobile Legends dapat sembuh.

**12. Apakah terdapat layanan lanjutan setelah remaja sembuh dari kecanduan *game online*?**

Jawaban : *Untuk layanan lanjutan seharusnya ada, karena ketika layanan ini di hentikan pastinya mereka akan mulai bermain game online karena memiliki waktu kosong karena tidak ada pengalihan lagi seperti biasanya melakukan dzikir sebagai terapi untuk itu saya suruh juga untuk mengamalkan dzikir 113 minimal ya 1 kali dalam salat 5 waktu atau sesempatnya saja.*

**13. Bagaimana kondisi lingkungan yang ada di Desa Karanglo RT 03 RW 03 Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas?**

Jawaban : *Untuk kondisi lingkungan yang ada di Desa Karanglo RT 03 RW 03 untuk warga masyarakat rata-rata bekerja sebagai petani. Jumlah warga di RT 03 berjumlah 40 KK. Untuk pemudanya ada yang bekerja ada yang pengangguran ada yang merantau dan sebagainya, itu yang sudah lulus sekolah. untuk ketua RW di RW 03 diketuai oleh Bapak Salimin dan untuk ketua RT oleh saya sendiri Bapak Al Murtadlo. Untuk lulusan ya rata-rata lulusan SMA/Sederajat. Kegiatan yang dilakukan itu ada rutinan selepanan pada setiap malam kamis yang biasanya diikuti oleh Bapak-Bapak, dan untuk Ibu-Ibu itu rutinan PKK pada hari rabu minggu keempat mungkin seperti itu untuk profil Desa dilingkungan RT 03 RW 03.*

**14. Bagaimna remaja yang ada di Desa Karanglo RT 03 RW 03 Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas?**

Jawaban : *Remaja yang ada di RT 03 RW 03 berjumlah 20 orang baik remaja putra dan putri. Remaja yang ada di RT 3 ini ada yang bekerja, ada yang pengangguran, ada yang merantau, ada yang masih sekolah dan sebagainya. Kalau yang perempuan biasanya setelah lulus langsung bekerja kalau laki-laki itu rata-rata ya ada yang bekerja dan ada yang belum bekerja jadi mereka kurang kegiatan mungkin bosan akhirnya pada game online Mobile Legends. Untuk yang kecanduan game online sendiri seperti yang saya katakan pada saat observasi awal itu kurang lebih ada 14 jadi ya bisa dikatakan rata-rata itu ya pecandu game online Mobile Legends. Ya yang paling memicu mereka bermain game online bagi yang belum bekerja itu kurangnya kesibukan dan*

*banyaknya pengangguran. Untuk yang sekolah ya karena bosan juga dan ikut-ikutan mungkin jadi pada main game ini menyebabkan tidak bisa membagi waktu, penurunan akademis, penurunan sikap keagamaan. Karena ya seperti yang saya katakan dulu ini dikeluhkan juga oleh para orang tua di sana.*



## HASIL WAWANCARA KEPADA TERAPIS

Narasumber : Bapak Nur Kholis Setiawan

Tanggal : 14 November 2022

### 1. Sebutkan dan jelaskan tentang profil Bapak?

Jawaban : Nama saya Nur Kholis Setiawan dan biasa dipanggil Kholis saya adik dari Kang Ali Murtadlo, Saya mulai mempelajari terapi pada tahun 2019 saya mulai dikenalkan dan belajar dzikir sebagai terapi ini dari Kang Ali kaka saya. Kemudian saya mulai mencoba melakukan dzikir 113 di pandu oleh Kang Ali juga dari tahun 2020 sesuai dengan panduan dari Pondok Pesantren Sangga Buana Tirta Samudra. Saya tinggal di Desa Karanglo RT 04 RW 03 Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas. Saya lahir di Banyumas pada tanggal 25 Mei 1996 sekarang berumur 26 tahun. Pendidikan terakhir saya adalah S1 dan sekarang bekerja sebagai freelancer (kontruksi). Saya sudah mempunyai istri yang bernama Asti Prichatin yang merupakan seorang staff accounting. Pada saat proses dzikir saya berperan sebagai perekrut atau yang mengajak remaja yang kecanduan game online untuk mengurangi dan melakukan hal-hal lain yang lebih bermanfaat

### 2. Apa arti dzikir menurut Bapak?

Jawaban : Dzikir menurut saya ya merupakan upaya yang dilakukan untuk menyembuhkan seseorang dengan cara mendekatkan diri kepada Allah SWT dan untuk memperoleh ketenangan hati bagi seseorang semua hasil untuk kesembuhan kita serahkan kepada Allah SWT untuk dzikir yang dilakukan sendiri menggunakan dzikir 113.

### 3. Siapa yang mengajarkan dzikir sebagai terapi?

Jawaban : Saya diajarkan langsung oleh saudara atau kaka saya Kang Ali Murtadlo.

### 4. Bagaimana proses pelaksanaan dzikir sebagai terapi yang dilakukan?

Jawaban : Untuk proses pelaksanaan mungkin seperti yang sudah dijelaskan oleh kaka saya ya Kang Ali bahwa proses pelaksanaan dzikir ini dilakukan

*tidak hanya sekali saja dan ketika akan melakukan dzikir maka dianjurkan untuk berwudu. Dzikir yang dilakukan bisa berjamaah dan sendiri. Apabila dzikir dilakukan dengan berjamaah maka remaja mengikuti imam yang diajak dengan khushyuk dan dengan alunan nada. Dzikir ini seperti pengalihan dan suatu media untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT. Peran saya pada proses dzikir selain ikut melakukan dzikir sebagai terapi dengan Kang Ali, saya juga mengajak dan memberi arahan kepada remaja yang kecanduan game online Mobile Legends untuk bisa berubah dan mencoba mengikuti dzikir sebagai terapi agar dapat lebih memanfaatkan waktunya.*

**5. Sejak kapan melakukan dzikir sebagai terapi?**

*Jawaban : Saya mulai ikut melakukan dzikir sebagai terapi mulai pada saat wabah Covid19 sekitar tahun 2020.*

**6. Apakah dzikir ini hanya untuk menyembuhkan remaja yang kecanduan game online?**

*Jawaban : Tidak dzikir yang dilakukan tidak hanya untuk menyembuhkan remaja yang kecanduan game online saja, dzikir 113 ini fungsional akan tetapi pada remaja yang ada di Desa Karanglo RT 03 RW 03 ini karena masalah kecanduan bermain game online yang dialami mereka jadi difokuskan untuk menangani remaja yang kecanduan game online Mobile Legends.*

**7. Berapa kali dzikir ini dilakukan?**

*Jawaban : Untuk dzikir 113 dilakukan untuk durasi kurang lebih 1 jam dan tidak hanya sekali tapi sebisa mungkin sering dan untuk kesembuhan dengan izin Allah SWT.*

**8. Bagaimana metode dan teknik yang digunakan dalam melakukan dzikir sebagai terapi?**

*Jawaban : Metode dan teknik yang digunakan seperti yang telah dijelaskan oleh Kang Ali bahwa pertama saya mengajak dan memberi arahan kepada remaja yang mengalami kecanduan game online untuk mengikuti dzikir. Kemudian alangkah baiknya jangan lupa berwudu terlebih dahulu sebelum melakukan dzikir. Setelah itu apabila berjamaah maka mengikuti imam, dengan menggunakan panduan yang telah dijelaskan. Setelah itu berdoa untuk*

*hajat yang diinginkan apabila bersama imam doa dipimpin oleh imam. Setelah dzikir 113 selesai dilakukan kemudian dilanjutkan dengan rukyah dengan cara remaja yang kecanduan diajak duduk tenang dan khusyuk sambil membaca kalimatul hak lailahaillohu muhammadur rosuulullooh dan melakukan rukyah sesuai arahan yang telah diajarkan di situ juga terdapat Mbah Bayu Lekso Samudro. Setelahnya dilanjutkan dengan ngumbar rasa yang berfungsi untuk pemberian motivasi bagi pecandu game online Mobile Legends dan juga ada rutinan istighosah kubro.*

**9. Apa fungsi dari dzikir?**

*Jawaban : Fungsi dari dzikir 113 ini sangat fungsional terutama untuk ketenangan hati dan pikiran. Akan tetapi pada kasus remaja yang ada di Desa Karanglo ini saya ajak untuk mengikuti dzikir fungsinya selain untuk ketenangan sebagai proses penyembuhan dan lebih ke pengalihan dari yang awalnya bermain game terus saya ajak untuk melakukan hal yang lebih bermanfaat yaitu berdzikir supaya lebih dekat kepada Allah SWT.*

**10. Apa saja tujuan dari dzikir?**

*Jawaban : Kalau menurut saya tujuan dzikir ini untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT. Selain itu bagi pecandu game online Mobile Legends untuk menumbuhkan semangat untuk berinovasi/berkarya nyata. Membawa sebuah kedamaian bagi diri sendiri dan juga orang sekitar. Serta membuka fikiran untuk selalu memanfaatkan waktu dengan baik dan bermanfaat.*

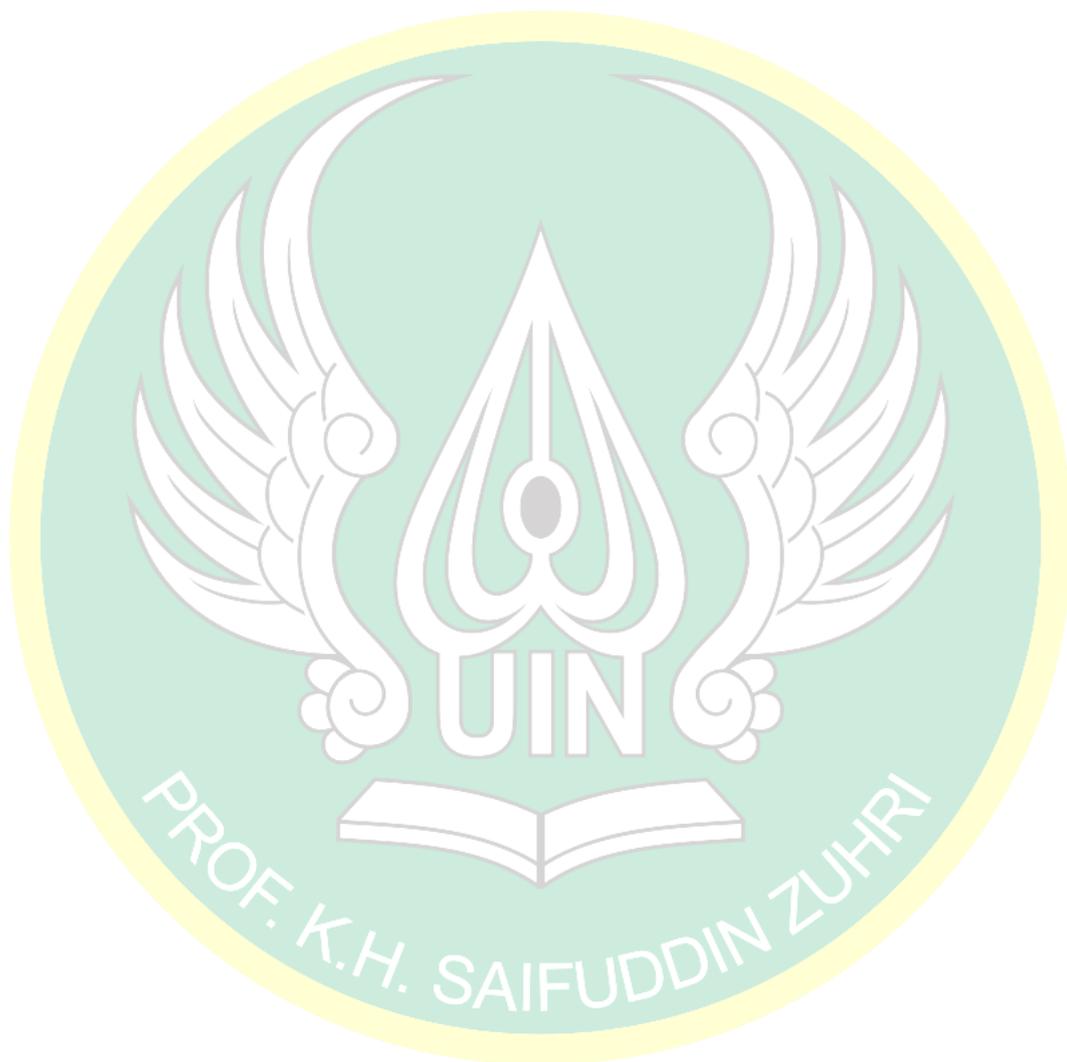
**11. Bagaimana hasil setelah dilakukannya dzikir?**

*Jawaban : Alhamdulillah baik, ada beberapa remaja yang sekolah menjadi giat belajar, dan remaja remaja yang sudah tidak sekolah tidak lagi rebahan. Kemudian bekerja apa pun dengan cara yang halal.*

**12. Apakah terdapat layanan lanjutan setelah remaja sembuh dari kecanduan game online?**

*Jawaban : Seharusnya si ada tapi di sini dari Kang Ali dan saya hanya menyarankan untuk melakukan dzikir minimal 1 kali dalam sehari. Di sini saya juga tidak membuka layanan apa pun hanya kami ingin membantu dan mengajak teman-teman khususnya remaja yang ada di RT 03 RW 03 di*

*lingkungan saya agar supaya dapat memanfaatkan waktunya untuk sebuah karya atau hasil yang lebih bermanfaat bagi diri sendiri juga orang lain.*



**HASIL WAWANCARA KEPADA REMAJA YANG MENGALAMI  
KECANDUAN GAME ONLINE MOBILE LEGENDS**

Narasumber : A.I.S

Tanggal : 19 November 2022

**1. Sebutkan biodata klien seperti nama, tempat tanggal lahir, alamat, usia, jenis kelamin, dan pendidikan?**

Jawaban : *O iya mba nama saya A.I.S, saya lahir di Banyumas 1 September 2006, alamat saya ya di sini mba di RT 03 RW 03 Desa Karanglo Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas. Usia saya sekarang 16 tahun mba. Saya laki-laki mba hehe untuk sekarang saya masih duduk di bangku sekolah di SMK.*

**2. Sejak kapan mengalami gejala kecanduan game online?**

Jawaban : *Sejak tahun 2019 mba saya mulai merasakan kecanduan bermain game online Mobile Legends ini sampai sekarang mba.*

**3. Bagaimana kondisi yang dialami sebelum melakukan dzikir sebagai terapi?**

Jawaban : *sebelumnya saya setiap hari saya bermain game setelah pulang sekolah mba. Jarang belajar juga terus paling kalau main game sampai malam banget ya sampai jam 01:00 WIB mba. Karena saya bosan juga bingung mau ngapain kalau ngga ngegame.*

**4. Siapa yang mengajak untuk melakukan dzikir?**

Jawaban : *Untuk yang mengajak pak Ali mba. Supaya mungkin engga main game terus jadi diajak.*

**5. Berapa kali dzikir sebagai terapi dilakukan?**

Jawaban : *Kalau berapa kali kayanya kurang lebih 10 kali ada mba.*

**6. Bagaimana hasilnya setelah melakukan dzikir sebagai terapi?**

Jawaban : *Alhamdulillah setelah melakukan dzikir main game berkurang, kebosanan berkurang, lebih bisa mengatur waktu yang biasanya digunakan untuk bermain game online digunakan untuk mengikuti kegiatan dzikir tetapi*

*setelah melakukan dzikir sebagai terapi masih bermain game online tapi bisa mengurangnya dan setelah selesai pulang dan istirahat.*

**7. Perubahan apa saja yang dialami setelah melakukan dzikir apakah hanya menyembuhkan kecanduan *game online* apa ada yang lainnya?**

*Jawaban : Ya engga cuma itu aja mba aku juga ngrasa tenang dan ngerasa pengen jadi lebih baik lagi mba meski masih kadang main game setidaknya udah bisa ngga menunda waktu salat mba. Di sisi lain aku juga masih ngelakuin dzikir 113 abis salat tapi kalau sempet mba. Kalau ngga ya pas ada waktu senggang.*



**HASIL WAWANCARA KEPADA REMAJA YANG MENGALAMI  
KECANDUAN GAME ONLINE MOBILE LEGENDS**

Narasumber : K.F

Tanggal : 19 November 2022

- 1. Sebutkan biodata klien seperti nama, tempat tanggal lahir, alamat, usia, jenis kelamin, dan pendidikan?**

Jawaban : *Nama saya K.F. Tempat tanggal lahir Banyumas 13 Oktober 1999. Saya tanggal di Desa Karnglo RT 03 RW 03. Usia saya sekarang 23 tahun mba. Jenis kelamin laki-laki mba untuk pendidikan terakhir SMK. Sekarang saya sudah bekerja mba.*

- 2. Sejak kapan mengalami gejala kecanduan game online?**

Jawaban : *Kalau sejak kapan menurutku si dari kelas 2 SMK, kurang lebih sejak tahun 2016.*

- 3. Bagaimana kondisi yang dialami sebelum melakukan dzikir sebagai terapi?**

Jawaban : *Sebelumnya aku selalu main game online Mobile Legends setiap hari, mesti kalau pas memegang hp itu ya main game mobile legends.*

- 4. Siapa yang mengajak untuk melakukan dzikir?**

Jawaban : *Kalau yang mengajak si Pak Kholis*

- 5. Berapa kali dzikir sebagai terapi dilakukan?**

Jawaban : *Untuk waktu kurang lebih 15 kali sudah mengikuti dzikir. sebagai terapi*

- 6. Bagaimana hasilnya setelah melakukan dzikir sebagai terapi?**

Jawaban : *Setelah mengikuti rangkaian dzikir sebagai terapi waktu bermain game berkurang, bisa berpikir, dan menjadi lebih tenang. Setelah dilakukan dzikir sebagai terapi saya juga bisa bekerja karena diberikan motivasi dan sekarang sudah tidak bermain game online lagi karena lelah bekerja.*

**7. Perubahan apa saja yang dialami setelah melakukan dzikir apakah hanya menyembuhkan kecanduan *game online* apa ada yang lainnya?**

Jawaban : *Engga cuma itu si mba saya sekarang lebih tenang dan saya juga alhamdulillah sudah bekerja dan alhamdulillah juga udah ga main game online Mobile Legends lagi. Selain mulai sadar saya juga lelah setelah bekerja mau main game dan saya juga mulai sibuk dengan dunia nyata dan memikirkan masa depan untuk bekal dunia dan akhirat juga. Selain saya bekerja saya juga masih mengamalkan dzikir 113 ketika sempat sehabis salat untuk kelancaran segala urusan saya.*



## **HASIL WAWANCARA KEPADA REMAJA YANG MENGALAMI KECANDUAN GAME ONLINE MOBILE LEGENDS**

Narasumber : Y.A.S

Tanggal : 27 November 2022

**1. Sebutkan biodata klien seperti nama, tempat tanggal lahir, alamat, usia, jenis kelamin, dan pendidikan?**

Jawaban : *Nama saya Y.A.S tempat tanggal lahir Banyumas 26 Juni 2006. Saya tanggal di RT 03 RW 03 Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas. Sekarang usia saya 16 tahun mba. Jenis kelamin laki-laki dan sekarang saya masih sekolah di SMK mba.*

**2. Sejak kapan mengalami gejala kecanduan game online?**

Jawaban : *Saya merasakan kecanduan game online itu dari tahun 2019 mba pas lagi puncaknya covid19 saya kaya main game terus mba*

**3. Bagaimana kondisi yang dialami sebelum melakukan dzikir sebagai terapi?**

Jawaban : *Sebelum melakukan dzikir sebagai terapi saya setiap hari bermain game mba tapi tidak setiap waktu. Selain itu juga saya ngerasa lelah karena begadang untuk main mabar game online ML mba.*

**4. Siapa yang mengajak untuk melakukan dzikir?**

Jawaban : *Saya si diajak sama Pak Kholis dan Pak Ali*

**5. Berapa kali dzikir sebagai terapi dilakukan?**

Jawaban : *Kalau saya kurang lebih 15 kali mba melakukan dzikir. sebagai terapi*

**6. Bagaimana hasilnya setelah melakukan dzikir sebagai terapi?**

Jawaban : *Perubahan yang saya alami ya main game berkurang tidak setiap hari mba selain itu salat saya juga menjadi tepat waktu saya juga menjadi ingin lebih baik lagi mba.*

**7. Perubahan apa saja yang di alami setelah melakukan dzikir apakah hanya menyembuhkan kecanduan *game online* apa ada yang lainnya?**

Jawaban : *Kalau perubahan lain ya itu paling mba saya jadi kalau melaksanakan salat jadi tepat waktu mba. Tidak menunda-nunda lagi waktu salat juga sekarang saya juga merasakan lebih tenang aja mba kalau sudah salat. Kalau dzikir 113 saya juga itu jalan si mba alhamdulillah sehabis salat sebisa mungkin dilakukan.*



## HASIL WAWANCARA KEPADA REMAJA YANG MENGALAMI KECANDUAN GAME ONLINE MOBILE LEGENDS

Narasumber : W.A

Tanggal : 27 November 2022

**1. Sebutkan biodata klien seperti nama, tempat tanggal lahir, alamat, usia, jenis kelamin, dan pendidikan?**

Jawaban : Nama saya W.A. Saya lahir di Banyumas 19 September 2006. Sekarang saya tinggal di Desa Karanglo RT 03 RW 03. Usia saya 16 tahun dan saya laki-laki mba. Untuk sekarang saya masih sekolah di SMK.

**2. Sejak kapan mengalami gejala kecanduan game online?**

Jawaban : Kalau saya main game dari tahun 2019 mba. Melonjak bgt itu kaya rasa sering banget main game itu pas ada wabah covid 19. Main game terus-terusan.

**3. Bagaimana kondisi yang dialami sebelum melakukan dzikir sebagai terapi?**

Jawaban : Saya merasa lelah karena begadang sampai malam main game online ML dan juga ngga cuma itu ngelakuin aktivitas lain yang ga jelas juga mba.

**4. Siapa yang mengajak untuk melakukan dzikir?**

Jawaban : Yang mengajak si Pak Kholis mba

**5. Berapa kali dzikir sebagai terapi dilakukan?**

Jawaban : Pas dulu si satu sampai dua kali dalam seminggu mba. Sekarang sudah engga sering banget si mba, kalau di jumlah berapa kali ya lupa si mba karena juga pernah berhenti sebentar pas covid 19 lagi melonjak mba.

**6. Bagaimana hasilnya setelah melakukan dzikir sebagai terapi?**

Jawaban : Setelah melakukan dzikir 113 sebagai terapi saya bisa lebih memanfaatkan waktu untuk hal yang lebih berguna belajar, dan lebih ada kegiatan. Kalau main game ya mba masih cuma jarang karena ya sering ikut

*kegiatan dzikir ini mba jadi sudah berkurang dan termotivasi untuk lebih baik lagi untuk menjadi orang yang lebih baik.*

**7. Perubahan apa saja yang di alami setelah melakukan dzikir apakah hanya menyembuhkan kecanduan *game online* apa ada yang lainnya?**

*Jawaban : Ya untuk manfaat atau perubahan lain ya mba seperti saya menjadi tenang mba hatinya dan saya saya ingin melakukan hal yang bermanfaat tidak hanya ingin bermain game saja mba. Selain itu sampai sekarang saya juga masih mengamalkan dzikir 113 untuk ketenangan hati saya setelah salat kalau tidak pokoknya dalam salat 5 waktu itu paling ngga ya mengamalkan 1 kali mba.*



Lampiran 3

FOTO DOKUMENTASI



Gambar 1.1 Pelaksanaan Dzikir 113

 <b>TATA CARA MENJALANKAN DZIKIR 113 (RUH, HATI, JASAD)</b> <b>MAJLIS DZIKIR NURUL HAKIM KUBRO</b>	
SALAMUN QALAM MIRROBBIRROHIIM ... 8X INNAMA'A AMRUHUU IDZAA AROODA SYAIAN AYYAQUULA LAHUU KUN FA YAKUUN 1X	سَلَامٌ قَوْلًا مِنْ رَبِّ رَحِيمٍ ×٨ إِنَّمَا أَمْرُهُ إِذَا أَرَادَ شَيْئًا أَنْ يَقُولَ لَهُ كُنْ فَيَكُونُ ×١
SYAHADAT 7X: ASYHADU ALLAA ILAAHA ILLALLOOH WA ASYHADU ANNA MUHAMMADARROSUULULLOOH	أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا رَسُولُ اللَّهِ ×٧
ISTIGHFAR 9/21/33/100 X: ASTAGHFIRULLOOHAL ADZIIM...JNNALLOOHA GHOFUURUROHIIM ... 9X, 21X, 33X, 100X	أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ الْعَظِيمَ إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ ×٩, ×٢١, ×٣٣, ×١٠٠
TAWASUL.../AL FATIHAH 7X	الْفَاتِحَةَ... ×٧
YU'TIL HIKMATA MAYSASYAA' WAMAYYU'TAL HIKMATA FAQOD UUTIYA KHOIRON KATSIIRO, WAMAA YADZAKKARU ILLAA ULUL ALBAAB ... 1X, 3X	يُؤْتِي الْحِكْمَةَ مَنْ يَشَاءُ وَمَنْ يُؤْتَ الْحِكْمَةَ فَقَدْ أُوتِيَ خَيْرًا كَثِيرًا وَمَا يَذَّكَّرُ إِلَّا أُولُو الْأَلْبَابِ ×١, ×٣
AYAT KURSI: WA ILAAHUKUM ILAAHUWAAHID, LAA ILAAHA ILLA HUWAR-ROHMAANUR-ROHIIM. ALLOOHU LAA ILAA HA ILLA HUWAL HAYYUL QOYUUM. LAA TA'KHUDZUHUU SINATUW-WALAA NAUM, LAHUU MAA FIS-SAMAAWAATI WAMAA FIL-ARDHI MAN DZALLADZII YASYFA'U 'INDAHUU ILLA BI-IDZNIH, YA'LAMU MAA BAINA AIDIHIIM WAMAA KHOLFAMUM WALAA YUHIITHUUNA BI-SYAI-IM MIN 'ILMIHI ILAA BI-MAASYAA', WAS'FA KURSIYUHUUS SAMAAWAATI WAL ARDHO WALAA YA-UUDUHUU HIFDZUHUMAA WAHUWAL 'ALIYYUL 'ADZIIM	وَالْحَكْمَ إِلَهًا وَاحِدًا لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الرَّحْمَنُ الرَّحِيمُ. اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ لَا تَأْخُذُهُ سِنَّةٌ وَلَا نَوْمٌ لَهُ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ مَنْ ذَا الَّذِي يَشْفَعُ عِنْدَهُ إِلَّا بِإِذْنِهِ يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ وَلَا يُحِيطُونَ بِشَيْءٍ مِنْ عِلْمِهِ إِلَّا بِمَا شَاءَ وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ وَلَا يَئُودُهُ حِفْظُهُمَا وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ ×١
KALIMATUL HAQ 100X: LAA ILAA HA ILLA LLOOH MUHAMMADUR ROSUULU LLOOH	لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ مُحَمَّدٌ رَسُولُ اللَّهِ ×١٠٠
SHOLAWAT 100X: ALLOHUMMA SHOLLI ALAA SAYYIDINAA MUHAMMAD WA ALAA ALI SAYYIDINAA MUHAMMAD (sendirian) Atau SHOLLA LLOOH 'ALAA MUHAMMAD (saat berjamaah)	اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ ×١٠٠ (sendiri) صَلِّ اللَّهُ عَلَى مُحَمَّدٍ ×١٠٠ (saat berjamaah)
BASMALLAH 300X: BISMILLAAHIRROHMAANIRROHIIM	بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ×٣٠٠
ALFATIAH 1X - 7X	الْفَاتِحَةَ... ×٧, ×١
SETELAH ALFATIAH, BOLEH DILANJUT DENGAN DZIKIR APAPUN TENTANG KETENANGAN HATI ATAU URUSAN EKONOMI	
# R. SYAH	

Gambar 1.2 Bacaan Dzikir 113



Gambar 1.3 Proses Rukyah



Gambar 1.4 Proses Rukyah



Gambar 1.5 Ngumbar Rasa



Gambar 1.6 Ngumbar Rasa



Gambar 1.7 Istighosah Kubro



Gambar 1.8 Istighosah Kubro



Gambar 1.9 Wawancara dengan Bapak Ali Murtadlo



Gambar 1.10 Wawancara dengan Bapak Nur Kholis



Gambar 1.11 Wawancara dengan klien



Gambar 1.12 Wawancara dengan klien



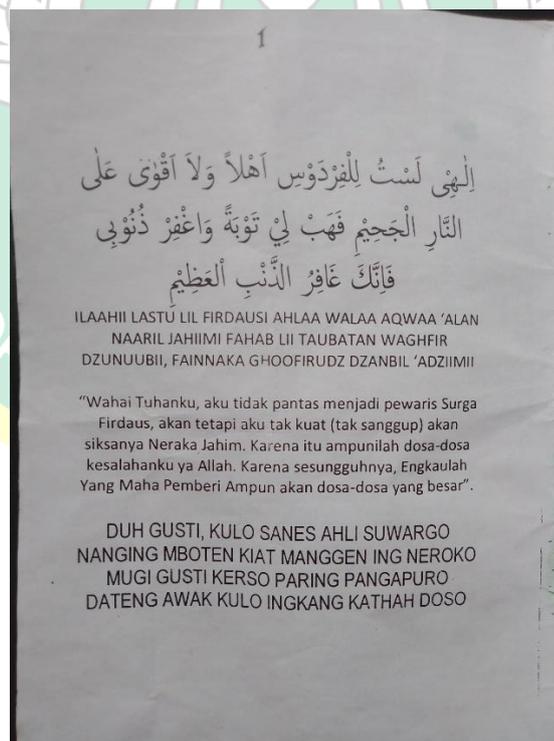
Gambar 1.13 Wawancara dengan klien



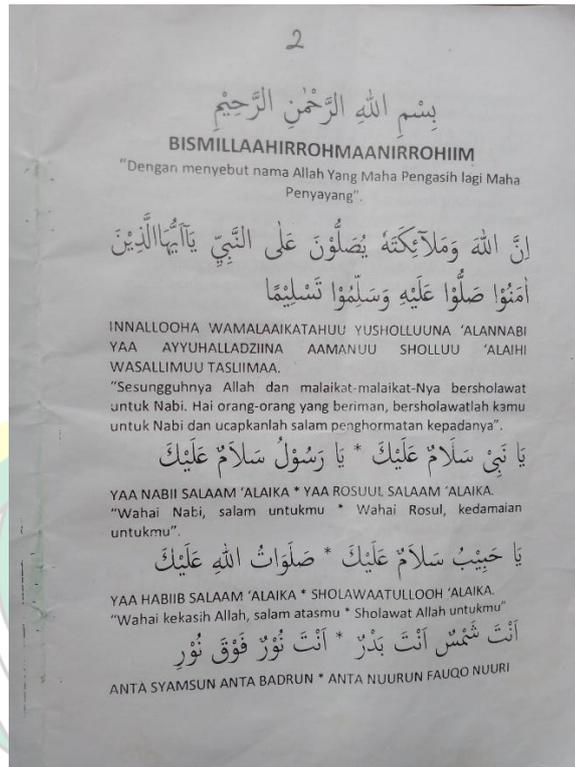
Gambar 1.14 Wawancara dengan klien



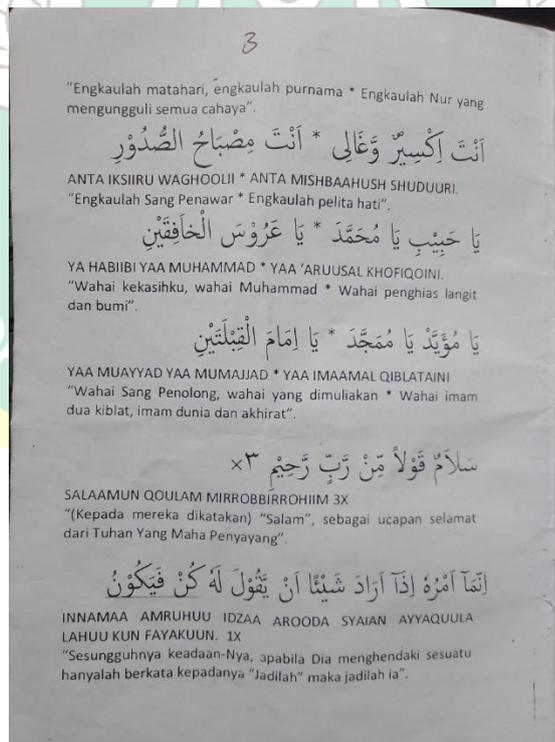
Gambar 1.15 Bacaan Istighosah



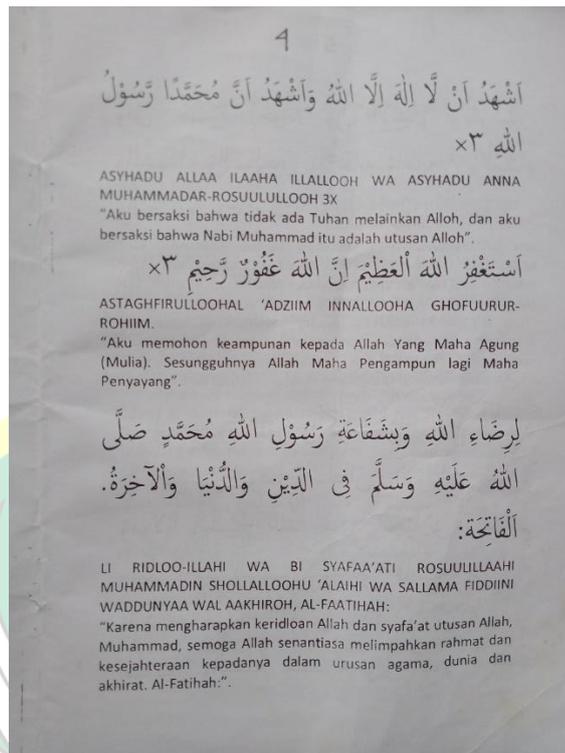
Gambar 1.16 Bacaan Istighosah



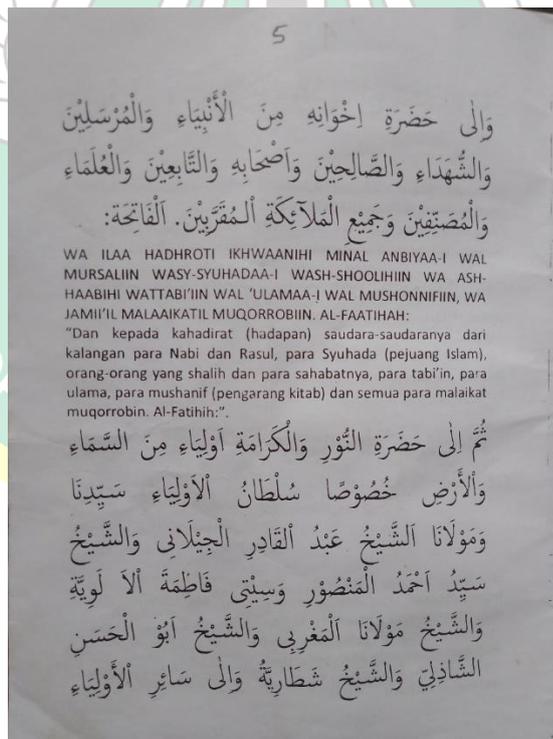
Gambar 1.17 Bacaan Istighosah



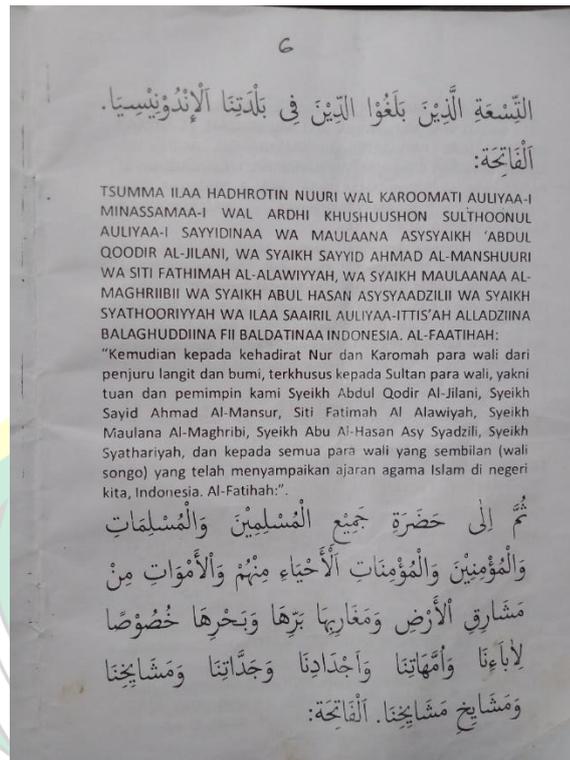
Gambar 1.18 Bacaan Istighosah



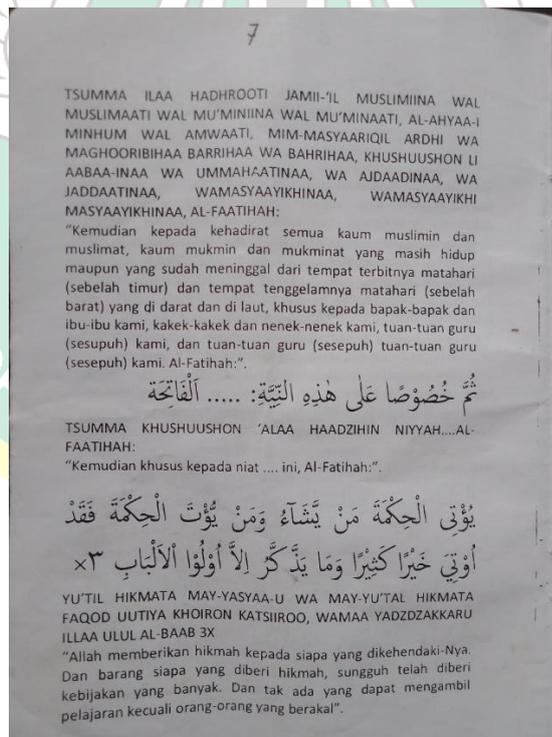
Gambar 1.19 Bacaan Istighosah



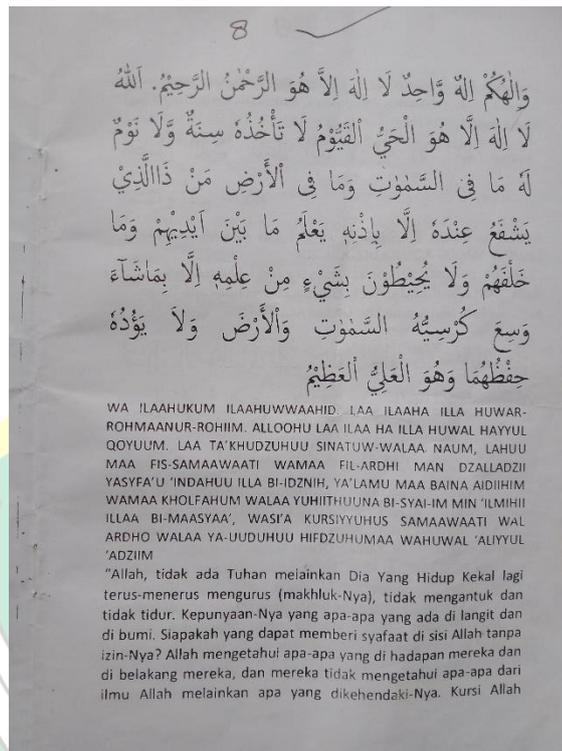
Gambar 1.20 Bacaan Istighosah



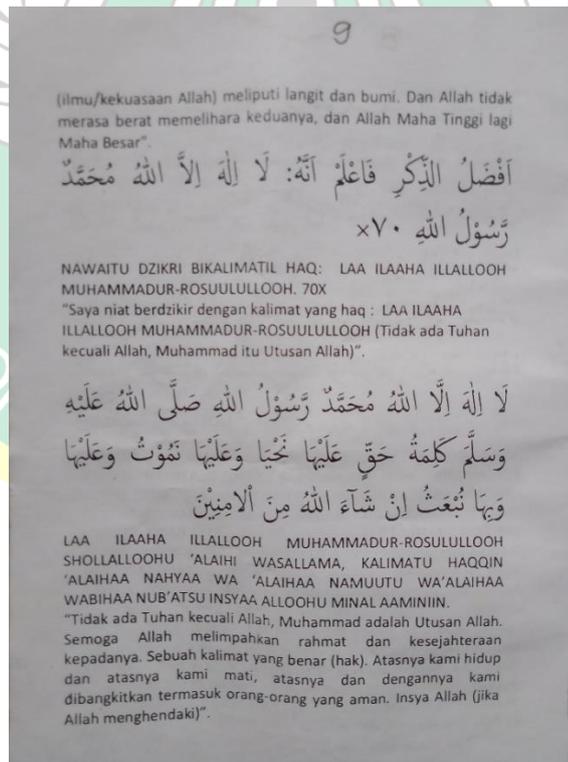
Gambar 1.21 Bacaan Istighosah



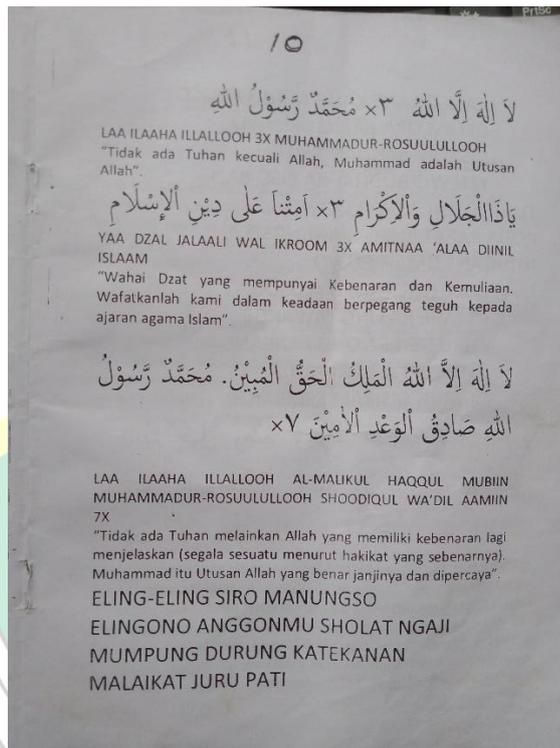
Gambar 1.22 Bacaan Istighosah



Gambar 1.23 Bacaan Istighosah



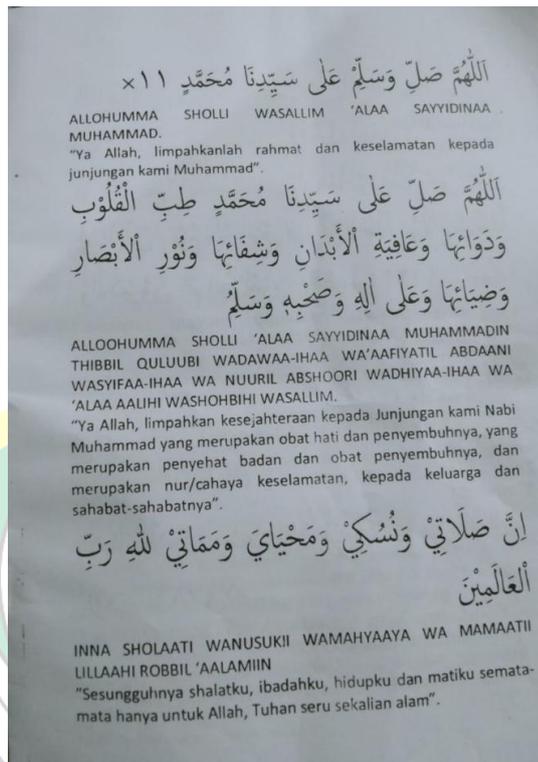
Gambar 1.24 Bacaan Istighosah



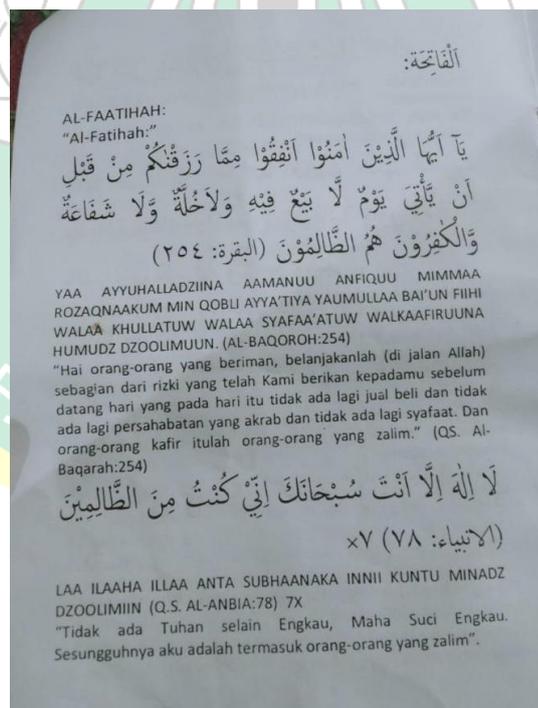
Gambar 1.25 Bacaan Istighosah



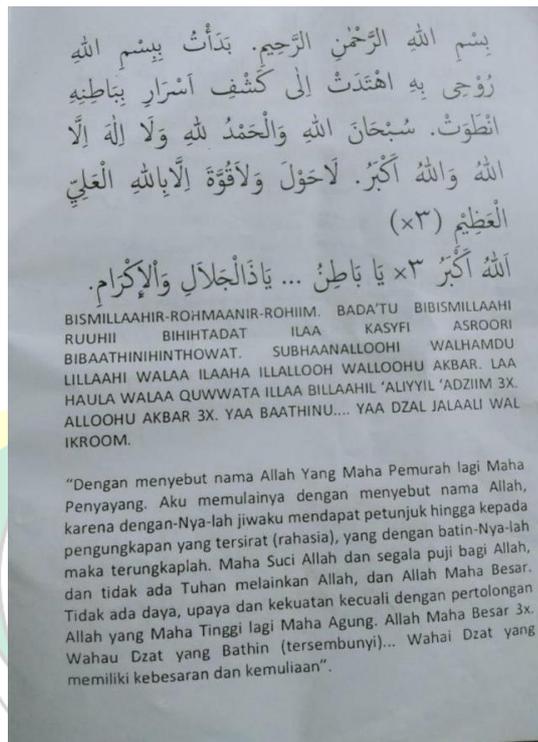
Gambar 1.26 Bacaan Istighosah



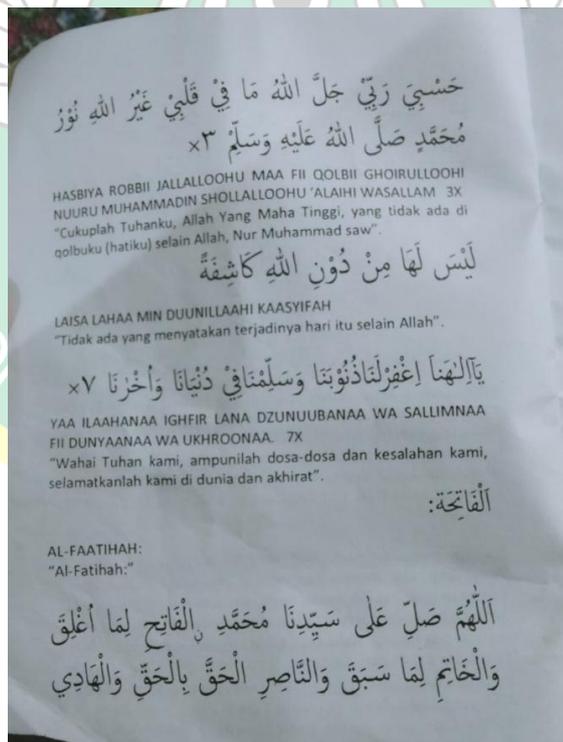
Gambar 1.27 Bacaan Istighosah



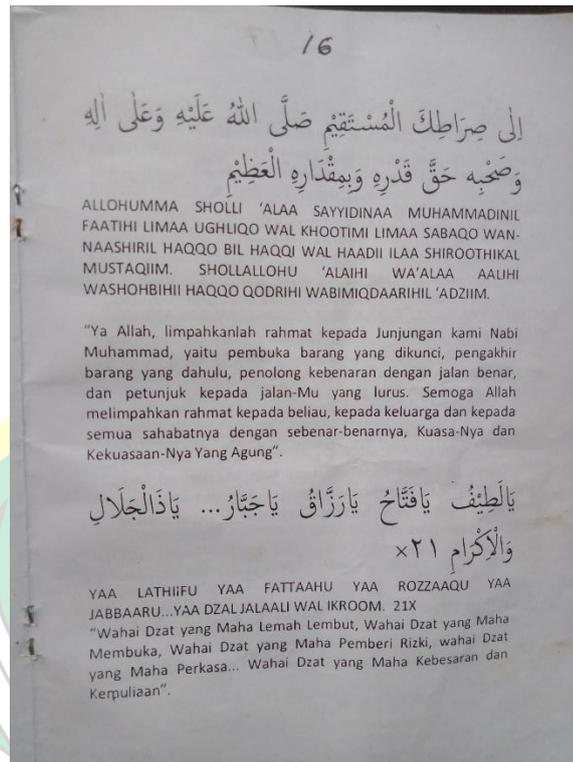
Gambar 1.28 Bacaan Istighosah



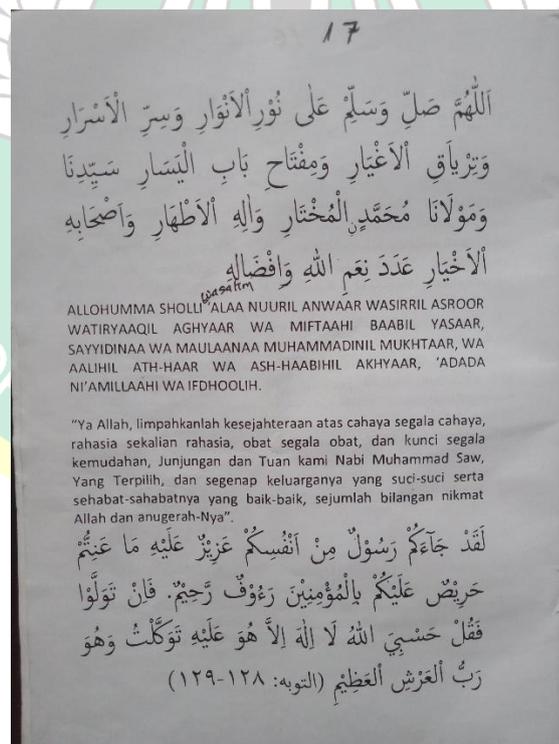
Gambar 1.29 Bacaan Istighosah



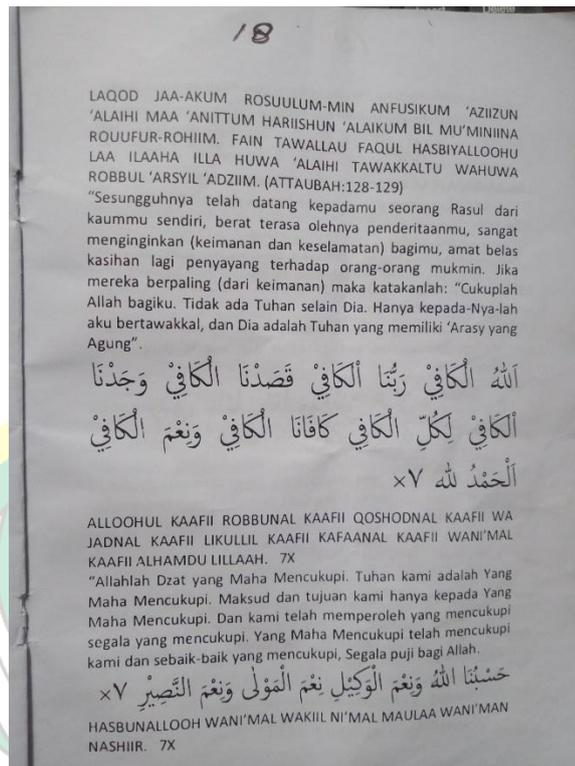
Gambar 1.30 Bacaan Istighosah



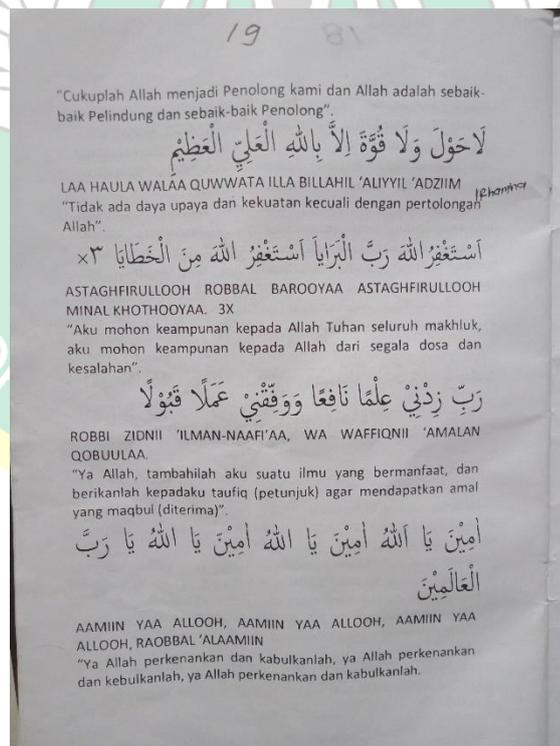
Gambar 1.31 Bacaan Istighosah



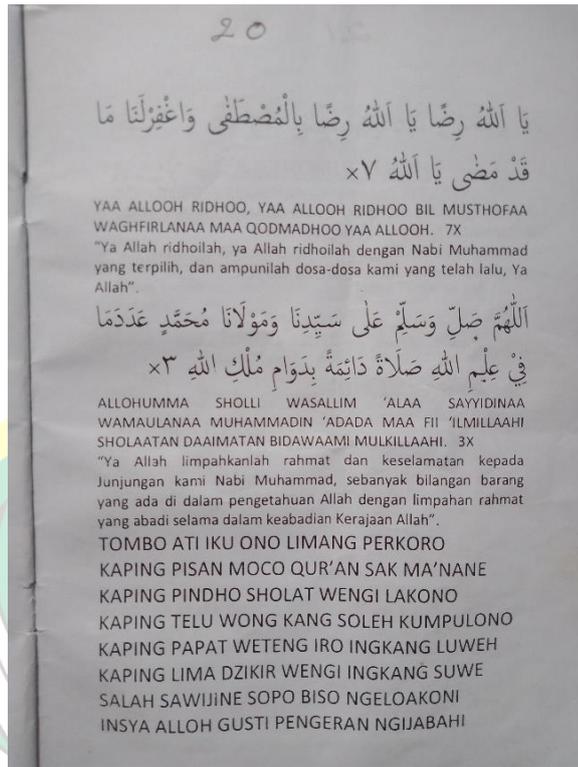
Gambar 1.32 Bacaan Istighosah



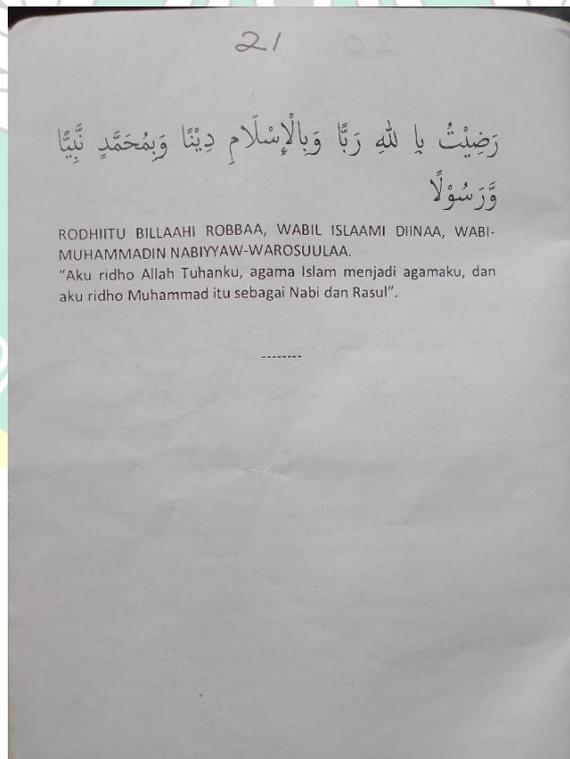
Gambar 1.33 Bacaan Istighosah



Gambar 1.34 Bacaan Istighosah



Gambar 1.35 Bacaan Istighosah



Gambar 1.36 Bacaan Istighosah

**BLANGKO BIMBINGAN SKRIPSI**



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**  
**PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO**  
**FAKULTAS DAKWAH**  
 Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126  
 Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636593  
 www.uinsatzu.ac.id

Nama : Imashanti  
 NIM : 1917101007  
 Fakultas/ Jurusan : Dakwah/BKI  
 Nama Pembimbing : Muh. Hikamudin Suyuti, S.S., M.S.I.  
 Judul Skripsi : Terapi Dzikir Untuk Menangani Remaja Yang Kecanduan Game Online Mobile Legend Di Desa Karanglo Rt 03 Rw 03, Kecamatan Cilongok, Kabupaten Banyumas

Blangko Bimbingan Skripsi :

NO.	BULAN	HARI / TANGGAL	MATERI BIMBINGAN *	TANDA TANGAN**	
				PEMBIMBING	MAHASISWA
1.	Oktober	Kamis, 06-10-2022	Dalam latar belakang masalah di tambahkan hal menarik yang ada pada remaja di desa karanglo, dan ACC Sempro.	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
2.	Oktober	Jumat, 29-10-2022	Bimbingan revisi sempro, melanjutkan BAB II dan BAB III, dan membetulkan tulisan sesuai KBBI	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
3.	November	Kamis, 4-11-2022	Bimbingan BAB II dan BAB III	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
4.	November	Selasa, 15-11-2022	Bimbingan BAB III dan melanjutkan BAB IV	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
5.	Desember	Kamis, 1-12-2022	Bimbingan BAB IV dan melanjutkan BAB V	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
6.	Desember	Kamis, 9-12-2022	Bimbingan BAB IV dan BAB V serta revisi abstrak	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
7.	Desember	Senin, 13-12-2022	Revisi BAB V	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
8.	Desember	Kamis, 15-12-2022	ACC Munarqosah	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>

\* Diisi Pokok-pokok bimbingan  
 \*\* Diisi setiap selesai bimbingan

Purwokerto, 15 Desember 2022  
 Pembimbing,  
*[Signature]*  
 Muh. Hikamudin Suyuti, S.S., M.S.I.  
 NIP.

*Lampiran 5*

**SURAT BALASAN RISET**

**KETUA RT 003 RW 003  
DESA KARANGLO KECAMATAN CILONGOK  
KABUPATEN BANYUMAS - KODE POS 53162**

Nomor : 001/RT.03.RW.03/KRL/12/12/2022 Karanglo, 12 Desember 2022  
Lampiran : -  
Perihal : **Balasan**

Kepada Yth.  
**Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah  
UIN Saizu Purwokerto**  
Di Purwokerto

*Assalamu'alaikum Wr.Wb.*

Puji Syukur Alhamdulillah, atas segala limpahan rahmat, taufiq dan hidayah-Nya. Shalawat semoga senantiasa Allah curahkan kepada qudwah dan uswah hasanah ummat Rasulullah SAW, beserta keluarga, sahabat dan penerus beliau hingga akhir zaman.

Berdasarkan surat yang telah kami terima dari Fakultas Dakwah UIN Saizu Purwokerto dengan nomor 1760/Un.19/FD.WD.I/PP.05.3/11/2022 tanggal 09 November 2022 perihal Permohonan Ijin Riset Individual atas nama mahasiswa berikut:

Nama : Imashani  
NIM : 1917101007  
Semester : 7 (Tujuh)  
Jurusan/Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam  
Tahun Akademik : 2022/2023

Telah kami setuju untuk melakukan penelitian di wilayah lingkungan kamisebagai syarat penyusunan skripsi dengan judul :

**“TERAPI DZIKIR UNTUK MENANGANI REMJA YANG KECANDUAN GAME ONLINE MOBILE  
LEGEND DI DESA KARANGL RT 03 RW 03 KECAMATAN CILONGOK KABUPATEN  
BANYUMAS”**

Demikian surat ini kami sampaikan, atas kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Wr.Wb.*



*Lampiran 6*

**DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

Nama : Imashani  
Tempat, Tanggal Lahir : Purbalingga, 5 April 2001  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Islam  
Alamat : Desa Pekalongan RT 01 RW 06 Kecamatan  
Bojongsari Kabupaten Purbalingga  
Nomor Handphone : 088238174614  
E-mail : imashany5@gmail.com  
Riwayat Pendidikan :  
1. Tahun 2007 – 2013 : SD Negeri 1 Pekalongan  
2. Tahun 2013 – 2016 : Mts Negeri 1 Bobotsari  
3. Tahun 2016 – 2019 : MA Yinuba Beji Bojongsari  
4. Tahun 2019 – sekarang : Mahasiswa S1 Bimbingan Konseling Islam  
Universitas Islam Negeri Prof. K. H. Saifuddin Zuhri  
Purwokerto  
Pengalaman Organisasi :  
1. Tahun 2013 – 2014 : Osis Mts Negeri 1 Bobotsari  
2. Tahun 2016 – 2018 : Osis MA Yinuba Beji Bojongsari  
3. Tahun 2017 – 2018 : Pramuka MA Yinuba Beji Bojongsari  
4. Tahun 2019 – 2020 : Mitra Remaja UIN SAIZU Purwokerto  
5. Tahun 2020 – 2021 : HMJ BKI UIN SAIZU Purwokerto  
Demikian daftar riwayat hidup ini di buat dengan sebenarnya dan untuk dapat  
dipergunakan semestinya.

Purwokerto, 15 Desember 2022

Penulis,



Imashani

NIM. 1917101007